人生を輝かせる山登りのススメ(第2回)

山頂に立つより大切なこと

2015.08.13

プロセスより常に結果を求められるビジネスマン。趣味で楽しむ登山ではちょっと考え方を変えて、結果よりプロセスを大切にしてみませんか？ それによって得られることも多いのです。

第1回で紹介したように、山登りの大きな魅力の1つとして「達成感」があります。困難を乗り越えて、目標としていた山に登れたときの感動は大きいもの。それによって自信がつき、さらなる高みへとモチベーションも大いにアップするでしょう。

山頂に立つのを目標とし、つらい登りや難しい状況に立ち向かう強い心は、山に登る上でとても大事です。でも、山頂に達する結果に重きを置きすぎると、ただ「登っただけ」で終わってしまうことになりかねません。

結果は二の次と考える

いろいろな登山者を見ていて感じるのは、まるでノルマをこなすかのようにピークハントしている人が案外多いということ。もしかしたら無意識のうちに仕事的な考えを、趣味に持ち込んでしまっているのかもしれません。

山に登る目的は人それぞれでよいのですが、山頂に立つことだけを目標にすると、結果は登れたか、登れなかったかのいずれかになってしまいます。もし、登れなかったときは失望感が心の多くを占めるでしょう。

1956年、日本人によるマナスル初登頂(参考:NHKアーカイブス「日本登山隊 マナスル初登頂」)を契機に戦後の登山ブームが起こりました。今でも登山に対しては「挑戦」「挑む」といった言葉がよく使われ、登れなかったときは「敗退した」などと表現されます。でも、趣味としての一般的な登山では、山頂に立つことは使命でもなければ、まして山を相手にした戦いの場でもありません。山は登山者にとって親しむもの。結果は二の次でよいのです。

楽しいと思えなくなったら下りればいい… 続きを読む