

レースっていいよね

## 第 68 回 「朝は熱いシャワーから始まる」 の巻

このレース屋という仕事、常に次への進歩を余儀なくされる、停滞の許されない仕事である。しかし言ってみれば、立派に「3K」であり、ブルーカラーの極致であるに違いない。一瞬の憧れで足を踏み入れた者は、現実の厳しさに気付き、早々に足を洗うコトが多いが本当にレースが好き、レーシングマシンが好き、そんな人間にはたまらない仕事なのだ。

私自身にしても、やはりレースが好きで仕方ない。

好きな理由は？ と聞かれると、返答に困るけど、とにかく「好き」であるのに違いない。ところが、どんなに好きな仕事といっても、時にはやる気に欠けたりするコトだって、ある。

どんなことでも「続ける」というのにはエネルギーが要るのである。

そのために私は、モチベーションを一定以上に保持できるように、精神的に安定できるような環境を作っている。

平均睡眠時間が3~4時間である私だが、とり立てて睡眠不足であるとは認識していない。朝にはスッキリ目覚めるし、腹だって減っている。

でも、とにかく朝は、熱いシャワーを浴びないと始まらない。湯をくぐりながら、脳が完全に目覚めていく。

そして、イザ出勤。

クルマに乗り込み、晴れている限り、真夏も真冬も屋根を開ける。クルマはオープンに限る。風の匂いを嗅ぎ、太陽に包まれる。この瞬間がたまらない。

そして、オーディオは音量開度を70%まで上げ、ガンガンに ROCK をかける。

今まで様々な BGM を試してみた。クラシック、オペラ、ダンス、メタル……。

でも、ROCK が最もモチベーションを最大限まで引出してくれる。

アルバムなら U2 もしくは、LINKINPARK。これが特に良い。

単発の曲なら

EMINEM、FATBOY SLIM、PINK、PRODIGY、MOBY、MUSE、ROBBIE WILLIAMS、KYLIE MINOGUE

これらも十分に気分をアッパーに引き上げてくれる。

朝からガンガンにヘッドシェイク。

言いかえれば、朝からこってりラーメンとギョーザのセットを食べるようなものだけど、平気。コレがないと駄目。気分がのらない。

こうして、モチベーションをいつでも高められる方法を確立している。

ところが去年は、いかんせんやる気に欠けた。精神的なダメージが余りにも深過ぎたのである。その証拠に、BGM に 吉田拓郎 を無意識に選んでいたのだから……。

そりゃ、駄目に決まってる……。



[GO TO TOP PAGE](#)