

真剣な時間の差

会津バスケットボール協会理事長 室井 富仁

人間の才能ってなんだろう。バスケットボール、勉強の才能って何だろう。アメリカのフロリダ州立大学の心理学者が傑出した技能の原因を調べる調査を実施した。

被験者はドイツの高名な西ベルリン音楽アカデミーのバイオリニストたち。生徒たちを三つのグループに分けた。最初のグループは、傑出した生徒たちのグループで、国際的なソリスト（独奏者）になることが期待され、音楽演奏の頂点をきわめた少年少女たち。すばらしい才能の持ち主、特別な音楽の遺伝子をそなえて生まれてきた幸運な若者とされる人々である。二番目のグループは、きわめて優秀であるがトップになれるほどではない生徒たち。世界最高のオーケストラで演奏することになるだろうが、スターのソリストになれるまでは期待されていなかった。そして最後は、一番能力の低い生徒たちのグループ。音楽の先生になりたくて勉強している。入学基準は他のグループに比べるとはるかに緩い。

それぞれに行ったインタビューの結果、どのグループの生徒も経歴は驚くほど似通っており、系統的な違いはまったくないことがわかった。生徒たちが音楽の練習を始めたのは皆8歳くらいで、そのころから正式なレッスンを受けている。最初に音楽家になろうと思ったのは15歳になる直前くらい。教わった音楽教師の数は平均4、1人、バイオリン以外に学んだ楽器の数は1、8。

だが、このグループのあいだで一つだけ、すさまじく予想外に違っているものがあつた。その違いはあまりにも大きかつた。それは、彼らが真面目に、真剣に練習してきた累計時間だつた。20歳になるまでに、最高のグループのバイオリニストたちは平均1万時間の練習を積んでいた。これは、二番目の良いバイオリニストたちのグループより2、000時間も多く、音楽教師になりたい三番目のグループのバイオリニストたちより6、000時間も多い。この差はすさまじい違いである。最高の演奏家たちは、最高の演奏家になるための作業に、何千時間も余計に費やしていたのである。

この調査でわかつたことは、辛抱強い練習なしにエリート集団に入れた生徒は一人もいなかつた。また、死ぬほど練習してトップ集団に入れなかつた生徒もまったくいなかつたということである。そして、最高の生徒とその他の生徒を分かつ要因は、目的性のある真剣な練習だけであるということであつた。

今まで述べてきたことは『非才』（柏書房）という本に書かれていたものである。著者はマシュー・サイド。イギリスのジャーナリストで元卓球のオリンピック代表選手（2回）。そして、世界的な名門校オックスフォード大学を主席で卒業した文武両道の努力家である。このような人だから非常に説得力のある内容が満載であつた。

タレントなしでスタートしたバスケットボールチームにとっては、上記の研究結果はとも勇気づけられる科学的知見である。やはり、最終的に重要なのは、生得的な才能ではなく練習あるのみ。近道などない。目的を持った真剣な練習の積み重ねあるのみである。

最後に、サッカーのスーパースター・ベッカムも言っている。

「ぼくの秘密は、練習だ。もしなにか人生で特別なことを実現したければ、ひたすらがんばって、がんばって、そしてもっとがんばることだというのが、ぼくの昔からの信念だ」