

平成29年2月20日(月)

老球の細道307号

バスケットボールも人生もリズムは同じ

会津バスケットボール協会 室井 富仁

教員を退職したら定期的に公立学校共済組合友の会というところから『公立共済 友の会だより』という機関紙が年4回送付されてくる。ここの投稿プラザには退職した元教員の人たちのその後のいきいきした人生が記されている。投稿欄の名は「いきいき人生」。今回号に東京の68歳の男性の興味深い投稿文が掲載されていた。

題は「今を、今悔いなく生きる」。今までの自分の人生を時系列に並べてみたら思わぬ発見をしたということが書かれてあった。興味深い内容なのでここで紹介したい。

- 調子の良い時と悪い時がある。
- 調子の良い時には、成功や成就、達成等、悪い時には、失敗や挫折、病気などになった。
- 調子の良い時には、何をしても上手くいく、悪い時は何をしても上手くいかない。
- 調子の良い時も、悪い時も長くは続かない。
- 調子の良い時と悪い時が交互にやってくる。
- 調子の良い時の頂点を線で結ぶとサクセスストーリーになる。悪い時ではマイナス履歴書、ミスストーリー。

このように分かったことから

- 調子が良くなったらアクセルを踏んで前へ進む、逆に悪くなったらブレーキをかけて止める

これを読んでいて思ったのはバスケットボールのゲームとまるで同じではないかということだった。試合では同じチームでありながら調子の良い時と悪い時がある。シュートが良く決まる時とまるで決まらない時がある。一人の選手の中にもそのリズムは起こる。

調子の良い時は、ゲーム終了間際でまぐれシュートが決まり番狂わせで勝ったりすることがある。悪い時は、ゴール下のノーマークシュートまで外して格下のチームに負けたり、ケガをすることもある。調子が良くて点差が開いて安心したりすると、相手がディフェンスを変えたりして途端に得点が止まり、相手に逆転のチャンスを与えてしまうこともある。良い流れは長くは続かない。前半負けていても後半の出だしでディフェンスをがんばり走り出したら、途端に形勢が逆転して勝ってしまったということもよくある。悪いことも長くは続かない。ゲームは不思議と良い流れと悪い流れが交互にやってくる。昔楽しんだパチンコもそうだった。良いことは悪いことの始まり、悪いことは良いことの始まり。

良い流れの時間を長くする、悪い流れの時間を短くするゲームマネジメントはコーチの腕の見せ所である。この流れを読めることがコーチの感性でベンチワークの能力となる。良い流れが来たらディフェンスのプレッシャーを強め速攻を出す。行け行けである。ミスが出てきたりシュートが決まらなくなったら一度スローダウンして、起点を決めてじっくり攻め直す。バスケットボールも人生もリズムは同じである。

この投稿者も言っているが「調子が良いからといって有頂天になったり、悪いからといって落ち込んだりして一喜一憂することなく自分の夢とロマンの実現に向けてしっかりと歩むことが大切だと思いました」。リズムに気がつけば流れが読める。流れが読めればバスケットボールのゲームも人生もコントロールできるのでは……。