

平成31年1月24日(木)

老球の細道459号

敵は我にあり

会津バスケットボール協会 室井 富仁

バスケットボールの勝負に情熱を燃やしていた20代前半の頃、早稲田大学でレスリングをやっていた幼馴染の友人から一冊の本をもらったことがある。プロ野球の監督として活躍した野村克也の『危機管理としての野球論・敵は我にあり』(サンケイ出版)である。今でも私の書棚で存在感を發揮し、事あるごとに再読させられている。

その本には友人が感銘を受けた場所にアンダーラインが引いてあり、さらに本の裏表紙にはいくつかの抜書きが雑然としたためであった。感銘を受け、絶対に忘れないようにしたのである。そこにはこんなことが記してあった。

「海の色は日差しで変わる」。「勝負の三力。①記憶力 ②推理力 ③判断力」

「勝負の選択には二つしかない。①安全策 ②冒険策。勝負はその選択の連続である」

「指導者の一番大切な条件は熱意である。学力、知識は少し劣ってもいい。熱意の劣っている人を指導者にははいけない。熱意のある人には人がついてくる」

「日本の投手は“結果”を意識しすぎているのです。そのため余分なところに力が入ってギクシャクする。米国大リーグの選手は“過程”を意識しているのです。“どうなるか”ではなく“どうやるか”を動作の軸においているのです」

両耳を餃子にしてレスリングの勝負に打ち込んでいた友人が、この本から勝負の極意を得るために必死になって読んでいたのだろうか。この友人の読書の仕方から、私も大切な所にはアンダーラインを引き、読み終えたらそれをノートに書き留めておく習慣を学んだ。

スポーツの場合、自分の思うようにいかないことは、ほとんど原因は自分にある場合が多い。自分自身のものの考え方、取り組み方、生活の仕方などに原因があることから「敵は我にあり」。戦う相手は、まずは自分自身なのである。

先日、県高校新人バスケットボール大会、全会津ジュニア選手権大会を観戦した。多くの結果に大きなアップセットはなかったようであるが、いくつかのチームでインフルエンザ、ケガ等でフルメンバーで戦うことができず不本意な結果で終わったチームがあった。

今は季節的に風邪、インフルエンザが流行しやすい時期である。また年末、年始にかけて練習もオフになり、それぞれの家庭においても暴飲暴食、運動不足の悪習慣に染まりがちな環境におかれてしまう。そのような環境にどっぷり浸りながら新年を迎え、悪コンディションの中で練習をスタートし大会を迎える。そこに勝敗のストレスも加われば、自ずとコンディションを壊しがちになるのは明白である。

いつもと違った過ごし方をする時期だからこそ、いつも以上に規則正しい日常生活を送りながら練習に励まなければならない。試合の相手コントロールすることは難しいが、自分自身のことは簡単だ。ウイルス、細菌、寒さ、暴飲暴食、睡眠不足などに対する備えも練習の一環として考えなければならない。

佐賀鍋島藩士山本常朝が書いた『葉隠』の中に「勝つというのは相手に勝つことなり。相手に勝つというのは、味方に勝つことなり。味方に勝つというのは、我に勝つことなり。我に勝つというのは、気をもって体に勝つことなり」という一節がある。高校時代、怠け心が出てきた時によく口ずさんでいたことを思い出す。