

ぶんせき

分析麻痺

ま ひ

プロ野球解説者で東北楽天前監督の野村克也は、現役時代キャッチャーとして活躍し、打者としても三冠王に輝くなど様々な記録を打ち立てた名選手だった。ある日の試合で絶好調のA選手を打席に迎えたときのことである。野村はマスク越しに親しげに声を掛けたのだ。

「おい、近頃エライ調子ええんっちゃうか？」

「ハイ、ありがとうございます。やっと自信がついてきました」

尊敬する先輩であり、憧れのスーパースターだった野村に話しかけられたAは、感激し、恐縮しながら大マジメに答えた。

「せやけど、ずいぶん思い切ったことするもんやな。そない調子ええのに、打撃フォーム変えるんやからなあ……グリップの位置、下げたんちゃうか？」

「えっ、そうですか？そんなつもりは……」

野村と言えば打撃理論でも神様のような存在。そんな人から突然フォームについての指摘を受ければ、考え込んでしまっても無理はない。結局、それ以来、彼は昨日までの絶好調がウソのように調子を落としてしまった。

このような症状を「分析麻痺」という。自分のちょっとしたフォームや技術について考え込み、分析しすぎてしまうために、かえって全体のバランスを崩してしまうことである。野村がAに話しかけたのもそれが目的だったのだ。相手の選手のグリップの位置まで心配してやり、親切に教えてやるキャッチャーなどいるはずがないのだから。

バッティングに限らず、これはテニスでも起こりうる落とし穴である。

大切な試合の直前や試合中には、自分の技術やフォームについて考えるてはならないということである。人間の「心」と「体」は、「頭」で考える中途半端な理屈よりもずっと高度で精密なチェックを繰り返している。「心」と「体」に全部任せておけばいいのだ。そうすればちゃんといいプレーをさせてくれるのだから。自分を信じることは、そんな落とし穴から身を守るための何よりも確実な方法でもある。

今までで最高のプレーをした試合を思い出してみしてほしい。そのレベルのプレーなら今すぐにでも出来るはずだ。しかし、それを可能にするのは、理屈で物事を考える「頭」ではなく、集中力や想像力、決断力といったメンタリティ、つまり「心」なのだ。

自分を信じなさい。そしてチームを信じ、成功を信じなさい。必ず出来るはずだから。後は精一杯やるだけである。しかし勘違いしては困る。一番大切なのは勝つか負けるかではない。これまでに様々な苦勞があり、悔しさがあ、困難があり、それでも諦めずに誠実に育ててきた夢は、たった一度の勝ち負けで価値を決められてしまうほど安っぽいものではないはずだ。自分を信じ、チームを信じ、成功を信じて、どれだけ本気で頑張れるか、今はそれが試されているのだ。