

ゴルフは難しい

江別医師会
おおぐろ耳鼻咽喉科

おおぐろ しんじ
大黒 慎二

私がゴルフを始めて35年くらいになります。数多くのシングルの先生がいらっしゃると思いますが、私はいわゆるミドルハンディキャッパーでそれほど上手いわけではありません。また年間70～80とか中には100ラウンド近いという猛者の方もいらっしゃると思いますが、自分は最高でせいぜい30ラウンドを数年行ったくらいです。しかしながら飽きっぽい性格であり長続きするものがない中、ゴルフだけは不思議と続いています。ラウンド数は多くないものの練習は結構やっている方かなと思います。例えば不愉快なことがあったときでも練習場でボールを打っているとまぎれてストレスが解消されることが多いので、そういうことが長く続いている理由のように思います。

ゴルフを始めて20数年の間自己流でやってきましたが、ちょうどラウンド数も増えてきてもう少し上達したいと思うようになったため、レッスンを受けてみようと考えました。たまたまマンツーマンで教えてくれるゴルフスクールをネットで見つけたので入会して通い始めました。初めて行ったとき“完全な手打ちですね”と指摘され、それから体をしっかり使ったスイングにしていきましょうということで、いろいろなドリルを与えられては練習することを繰り返しました。当初本格的に習えば2～3年もすれば効果が出るのかな、などと思っていましたが甘かったです。まさに“ゴルフは難しい”です。もちろん才能に恵まれた人ならもっと早く上達するのでしょうか私はそうではありませんでした。その後も通い続けて確かにスイングもそれなりに変わり全体のレベルは上がったように思うのですが、スコアが目に見えて良くなることはありませんでした。かなり頑張ってみたつもりですが思ったほど結果に結びついたという感覚はなく、徐々にレッスンに行く回数も減っていきました。

しかし2年前のシーズンオフ、11月くらいだったと思いますがたまたまシャドウスイングをしていたとき、偶然にある体の動きに気がつきました。それを元に練習をしてみると今までと違った状況になりました。ずっと解消されなかった同じミスが明らかになくなりました。ある体の動きとは捻転の仕方なのですが、あくまで自分の感覚なので言葉での説明は難しいですから詳細は割愛させていただきます。それからずっとその動きをメインにスイングすることを続けることでいろいろなことがわかって

きました。まず例を挙げるとゴルフの“あるある”で、プロゴルファーはダウンスイングを始める際に胸が右を向いたままキープできるが、アマチュアはすぐに正面を向いてしまうというのがありますが、これが再現できるようになりました。また普段練習に行くインドアゴルフ場（自分の通っているゴルフスクールではありません）があるのですが、ここでは私が習ったのと同じようにしっかりと体を動かす指導をされていて、やはり同じようなことを教わるのだなと思っていました。しかし捻転の動きに気づいてから見てみると、生徒の皆さんは自分が以前してかしていた全く同じミスを繰り返していることがわかりました。このようなことから自分の気づいたことが間違いのないことだとほぼ確信するようになりました。

そこで新たな疑問が生じました。今回自分が気づいたことがなぜ指導されてこなかったのかということです。レッスンでも具体的に教わった記憶もなく、ネットでも検索してみましたが似たような内容を見つかることはできませんでした。いろいろと考えてある仮説を見いだしました。次に疑問を解消すべく久方ぶりにプロの元を訪れてみました。自分の気づいたことや練習の経過などを説明しました。プロの見解は“そんなの関係ないよ”でした。そのことから多分プロになるようなレベルでは自分の気づいたことに悩んだことがなく、初めから自然にできているのだろうと考えました。あくまでも私のように完全な手打ちに陥った場合に適応されるのではないかと考えています。でも自分の気づいたことには確信がありましたので、関係ないと言われても続けた結果、今ではかなり良い状態となっています。もちろんそれでシングルになれるとはいいませんし、ものすごいスコアが出るわけではないかもしれませんが。ただスイングの悩みは格段に減りました。考えるポイントがものすごく絞れたからです。

さてプロから“そんなの関係ないよ”と言われた私の気づきなるものが果たして存在するのか信用するのはあなた次第です。

ちなみに私の習ったレッスンプロは本物のプロテストに合格しているツアー資格のあるプロゴルファーです。もし私が他人のゴルフに関する持論を信用するかと問われたら、多分信用しないと思いますが・・・。

終わり。