

## SC-60. 床屋からのアドバイス

“Advice from the Barber Shop”

by Lary Faris

抄訳 薩川俊三

私が昨日、床屋で順番を待っている時に読んだゴルフ雑誌に、最高のゴルファーが、ゴルフ・スイングと、重要な4つのポイントについて、トーナメントゴルフの精神的な面と名付けたアドバイスをしている記事がありました。それがシャフルボードの参考になると思ったので、彼のアドバイスと、私がシャフルボードに言い換えた記事が続けて載せて、床屋からのアドバイスとして紹介します。

(1)ゴルフ・スイング ゴルファーはスイングよりも、結果に注意を集中すべきだ。素晴らしいスイングを心に描くよりも、ボールがどこへ行くかを心に描くべきだ。毎回、完璧なスイングを期待してはいけない。ゴルフのショットは直観ですべきで、足はどこに、頭の高さは、などと考えていると、良いプレーが出来ない。

シャフルボードでも同様です。私は新聞に、シュートのし方や、身体の動きを連載しているのですが、自分のシュートを意識し過ぎて、シュートが悪くなったことがあります。私は従来、自分のテクニックを意識しないで、ただステップして、シュートするだけで、良い成績でした。プレーの結果だけに集中すると、自然に良いショットをするようです。

(2)重要な第1ポイント：お粗末なショットをしても自己批判をすべきでない。

最高のシャフラーの殆どが、お粗末なショットをした時にポーカフェイスで冷静で、多くの敗者がするように、そわそわしたり、いらだったりしません。彼らは失望していますが、お粗末なショットから学んで、次に何をやるかに集中しています。

(3)重要な第2ポイント：必要以上に良いショットをしようとしなさい。

シャフルボードでは、ハンマーでダブルを狙う、自分の10オフを取り除かないで半分隠れたディスクを狙うなどの、すべきでないショットをしてはいけません。安全で易しいショットを見つけよう。良いプレーを見せようとしてはいけません。

添付図は、第2ポイントの説明です。

(4)重要な第3ポイント：精神集中し過ぎない。

うまくプレーをするためには、精神を集中し、真剣でなければなりません。ゲームの前には誰かと冗談を言うなど、リラックスするのがベターです。

(5)特に重要な第4ポイント：コンディションに拘わらず、常にベストを尽くす。

シャフルボードでも、特に重要です。コートが悪かったり、風が吹いたりした時に、文句を言うのは容易ですが、皆が同じ難しい状態です。どんなコートやどんなコンディションでも、一生懸命プレーしよう。ビーズが吹き飛ばされたら、ハードショットをするだけです。悪いコンディションでも、ベストを尽くそう。

(訳者注：米国のトッププロ Lary Faris が、新聞に連載した“Shuffleboard Coach”の抄訳)

