

他人が私たちを見るように

私たちに自分自身を見る能力があたえられていれば

“へま”や“どじ”をしないですむ人が

どれほど多いことだろう スコットランドのゴルフ詩人・ロバート・バーンズ

2014年新春、私の大好きな詩です。私はこの詩に驚かされ“そんなはずはない”・・・
と言う強い思いに励まされゴルフを学んできた・・・と言えるでしょう。そしてこの詩の「本質」は1990年初頭にその効力を失ったと私は認識しています。

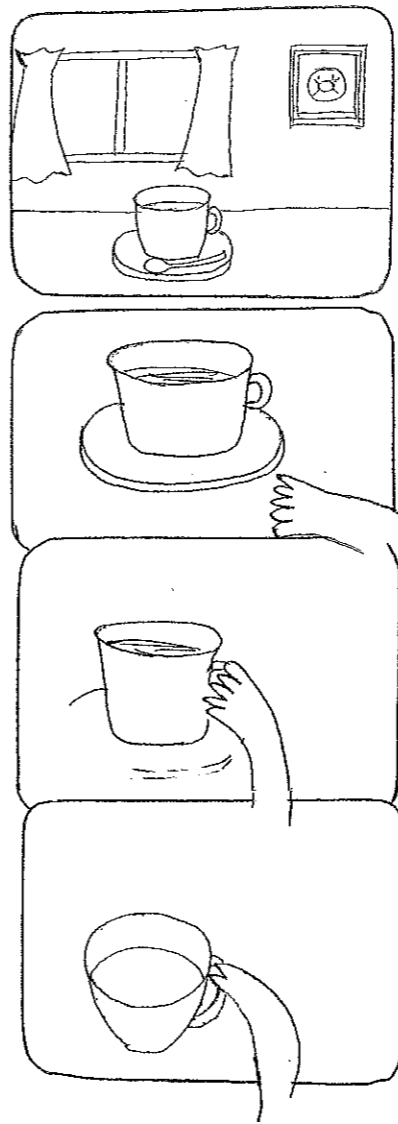
私達はゴルフスイングを組み立てる自身の動きに対して“自分自身を見る能力”を十分可能にする能力を持っていることと“へまやどじ”を繰り返すことを阻止する能力とこれらを進歩につなげる神経生理学的な証明は明らかにされています。

ゴルファーがターゲットを見定めアドレスに入りバックスイング トップ ダウンスイングでボールを打ち ボールをターゲットに向けて打ち出すという動きは、私達がコーヒーの入ったカップを手取る・・・という これ以上単純なことなどない行為のプロセスに依存している・・・ということをあなたが知ったとするなら・・・「また ゴルフを始めたいかなるようなレッスンですね」・・・病のためクラブを振ることができなくなった元生徒さんからこのようなお便りをいただきました。

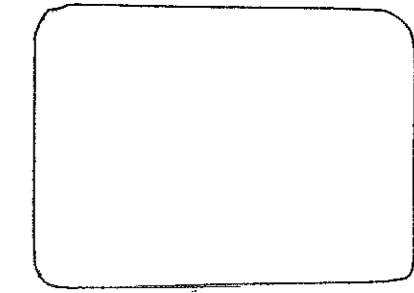
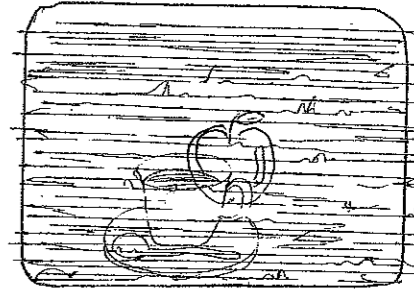
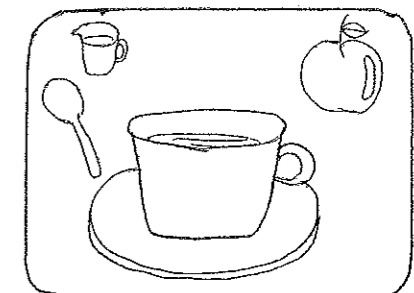
私たちは日常生活で腕や手 指 口を動かすのを単なる動きと見ています。
この単純な動きであっても“目的思考”という重要な信号のもとに生ずる動きなのです。
例えばコーヒーカップ(淹れたてのコーヒー)に手を伸ばし 指でカップを持ち上げ 口元に運ぶ 飲むという単純な行為であってもコーヒーを飲む という目的思考がその要求を可能にしてくれます。

コーヒーカップを持つという単純な動作の背後には感覚/視覚・触覚・臭覚・聴覚/に基づく動き同士の複雑な絡み合いが繰り返すことで成される習慣化された単純化なのです。

手を伸ばすことと つかむことこの2つの組み合わせであって両者は別々の動きですがその動きを支えている感覚が“連係“という最先端意識を私達”身体“に授けてくれます。



ゴルフカフェ「我想」
新春の光なす空気がマスター自慢の淹れたてコーヒーの香りで満ちている。
マスター 「初春の香り、一杯 イカガデスカ」
お客「いれたてこーひーに目を」
視覚は (カップまでの距離, カップの重さ, コーヒーの熱さ) 知覚
お客「こーひーかつぶに手を伸ばす」
対応 (距離の正確性, 重さ・熱さに対する評価, 取っ手に対する指具合)
お客「かつぶのどつてに指が」
情報 (腕は腕としての働きの情報を身体内部環境から, 指は目から感覚情報としての信号を受け行為として連係する)
お客「かつぶを持ち上げ口もとえ」
対応 (カップと口元の距離感, コーヒーの量によるカップの傾斜, 熱さによる唇の用意)



お客「芳醇な苦味とうまさ マスター頂きます」
影のマスター【お客さん飲むのチョイマチ、もう一つあんたにやっしてほしいことがある。】
今一つの試みとして A/目を閉じて同じ手順に従ってみてください。
答え/心は「何を」感じましたか?/不安
B/カップに手を伸ばすとき 隣のミカンに目を向けてみてください。
答え/カップを取ることが出来ましたか
/ギゴチナサ

私達は生まれて間もなく生きるためにこの腕 指の「ナメラカ」な働きを身につけてきました。
それは、毎日繰り返すことで習慣となりいつの間にか「潜在意識」として無意識的なものになりました。
さあー 潜在意識にアクセスし毎日何気なく使っているあなたの「便利機能」をスイングに再使用しましょう。

