

# 日常に忍び寄る...ゴルフを 停滞させる罠



## テキスト vol.2

非常識なゴルフの話

悪者になりたくないので、

あまり大きい声では言えませんが...

ショット力養成講座の参加者様だけにお伝えします。

(そして、あなたの身を守るためにも他の人には言わない方が良いでしょう)

ほとんどの人がハマる、本当はやってはいけないこと。

・そもそも、ゴルフ雑誌を読んでもうまにならない...

ゴルフ雑誌の目的は「広告」であって、  
あなたのゴルフを改善することではない。

連続写真を静止画で見ても意味がない。

(ゴルフの記事を書いている人がゴルフの記事だけ書いているわけでは  
ない時代があった...)

モチベーションアップやヒント程度 (でも、ヒントも入れすぎはダメ)

・「形」や「テークバック」に異常にこだわる日本人

「型の文化」、ほぼ95%「スイングオリエンテッド」の雑誌の記事

↓

結果、自分のスイングに自信がない人が多すぎる

(理由も間違っているのに、たまたまうまくいった方法にすがりつく)

## ・練習しているのに前に進まない理由

体の動きは、クラブを動かす補助的な役割

- (主) ゴルフクラブのフェースと (ダウン) スイング軌道
- (従) 体の動き

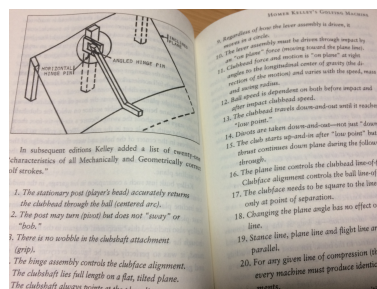
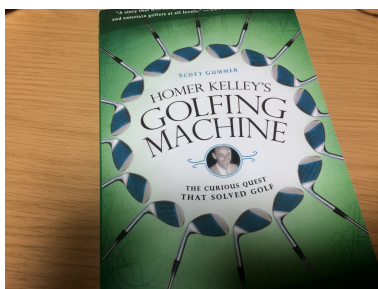
ちなみに、4〇タンス理論も、左〇〇打法も、スタッ〇&〇ルト全部、本を読んだり、インストラクターに話を聞きに行きましたが...

結局 (従) を変えて、(主) を変えようとしていることにかわりない。

より正確に (主) をプロはコントロールしようとしている。

(主) を理解しないうちに (従) からのアプローチは時間がかかる。

(メジャーチャンピオンを多数輩出している古典的名著と呼ばれる、「ザ・ゴルフイングマシーン」にもスイングはいくつかのパーツの組み合わせである...とされている)



これは「ザ・ゴルフイングマシーン」解説本の方ですが、実際に入手しました。

(原本はアマゾンで1万円くらいで買えます。)

本当に必要な考え方 (プロゴルファーの共通部分)

- ・ボールの飛び方はインパクトで決まる  
(より正確に言うとダウンスイングでの地点1と地点2)

- ・練習の真の目的

体のコンディションに合わせて、

キャリー (最初にバウンドする地点) と球筋 (曲がる方向と幅) をある程度※コントロールすることができること

=逆球がでなければOK

- ・ボールのキャリーの距離を1年を通して、まったく同じにすることは不可能  
(そして、その必要もない。クラブが最大14本もあるのはそのため)

- ・固定すべき目標と固定してはいけない目標がある。

## 固定すべき目標

- ・球筋のコントロール
- ・ダウンスイングでのフェース管理および打点管理  
(当て勘を磨く＝スイングしたときに、当たってしまう状態。当てにいくことではない)
- ・出球（ボールの打ち出し方向のコントロール）
- ・ボールの高低のコントロール
- ・プレー中の態度、メンタルコントロール、ゴルフに対する態度
- ・ショットを打つまでの手順、（思考とルーティーン）

## 固定してはいけない目標

- ・7番アイアンで150ヤード飛ばす。  
(気温、服装、天候、湿度で距離は変わるので意味なし)
- ・ドライバーで230ヤード飛ばす。（同じ理由）
- ・スコア（数字は実は意味がない。天気、コンパクション）

- ・定義を明確にする。

FPGM流ゴルフの定義は

「今持っている力で、ルールに則り、できるだけ少ない数であがるただのゲーム」

ただの・・・ネガティブな意味ではなく、ニュートラルな意味

「想像力を発揮して、（人格とか関係ない）ゲームとして楽しむ」

(cf)

- ・上達すると「仕事をしていない」と思われる。
- ・スコアにこだわるのは健康的ではない。
- ・いいスコアであがると、他の人に悪い

↓

もっと「上質世界」が実はあります。

そういうことを言わないコミュニティがあります。

パーの本来の定義

＝エキスパートプレーヤーが快晴無風のときに、出せるスコア

規定打数という意味ではない。

↓

マイパーの定義つくる。

## プレーのヒント

今から質問をします。

あなたにとって、

- (1) ティーショットの目的とはなんですか??
- (2) セカンドショットの目的とはなんですか??
- (3) アプローチの目的とはなんですか??
- (4) ファーストパットの目的はなんですか??

この質問の答えによって、

あなたが今どこのレベルにいるか?

そして、これからどれくらいのレベルになるかがわかる

質問です。

次のページを読む前に少し考えてみてください。

(僕自身がどのように考えているかもお話しします)

=====

次のページに僕の定義を書いています。

自分の心の中に「ゴルフ辞書」をつくり、

その定義を時々見直すことが

レベルアップのヒントになります。

今、考えていることも決して間違っているわけではありません。

ゴルフノートに現在の自分の定義を書いておくと

あとで振り返ったときに、

「自信」につながる財産になります。

=====



=====

僕自身の定義（コースと向き合い、自分と向き合うために）

（1）ティーショットの目的とはなんですか？？

・セカンドショットが打てる場所に運ぶこと

（2）セカンドショットの目的とはなんですか？？

・アプローチが打てる場所に運ぶこと

（3）アプローチの目的とはなんですか？？

・パーパットが打てる場所に止めること

（4）ファーストパットの目的はなんですか？？

・カップまでの距離を合わせること

調子が悪いときは、

「飛ばしたい」「まっすぐ（まげたくない）」

「寄せたい」「入れたい」「（誰かに）勝ちたい」「予選通りたい」と  
願望ギラギラ状態にすぐになってしまいます（笑）

そういうことを戒めるためにも・・・この定義を大切にすることで、  
メンタルコントロールができるようになるはずです。