

# バスケは“美”の追求にあり

## 【Dr. 辻のバスケ考】 “美”は元気と感動と仲間と 成長を供給するビタミンだ

スポーツがこの世の中になくならず、人間社会に脈々と存在する理由は何なんなのでしょう？ 人間が生きるうえでバスケットボールの必要な意義って何でしょうか？ 人類にとって必要ならなくならないはずが、世界で一番多くの人々がプレイしているスポーツ、それがバスケットボールなのです。

スポーツの存在意義は、人のQOL（クオリティ・オブ・ライフ・生活の質・人生の質）を豊かにするためにあると考えてみたらどうでしょうか？ 人間のQOLに必要な心のビタミンこそ、元気と感動と仲間と成長です。動物では決して追求することのできない元気と感動と仲間と成長という心のビタミンこそ、人間が自分らしく生きていくために必要なもの。そしてそれらを求め、それにより充足できる遺伝子は人間固有のもの。動物にはありません。これらが欠如してくると人間はQOLが低くなり、生きていけなくなるのです。それを感じる遺伝子が働かなくなり、OFFの状態になってくるのです。

しかし、そんな人間固有のきわめて大事な心のビタミンを私たちに供給してくれるものが、人間が創り出したスポーツという活動です。だから、スポーツは医療、芸術、コミュニケーション、教育なのです。すなわち、スポーツは文化なのです。バスケットボールは私たちが生きるために必要な元気と感動と仲間と成長を与えてくれる存在なのです。逆に言えば、それらのないバスケットボールであれば、それは人間には不要なので、自然に衰退していくことになるでしょう。

それでは、スポーツに、バスケットボールに、一体何があるから元気と感動と仲間と成長という生きる上で必要な心のビタミンを私たちに供給してくれるのでしょうか？ どんなものがスポーツに、バスケットボールにあるから元気と感動と仲間と成長が手に入るのでしょうか？ それは、「美」です。人は美しいものに元気をもらい、美しいものに感じ入り、美しいものに集まり、美しいものから学ぶのです。すなわち、スポーツの本質は、この美の追求だと私は思っています。美しいものに反応したり、美しいものを求めたりするのは人間だけです。ただ身体を動かしたり、闘ったりすることは動物でも行います。そんなスポーツは動物レベルです。でも、動物は美を追求して生きることはできません。

「美しい」にはいろいろあります。例えば、美しい動き、美しいチームワーク、美しい技、美しいカラダ、美しい生き方、美しい試合、美しい雰囲気などなど。「美しい」の素晴らしいところは人の数だけ、バスケットボールの数だけあるということなのです。試合をすれば、どちらかが勝ちます。チームをつくれれば誰かがベンチ入りします。試合では5人しか出られないし、誰かが活躍します。しかし、「美しい」を追求できれば、それはどの人にもバスケを通じて今よりも美しい何かを手に入れるチャンスが全員に平等に存在するでしょう。

「美」はいろいろな形で存在していたからではないでしょうか？ 主人公花道の生き方からはじまり湘北高校の勝利まで、すべてが美しいのではないのでしょうか？ だからこそ、多くの人々があのコミックから元気・感動・仲間・成長を得ることができたのだと私は思っています。

仕事柄さまざまな場所のさまざまな部活やチームや大会に行きますが、全くといっていいほど元気なかつたり、感動なかつたり、仲間なかつたり、いろいろな形で存在していたからではないでしょうか？ 主人公花道の生き方からはじまり湘北高校の勝利まで、すべてが美しいのではないのでしょうか？ だからこそ、多くの人々があのコミックから元気・感動・仲間・成長を得ることができたのだと私は思っています。

改めて、バスケットボールの真の存在意義を考え、「美」の追求を根底に据えるべきです。その上で、バスケットボールに携わる人たちがそれぞれの立場で考え、工夫をし、すべての人たちが元気と感動と仲間と成長を得るようにしていかなければならないと思います。バスケットボールのために、私たちのためにも……。

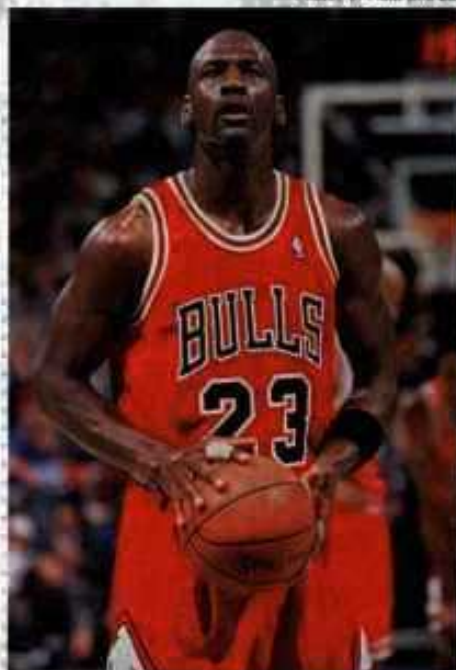
マイケル・ジョーダン  
美しく華麗なプレイで全世界のファンを魅了した



辻 秀一  
(つじしゅういち)  
スポーツドクター

1991年東京生まれ。北海道大学医学部卒業。慶應義塾大学で内科研修を修了した後、スポーツ医学とスポーツ心理学を専門とする。現在エミネスクロス代表としてさまざまな人や個別にチームドクターとしてカウンセリングやメンタルトレーニングでサポートしている（www.eminecross.com、03-5474-3755）。子どもたちの人間性を育む目的としたスポーツチームエミネスクロスや車椅子バスケットボールチームNo Excuse、耳の不自由な人たちの「スケ「Rough」、天童科健利を目標とするトップバスケットチーム「Excellence」、誰でも参加できるストリートバスケット「エミネスクロス」などを運営するNPO法人エミネスクロス・スポーツワールドの代表でもある。またビジネス界、音楽界にスポーツ心理学を「はメンソッド」として導入しビジネススマンや音楽家もサポートしている。

主な著書に「スラムダンク勝利学」（集英社インターナショナル）、「人のためになる人、ならない人」（ハジリコ社）、「弱さを強さに変えるセルフコーチング」（講談社新書）、「心のカコーティング」（講談社）、「ほんとうの社会力」（日経BP社）、「音楽家のためのこころのレッスン」（音楽の友社）など著書多数。



マイケル・ジョーダン  
美しく華麗なプレイで全世界のファンを魅了した