



ティー・ブレイク

NO. 91

フォアハンドストロークとバックハンドストローク

私がテニスを始めたのは、20数年前である。社会人になって、硬式テニス、いわゆる普通のテニスを始めた。今でも、まあ、さほど、上手ではない。テニスでは、相手が打ってきたボールを打ち返すグランドストロークには、フォアハンドストロークとバックハンドストロークの2つの種類の打ち方がある。

テニスを始めた頃は、フォアハンドストロークで打つのがやっとなのであった。バックハンドストロークを華麗に打っている、先輩諸氏は高嶺の花である。テニスを始めた最初の頃は、バックハンドストロークは、フォアハンドストロークよりも、遥かに難しい、ボールを打つ技術だと思い、これを疑いもしなかったのである。テニスを始めた最初の頃は、自分のコートに飛んで来てバンドしたボールを、ごく自然に利き腕でフォアハンドストロークによって打ち返す、ということ自体が難しかった。しかし、バックハンドストロークは、人が自然にラケットを使って、ボールを打つという動作に対して、わざわざラケットの裏の面を使って、ボールを打ち返すのである。先ず、どのようにボールがラケットに当たって、相手のコートに向けて飛んでゆくのかというイメージが湧かない。従って、何度やっても、うまく相手のコートにボールが返らない。

バックハンドストロークが打てる人は上級者である。だからいつの日か、華麗に、バックハンドストロークを打てるようになりたいと、日曜ごとに、練習に励んだものである。

しかし、それから20数年たって、今では、難しいのはフォアハンドストロークである。サンデープレーヤーにとっては、その日によって、調子の差が大きいのはフォアハンドストロークであると思う。バックハンドストロークは、さほど強く打てない代わりに、スランプとなることがなく、今となっては、ラケットを振れば、ボールが飛んでゆく単純な技術である。最近では、ラリーの練習を始めた直後には、フォアハンドストロークで打てるものを、わざわざ回り込んで、バックハンドストロークで返したりする。しかし、フォアハンドストロークは、攻めのストロークであり、調子が悪いとゲームに負けるという心理的な要素もあってか、その日によって調子が全く違う、自分でもコントロールできない難しいストロークであると感じることが多い。

フォアハンドストロークの調子が悪い時には、ショートラリーを行い、徐々にロングラリーをするようにしている。強く打たずに、基本的なことをチェックしながら、徐々に、強い力で打っても、正確なフォアハンドストロークが打てるように、慣らしてゆくのである。初心者の中から今までの、10分間の練習でおさらいするような感覚である。これを行うと不思議なほどに、フォアハンドストロークの感覚が戻ってきて、強く打っても正確なストロークができるようになる。

実際に、何かを難しいと思うことが、日常には度々ある。しかし、自分のレベルが上がると、それが180度逆転したりすることがあることも事実である。今まで難しいと考えていたことが、実は、さほど難しいことではなく、一方、簡単なことだと考えていたことが、すごく難しいことであったと再認識することがある。これは、自分が、前よりも何がしか進歩した証であると思う。そして、このような状態になってから、本当の面白さが分かったりする。

(雅)