



図解

スポーツ名言

言葉から  
知恵をつかめ

村木多津男

## 前書き

---

2011年に将棋のプロ棋士になった高見泰地君には、小学校三年生の頃から「名言」を紹介していきました。ところが、やる気のない小中学生にプリントを配ると紙飛行機になって戻って来ました。

これを図解化してみれば、分かりやすくなり興味もわくのではないかと考え実行しました。自分でやってみると、自分も言葉の意味を理解していなかったことに気づきました。言葉の背後の知恵をつかむことが大切なのです。

分かりやすく知恵をつかむのに名言の図解は威力を発揮します。できれば、自分でも試しに自分の好きな言葉を図解してみてください。

### スポーツ名言

<http://murakitatsuo1969.hamazo.tv/e2103104.html>

### 頭脳を鍛える名言集

<http://murakitatsuo1969.hamazo.tv/e1371418.html>

● 偉大な人間は反復の大切さを知り、単純作業にも  
気持ちこめる。 中田英壽

偉大な人間

・反復の大切さを知り

→  
→  
→

大切

・単純作業にも気持ちこめる

# 努力で理想へ

○人間には自分の思うようにならないことがあるという。ひてつは「人間はひてつでは生きていけない」ということ。もう一つは「自分の思うようになることはほてんでない」ということだ。自分の思うようにしたい。ところが現実とはなかなか思うようにならない。そこに理想と現実のギャップが出てくるわけだが、だからこそ努力が必要である。自分の思うようになるために努力して、その先にあるのが理想であり、夢であり、希望であり、願望である。野村天也

① ②  
自分の思うようにならないこと

② ①  
自分の思うようになることはほてんでない

理想・夢・希望・願望

努力

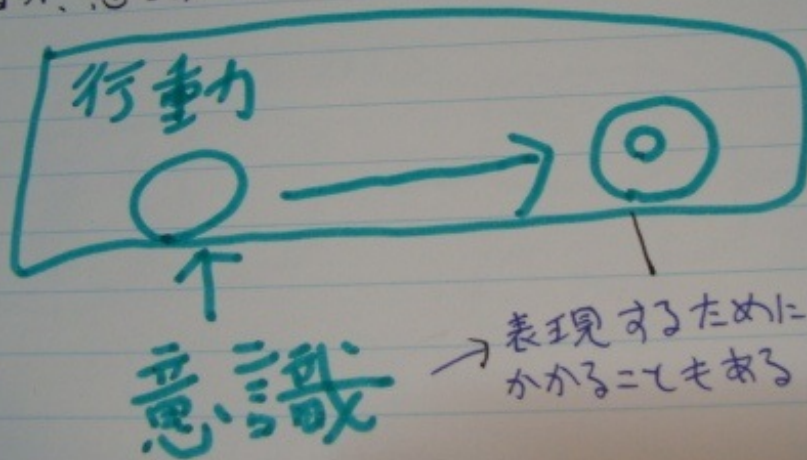
現実

思うようにならない

① 人間はひてつでは生きていけない

# 意識で行動が変わる

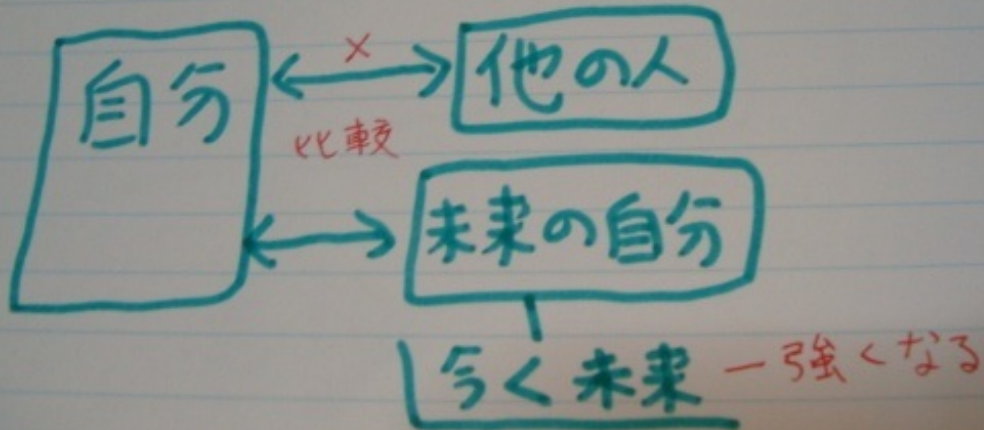
○ 意識したことを表現するためには時間がかかることもあるが、意識することで行動が変わってくる。中村俊輔



→ 表現するためには時間がかかることもある

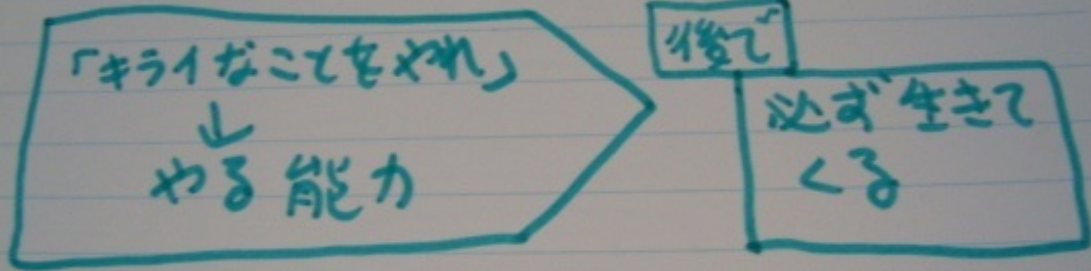
自分の未来と比較せよ

○ ほかの人と比較するんじゃないよ。比較しちゃ絶対に馬鹿だよ。いっでも、自分がいまよりも強くなることだけを考えなさい。  
小出 義雄



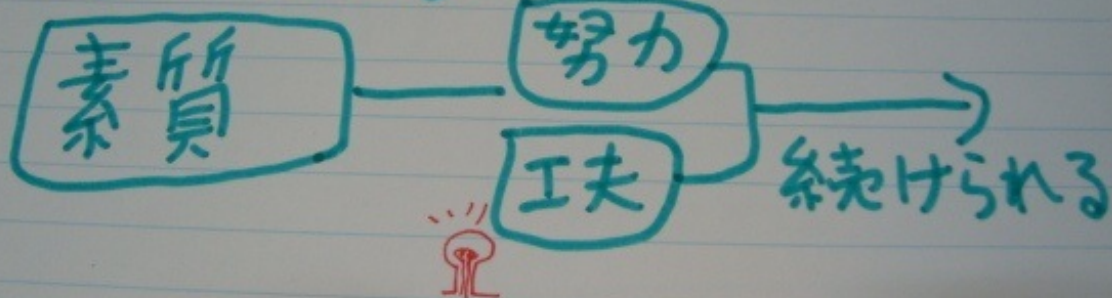
# キライなことをやれる能力

● キライなことをやれていわれてやれる能力は、  
イ後でかならず生きてきます。 イチロー



- 素質の中でいちばん大切なのは、努力を続けられる素質、工夫を続けられる素質です。 萩村 伊智朗

いちばん大切な



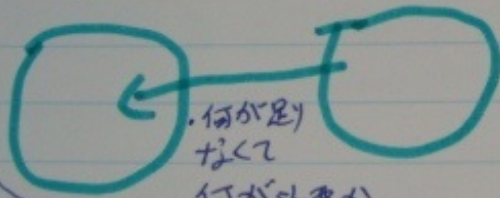


● 大事なものは常に未来を察知して、自分に何が足りなくて、何が必要なのか、危機を察知して準備すること。周囲の空気も読む、察知する力の重要小生ということだ。

中村俊輔

自分 → 未来

周囲の  
空気を  
読む



・何が足り  
なくて  
何が必要か

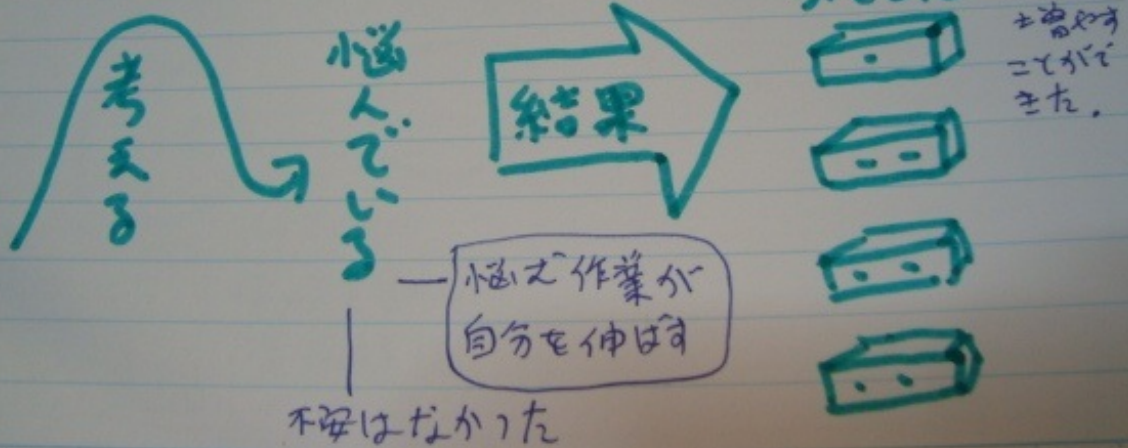
・危機を察知して  
準備すること

察知する力

!!  
重要性

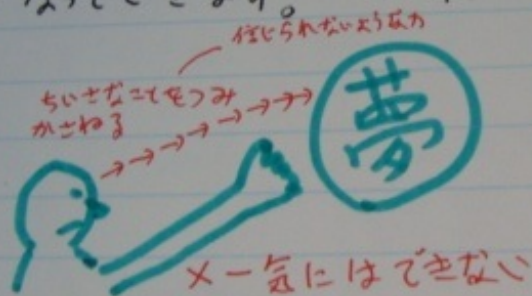
# 悩んで引き出しを増やせ

「考える」というのを乗り越えて、「悩んでいる」と周りから見えるほど、サッカーに没頭していた。でも悩む作業が自分を伸ばすことも知っていたから、不安はなかった。  
結果、いくつも「引き出し」を増やすことができた。中村俊輔



夢は小さなことを積み重ねて

① 夢をつかむというのは、一気にはできません。小さな  
ことを積みかさねることで、いつの日か、信じられないような力を  
出せるようになっていきます。 イチロー



一流になりたいかったら、一流の人たちがいるところに行けばいい。

一流の人たちがいる  
頃藤 元気

一流になりたい

一流の人たちがいるところ

😊 😊

# アドバイスは間口を広く

いろいろな人のアドバイスも、最初から「いらない」というのではなくて、人から「こうやってみたらどう」と言われたら、とりあえずやってみて、よかったら採用、駄目だったら不採用で、自分の中で選べばいい。どんなアドバイスでも、人にとってはよくても僕には適用しなかったという事はありますから、とりあえず何でも言試してみても、自分に合わないものは捨ててはいいと思うんです。ですから、お人まじりばかりはもたずに、最初の間口はできるだけ広くして、いろいろなものを吸収してはいい。さあ教也

いろいろな人のアドバイス → <sup>いらない</sup> → **とりあえずやってみる** ○ → **採用**  
→ **×** → **不採用**

- 最初の間口はできるだけ広げる 他の人によくて自分には合わない
- いろいろなものを吸収

やってみて考える

失敗するかもしれない。でも、失敗をするか成功をするかは、やってみなければわからない。失敗したら、その時点でまた、次を考えればいい。 萩原 健司

やってみる → ○

→ ×



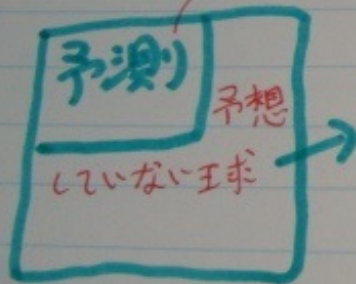
失敗したら、その時点でまた  
次を考えればいい



# 予測できない時にどうするか

自分がまったく予想していない球が来たときに、どう対応するか。それが大事です。試合では、打ちたい球は来ない。好きな球を待っているとは終わってしまいます。 イチロー

打ちたい球は来ない



## どう対応するか?

好きな球を待っているとは  
終わってしまう



ちょっと違えば、大違い

● 身体の向きを少し変えるだけで、プレーは変わってくる。視野が広がると、次のプレーの選択肢も増える。僕の動きに相手が反応するから、プレー前の動きが違えば、相手の対応も変わってくる。ボールを当てる足の角度とか、視線の置き方とか、本当にちよつとしたことで、いろんなことが違う展開となる。だから考えることはたくさんある。右にパスを出すふりをしながら、相手が右サイドの選手に食らいつくのそつ意図して、左に出すとか。僕がおてりになって走ることで、フリーの味方選手が生まれてくるとか……

ちよつとしたこと → いろんなことが違う展開 ⇨ 考えることはたくさん

身体の向きを少し変える → 視野が広がるとプレーの選択肢入

右にパスのふり

相手が食らいつく

左に出す

プレー前の動きが違ふ → 相手の対応も変わる (僕の動きに相手が反応)

● ボールを当てる角度 → 変化

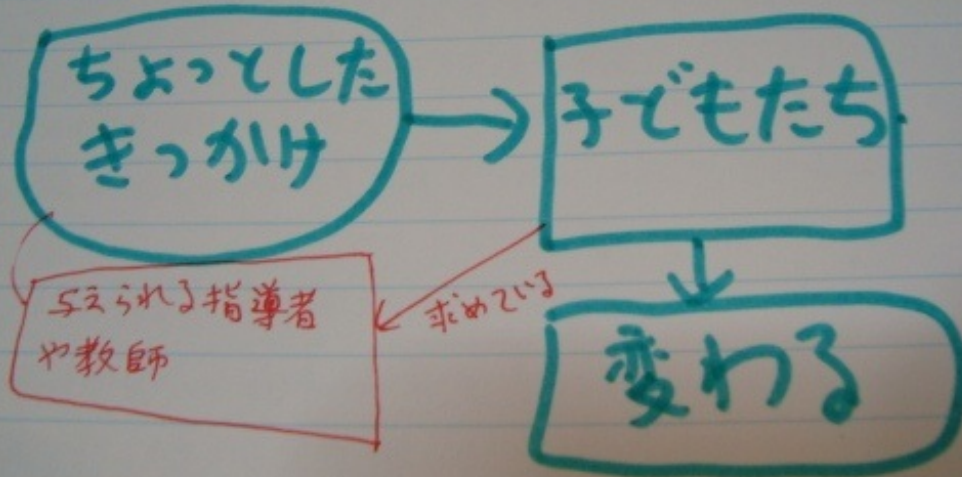
● 視線の置き方 → 変化

僕がおてりになって走る

フリーの味方選手が生まれる

ちょっとしたきっかけを与えろ

ちょっとしたきっかけを与えるだけで、  
子どもは本当に変わるんだよ。そんな指導者や教師  
を子どもたちは求めているんだ。 山口良治



新しものを常に加えていけ

戦術や戦法はどんなに斬新であっても相手から研究され、同じことをやられてしまえば、アドバンテージは失われてしまう。勝つ続けるには、それをベースにさらに新しいものを加え、磨いていかなければならない。

野村克也

戦術、戦法

斬新!

的

相手

まわる

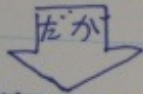
アドバンテージ

さらに新しいものを加え  
磨いていかなければ  
ならない

反復しろ。もがけ。

若い選手は異口同音にふたごめには「楽しくやりたい」と言う。それはいい。だが、野球がうまくなるためには単純作業の反復練習が欠かせないし、思いどおりにならない状況なかで苦悩し、もがき苦しむことも絶対に必要だ。 野村克也

若い選手 ~~母~~ 楽しくやりたい



野球がうまくなるためには

- ☆ 単純作業の反復練習 (三)
- ☆ 思いどおりにならない状況  
↳ 苦し、もがき続けること

絶対に必要

自由時間の際には、なるべく団体行動をとらないように選手たちには言った。人に合わせたり自分たちの狭い世界に閉じこもるのではなく、自分の意思で自分のやりたいことを決め、外の世界に積極的に出ていく。細かいことではあるが、そうした経験の積み重ねが人間を精神的に豊かにする。スリッ・トルシエ

自由時間 — なるべく 団体行動

× 人に合わせたり、自分たちの狭い世界に閉じこもる

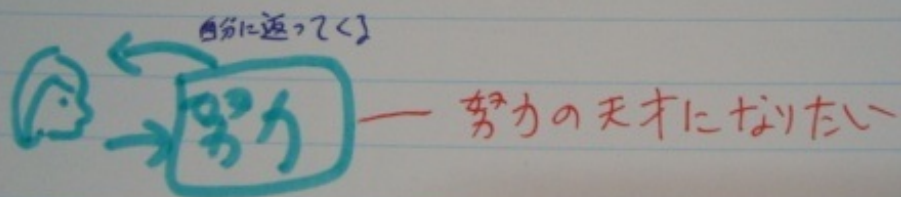
→ 自分の意思で自分のやりたいことを決め、外の世界に積極的に出ていく

こうした経験の積み重ね

人間を精神的に豊かにする

○ スポーツは、まさに人生そのものだ。努力した分だけ、自分に返ってくる。僕は「努力の天才」になりたいと思っている。イン・ヤブ

スポーツ = 人生

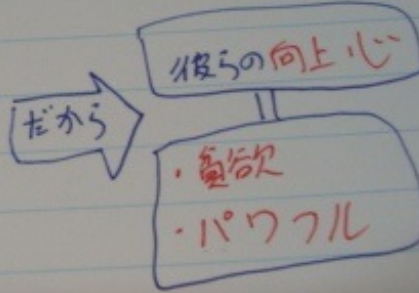
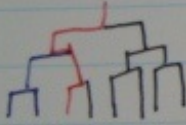


# 競争を勝ち抜く

ヨーロッパで育った選手はもちろんだ、南米やアフリカで生まれた選手たちも、子どものころから、激しい競争を勝ち抜いてきたという経験を持っている。だからこそ、彼らの向上心は貪欲でパワフルだ。

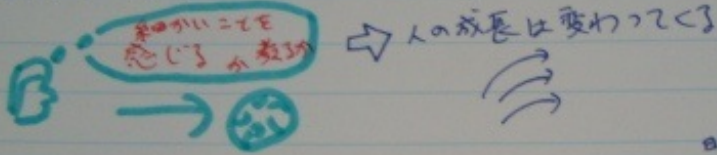
中村俊輔

ヨーロッパ、アフリカ、南米の選手  
激しい競争を勝ち抜いてきた

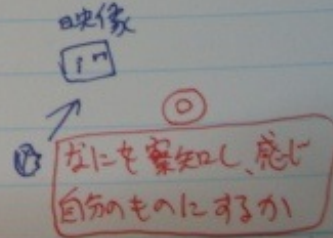


細かいことを感じるか、考えるか

① 細かいことを感じるか、感じないか、考えるか、考えないかで、人の成長は違ってくる。何も考えずにサッカーをやっても巧くはならない。そして、海外のサッカーをたくさん見たとしても巧くはならない。同じ映像を見ながら、なにを察知し、感じ、自分のものにするかということが大事だと思う。 中村俊輔



② ×何も考えずサッカーをやっても巧くならない  
海外のサッカーの映像を見ても





欠点を逆用せよ

足が遅いからシンキングスピードは速くなり、ヒザをケがしたからこそ、ケアを徹底して寿命が延びた。名波浩

足が遅い

シンキングスピードは速くなる

ヒザをケが

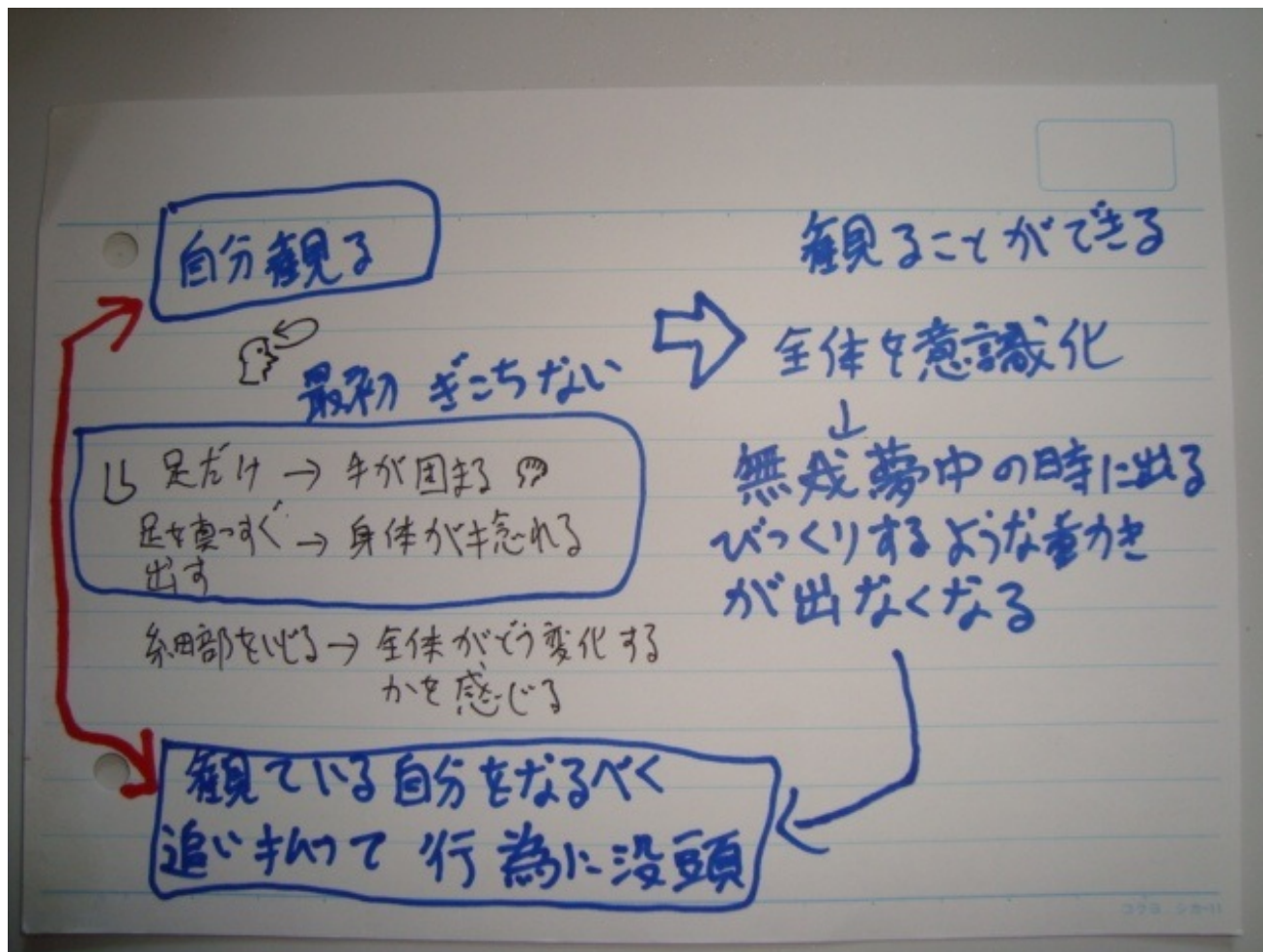
ケアを徹底して寿命が延びた

# 自分観と無我夢中の往復

為末大 「走る哲学」

◎自分の観始めは難しい。足だけ考えているといつの間にか手が固まっていたり、足を真っすぐ出す事だけを考えると身体が捻じれていたりする。細部をいじると全体がどう変化するかというのを感じながらじゃないと、最初は考えれば考えるほどぎこちなくなっていく。

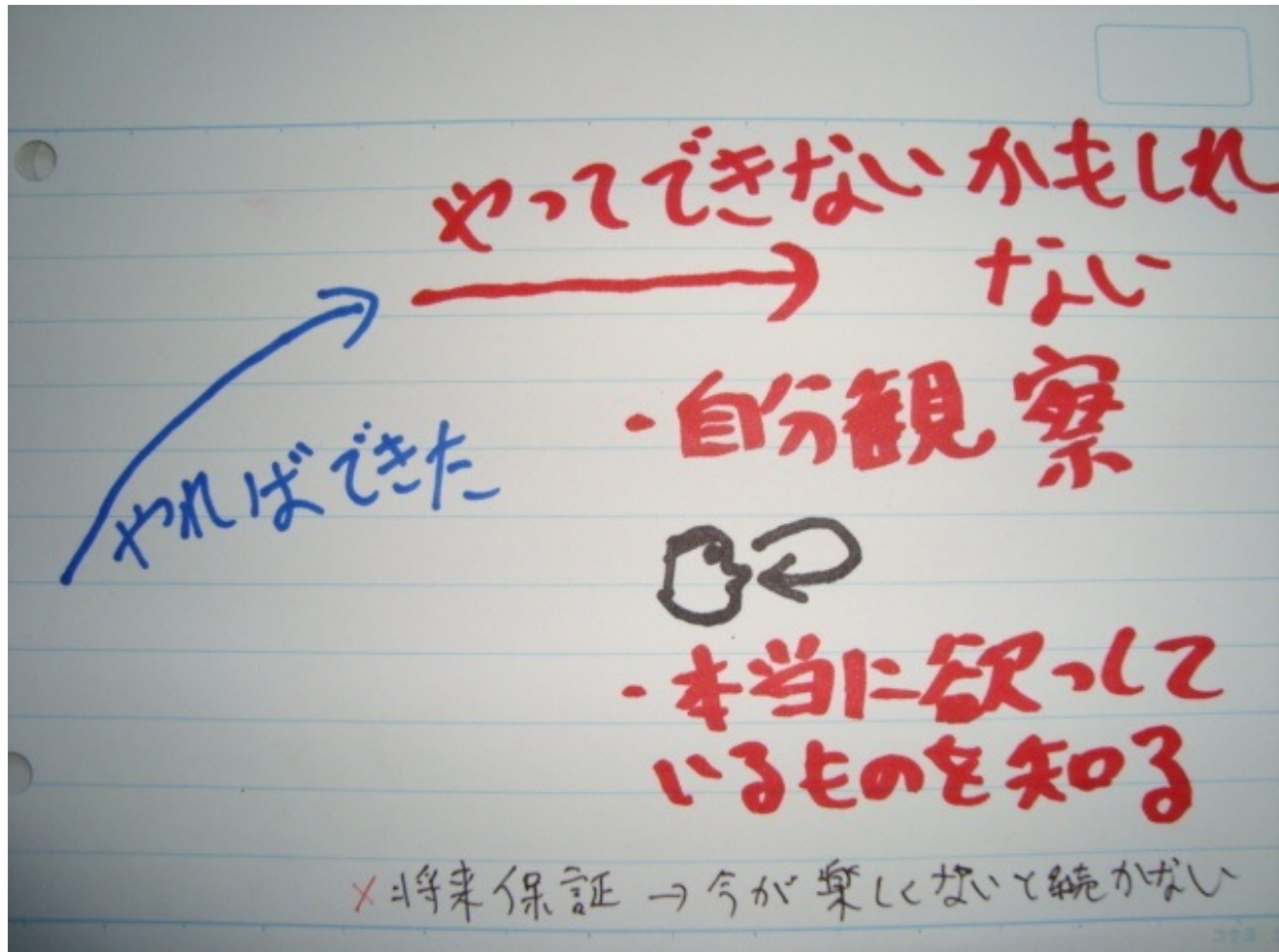
◎観る事ができるようになってきて全部を意識下に置こうとすると、無我夢中の時に出るびっくりするような動きが今度は出なくなる。いくら遊んでも自分を驚かせるには限界があって、その停滞を嫌がって今度は観ている自分をなるべく追い払って行為に没頭しようとする。行ったり来たり。



## 停滞の時期には自己観察し本当にやりたいことを

為末大 「走る哲学」

やればできた、の段階が終わり、やってもできないかもしれない、の領域に入ると、自分観察をせざるを得なくなった。陸上の練習は単純で辛い。しかも頑張っても将来が保証されていない。つまり"頑張ってる今が楽しくないと続けられない。それは自分が本当に欲しているものを知らないとわからない。



## 他の図解名言

---

<http://p.booklog.jp/book/39354/read> Shogi quotations with charts

<http://p.booklog.jp/book/34738/read> 名言を図解する

<http://p.booklog.jp/book/33156/read> 図解頭脳を鍛える名言集 100円

## 自選記事

---

パプーで作った電子書籍

<http://murakitatsuo1969.hamazo.tv/e3157216.html>

私の人気記事ベスト10

<http://murakitatsuo1969.hamazo.tv/e5145078.html>

「天才村木の勉強道場」自選記事

<http://tensaimuraki.hamazo.tv/c625692.html>

「ユーモア、川柳、名言」自選記事

<http://murakitatsuo1969.hamazo.tv/c613424.html>