

ビアンキカップに復帰するための一步一步

2014年3月24日投稿

毎年3月は、競技イベントの始まりの月です。とはいえ、野球の春期トレーニングのことを言っているわけではありません。3月のバスケットボールの大興奮シーズンとも違います。私のカレンダーでは、3月1日は自分自身の春の準備の第1日目を意味します。その日から5月半ばのビアンキカップを目指し、射撃競技とそのトレーニングに集中する2カ月半に入ります。ナショナルライフルアソシエーション(NRA)のナショナルチャンピオンシップ『ビアンキカップ』には、プロ、アマチュア、そして軍のトップシューターまでが集まって、一年のうちでも最も過酷な競技の1週間を過ごします。選手たちは、身体的忍耐の限界に挑戦すると同時に、非常な精神的疲労を強いられます。

写真提供: エリザベスクレア

ビアンキに向かったトレーニングのために、家族も友達も、3月1日になると私が陰鬱になると口を揃えて言います。今までの年はいつもそうでした。でも2014年の私はとても違います。

射撃の世界のメンバーの多くは、私が去年ビアンキのタイトルを防衛できなかったことを知っています。私は、1年のうちの大好きなそのイベントの開催中、ミズーリにさえいなかったのです。私はカリフォルニアにいて、歩くことを一から練習していたのです。

2013年、ビアンキカップのほんの数週間前に、私は脚を骨折しました。右脚膝下の腓骨と脛骨の螺旋状骨折でした。The WON(Women's Outdoor News)創刊号のコラムにも書きましたが、主治医によれば、普通に歩けるようになるまでに6カ月、腫れが引くまでには1年かかるだろうということでした。でもミズーリの病院に入院していた間に、私は競技の時に見るのと同じ視野狭窄を体験していました。私は1年以内に、一生自分を弱者にしてしまう可能性もある怪我から完全に回復してしまわなければならないと思い、病院のベッドにいらながらも、完全な回復に向けてのプランを描いていました。

調子が最善の時でさえ、ビアンキで競技に参加するのがどれだけ大変かはよく分かっていますが、その時、私はまさに最悪の状態でした。そこで私は、中国と西洋の医学、私にとっての二つの世界の良い所を組み合わせ、それに全信頼を賭けることにしたのです。白衣のドクターたちに囲まれて、私は眠り、そして起きている時には1日数千カロリーを食べるといふ、中国式の体力の付け方を実践しました。

写真提供: エリザベスクレア

私は、カレンダーの12月のある日付に丸をつけました。ちょうど7カ月半後に、カリフォルニア州のオンタリオで開催される、競技での復帰を目指したのです。その時までには、歩けるようになるだけでなく、射撃をするための十分な身体のコントロールが必要なのはもちろん、走ったり平伏したりできなければなりません。

ですから、その目標のために、私はドクターの言うことにはすべて絶対的に従いました。フィジカルセラピーを始めて、毎日欠かさずストレッチや関節の屈伸を、動けなくなるまでやりました。歩行器を使ってスタミナをつけ、弾薬を何箱もテープでまとめたものをバーベルのように持ち上げ、腕が萎縮しないように気をつけました。毎日睡眠をたっぷりとり、食事もしっかり摂りました。特に最初の数週間は本当にたくさん食べました。卵、ベーコン、パンケーキ、果物、プライムリブ、スイートポ

テトやケーキなど、1日4000カロリーのメニューです。まず眠り、そして食べる。これが中国医学の基本なのです。これは効果がありました。

そして、カリフォルニアの自宅に戻った頃には夏が始まり、私は歩行器を使う一方で、自力で歩く決心を高めていきました。毎日、自分の家と裏庭の周りを何周も歩いて、その一步一步がゴールへ近づくためだと信じようと思いました。完全に道を踏み外してしまって、この記事での私の略歴に元チャンピオン、元選手と書かなければならなかった可能性も大いにありました。でも私は、ドクターの言いつけや、フィジカルセラピストの指示、一家に伝わる中国医学にきちんと従えば、ミズーリに振り返ることが出来ると信じたのです。

写真提供: エリザベスクレア

忍耐と練習(夫が我が家の庭に、エアソフトガンの射撃場を作ってくれました)の日に明け暮れたその夏と秋を一気に過ごし、12月、私はカリフォルニアのオンタリオで“Shooters to the line”の声を聞きました。自分の脚が気味の悪いような変な角度に曲がった状態で地面に倒れていて、生きられるのかどうかも分からなかった時から、ちょうど7カ月半後のことです。

肉体的にも精神的にも、より強くタフになって、私は最後に競技に出たときとは違うシューターになっていました。でもそれ以上に、私は逆境に打ち勝つ自分の基本的な能力を信じられるようになっていたのです。

私は注意深くラインにつきましたが、よろけて最初のショットを外してしまいました。誰もが望むような輝かしい再登場を果たすことはできませんでしたが、それまでの非常な努力を思ったら、諦めることはできません。何か月ものフィジカルセラピーと病院通い、居間のカーペットの上で片足の前にもう片足を出すだけのことのために、いやになるほど苦しい時間に耐えてきたのです。なんとか気を取り直して集中しました。結果的に、その競技では4枚のプレートを外してしまいました。私の射撃キャリアの中で、4枚のプレートを外したのは、それ以前にはたった一度だけで、それも10年近く前のことでした。それでも競技には参加を果たしたのです。試合が終わる頃には、身体が私の言うことを聞くようになり、私は新しい目標を持っていました。2月までには伏射をこなせるようになると決めたのです。

つい2~3週間前の競技で、完璧とは言えないまでも、うまくプローンをやりとげることができました。トータルスコアは1920点満点中、1905でした。

今はもう3月になり、私自身の春のトレーニングは正式に始まっています。今年はすべてが今までとは違います。私には競技する準備が整っており、記録を更新して自分のベストを出すばかりです。あと一步を踏み出すだけで良いのだと感じています。

© ヴェラクー、エリザベスクレア

ヴェラクー

ヴェラクーは、アメリカ国内のアクションピストル女子の部で8回優勝しており、世界でも2回個人タイトルを取得しています。最近では、2012年9月に開催された、ドイツのNRA世界アクションピストルチャンピオンシップにおいて、女子チーム(ペアー)で金メダルを獲得しました。ヴェラは、1999年以来、アメリカのアクションピストル射撃チームに所属していることを誇りに思っています。また、スポーツシューティングに対する愛情とともに、文化的な期待にも応えられるよう挑戦しな

がら、アスリートとして競技を行うことへのプレッシャーを分かち合うことに、情熱を燃やしています。