



私の趣味・剣道

会員 佐々木 隆史 (58期)



私の趣味は剣道である。

小学校3年生の時、機動隊の道場で習い始め、中学校1年生まで続けた。

その後、永く剣道を離れていたが、司法試験に合格した年、再び町道場に通い出した。

以来毎週1, 2回のペースで稽古に通い、6年経った。現在段位は3段である。

剣道のルールをおおまかに説明する。

剣道は、2名の競技者がそれぞれ竹刀しなと呼ばれる竹製の棒を持ち、互いの頭部(面)、手首付近(小手)、胴体(胴)、喉部(突き)を竹刀で打ったり突いたりする競技である。

相手より先にこれらの部位を有効に打ったり突いたりした方が勝つ。

さて、剣道で勝つためには相手より先に打つことが必要であるから、俊敏な攻撃動作を行えることが基本的に重要である。

しかし、単に早い攻撃動作ができれば相手を打てるというものではない。

相手が防御の意識を持っているときに攻撃しても防御される確率が高い。

では、どのような機会を狙えば打てるか。

それは、相手に攻撃意思が生じた瞬間である。

人は、特定の部位を攻撃しようとする確定的な意思を生じたとき、同時に防御を意識することができない。

だから、攻撃意思の下に攻撃動作に出ようとする

瞬間、相手は完全に無防備になる。そこを狙う。

早過ぎれば防がれ、すかさず反撃される。遅すぎれば当然打たれる。

一瞬の機会に持てる全ての力と技と気力を出し尽くす。

私はそこに剣道特有の美しさを感じる。

ところで、攻撃動作に移る以前に攻撃に偏った心理状態にあると相手の攻撃に対して脆弱になり、危険である。

したがって、安全に勝つためには、自分は攻撃にも防御にも偏らないニュートラルな心理状態(無心)を保ちつつ相手の攻撃を誘い、相手が攻撃動作に出ようとするのを察知して、瞬時に攻撃することが必要である。

相手と剣先を交えて対峙しながらどのようにして無心を保つかは、難しい課題である。

以上述べたとおり、剣道の稽古は、相手の意思を察知したり、自分の心理をコントロールしたりという精神修養の側面を持つ。

そのため上達に非常な長年月を要する。

しかし、老齢等により身体能力が低下しても相手の意思を察知する能力が高ければ若者と互角以上に勝負することができる。

私の通う道場でも、80歳近い老先生が若者を打ち込んでいる光景が見られる。

剣道は生涯続けることができる競技である。

私も一生続けていきたいと思っている。