

居合道 だより

第158号





はじめに

台風10号や11号そしてそれらの余波で今年は残暑が短く涼しくなっている。夏から急に秋になったようだ。数日前から慌てたようにツクツク法師も鳴き始めている。

子供の頃はツクツク法師が鳴き始めると心穏やかではなくなったものだ。夏休みの終わりを知らせるその鳴き声は、長い休みを怠惰に過ごしてきた少年にとっては、非情な現実をいやと言うほど知らしめる目覚まし時計のベル音だった。

20年ほど前まで現役の頃は、ツクツク法師が鳴き始めると、さあいよいよ全日本への戦いが始まった、いや追い込みだ、最後の仕上げの時だと、これまた心穏やかならず、不安とはやる心との狭間で不安定な日々を過ごしていたものだ。そのトラウマから未だに抜け出せないでいるこの時期の自分を、ツクツク法師はわら囃って鳴いているかのようだ。

県の審査会まであと一週間、全日本居合道大会まであと約一ヶ月半、6～7段審査会まであと約二ヶ月半になった。

よくどうしたら緊張せずに本番に臨めますか、普段通りに出来ますかと聞かれることがある。

それぞれの目標に向かって技を錬り、体調を整え頑張っている剣友達よ、一番の特効薬は今まで誰にも負けない稽古をしてきたという揺るぎない自信だ。しかし当然誰もがそんな薬を持てる訳ではない。そういう人にとっては、最後は心の持ち様が決め手となってくる。

上手く見せたいと思っても見せられるはずはない。成果は頑張った分しか得られないのだから。そのことを知ることだ。それだけで目の前の霧が晴れたような気分になってくる。それでこそ普段の稽古通りの実力が出せるのである。

確かにそれぞれの目標までそんなに多くの時間は無い。時は待ってはくれない。頑張った者にもそうでない者にも等しく時は過ぎてゆく。

しかし、真摯に本気で物事に取り組んでいる者には、どんなに短かろうとも、時は十分に確かにその者に応えてくれる。

晴れ晴れと一心に！



主な活動

8月4日(日)	居合道講習会	居合道部	福岡市中央体育館
31日(土)	第46回居合道中央講習会	全剣連	京都市

九月・十月の予定

9月1日(日)	第46回居合道中央講習会	全剣連	京都市
8日(日)	福岡県居合道段位審査会	福剣連	福岡武道館
22日(日)	福岡県居合道伝達講習会	福剣連	福岡武道館
10月19日(土)	第54回全日本居合道大会	全剣連	高知

八月四日居合道講習会



八月四日居合道講習会



編集後記

今年は順調に増えた居合道初心者体験教室。小学生低学年や女性の参加が多く見られる。非常に嬉しいことです。現在、福岡県剣道連盟では特に女性の参加や稽古会に力を入れています。未来を担う少年少女の育成もまた重要課題とされています。居合道部も当然その流れに沿って動いています。

参加者は皆、特に少年少女達は日々稽古を重ね、たまに会う稽古会などでどんどん成長していくのが見て取れます。稽古不足の我々もそれを横目で見ながら、成長の早さと技の練度に驚くのです。

また、全く経験がないんですと言って入ってこられる方も、やったことがないから真剣に取り組んでいく、素直に言われた通りにやる、興味が湧く、上達すると、稽古の中で体の変化を味わい、刀が自分で納刀できるようになったこと等がモチベーションになりまた次のステップへと進む。中にはいつの間にか気がついてできるようになっておられる方もおられるだろう。

最初はまず筋肉痛に悩まされる。使ったことのない筋肉や、変に力が入っているので、人によっては強烈な筋肉痛になるのではと思う。ほとんど使わないで錆びついた機械をギシギシと油指しながら動かすが如く。しかし早い人で1ヶ月、遅くとも2ヶ月程度でその筋肉痛していた部分のサビが落ち、筋肉痛がなくなる頃には体が動く事の快感に変わる事間違いありません。また前述の、ちょうどその頃からできなかった納刀がなんとなくできるようになりだし、「刀に触りたい、刀を抜きたい」という衝動が芽生え出す。そのタイミングを踏み台にしてグングン成長を始める。自分で認識できるレベルで体が動き出す。「ああ〜じぶんの体って鈍^{なま}ってたんだなあ〜」と実感するでしょう。

鈍っていた部分だけでなく稽古では「なんでこんなに自分の体って思った通りに動かないんだ？」というジレンマと実生活では「体調がいい！」など経験すること間違いなし。自分自身にエネルギーが湧き出した瞬間です。

また精神面でも「自分を仮想の敵」として相手するうちに、自分のコンプレックスや嫌いなところに打ち勝つ動作をするため、自分に自信が持てるようになりまた勝ち癖もつく。参加したその日から即いい仲間もできます。

学びて時に之を習^{またよろこ}う、亦説^{またよろこ}ばしからずや（孔子）（学んだことを繰り返すと理解が深まり、できなかったことができるようになる。なんと楽しいことだ。）

（・・・全て個人的な見解です。ツッコミは受け付けません www ^^; ）

居合道体験教室の申し込み期間は8月末で終了しましたが、まだ余裕がありますのでしばらく受付を延長します。

居合道初心者体験教室 9月開講！！参加者受付中



現在、福岡県剣道連盟居合道部では居合道初心者体験教室の参加者を募集しております。老若男女、誰でも参加できます。また道場によってはすぐにでも始めることができます。お気軽にご相談ください。

© 公益社団法人 福岡県剣道連盟・福岡県剣道連盟 居合道部

第158号 令和元年9月発行

発行：福岡県剣道連盟居合道部

URL：<http://riai.info/>

発行人：井手友太

〒819-1132 糸島市有田36番地-1

TEL:092-322-0847