

2011年1月16日

二段補 空手道について

西東京本部 浜田山支部

細谷 ジョアンナ

空手は、人生の浮き沈みを切り抜けるための助けをしてくれる。私たちは、幸運と運命がもたらすこの浮き沈みを、しばしば拒絶しようとする。例えば、空手でも、私たちは試合で負けた時や人前で恥をかいた時などはかなり「沈んで」しまい、なんとかそれを正当化しようともがく。その一方で、試合に勝った時などはその「成功」を自分の本来の姿として受け入れようとする。

しかし空手の世界では、私たちはこの浮き沈み両方を経験し、その間の均衡を模索することにより、人生について、また私たちの日常について学ぶことができる。自分の経験すべてを受け入れることは常に容易なことではない。なぜなら最悪の経験は、自分の短所や弱点を実は正確に反映しているのではないかと私たちはつい思ってしまうからである。でも、現実を経験し受け入れなければ、私たちは進歩することもできないし、人として成長することもできない。失敗とは、私たちがもともと受け入れたくない、しかし受け入れなくてはならない、友と言えよう。

道場の中で行われる稽古は楽しいこともあるが、一方で、そこで肉体的および精神的不調に悩むこともある。しかし、たまに恥をかいたり、稽古や試合中に弱さを感じることもあっても、もし健康な時に空手を始め、そして運がよければ、いつかあふれんばかりの強さを経験することができる。空手における上達は道場の作法に則って実現されるが、同時にそれは人に肉体的強さを与えるものである。

浮き沈みを避けて通ることはできないが、道場で、私たちは自分達の強さに磨きをかけることができる。そしてさらに、そこで得た感覚と我慢強さはどこでも通用する。人生においてどんな試練があっても、きっと乗り越えることができるという自信になる。なぜなら、私たちはできないと思っていたこともやることのできた経験があるからだ。人前で厳しい稽古を重ね、板を割り、沢山の型を練習し、そして覚えてきた。

稽古をするたび、私たちは日常の苦勞がそこで一旦途切れることに気がつく。エネルギーが生み出され、放出され、そしてエネルギーの流れ自体がそこで改善される。私たちは活動的になる。一瞬、一瞬の動きを体で感じるができる。上達を目指す上で、恥ずかしいと思うことは何もない。勝利は永遠のものではない。変化するその一瞬の時に、全神経を集中させることを私たちは習い、そして身につけていくのだ。

人が空手で座禅を組む時、そこは別の人がいるようでいないという不思議な空間である。最終的には、私たちは自分たちの中に正しい構えを見出すことができる。そして、それを簡単に捨て去ってはいけないのである。いかなる状況においても、稽古中指導者がそばにいても、構えは一人で行うものなのである。

空手には、道義的な要素のみならず、深い知的な要素が存在する。空手に対する私たち自身の誤解や知識の不足といったものが、個人的な上達や自分たちが学んだことを他者に伝えることを阻んだりする。指導をする中で気が付くのは、自分の中で明確でないことを他者に説明することは

困難であるということである。他者に教えるためには、一つ一つの動きは概念化されなければならない、理解されるように伝える必要がある。従って、他者に説明することによって私たちは更に学ぶことができる。

道場は、学びと教えが信頼と結びつくところであり、また安心感を与えるところでもある。道場という端正な空間の中で、私たちは他者に対して理解を深め、尊敬や感謝の念を抱き、そしてしばしば友情さえも育むことができる。空手で私たちは教え、そして教えられる。宗家岡田先生や私たちの本部長はこのような空気を正に体で表現していらっしゃるように思われる。正直に言って、道場の中で個々の関係がどのように表われ、維持されているのか、外国人が理解するのには相当な時間がかかり、その上どの程度まで自然に行動しても許されるのか判断するのは難しい。しかし、学ぶことが沢山ある中でわかったような気になるのは愚かなことではあるが、時には勇気をもって自分なりの判断をしなくてはならない。

私たちは空手から、人生における失敗や加齢に打ち克ち、さらなる目標に向かって進んで行くための大きな勇気をもらうことができる。人生とは代価をとまなうものであり、私たちの目標も能力に応じて改めざるを得ないことがあるかもしれない。しかし、私たちが学びを深める中で、同時に私たちの限界も広がって行くのである。自分たちが自分たちにもたらされた肉体的および精神的変化を受け入れても、稽古により私たちはさらに成長することができるのである。これが空手の道である。