



★支部長雑感

ルール上、相手の技の被弾率が高い我々の空手の組手には、突き蹴りを被弾しても、それを耐える打たれ強さが必要です。組手試合などは、打たれ強さが勝敗を大きく左右します。空手の指導者として道場生には打たれ強さを身に付けて欲しいと思いますが、打たれ強くなるには身体を大きくして、身体を頑健にすることが基本ですが、打たれ強さの根本は痛みに対する耐性です。痛みに対する耐性とは叩かれ、蹴られて痛くとも、それを我慢することで得る、痛みに対する「なれ」です。心の痛みは別として身体の痛みは、痛みに対して我慢を重ねることで人間は痛みが強くなり、痛みに対する耐性を得ることが出来ます。

近年の私は膝が悪く、先日、膝の具合が少し気にかかり診療を受けた際、膝に水が溜まっていたので人生で初めて膝の水を抜くという治療を受けました。膝の具合が気にかかることは度々あり、多分、これまでも膝に水が溜まっていたことはあったように思いますが、これまでは気にせず自然治癒に任せていました。今回はたまたま診療の際に膝に水が溜まっていた治療を受けましたが、膝への水の溜まり具合が結構重度だったらしく、普通に歩けたり、正座も出来ていましたが「よく、こんな状態で歩いたり、正座が出来ますね。」と、医師が少し驚いたように仰っていました。診察した医師は私が空手の指導者であることを存じられており、感嘆するように「やはり痛みには強いんですね。」とも仰っていただきましたが、痛みには強いのも怪我の状況を悪化させる場合があり、気をつけなければならないとの注意をいただきました。痛みには強いのも良し悪しですが、ともかく私が痛みが強くなったのは、体質もあると思いますが、長年の組手の修練が影響しているように思います。

人間は、痛みが強くなるものです。痛みが強くなるには、我慢できる痛みへの我慢を重ねて、痛みへの「なれ」による耐性を得る苦勞が必要です。痛みが強くなる苦勞は、体質や体つきで個人によって差がありますが、苦勞が大変でも我々の空手の修練者は、稽古での痛みを耐えて、打たれ強くなるべきと私は思います。

ところで道場生の成長は、組手でよく感じます。空手を習い始めた当初、組手で突き蹴りの被弾による痛みで、身体がすくんで動きが止まったり、泣き出したりする道場生は多いものです。しかし組手を重ねるうちに、強打を被弾しても怯まず、動きが止まらないようになりますが、それは打たれ強くなったための変化です。「打たれ強くなった」と感じる時ほど、私は道場生の成長を特に感じます。組手における道場生の打たれ強さには、内面的な心の強さを感じるものですが、私には心の強さと一緒に感じる、もう一つの心の働きがあります。その心の働きとは、心の「自由、な働きです。

自由とは、改めて調べてみると「他からの強制・拘束・支配などを受けずに、自らの意思や本性に従っていること」とあります。身体をすくみ上げさせ、身体の動きを止まらせる、我々の空手の組手における痛みは、自由を奪う強制・拘束・支配に相当するものです。痛みが自由を奪うものであるならば、痛みに屈せず組手で思うように動き続ける様は「自由、そのものに私は思います。空手で打たれ強くなることは、組手で自由な心のままに、自由に動くことができる「自由を身につける、ことと私は思います。

「自らが痛みを知ることで、人の痛みを知る、ことは、我々の空手が武道として培う修養精神の一つです。自らが痛みを知ることで、痛みを経験することから打たれ強くなる、ことでもあります。打たれ強くなることで「自分が打たれたら痛いように、人も打たれると痛いんだ。」と思うような、心の余裕からの気づきが生じますが、その心の余裕は自由を成分として含み、自分の心を自由に働かせるとともに「人の心も自由であるべき、との、気づきを与えたいと思います。

社会には強制・拘束・支配などで、人の自由を阻害する輩もいます。人の自由を阻害する輩は、自由を奪われる人の心の痛みを知りません。人の痛みを知らないということは、これまで書いてきたことを逆説的に講じると「打たれ弱い、ということになります。

社会には自由が必要です。社会の自由を守る一端は、人が打たれ強くなることにありと私は思います。社会的に空手、特に我々の空手の修練者は、打たれ強い人間の範となれるように思います。新極真会徳島西南支部では、打たれ強い道場生の育成に努めていきたいと思っています。

★information

◎稽古の休み

< 休み > 鴨島道場…5/4 (土)・5/25 (土) 美馬道場…5/4 (土)・5/25 (土) 徳島市加茂道場…4/30 (火)・5/3 (金)・5/24 (金)
阿南道場…4/29 (月)・5/4 (土)・5/6 (月)・5/27 (月) 三加茂道場…5/3 (金) 池田道場…5/4 (土)

※稽古開始 2 時間前に、気象警報が発令の場合、稽古は休みとなります。また冬季は積雪により路面凍結の危険性がある場合も、稽古は休みとなります。その場合、個別連絡は行わずホームページにてご案内します。

◎阿南道場、振替え稽古 <4/30 (火) ※同日の徳島市加茂道場はお休み >

4 月末から 5 月最初にかけて阿南道場の月曜日が 3 回連続で休みとなるため、振替え稽古を 4/30 (火)に行います。稽古時間等は通常の月曜日の稽古の通りです。了承のうえ、よろしく願い致します。なお同日の徳島市加茂道場の稽古は、お休みさせていただきます。

◎支部内強化稽古 <5/3 (金・祝)>

下記のとおり支部内強化稽古を行います。参加資格はありません。参加できる人は頑張りましょう!!
とき…5/3 (金・祝) 場所…鴨島道場 時間…9 時～12 時 服装…自由

◎四国・岡山合同稽古 ※今回は新居浜市の山根総合体育館です。前回と会場が違うのでご注意ください。

四国・岡山合同稽古が下記のとおり開催されます。参加できる人は頑張りましょう!!
とき…5/6 (月・祝日) 時間…11 時～15 時 30 分 場所…新居浜市山根総合体育館 2F 柔剣道場 (〒792-0844 愛媛県新居浜市角野新田町 3 丁目 14-1) 服装…道着 (上下着用) 稽古内容…型、技術練習、スパーリング、フィジカルトレーニング

◎ <大会案内> カラテドリームフェスティバル 2024 国際大会 (新極真会主催)

カラテドリームフェスティバル 2024 が下記の通り開催されます。申込みはオンラインで各自の申込みとなります。出場希望の道場生は事前に指導員まで申し出て、新極真会ホームページに記載されている大会要項を確認のうえ申込み下さい。また確認のため申込んだ後の報告も指導員までご連絡ください。
とき…7/20 (土)・21 (日) 場所…東京都体育館 (〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷 1 丁目 17-1) オンライン申込み期間 (期間 5/8 (水)～5/21 (火)) 方式です。ご不明な場合は指導員にお尋ねください。

◎試合申込書の記入の際のご注意 !!

試合申込書の記入の際、以下の点にご注意ください。

★所属流派名などの所属先記入は <新極真会徳島西南支部> お願いします。逢坂道場、美馬道場などは不要。

★身長・体重は必ず記入。他にも記入すべき欄は必ず記入。

最近では出場部門の複数化、オンライン申込みなど試合申込みが分かりづらい場合があります。不明の際は遠慮なく、指導員にお尋ねください。