

## 『お父ちゃん剣士、昇段審査 六段合格への道』

五泉市剣道連盟

安達敏正

この度、平成27年11月24日（火）会場：東京会場 日本武道館にて 目標で有った剣道六段の昇段審査に合格する事が出来ました。

これもひとえに、今までご指導を頂きました先生方を始め、共に稽古のお相手をして頂いた剣友各位のお蔭と感謝に堪えません。

振り返れば、小生の剣道歴は21年前の当時40歳から始まります。

当時小学生だった小生の長男が、剣道のお誘いを頂き剣道を始める事と成り、当時稽古場で有った、地元の小学校体育館へ稽古日に送って行き、終わるまで稽古を見学し、終了後帰宅する日々を送っていました。

小学生の稽古・一般の諸先生方の稽古を見学させて頂いているうちに、小生自身も徐々に剣道の魅力に少なからずとも引かれて行きました。

そんな12月の寒いある日、故山崎正平先生（範士八段）から、「安達さん、見学だけでは寒いでしょう？一緒に竹刀を振って汗を流しませんか？」と声を掛けて頂き、竹刀を貸せて頂き、素振りの仕方をご指導頂きました。

当然剣道に対する魅力を感じつつ有った小生の心の中に、火が付き始めました。帰宅後、妻と子供達に「お父さんさ、剣道を習うぞ！」と告げると、案の定、「続かないのでは？」の反応。

また連盟で同じく始めて間もない子供達と共に、腰に手を添えてすり足の稽古を行うそんな親の姿を見てか？恥ずかしい！耐えられない！」等のブーイングの嵐で猛反対。

そんな中、防具は当時の連盟の先生から古く成り使わない面と胴を頂き、道着・小手・垂れ・竹刀だけは自分で用意をし、小生の『お父ちゃん剣士』の剣道修行がスタートしました。

剣道を始めたもう一つの理由に、当時体重も増え、血圧も高く成り、血糖値も高めで、掛かり付けのお医者さんからは、運動をしなさい！との指導も受けていました。当時はゴルフに夢中になっていましたから、当時ラウンド数も年間49回が最高でしたが、医者からは「健康を取り戻すには週1回のラウンドよりも、日々行う運動を行うべし」と指摘されていた事も剣道を始めたきっかけの一つでした。

余談ですが、剣道を習い始めて、ゴルフにもプラスの影響が？小生は比較的握力が弱い為、ゴルフのラウンドも後半のラウンドに入ると、左手のグリップが甘く成り、ミスショット（お昼のビールが悪いのか？）でスコアを崩す事が時々有りました。しかし、習い始めて数か月頃から気が付くと、左手の握りが少しづつ強く成ったのか？

後半でスコアを崩す事も少なく成って來たのです。当時、『これは！一石二鳥』と内心喜んでいました。

当初は、剣道は老いても続けられる種目でも有り、健康の為に長く続けられれば良いと考えもありました。

実は反対に、寒い冬の体育館に子供たちが防具持参で稽古に來ても、当時はご指導される先生が不在の時も多々あり、稽古開始時間からかなり遅れて来られる日も多く、保護者の立場からすると、「子供を五泉市剣道連盟に入会させて本当に良かったのか？」疑心暗鬼の心境で稽古を続けた事も事実です。両方の気持ちを同時に味わう結果ともなり、複雑な日々でした。

またご指導される先生が指導されている稽古内容（切り返し・大きく面打ち・小手打ち等・・・・）稽古順番をメモに書き込み、指導者不在の時には、保護者の立場では子供たちに指導は出来ませんので、入会してからは稽古内容の項目を書いたメモを見ながら子供たちに伝え、指導者不在の中、子供達だけで稽古をする様に指示を勝手ながら行っておりました。そして、剣道を始める事により少しでもご多忙な指導者の為にお手伝いが出来ればと考えておりました。

当然剣道初心者で有り、子供達に稽古順番を伝えるだけではダメですので、自分自信も、色々な剣道関係の本を購入し、見様見真似で子供達に伝える事を自分も出来る様に稽古をしました。

そして年が明け2月に新津武道場で開催された初段の審査を受けた際、初段に合格した時の喜びと緊張でノドが乾き、声が出なかった事を今でも忘れません。

それから次の昇段に向けての稽古の日々を送りました。三段は8月のお盆明けの暑い中、寺泊で3泊4日の合宿稽古に参加し、最終日の昇段審査会にて合格。そして四段と昇段するにつれ審査も厳しく成り、上の段を目指す為の稽古に目を向け始めたのが、五段を頂いた頃からでした。

六段審査受審可能な年の2年前頃から本格的に審査を意識し稽古を始めました。当然その頃は姿勢・構え・発声・等は常に意識する様にしておりましたが、基本稽古より互角稽古を中心に、限られた審査時間の1分内に有効打突を取れば良い物と単純に考えて稽古をしておりました。ご指導を頂いている先生・剣友等からは初太刀を取る事の大切さを常々お聞きしていた為、自分勝手に判断し、とにかく先に1本を取る事だけに目を向けていました。

初太刀の1本を決める事は当然大切な要因ですが、その初太刀を如何に決めるかが大きな問題です。

蹲踞から『始め！』の声と共に、立ち上がり間合いを詰め、触刃の所で充実した気勢（腹から声を出し）と共に、腹から声を出し気攻め、そして・・・・などと考え、初めて臨んだ六段審査会では、事前にご指導頂いた先生方からの『緊張しない様に』との言葉などすっかり忘れ、ただドタバタと打ち込んでいた事を思い浮かべます。

結果は当然不合格でした。結果の判断にと終了後にハガキでA・B・Cで三段階評価

を頂けるとの事で早速申込みましたが、届いた結果は C。

その時から六段合格するには、審査員は何を望んでいるのか？合格の条件とは？これらを気にしだし、参考に成る資料等を専門雑誌・DVD 等で探し始めました。

そして当然新剣連主催の模擬審査会等の受審者講習会に参加し、指導頂く先生から、悪い所のご指摘を頂き、稽古場で指摘された事を克服する稽古を続けました。2回目の受審・3回目の受審・と残念ながら合格に至りませんでしたが、受審するたびに合格と言う目標に向かって、自身が何をすれば良いのか？目標がハッキリと見えて来た様に思います。その反面、目標達成への強い意欲と、そのプレッシャーから昇段審査から逃れたいと言う弱い気持ちが交差する事、多々有りました。

時には、受審して不合格に成った 1 週間ほどは自信を無くし『別に段位が無いと、剣道が出来ないわけでも無く、昇段審査だけが剣道では無いのでは？・健康の為に始めた剣道では無いのか？』などと、投げやりな思いに駆られる事も度々有りました。

しかし 2 週間もすれば、そんな考えも消えてしまうのが剣道です。

皆さんから認められる剣道を目指すには、昇段審査と言う場で、自分自身の剣道を発表し、審査員から見て頂き、評価して頂く。その結果が合否に成るのです。

六段審査は 1 分です。その限られた時間（秒にすれば 60 秒）の間に、いかに審査員が納得する剣道が出来るか否かです。良く言われる、正しい間合い・打ち切る打突・攻め・溜め・相手を引出す・正しい打突の姿勢・発声・着装・構え（立ち姿）等々・・・剣道で良く言われる『懸待一致』だと思います。

目指す段位取得の為、それらの項目を身に付ける為に自分自身の問題点を課題に挙げ、日々の稽古で一つ一つの課題が身に付く事で、日々の稽古にも耐え続けて来られたと思います。また、普段の日常生活の中でも、足腰を鍛える動きが出来る場所が有れば、出張の時は駅などエスカレーターを使用せず階段を利用するなど、意識すれば色々有ります。

普段の稽古でもそうですが、日々の互格稽古も大切ですが、ただ互格稽古するだけでは『打たれたくない・打ちたい』の気持ちが前に出てしまい、審査の合格に必要と思われる条件などすっかり忘れて、悪い癖が出て来ます。審査日の数か月前からは、基本打ちを中心に置きながらの稽古と、互格稽古でも常に打ち切る打突を意識し、双方が『合気になって充実した気勢』で打ち込む稽古も必要かと思います。

また、同じ道場内での稽古は、どうしてもお互いが手の内を知っている先生同士との稽古に成ります。審査では、どの様な剣風の方がお相手されるか？全く分かりません。時には出稽古も必要と思います。色々な剣風の先生方から稽古を頂く事で、地力が付くと思います。

幸い小生は、他の道場への出稽古は少なかったですが、毎週日曜日には市外から他の連盟の先生方が、多方から当連盟に出稽古に来場されるので、その先生方に稽古を頂き、出稽古に行ったと同じ練習効果を得る事が出来ました。ご来場頂き、稽古頂いた先生方に深く感謝申し上げます。

自身の問題点を、稽古で補い自信をもって、迷い無く昇段審査に臨む事が、一番の

昇段審査合格への道と思います。

最後に、六段合格には剣道の基礎を教えて頂いた、故山崎正平範士八段・故藤井新二郎教士八段の教え無しには出来なかつた事と改めて感謝しております。  
これから真の六段を目指して更に日々稽古を重ねると共に、更なる上の段位を目指し、心身共に健康を維持しながら、稽古を続けて行きたいと考えております。  
各位にはこれからも、ご指導頂けます様、何卒宜しくお願ひ致します。

平成27年 12月吉日