

七段昇段記

令和4年5月14日、名古屋にて七段昇段致しました。

ここまでご指導頂きました先生方、一緒にお稽古をして頂きました皆様に御礼申し上げます。

私が剣道を始めましたのは39歳からです。

当時、子供の剣道教室でご指導を頂いておりました岩切先生から勧められ、婦人剣道教室に入り基礎から学びました。

掛かり稽古では、北澤先生にお願いすると始まる前に必ず「正しい剣道をしましょう」と言われ、立会いの構え、両肩の力を抜き・大きな発声・左腰を入れ中心を取り、打つべき機会を見て打ち切り・残心まで、気を抜くことなくやってきました。

練習を終わって自宅に帰ると、いつも喉の痛みとかすれ声と腰痛でした。

このたびの七段審査は、コロナ禍・2年近く休んだため不安がありました。

素振りは毎日していましたが、全身の筋肉が落ち下半身(足元)の均衡が取れず、立会いをするとしっかりと踏み込むことができなくなりました。そこで、その対策として

- ① 自宅の庭でゴルフボールを300球以上を打込み(横振り)、下半身安定と側筋・背筋を鍛える。
 - ② 前進の面打ちを連続で、1拍子打突で一回一回確認しながら、スピードをつけて打ち込む。
 - ③ 相面が入らなくなったとき、谷口先生にお稽古して頂いた時を思い出し、久しぶりに稽古をお願いしてはじける相面が打つことができ、感覚が戻りました。
- 最後は基本稽古に戻り、正確な動作を行うことを心掛けました。

審査当日は良く眠ることもでき体調も良好で、名古屋へ向かう新幹線の車窓から富士山に合格祈願をして向かいました。

審査会では、良く相手を見ることができました。

一人目は男性で身長180cm以上の体格がっちりの方で、私は150cmですので、会場全体に聞こえるくらいの大きな発声を出し、気力だけは負けぬように相手に攻めて向き合うと相手が出た瞬間、体が自然と前に出て面が打て、続く二本目は小手が取れました。

二人目は女性で、私と同じほどの身長で初太刀は面、二本目は小手、その後私が出るのを待って胴を打とうとしている気配を感じ取ることができたことも良かったと思います。

義両親との同居・看病・介護・看取り・子育てと大変でしたが、応援してくれた家族に感謝です。

剣道をすることで良き仲間と出会え、体を動かし汗を流し頑張ってきました。

今月で66歳になりましたが、これから学んでいかなければならないこと、まだまだあります。

厳しい剣道の中に楽しみを感じ、努力を積んで参りたいと思います。

今後ともよろしくお願い致します。