

文化講演

◆変わる力・変える力

帝京大学 空手道部 師範 香川 政夫

【key words】空手を題材とした基本修得の重要性、研鑽を積む順序の大切さ

【Abstract】

「型破り」という言葉があります。基本に囚われない自在な状態と勘違いされがちですが、そうではない。自在に技を使うためには、基本技術を修得していることが大前提なのです。基本があるからこそ、型を破ることができるわけです。では、基本はなんのためにあるか。あるいは、最も基本的な稽古を繰り返す意味はなにか。昨今、多くの指導者は基本の稽古よりも高度な技術や試合形式の実践トレーニングのほうが、試合成績を残すために有効だと考えています。ことに国際大会が盛んになった現在、この傾向は強くなってきました。私は基本稽古とは強くなるために「通らなければいけない道」なのだと考えます。例えば、1から3のステップが基本にあたる部分だとします。これを飛ばしても、第6段階まではたどり着くことができるかもしれない。でも、それ以上の段階に行こうとすると進めない。必ず壁に突き当たります。これは、基本稽古によってでしか乗り越えられない。基本稽古は、地道な内容で時間もかかります。すぐに結果も出ないので敬遠されます。私は選手を選考する際には、大会成績ではなく、基本的な稽古をこれまでどれぐらい積んできたかを注視します。基本に忠実な技を使っているかどうか。それは、その人の「クセ」の強さで見分けられます。それまで起用に大技を使って勝ち進むことができた人も、クセが強ければその先ののびしろは限られます。ならば、試合上手な高校生を選考して、大学で改めて基本稽古に取りくめばよいのではないか。そういう考えもあります。ところが、後から基本稽古の空白を取り返せるのかというと、そうはならないのです。テクニックで成果を出してきた人間が、そこから基本に立ち返ることはとても難しい。つまり基本を修得するには、これに適した年齢、あるいは時期があることも知っておくべきです。やるべき時期に、やるべきことをやっておく。これはとても重要なことなのです。