＜「日本剣道形」＞ Part①

「戦う心」と「平和な心」の修行

日本剣道形が制定され百年余りが経つが、この剣道の教育手法として採用された理由は、竹刀を用いた「打ち込み稽古方式」による

○ 手の内の乱れ　　○ 身体の崩れ　　○ 刃筋を無視した打突

などを矯正するためといえる。

剣道の原点は、「刀による命のやり取り」と言えよう。その考え方は現在も明確に残っており、試合や稽古でも「刃筋正しく」という要件を、刀から丸い竹刀に置き換えても、打突の方向性を重要視し、突きを除く一振りの中で瞬時に有効性を求めている。

日本人が腰に刀を差していた時代の「戦い」を前提とした剣術稽古において、「切られたら負け」という生死を分けたギリギリの精神状態の下、その覚悟を常に求め、求めさせてきた。

一方「命のやり取り」に終始し、「勝つことだけ」を目的とした表面的なことばかりを求めてきたのではく、「戦わずして勝つ方法」つまり、「人としてどう生きていくのか」という「侍としての美学」を追求してきた。それこそが本当の修行の在り方と言えるだろう。

ここに「宮本武蔵の立像」という資料を紹介する。彼は、二天一流（にてんいちりゅう）という二刀流の使い手としても有名な剣豪で、剣に限らずその教えは、今も広く日本人の心に影響を及ぼしている。

しかし、その姿は、けっして荒々しくなく、また、両手に持つ剣も雄々しく振りかざしてもいない。一見して「戦う姿」には見えないと思うが、これこそが修行を重ねた人に備えられる品格であり威厳なのであろう。

日本における「剣道」の定義は、ただ爽快さや勝利を得たときの快感を目的とするスポーツではなく、対人対応能力を高めながら、人としての優しや思いやりなどといった内面的な感性を高めていく、「日本古来の伝統文化」と定義されている。そして、後世に正しく継承していくため、国内でも毎年講習会等が積極的に開催され、普及に発展に努めているところである。

剣道の稽古は、「実技稽古」と「試合稽古」と「形稽古」によって成り立つと言われている。形稽古でしか学べない何かを見つけることも、剣道の楽しみ方の一つであろう。