

昇級審査 三級 事前筆記審査

今後の目標・課題とその解決法

入門時から約週三回のペースで稽古に参加をしていたのですが、仕事の関係で入門三年目を過ぎた頃からペースが週に二回、そして週に一回になってきてしまい、繁忙期に至っては月に三回という事になってしまい、言葉は悪いですが、正直クサッてしまいたいような気持ちが「空手」に対して生じてしまいました。

しかしながら、二年前の試合での怪我での決勝戦の不戦敗の悔しさ、自分では納得がいかない結果でありながらも「準優勝」という事で周りから励まされ「どうせ稽古に行けないから・・・」という気持ちから「稽古に行けないなら、どう工夫して強くなるか？」と切り替えることが出来ました。

そして「時間を有効利用した質の高い自主トレを実行する！」という目標を掲げ実践を始めました。

まずは、どんな事が出来るか？と一通り試した期間を得て、おぼろげながらも自分なりの自主トレ内容が出来上がり、活動場所は職場から近いことが時間効率が最も良い結果が見えたため最寄りの「区営スポーツセンター」にてフィジカル中心で始め、昨年の夏の関東大会に臨みました。

「試合には普段の稽古、練習の結果を試す機会の側面もある」という教えを戴いた事が痛切に分かる試合になりました。

結果としては負けたのですが自分にとって最も価値のある試合となりました。

「一発の威力を持った技が必要であること」、効かないから打たせてしまっても構わない！という乱暴な受けでは通用しない試合レベルになってきたことも良くわかり「丁寧で確実なディフェンス」の二つの大きな課題を得ることができました。

そして一つの技を繰り返し繰り返し、ひたすら繰り返すこと。

正直、今まで試みようという気にはならなかったのですが、課題を解決するには、これを自主トレに組み入れる必要性があることを感じて、行ってきました。

地味な作業であり、途中で疑問を持った事も一度や二度ではありませんが数カ月が経ったある日の稽古で技の威力があがっている事を実感できて、その作業は間違いではなかった事と、技を磨くというのは「ここまで地道なものなのか！」と驚きもありました。

そして今更ながら、希少な道場での稽古時に「基本の大切さ」を話に聞いてはいましたが、遂に実感として持ち始めているところです。

突きの一本一本、蹴りの一本一本、そして立ち方まで「本当にこれでいいのだろうか？倒せるのだろうか？」と稽古で感じ取った事を自主トレで練り直しながら「一発の威力を持った技が必要であること」と「丁寧で確実なディフェンス」の二つの課題を一層高いレベルで解決することに努力を続けていきたいと思い、日々実践を繰り返しています。

押忍！ 松村博正