空手で日本の身体文化を伝えたい

Karateスクールは、子供の情緒教育に有効であるという理由からアメリカおいても人気があり、ショピングセンターの一角などいたる所にある。ワシントンDC地区も例外ではない。ただ、その多くは別の流儀のMartial Artをベースにしたものとなっているのが現実のようだ。この記事で紹介したいDC大和塾空手クラブはそれらのKarateスクールとは少し趣が違う。

DC大和塾を主催する竹森毅氏は空手修行の為、約30年前に単身でアメリカに渡った熱血漢。彼の指導する稽古には、体と心の一体感を感じることの大切さを教えることが中心にある。欧米型の文化にはなかった考え方になるようだが、それを教えることでアメリカに住む子供達を良い方向に導きたいという竹森氏の想いがそこに込められている。

＊「正座」

稽古が始まる前、生徒が正座をして待っている…

正座という座り方は、日本独自のものではないだろうか。正座しているとき、「心」はどこにあるのだろう？自分の左胸の中？いや、そこにあるのは「心臓」という体の臓器で、じつは「心」には形がない。

「心を込める」という表現がある。それは”真剣”な気持ちを表現したもの。心には形がなく色々なところへ動いてしまうから、込めないといけないのだ。空手の稽古中に、そこから心が離れ違う事を考えたりしてしまわないようにしないといけない。だから稽古を始める前に姿勢を正して正座をし、心を体の中に留めておくように努める。上体をビシッと真っ直ぐにして正座すると、心もビシッとする。

体と心は関係し合っている。だから、空手の稽古の前に正座して姿勢を伸ばし、空手の稽古に心を込める準備をする。実際、空手は激しいスポーツだから、しっかりと心を込めた状態でやらないと危ない。

＊「躾」

「礼に始まり、礼に終わる」は武道の世界でよく聞く表現だ。しかし竹森氏のそれは、所作にこだわるという点で似ていても一般の視点とは少し違っているようだ。

「姿勢が決まる」感覚が重要だと彼は考えている。心と体が繋がった状態になる、その感覚を保持したまま一礼をする。その時に「集中力」を感じられる。礼節は、「頭」でなく「身体」で“理解”した結果として現れてくる。身が美しいと書いて『躾』と読む。先ずは身体ありき。そこに後から自然に心が入ってくる。

＊「稽古」

空手のトレーニングは練習ではなく「稽古」とよぶ。「稽古」の意味は、古（いにしえ）を稽（考）えること。

人は、自分の経験を通して物事を理解しようとする。たとえば、英語の学習では、幼い子は英

語の発音を頭で理解するのではなく、ただ素直にその音を真似る。これは、空手の稽古でも同じだ。先ずは、しっかりと先生の動きを真似る。

空手の稽古は「型」に重きを置く。立ち方、体の重心、技の出し方、などなど全てにおいて「型」がある。その「型」に最初は違和感があるかも知れないが、それを素直に身につけようとする。「型」の見本は、稽古中の目の前にいる先生(すなわち古)。先生の形と動きから生徒が身体と心の一致を感じ取れるよう先生は指導する。生徒は、先生の形と動きを「頭」ではなく「身体」で稽（考）え、そのままを自分に移そうとする。

これを「稽古」とよぶ。

＊「勇気」

空手は激しいスポーツだ。それを通して、一歩前に出る「勇気」を身につけることができる。

DC 大和塾空手クラブでは年に2回、組手チャレンジという大会を開催している。全身フル防具を纏い、対戦相手とパンチとキックで全力でぶつかりあう。このルールでは自分の持っている全ての力を使うので、言い訳できない勝ち負けを自分で理解できる。等身大の自分を見つめる良い経験となる。

試合では、誰しもに不安が付きものであるが、そんな状況で迷わず一歩前に出る。その「勇気」を体現することが大切なのだ。それが出来れば、試合に負けても頑張った自分に誇りを持てる。

私事となるが、現在子育て中の10歳の双子男子の片割れがDC大和塾でお世話になっている。先日、取材を兼ねて見学させていただいた。そこで思ったことだが、稽古にも大会にも楽しさが含まれている。厳しいだけではないのだ。

帯で作った即席ヌンチャクによるアクションレクチャー、先生目がけての飛び蹴り（後ろにひっくり返る先生）などなど。みんな楽しそうだった。

竹森氏に「空手とは?」と質問すると、「空手の稽古とは己を見つめる時間なのだと思います」と返ってきた。空手の「稽古」に重きを置いておられる姿勢がそのまま反映された回答だった。「自分の我を捨てて素直に物事を学ぶ。それは日常生活にも人生にも生きてくると信じます。」

著者紹介

宮川　良夫（みやがわ よしお）

United GIPs代表、弁理士・米国パテントエージェント

1956年 京都生まれ。1978年 同志社大学工学部卒業。1986年 弁理士登録。1997年 米国パテントエージェント登録。弁理士法人新樹グローバル・アイピーを初めとして、世界８カ国（地域）にて10カ所の弁理士事務所設立、経営に携わる。1995年以来ワシントンDCに滞在し、現職場はUnited IP Counselors, LLC。趣味は、Rock Creek Parkを有効活用した犬の散歩と子（孫？）育て。好きな言葉は「天地不仁」。