



## 第3回 論語指導士 孤拳楼 (愛媛県)

### 論語指導士からの提言

僕の場合、論語を武術を学ぶ者にとっての心得として読んでいく活動(Web上で公開して啓蒙を促す程度ですが)をしています。

新型コロナウイルスの影響で、教室になかなか通えない人たちも多い中、自宅で動画を撮影して共有しあったり、ひとりで練習できる環境を作ったりと、皆な努力をしています。

この厄災の影響を、各自が自分の武術にじっくり向き合っただけ練習する機会と捉えて、その心がけを論語から引用してご紹介します。

### 【泰伯 第八】

「子曰く、学は及ばざるが如くせよ。猶之を失わんことを恐れよ。」

子曰、學如不及、猶恐失之。

「意識」

武術を学び、練習するとき、自分はまだ充分でないという気持ちをいつも持って取り組め。しかも、得たものは忘れて失わないように心がけよ。

「解説」

技や套路を練習するとき、自分はもう完璧だ、もうその技はできるようになった、と思ってしまうと、そこで成長は止まってしまいます。

例えば、この技の使い方はこうだ、と学び、練習し、会得したとします。そして、自分はもうこの技をマスターした、と思い込むと、もうそこからその技の別の使い方や応用、変化は生まれなくなってしまいます。まだまだ充分ではない、という意識があるからこそ、疑問や問題点が見えてきます。それが次の気づきを与え、さらに深い理解へと導いてくれるのです。

そして、覚えた技や套路は忘れないように心がけましょう。日々の鍛錬の中では、やるべきことが沢山あります。基本功、基本の技、単打、歩法、套路、対練、散打、兵器、あれもこれも。さらに、新しいことも覚えていかねばなりません。そんな中で、しばらくやらなかったことなどがあると、つい忘れてしまう、ということがあります。

私自身にも経験があります。せっかく教えてもらった套路を、忘れてしまったり。随分と後悔したものです。

日々の練習の中で、習ったことを全部やれたら良いですが、時間や体力には限りがあります。また、時期によってはここを重点的にやりたい、とか、ここが苦手だからしばらくはこの練習に集中したい、など、さまざまな事情があることも理解しています。



ですから、何か忘れない工夫を自分なりにしておきましょう。幸いなことに現代では簡単に動画を撮って保存しておくこともできます。その動画を無理に公開する必要はありません。自分の練習のために保存しておけば良いのです。

また、動画を撮って、自分自身の動きを客観的に見ることは、想像以上に自分にとってプラスになります。客観的に自己分析をして問題点をあぶり出し、武術家としてさらなる高みを目指して練習に励みましょう。

## 「加地伸行からの百字答礼」

孤拳楼様へ。

武術家としてと同時に、その精神を論語を通じて講じてゆく。お見事、お見事。

文と武との共存、そこには宮本武蔵の晩年の境地に通ずるものがあります。ぜひとも、その境地を深めて行ってくださいますように。