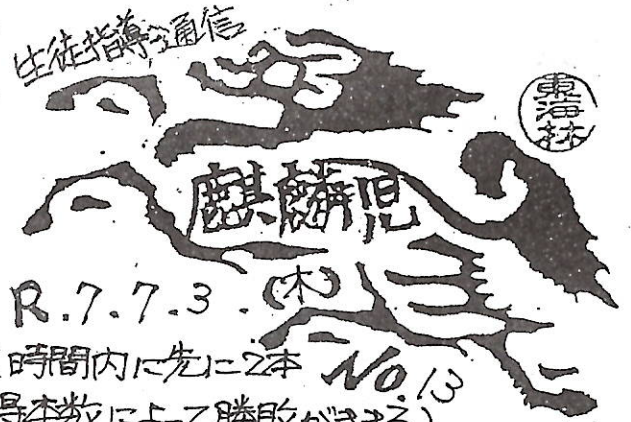


～「志」を宿し、「いかに生きるか」を考えるために～

五輪書より



ある剣道の大会の試合のあとに、ふと耳にし R.7.7.3 (木) No.13
た言葉が気になりました。剣道の試合は3本勝負(時間内に先に2本
先取した方が勝ち、時間が来た時点での取得本数によって勝敗がきまる)。
試合時間3分です。〇〇選手は試合が始まって間もなく、うまく仕掛けて相手の足が
止まって居着いたところに、絶妙のタイミングで面に打ち込んで一本先取しました。時間はまだ
2分以上ありました。お互い決め手がなく、間もなく時間切れかと思われた時、相手選手が
意を決して、遠い間合いから面を打ち込み始めました。一本、二本と連続で打ち込
んできます。〇〇選手は三本ほどのいざものの、最後は面を隠した竹刀の上から面を打たれ
て一本取られてしまいました。「勝負!」という審判の合図で勝敗を決める三本目の攻防
が始まりました。始まると同時に、〇〇選手が小手に打ち込んだところを、相手選手は小手返し
て面!見事に打たれてしまいました。審判が勝敗を告げたあと、〇〇選手がこちらの控え場
所に戻ってきたところで、「つえー!」一言。団体戦で、後ろにまだ試合が残っているのであ
ら、ここでは自分のチームに士気を与える一言がほしいかった…。以前読んだ『勝負強さの脳科学』
という本に、スポーツや仕事などいざ勝負という場面で「普段から否定語(否定的、後ろ
向きな言葉)をよく口にする人は負けに何から思考、行動が進んでいく。」と書かれていました。



敵を強くのみ思ひなして
恐るるは不覚なり

「勝負強さ」を身に付けるための一つの方法として、普段から
肯定的、前向きな言葉を送るようになるのが大切だとわがす。

さて、下のコラムの言葉は剣豪・宮本武蔵著「五
輪書(ごりんのか)」からの一文です。大会や、試験に
臨む前に一考に値する言葉だと思います。山王中
生の県中総体や各種コンクール等での健闘を期待します。

H27.12.15. 330頁

まよりの言葉

江戸初期
の剣術家、
兵法家、宮
本武蔵(1
584?)

1645年)は「五輪書」
で戦いの心構えを述べて
いる。

勝負の前には不安にな
るものだ。

相手は自分よりも強い
のではないか、勝てない
のではないか。思えば思
うほど、怖くなる。

そのようなとき、敵の
立場になってみれば、相
手の方も同じようにこち
らのことを恐れているに
違いない。いたずらに相
手のことを強いとばかり
考えて恐がるのは、自分
の備えが十分でないこと
によるものだろう。

きちんと相手を分析
し、必要なものをそろえ

敵を強くのみ思ひなして恐るるは不覚なり

「五輪書」 宮本 武蔵

鍛錬をするなど、十分な
備えをしていれば、相手
も同じ人間だから、恐れ
ることはないはずだ。

現代に生きるわれわれ
にとつては、スポーツの
試合、ビジネスのコンペ、
あるいは試験など、「本
番」を迎えるときに当て
はまりそう。

いざという瞬間を迎え
るとき、人は迷い、おび
え、時に自信が揺らぐも
のだ。そして、それは相
手も同じであり、自分が
必要な努力を準備をして
いれば、結果はきつとつ
いてくるだろう。

しかし、さらに武蔵は
書いている。もし相手の
方が達者であれば必ず負
ける、とも。

勝負は厳しい。甘やか
してはくれない。

(小説家・阿川大樹)