

「攻め」で意識されているところはどんなところですか」

小沼 秀行

「攻め」の意識を語るには、修行の段階において相当な相違があると思います。例えば私の場合、三段位迄、四・五段位の時、六段以降とでは随分変わったと思います。

また、上手の先生に掛かる時、下手と稽古する時とでは攻めの質が違うと思います。「攻め」という事について、系統立てた考えや教えを頂いた記憶がないので、この際に稽古を通じて意識したことを書き出してみました。ご参考になれば幸いです。

三段位迄は

- ① 充実した氣勢の基に、中段の構えを正しくしっかりと構える。
  - ② 遠間から間を詰める際には、先に中心を取りつつ左足を引き付け、何時でも打突できる状態にする。
  - ③ 先に中心を取りつつ一足一刀の間に入り、そのまま相手の打突部目がけて打ち切る様に打突し、
  - ④ 残心を示す。
- (自分本位の剣道ではなかったかと思います)

四・五段位の時は

- ① 充実した氣勢の基に、中段の構えを正しくしっかりと構える
  - ② 遠間から間を詰める際には構えを崩さずに、先ず剣先が触れ合う間に進み、剣先を通じて相手を読む。
  - ③ 先に中心を取りつつ間を詰めると同時に左足を引き付け、何時でも打突できる状態にする
  - ④ 先に中心を取りつつ一足一刀の間に入り、そのまま相手の打突部目がけて打ち切る様に打突し、
  - ⑤ 残心を示す。
- (相手の出方をみるようになったと思います)

六段を頂いてからは、

- ① 蹲踞するところから気合を入れ、力まずに立ち上がり臍下丹田に気迫を込める。
- ② 中段の構えを正しくしっかりと構え、何時でも直ちに打突できる状態を意識する。
- ③ 遠間から間を詰める際にはその構えを崩さずに、先ず剣先が触れ合う間に進み、剣先を通じて相手を読む。
- ④ 先に中心を取りつつ浅く間を詰めると同時に左足を引き付け、何時でも打突できる状態で、気当りをかけ相手を引出すようにする。
- ⑤ 先を取りつつ呼気にて更に間を詰めて仕掛け、中心を取りつつ一足一刀の間に

- 入り、そのまま相手の打突部目がけて打ち切る様に打突し、
- ⑥ 残心を示す。
  - ⑦ ⑤の仕掛けの際に、相手の攻めが一瞬早い場合は、相手の起こりを見て応じ技で返す余裕があり、結果的に引出した状態となる。この時、肝要なのは一足一刀の間に入るときに力みが無いこと、自分から打突の起こりを見せないこと。  
(相手を引出すことを意識するようになったと思います)

また、自分の「攻め」が相手に効いているか否かを知ることも大事なことと思います。上手の先生に掛かる時は、自分の「攻め」がなかなか通じません。下手に通じる「攻め」が上手に通じないのは、自分の「攻め」に何か足りないからなのですが、上で見たように修行の段階で自分の「攻め」の意識に大きな変化があると思います。

それは結局、修行する誰もが通過する道なのですが、相手ばかり見ているうちは、自分は変わらないことを知り、今の自分に自分が気付くとき、自分が変わる要因が生じて変化して行くのだと思います。

例えば、今の自分は相手に「攻め」られて、自分の手元が一瞬上がるという問題があります。相手ばかり見ていると、その時の自分に気付きませんが、それを指摘されたときに、そうなった自分に気付き、直すことができるでしょうか？「群盲象を撫ぜ<sup>ぐんもうぞう な ぜ</sup>る」の如く、その時の自分に気付いても、それはそうなった自分の一断面でしかなく、直ぐに直す事ができません。そうなった自分の全体像に気付くには及びもつかないのです。

結局そうなる自分を観察するしかなく、そうなる自分に気付いていくと、ある時にその全貌が一瞬にして理解されるときがやってきて、この問題は一瞬にして解消するのだと希望的に感じています。

「攻め」の話から少し脱線してしまいましたが、こんな考えで希望を持ちつつ稽古をしていることもあります。