

辻 秀一

つじ・しゅういち●1961年生まれ。北海道大学医学部卒。スポーツ医学とスポーツ心理学をもとにスポーツチームや企業のメンタルトレーニングを行う。エミネクロス代表。(http://www.eminecross.com)



剣道の世界チャンピオンで七段の栄花直輝さんという方がいます。私にとってはマイケル・ジョーダン、タイガー・ウッズ、そしてイチローのような存在です。そして有り難いことに先日、直接お会いする機会がありました。長年の夢だった対談トークショーが実現したのです。

連載⑥

剣道の達人のモットー「三感」

一つ感心。どんなことにも感じる心を持って生きる。その心がなければ何事も学べないという気持です。

剣道には「打って反省・打たれて感謝」という言葉があります。剣道で勝つため、強くなるためには自分の人間性を向上させなくてはならない。そのためのチャンスとして剣道もあるし、また日常すべてが存在しているという考えだそうです。つまり、すべてから学ぶ姿勢です。

二〇〇三年の世界選手権の団体戦で大将をつとめた栄花さんは、日本の一二連覇をかけて、「打倒！日本」に執念を燃やす韓国の大將と闘いました。通常の五人の対抗戦では決着がつかず、最後の代表戦という一番大事な場面で、栄花さんは自分の力を出し切って、捨て身の「片手突き」で勝利をおさめました。その大技をもって、仲間の選手とともに自分たちが世界一にふさわしいことを世界中に証明したのです。

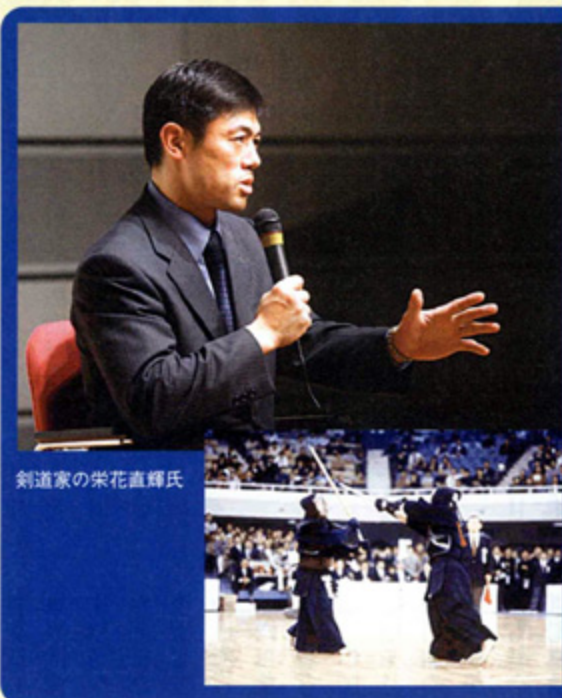
一に清掃、二に勤行

全日本チームの合宿では、選手たちはまず

お辞儀の仕方から学びます。そんな基本的なことに対して、抵抗感を示す選手が一人もいないということに私は驚きました。栄花さんも「所作振る舞いを大事にできない人間がジャパン代表に選ばれることはない」と言い切っていました。

剣道で強くなるための大事な要素として、一に清掃、二に勤行という言葉があるそう

立ち上がって一礼する間の所作振る舞いが、強い人は違う。スポーツも仕事も己の持つすべての自己表現だと思えば、目先の技術や知識だけでなく、自分自身の持つ人間力を向上させないと何も始まらないのではないだろうか。そこにもっともつと注力する私たちが必要なのではないかと思います。



剣道家の栄花直輝氏

す。日常を含めたすべての活動のなかで自分を向上させていくことが本質なのだという信念をあらためて感じました。そして、「試合をするときに相手の強さとかを感じるのですか」と質問したところ、こんな回答が返ってきました。「強い人は座っているだけでわかる。まず、そこから

で優勝したそうです。世界選手権で勝ったときの栄花さんの第一声が、チームメイトへの感謝の言葉、「ありがとう」でした。三感はずべての人に通じる教えたと言えます。この三感があれば、ビジネスの世界でも勝利することができるはず。私はそう改めて確信しました。