

## 『自分を強くさせるのは自分だ』

東京都

東京櫓剣士会

中学2年 岩 邊 安希奈

「自分を強くするのは自分だ。」まだ剣道を始めて三年目の私は、日々の稽古の中でこの事を教えて頂き、学びました。

私は小学校低学年の頃から、時々三才年上の兄の剣道の稽古や試合について行き、兄の様子を見ていました。夏は汗だくになり、冬は寒さに震えながら、それでも必死に竹刀を振り続ける兄を見て、初めはどうしてそんなに辛く苦しいことをやり続けられるのか不思議でした。どんなに長い時間、長い日々稽古を積んでも、試合では一瞬で勝負が決まってしまう剣道。勝てた時はうれしいけれど、負けた時の兄の姿を見たときは「なんて残酷な競技なんだろう」と思っていました。しかし兄は、その試合の中で日々稽古してきたことを、ものすごい集中力を出し切ろうと戦っていました。その姿を見ているうちに、自分も剣道を習ってみたいという気持ちが、私の心に芽生えるようになったのです。そして小学校六年生になる春、両親にお願いをして兄の通っている道場に入会させて頂きました。まず初めに私の課題となったのは、声を大きく出すこと。あいさつや竹刀を振る時の掛け声は、広い道場の中に響き渡るものでないといけません。それは、学校の音楽の時間に大きな声で歌を歌う事の比にならないほど難しい事でした。恥ずかしさや戸惑いもあって臆病な私は、なかなか兄の様な自信に満ちた声を出すことが出来ませんでした。心配性な性格が邪魔をし剣道を始める前までの私は、学校生活で皆の前に立って発表するときや、他に習っているダンスの発表会で踊る時にも、失敗することを恐れ、堂々と自信を持って自分を表現することが苦手でした。失敗を恐れてなかなか前に進めず、もがきながらも後ろに下がりたいと思ってしまう自分がいました。そんなことからか、それらの発表の本番には毎回体調が悪くなり、高熱を出して皆に迷惑をかけてしまう事がよくありました。「本来の自分が出せないことが情けない。」「この弱い心を強くしたい。」そんな思いから、私は勇気をもって竹刀を振り始めました。勝っても負けても強い心を持って自分を表現しようと必死に挑みだしたのです。

そして、入会して約三年、今の私は剣道を始める前より少しですが心が強くなりました。日々の稽古では毎回真剣に集中して、努力を怠らず続けています。昨日より今日、今日より明日、一步一步自分に自信が持てる様に。そして、試合では勇気をもって挑戦し、自分を出し切れるように。これらは、私の現在の、そしてこれからもずっと目指していきたい目標です。「自分を強くさせるのは自分だ。」このことを教えてくれた剣道に感謝し、今日もまた、道場へ向かいます。