

## 合気道を好きなる条件

17代 曾我真

唐突ですが、合気道を好きなる条件って、なんだと思いますか。

もともと武道が好きで、がむしゃらにやっていたら好きになっていた、ハマっていた、という方もいるでしょうね。技がかっこいいとか、争わないから好き、という方もいるでしょう。

設問を若干変更します。

合気道を好きでいられる条件って、なんでしょうね。

つまり、好きになる初期条件はいっしょ。では、それを継続できるコツってなんでしょう、っていうお話です。

私はずばり、「全くの初心者と稽古して、楽しいかどうか」がリトマス試験紙だと思っています。技を覚えて一年もすると、後輩が入ってきますよね。その人たちの素直な反応を目の当たりにしたときに起こる感情は大概決まっています。

- 相手の受け身が固い。
- 思った通りに動かないから、つまらない。
- 型どおりに動くように指導する。

といったところが相場でしょうか。なかなか相手の反応が楽しい、というところまではいかないと思います。

そこで、視点を変えるご提案です。

初心者と稽古したとき、その生の反応を「受けることがたのしいか」を一つの試金石とします。つまり、技をかけたときに楽しいか、ではなく、初心者の受けを取ったときに果たして自分は楽しいだろうか、と問いかけてみるのです。

「相手の固い技を受けてあげているだけだし、たのしくもなんともない」という方は要注意です。どうして？

そういう方は、長期に渡ると合気道を好きでいられなく可能性があります。

当たり前の話ですが、長いこと合気道をする、ということは、だんだん「自分より技の進んでいない人と稽古することが多くなること」と同義ですよ。そこで楽しめない人はよく見る、なんだか固くて、不機嫌で、尊大な合気道に少しずつ近づいていくことになります。知らず知らずのうちにね。

合気道を長く続けたい方。どう工夫しますか？

初心者の人と初めて稽古したとき、自分が心底楽しめる、充実した受け身が取れているでしょうか。