



指導員

H i r o k o O k a d a

岡田 博子（オカダ ヒロコ）

### 『極真空手と私』 岡田 博子

この度は、昇段のお許しをいただき、誠にありがとうございます。  
私が極真空手に出会ったのは、今から十年程前になります。当時、漠然とではありましたが、武道を通じて自身の心身を鍛えたい、という思いを抱き、体験会に参加したことがきっかけでした。

初級者の頃は、初めて踏み入れた極真空手の世界に少し緊張しましたが、技の数々がとても新鮮で、日々の稽古で新しい技や課題を習得するのがとても楽しみになっていました。最初に挑戦した昇級審査で、白帯から色帯に昇級し、新しい帯を締めた時の感動は今でも忘れられない思い出です。

中級者になると、技や型は以前よりも難しくなり、より複雑で細かい部分を求められる課題が多くなりました。当時、回転技を含む型で、安定した軸足ができず何度も練習していました。上級帯へ挑戦する審査では、良い結果につながらず、落胆した時期もありました。そこから時間はかかりましたが、課題に向き合い、少しずつでも前に進むことが出来ました。

上級者になると、技の複雑化に加え、与えられた課題をこなすだけではなく、技にこめられた意味や知識を理解し、それらを活用し、後輩を指導する場面も増えてきました。それに伴い自身への鍛練を疎かにしていたのが反省点です。また、基本の技や型の動きにおいて、悪い癖がなかなか直らず苦心した時期でもありました。

そして、この度挑戦した昇段審査会。当日が近くなるにつれその重圧に押しつぶされそうになりましたが、本番はとにかく今、自分の持てるだけの力を全て出し尽くすつもりで臨みました。

疲れた時や苦しい時に、その気持ちが表情や姿勢に出てしまうので、審査中辛くても、それを表に出さないことが私にとって大きな課題でした。最後の審査課題である十人組手は本当に苦しく、何度もうじけそうになりましたが、先生方の

叱咤激励や会場の子どもたちと保護者の方々からの応援に助けられ、無事完遂することが出来ました。

私は、決して空手の技術に長けていたわけでも、特別に精神が強い人間だったわけでもありません。組手では機転を利かせて動くことができず足が固まってしまう、相手の攻撃をもらってばかりいました。仕事で疲れていたりと、心身の調子がすぐれなかつたりすると、それを理由に日々の稽古を怠る時もありました。そんな私がここまでたどり着くことが出来たのは、自分だけの力ではなく、極真空手を通じて多くの人の励ましや支えがあったからだと思います。私の人生においてかけがえのない財産となりました。

最後に、いつも元気をわけてもらっている新潟道場生の皆様、そして時に厳しく、温かく御指導くださった長野・新潟 中川 正士先生、岡田 剛先生に深く感謝申し上げます。

これからも初心を忘れず、日々修行に励み学び続けていく所存です。押忍。

