

第 78 回級段位審査会 認定者名簿と総評

総 評 《「大きな声」と「気合(きあい)」》

第78回級段位審査会が無事終了したことを感謝申し上げます。

初めのあいさつで、「気合」の話しをしました。

それがきっかけになったのか、基本作法の正拳突で、受審者の気合に、「おっ！」と思ったのですが、すぐに消えてしまいました。気合を出すところではない、と判断したのでしょうか。

確かに審査種目表には、気合を出すところは「気合」と明記してあります。ではそれ以外では出してはいけないのか、というとそんなことはありません。これを機に、今後、気合は受審者自身が出したい所を出して良しとし、特に「気合」と明記している所では、必ず出す、としましょう。それは普段のレッスンでも、周りの状況に支障が無い範囲で同様です。

今回の審査会以降、普段のレッスンでも気合の声が大きくなっているのですが、皆さんの教室ではどうですか？さてそこで、考えてみましょう。

「気合」と「大きな声」は同じでしょうか？それとも違うのでしょうか？本来であれば、皆さん一人一人が実際に声を出しながら考え、感じて、想像を膨らませて欲しいところですが・・・。

「大きな声」は文字通り大きな声ですが、「気合」は必ずしも大きな声とは限りません。「含気合(ふくみぎあい)」という気合があるように。

実際は、気合を出したいところで、まず少しでも大きな声を出すところから始めます。

私たちの体幹はまさに楽器そのものです。初めは口元か喉あたりでしか出せない声が、だんだん体幹の上部から下方へ、そして体幹全体が楽器として機能するようになると、かなりの音量になってきます。そして、それをより高めるのが肺活量。こうして磨かれていく体幹は、数ある楽器の中でも最高の「楽器」という人もいるほどです。それをある時には最大限に、又ある部分を繊細に使い分けながら情感を表現するのが「歌」ですね。と、歌の話は横に置いて・・・。

ともかく、「大きな声を出す」、とは口先ではなく、体幹を十分使う、ということです。あなたは大きな声を出す時、あなたの体幹の何十パーセントを使えるようになっているのでしょうか。

そして、「気合」とは？

これは、大きな声を出す時の体幹の使い方に対して、体幹の下部の働きで、結果として声を発することです。実際に技を繰り出すとき、体幹全体で思い切り大きな声を出すことに集中しながら、例えば正拳突、あるいは前蹴を出す時、拳先、蹴足の先にエネルギーを集中させることが難しくなります。それに対して「気合」とは、まさに自分の身体の重心位置(丹田)のエネルギーを、呼気と共に、繰り出す技に一気に集中させる、それが声となって発せられたものです。

簡潔に言うと、「大きな声」とは、体幹を大きく使って発する声。

「気合」とは、体幹の下の方から、ある目的に向けて発する声。

「大きな声」は身体を鍛え、「気合」は精神を鍛える。

どちらにしても、大きな声を出すことはいいことです。