

剣道

剣道部 OB 会の案内を貰ったので参加。
毎回参加しているわけじゃなくて、今回は、3ヶ月ぶりくらい。
ひさしぶりに道着を身につけて竹刀をふる ...
なんかおかしい。鏡の前で竹刀を振ってみても違和感が。
なまってるよなあ～
しかし、体はともかく、気持ちの方もなまっていたみたい。
稽古をしていても、何となく受け身になってしまった。
相手の剣先をきちんと感じることも大事だけど、
やっぱりちゃんと相手を崩す気持ちをもっていないとなあ。

日常生活から、攻める気持ちをもたないと。