



老いても輝ける秘訣

いよいよ2012年度から、学校教育において武道が必修化される。同時期にダンスも必修化されるため、武道に馴染みがない方もニュース等で耳にしたことがあるのではないだろうか。また最近では、格闘技のTV放送で武道経験者が活躍したり、武道の要素を取り入れたエクササイズの本が出版されたり、武道は我々の生活により身近になったといえる。

しかし、小柄な老人が大きな男をいとも簡単に倒したりする等、一見信じがたい光景と共に武道の神秘としてTVで紹介されることもあり、不思議に思っている読者も少なくないのではないだろうか。

実は、武道の達人でなくとも、人間には潜在的にすごい力が宿っているのである。もちろん、読者の皆様にもある。それは…自分の体重である！

泥酔者を介抱した経験がある人はよく分かると思うが、完全に脱力し全く動かない人間は非常に重く、運ぶのにも一苦労である。人間は誰しもが体重というすごいパワーを持っているのだ。これを利用しない手はない。自分の体重をうまく相手に伝えることができれば、相手が大男でも倒すことができる。

では、どのタイミングで自分のパワーを伝えればいいのだろうか。相手が身構えていると、こちらのパワーを伝えにくい、そのため、相手の隙をつく必要がある。隙は、日常的に生じているものである。

人間は1つの動作に気を取られると、それ以外の部分が疎かになってしまう。考え事をしながら歩いていて人にぶつかった経験をお持ちの方もあろう。実戦でも、攻撃を仕掛けようとした瞬間に、どこかに隙が生じる。そのとき、攻撃を仕掛けてくる相手の意識が薄い部分を見定めれば、自分のパワーを効率よく伝えることができるわけだ。

このように、武道は筋力のみでなく、誰しもが持つ力（体重）を利用し、また人間が持つ特性を活用している。

もちろん、実際にこれらの理を活用するためには、地道な修練が必要であり、長い年月を要する。だからこそ、年を重ねても強くなることができ、年長者でも若者に勝つことができるのである。

年長者の活躍という点では、資産運用の世界にも共通する所がある。著名な投資家であるウォーレン・バ

フェットは81歳だが、今も企業の強みをとことん研究し、長年の経験によって長期業績を見抜く力を蓄積し、高いリターンを上げている。若い人が得意とする短期のトレーディングとは一味違う、「経験」がものを言う世界で勝負していると言える。

彼が武道を修練しているかは定かではないが、人間の体について理解し、自分の体をより活用するために、この機会に武道を始めてみてはいかが。

(五十嵐 瑛一)

