

初級向け 「剣道人の心構え」

剣道人の心構え

剣道は剣の理法の修練による人間形成の道である

- 1、礼儀を正しくすること
- 2、親に感謝を忘れてはならない
- 3、人の話をよく聴く
- 4、勉強が一番、剣道は二番
- 5、立派な人間になること

- 6、正しい中段の構え
- 7、正しい握りと足さばき
- 8、大きな声を出すこと
- 9、打突のスピード
- 10、残心



神奈川県剣道連盟

中級向け 「審査の心構え」

審査の心構え

審査はもう始まっている。
ひとたび始めれば、頼れるのは自分ひとり。
過信にならない程度の自信を持って挑むこと。

- 1、着装と構え 品位、風格
- 2、初太刀の重要性
- 3、審査員が評価するのは、有効打突
- 4、捨て身
瞬間を決める勇気を持つ

- 5、心の置き所
心を自分の真ん中に置き、
静かに動かしながら立合う
- 6、攻め
- 7、間合
- 8、正念相続
- 9、仕太刀の心境
- 10、冴え



神奈川県剣道連盟

[表面]

[裏面]

上級向け 「栄光の剣(つるぎ)」

栄光の剣(つるぎ)

審査はもう始まっている。
ひとたび「始め」の声が掛ければ、頼れるのは自分だけ。
過信にならない程度の自信と謙虚な心で挑む。

- 1、我上位なり(着装・構え・風格・丹田・位)
- 2、平常心(堂々とした立ち居振る舞い)
- 3、有効打突(評価が大)
- 4、冴えのある打突(スピード)
- 5、打ち数は少なく(無駄打ちはしない)

- 6、攻め(相手の心を読み取るための必然的な行為)
- 7、間を知れば剣理すでに熟せり
- 8、正念相続(気の継続)
- 9、仕太刀の心境(所作事)

その他

無念夢想の境地で挑む。竹刀は動かさない。
心の置き所は自分の体の真ん中にして、
一瞬も止めない。
剣道はこれでいいという終着点はない。
最後は自分が本気になるしかない。



神奈川県剣道連盟

[表面]

[裏面]