私の志

世界ランク1位の空手ペア

武道としての空手の真髄を世界と次代に伝える。

西山（にしやま）ひかるさん（空手家）
西山（にしやま）走（かける）さん（空手家）

夫婦揃って世界空手連盟（WKF）ランキング「形（かた）」で1位（※2023年8月1日現在）。同じスポーツ健康科学部で学び、伝統ある体育会空手道部で腕を磨いたのち、共に大分市で就職。昨年結婚。東京オリンピック出場は逃したものの、得たものは大きかったという二人に、空手人生の志を語っていただきました。

武道からスポーツに変貌しつつある空手の「あるべき姿」を示す

――空手を始めた経緯をお聞かせください。

ひかる　空手を習っていた2歳上の兄の影響で、6歳頃から始めました。3歳から兄の稽古に同行していて、楽しそうに見えたのかなと思います。

走　僕は5歳から始めました。友だちにけがをさせてしまったことがきっかけです。父が礼儀作法を学ばせたいと、

近くにある武道館に僕を連れていき、そこで選んだのが空手でした。

――現在はお二人とも「形」の試合に出ておられます。組手ではなく、形を選ばれた経緯をお聞かせください。

ひかる　空手の選手は早くて小学生、遅くても高校生ぐらいまでには形か組手のどちらかに絞る人が大半です。私は大学まで両方やらせてもらいました。大学卒業後2年目にナショナルチームの団体形のメンバーに選ばれたのを機に、形に絞ることにしました。団体に出るのであれば、組手でけがをしてチームに迷惑をかけるわけにはいきませんから。

走　僕も大学2年までは両方していましたが、形の方に良い結果が続いていました。組手は階級制で、当時の僕は身体が小さく軽量級。でも身体を軽量級に合わせていると、形の方でも徐々に勝てなくなった。組手でも結果が残らなかったので、形に絞りました。

ひかる　両方やっていたからこその強みはあるかと思います。どちらも最初は基本動作から入りますから。

――そのお二人とも現在、世界ランク1位です。世界の頂点を見ている立場から、空手の魅力を教えてください。

ひかる　形という種目は評価項目のある採点競技ではありますが、トップレベルになると甲乙つけがたい試合もたくさんあります。そうなると互いに個性を出し合って競うことになります。選手の性格や人となりが表れるのです。同じ形を演武したとしても、その人にしか出せない味や雰囲気、世界観がある。そこが空手の奥深さであり、魅力かなと思います。もちろん世界観などは評価項目に入っているわけではありませんが、見る人を感動させるという、評価項目では言い表せない部分があります。

――お二人の空手には、どんな性格や雰囲気が表れていますか。

走　例えば彼女はとても真面目。ここ最近は特に、練習通りのパフォーマンスが確実にできています。当たり前の事を当たり前に徹底して練習してきたからこそ、できることなのだろうと思います。

ひかる　彼のお父さんは非常に厳しい方で、小さい頃から親子二人三脚で厳しく空手に取り組んできました。当時培ったものがとても大きかったからこそ、他の人とは違う、

世界一のスピードが出せているのだと思います。その理由を自分で理解できているから、自信を持って意識的にスピードが出せる。それが彼の強みだと思います。

――空手が東京オリンピックに採用され、空手界に何か変化はありましたか。

走　東京オリンピックで空手への注目度が高まり、海外の選手も非常にレベルアップしてきました。その中で、良い意味でも悪い意味でも、空手は武道からスポーツへと大きく変わってきました。空手は武道なので、技の一つひとつに意味があります。一つずつの動作に、相手の攻撃を受けたり相手を倒したりという意味が、ちゃんとある。自分たちはそれを絶対抜かすことなく、基本を大事にして、武道としての空手をしっかり演武できるよう練習しています。例えば海外の男子選手は筋力が凄くてスピード、パワーも強い。そんな中で僕は突き一つにしても、単にスピードの速さだけではなく、相手のどこを突いているかを大事にしています。

ひかる　それが武道的な考えです。空手がオリンピック種目になると、それを度外視してスピードとパワーを追求するような傾向に変化したと感じています。それを子どもたちが真似することが、空手界として最も憂うべきこと。子どもはチャンピオンの真似をするからこそ、私たちのような第一線にいる競技者が基本に忠実な空手をして、なおかつ世界一のスピードとパワーを出せるチャンピオンにならなければという思いがあります。その道筋を明確に示すことが、空手のスポーツ化を正しい方向へ導くのだと思います。

――非常に大きなものを背負っておられるのですね。

ひかる　日本ではどこでも、子どもの頃から道場で基本を教えてもらい、そこから形を学んで組み手をするというやり方です。海外では、それが当たり前ではありません。基本をせずに形から始めたり、基本の形を飛ばして派手な形から入ったりするケースもあるようです。

走　海外では、日本人の先生がきちんと教える道場もありますが、中には空手と忍術が混同されたり、「空手風（ふう）」のものを教えたりするところもあります。

ひかる　だから師範からは、私たちがやらなくてどうするんだと、いつも言われています。

東京オリンピックへの切符を逃した経験が現在地への礎に

――お二人とも東京オリンピックを目指した結果、残念ながら出場はかないませんでした。気持ちをどう立て直していかれましたか。

ひかる　日本代表になるには、プレミアリーグ、アジア大会、世界選手権の成績が反映されたポイントで競う選考レースに勝ち抜く必要があります。私は約4年間、世界を転戦しながら代表を目指す中で、勝ちにこだわって形を変えるなど、いろいろな工夫をしました。結果として代表にはなれなかったけれども、勝ちにこだわりすぎるあまり、自分らしくない空手をしていたことに気づけました。その気づきによって、終盤は自分の納得できる空手を見つけられたのです。立ち直ったというよりは、オリンピックレースから学ばせてもらったからこそ、今の自分があるのだと思います。

――「勝ちにこだわる」とは、具体的にどのようなことですか。

ひかる　形は2名1組で演武を行い、点数の多い方が勝つルールです。相手がこんな技やアイデアを出して点が伸びているから、私も同じようにしよう。そんな事を考えてしまったんです。例えば基本を度外視してフルスピードで技を出す方が、見栄えがいいし簡単です。でも私は師範からの教えがあるので、心の中で「これは本筋ではない」と思いながら、オリンピックに出るために勝ちを意識してしまう。そのため息苦しい形になったり、気持ちの入らないような形をしてしまったり、多くの失敗をしました。自分の形と気持ちとの間で葛藤することが多くありました。その経験があったからこそ、今は自分の空手道から外れることなく、世界トップレベルのスピードとパワーを身につけ、結果も出せるようになったのだと思います。

――走さんはいかがでしたか。

走　オリンピックレースが始まったときは社会人1年目でした。当時はまだ世界一を狙えるような実力ではなく、喜友名諒（きゆなりょう）選手（※東京オリンピック金メダリスト）には勝てないと思い、気持ちの上で負けていました。子どもたちへの指導でも言うのですが、試合に出るのに誰も2位は目指しませんよね。1位を獲るために出る。その気持ちの有無が、やはりランキングに表れます。その点で、僕は弱かった。21年の全日本選手権では、決勝で喜友名先輩と当たりました。絶対に勝って先輩に引導を渡し、僕がチャンピオンになるんだという気持ちで臨んだので、負けはしましたが周囲からは良い評価をいただけた。実力がついてきたのかなと実感しました。

――選考レースの前後は、精神的に支え合う部分も大きかったですか。

ひかる　互いに分からない辛さもあって、けんかもしました。私は最終選考まで残ったものの、落選がほぼ確定した中でプレミアリーグに出続ける辛さがあったし、その間も仕事をしながらまた別の目標を立てて努力しなければという辛さがありました。

走　理解してあげたいと互いに思いながら、やはり置かれている立場や悩みの種類は違ったと思います。僕は追う立場として頑張ったけど、だめだった。彼女の場合は勝つ実力があるなかで、試合なので負けることもあった。ピリピリしていましたね。

ひかる　そういうときは、師範が間髪入れずに技術の指導をしてくださいました。練習中だけは、互いに自分の空手道、自分の形に向き合えて楽でした。素直に前を向けました。

心を燃やす空手と仕事

――消防士の仕事を選ばれた動機は何だったのですか。

ひかる　本当は関西で就職して空手は辞めるつもりでした。でも学生最後のインカレで負けてしまい、悔いが残った。そこでもう一度空手をやりたいと思い、せっかくなら子ど

もの頃から教わってきた剛柔流の佐藤重徳師範の下で、一からやりたいと思って大分に帰ることにしたんです。生まれ育った大分市や地元で応援してくださった方たちのために仕事がしたいと思って公務員を選び、空手を通じて身体を動かすことが得意だったので消防士になりました。

走　僕は大学3年まで試合に出られず、伸び悩んだ時期がありました。そのとき、佐藤先生が講師をされた剛柔流の強化練習で、体の使い方や今まで経験したことのないような技術を教わり、それ以降、技が自分にしっくり来るようになりました。全身を使えるようになったんです。その佐藤先生のもとで空手を続けるため、大分に来ました。僕の場合、消防士は子どもの頃からの憧れでした。目に見える形で人のために働ける、凄い仕事だなと思っていました。

――現場では、危険と隣り合わせではないのですか。

走　もし現場でけがをすれば同僚に負担をかけます。だから危険をなるべく排除して活動を行うことを念頭に置いて行動しています。

ひかる　私たちは入局すると半年間、寮で生活しながら消防学校で消防人としての基本や心構えを叩き込まれます。私はそれまで空手にしか心が燃えなかったのですが、消防という仕事の内容を知ったとき、空手と同じようにもっと勉強して早く一人前になりたいと思いました。そこまで心が燃えたのは空手以外で初めてです。誇りに思える仕事です。

――普段の練習はどのようになさっていますか。

ひかる　勤務のある日は3時間程度しか練習できないので、休日はその倍、練習しています。基本的に、二人一緒にできるときはそうして、互いにアドバイスをし合うなどしています。

――お互いに、どんな点をリスペクトしておられますか。

走　フルタイムで仕事をしながら、世界のトップで戦い続けるところです。午後5時まで働いた後、10時、11時まで練習をする。睡眠時間も少ないし、プレッシャーとの戦いで心身共に疲れる。その中でいつも自分に厳しく、自分が決めた事は絶対に手を抜かないところを尊敬しています。

ひかる　当たり前のことですが、目標に向かって諦めず、限りなく努力を続けるところでしょうか。彼は大学の3年間は試合に出られなかったけれども、心折れずに努力し続けられたのは凄いなと思います。4年生でインカレに初出場して初優勝という、一度きりのチャンスをつかんだのは凄いです。

自主・自律の精神を学んだ同志社時代

――大学時代の思い出をお聞かせください。

ひかる　私は藤澤義彦先生のゼミで、組手における蹴りの動作解析をしていました。筋力と股関節の可動域の、蹴りのスピードへの影響を、全国大会の成績でグループ分けをして研究したのを覚えています。

走　スポーツ健康科学部はアスリートが多いので、先生も授業で競技に役立つ知識や情報をよく教えてくださいました。僕は渡邉彰先生のゼミに所属して、子どもの頃の競技成績と現在の成績との関係を研究しました。

ひかる　私は唯一、大学時代だけ日本一を獲れなかったのですが、あの4年間があったからこそ自分の空手人生の土台ができたと思っています。高校までの部活は、ある程度「やらされる」空手。もちろん好きだから続けていたのですが、本格的に日本一を目指していると高校生としては負担が大きく、空手が好きかどうか分からなくなったんですね。でも同志社に進学すると、やらされる空手から、自分からやる空手になった。周囲の応援をいただきながら、どうすれば強くなれるか、練習や栄養面、取り組み方などを一人で考える力がついた。あの4年間で、やっとアスリートになれた気がします。あれがなければ、もっと浅い空手人生になったかもしれません。同志社に行って本当に良かったと思います。

走　僕も高校は強豪校に入り、非常に厳しい練習をしました。やらされる環境でした。大学で一人暮らしを始めると、最初は自分を律することができず、それが空手の結果にも表れていました。同志社の空手道部は自主性を重んじるので、そこで目標に向かってすべき事を確実にしていく選手になれたかなと思います。大人になれたかなと。

――現在の大きな目標を教えてください。

ひかる　10月にハンガリーで行われる世界選手権で1位になることです。

走　僕も同じです。

――将来はどのような道に進まれますか。

ひかる　今は毎日、目の前の試合の準備で頭がいっぱいなので、あまり深くは考えていません。でも引退後は、やはり恩返しがしたいです。大分から世界を目指せる選手を輩出できるよう、師範のお手伝いができればと考えています。

走　引退後、試合に向けて練習をしないという生活がどんなものなのか、心情はどうなるのかなど、今はイメージができません。

――最後に、志を貫き努力し続けることの意義をお聞かせください。

走　自分の目標を見つけるための努力がまずあって、その目標に向けてすべき事を一つずつ実行していく努力をする。その上で、勝っても負けても、その努力を貫き通すという努力が必要だと思います。それらの努力を続けることで、自分のすべき事がどんどん明確になっていくのだと思います。

ひかる　私はオリンピックをはじめ、常に一番高い目標を掲げ続け、人生を懸けて努力してきました。でも達成できたことの方が少なく、そのときの敗北感たるや、生きる気力を失うぐらい強かったです。だからこそ努力が実ったときは凄く嬉しい。今まで空手を続けてこられたのは、試合の結果がどうであっても背中を押してくれる人たちがいたおかげです。諦めずに長く頑張ってきたからこそ、今があります。私は、世界選手権への出場は今年を最後にするつもりです。25年間の集大成です。今まで積み重ねてきたものを全部発揮して優勝できればと思っています。

――本日はありがとうございました。引き続きお二人のご活躍をお祈りしています。

（2023年7月5日、大分市にて）