

剣道の魅力



私はこうして出来上がった・・・

私が剣道を通して耐えてきたこと！

- **寒さ** . . . 冬場の**寒さ**は尋常ではない！
冷たい道場の床に裸足 足から伝わる**冷たさ**
- **暑さ** . . . 夏場の**暑さ**は尋常ではない！
厚手の道着や防具で**熱が逃げない**
- **臭い** . . . 面・籠手（こて）などの防具は**洗濯出来ません**
面の顎（あご）部分と籠手の**臭い**は別格！
S Dの作業手袋を**洗わずに使っている**状況にそっくり

剣道を通して学んだこと

- 忍耐力 （五感で感じ、自然と身につく）
- 礼儀作法 年上（目上）、親を敬う心を持つこと

最後に・・・私の座右の銘は **【明鏡止水】** です

「明鏡止水」とは、「めいきょうしすい」と読み、
「よこしまな気持ちを持たない、澄み切って落ち着いた心」という意味です

マイナスの感情や固定概念に縛られることなく、柔軟な考え方で清らかな気持ちを持ち私生活や仕事に励んでいきたいと思っています