周りのおかげで今がある

父や兄の影響で空手をはじめた南原さん。その後、新極真会に移籍して国内外の様々な大会で結果を残してきた。しかし、世界レベルの選手になるまでの道のりは、決して順風満帆ではなかったそうだ。

小学2年の頃に、お父さんの空手道場・龍士會（りゅうしかい）に入りました。家族が空手をしている姿を見て、自分もしたいと感じたのがきっかけです。お父さんから空手を学ぶうちに、世界チャンピオンになりたいと思うように。いろんな空手大会に出場する中、新極真会の大会がどの大会よりもレベルが高いと感じていました。そこで、お父さんに新極真会に入りたいとお願いしたら、ＪＫＪＯという全国大会のジュニア部で「優勝できたら」という話になったんです。それまでＪＫＪＯで優勝したことはなかったのですが、中学2年のときに優勝。中学3年の頃、晴れて新極真会の折尾道場に入ることができました。

新極真会の道場は、近くに数ヵ所あるんですが折尾道場を選んだのは、様々な大会で結果を残している渡辺大士（たいし）先生がいたから。移籍当時は、お父さんの道場で学んだスタイルや練習メニューの違いで戸惑いはありました。しかし、トップレベルの選手である渡辺先生の言葉やアドバイスでレベルアップし、その年に開催された大会（中学重量級）で優勝。高校生になってからも、国内大会で優勝、世界大会で準優勝など良い成績を残すことができました。

負け続けた1年間があったから

実は世界大会で準優勝した次の年から、負け続けたんです。今振り返ると「準優勝したから次は勝たないといけない」といったプレシャーが少し重みになっていたし、心の弱い部分や考え方が今とは違っていました。負け続けてはいましたが、空手をやめようとは一度も思ったことはありませんでした。練習がつらい日などはありましたが、世界チャンピオンになるという夢が自分を後押ししてくれたんです。だから、あきらめることなく練習に励みました。

1年ほど負け続けた頃、気持ちが楽になった自分がいました。失うものは何もありませんでした。そんなときに開催されたのが、体重別で行われる第6回世界ウエイト制の空手大会（カザフスタン）。絶対に勝つぞという思いはありましたが、楽な気持ちで戦い、女子中量級で優勝しました。高校卒業後、すぐの7月のことでした。

生徒VOICE

半年前から中間道場で学んでいます。世界大会で優勝したすごい先生に教えてもらってうれしい。走る練習や相手に勝ったときが楽しいです。

黒田 健斗さん（7）

教わる立場から教える立場へ

選手として様々な大会に出場する一方、高校卒業後は指導者として空手を教えている。南原さんが、次の世代へ受け継ぎたい思いとは。

今、折尾道場、中間道場、徳力道場の3つの道場で生徒を指導しています。指導者になった当時は、伝え方などが難しかったです。選手一人ひとり違うので、生徒に合う指導法を考える必要があり、特に小さい子に教えるのが難しいと感じました。それでも、あきらめず指導することで、徐々にうまく指導できるようになりました。また、指導者として、新極真会のフルコンタクト（直接打撃制）空手をもっと広めていきたいと思っています。

指導する立場になって、周りのことを考えるようになりました。私生活も見直し、靴をそろえるとか、人の悪口を言わないとか、そうしたちょっとしたことが大切だと分かったんです。

練習をしっかりするだけではだめ。心もしっかり強くしないといけません。これまで、お父さんが自分に空手を教えることは当たり前だと思っていたのですが、それも違うと考えるようになりました。

続けること あきらめないこと

生徒の中には、世界チャンピオンになることを夢にがんばる子どもたちがいます。指導者として夢に向かって続けることと、あきらめないことの大切さを伝えています。空手を続けることで、心の強さが身についていきます。緑師範や渡辺先生をはじめ、支えてくれた周りの方々のように、自分も子どもたちの夢を応援していきたいです。

夢に向かい続けることは、空手だけではなく、勉強にしても、スポーツにしても大切です。自分の弱い部分も、続けることで強くなります。途中であきらめそうになったら、あなたの夢や目標をもう一度、思い出してみてください。追い続ければ、頑張れば、夢は叶います。きっと。

特集 燃ゆる原石たち#5

空手家（新極真会所属）

南原（みなみはら） 朱里（じゅり）