



安田志乃 不放棄的劍道魂

2010-11-28 記者 劉芮菁 報導



偶然走在政大校園，無意間和她相遇時，也許會為她特殊的日本腔調而稍稍回頭，思索片刻後，便將她歸類為「外籍生」而不再訝異，殊不知在最不經意的一刻，所擦身而過的，竟是現任政大劍道隊長——安田志乃。



安田志乃劍道三段，屢屢為政大女子隊奪下佳績。(圖片來源/安田志乃facebook)

雖然標準的東方面孔無異於他人，但傳統的日本姓名，卻讓安田志乃多了些異國色彩，一頭俐落的短髮染成棕色，上了妝的面容掩不住率直的內在，略帶稚氣的眼眸又顯幾分可愛，今年大三的她就讀於政大廣播電視學系，目前擔任政大劍道隊長及足球隊經理，高中時曾參加攝影社，也曾學過爵士鋼琴。安田志乃擁有劍道三段的資格，在劍道場上表現亮眼，身為女子隊的主力，更屢屢為政大奪下佳績，如今年十一月初舉辦的全國大專院校劍道錦標賽，安田志乃便以主將之姿分別為政大獲得團體賽的冠、亞軍，同時也在二段以上的個人賽中獲得冠軍。她擅長利用各種技巧欺騙對手，使其感到害怕並藉此得分，或在對手出擊的瞬間抓住破綻以取得勝利，如在對手出擊面部的瞬間攻擊手部，就是安田志乃的得分利器。



在對峙時使用欺敵戰術，或利用對手出擊的瞬間捕捉破綻，都為安田志乃所擅長。(圖片來源/安田志乃facebook)

與教練的偶遇 開啟了劍道生涯

安田志乃是台日混血兒，高中就讀日本千葉縣立津田沼高中，高三面臨大學科系的抉擇時，政大畢業的父親曾詢問她，是否願意到台灣一試。一方面想就讀父親畢業的大學，一方面想給自己獨立的機會，嘗試國外生活。種種原因下，安田志乃透過外籍生申請制度，飄洋過海來到政大廣電系。從五歲至今，安田志乃的劍道生涯長達十六、七年，由於劍道在日本風氣極盛，她表示這般練習程度在日本其實不算少數，三段實力也屬一般選手的程度。她劍道生涯的開始，則源自於兩

媒體歷屆廣告

推薦文章

- 變化自如 幕後的聲音演員
- 那些年 爸爸與芭樂的回憶

- 關余膚色 我想說的事

總編輯的話 / 郭穎慈



本期共有十九篇稿件。頭題〈夢想配方 攝影甜點與咖啡〉忠實刻劃一位科技新貴勇敢出走，開設一間攝影風格咖啡廳的歷程和堅持。

本期頭題王 / 洪詩宸



嗨，我是詩宸。雖然個子很小，但是很好動，常常靜不下來。興趣是看各式各樣的小說，和拿著相機四處拍，四處旅行。喜歡用相機紀錄下感動，或值得紀念的人事物。覺得不論是風景還是人物，每個快門的...

本期疾速王 / 吳建勳



大家好，我是吳建勳，淡水人，喜歡看電影、聽音樂跟拍照，嚮往無憂無慮的生活。

本期熱門排行



夢想配方 攝影甜點與咖啡
洪詩宸 / 人物



橙色的季節 唯美「柿」界
陳思寧 / 照片故事



老驥伏櫪 馬躍八方
許翔 / 人物



追本溯源 探究大地之聲
劉雨婕 / 人物



變化自如 幕後的聲音演員
張婷芳 / 人物

位兄長。「那時我兩個哥哥開始學劍道，我因為喜歡黏著哥哥，也一起去看，後來教練問我要不要一起練，我答應了，之後我們全家就一起學劍道。」

國小一年級，安田志乃獲得劍道比賽中第一次的勝利，一連串的勝利一直累積到國中。對安田志乃而言，比賽帶來了成就感，是表現自己的方法。小學時，安田志乃一星期練劍四天，國中時一星期有六天都奉獻給劍道，她說自己「一年三百六十五天有三百天都在練劍」，此外，由於父母對課業非常重視，加上她的劍道教練也同時是數學老師，「有時候練完劍，教練就說：『安田啊！你上次期中考……』而且平常上課都會遇到他，沒去練習就會有壓力，所以兩邊都不敢放鬆。」安田志乃說著，表示她的國中生涯幾乎只有課業及劍道。

國中的教練對安田志乃影響極深，不但為她打下厚實的基礎，也建立了良好的學習心態，她在政大的帶隊方式，更常以此作為參考。安田志乃表示國中教練的教學方式扎實而有系統，循序漸進，在基礎完全熟練前，絕對不會讓學生學新的動作。此外，教練也訓練了學生主動學習的態度，學生必須表現出想要學習的欲望，才會加以指導。比賽成績不佳，也必須由學生自行檢討後再和教練討論。現在安田志乃練劍時，也盡力表現出渴望學習的態度，讓教練願意教導她。在政大劍道隊裡，她也希望學弟妹在每次的練習前先訂下學習目標，一次練習完成一個目標，如此慢慢累積，在每一次的練習中獲得進步。

隊友是最大的精神支柱

當時嚴格的訓練，讓安田志乃也遇上不少挫折和瓶頸。「上國一後，教練跟我說，妳不是很強的選手，妳的劍很難看。妳的劍道是為了贏的、比賽性的劍道，所以妳比賽會贏，但妳打的劍不好看。」國中教練的指責，讓她覺得自己長期累積的成就在一瞬間被否定，因而對劍道感到徬徨，甚至無法找出劍道的意義。但矛盾的是，她參加校外比賽仍有得名，練習也依舊持續，因為每次的缺席都逃不過教練的眼睛，平日在課堂上見面更令她尷尬，只是劍道。這般景況直到升上國二後才有了改善，由於有學弟妹的加入，安田志乃發現能和隊友一起練習非常快樂，隊友的情誼成為安田志乃最大的精神支柱，平時一起努力、一起比賽，比賽時共同努力贏得勝利，比賽後一同檢討、互相督促，能和隊友同甘共苦，讓安田志乃度過這段艱辛的時日。



能和隊友一同為比賽而努力，是安田志乃認為劍道有趣的地方。
(圖片來源/安田志乃facebook)

繼承鐵的意志 永不放棄的精神

然而，在安田志乃國中最後一場比賽中，表現不甚理想。當時的她對自己非常失望，當時，她又去觀看千葉縣選手的冠亞軍爭奪賽，發現自己無論在心態、劍技上皆有不足的地方，在情緒失落之下，更對劍道產生放棄的念頭。升上高中後，由於社員短缺而接下劍道社社長，安田志乃採用國中教練的教學策略，卻因為練習內容過於嚴苛，許多抱持玩樂心態的社員和她的想法並不一致，導致社員人數不斷減少，最後面臨倒社的命運。「他們覺得我的練習太辛苦，一個一個就不見了。」話說到此，她無奈地笑了笑。因此在高中時，安田志乃暫停了劍道生涯，直到進入政大後，才又重新起步。

來到政大後，她三段的實力仍為她屢奪佳績。雖然大部分社員大學後才接觸劍道，和她的程度有所差距，但渴望學習的心情是一樣的，她也非常尊敬政大社員的認真態度。接下隊長一職後，安田志乃曾向社員表示：「我一定會對你們非常嚴格，但你們做得到的時候，我一定會教你們很多東西。」雖然要求非常高，但她希望社員們能盡力去實踐，她也會尊重社員的想法，她的要求則是要常來練習、練習時要認真，更因劍道重視禮儀，也必須尊重教練和學長姐，安田志乃希望能在提升社團的品質、訓練專業技術之時，也能培養大家主動學習的態度。而看到學弟妹的進步，也讓安田志乃非常快樂，更成為她帶隊的動力來源，「好像媽媽看到孩子長大了的感覺。」她笑著說。

在個人學習上，安田志乃認為目前自己過於仰賴同一招式，導致她無法應付不同的攻擊方式，因此她希望能學習各種應對手法，讓自己在比賽中持續進步。此外，在比賽中遇上初學者時，她期望自己能全力以赴，不因對方的實力差距而鬆懈，因為「認真比賽才是尊敬對手，所以不管跟誰比賽都要很努力。」



變化自如 幕後的聲音演員

資深配音員蔣篤慧，娓娓道來身為臺灣配音員的酸甜苦辣。

追本溯源 探究大地之聲



大地音樂製作人吳金黛，藉著音樂的力量，使聽者重新審視自我與土地之間的連結，並以尊重的態度看待生命。

▲TOP

關於喀報 聯絡我們

© 2007-2014 國立交通大學 傳播與科技學系 All Rights Reserved.

Powered by  DODO v4.0