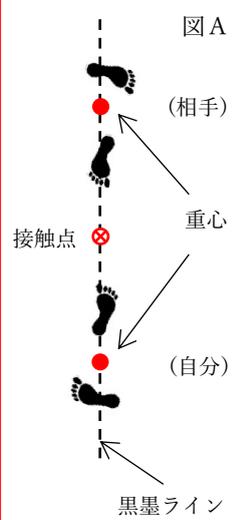




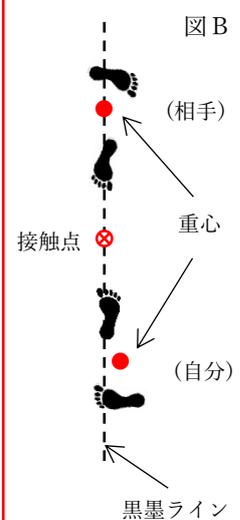
士たるものの貴ぶところは、徳であって才ではなく、行動であって学識ではない。

吉田松陰

「○△□への道」 ・内なる懸け橋(インナーブリッジ)を求めて



右の図Aは、立位で相手の正面打ちを受けた場合の一般的な運足図を表している。黒墨ラインとは、自分の正中線と相手の正中線を結んだ線のことをいう。通常、黒墨ラインで相手と接触した場合、自分も相手も黒墨ライン上に重心が乗る。この状態は、お互いに力が入るポジションニングだ。したがって、相手と力くらべになりやすく、相手も自分も踏ん張ってしまい双方が動けなくなる。また、ぶつかりながら力で相手を制しようとした場合、概ねこの状態になっている。常に踏ん張ってはいけないと道場で申し上げているはずだが、図Aは自然と力んでしまう。そこで、思い出して欲しい。VOL.1のワンポイントアドバイスで示した一重身裏三角法を。更にVOL.11のワンポイントアドバイスで重心位置を示したはずだ。それを左の図Bに落としてみる。



一重身裏三角法で立つと自分の重心は黒墨ラインから外れる。したがって、図Bの状況は、相手と同じ土俵に立っていないことになる。正面打ちを受けた瞬間は、自分は自然と踏ん張れないポジションニングになっている。次に重要なのは下半身の使い方だ。VOL.3のワンポイントアドバイスで階段では音を立てずに昇降することを勧めた。要するに、下半身を柔らかく使うことが肝要なのである。↓

そこで、お互いに力くらべにならない一重身裏三角法で立つと、どのような状況になるのかを考えてもらいたい。

【ワンポイント・アドバイス】
・腕は自然に使おう。そして、しなやかに



右の写真は一教裏のワンシーンだ。しかし、よく見てもらいたい。写真①は右手首を鎌のように「く」の字に曲げている。おそらく、相手の腕を引き込むためであろう。無意識の動作と思われる。しかし、考えるに好ましくない。何故ならば、VOL.2のワンポイントアドバイスで腕の遠心性・求心性を示したはずだ。相手の腕を引く掛けるように自分の手首を曲げることは、腕の遠心性が失われてしまう。遠心性・求心性を保持した状態を保つからこそ様々な局面に対応できるのではないかと考えている。また、右腕を引き込むと左腕は相手の腕を抑えつける要素が大きくなりやすい。

写真②は、両腕を丸くして左右の労官で相手の腕を抑えているイメージだ。常に労官から気を出しているつもりで対処している。作為なく自然に腕を使っているから、両腕は無理なくしなやかに働いてくれるだろう。腕は力を入れるのではなく、昆虫の触角のように常に相手との関係性・感覚あるいは相手の動向を正確に読み取る器官と思って欲しい。学生のころOBの先輩から「自分の腕の重さを感じるように」とよく言われたものだ。腕に力が入っていると、自分の腕の重さは分からない。そんな力が入った腕では、当然触角のような役割を果たさないことは明白である。

道心探求

仏教に「正聞薫習(しょうもんくんじゅう)」という言葉がある。師から正しい言葉・教を繰り返し繰り返し聞いていくと潜在意識の中に染み込んで、自然と間違った方向へ行くことがなくなるという意味になる。すなわち、「すぐれた人に親しんでいる」ということだ。それは、素直な心の持ち主でいなければならぬということでもある。すぐれた師に親炙していくのであるから、逆らったり反抗したりすることはないと思う。しかし、自分にとって納得できないことがあると、人間多少は疑ってかかるものだ。そうなるのと修行は遅れて前進しなくなる。頭の回転が良い人や知識が豊富な人ほど、そういう傾向が見られる。正聞薫習は、言葉だけではない。師の人となり、思想、行動、動作など全てだ。だから、頭だけで考えても仕方ないことがわかる。

合気道の稽古法も同じだ。見取り稽古である。初心者だろうが高段者であろうが同じ技を繰り返し繰り返し行い自身に技を薫習していく。すぐに上達は見込めないかもしれないが、気がつけば一年前の自分と違うことが分かるだろう。それは、高段者でも同じである。

問題は次の段階である。「守破離」の「破」である。すぐれた師についてきた自分は絶対に正しいと強く思い込んでしまうことだ。こうなると、他者の良い部分が見えなくなってしまう。他の先生や修行者の良い教えについても考え取り入れてこそ分かっていくこと、見えてくるのがたくさんある。この時期が、本当に楽しく一番発展していくのではないだろうか。

情報があふれている現代では、「守」を適当にこなして「破」へ進む人、「守」からすぐに「離」へ向かう人が多いのではないかと感じることがある。そういう人は、遠回りをしてしまうか、消えてしまいか、上達をしないままにいるかのいずれかだろう。若いころ、私は全く素直ではなかった。非常に後悔をしている。しかし、合気道に人生を捧げた素晴らしい先生たちによって救われたといっても良いだろう。

～開祖の言葉～

「合気道は愛です。そして合気道が愛ならば、それは心です。～略～『相手に剣をふりかざすのではなく、心をさしのべなさい!』 ～略～ 私のこの言葉を世界の人々に伝えてほしい」

※1957年冬、日本での修行を終え米国へ発つ前のアンドレ・ノケ氏へ開祖が掛けた言葉(通訳：津田いつお)
「剣と心 写真とともに語る盛平合気道」より

