

稽古所感 入り身と体の転換について

昭和五十年入学 稲賀 繁美

数年前、コロナ明けのころにフランスの最高学府コレージュ・ド・フランスで講演する機会があった。また、氣の研究會・心身統一合氣道の系列の先生が奉職先の私立大学で初心者用の講座を受け持つておられ、許しを得て、その稽古にも参加させていただいた。それらの経験については『赤門合氣道』にも仮の日本語版を人稿した記憶があるが、今回はその続き。

◆ 入り身

入り身については、東京大学合氣道部の身のこなしは、合氣会の現在の主流と、いくつか基本的な点で異なっているような感触がある。鹿島神流の刀の動きが加わっているためだろうか。稲葉先生の指導で、相手の中心を取る、あるいは剣筋を躲す訓練をずいふんとみっちり仕込んでいただいた経験がある。裏太刀で相手の剣先を制御しつつ相手の死角に左右どちらからでも、足捌きの距離と間によって自在に入る理合いを味

わかる。入り身はその延長あるいは、それを身体でなせる身のこなしとして理解できる。相手の背面に密着する場合は、先方に剣を打たせてその裏あるいは手の内に入り込む技法だろう。また相手の剣を落としてそこにできた空隙に進む実戦太刀の場合、あるいは落とすのではなく続飯の状態でも相手の小手あるいは剣の物打ちを制御し、相手の中心を取りつつ、相手の姿勢を崩す場合、相手の攻撃の方向と場所によって咄嗟の対応は異なるが、その基本線は変わらない。

相手がどのような出方をしようとも、それに自在に対応できる位置と間合いとがつかめると、結果的にこれは入り身として有効になっている。問題は一方で、剣で習得したこの動きが体術でも活かしているか、両者に継続性のあるものとして稽古ができていくか。他方で体術の場合にも、剣の稽古、とりわけ真剣での稽古と同一水準の、繊細かつ揺るぎのない身のこなしが維持・向上できるか。こうした稽古の有効性を測るには、後者については集団稽古ではなく、ある程度の経験ある相手と、ひとつひとつの動きや位置の有効性を相互にゆつくりと吟味する経験が大切となるだろう。また前者については、むしろ心得のない初心者や、他の格闘技の技能者に対して、どこまで有効かを試す経験の蓄積が不可欠だろう。力任せや素早い動作で自分の動きをごまかすような稽古では、これらの向上は期待できない。

◆ 転換

つぎに転換だが、こちらは、現在の道場での合気道の稽古では、その本質が見過ごされる傾向があるように思われてならない。流派や先生によつては円運動を強調するが、可視的な円運動に頼った遠心力の梃子の作用は、ある程度以上の術者を前にすれば、簡単に見透かされて、はずされてしまうだろう。ここでも鹿島神流の剣の熟しを身に着けた稽古者の場合、見えない箇所での異質な動きが植え付けられているように体感される。もとより言葉で表現するのは、きわめて不如意な領域だが、ごく単純化するならば、「回転軸の直径を絞り込み、相手からは回転運動とは見えない捻り込みや螺旋運動、それにつづく発散の訓練が、知らず知らずに身につけている。他流から見れば、とかく東京大学合気道部の動きは直線的と形容されることがあった。だが足捌きにしても、直線上で剣筋を維持しつつ、その線上で回転を利かすほうが、結果的に大きなウェクトルを獲得できる。ここでもまた、力任せの強引な技ではなく、回転とそれとは見せない虚の動き、極小の一点と回転軸を収斂させる足捌きが要求されよう。軸足でない側の脚が大きく円弧を描くような体の転換ではなく、相手の中心を制

する線上での点としての瞬時の転換による、逆方向への発散、といえは少しは正確だろうか。求心力を一点に収斂することで、方向転換のあとの推力の潜在^①が有効に備蓄される。

手始めには、「準備体操」と呼ばれる段階での体の転換運動で、上記のような、きわめて初級の工夫をしてみるだけでもよい。なぜならこれは、いわゆる呼吸投げで、相手の推力を吸収しつつ、その力をやり過^②し、相手が自ずと飛ぶに任せるにも、不可欠。これも稲葉先生の剣の稽古で、欄干のうえて線を外さず前後に動く訓練があった。当時その意味など分からず、バランスを崩すのが常だったが、思えば曹洞禅の僧侶として著名になった藤田一照さんが境内に綱を張つて、綱渡りの訓練をされているのも、この延長ではなかったか？

◆ 表裏一体「おもて」対「うら」の超克

さらにいえば、前半に述べた「入り身」と、この「体の転換」とが、実は表裏一体でしかないことを体へ覚え込ませるための訓練にもなる。良寛の歌に「裏を見せ 表を見せて 散るもみじ」とあるが、これは通俗的には秋の落葉の風物を詠みながら、勝義ではそもそも表裏を対立として二分することが虚偽である真諦を指す。表技になるか裏技になるかは、その折の状況次第。そのどちらにも即座に対応できる自在さこそ、落葉が観照者に伝える真理だろう。とかく「分析が重視されるが、「世界は分けても分らない」。分解と合成との動的平衡というと福岡伸一の口吻だが、実際には体言と用言とを分かち、二重分節という切り分けに立脚する言語を獲得し、そこに依存するヒトには、もはやそれ以前の世界は把握不可能であり、しかし武術はこの「言語道断」の世界を覗き見る機会を提供する訓練の場となる。

物理的にも、一直線上で180度の方向転換がなされることは、入身の状態でも相手の力や運動の方向のうちに、我が身を溶け込ますためには不可欠な技術のはずだ。これは多少の練習、綱渡りに失敗する経験からだけでも、学ぶ教訓が少なくない。視線が水平線を意識せずに捉えて居ることの大切さ。剣を振るごとくがバランスを崩す原因ではなく、かえって平衡を保つために有効なこと。あるいは逆に、そのように振らないと姿勢が容易に崩れること。さらに打つて出る瞬間にせよ、攻撃を受ける刹那にせよ、それが外から見て「発する」ことがない状態を獲得する、つまり自分の意思ではなく、状況に自らを溶け込ませる稽古にも繋がる。

◆ 馴れ合いの稽古からの脱却にむけて

このあたりで、稽古の意味も通常の軍事教練とはかなり異なってくるだろう。基本とされる技のいわば形式的な習得や、意識せずに状況に応じた身のこなしができる反復練習は、もちろん必要不可欠だ。だがそれは実際には、まだ「基礎」でもなんでもなく、むしろ「基礎」とはなにかを悟るための準備でしかない。逆に「こまごま」と、通常「準備体操」といわれている動作の反復が、単なる機械的な動作の反復、ハビトゥス獲得だけでは無意味なことも、ようやくすこしずつ悟られてくる。さらに稽古そのものも、ひとつひとつの動作やその際の身体相互の位置がそれとして有効なものか、それとも無効なものかを、丁寧に分解しつつ賞味する時空、言い換えれば、正しい仕草なのかまやかしの誤魔化しなのかを見極め、体感する瞬時瞬時の経験へと変貌を遂げてゆく。この境地に入ると、稽古時間という時の経過は二時として二感しられなくなり、永遠の現在に没入しているかの「純粹な時」に満たされる。

もはや技をかけようとか、相手を倒そうとか、およそ競争あるいは競技などは、眼中や脳裏からは消滅してくる。相手が望む動作や運動の方向をそのまま促して、それと一体となることが「入り身」であり、「転換」もまた、自分の意思で、相手を手玉に取って操るべく、方向転換するというよりもむしろ、相手の意思に合わせて、抵抗を無にする方向へと溶け込む「無私」に等しくなる。これ以上の下手な形容は、抽象的な精神論や、道徳的教訓めいたお説教に傾くため、避けたいが、「受け」と「取り」といった二元論的な対立から脱却する境地を稽古の現場で体感し体得することが、本来、合気道の稽古には求められているはずだ。

勝負のない稽古はとかく馴れ合いとの批判を蒙る。だが老若男女、ひとりひとり異なる相手との手合わせのなかでは、機械的に同一の動作を取っても、それは相互に有効にも働かず、かえって双方に害悪を為しかねまい。相手の出方を見極める、などと通常の言葉遣いでは表現されるが、実際の人生での相互交渉、人付き合いは、そうは簡単には参るまい。双方の出方はその場の状況、環境そしてひとりひとりの振る舞いによつて千差万別となる。身体の特長や解剖学的な特徴もいわゆる「人種」によつても、決して一樣ではない。ましてやヒト以外の動物とどのように付き合うか。そうした応用問題への出発点が稽古の裡に宿つて居る。