

平成15年8月2日（土）

「立つということ」

私の師、曰く「たつ」ということの言霊的理解に「龍」「絶つ」「建つ」「起つ」等々があるということ。

日常何気なく(無自覚に)立っているが、そのことだけでも偏りや詰まり、力みがあることに気づく。上体を支えている両脚が妙に緊張している。立っている状態で脚の力みを抜くことがとても困難である。

ましてや左右に重心を移動したときには、移動した方の脚の力みがなかなか抜けない。

特に膝関節の裏側が緊張している。

力みは滞りを生じ、居つきを起こし、致命的な結果を招きかねない。

長年無自覚にやってきたことの結果である。

体との注意深い対話、集中とリラックス…”自在”への道は果てし無く続く。



三尺以上の太刀を抜く、景流居合の抜き打ち

平成15年9月11日（木）

「素振りということ」

私の師、曰く、「素振りとは素の振り、素になること、ゼロにすること」

ただ振るだけである。余計なことは一切しない。遠心力も用いない。

しない工夫をしていく。

素になる工夫の振りとは如何なることか。ただ振るとは如何なることで、そもそも余計な振りとは如何なることか。

とにかく剣の重さ、重力を感じながら振ってみる。

肩に力が入っている。バランスをとろうとして余計な動きが体に生じる。

ゼロになるどころか余計なものが次々と加わっていく。

剣と体が対立概念の中にある。

今分かるのは、余計な振りをしているということである。



平成15年9月14日（日）

「不毛な空間ということ」

昇段審査が近い為、師範や道場生の前で、片手捕り自由技を行うことになる。良く見せよう、他の道場生とは違うところを見せよう、このように受けを誘導(コントロール)しようという意図が自動的に働く。

受けがこちらの意図とは違った動きをしてくる。ほんの一瞬焦りが生じる。（居つきが生じる。）さらに次の瞬間、上手くつくるおう、誤魔化そう、結果だけ良く見せようという意識が頭をもたげる。もうそこは不毛の空間となる。

面白いものである。自分の傾向性が、こんな時空にも現れる。

それこそ虚?をつくように現れる。そしてそれに見合った場が創られる。

誰の責任でもない。自分が創っただけであり、この結果は自分に還ってくる。これがカルマの法則（作用反作用の法則）である。

この日、右足の薬指を痛め、自宅では左手を火傷する。



平成15年10月9日（木）

「抜くということ」

相変わらず脚の力が上手く抜けない。脚は体を支える土台であり、支えがしっかりしてないと不安である。ましてや相手の剣と対峙すると、この”支え”にしがみつ

く。
しがみつくが故に固着し、かえってバランスが崩れる。そして相手の剣に差し込まれる。

”支え”を手放すことで、逆にこちらが”主”となることは何回か体験するが、相手のレベルが高いとこの度合いは減少し、無理に抗い、無駄に力む。当然心の力も抜かず、その心は固着する。

抜く、脱く、刀を抜く、力を脱く、…何かにしがみつきたい己を手放すことができた時、刀や与えられた状況に奉仕でき、その時に必要なことを起こすことができるのであろう。（むしろ起こることにゆだねるのか？）

”抜く”というのはそれこそこれまでの自分から抜け出ることである。まずは脚という己の脚本（これまで、つくり上げてきたストーリー）にしがみつかないことである。



平成15年10月13日（月）

「月を指すということ」

昇段審査が近いため、今日も片手捕り自由技を師範や他の道場生の前で行う。

心の力みはかなり抜けてきたが、相手や場と同化するにはほど遠い。心の中に相手（敵）をつくっている。

師範からの指摘、「技が小さい。人指し指を出して10cm先を指してみなさい。あなたの技はそのようなものだ。今度は月に向かって指を指してみなさい。…あなたの心が先ほどとは違っているでしょう。そのような大きな心でやりなさい。」

なるほど、振り返ってみると、自分の視野さえも狭かったことに気づく。周りはほとんど見えていない。まるで小さな覗き穴から相手だけを見ているようであった。

そういえば私の心も同じように狭い。目先の細かなことにいつも囚われている。心のあり方がそのまま技や動きに現れる。

表現されたものが自分である。誤魔化しは効かない。



平成15年12月11日（木）

「傲慢ということ」

「技は決めようとしない。絶え間ない流れの中で、相手が崩れ、自滅するのを待つだけである。」

「決めようとするのは傲慢な行為である。」

この師の言葉は、私にとってとても意味のある言葉である。

傲慢に流れを止めようとする、流れに逆らおうとすることは”柔(和：やわら)”ではない。

傲慢ゆえに、ともすれば余計なものを創り出し、結果として自滅への道を歩む。傲慢に決めようとするとき、私は”私”とつながっていないからである。

今、コントロール（傲慢な自分）を手放して、大いなる流れに身をゆだねることを選択し続けようとしている自分にとって、誤魔化しのきかない”柔（和：やわら）”の稽古はとてもいい。

”柔（和：やわら）”の稽古は、私の”傲慢という怖れの化身”をよく浮き彫りにしてくれる。

本当に誤魔化しは効かない。



平成15年12月29日（月）

「死に体ということ」

本質を見ようとせずに小手先の技を駆使してその場だけをつくるおうとする、結果だけを強引に創りだそうとする…。

本質を見失わずに、本質を問い続けてきた相手には、小手先の技は通用しない。もちろん力や経験の差がある程度こちらが勝っていれば、小手先の技は通用することもある。

しかしそれはその場限りのことであり、通用することがあるから逆にそれにしがみつく。

間合や中心のこと、気配や起こり、居つきのことなどを無視して、形の手順だけを繰り返し、技を多く身につけることに己を無理やり安心させ、技がかかった、かからないだけに囚われ、何のためにやっているのか、今何が起きていかなど意識せずにしてきたことは、武道の稽古の本質からはほど遠いものである。如何に自分が現象だけに囚われてきたのか、否、その現象すらもちゃんと見ることができないのかは、早くも死に体になっているのにも気づかずに、小手先だけでまだ抗おうとしていることから明らかである。もう既に終わっているのにもかかわらず。間や中心をとられていることが分からないのである。嫌、感じないというほうが正しく、私は愕然とする。

出来た出来ないの見える世界(現象世界)はある意味魅力的である。魅力的であるからこそ惑わされ、いつのまにか本質を見失い、己の心も体も死に体になっていることに気づかないまま、現象世界の迷妄に埋もれていくのである。



宇佐神宮大元山(御許山)、さいの神

平成16年2月3日（火）

「対沖を意識するということ～矛盾の自己同一」

「沖（ちゅう）」とは気学等で用いられる言葉で、相対する十二支同士のことをいう。普通は対沖する（反対側にある）方位や、対沖する相手との関係を判断するときの表現であるが、師はこの言葉を用いて、動かす方の体と反対側の体も意識することを説明し、それを型の動きの中で示す。前に出るということは後ろに下がることでもあり、上にあがるということは下に落ちるということでもあり、体の動きも相対する箇所を同時に動かすようにするのである。

例えば左半身で右斜め下に構えている剣を、そのまま左半身前方にいる相手に後ろ右足を出しながら切り上げていく場合、最初は右肩は下がりながら前へ出て行こうとするが、この時同時に左肩は上がりながら後ろに下がろうとする。剣が相手に届く間にはそれ以外の体の部分も相対する動きが連続していることに気づく。ところが対沖の動きを無視して、目的としたい動きに（右足を前に出すとしたらその事だけに）囚われるが故に、中心が創られずに余計なものを創りだす。対沖を大切にすると、自ずと中心が創られた動きになるのであり、また中心を捨てることによってかえって中心を得られる。

上（下）は下（上）によって支えられ、右（左）は左（右）によって支えられ、在るもの（無いもの）は無いもの（在るもの）によって支えられているにもかかわらず、意識はいつも片方にだけ執着し、強引に結果だけを創りだそうとして自滅していく。

老子の言葉であったらうか、私は次の言葉を思いだす。

「善なるものは善でないものの師であり、善でないものは善なるものの源である。よってどちらも大切にしないものは迷いからぬけられない」…私の師は言う。この事は基本中の基本だと。私はまだスタート地点にも立っていないのである。



平成16年2月9日（月）

「身構えるということ」

垂直に剣を立てた八相の構えから、そのまま剣を斜めに切り下ろしていく。この”構え”の段階で私は”身構え”ているようである。自然体にただ構えるということが難しい。

「これから打つぞ」という意識や”ため”の力が体に顕れ、いわゆる”起こり”が生じているのである。

「上手くできるだろうか」、「上手くやらねば」等々、その他自覚できていない色々な意図(意識)も、”身構える”という”起こり”と、そして同時に”居つき”を生じさせている。

私は無心で構えている”つもり”なのだが、体は正直である。師に指摘され、無心であろうとすればするほど身構えてしまう。ニュートラルになることが、そしてただ構えるということが何と困難なことであろうか。

ところがである。見学者として体験稽古をしていた女性の構えは、それこそただ構え、剣もスッとただ垂直に立っているのである。ただ構えているからこそ、そのまま素直に剣の重さに逆らわずに剣を降り下ろせる。

彼女は全くの素人のようである。少なくとも私の方がはるかに武道経験は長いはずであるが、剣を構え、そのまま剣を降り下ろす行為は、私が見てもある意味美しい。彼女の心中を察することはできないが、余計な意図がないからであろう。それこそ”素”なのかもしれない。

長年にわたって余計なものを身につけてしまった自分を、おそらくは素人であろうこの女性が見せてくれている。そして作為だらけでいつも身構えている自分も。

”素直”とは、主の糸がまっ直ぐに降りて来ることらしいが、身構えている私に主（天）の糸（光）は降りて来ない。故に美しくない（自然でない）のである。

”素”になるための剥ぎ取る作業は、これからも続く。



屋久島縄文杉