

## 合気道の思想と技

開祖も合気道には形がないといわれていたが、合気道が分かるのは技を通してだけであり、技ができる程度にしか理解できないと思われるので、技の探求は大切である。また、技には哲学、思想が含まれていなければならないと考えるゆえ、合気道の思想と技の関連を追及していく。

### <タイトル一覧>

- 第401回 顕幽神界三界
- 第402回 合気道の技とは ～技の形、技を生みだす仕組みの要素、技～
- 第403回 天之浮橋の立つ
- 第404回 力から心の合気へ ～魄から魂へ～
- 第405回 陰（かげ）に入る
- 第406回 魂を魄の上にする
- 第407回 自己の妙技をつくる道
- 第408回 剣と槍
- 第409回 生産び（いくむすび）で仕事をする
- 第410回 別の世界に生きる
- 第411回 分身分業で生成化育している社会
- 第412回 息のひびきと天地のひびきをつなぐ
- 第413回 摩擦連行作用
- 第414回 魂を魄の表に ～ その1
- 第415回 魂を魄の表に ～ その2
- 第416回 魂と気
- 第417回 四魂と八力
- 第418回 何かが導いてくれる
- 第419回 無抵抗主義
- 第420回 心と魂
- 第421回 宇宙の道

- 第422回 合気道は科学
- 第423回 赤玉、白玉、青玉
- 第424回 合気道の技
- 第425回 思想と実践
- 第426回 魂の円
- 第427回 イメージ
- 第428回 ひびきの土台をつくる
- 第429回 生成化育の大道を明らかにする
- 第430回 武産合気と合気道
- 第431回 合気する
- 第432回 胸・背中の開閉と潮の干満
- 第433回 対照の世界 合気道
- 第434回 合気道は形はない
- 第435回 光ある妙技
- 第436回 幽界への稽古
- 第437回 肉体は黄金の釜
- 第438回 人が主体
- 第439回 霊武と実相武
- 第440回 合気は変わっていくのが本義
- 第441回 技には形（かたち）がある。形（かたち）をつくる法則がある。
- 第442回 形（かたち）をつくる法則
- 第443回 宇宙の条理を形にする
- 第444回 時間も空間もない
- 第445回 手と息の十字で相手を導く
- 第446回 コンステレーションと合気道
- 第447回 病気をなくすのが合気の道
- 第448回 もうひとつの十字道
- 第449回 光る合気
- 第450回 光と熱と力、そして愛
- 第451回 気の妙用
- 第452回 腹と心
- 第453回 禊（みそぎ）

- 第454回 直線的な表層時間と曖昧な深層時間
- 第455回 もう一つの時間
- 第456回 魂のひれぶり
- 第457回 魄を土台にして、魂を上、魄を下にする
- 第458回 「う」の言霊
- 第459回 合気は武の大道
- 第460回 心（こころ） 序章
- 第461回 心（こころ） 続き
- 第462回 潮の干満とは
- 第463回 潮の干満を身につける
- 第464回 空を行ずる
- 第465回 空を行ずるために
- 第466回 宇宙と宇宙の営み
- 第467回 生産びで仕事をする
- 第468回 幽界の心
- 第469回 こころを禊ぐ（みそぐ）
- 第470回 心魂の禊
- 第471回 合気道は形がない
- 第472回 合気道に形（かたち）がないなら
- 第473回 力を抜いて気を入れる
- 第474回 地の呼吸と天の呼吸を頂く
- 第475回 合気道は禊（みそぎ）
- 第476回 引く息は火
- 第477回 八力と対極
- 第478回 稽古の目標
- 第479回 呼吸力と八力
- 第480回 合気道の技は自由自在
- 第481回 愛と武
- 第482回 宇宙との一体化
- 第483回 幽界
- 第484回 合気は変わらなければならない
- 第485回 生結、足結、玉留結

- 第486回 言霊の技
  - 第487回 天の浮橋に立つ
  - 第488回 本当の合気の力を出すために
  - 第489回 本当の合気の力を出すために その2
  - 第490回 地の呼吸 潮の干満
  - 第491回 天の呼吸
  - 第492回 ひびきで技を生み出すために
  - 第493回 天の気、日月の気
  - 第494回 松竹梅
  - 第495回 極意の名称 半身半立ち
  - 第496回 魂魄結合の武
  - 第497回 念の研磨
  - 第498回 くわしほこ
  - 第499回 合気剣
  - 第500回 天の呼吸により地も呼吸する
- 

## 【第401回】 顕幽神界三界

合気道は「顕幽神三界と和合して守り、行っていき、栄えさすものである」と、開祖はいわれている。これが、合気道の目標であり、合気道の役割である。だから、そのように修行していかなければならない。しかし、やりたくても、どのようにすればよいのか分らないのが、難しいところである。

しかし、難しくても挑戦しなければ、合気道の悟りを得る事はできないだろう。無理だと思っても、開祖のお言葉を信じ、挑戦していくしかない。少しずつ、一歩ずつ、進むしかない。

先ずは、顕幽神界ということが分らなければ、和合もなにもできないわけだから、この顕幽神界を研究しなければならないだろう。辞書やインターネットなどを見ても、種々に解釈され、説明されている。だが、やはり合気道の開祖がどのように言われているかを、調べるべきだろう。

開祖は顕幽神界について、『合気真髓』『武産合気』で次のように説明されている：

- 顕界はこの世の現れた世界。幽界は物の世界、物の魄の世界。神界は神の世界
- 顕は顕れた世界、幽は仏の世界、仏教です。神は神の世界
- (水中においての禊)で、この水の世界にも顕幽神の三界がある。顕幽神というのは、つまり顕界は、この世の世界、また幽界は仏教の世界、神界は魂の世界。この三つの世界を建てかえ、立て直しをしなければいけない。
- 人は顕幽神三界の理を悉く胎蔵し、これを調和する主体とならなければならぬ

このことから、合気道で云う顕幽神界は、自分の身の外にあるだけではなく、自分自身の内にもあるということになるだろう。ここからは、自分自身の体験や研究からの解釈なので、挑戦ということになる。

先ず、自分の外にある顕幽神界であるが、上記の水の世界の三界である。ここでの顕界は見える世界、触って感じる世界であるから、問題はないだろう。

次の幽界とは、モノの魄の世界であるから、水のやさしさ、清らかさ、激しさ、恐ろしさ等、目には見えない何かがある世界と考える。幽界は仏の世界とも云われるが、何か（エネルギー等）があるが、実態がない、見えない、という象徴の世界であると考ええる。

神界は、神の世界であり、魂の世界といわれている。これは、人の心や意志では自由にならない世界、という事になるだろう。水の世界の場合の神界は、例えば、万有万物をうるおす愛であったり、ノアの箱舟の話にあるような怒りなど、神の意志（魂）ということになると考える。

天にある太陽や月にも、三界があると感じる。先ず、丸く輝き、ギラギラ光る太陽は、顕界の太陽である。次に、モノの魄の世界である幽界の太陽は、強烈な光と熱の世界であろう。

そして、神の世界であるが、太陽を気持ちを落ち着かせて、息に合わせて観ると、ギラギラがなくなり、丸くやさしい太陽が見えてくる。ここから、万有万物に対して平等な生成化育の愛の光、愛を降り注いでいるように感じられる。これは、太陽自身の意志を超えた、宇宙の意志、神の意志による世界、ということになるだろう。

次に、自分自身の中に胎蔵している顕幽神界であるが、合気道の相対での技の練磨において、この三界での稽古を考えてみたい。

先ず、顕界の稽古とは、体力、腕力の稽古ということになるだろう。見かけ通りの力でやるものである。

次に、幽界の稽古であるが、気力や魄力での稽古となる。これは見えないが、魄の

世界である。

そして、神界の稽古は、魂の稽古ということになるはずだ。魂は、神の意志である。自分の心や意志を超越した、何者かの意志（魂）でやるようになるのだろう。そうすれば、なにか超人的な力が出てくるのではないだろうか。

合気道の修行の目的は、顕幽神三界と和合して守り、行なっていかなければならない、ということである。まずは、自分の中の顕幽神三界に和合するように、稽古すべきであろう。それができなければ、自分の外にある天地などの顕幽神三界と和合するなど、とても手に負えるものではないだろう。

最初は、体をつくり、力をつけ、その体力、腕力で一生懸命に顕界の稽古を積む。次にそれを土台に魄力、気力で幽界の稽古をする。さらに、魄を超越した魂の稽古をする。

そして、体と魄と魂、つまり、顕界と幽界と神界のバランスがとれ、一体化するように、稽古していけばよいのではないかと考える。

開祖は『合気真髓』で「自分の心の立て直しができて、和合の精神ができたならば、みな顕幽神三界に和合、ことごとく八百万の神、こぞってきたって協力するはずになっております」といわれている。八百万の神々が協力してくれるよう、顕幽神三界を和合する稽古をしていきたいものである。

---

## 【第402回】 合気道の技とは ～技の形、技を生みだす仕組みの要素、技～

合気道は技の練磨で精進していくわけだが、その技の練磨は、技の形（気形という）を通して行われる。つまり、正面打ち一教とか片手取り四方投げなどの技の形を、繰り返し繰り返し稽古しながら、宇宙の法則に則った技を見つけ、そして、その技を身につけていくのである。

技は宇宙の営みを形にしたものであり、宇宙の条理、宇宙の理合に合致していなければならない。従って、技を身につけていくことは、宇宙に近づいていくことになるから、合気道の修行の目標である宇宙との一体化に向かっていることになるわけである。

この技を生みだすためには、技を生みだす仕組みの要素というものがある、と開祖はいわれている。これは、技を生みだすために必要な事、例えば、体づかい、息づ

かいなどである。

そこで技を生み出す仕組みの要素を、体と息を十字につかう、左右上下陰陽につかう、円の巡り合わせでつかう、等などではないかと考えている。

では、この技を生み出す仕組みの要素からできる技は、どんなものだろうか。先述のように、技は宇宙の営みに則り、宇宙の法則に合一しているわけである。例えば、技の要素として一霊四魂三元八力というのがあるが、この一霊四魂三元八力を身につけることが、技を身につけることではないか、と考える。

これは、宇宙を生成化育している一元の大神様に感謝し、四魂（奇霊、荒霊、和霊、幸霊）を磨き、三元（気、流、柔、剛）を鍛え、八力である引力の養成をしていくことである。

従って、技の練磨として、一霊四魂三元八力を身につけていくということになる。技の練磨を続けて精進していけば、宇宙の創造主であり宇宙生成化育を万有万物に分身分業している一霊にお近づきになれるだろう。また、四魂も時により激しくも、柔らかくも、自由自在にできるだろうし、体も柔軟で強健になり、強い引力で相手を張り付けてしまうようになるのである。

合気道には形がないといわれるのは、このような理由によるのではないだろうか。これまで曖昧だった技の形、技を生み出す仕組みの要素、技の区別と違いだが、少しずつ解明されてくるようである。

---

## 【第403回】 天之浮橋の立つ

合気道は、相对稽古で技をかけ合い、受けを取り合いながら、技を練り合って、上達していく武道である。初心者の段階では、技の形もよく分らないし、合気の体も力も十分できておらず、まだ体と力をうまく使えない。だから、多少遠慮しながら技をかけたり、受けも素直に取るので、お互いに頑張りあって争いになることはほとんどないだろう。

しかし、基本の技の形を覚え、体ができて力もついてくる段階になり、同じレベルの相手と稽古をするようになると、時としてぶつかり合い、そして、争いになることがあるものだ。

外から見てもわかるような争いになることは、最近はほとんどないようだが、外から見えず、本人達だけにわかる小さな争いは、頻繁に起こっているのではないだろう。

うか。

小さな争いとは、例えば力がぶつかったり、ぶつかった個所を無理に押し上げたりして、受けの相手が力や、または気持ちで反抗することである。

しかし、相対稽古での稽古相手とは、敵ではないし、倒す対象でもない。稽古相手は、自分の技の上達を手伝ってくれたり、自分がかけた技の結果を示し、評価してくれる人なのである。自分がかけた技がうまければ、相手は気持ちよく倒れてくれるが、まずければ倒れてくれないだろうし、不満を持つはずである。

相手ががんばって倒れないのは、ほとんどの場合、技をかける側に原因があるようである。では、相対稽古の相手がこちらのかけた技に満足して倒れてくれるためには、どうすればよいか、ということになる。

開祖は、まずは天之浮橋に立たなければよい仕事はできない、といわれている。まずは、天之浮橋に立つことである。

天之浮橋に立つとは、「自分の想念を天に偏せず、地に執（つ）かず、天と地との真中に立つ」ことであるという。相手を倒してやろうと思ったり、足を踏ん張ったり、手に力を込めたりせず、心（魂）と体（魄）がイザナギとイザナミ二尊のように、縦と横のバランスの取れた十字の姿で立つ事である。

天之御中主神になって、「魂に宇宙の妙精を悉く吸収する」。「大神様に自己を無にして、自分は鎮魂帰神の行いにかなうように努める」のである。

また、「自分がスを出し、二元の交流をして、自分にすべての技を思う通りに出してゆくことである。体と精神と共に、技を生み出してゆく。その技の中に魂のひれぶりがあればよい」といわれている。

天之御中主神の心とは、上下四方、古今東西、宇宙のすみずみまでに及ぶ偉大なる「愛」であるから、天之浮橋に立てば、愛の気持ちになるはずである。相手をやっつけよう、倒そうなどと、相手の嫌がることはしないようになるのではないだろうか。

道場に入ったならもちろんのこと、道場に着くまでに、世間のことを忘れ、稽古に集中し、天之浮橋に立つべく、精神を集中していかなければならない。道場に入っても、ぺちゃくちゃ俗世のことを話しているようでは、天之浮橋に立つ事などできないから、真の稽古にはならず、技の習得はできないことになる。

天之浮橋に立って、相手に向かい、言霊（宇宙のひびき）の「雄たけび」によって



業（技）を発兆させる。言霊とは「業（技）の発兆を導く血潮」と開祖はいわれている。天之浮橋に立てば、血肉（血潮）が宇宙のひびき（言霊）で踊り、技が出てくるといふ。血肉が踊るといふのは実感できるから、これを言霊のひびきに結びつけることが必要なようである。

技をかける際だけでなく、相手に対しした時には、天之浮橋に立っていなければならない。

例えば、まず相手に触れた瞬間に、相手と結び、相手をくっつけてしまうためには、少しでも押したり引いたりしてはならない。押すでも引くでもない、「天之浮橋に立」たなければ、できないのである。

二教裏で手首をかえす場合などにも、極めようとして気持ちと体を力んでかけても、あまり効かないものである。相手の心と体の全体をふわっと包み込むよう、天之浮橋に立ってかけると、極める前から相手は気持ち良さそうに自らかかってくるものだ。ただし、自分より相当力がある人には、そううまくいかないものである。

相対稽古で相手と争わず、お互いが納得できる稽古をするためには、まずは天之浮橋に立つ稽古をしていかなければならないだろう。

---

## 【第404回】 力から心の合気へ ～魄から魂へ～

合気道は相対で技をかけ合いながら稽古するが、どうしても相手を倒そう、倒さなければならない、と思って技をかけてしまう。そうすると、力に頼ることになる。そして、さらにその力に頼っていくことになる。

体力や腕力がつくうちは、どんどんつけていけばよい。ある程度の体力や腕力はなければならないと思う。しかし、年を取ってくると、自分の力の限界を感じてくると共に、技を力に頼る限界も知るようになる。

そう感じるようになったきっかけは、年齢もあるが、合気道の稽古は相手を倒すためにやっているのではない、ということが分かってくることである。技の練磨は相手を倒すのが目的ではない、ということである。これは、柔術や他の武道などと大きく違う点である。

しかし、技をかけて、相手が倒れなくてもよい、ということではない。技をかけたら、相手が倒れなければ、技が効いた事にはならないし、武道ではなくなってしまう

う。技をかけて、相手を倒すのではなく、相手が倒れるのである。このパラドックスを解くことこそ、力にだけ頼っては駄目だと、ということを覚えてくれるはずである。

合気道の技は、技をかけたら、相手が自ら納得し、喜んで倒れるようになる、ということになる。

受けの相手の体を力で攻めると、相手は反発してくる。体力や腕力で勝っていれば、力でねじ伏せることもできるのだが、それでも相手は“おのれ小癪な、その内に倍返しをしてやるぞ”と思うだろう。これは、争いの基である。

相手の技に納得したり、反発したりするのは、心である。体がいじめられると、心が反発して、倒れないように体に指示するのである。

受けの相手が技をかけられて倒れるには、条件がある

1. 受けの心が納得してくれること
2. そのためには、受けの体が無理なく、理に合って動くように導くこと
3. 技をかける本人も、無理なく、理合で動かなければならない
4. それには、開祖がいわれているように、天の気、天地の呼吸に合わせた動き、呼吸で技をかけなければならない

技は、相手を心で導いてかける。相手の心を納得させ、相手の心を導く。それまでの力のぶつかり合いではなく、相手の体重が消滅してしまう、摩訶不思議なものになっていくのである。これが、腕力や体力の魄から、心の魂への合気の導入部ではないかと考える。

しかし、さらに稽古を進めていくと、心を超越したものが働いていることが分かってくる。心は、好き嫌いがあつたり、時や場所で気まぐれなものであるが、それらとは関係のない絶対的なモノに納得し、それを心と体に指示を与え、体と心を導いているように思える。

それは、宇宙と人や、技をかける者と受けを取る者を結んでいる魂ではないか、と考える。つまり、技は相手の体ではなく、心に、そして魂に、かけるのである。

これによって、魄から魂へと重点が移り、そして魄が土台になって、魂が表になる合気道、となっていくのではないだろうか。

---

## 【第405回】 陰（かげ）に入る

合気道の相対稽古で相手に技をかける時は、まず相手の取りの攻撃をしっかりと受けなければならない。相手から体や心が逃げたり、力や気力を抜いたりしては、技はつかえない。

しかし、実際には容易ではないものだ。とりわけ、正面打ちをしっかりと受け止めるのは難しい。

若くて元気なうちは、気力と勢いでできるだろう。いわゆる気の体当たりと体の体当たりである。気と体の体当たりの稽古によって、気力が養われ、体ができてくるので、若い内はこの稽古は必須である。だが、年を取ってきてより高段になると、さらなる次元でのやりかたを考えなければならなくなるだろう。

故有川定輝師範をご存じの方は、晩年の師範の芸術的で科学的な正面打ち一教を見ているだろう。ある時、師範は合気道の講習会で、正面打ち一教の難しさ、問題点、そしてその解決法などを、懇切丁寧に説明して下さった。

その時、とりわけ最初の相手の攻撃に対する受けの手が大事であり、その受けの手が使えるためには、相手の陰（かげ）に入らなければならない、といわれたのである。師範のご説明によると、「陰（かげ）」とは心であるという。

相手の「陰」（心）は相手の体の前面にあるので、相手の両肩の間の領域に入り込まなければならないことになる。これには勇気がいるし、技もいる。この領域は相手の領域であるから、ただ入っていったり、居ついてしまうと、危険でもある。

さらに、相手の陰に入ると、相手の空の気とこちらの空の気の引力が働き合い、離れにくくなり、技もかけられず、かけたとしても効かないことになる。相手の空の気、力をこちらのものにしてしまい、自分のものとして使えなければならないのである。

この陰から抜け出すためには、自分の身体と心（正確には魂）を“皆空”にし、和合統一し、空の気を真空の気に結びつけ、つまり、大気を中心の大運化に同化しなければならない、と開祖はいわれた。

そのような「同化錬成」をしていけば、たとえ鬼やオロチに襲われても、彼らの後ろに身をかわして、自分の空の気の領分に入れてしまうことができるようになる、といわれているのである。

「鬼おろち吾に向かいておそいこば 後ろに立ちて愛にみちびけり」（「合気真髓」）

同化しなければならない「大気を中心の大運化」とは、残念ながらまだ分らない。しかし、鬼やオロチでも、まずは相手の「陰」に入って、相手と結び、それから技を使うようにしなければならないことは分かる。

---

## 【第406回】 魂を魄の上にする

合気道の技の練磨においては、魂が魄の上になるようにしなければならないと教わっている。しかし、これがなかなか難しい。魂とか魄までいかななくても、もう少し前の段階での心と体、精神とモノにしても、容易ではない。

現在は、物質文明、物質科学が精神科学の表になっている、金力や権力の社会である。だから、争いが絶えないのだ、と開祖はいわれている。もうそろそろ、何とかしなければならないだろう。

この力の世界を心の世界に変えるのが、合気道の使命である、といわれている。だが、世界を変えるところか、稽古においても、力の稽古からなかなか抜け出せないものである。

もちろん、はじめは力をつけなければならない。力一杯に技をかけ合い、受けを取り合って、体をつくり、力をつけていかなければならない。しかし、それだけをいつまでもやっていると、力の強いものが勝つ世界に止まる事になる。そうなれば、それよりも優れている心（魂）の鍛錬はできないし、自分の力（魄）に勝ち、相手を導けるような心は会得できないことになる。

稽古で、心が力の上になり、相手の魄力も心で導くことができないのでは、物質科学の社会を精神科学の社会に変えるなどできないだろう。しかし、これは合気道の使命であり、開祖の思いであるのだから、できるできないを考えこむよりは、やっていかなければならないと考える。

合気道の道場は、本来、物質科学に満ちた世俗とは違った別世界である。稽古に通う稽古人には、裕福な人もいるし、経済的に恵まれない人もいる。社会的な地位のある人もいれば、そうでない人もいる。男性、女性、大人、子供、高齢者と、千差万別である。しかし、いったん道場に入れば、それは全然関係なく、ただの稽古人になる。

稽古の場では、世俗的なことには全く興味がなくなるはずである。興味のあるのは、その人そのものだけである。その人の技や、やさしさ、厳しさ、真面目さなど

の心である。この別世界の道場は、心が力の上になる環境である。あとは、心が力の上になるように、技の鍛錬をするだけである。

しかし、心で相手の強力な力を導くのは容易ではないだろうし、できるかどうかも分らない。しかし、それができるまで待っていたのでは、社会に貢献することなど到底できないだろう。

それなら、稽古から離れて、逆に物質科学の社会を見るのがよいだろう。社会を見てみると、物質文明、物質科学の弊害やおかしさがわかるだろうし、これを何とか変えていかなければ、と思うはずだ。世の中の判断、価値基準を、モノ、金、地位や名誉ではなく、心、精神に置くべき時が来たと、そうすべきである、と思うようになるだろう。

店に並んでいるきれいな果物は、見栄えはよくても、それに見合った味はしない。見栄えに値段をつけて、目に見えない味をおろそかにしている。果物は本来、見栄えよりも味が大事なはずである。

人もまた、見栄えがよければよいとばかりに、着飾って高価な装飾品を身につけたり、あるいは名のある学校や企業などで学歴、職歴を飾ろうとする。

今はまだ、形や表面だけがよければ価値がある時代であり、形が整っていればよい社会である。しかし、そろそろ見栄えが悪くとも、精神、心が美しいことに、価値や喜びが持てるようにならなければならないだろう。

心が美しいかどうかの分かれ目は、他人を敵や競争者などと考えるか、万有万物は仲間であり、一家族であると考えようかどうかだと思ふ。何もなかったところに、ビッグバンが起こった128億年まで遡らなくても、数百万年まえに出現した人類は、その時代の両親の子孫であり、さらに、時は多少さかのぼるが、動物も植物さえもつながっている家族ということになるだろう。

他人や動物、植物をモノ的に見れば、それは物質科学である。これを心で観るのが、精神科学であると思ふ。心で観ると、愛が生まれる。愛しい、かわいいと観えるだろうし、がんばれよ、と応援するようになる。

冬の木々や枯れかかった草を、目ではなく、心で観れば、がんばっているエネルギーが観えて、春までがんばれと応援する気持ちになる。目で見えるのは、モノの外観だけである。モノの心は、心で観なければ観えないのである。能のお面なども然りである。

開祖は、お日様を観てもまぶしくない、といわれていたので、毎日観るようにして

いる。目で見ると、目を痛めるはずであるから、やはり心で観るのである。お日様の愛、すなわち、万物を分けへだてせずの下さるエネルギーや、地上天国完成のための生成化育のお仕事に対する感謝の心で観るのである。そうすれば、優しく光るお日様が観えるし、お日様の心も観えるように思える。

このように、俗世の世界で、心をモノの上にするを身につけ、それを道場の稽古に適用していくのも、心を力の上、魂を魄の上にする技づかいにつながっていくと思える。技でそれができるようになってくれば、それを物質科学の世界に適用していけばよいだろう。稽古と社会の相乗効果である。「魂を魄の上にする」のは、稽古だけではなく、社会、それに自然からも、学ぶべきだろう。

---

## 【第407回】 自己の妙技をつくる道

終わりのない合気道の修行を延々と続けているわけだが、時には原点に立ちかえって、初心の気持ちで再出発するのもよいだろう。原点に立ちかえるというのは、自分の進んでいる道がはたして合気の道かどうかを確認したり、今の技や考えの確認と調整、途中見落としてきたことを見つけ出して身につけるなどであろう。

いちずに続けていると、大事な事やわからないことをわかったつもりになり、わかったこととしてやり続けてしまうかもしれない。そのよい例が「合気道」である。長年、稽古しているのであるから、わかったように思っているが、実際には、よくわかっている稽古人はそう多くはないのではないだろうか。

時々、入門した頃の原点に戻って、合気道とは何か、どのように修練していくべきか、稽古の目標は何か、等を改めて考える必要があるだろう。原点に戻ると、以前のものより必ず一段上のものや深いものが得られるはずである。

「合気道」についてはこれまでも考えてきたが、最近『合気真髓』を読み直していると、下記の文章に目が止まった。これまで何度も見ているはずだが、今回はこれこそ自分が求めている「合気道」を最も的確に表わしているものではないかと思った。

そこで、「合気道」について、この文で再考してみることにしよう。

「合気道は自己を知り、宇宙万有の妙精を自己に吸収し、大宇宙の真象に学び、理を溶解し、法を知り、光りある自己の妙技をつくる道である」（「合気真髓」）

これを、これまで考えてきたこととあわせて解釈してみる。

- 「自己を知る」とは、自分はどこから来て、どこへいくのか。何ものなのか。なぜ生きているのか。使命は何か、等を知る事。
- 「宇宙万有の妙精を自己に吸収する」とは、宇宙に満ち溢れているエネルギー（熱、光、力）を身に取り込む事。最終的には、宇宙のひびき（言霊）との一体化であろう。
- 「大宇宙の真象に学ぶ」とは、宇宙の真理に従うこと。宇宙から学ぶことであろう。  
これを、開祖は「天地の真象を眺めて、そして学んでいく。そして悟ったり、反省したり、学んだりを繰り返していかなければいけない。要するに武道を修行する者は、宇宙の真象を腹中に胎蔵してしまうことが大切で、世界の動きをみてそれから何かを悟り、また書物をみて自分に技として受け入れる。ことごとくみな無駄に見過ごさないようにしなければいけない。すなわち山川草木ひとつとして師とならないものはないのである。」といわれている。
- 「（大宇宙の）理を溶解する」とは、宇宙の理を発見し、それを身につけること。例えば理とは、万有万神の条理、神の条理、円転の理、万古不易の真、宇宙の万世一系の理、天地日月の理、水火の活力神妙の理、天地人和合の理、等。
- 「（大宇宙の）法を知る」とは、宇宙の法則を発見し、それを身につけること。  
例えば、法とは宇宙の美しき御振る舞いの貴い営みの御姿を明示する律法、万有の生成化育の法、十字の法（すべて陰陽の十字でできている）等。
- 「光りある自己の妙技をつくる道」とは、真空の気がいちはやく五体の細胞より入って五臓六腑に喰い入り、光と愛と想になって、技と力を生む光る合気にしていく、自己を磨き研ぎつくるの道、と開祖はいわれている。

これから、合気道の修行は、この文を噛みしめ、己をさらによく知り、宇宙の力を身につけて、宇宙の真理に従い、宇宙の理を探求し、宇宙の法を身につけて、それを技に取り入れ、光る合気の妙技をつくっていかねばならない、と改めて思った。

---

## 【第408回】 剣と槍

合気道の稽古は、体術中心になっているようである。だが、武道ということだけでなく、（あらゆる攻撃に対処する）技を上達させるためには、得物による稽古も不可欠であると考える。剣が振れないのに、太刀捌きや太刀取りができるわけがないだろうし、杖を扱えなければ、杖取りもできないだろう。得物の稽古は必須である。

しかし、剣や杖の振り方を教えれば、攻撃法を教えることになるので、原則として合気道では教えることはできないことになる。だから、自分で稽古するしかない。

合気道は体術主体であるが、剣や杖が扱えるようになると、体術も変わってくるものだ。一般的に、体術の技の上手な人は、それ相応に剣や杖の扱いも上手であるといっていよう。その典型は、もちろん開祖植芝盛平翁である。

体術の技と得物の扱いは、互いが影響し合い、助け合うという、相乗効果がある。得物を扱って会得した体づかい、息づかいなどを、体術に取り入れ、体術で得物をつかうようにするのである。つまり、素手でも得物をもっているように、合気道の技で動くのである。これを合気剣、合気杖というのであろう。

開祖はこれをさらに深めて、「一つの技を生みだして、一つの剣をもつ。その剣とは宇宙の営みに到るマツルギの道である。使命の上の健康法である」といわれている。

しかしながら、合気道における剣と杖には、さらに意味があるようである。体術においても、剣と杖（槍）の扱い方によって技をかけないと、技が効かないのである。

例えば、一教表で切り下ろしておさえた相手の腕は、槍の動きで崩さなければならない。諸手取りや片手取り呼吸法は、基本的に槍足でなければならない。また、相手に手を取らせる際にも、槍で突くような動きと体勢でなければならないだろう。

技は手刀で切ることが多いが、剣で切るようにしなければならない場合も多いし、時には槍で突くことも必要である。

開祖は、剣や槍（杖）で合気道の技を示して下さったし、『合気真髓』『武産合気』には、剣と槍という言葉がしばしば使われている。

また、道歌にも歌われている。

- 立ちむかう剣の林を導くに こたては敵の心とぞ知れ
- 取りまきし槍の林に入るときは こだては己れが心とぞ知れ

開祖は、心は男で槍、そして、物は女で剣（つるぎ）である、といわれている。心と物、男と女、でもわかるように、要は縦と横、陽と陰の十字ということになるだろう。これも、合気道は十字であり、十字道ともいわれる所以といえるだろう。

合気道の技は十字に使わなければならないわけであるから、槍と剣をシンボルとして、説明に使われている。やはり、槍と剣は大事であるということになるだろう。



しかし、合気道における剣と杖には、さらなる深い意味があるようだ。それは、魂が剣と槍になるような魂の学びをしていくことである。剣と槍の魂である。

開祖は「合気道は魂の学びであります。ちょうど丸に十を書いて三角が四つ寄っております。これは魂が剣と槍とになっています」といわれているのである。さらに、「五体のひびきの槍を阿吽の力によって、宇宙に拡げるのである」ともいわれている。

それができるようになってくれば、合気道修行の目標である宇宙との結び、宇宙との一体化に近づくことになるだろう。

合気道では、剣と槍（杖）も深く学んでいかなければならないようである。

---

## 【第409回】 生産び（いくむすび）で仕事をする

開祖は『合気真髓』のなかで、日本には太古の昔からの日本の教えがあり、それを稽古するのが合気道である、といわれている。その一つに、昔の行者などが「生産び」といっていた息づかいの教えがある。それは「イと吐いて、クと吸って、ムと吐いて、スと吸う。それで全部、自分の仕事をするのです。」ということである。

合気道は相対で技をかけ合い、受けを取り合いながら鍛錬していくものだが、ここでの主な自分の仕事は、技をかけることになるだろう。とすると、一つの技（技の形）をかけて収めるまでの仕事は、この生産びでやらなければならないということになる。

では、この「イと吐いて、クと吸って、ムと吐いて、スと吸う」という生産びで、実際にはどのように仕事をするのか、ということである。

例えば片手取り四方投げの場合なら、相手に手を取らせる際に、息をイと吐きながら取らせて、相手がこちらの手を取ったところからクと息を吸いながら相手を誘導し、相手を投げる際にムと息を吐きながら倒す。そして、相手から離れながらスと息を吸い、間合いを取り、次の体勢にはいり、また、イと吐いて相手と接していく、を繰り返すということである。

この生産びの息づかいは、片手取りだけでなく、両手取りや諸手取り、正面打ちでも、また、立ち技、坐り技、呼吸法などでも、すべてに必須である。実際、生産びの息づかいで技を使わないと、技は効きにくいはずである。

技がうまく使えず苦勞する基本技として、天地投げがあるが、その大きい原因の一つが、相手に取らせるはじめの手をイと吐いて取らせていないことにあとと見る。技は相手と接する最初の瞬間が特に大事であり、この場合イと息を吐きながら使わないと、後の息づかいも目茶目茶になり、よい仕事はできないことになる。

この生産びの息づかいは、技をかける時だけでなく、受け身でもやらなければならないものである。受け身も大事な仕事であるから、その仕事も生産びである。つかんだり打ったり、相手に接する時には息をイと吐き、相手と接してからは息をクと吸いながら、相手について行く。相手が投げたり、抑えてきたらムと吐く。そして、スと息を吸いながら起き上がって、体勢を取る。

さらに、この生産びの息づかいは、準備運動、手首・肘・肩の鍛錬運動でも、同じである。生産びでやると、伸びるところは伸び、堅強になるところは堅強になるものである。ただ形をなぞってやっても、運動にも鍛錬にもならないだろう。

太古からの教えに則った合気道は、生産びの息づかいを通すことで、自分の仕事をするようにしていかなければならない。

---

## 【第410回】 別の世界に生きる

合気道の修行目標は、宇宙との一体化である。そのために、宇宙の条理・法則からなる合気道の技を身につけつづけるべく、稽古に励んでいるわけである。

ボンベなどの装備をつけずに、深海のグランブルーの世界に潜るフリーダイバーがいるが、100m以上を潜るのは容易ではなく、世界に10人余りしかいないという。100m以上になると、ダークブルーよりも濃いグランブルーの世界になり、そこはまた別の世界である。そこでは世界が変わるだけでなく、フリーダイバーの心も変わるそうである。

フリーダイバーの先覚者であり、世界的に知られたジャック・マイヨール（1927年4月1日- 2001年12月22日）（写真）は「深海のグランブルーの世界に入っていくと、もうそこには何の制約も限界もない。心が無限に広がっていく。完全な静寂と平穩、その時、聞こえる音があるんです。宇宙の静寂の中で聞こえるというあの音、聞こえるというより、その音そのものに包まれるのです。宇宙に満ちている命の波動。幻覚ではなく、本当に聞こえるんです。」と語っている。



マイヨールがいう音とは、合気道でいう宇宙のひびきである「言霊」と同じようなものであろうと考える。この音である言霊は、聞こえるというより、身を包み込み、宇宙に満ち溢れる命の元の波動として、実際に聞こえるそうである。そして、それは幻覚ではないという。つまり、言霊は幻覚ではなく、実際にあって、聞こえ・感じるもの、ということになる。

マイヨールは、理解が難しい「気」ということについても、自分自身の体験から述べている。「科学者はこの生命エネルギーの事を上手く説明出来ない。しかし、多くのスピリチュアルな人は知っています。自然と調和して生きる人、心が開かれた人はみな、”プラナ”の存在を知っています。彼らは、深い呼吸を通して、宇宙の母が与えてくれる無限のエネルギーを得ています。空気中にはヨガの言葉で”プラナ”と呼ばれる見えない生命エネルギーがあります。・・・それをしっかりと意識して呼吸するなら、我々は、その生命エネルギーで細胞や組織を満たし、活性化することが出来るのです。」

ここに“プラナ”といわれている生命エネルギーこそ、「気」といわれるものであろう。とすると、「気」は存在するし、それで体の細胞や組織を活性化することができるわけである。科学者にはまだ説明できなくても、スピリチュアルな人にはわかるだろうし、説明ができるという。

合気道では、「気」の稽古もできるし、やらなければならない事であろう。合気道家もスピリチュアルな状態になれば、「気」がわかることになるだろう。

マイヨールは「自然に寄り添い、自然と調和した時、無限の可能性が生まれる。」  
「自然や宇宙には、我々には及びもつかない深い英知が秘められています。それを”神”と呼んでも良いし、”仏陀”と呼んでもいい。」「いずれにせよ、その自然の英知に逆らう道を選べば、その代償は必ず私たち自身に帰ってくるのです。」ともいっている。

これは、合気道の教えとまったく同じである、といえるのではないか。合気道の稽古も、別の世界に入って、宇宙を感じ、宇宙を聞くようにならないといけないだろう。

---

## 【第411回】 分身分業で生成化育している社会

合気道は、技を練磨しながら上達、精進していく武道である。しかし、それだけでは、仏教でいう小乗である。本人のためにはなるだろうが、まわりの人、社会のた

め、人類のためにはならないのではないか。

開祖による合気道の教えは、人類、万有万物、地球、宇宙のためにお役に立つようにならなければならない、ということである。それなら、大乘の合気道をしなければならぬだろう。

しかし、現実には、自分のための稽古で精いっぱいである。自分のことも満足にできないわけだから、他人や、ましてや、宇宙のことなど考えることなど難しいことになる。

武道であるのだから、自分のこと、自分の考えなどは、技できちんと示すことが必要である。技を練磨して、自分をつくり、思想を形成していかなければならないし、自分や思想を技で現わすようにしなければならぬと考える。

これはやり続けなければならないことであるが、誰にでもできるはずである。問題は、社会のお役に立つ、ということにある。つまり、どうすればお役に立てるか、ということである。

技で社会にお役に立つようにするのは、難しいだろう。開祖植芝盛平翁ならば、各界の要人が自然に集まり、合気道の思想や宇宙思想を説き、政治家、宗教家、学者、芸術家、哲学者、武道家、スポーツ界などの方々を導き、多大な影響を与えることができたわけである。だが、われわれではそれだけの人たちを集めてお役に立つのも難しいことである。だから、こちらから社会に働きかける必要があるだろう。

開祖の思想・哲学は、開祖が『合気真髓』『武産合気』に残されている。これを我々合気道家が学び、技を通して身につけ、そして、それを社会に還元していくことが、社会への貢献だと考える。

これは、確かに大変なことではあるが、意外と容易なことかもしれない。なぜならば、社会や世の中は、すでに開祖が言われているように動いているようであるからである。要は、それを社会に認知させ、気付かせればよいのではないかと思う。

合気道のもっとも基本的な教えは、万有万物は一元の大神様から生まれ、分身分業で、宇宙楽園、地上天国建設のための生成化育を繰り返している、ということである。この教えがわかれば、愛が生まれ、愛によって争いがなくなり、楽園・天国が建設されることになるのである。

187億年前に宇宙ができ、46億年前に地球が誕生、7～8百万年前に人類が誕生して以来、万有万物は一つの方角に向かって進んでいると言えよう。受賞した

り、称賛されたりするのは、この方向に沿ったものであるはずだ。この方向の先にあるものこそ、宇宙樂園、地上天国なのである。ただ、人類はまだそれに気がついてないのである。

仕事の関係で、一月は多くの賀詞交換会に参加する。業界の会長をはじめ、要人が数百名集まり、今年の業界の健闘を誓い合うのである。業界のため、企業のため、関係企業のため、企業の家族、そして、それが日本のため、引いては世界のため、人類、宇宙のためになるように、がんばっておられる方々である。

そのように見ていると、彼らが自分たちのやるべき仕事を果たし、宇宙樂園建設のための生成化育の使命を果たしている家族のように見えてくる。少なくとも、宇宙の目から見れば家族であろう。共に同じ使命をもった家族であり、それ故、がんばってくださいとか、一緒に頑張りましょうという家族愛が生まれるのである。

見本市会場には、多くの出展社やビジターがいるが、この人たちもそれぞれ一生懸命に働いている。彼らも宇宙樂園建設のための生成化育の使命を果たしているのであり、宇宙家族ということになる。

満員電車に乗っても、みんな宇宙樂園建設のための生成化育の使命を果たしているのだと思って見ると、混み合っているけど愛が生まれるだろう。愛とは、相手の立場で考えること、やること、である。

この他の場面でも、また日本だけでなく外国でも、同じである。人は同じ目標に向かい、それぞれの使命をもち、生成化育を果たしている家族なのである。

合気道の相対稽古の相手を敵と思ったり、投げたり抑える対象物などと考えているようでは、業界の他社や満員電車の他人が敵であり、嫌な奴、やっつけるものになってしまう。まずは、稽古相手は合気道同人、合気家族となり、結んで分身となるようにならなければならない。

それができれば、世間に合気道の思想を説くことができるようになり、合気道が社会に貢献できるようになるだろう。開祖も喜ばれるはずである。

---

## 【第412回】 息のひびきと天地のひびきをつなぐ

合気道修行の目標は、「宇宙との一体化」といわれる。宇宙と一体化するとどうなるかはまだよく分からないが、宇宙を感じ、宇宙の営みに同化し、宇宙樂園建設への生成化育に使命をもって携わっていることを実感すること、などではないかと想

像する。

広大無限な宇宙との一体化などは、難しいという以前に、可能性など皆無のように思える。だが、合気道を修行する者はそれを求めていかなければ、邪道に陥り、体を壊すことになる、と開祖はいわれているのである。だから、この道を進んでいかなければならないだろう。開祖は身をもってそれを示されたし、文章にも書き遺されているのだから、諦めずに挑戦し続けるしかない。

合気道は相対で技をかけあい、技を練り、体と心を鍛えていく武道である。まずは、体をつくり、力をつけていくわけだが、ある程度の時点で、それまで鍛えた体力を土台にし、新たな稽古に入らなければならない。それが、「宇宙との一体化」への稽古であると考ええる。

合気道は武道であるから、かけた技は効かなければならない。技をかけて、相手が倒れなければ、その技は効いていないことになり、未熟な技ということになる。

これまでの体力を養成する段階では、自分の体力で相手を倒すわけだが、新しい段階では、宇宙の力をお借りして技をかけていくことになるだろう。

まず、開祖は、「天地万有は呼吸（いき）をもっている。精神の糸筋をことごとく受けとめているのである。おのが呼吸の動きは、ことごとく天地万有に連なっている。つまり己の心のひびきを、ことごとく天地に響かせ、つらぬくようにしなければならない。」（「合気真髓」）といわれている。

技は自分の心のひびきが、天地に響き、つらぬくように、つかわなければならないということであり、相手だけを考えていては駄目だ、ということにもなるだろう。

また、「技は、すべて宇宙の法則に合していなければならない。宇宙に結ばれる技は、人を横に結ぶ愛の恵みの武ともなる。」（同上）ともいわれる。実際、宇宙の法則に則った技をつかえば、相手と気持ちよく結ぶことができ、一体化してしまうものである。

さらに、「宇宙と結ばれる武を武産の武というのである。」（同上）この段階からは、武産の合気道にならなければならないのである。

開祖は、『合気真髓』の中に、その武産の武の初歩の稽古法を示されている。

1. まず、その第一歩は、結びであるという。結びは五体からの「ひびき」により、五体のひびきの形に表れるのが「産び（むすび）」であるという。何はともあれ、相手と結び、相手と一体化することからでなければ始まらないわけである。これは体力だけでは難しく、いわゆる天之浮橋に立たなければならない

はずである。いかなる技をつかう場合も、相手との接点で結ばなければならない。結ばなければ、五体からのひびきが不十分ということになる。

2. 「呼吸の凝結が、心身に漲（みなぎる）ると、己が意識的にせずとも、自然に呼吸が宇宙に同化し、丸く宇宙に拡がっていくのが感じられる。」（同上）  
この前の相手と結ぶ際は、息を吐く（腹式呼吸で縦に）が、今度はここで息を吸う（胸式呼吸で横に）と、相手が同化してくる。入身投げや呼吸法などでこれは感じられやすいだろう。相手の人間で感じられれば、そのうち宇宙との同化、丸く宇宙に拡がっていくことも感じられるようになるのだろう。
3. 「その次には、一度拡がった呼吸が、再び自己に集まってくるのを感じる。」（同上）  
今度は技を納めるわけだが、息を吐いて息と心と体を統一するということであろう。

この武産合気の1～3をやるためには、宇宙の法則、宇宙の条理にかなった体の使い方、技を生み出す仕組みの要素、天之浮橋に立って、等を基にやらなければ出来ないはずである。まずは、武産合気に入る前に、これらの必要不可欠な基を身につける必要があるだろう。

これができるようになると、「精神の实在が己の周囲に集結して、列座するように覚える。」（同上）とあるが、これは、まだ合気妙用の初歩であるという。

この合気妙用ができるようになると、どのようになるかを、今回は「摩擦連行作用」として書いてみたいと思う。

---

## 【第413回】 摩擦連行作用

前回の第412回に「息のひびきと天地のひびきをつなぐ」というタイトルで、武産合気への技づかい、合気妙用の初歩などについて書いたが、今回はその続きである。それは、合気妙用ができるようになると、技がどのように変わるのか、ということである。

開祖は「こうして合気妙用の導きに達すると、御造化の御徳を得、呼吸が右に螺旋して舞い昇り、左に螺旋して舞い降り、水火の結びを生じる、摩擦連行作用を生じる。」（「合気真髓」）といわれている。

つまり、合気妙用に達したかどうかは、摩擦連行作用を生じるかどうかによることになり、また摩擦連行作用を生じるように、技をつかっていかなければならないことになる。

摩擦連行作用の説明はないが、字の意味と、これで技をつかった感じから、次のよ

うなことではないかと考える。つまり、螺旋で体と息をつかうと、特に力を込めなくとも、相手がそれに連れて舞い上がり、舞い下りる作用・働き、ということであろう。摩擦とは、力を込めるのではなく、いわゆる「天之浮橋に立つ」という状態である。これはつまり、押すでもなく引くでもない触れ合いで技をつかう、ということになるだろう。

摩擦連行作用をもっとも実感できるのは、「入身投げ」「天地投げ」「呼吸法」等である。体力や腕力などによる力ではなく、呼吸により相手とくっついて一体となると、相手は自然に舞い上がり、そして、相手は自ら舞い降りる（倒れる）のである。相手が舞い上がるのは、こちらの力ではない。力では決して相手は舞い上がってくれない。

これは自分以外の力であり、ここでは「御造化の御徳を得」といわれるものである。また、相手とくつつくためには、十字で、天之浮橋に立たなければならないから、「水火の結びを生じる」のである。

この「水火の結び」は、宇宙の万有万物をつくり、営ませているわけだから、技も体も水火の結びで使わなければならないことになる。これを開祖は「水火の結びは、宇宙万有一切の様相根元をなすものであって、無量無辺である。」（同上）といわれている。

さらに、「この摩擦連行作用を生じさせることができてこそ、合気の本髄を把握することができるのである。」（同上）とある。摩擦連行作用はMUSTのようなものである。摩擦連行作用が生じるように、入身投げ、天地投げ、呼吸法など、まずは自分の得意なもので練習するのがよいだろう。

この摩擦連行作用が生じるようになると、相手の体力、腕力にはあまり関係なく、技をつかえるようになる。体の大小に関係なく、相手が舞い上がり、舞い降りるようになるのである。こうなると、魄の稽古を脱し、武産合気の稽古をしていると思えるようになる。

そして、このようなことが合気道には力はいらない、ということではないかと考えるのである。

---

## 【第414回】 魂を魄の表に ～ その1

合気道は技を相対でかけ合いながら、練磨していく武道である。はじめのうちは、かけた技がかかったように思えるだろうが、稽古を長く続け、高段者になってくる



と、自分の技が効かない、効いてないということが身にしみてわかってくるものだ。

初心者や力の弱い者には技が効いて、投げたり抑えることはできるが、力の強い相手や体力のある者につかまれたりすると、技が使えないし、手を動かすこともできなくなってしまうのである。

力持ちに負けないで技を使うのは、その力持ちより力を強くすればよい。重量挙げ選手、相撲取り、レスラーなどのように、鍛えて強くなることである。これも一つの方法であるが、これは合気道の進む道ではない。相撲やレスリング、他のスポーツや武道にしても、目指す理想の道ではないはずである。

なぜならば、力という魄は若い時だけのものであり、限界があるからである。そのために、開祖がおられたころには、相撲界、レスリング界、柔剣道界、スポーツ界などの達人や要人が多数、合気道を稽古し、合気道の考え方と修行法を体験したり研究されていた。

もう一つの理由は、力と力、魄と魄では争いになり、世の中は良くなならないということがあるからだ。技をかけるにも、力でやれば、相手とぶつかって争いになる。合気道は自ら争いをなくするようにしなければならないし、争いのない世界にしていかなければならないはずである。

相手に技をかけるためには、一言でいえば、質の違う力を使うことであろうと考える。

例えば、重要な稽古法である「呼吸法」（片手取り、諸手取り）で説明してみると次のような段階で、質の違う力をつかわなければならないことになる：

1. 片手取り呼吸法：こちらの片方の腕を、相手も片方の手でつかむ場合。自分と相手は双方ともに一本の手の力を使うので、技をかける方は、腕の力を少しでも強くするように鍛えることになる。これは、初心者でよく見られるように、力と力の同質な力でやっていることになる。
2. 諸手取り呼吸法：こちらの片方の腕を相手が諸手でつかむ場合。一本の手で相手の二本の手の力を制しなければならない。手だけでやれば、よほどの力がないと、二本の手を制するのは不可能である。従って、相手の二本の手より強い力を使わなければならないことになる。そこで、二本の手よりも強い、異質の力を使わなければならないが、それはつまり胴、体の力である。どんなに太い腕でも胴体より太くはないし、胴体の力なら二本の腕の力を制することが可能になる。もちろん、雪男や横綱白鵬などのような力持ちには通用しないだろうから、絶対ということはいえない。
3. 諸手取り呼吸法（続）：こちらの一本の手（腕）を相手が諸手でしかも、相手

も胴体で持つ場合。これは、当然あり得ることで、受けもそのような持ち方をするようにならなければならない。さて、そうすると、こちらは依然として胴体と結んでいるが、一本の腕の力であり、相手が同じように胴体と結んだ二本の腕の力でつかんでくれば、相手の力の方が優勢だろう。互角か相手優勢のところで力一杯やっても、相手の力を制するのは難しいことになる。

だいたいこの段階で力と力がぶつかり合って、争うことになるものである。そして、この段階から抜け出すことができずに、合気道を離れていく稽古人も多いと思う。

では、この状態を脱するためには、どうすればよいのだろうか。

それには、さらなる異質の力が必要になる。そして、この力こそ、合気道が求めている本来の力であると考ええる。

4. それは、魂の力である。それまでの魄（魄力、体力）を土台にし、魂で魄を導いていくのである。それを開祖は「魄の世界を魂の世界にふりかえるのである。」「魄が下になり、魂が上、表にならなければならない」といわれている。

この魂を魄の表にするとどのようなことであるか、技ではどのようにすればよいのか、は字数も多くなってしまったので、次回にすることにしよう。

---

## 【第415回】 魂を魄の表に ～ その2

前回は、腕力や体力による魄が拮抗している状態から脱するためには、魄と異質の魂を使わなければならない、と書いた。

今回は、そのために開祖のいわれる「魄の世界を魂の世界にふりかえるのである」「魄が下になり、魂が上、表にならなければならない」とはどういうことであるか、また、技でどのようにすればよいのか、を書いてみたいと思う。

「魄の世界を魂の世界にふりかえるのである」「魄が下になり、魂が上、表にならなければならない」ということが分かりやすい稽古技（形）には、呼吸法、入身投げ、天地投げ、二教裏などがあるだろう。

では、相手の魄力を制するために魂を使うには、どうすればよいのか、相手の魄力を制するとは、どういうことなのか、をみてみよう。ここでは、呼吸法（片手取り、諸手取り）で説明してみる。

相手が胴体としっかり結んだ手で、こちらの手（腕）を握ったら、よほど力の差がないかぎり、動かすことはできないだろう。持たせた手を、魄の力で上げようとし

ても、上がらないものである。それは、相手の魄の力とこちらの魄の力がぶつかるからである。

相手がつかんでいる手、つまり相手の力と、ぶつからないためには、相手の手とぶつかったところで、自分の手を動かさず、そこに魂（この段階では、気持ち、心、精神とする）を通して、その魂で相手に技をかけていくのである。魄（魄力、体力）を土台にし、魂で魄を導いていくと、魂に体（魄）がついていき、魂が魄に優先し、魄の表に出ることになるのである。

そのためには、息づかいの呼吸が大事である。これを、開祖は「合気道は魂の学びである。魂魄阿吽の呼吸である」「合気道はある意味で、剣を使うかわりに自分の息の誠をもって悪魔を払い消すのである。つまり魄の世界を魂の世界にふりかえるのである」といわれている。

これができるようになるためには、まず、魄の土台がしっかりしていなければならない。また、魄の体や手をバラバラに使わないこと、生産霊の息に合わせて魂で手や体をつかうこと、が肝心である。これを、開祖は「天之浮橋に立ち、舞い上がり舞い下がるころの気を動かすことが肝要です」といわれているのである。

魂で相手に技をかけると、相手は自ら浮きあがってくる。ある時点で、相手の重さはゼロになるのである。これは、呼吸法だけでなく、入身投げ、天地投げ、二教裏、坐技呼吸法などでも、同じ事である。これは、他のすべての技（形）でもできるはずである。

相手は、魄である体力や腕力などとは関係なく浮きあがるのである。もちろん双方の魂魄の力が拮抗したり、優れている相手には、難しいことだろう。後は、稽古で切磋琢磨するしかない。

ここで気がつかれたかもしれないが、魂を魄の表にするということは、相手に対しても同じでなければならない。しかし、相手の魄をこちらの魂で直接どうこうするという事とは違っている。まず、自分の魂で自分の魄を制し、導くことであるが、次に自分の魂を相手の魂と結ぶのである。その結果、相手の魂が相手の魄を誘導し、相手の魄を制することになり、そして相手が自らの魂の誘導によって倒れることになるのである。

魂が魄の表になり、上になるようになれば、腕力や体力の魄を制することができるようになるし、物質文明から精神世界への転換の可能性も出てくるものと考えられる。そして、ここからが本格的な合気道の「魂の学び」の修行になるはずである。

---

## 【第416回】 魂と氣

これまでも、よく分からないながらも、「魂」と「魄」について書いてきた。分からないのに書くのはなぜかという、分かってから書くのではいつになるか分からないし、もしかするといつまでたっても書けないかも知れないからである。

また、これまで書いたことや、書くことによって、分かるようになるのではないかなとも思うからである。書くとなれば、多少は深く真剣に考えたり、調べたりするものである。

今回は、まだまだ十分に分かったわけではないが、「魂と氣」に挑戦してみたいと思う。

魂とは、開祖の教えでは「宇宙組織のタマのひびき」「一切を生み出すもの」「不滅の生みの親」等とある。

従って、「魂」とは宇宙全体に余すところなく発せられている響きであり、いわゆる言霊（ことだま）であろう。この「魂」、一霊（魂と同じ）が、四魂を生み、三元八力とともに宇宙樂園建設に向かって、万有万物に分身分業で生成化育を営むべく、生成化育を営むようにするのである。

この言霊である魂をわかることが、恐らく宇宙との一体化ということであり、その道を「山彦の道」というのであろう。

従って、魂が分かることは最後のゴールとなるわけだから、そう簡単にはわかるものではない。しかし、なんとかその片鱗だけでも分かりたいものだと思う。

開祖は「この世において、目に見えざる火水が体内に通って、肉に食い入り血肉の血行となっている。これを魂という」といわれている。

魂とは生きとし生けるものすべてに分け隔てなく、好き嫌いに関わらず、体内に通っている目には見えない生命エネルギー（水火）であり、それが血肉に入って血行となっている、というのである。確かにこの魂がなければ、人も動植物すべても生きてはいけない。

この魂があるから、肉体が動く。「魂によって魄を動かす」のである。魂がなければ体（魄）は動かないから、死体は動かないわけで、魂があることは確かである。

だが、この魂は万有万物にたいして強弱、良し悪しなどの差はなく、すべて平等に発せられているわけだから、このままでは技を練磨していく武道には使えないこと

になる。すると、この魂を土台にして、何か有効なもの、不可欠なものを、身につけていかなければならないことになる。

それは、思うに「気」であろう。「気」という言葉は安易に使われているようだが、「気」には非常に奥深い意味があり、そう簡単には会得できないものである。

かつては本部道場でも、「気を出せ」「気でやれ」「気を流せば腕が折れない」など、「気」という言葉を頻繁に使われていた。そのため、二代目道主は安易に「気」という言葉を使うことを戒められておられたものである。

しかし、修行しているのは合気道であり、ここには「気」という言葉がつかわれているのだから、「気」はやはり重要であるだろう。だから、「気」には挑戦していかなければならないものと思う。

開祖の教えに従っていれば、間違った方向に行くことはないはずである。「気」に関して、開祖は次のように言葉を残されている。そこからいくつかを抜粋して、注釈を加えながら紹介する。

なお順不同（つまり、めちゃくちゃ）で、順番に意味はない：

- 「気は力のもと。最初は充分気を練る」  
＜注釈＞：気とは、力のもとであり、練れるもの。
- 「一切の力は気より、気は空と結んでありのまま見よ。箱の中にいれるな。気  
の自由を第一に悟れ。気の流れを知りつくせ。日の本の『ス』を知ること  
あります」  
＜注釈＞：気は自由に流れる。その気の流れを知らなければならない。気は宇  
宙創造のポチに繋がっている。
- 「いつも我々は気を通して魂を磨く」  
＜注釈＞：自分の魂は気で磨けるし、磨かなければならない。
- 「心と肉体を一つに結ぶ気」  
＜注釈＞：心と肉体を結ぶのは気である（心が思うように体が動かないのは気  
のせいであることになる）。
- 「つまり、気は霊に属し、流柔剛は体に属する。霊は即ち魂のことであり、体  
は魄のことである。  
＜注釈＞：気は霊であり、魂である。
- 「色も、味も、香りもこの気の動きによって生じ、言霊の妙用の根源もここに  
存するのである」  
＜注釈＞：色も、味も、香りも気によって知覚できる。
- 「日月星辰も人体も、ことごとく気と気の交流の結果生じたものである」  
＜注釈＞：気と気の交流によって、ものは生れる。
- 「タカアマハラの六声のラ的一声に到っていよいよ活力をもって、気の摩擦作

用によって、神霊元子に波動を生じます」

＜注釈＞：気は摩擦作用を起こし、何か摩訶不思議なもの（神霊元子）を響かせる。

- 「合気は十分気を知らねばならない。武の気はことごとく渦巻きの中に入ったら無限の力が湧いてくる」

＜注釈＞：合気道では気があることや、気を知らなければならない。武の気というものもあり、渦巻きの中で使わなければならない。

- 「地球修理固成は気の仕組みである。息陰陽水火の結びである」

＜注釈＞：地球天国は気と陰陽と十字の息とが、むすび合う仕組みで完成されていく。

- 「稽古もまた、気の整頓をしなければならない。合気自然に気が動いている」

＜注釈＞：気は自然に動いているから、それを正しく取り入れていかなければならない。

- 「ものの霊を魄といいます、これは気力といいます。合気は魂の力です」

＜注釈＞：気力はまだまだ魄の力で、魂の力にしなければならない。

- 「宇宙の気、オノコロ島の気、森羅万象の気、すべての霊素の道をつづめて、そして呼吸を合わせて、その線を法則のようにして、万有の天の使命を果たさせるのである」

＜注釈＞：気とは霊素であり、流れる道がある。

- 「気が昇って身中に火が燃え、霊気が満ちてくる」

＜注釈＞：身中に気があり、気が昇ると身中に火が燃え、霊気が満ちてくる。

- 「武の極意は形はない。心自在に生ず。気は一切を支配する源・本であります」

＜注釈＞：気は一切を支配する源・本であり、心も支配する。心を自在にするのも気ということになる。

- 「形より離れたる自在の気なる魂、魂によって魄を動かす」

＜注釈＞：魂とは自在の気であるから、魂と気は同じということになるが、これまでのことから、気とは魂の用、魂の体ということではないかと考える。

- 「いつも我々は気を通して魂を磨く」

＜注釈＞：魂を磨くのは難しいが、気を通せばできるということだろう

等などである。

以上のようなことから分かるだろうが、開祖は、「気」には「天地の気」と「自己の気」があり、この宇宙の気である「天地の気」と気結びして、「自己の気」と宇宙と一体とならなければならない、といわれている。

つまり、「円に十を書く。その上に左右の足で立ち、左足だけで巡るのである。そして天の気、地の気、要するに天地の気と気結びすることである。合気では、自己の気と、この宇宙と一体となる」のであると考える。

理論立てはできた。あとは、気形の稽古によって、技の練磨で気を見つけ、気をつかい、体と心を鍛え、魂を磨き、そして、自己の気と天地の気を結び、仕事をしていくことである。

---

## 【第417回】 四魂と八力

開祖は「一霊四魂三元八力や呼吸、合気理解なくして合気道を稽古しても合気道の本当の力は出てこないだろう」といわれている。つまり、呼吸、合気、そして、一霊四魂三元八力の理解なくして、合気道の上達はない、ということになる。

呼吸であれば、天地の呼吸に合わせるとか、生むすびの呼吸でやるべきである、などと理解できるだろう。また、合気は最終的には宇宙との合気であり、宇宙との一体化である、ということも考えられることである。だが、一霊四魂三元八力が充分には理解できないように思われる。

一霊四魂三元八力の一霊とは、宇宙を創造し、宇宙楽園をつくるべく、万有万物に分身分業で使命を与え、生成化育を導いている大神様と理解している。また三元とは、流柔剛の働き、△○□であるだろう。

しかし、残りの四魂と八力が、今ひとつ理解できないのである。今回は、それに挑戦し、一霊四魂三元八力がある程度理解できるようにして、合気道の上達につなげたいと思う。

はじめに、四魂である。四魂とは、奇霊（くすみたま）、荒霊、和霊、幸霊のことである。まずは、この四魂を宇宙ができ、地球ができていく時系列で考えてみると、分かりやすいのではないだろうか。

開祖は「その大虚空に、ある時ポチ（・）一つ忽然として現わる。このポチこそ宇宙万有の根源なのである。そこで始め湯気、煙、霧よりも微細なる神明の気を放射して円形の圏を描き、ポチを包みて、始めて“ス”の言霊が生まれた。これが宇宙の最初、霊界の初めであります」といわれている。この形も動きもない微細なる神明の気が、奇霊であろうと考える。

次に、その奇霊が荒れ狂うビッグバンとなり、星ができて、それらがぶつかり合い、地球では火の海から、大雨、嵐などなど、長い間荒れ狂うことになる。これは、荒霊になるだろう。

それが治まると、天と地が分かれ、海と陸地ができ、植物や微生物などの生命体が

生まれるようになる。これが、和霊であろう。

そして、地球上で、海には魚、陸には植物や動物が生れて、共存共栄しながら生きるようになる。地球の土台の完成である。これが、幸霊になろう。

従って、奇霊は大本である。このようにわけのわからない霊なので、「奇」の霊というのだろう

次に、八力である。この八力の引力によって、大地を全部固めしめ、一つの大きい全大宇宙という活動機関ができ上がったといわれる。一霊四魂三元八力の八力とは、沢山ということだともいわれているが、やはり八つの力があるはずである。

八力とは、動、静、引、弛、凝、解、分、合であるともいわれるが（本田親徳）、合気道的に考えてみたいと思う。

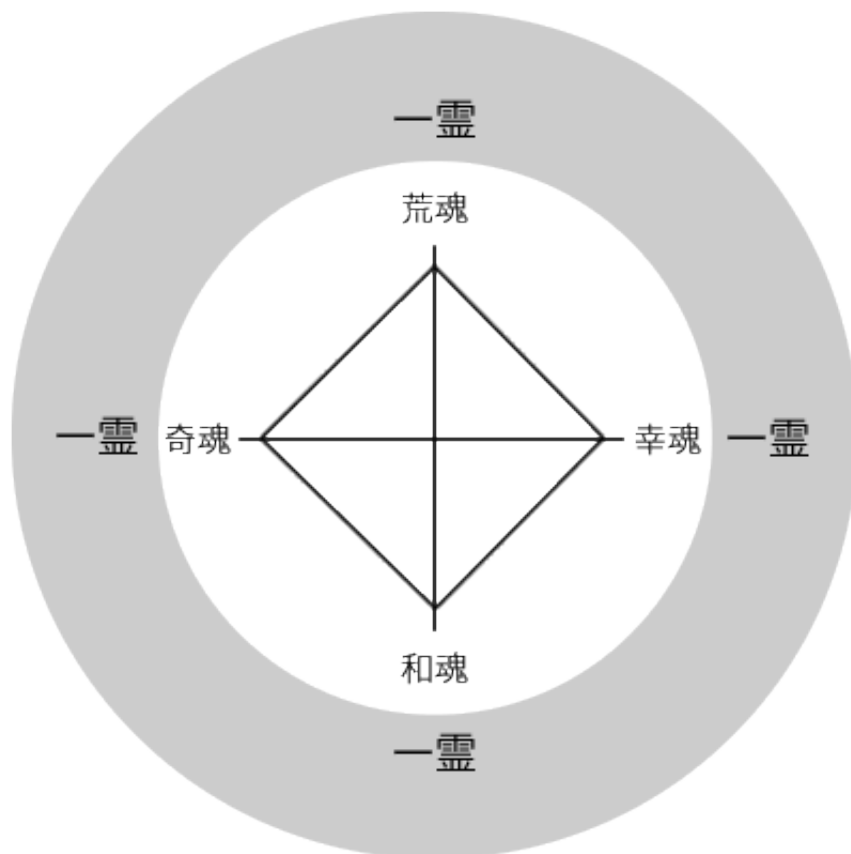
開祖によれば、人は伊豆能売（いずのめ）にならなければならない、ということである。伊豆能売というのは「怪魂たる荒、和、二魂の主宰する神魂を巖の御魂といい、緯魂たる奇、幸二魂の主宰する神魂を瑞の御魂といい、巖瑞合一したる至霊魂を伊豆能売の御魂という」。従って、荒霊（霊は魂と同じ）と和霊は縦に働き合い、奇霊と幸霊は、荒霊と和霊の縦に対する横の十字で、働き合っていることになる。

八力は遠心力と求心力からなる引力であるから、お互いに対象があるはずである。

1. 荒霊 — 和霊
2. 奇霊 — 幸霊
3. 荒霊 — 奇霊
4. 荒霊 — 幸霊
5. 奇霊 — 和霊
6. 和霊 — 幸霊
7. 荒霊 — 和霊の縦と一霊
8. 奇霊 — 幸霊の横と一霊

図で示すと下記のようなになるだろう。





「四魂の動き、結びて力を生ず。愛を生み、氣を生む」ということは、四魂が働くと結び合って、力、つまり引力が、生じるようになる、ということだろう。

「世の初め宇宙は水火天地を分けたまい、さらに神は一霊四魂と水火より生み出した元素と力をもって、万有の心と体を造り、これを万有に賦与した。地祇もまた、三元と八力をもって霊と体を造り万有に分かつ。」（「武産合気」）とあるから、この四魂からの元素と力で、宇宙の心と体をつくり、八つの引力の八力と三元で、地上の霊と体をつくったのであろう。

これで、一霊四魂三元八力とは、何もないところから宇宙をつくり、万有万物を生み、宇宙樂園、地上天国をつくるための大神様の営みの姿であり、宇宙の、そして、万有万物の活ける姿、宇宙システムの姿ということになる。すると、合気道はこれを身の内で営むこと、になるのではないかと考える。

---

## 【第418回】 何かが導いてくれる

人は自分自身で生きていると思い、自分ががんばればよいと思っているようだが、実はいろいろな人やモノに支えられている。というよりも、すべての人やモノに支えられているのであって、万有万物で関係のないモノはないはずだ。

人は国や地域、時代が変わっても、家族であるし、虫鳥獣もこの世に必要な同胞ということになる。宇宙樂園建設のために必要不可欠な家族であり、同胞なのである。

同胞が自分を支援してくれるのは当然だろう。そして見えるものだけでなく、見えないものにも支えられているはずである。

研究者が研究に没頭している時や、芸術家が絵画や音楽家が作曲に励んでいる時と同じように、武道に専心しているときには、何かが導いてくれるようである。昔の武道家が修行していて神様や天狗に教えを受けた、とまではいかないにしても、少しずつではあるが、何かに支えられ、進歩するように、導かれているはずである。

もちろん導かれるためには、やるべきことをやり、それに、できるだけの努力をしなければならないし、自分を限界まで追い込まなければならないだろう。

合気道では、このような極限の状態に自分を追い込むと、何かが支援してくれるという。その経験と実績のある開祖がそういわれるのだから、信じなければならないだろう。合気道は宗教ではないが、宗教のようにまずその大本の開祖の言葉を信じなければ、上達などないはずである。

開祖は『武産合気』（一部、『合気真髓』）の中で、開祖のために支援してくれたモノ、そして誰にでも支援をしてくれるモノがあることを、次のようにいわれている。

#### ●開祖を支援：

- 「私の後ろから偉い方々が進んでくるのです。これには天照大御神との間に、何か黙約があるのです。今日、こうしてあるために何かがあるのです」
- 「目の前に白い光りものの玉が現れ、その中に今一人の私が立っている。それは錯覚ではなく私の修行であり、これによって私は常に進歩できると思ったのです」
- 「私がのりとを奏上して神々を拝むと、天地一つになり、日月星辰が悉く自分を中心に、その妙精がまわり集まって来る」
- 「私は神前にお灯明をあげると、お灯明が一つの光となり、その光が変わって自分の本体となる。それを真に把えることが出来るのである。その時、自分の周囲に白光の中に光となって神々が綺羅星の如く、ズーツと一つの輪を描いて集い輝きその法座に下がって来るのである」
- 「（この戦争を止めさすべく）その時は神は汝に神つけるから、汝の一身によって果たし、戦争を止めるように進め、と神示すが現れた」

#### ●誰にでも支援がある：

- 「自分一人でも開眼すれば、宇宙の気はみな悉く自分一人に、自然に吸集されてくるのです。そして悟るべきものはすべて悟るのです」
- 「魂の緒をとぎすまし、そして大祓祝詞を奏上すると、その道々より神々がお招きせぬとも、相参じ相集いて、八百万の神々がその人その人を守り、導いて下さるのです」
- 「この五つのもの（日月の気、天の呼吸、地の呼吸、潮の干満、澄み切った玉）が世界を浄め、和合させると思っている。これに賛成する人は、同士として光明を天から与えられ、それを観得される筈です」
- 「吾人には八百万の神々が悉く道により守護してくれることになっている」
- 「結局祭政一致の本義、忠孝の大本を崩さぬように、天地の正しい道を守り育てることであり、これにつとめることである。そうすると、諸神諸仏はまねかずとも来て守護するのである」
- 「自分の心の立て直しができて、和合の精神ができたならば、みな顕幽神三界に和合、ことごとく八百万の神、こぞってきたって協力するはずになっております」（『合気真髓』）

開祖のような神仏の支援はないだろうが、凡人にも神仏の支援があるということである。まず、これを信じ、そして神仏が協力してくれるよう、心の立て直しをし、和合の精神を培っていかなければならないだろう。

人間一人の力には限界がある。自分以外の何かのお力がお借りできるよう、何かが導いてくれるようにしなければならないだろう。

---

## 【第419回】 無抵抗主義

開祖は剣で打たれようと、杖で突かれようと、どうつかまれようと、得物に触れることなく、相手に抑え込まれることもなく、相手をくっつけてしまわれたり、相手の力を抜いてしまわれた。相手がどんなに力を込めても、力が入らず、思うままに技をかけられてしまうのである。

どうしてこのようなことができるか、開祖はよく次のように話されていた。合気道の極意は、己を宇宙の動きと調和させ、己を宇宙そのものと一致させることにあり、その極意を会得すると、宇宙が腹中にあり、「我は即ち宇宙」になる。そうすると、どんな敵にも敗れなくなる。なぜかという、相手は「宇宙そのものである私」の宇宙との調和を破ろうしているからである、というのである。

また、合気道は無抵抗主義であり、無抵抗なるが故に、はじめから勝っているのだ、ともいわれていた。

当時は摩訶不思議で、また、これが合気道の魅力であったのだが、深く考える余裕も能力もなく、このようなことは無視したかたちで稽古してきた。だが、現在では、開祖がいわれている宇宙の調和を破るものは破れる、合気道は無抵抗主義である、などを、次のようなことでも体験できるのではないかと考える。

例えば、坐技呼吸法で相手がつかんでいる手でこちらを押してきたとき、こちらが相手と結んだまま無抵抗でいると、相手が力を込めれば込めるほど自ら浮き上がってくるのである。

また、相手がこちらの手を少しでも引くと、これも自ら浮き上がってくるのである。これは、自分から力を込めて、そのため調和を乱したことになるから、ということになるだろう。

もし相手の力に抵抗したりすると、相手はますます強くなり、力を込めてくるので、こちらが潰されたり、抑えられたりして、動けなくなり、争いになってしまう。

相対で技の練磨の稽古をしているわけだから、受けを取る方は、先ず攻撃をする役割なので、できるだけその役割を果たすべきである。技をかける取りの方は、よく調和を乱してくれたと感謝し、しかもそれと争わないように、無抵抗主義で処理しなければならない。

しかし、この無抵抗、無抵抗主義が難しい。相手が力いっぱい押したり引いたりしてくると、どうしても抵抗しようとするのが人の性だからである。まず、心が「何を小癪な」と反抗し、体も負けじとばかり反抗する。

無抵抗、無抵抗主義とは、何もしないでぼうっとしていることではない。相手に関係なく、相手のやってくることに関係なく、やるべきことをやることである。

例えば、坐技呼吸法の場合では、手先と腰を結び、手を伸ばし、息を出しながら、相手につかませ、相手と結ぶ。相手との接点を、押しも引きもせず、上げも降ろもしない、天之浮橋の状態にする。これが、無抵抗状態であろう。あとは、相手が押そうが引こうが、どう来ようとも、自分から浮き上がってくるはずである。相手が力を入れれば入れるほど、浮き上がってくるのである。

坐技呼吸法で無抵抗主義ができるようになれば、立ち技での呼吸法（片手取り、諸手取り）、太刀さばき、入身投げなど、基本技を稽古していくのがよいだろう。

---

## 【第420回】 心と魂

合気道は相対で技をかけ合いながら、稽古していく武道である。武道であるから、相手を傷つけたり、壊すことなく、そして自己の身も損なわないようにしながら、技を遣わなければならない。だが、技をかけても、相手は思うようには倒れてくれないものである。

開祖は、肉体を傷つけずに相手を制するためには、心で導かなければならないといわれている。

確かに、技を遣う際に、体力や腕力主導では、相手の力とぶつかって、争いになってしまう。力は後ろに控えさせながら、心で導くと、不思議と相手の力が消えてしまい、相手を制することが容易になるようだ。

しかしながら、心で導いても技が効かず、相手を制する事ができない場合もある。その主な原因は、相手の力（体力、腕力）に対して、こちらの心が未熟なことだろうと考える。ということは、心にもいろいろなレベル（次元）がある、ということである。

そんな事を考えていると、偶然、本の中で次のようなダライ・ラマ法王の言葉が目についた。「私たちが普段“心”だと思っているのは、極めて粗雑なレベルの“心”です。深い瞑想状態に入ったとき、あるいは生命が危機に瀕したとき、逆に活性化してくる心があります。それはチベット仏教では“微細心”と呼んでいます。この“微細心”こそが、時空を越え、種の違いを越えて自然界のすべての生命を繋いでいる心なのです」（『海の記憶を求めて』巻末解説：映画監督龍村仁）。

心には、きわめて粗雑なレベルの心から“微細心”まで、いろいろなレベルの心がある、というのである。おそらく粗雑なレベルの心というのは、相手をやっつけようとか、是が非でも利を得ようとか、利己的で動物本能的なレベルの心だろう。このレベルから“微細心”までは、いくつもの次元の心があるはずである。合気道では、己の心の立て直しが大事である、といわれるが、それは、この心の次元のレベルを上げて行く、ということだと考える。

合気道の目標は宇宙との一体化であるが、ダライ・ラマ法王は「“微細心”こそが、時空を越え、種の違いを越えて自然界のすべての生命を繋いでいる」といわれている。だから、この“微細心”のレベルで宇宙との一体化ができる、ということになるだろう。

合気道では「己の心を、宇宙万有の活動と調和させる」のであるが、その心が“微細心”ということになるだろう。

また、心がこのレベルに達すれば、宇宙の心である「魂」と自己の心が結びつき、宇宙の心の魂で自己の心身が働くようになるはずである。つまり、このレベルの心を魂というのではないか、と考える。

ということは、魂には自己の魂と宇宙の魂があることになり、自己の魂と宇宙の魂の間には交流があることになるだろう。

技をかける際には、宇宙万有の活動に調和した心、“微細心”でやれば、偉大な力が出て、摩訶不思議な技を遣えるのではないかと、胸をふくらませている。

---

## 【第421回】 宇宙の道

我々が修行している合気道とは、想像していたよりも広く、深いようである。それは、まるで宇宙のように思えるほどである。

「合気道」とは何か、を開祖はいろいろといわれている。それで我々凡人には理解し難い事になるわけだが、宇宙規模の「合気道」を角度や方向を変えてみれば、そうになってしまうのは仕方ないだろう。

例えば、「合気道」とは、

○真の武であり、愛のみ働き   ○すべてを生かす羅針盤   ○宇宙の万世一系の理  
○天授の真理   ○天地人、和合の道   ○万有の処理の道   ○言霊の妙用   ○宇宙みそぎの大道   ○真理の道   ○小戸の神業   等等といわれている。

また、開祖は、合気道は宇宙の道である、ともいわれている。今回は、合気道は宇宙の道、宇宙道であることを確認し、そのためにはどのようにしなければならないか、を考えてみたいと思う。

合気道修行の目標は、宇宙との一体化である。宇宙道である。己ができようができまいが、精進したい修行者はそれに向かわなければならないだろう。その目標に一步でも半歩でも近づくことが、進歩、上達になるからである。上手下手の基準はこれしかない。

しかしながら、宇宙との一体化は容易ではない。努力やある程度の才能もいるかもしれないが、大事なことがある。それは、次の二つのことを信じなければならないことであると考ええる。

一つ目は、宇宙との一体化の可能性はあるということ  
二つ目は、合気道、宇宙道は科学であるということである

一つ目の「宇宙との一体化の可能性」は信じなければならない。開祖がそういわれているし、ご自身が宇宙と一体化され、多くの人達や、我々門人たちにその一端を示されたからである。

また、開祖は我々門人たちにも、宇宙道を鍛錬し、宇宙と一体化するように、といわれている。「この道（合気道）は宇宙の道で、合気道の鍛錬は神業の鍛錬である。これを実践してはじめて宇宙の力が加わり、宇宙そのものに一致するのである」（「合気真髓」）というのである。

二つ目の、合気道は科学であることも、信じなければならない。科学とは、同じ条件のもとで再現できるもの、ということである。合気道も条件を満たしていけば、誰でも同じ結果を出す事ができるようにできているはずである。具体的には、技を遣うに際して、条件が満たされれば、その技は効くことになる。

合気道の技は宇宙の法則に則っているわけだから、技は真理である。かつて本部道場で教えておられた有川定輝師範は、この真理を神と云っておられた。

開祖は、これを「合気道は真理の道である。合気道の鍛錬は真理の鍛錬であって、神業を生じるのである」（「合気真髓」）といわれている。つまり、合気道は真理の道であり、真理の鍛錬であり、科学なのである。

この二つの条件を信じたら、次にどのようにすれば宇宙との一体化ができるようになるのか、を整理してみる。それは、先述の開祖のお言葉の中にある。

まず宇宙の条理であり法則である真理を、技の練磨で鍛錬していくことである。宇宙の真理を見つけ、技に取り入れ、そして己の身で業となるようにしていくのである。これを、神業の鍛錬というのであろう。

この神業で技をつかったり、活動していけば、宇宙の力が加わり、そして、遂には宇宙そのものと一致することになるはずなのである。合気道は、宇宙の道への宇宙道なのである。

---

## 【第422回】 合気道は科学

合気道は技を練磨して精進していくわけだが、稽古を長く続けていけばよいという

ことにはならない。合気の道に則った稽古をしなければならないのである。

しかし、合気の道は見えないし、誰かがこれがそうだと示してくれるものでもない。ただ開祖がいろいろな言葉で残されているので、それを基に修行していくしかないだろう。

開祖は、合気道を上達するためには、合気の道は科学の実践である、ということを肝に銘じた稽古をしなければならない、といわれている。曰く、「合気は天の科学である。精神科学の実践を表しているのである」

つまり、天の科学とは「一元のスは生長してウ声と充たし、ウ声は遂にみたまを両分して物のもとと、霊のもとが生まれた。これが科学のはじまりなのです」ということである。一元の大御神から二元（魂と魄の元）が生まれ、そこから万有万物が派生してきたわけである。これは、科学であるといってよいだろう。

精神科学の実践とは「真空の気と空の気を、性と業とに結び合わせ、喰い入り乍ら技の上に科学を以て錬磨する修業」ということであろう。体力養成ではなく、魂を魄の上にし、宇宙の営みと一体化すべく、科学しながら錬磨していかなければならない、というのである。

合気道で錬磨する技は、宇宙の条理・法則に則っているので、技の錬磨は宇宙の法則を発見し、検証し、身につけるという科学でなければならない。これは、ひとりの人とか、特定の人だけできるということではなく、万人にできるはずのものである。なぜなら、技には法則性があるから、それを身につければ誰にでもできるわけである。ゆえに、合気道は科学ということになるし、合気道は科学しなければならないことになる。

この他にも開祖は、技は科学しなければならない、と次のようにもいわれている。

- 「合気は人の本能たる引力によって人を通じて宇宙の妙精と一つになって科学しながら業が生まれてくる」
- 「技はその造化機関を通して科学化されて湧出してくるものである」
- 「武産合気とは、自己の魂が、身心によって科学されて出てくるものである」
- 「天の呼吸との交流なくして地動かず、ものを生み出すのも天地の呼吸によるものである。武も妙精を腹中に胎蔵してことたまの呼吸によって科学しながら生み出していくのであります」
- 「合気の道を究めるには、まず真空の気と空の気を、性と業とに結び合わせ、喰い入り乍ら技の上に科学を以て錬磨するのが修業の順序であります」

科学するということは、法則性を求めることであると考え。なお、「科学」という語は、明治時代、啓蒙家の西周（にしあまね）によってscienceの訳語として作ら



れた造語で、多くの専門（＝科）に分かれた学問（＝学）の総称であるといわれている。

技は科学であるから、技をつかう身体も科学的につかわなければならないことになる。つまり、体づかいも法則性を持っていなければならない、ということである。さらに、息づかいも科学化しなければならないし、心もそのはずである。

例えば、合気道は愛であり、愛気道ともいわれるが、これを実感したり、理解するためには、万有万物は一元の大御神につながった家族である、という科学が分かなければならない。

愛、心、体、体づかい、技、これらを科学するのが合気道、ということになる。合気道は科学でなければならない。

---

## 【第423回】 赤玉、白玉、青玉

合気道は、気形の稽古を通して技の練磨をし、妙技を生み出していく武道である。これを、開祖は「合気道は自己を知り、宇宙万有の妙精を自己に吸収し、大宇宙の真象に学び、理を溶解し、法を知り、光りある自己の妙技をつくる道である」といわれている。

ここには、妙技を生み出すためには、自己を知り、宇宙万有の妙精を自己に吸収し、大宇宙の真象に学び、理を溶解し、法を知る、とあるから、妙技を生み出すのは難しいだろうがこれをやっていけばよいわけである。だが、その前に、妙技とは何か、どんなものなのか、を研究しなければならないだろう。

私の妙技観は、今のところ、

- 自然で無駄がなく、真善美を備えている技

解説：美しくないのはよいものではない

- しっかり鍛えた魄を土台にし、魂が表に出ている技

解説：力はあった方がよいし、なければならないが、それを表に出さない

- 相手の受けも取りの自分も、共に満足する技

解説：自分だけ満足しては駄目だし、相手に失礼である

- 受けの相手と一体となり、結んで離れない技

解説：弾いてしまったり、相手が離れていくのは、技が効いてないということ

- 受けの相手と一体化し、一瞬、相手の体重が消えてしまう技

解説：どの技にも、一瞬、相手の体重が消えてしまうとき（瞬間）がある

- 宇宙の理に合った技

解説：宇宙の法則に則った技である。この法則を身につけていくことが技の練磨である

- 天と地の呼吸に則った技

解説：天の息と地の息と合わせて生れた技

等などである。

それでは、この妙技観の妙技は、どうすれば生れてくるか、ということであるが、これまでも大半については書いてきたつもりである。だが、「受けの相手の体重が消えてしまう技」と「天と地の呼吸に則った技」は書いていないので、今回はこれを中心に書くことにする。

先述のように、合気道はやるべきことを順序よくやれば、妙技が生れるようにできていると確信する。開祖はそういわれていたし、自分も少なからずそれを体験しているからである。

いかなる技（形）でも、生むすびの息づかいで手と足を陰陽に遣うと、息を吸ったときに相手の体重が消え、そして、自分と完全にくっつき、一体化するのである。

さらに、天と地の呼吸に則って技を遣うと、相手の体重は消えるし、相手を自由に制することができるようになる。

天と地の呼吸であるが、天の呼吸とは、まず天と結んで、縦の呼吸で天の息を腹に収める呼吸であろう。そして、その息を出して（吐いて）、相手と結ぶ。それが、生むすびの「イ」の呼吸である。

次に、「ク」と息を吸うと、接しているところを支点として、相手の体が浮き上がってくる。相手の体重が消えてしまい、そして、相手は自分とくっついて一体化するのである。あとは、相手を投げ飛ばそうと、そのままにしておこうと、自由自在である。生かすも殺すも思いのまま、ということになる。この吸う息は胸式呼吸による横の息使いである。

後は、「ム」と息を吐くのだが、そのまま横の息で吐いてしまえば、息が詰まってしまい、自分の体がつっぱって、相手に抵抗されることになる。この息は縦の腹式呼吸で、体は落ちるように吐くが、息は天に帰るように吐かなければならないようである。開祖はこれを、まるく吐くといわれている。

この「イ」「ク」「ム」の息づかいは、「イ」の前の天の呼吸と、「イ」と吐く呼吸、「ク」と吸う呼吸である地の呼吸、そして、「ム」で息を天に返す天の呼吸である。

この中の「イ」と「ク」の地の呼吸が、白玉と赤玉、潮干の玉と潮満の玉である。従って、「イ」と吐く息は、潮が干るように吐いて、「ク」と潮が満ちるよう、あらゆるものを飲み込むように、吸わなければならないのである。また、この地の呼吸は潮の干満の動きのようにとぎれることなく、雄大に、小さく大きく、大きく小さく、速く遅く、と渦状に使われなければならない。

開祖は、「天の気は日々、地と結んで潮の干満、その玉をいだいて行うのが合気道である」（「武産合気」）といわれているのである。

この赤玉、白玉の潮の干満が分かりやすい稽古は、呼吸法（坐技、片手取り、諸手取り）、四方投げ（特に、半身半立ち四方投げ）、二教裏、諸手交差取り、小手返し、後ろ両手取り等であろう。

また、開祖は赤玉と白玉のほかに、青玉（真澄の玉）が必要である、といわれている。この青玉こそ「イ」の前に天とむすび、そして「ム」と吐く呼吸である澄み切った玉である、と考える。

潮の干満である地の呼吸は、この天の呼吸の真澄の玉との交流がなければならなし、武技を生み出すのは、天地の呼吸によるのである。

妙技を生み出すためには、赤玉、白玉、青玉が必要なのである。

---

## 【第424回】 合気道の技

合気道は技の練磨によって上達していくわけだが、この練って磨いていく「技」が難しい。技には形がないから、これが技です、と示す事ができない。従ってどのように練磨すればよいのか、が難しいのである。

「技」がとらえ難いのも、そのはずである。合気道の技は宇宙の営みを形にしたものであり、宇宙の条理に則り、宇宙の法則に合していなければならないからである。

この難しい合気道の技の練磨の方法（システム、カリキュラム）を、開祖はつくられ、そして、我々に残して下さった。それが今、本部道場を中心に世界中で行われている、基本技（形）を繰り返して稽古する形稽古（開祖は気形の稽古と云われている）である。この形稽古を通して、宇宙の法則にある技を見つけ、身につけていっているのである。この宇宙の法則を見つけ、身につけていくことが、技の練磨

である、と考える。

しかし、技はそう容易に身につくものではない。だが、ありがたいことに、開祖は技を身につける方法も、我々にたくさん残されたのである。その内のひとつに、  
「（声を）天地の呼吸に合し、声と心と拍子が一致して言霊となり、一つの技となって飛び出すことが肝要で、これをさらに肉体と統一する。声と肉体と心の統一が出来てはじめて技が成り立つのである。」がある。

技は、まず声と心と拍子が一致しなければ技にならない。声は、天地の呼吸に合致していなければならない。しかし、大勢の稽古人が稽古している道場で、大きい声をあげることはできない。だから、この声は無声の声ということになる。従って、この声は呼吸ということになるだろう。この呼吸の声と心で拍子をつくり、魂のひれぶり（言霊）で技の生み出しをはかるのである。

さらに、これに肉体と合し、肉体を導けば、技が成立する、といわれるのである。つまり、心と声と肉体の統一が必要である、ということである。

呼吸法や基本技（形）を稽古する際には、まず、やりたい事を心で念じ、天地の呼吸を感じながら、それに合した声と呼吸で拍子をつくり、そこからできる魂のひれぶりに体が合するようによって、技が生まれてくる、ということだと考える。

しかし、この数行の説明のようには、簡単に技は生まれない。天地の呼吸を感じ、それを自分の呼吸に取り入れ、呼吸をする。日月の呼吸、縦と横の呼吸、腹式呼吸と胸式呼吸ができなければならない。呼吸ができなければ、拍子につくれない。また、身体を陰陽につかえなければ、拍子にならないし、ある程度の呼吸力がなければ、拍子につくれないからである。

また、肉体も、声と心と拍子が期待するように機能しなければならない。肉体にカスが溜まっていたり、機能不全では、技にならない。それに、肉体が宇宙の法則に則った動きとなるように、鍛錬しておかなければならない。

技は、ただがむしゃらに稽古をしていれば身につく、というものではない。やるべきことを順序よく、根気よくやっていかなければならない。

合気道は、開祖がいわれているように、科学である。やるべき事をやれば、誰でも同じ結果を出す事ができるはずである。

---

## 【第425回】 思想と実践

合気道の基本的な稽古法は、基本の技（形）をくりかえし稽古する形稽古である。最初はこの形稽古で体の節々をほぐし、合気の体をつくるのである。開祖は「合気道の技の形は体の節々をときほぐすための準備」である、といわれている。

次に、この形稽古で技を練磨していく。技を身につけていくことにより、宇宙の営みを身につけ、宇宙との一体化を図っていくのである。

しかし、技を見つけ、身につけていくのは、容易ではない。それに、見つけたと思った技が正しいのかどうか、判断することも難しい。その技が正しいかどうかは、基本的には技をかけた本人が決めることであるが、客観性がないので、本人自身も懐疑的になるはずである。

技の良し悪しは、少なくとも技をかけた本人と、その技を受けた受けの相手にはわかることである。自分が満足し、相手も了承すれば、かけた技はOKということになる。

ちなみに、受けの相手とは自分の一部であり、ジャッジであり、サポーターであり、そして先生ということにもなるわけである。相手を、倒す対象にしたり、敵として見てしまうと、相手から得るものも得られないことになる。それ故、稽古相手とは、感謝の念と愛の心で稽古しなければならない。

横道にそれたが、本題に戻ると、ではどうすれば自分も相手も納得する技がつかえるようになるか、ということになる。

- 相手が納得する技とは、宇宙の法則に合致しているものであるから、法則性があるはずである。つかう技には、法則性がなければならない。
- 技と技が生み出されるためには、宇宙規模の思想があるのであるから、思想の裏づけがあるはずである。大きな意味で、前項の法則はこの思想に含まれてもよいだろう。
- 一人ができれば、条件が揃うと他の誰もができるはずである。

さらに、その法則は普遍性があるはずなので、一つの形で正しければ、他の形にも通用されなければならない。

かけた技で相手が喜んで倒れてくれて、そしてその技には法則性があり、思想があって、さらにその技（心、息、拍子）で他の人（ある程度の身体的レベルに達している稽古人）が同じように実行し、同じような結果が出れば、それは技である、ということができるだろう。

例えば、坐技呼吸法で、天地の呼吸を取り入れ、持たせた両の手を自分の腰と結び、息を縦に（腹式呼吸）吐きながら、相手の中心（腰腹）に結ぶ。すなわち、天之浮橋に立つのである。ここから、立てている手の平を上に向くように返ししながら、息を吸っていく。相手がつかんでいる接点から動かすのではなく、その対照となる腰から動かし、力が腰、背中、胸鎖関節、肩甲骨、上腕、腕、手首と流れるようにする。手首に力が集中してきたときは、手の平が完全に相手に向かうまで返っている。つまり、手の平は、縦、横、縦、横の十字の円になるのである。

これで、受けの相手が小気味よく浮き上がってくる。また、拍子をつければ、相手の体重が一瞬ゼロになり、二者が完全に一体化する。ここからは、受けの相手が自分から倒れることになるので、こちらがどうこうする必要はない。これが、合気道の技は相手を倒すのではない、ということである。倒す事を目標にやっているうちは、まだまだ魄の稽古の段階ということになる。（もちろん、これも必要なので、しっかりやらなければならない）

合気道の技には、法則を伴う思想がある。思想に則って稽古を実践しなければならないが、それに則ってやれば、技は誰にでもできるようにできているようである。つまり、合気道は思想と実践の科学なのである。

---

## 【第426回】 魂の円

合気道は「魂の学び。魂魄阿吽の呼吸」である、といわれている。また、「合気は魄を排するのではなく土台として、魂の世界にふりかえるのである。魄の世界を魂の世界にふりかえるのである。魄が下になり、魂が上、表になる」ともいわれている。

合気道の究極的な学びは魂の学びであるが、まずは、体力や気力という魄の学びが必要である。魂の学びは、その学んだ魄を土台にして、魂魄阿吽の呼吸でやり、魄が下になり魂が上になるようにしていかなければならない、ということである。はじめから魄の土台がないのでは、魂の学びはできない、ということもなる。

体力、腕力で技をかけると、受けの相手にも相当な力がある場合には、ぶつかり合い、相手が倒れないことも多くなってくる。それまでは、そのようなことがなく、相手が素直に倒れていたのが、倒れずにがんばってくるのである。相手ががんばると、こちらはますます力んでしまい、相手はさらにがんばる、ということになる。これは稽古の宿命であるが、力がついてきた証しともいえることである。

そこで、それまでの力に頼った稽古を変えなければならない、と分かるようにな

る。これは大きい壁であるが、この壁を打ち破らなければならないのである。

まず力が先行する稽古を変え、心を先行させる稽古にする。つまり、それまでは体に頼って技をかけていたのを、心で技をかけるのである。心が先行し、それに息と体が従うのである。息で心と体を結びつけ、心の通りに体を動かすのである。

心で技をかけると、体の力でかけるより、相手が納得して倒れてくれるようになる。これは、力（魄）でやるものとは質が違う稽古法である。

これまでは自分の体で相手の体に働きかけたのが、心で相手の心に働きかけるのである。そうすると、相手の心が自分の体に、動くように、倒れるように等と指示するようになる。

しかしながら、心で技をかけていくというこの心の学びも、完全ではないのが分かってくる。なぜならば、こちらに心があれば、受けの相手にも心がある。心は人によって違うし、相手により、時により、場合により変わる。つまり、心変りがあるのである。

心は一定ではないし、絶対的な基盤もないのだから、人の心との絶対的な合致もない。つまり、相手の心が常にこちらの心に同意してくれることはないのである。心で相手と合致することは、ある程度はできるが、絶対にできるということはない。

だが、「合気道は魂の学び。魂魄阿吽の呼吸」である。技を練磨して精進していく合気道で、今度は魂で技を遣うのである。だが、魂で技をかけるなど、そう簡単なことではないだろう。

ありがたいことに、開祖は魂の働きと遣い方を「円の本義」（『合気真髓』）で説明されている。これを、自分の稽古法に照らし合わせながら、検証してみよう。

合気道は円の動きの巡り合わせであり、五体の各部位の円の巡り合わせ、自分と相手の円の巡り合わせなどで技が生まれる。だが、これらの円のほかに「魂の円」がある、と開祖はいわれている。

開祖は「魂」について、皆空の中心より宇宙に気結び、生結びするのが魂であり、一切を生み出すものである、といわれている。魂は己にもあるし、人（相手）にもあるから、これを気結び、生結びするのである。

魂は心とは違って、心変りはしないし、時間や空間に関係ない普遍的、絶対的なもの、至善、至美、至愛であり、人が逆らったり異を唱えることなどできない、超越したものであるはずである。

これを技の稽古でやると、例えば、受けの相手に手を取らせる際に、相手の中心を宇宙の中心と思い、その中心と息を吐きながら結ぶ。そして、息を入れながら、相手と結んでいる手の結びを切らないようにし、手に込めた力を抜いて、その手を地球の引力に任せて下ろすと、手とその手と結んでいる腰腹などの体が地と宇宙と結び、何か大きい力が湧いてくる。それが魂であろう、と考える。こうなると、手を取っている相手の力みが取れて、相手と一体化する。

この魂は円く働くが、これを開祖は「魂の円」といわれているようである。この魂が円に働くためには、心と体を合わせた阿吽の呼吸でつかわなければならない。体を十字に、陰陽で円くつかうことはもちろんのこと、相手を倒そうとか、極めようなどと思わずに、愛のこころ、円い心で技をつかわなければならない。

魂の円で技をつかうと、ふしぎな事に相手の力みが取れ、体も心もこちらに一体化して、自分の一部となってしまう。だから、もはやそれ以上に相手を投げたり抑えたりする必要はなくなるのである。

これを開祖は、魂の円を体得すれば、相対の因縁動作を円に抱擁し、掌（たなごころ）に握るごとく、すべてを吸収し、すべてをとかす、といわれているのであろう。

受けの相手の重力と反抗心がなくなり、相手をくっつけてしまっただけで一体化できれば、魂の円を体得したことになるといえるだろう。だが、もちろん魂の円の学びにも終わりはない。

---

## 【第427回】 イメージ

合気道は、老若男女、だれでもいつでも始める事ができる武道である、といえよう。試合も勝負もないので、スポーツのように勝つための稽古をする必要がないし、強い弱いも関係なく、自分の能力や境遇や状況などによって稽古が続けられるのである。

合気道でも最初の5年、10年は新しいことを学ぶのに夢中で、行き詰りなど感じることも少なく、喜々として稽古を続けることだろう。だが、20年、30年と真剣に稽古してくると、これでよいのかと考えるようになるはずだ。

合気道の稽古は、それほど多くない基本技を繰り返し稽古する形稽古であるから、20年、30年も稽古を続けていけば、形は覚えてしまうはずである。（正確に



は、覚えたと錯覚するのである)

人の生きがいは、自分が変わっていくことにある。合気道では、上達することであろう。新しい事を身につけることは上達であり、稽古の喜びであるが、次第に身につく新しいことやものがなくなってくる。

ここから、合気道は初めの頃の容易な武道から反転し、他の武道やスポーツにない困難と問題に直面することになるのである。

勝負の世界なら、負けないように、勝つように稽古を続けていけばよいし、勝ち負けはすぐに分かるわけだが、合気道の場合はその具体的な目標が見えないのである。

合気道も初心者の段階では、スポーツなどと同じように見えるもの、物質的な稽古をしているものだ。それがあがる段階で、それでは満足しなくなるようである。

合気道には見えないもの、精神的なものがあることに気づき、無意識のうちにそれを得たいと考えるようになるようだ。

例えば、合気道の目標は宇宙との一体化である。そのために、宇宙の生成化育のお手伝いをするのである、等ということを知るようになる。だが、そう思ったとしても、どうすればよいのかわからないし、誰も教えてくれないのである。

合気道は技を練磨しながら精進し、それらのことを身につけていくわけである。だが、技とその思想とがどのように結びつき、連動するのか、初めのうちはチンプンカンプンだろう。

しかし、ありがたいことに、合気道の開祖はそれを書き遺して下さっている。また、我々のように50年以上の稽古歴がある者なら、開祖から直接お話しを伺う機会もあっただろう。当時の開祖のお話はそれこそチンプンカンプンで、お話よりも体を動かしたくてうずうずしていたので、とてもお話を聞くような状態ではなかった。今思えば、せっかくのお話を無駄にしたものと後悔しているが、後の祭りである。

だが、聞いてなかったと思っていた開祖のお話は、ふしぎと耳に残って、覚えているのである。開祖のお力もあるだろうが、人が見たこと聞いた事は体の中に必ず残っていて、必要なときに出てきたりするようである。そして、それが後世に伝わっていくというのが、人類の継承と進化ということではないかと思う。

話が脇にそれてしまったが、開祖は合気道の思想・哲学を『合気神髄』『武産合気』に残されている。これを理解すれば、合気道の目指しているものが分かるだろ

うし、さらに稽古を続けなければならないと思うようになるだろう。

しかし、この聖典を読みこなすのが容易ではない。ほとんどの合気道同士は、この聖典を購入して読み始めたことと思うが、最後まで読み切った人は少ないに違いない。

なぜ難しいのか考えると、いろいろ理由はあるが、一つには我々現代人が学校でも社会でも教わった事がなく、証明や再現が不可能と思われるお話や文章であるので、信じるのを躊躇してしまうことである。

二つ目は、書いてある事が見えない世界、精神世界のことである、ということである。スポーツなどのような見える世界、力の世界、物質世界とは正反対のことである。

三つ目は、目には見えない精神科学を象徴的に、イメージで表現されていることである。例えば、天之浮橋に立たなければ武は生れないとか、松竹梅の教えであるとか、円の動きのめぐりあわせが、合気の技であるとか、合気道は赤玉、白玉、真澄の玉であるとか、合気とは△○□の気の熟したるをいうとか、等などである。

しかしながら、例えば「合気道は天之浮橋に立たなければなりません」というからには、技を使う際には必ず天之浮橋に立たなければ、技にはならないのである。だから、天之浮橋に立つイメージ、天之浮橋のイメージを描けなければならないことになる。

そして、イメージが正しいかどうかは、形稽古での技の練磨で実践してみることである。正しいかどうかは、技を練磨していくうちに分かってくるだろう。

つまり、聖典を理解するためには、その難解な言葉をイメージできなければならないことになる。イメージがわかなければ、聖典も理解できないし、技もつかえないわけである。

初めは難解な抽象的、象徴的言葉を恨み、なぜ開祖はこのようなシンボリック言葉を使われたのかと考えた。結論は、開祖も我々に分かりやすいように最大限に努められたはずだが、間違いのないよう、そして簡潔に表現しようとする、あのようにしかできなかったのだろうと思う。例えば、「天之浮橋に立つ」を稽古仲間に説明しようとしても、他の言葉では残念ながらいえないのである。

合気道を身につけるためには、少なくとも『合気神髄』『武産合気』を何度も繰り返し読み、その中の象徴的言葉のイメージを、技を通してつくりあげていかなければならないと考える。そうすれば、聖典が少しずつ理解できていき、技も上達する

だろう。

---

## 【第428回】 ひびきの土台をつくる

合気道の修行の目標は宇宙との一体化である、と開祖はいわれているわけだから、宇宙と一体になるように稽古しなければならないが、これが容易ではない。日頃の形稽古を通して宇宙と一体となる、ということだが、どうすれば一体化できるのか、それに一体化するとはどういうことなのか、等が不明なのである。

しかし、合気道を創られた開祖がいわれているわけだから、その言を信じて、そして、宇宙との一体化はできると信じて、修行を続けていかなければならないだろう。

常に宇宙との一体化を頭の中に置きながら、技の練磨の稽古をし、開祖の思想・哲学が書いてある『合気神髄』と『武産合気』を少しずつではあるが毎日読んでいく。他の書物と違って、これらの聖典は何度読んでも新しい発見があるものだ。以前読んでも解らなかったことが解るようになったり、以前読んだはずだが、なぜこんな大事な事に注目しなかったのかと、自分の愚かさに腹を立てたりする。

最近、相対での形稽古で、力に頼らない心の稽古、魄を土台にして魂を前にした稽古に移ってきたところであるが、そうすると上記の聖典も以前より解る個所が増えてきたようだ。自分のつかう技のレベルと、聖典を理解するレベルには、どうも相関関係があるようである。

さて、宇宙との一体化についてである。技が変わったことで、聖典の読み方が変わったというのは、何度も読んだはずの『合気神髄』でこれまでは読み飛ばし、その重要さに気づかなかったのに、今回はじめて宇宙の一体化のための重大なヒントが書かれているのに気がついたのである。宇宙との一体化とは具体的にどういうことなのか、そして、そのためにつくらなければならない土台をどうしてつくるか、が書いてあったのである。

それは、「心身統一に専念し、ひびきの土台を養成」という章であった。それによれば、まず宇宙との一体化とは、宇宙と己の心身がひびき合う、ということである。なぜ両者がひびき合えるかという、開祖は「五体は宇宙の創造した擬態身魂であるから、（五体は）宇宙の精妙を吸収し、宇宙と同化しているわけである」といわれている。五体、心身は本来宇宙であるから、ひびき合えるはずだ、というのである。

しかし、実際には、宇宙との一体化やひびき合うことは難しいものである。それは、生きていくために闘ったり、物質（魄）を得るべく、競争社会、物質文明など魄の世界で生きてきたので、五体、心身にカスが溜まってしまっているのである、といわれている。だから、合気道で心身をみそがなければならないのである。

宇宙とひびき合い、宇宙と一体化するために、開祖はやるべき事と手順を示されている。それはひびきの土台を養成することであり、そのためには、「まず自己の心を練り、念の活力を研ぎ、心身統一に専心し、ひびきの土台を養成するよう、その方向へと逐時稽古精進することである」といわれている。

「自己の心を練る」とは、己の心を宇宙万有の活動と調和させることであり、宇宙生成化育の心、愛の心ということになるだろう。

「念の活力を研ぐ」であるが、まず念とは、心の中で一定の対象に精神を集中させること、心を集中すること、思い続けること、等の意味であると考ええる。すると、「念の活力を研ぐ」とは、己の念を我慾ではなく、宇宙法則に結びつけていく、ということになるだろう。

「心身統一に専心する」とは、心と体がバラバラでなく、一つになるようにすることである。そして、心が体の上になり、心のままに動く体をつくることであろう。

そのためには、上述の心を練る事は重要であるが、体も練らなければならない。体をつくってくれた宇宙の意志に従った、生成化育のために機能する体にするのである。体のカスを取り除き、動くべく動くところはさらに動くよう、動くべきでないところは動かないよう、柔軟で強固な体を作り上げていかなければならない。

開祖は「自己の心を練る」「念の活力を研ぐ」「心身統一に専心する」を身につくように稽古をしていけば、ひびきの土台がつくられるといわれている。だから、ひびきの土台が養成されるように、稽古しなければならない。

ひびきの土台ができれば、そこが宇宙との交流のベースになるはずである。宇宙とどのようにひびき合うのか、それが宇宙との一体化になるのか、等などが楽しみである。

---

## 【第429回】 生成化育の大道を明らかにする

合気道の定義は数多くあるが、その一つに「生成化育の大道を明らかにするのが合気道の道であります」というのがある。開祖の聖典である『合気神髄』『武産合

気』には、頻繁にこの生成化育という言葉が出てくるようである。

合気道を始めるまでは、生成化育という言葉など知らなかったし、そのように世の中が動いていることも知らなかった。ただ、人はみんな、時代や地域や人種に関係なく、何か一つの方向に向かって進んでいるとは思っていた。

例えば、人は誰でも、どこでも、そしていつの時代でも、よい事はよいとし、よい事をやろうとしているし、少しでも良くしようとしている。悪い事はどこでもいつでも悪い事であり、悪い事はできるだけやらないようにする。これにはもちろん例外もあるが、それはその時だけに通用することで、状況が変われば、その良し悪しははっきりする。例えば、人を殺すことは戦争では評価されるわけだが、戦争が終わって平和になれば、やはり悪ということになるだろう。

合気道では、この生成化育の大道がわからなければ、技を身につけることはできないし、精進もできないだろう。なぜならば、合気道は宇宙の営みを形にした技を練磨するわけだが、宇宙の営みというのは、宇宙樂園建設への生成化育だからである。

合気道の教えでは、「世の根元たる一元は精神の本と物体の本の二元を生み出し、複雑微妙なる理をつくり、全宇宙を営み、天地万有に生命と体を与え、万有愛護達成に生成化育の大道を営み、天地万有は一家のごとく一身のごとく、また過去、現在、未来は我らの生命呼吸として、人生の化育を教え、世の進化怠りなきは我らをして、楽天に、統一、また清潔に進展する」とある。

一元の大神様は精神と物質の二元を生み出し、それが万有万物をつくった。そしてその万有万物に、楽天のために生成化育の使命を与えた、というのである。森羅万象すべて、虫けらに至るまで、生成化育の使命を得さしめている、といわれているが、自分に果たして生成化育の使命があるのか、生成化育を果たしているかどうか等は、これまで十分に考えもしなかった。

毎日少しずつではあるが、木刀や杖を振ったり、四股を踏んだりして、体を動かすようにしている。だが、自分が常にこれまでより少しでも上手になろうとしていることにふと気がついて、不思議に思った。誰が見ているわけでもないし、直接、合気道の形稽古に役立つわけでもないのに、少しでもよくなるようにとやっているのである。よい発見があったり、うまくいった時にはうれしいし、壁にぶち当たって上達が止まってしまったときには、不満足をおぼえる。

この少しずつ前進しようとするのが生成化育ではないか、と実感するようになったのである。人は誰でも、前進、進歩、発展しようとしているはずである。それは本能ということもできるだろうが、この本能が一元の神様の意志である生成化育と

いうことであろう。一生懸命にやるのが、その人の使命を果たす事であり、それが生成化育ということになるのだろう。

職人でも芸人でも科学者でも、もうこれでよいとやめてしまう事をせず、常に前へ進もうとしている。これは現在だけでなく、過去もそうだったし、おそらく未来にも続くことであろう。

よく見てみると、過去現在未来と、人類だけでなく、万有万物、森羅万象がみな、一元の神様の意志に従って、生成化育をしているのである。

合気道は、万有万物、森羅万象の生成化育を守る愛の働きでなければならない。まずは、自らの生成化育の使命を果たしながら、他の生成化育を守るように努め、そして、生成化育の大道を明らかにしていかなければならない、と考える。

---

## 【第430回】 武産合気と合気道

われわれは合気道を修行しているが、考えてみると分かっているようで、多くのことがよく分かっていないようである。

合気道という言葉もそうである。合気道を定義することも難しい。開祖は「宇宙の霊、体に同化し、そして和合の光のこの修行をすることを合気道と今名付けている」といわれているから、宇宙との一体化への道が合気道ということになるだろう。

開祖はまた、「合気道とは、真の武であり、この世のすべての生物の、守護の道であります。即ち、この合気道は、すべてを生かす羅針盤であります」ともいわれている。

つまり、合気道こそ真の武であり、万有万物を守っていき、生かしていく道を示して行かなければならない、ということである。

一般的に、「武」とは戈（ほこ）を止めるといわれ、敵の攻撃を防いだり、また、攻撃は最大の防御ということで、攻める手立てをいう。しかし、古の名人、達人たちには、「武は神なり」「武は神の立てたる道」、あるいは「武は万物の根元なり」など、攻防の武を超越した考えを持たれていた方々も居られた、と開祖は言われている。

開祖の「武」のお考えを見てみると、「汚れたものを祓い浄める。それが武である」、また、「障害、汚濁を取り除くことが、武の動きである」と言われている。

そして、「武は万有の生成化育の法（のり）にふして、万有の成長をまもる法であります」とある。

つまり、万有万物は宇宙建国のために皆、各々その使命を果たし、生成化育をしているわけだが、その生成化育を阻む障害や汚濁を取り除くのが武である、ということであろう。

その武を生み出すことを、合気道では武産（たけむす）といい、合気道は武産の現れであるという。「ムス」は、「ウムス（産むす）」の「ウ」が取れたものとされ、自然に発生するといった意味がある。「苔生す」（こけむす）の「生す」も同根であると、辞書にはある。開祖は、合気道は武を守り育てる「産屋」（うぶや）である、といわれるのである。

合気道は、宇宙の修理固成を阻むものを取り除き、世を守る武を産む武産でなければならない。

この武産の現れを合気ということだから、武産の現れる合気を「武産合気」というと考える。

開祖は、武産合気の本義を「天地の本日までの仕組みにおいて、たくさんの穢れができています。これは当然の成り行きであるが、この穢れを合気道の真髄によって天地の条理を明示して、この世の動きと和合して、この世の穢れを排除していくことが武産合気の本義である。」といわれている。

しかし、武産合気の実践は容易ではない。開祖は、天之浮橋に立って合気を産み出さなければならないし、気剛柔流、気△○□を根本として、気によって技を生んでいかなければ武産合気にならない、といわれているのである。

まだまだ足元をもっと固めていかなければ、武産合気にはならないだろう。

---

## 【第431回】 合気する

合気道は相対で、取りと受けが交互に技を練磨しながら精進するものだが、かけた技はなかなか思うようにはかからないものである。そのため、技がうまくかかるように、試行錯誤しながら稽古を続けていくわけだが、そこで少しずついろいろなことが分かってくる。

初めは、力、スピード、体力などの魄の力に頼って技をかけ、相手を倒して満足するだろうが、次第に魄の力には限界があるのが分かってくるだろう。

そこで、この魄の力を土台にし、それを表に出さず控えさせ、心（魂）で技をかけるようになる。心で自分の体と、相手の心と体を導くのである。

この心は、相手を倒そうとかやっつけようという心ではなく、開祖がいわれる「愛」の心でなければならない。つまり、相手を思いやり、共に宇宙建設のための生成化育のためにやっているのだから、お互いにがんばろう、という心である。

この心で技をかけると、それまで魄力でやっていたのとは違って、相手が気持ちよくこちらの動きについてきて、そして、自ら倒れてくれるようになるのである。それではなぜ、受けの相手はそれまでのように逆らわずに倒れてくれるのか、開祖の教えを基にしながら、ちょっと科学してみようと思う。

開祖は、「合気は気の交流を最も尊重する」ものであり、「合気はこのナギナミ二尊の島生み神生みに基礎根源をおいているのであり、これを始めとしているのである」といわれている。また、「自分（開祖）は島生み神生みの神の法則によって、技を生み出しているのである」ともいわれている。

要は、合気の技とは、精神的エネルギー（ナギ）と物質的エネルギー（ナミ）の交流、つまり十字の交流によって出てくることにある。一霊四魂三元八力である。

開祖は、合気は大いなる生成化育の道であり、世（万有万物）を守り育て、世界の一つの流れとする道であり、従って、一霊四魂三元八力の、宇宙の大活動の道を進まなければならない、といわれるのである。

つまり、この宇宙の大道を行くことが合気になり、技が生み出されてくることになる、ということである。一霊から四魂。一元からその徳である奇霊が現れ、荒霊で最初の働きをし、和霊で和合し、結び、そして幸霊でものを現わす、ということになる。

つまり、相手に技をかける場合は、この一霊と結びついた四魂による精神科学によって、技を現わさなければならないわけである。

しかし、技をかける本人がそうやって技を現わそうとしても、受けの相手がそれに同調しなければ、相手は気持ちよく倒れてはくれない。技をかける者が、いわゆる宇宙の大道に則って技をかけると、受けの相手は不思議と共鳴、呼応するようになるのであろう。

「合気とは言霊の妙用であり、言霊の妙用は一霊四魂三元八力の分霊分身である」といわれるが、言霊とは響きであるから、取りの自分と受けの相手が共鳴、共振することは可能であるはずだ。



共振とは、エネルギーを有する系が外部から与えられた刺激により、固有の振動数で大きな振動を起こす現象で、共鳴も同じ原理に基づく現象であるという。例えば、受けの相手がこちらの手をつかんできた場合、こちらの気（精神と物質・肉体のエネルギー）を相手に流すと、それが宇宙大道の一霊四魂の言霊に反していなければ、相手がそれに共振するのではないか、と考える。そして、相手と共振し、相手が共鳴し呼応することを、「合気する」という、と考える。

合気になるから、相手はこちらの思う通りに動いてくれるし、自ら気持ちよく倒れてくれるのである。

---

## 【第432回】 胸・背中の開閉と潮の干満

合気道は技の形をくりかえして稽古し、宇宙の法則を見つけて、それを身につけ、その法則に則って体をつかい、技が出るように精進していく武道である。従って、宇宙の法則を身につけ、その技が出るようになるのが精進ということになる。

稽古を始めたころは、法則性など気にしなかったし、法則などあることさえ知らなかった。合気道の形もどきでがむしゃらに投げたり、受けを取ったり、を繰り返していたものだ。

しかし、あるところで、ただがむしゃらに体をつかったり、技をかけても、限界があることが分かってくる。同質の力では、力や体力のある相手には敵わないのである。

そこで、異質の力をつかわなければならない事がわかってくる。それを気づかせてくれる好例は、諸手取呼吸法である。相手の諸手（二本の手）に勝てるのは体幹であるから、体幹でやればよいことになる。

だが、諸手でこちらの一本の腕を抑えている相手まで体幹で抑えてくると、体幹対体幹の同質の力になってしまう。そこで、さらにこれに勝る異質の力を使わなければならないことになる。

その異質の力とは、自分以外の力、宇宙の力である。開祖は、合気道は「日月の気と天の呼吸と地の呼吸、潮の干満との四つの宝を理解せねばいけないのである」（「合気真髓」）といわれているが、ここで地の呼吸、潮の干満をつかうのである。

具体的にはどうするかというと、胸と背中を開閉するのである。足や腰からの力を背中に伝え、背中とその前にある胸を、息に合わせて開閉するのである。息によって背中の筋肉を緩めたり縮めたり、胸を張ったり閉めたりすると、胸と背中を連動して開閉できる。

つまり、それまでは肩先や胸鎖関節までの長い手をつかって、技をつかっていたのを、胸・背中をつかってやるのである。

この息に合わせた胸・背中の開閉で、それまでのやり方より大きい力が出る。それは、地の呼吸、潮の干満の呼吸の力であるからである。

潮の干満の呼吸は、地の呼吸である。地の呼吸というのは横の呼吸であり、人なら胸式呼吸である。また、潮の干満の呼吸とは、赤玉、白玉であり、赤玉とは潮みつの玉、白玉とは潮干るの玉である。

この胸・背中の開閉を、横の呼吸に合わせてやると、潮が満ちると潮が引く感覚、波が寄せたり引いたりする感覚が得られる。例えば、四方投げ、呼吸法などで、相對の受けの相手を、波で引き寄せたり、浮かせたり、送り出すような気持になる。とりわけ、それを強く感じる技の形は、私の場合、半身半立ちの四方投げである。

胸・背中の開閉は、四方投げや呼吸法だけではなく、すべての技の形でやるべきだろう。四股踏みも、この胸・背中の開閉を規則正しくやればうまくいくようである。

ちなみに、この胸・背中の開閉を鍛錬する稽古法を見ると、まず、舟漕運動であろう。また、木刀の素振りも、これを意識してやれば効果がでるはずだ。

だが、胸・背中の開閉は、初心者には難しいだろう。なぜなら、まず背中の筋肉が固まっているし、肩の筋肉もほぐれていないからである。また、体を陰陽につかわなければならず、呼吸もイクムスビで縦（腹式呼吸）横（胸式呼吸）十字につかわなければならないからである。

つまり、胸・背中の開閉ができるためには、やるべきことをひとつひとつ試行錯誤しながら、身に着けていかなければならないということになる。

---

## 【第433回】 対照の世界 合気道

合気道は始めやすいものであるが、終わりが難しいものである。始めはあるが、終

わりがないのである。これまで多くの人が合気道に入門したが、これで合気道を完全に会得したという人は、誰ひとりいない。開祖でさえ、亡くなる直前まで修業をされ、常にまだまだ修行じゃ、これからが本当の修業だ、といわれていたのである。

合気道には、このように矛盾やパラドックスがあり、さらに対照もある。いうなれば、正反対のことをやっていかなければならないのである。合気道を悟り、会得していくのは、容易ではないと考える。

しかし、矛盾・パラドックス、そして対照があるから、合気道は面白く、魅力があるともいえる。若い頃は、絶対というものを探していた。絶対というものがあるならば、それを基準にして生きていけばよいからである。もちろん、そのような絶対を見つけることはできなかった。合気道をやっているうちに、それが少しずつわかってきた。そして、同時に、絶対でないものは、すべて相対的であることもわかってきた。そして、相反するもの、陰陽、裏表が一つになっているのが、自然であることもわかってきた。

合気道の矛盾・パラドックスについては、以前にも何度か書いた。例えば、技は力に頼るものではないが、力は養成しなければならない、相手を倒すのではなく、相手が倒れなければならない、等である。

このパラドックスは正しいし、その両方を満たさなければならない。力に頼るだけでは駄目だし、力がないのも駄目である。相手を倒そうとするのも駄目だし、相手が倒れないのも駄目なのである。

このパラドックスは何度も書いたので、これぐらいにして、次の、合気道は対照である、つまり対照を追及しなければならない、ということについて考えてみたいと思う。

思いつくまま順不同で、合気道での対照をあげると、

- 。宇宙と自分の体：合気道は、宇宙との一体化を目標とするという通り、対象は宇宙であり、修業の対象は自己から、稽古相手、山川草木、天地、宇宙へと、マクロ化していく。一方、自己の体全体から手足、骨格や筋肉、手首とか肩とかの部位、血管、細胞などなどへと、ミクロ化もする。このマクロとミクロのバランスが大事であり、また、この対照の幅があればあるほど、その分野の会得が大きいことになる。従って、宇宙のわかる程度に自分の体ができるものであるし、自分の体ができる程度に宇宙も分かる、ということになるう。
- 。マクロとミクロ：上記に関連して、最大のマクロである宇宙の愛が分かってくると、ミクロの人間、鳥獣魚虫に対する愛もわかってくる。つまり、万有万物

は一家族であり、各自使命をもって、生成化育のために努めていることが分かってくる。

- 統合と分解：体は頭のとっぺんから足の先まで、各部位が各々働くように鍛えなければならない。しかし、技を遣う際は、それを統合して、ばらばらにならないように遣わなければならない。技が効かないのは、その逆をやっているからでもある。
- 今現在と過去・未来：今現在を一所懸命に生きなければならないし、稽古もそうでなければならないが、今現在が未来につながり、過去ともつながっていないなければならない。未来にも過去にもつながらないものは、あまり意味がないはずだ。そもそも、「今」という時はない。「今」といったとたんに既に過去になっているし、また未来に突入しているわけなので、われわれは過去現在未来に生きていることになる。まさしく対照がひとつになっているわけである。
- 理論と実践：合気道では、理論と実践が一つの対照となる。どちらか片方だけでは駄目である。やったことは説明でき、言ったことは技で示せなくてはならない。
- 現世と別世界：合気道では顕界と幽界・神界というが、日常の顕界で稽古をするのではなく、別世界である幽界・神界で稽古しなければならない。日常の事を道場に持ちこんで稽古したのでは、別世界の稽古ができず、物資文明である魄の稽古を抜け出せない。
- 遅速：技の錬磨で技をかける際には、自分の標準の速度よりどんどん遅い動きで技をかけていくと、不思議なことにどんどん速く動けるようになる。この遅速も対照で、バランスが取れていることがわかりやすい。
- 分かってくると、分からないことが分かってくる：合気道を始めた頃から、少し前までは、合気道やその他のことも分かっているつもりでいた。だが、合気道を続けて、合気道のことが多少解ってくると、合気道の事も世の中のこともほとんど分かっていたことが分かってくる。分かっていたことが分かって、そこから少しでも分かるようになるのである。

合気道は、パラドックスが存在すること、対照があって、正反対の両サイドを身につけていかなければならないこと、を教えてくれるのである。このような教えは、他にはないだろう。

---

## 【第434回】 合気道は形はない

「合気の稽古はその主なものは、気形の稽古と鍛錬法である」といわれている。気形とは、我々のレベルでは、正面打ち一教、片手取り四方投げ等と考えればよいだろう。鍛錬法とは、呼吸力を養成する稽古である。

しかしながら、開祖は「合気道は形はない。すべて形にとらわれてはいけない。それは微妙な働きができなくなるからである」ともいわれている。この「合気道は形はない」という言葉があるためかどうか分からないが、合気道の技の稽古は非常に自由であるといえよう。他の居合道、杖道、空手などの武道や日本舞踊などでは、形に大変厳しいようだ。

しかし、この「合気道は形はない」は、形、気形の稽古は自由に、自分勝手にやってもよい、ということではないと考える。

まず、開祖は「合気道は形はなく、すべて魂の学びである」といわれる。つまり、合気道は魂の稽古にならなければならないのである。しかし、はじめから目に見えない魂の稽古などできないので、目に見える魄の稽古である形の稽古をしなければならないのである。そして、「魂が魄をつかうよう、魂が魄の上にならなければならない」のである。

形にとどまっていたは、だめなのである。その先に進まなければならないのである。開祖は「合気道は形のない世界で和合しなければだめです。形を出してからでは遅いのです。吐く息の中に自分自身がいますのです」ともいわれている。

合気道の理想は、技をかける前に、相手と和合しなければならないのである。これが、合気道は形ではない、形がないということだろう。

合気道は技の錬磨を通して精進していく、ともいわれている。そして、その錬磨する技は宇宙の営みを形にしたものである、といわれる。合気道の技には、法則がある。例えば、結ばなければならない、陰陽の交流と変化、十字による円とその円の巡り合わせ、天地の呼吸に合う息づかいとイクムスビの息遣い、中心が末端を動かす、中心が動いて末端が動く、すべては生成化育のために働いている愛である、等等などである。

さらに、技の錬磨の技は気形の稽古を通してやるわけだから、形には法則がなくはないだろう。従って、形には法則があり、やるべきことはやらなければならないし、やってはならないことは避けなければならないことになるだろう。従って、技の稽古、気形の稽古では、形はある、といえよう。

ただ、この形に留まっていたはいけないのであるが、形がしっかり身につかなければ、形がない合気道には進めないのである。形がない合気道になるためには、形をしっかりと身につけなければならない。これも、合気道のパラドックスということになるだろう。

---

## 【第435回】 光ある妙技

開祖は「合気道は、光ある妙技をつくることである」といわれ、また「我々は五体のひびきから光と熱と力を生じさせるような稽古をしなければならない」ともいわれて、光、熱、力が重要であることを示されている。

この重要な光、熱、力の意味を考えるにあたっては、お日様は万有万物に光と熱と力と愛を与えている、ともいわれていることが、ヒントになると思う。

太陽の光は、光であるのは当たり前であるが、どんなに空が雲に覆われていても、誰でも光を感じることはできる。たとえ目をつぶっていても、光は感じるものだ。植物の芽も、光に向かって伸びていく。光とは、誰でも、何者でも、感謝するものである。

また、太陽は、熱を与えてくれる。真夏の直射日光を浴びるまでもなく、誰にでもわかることだろう。熱には、熱エネルギーだけではなく、温かみがある。どんなに曇ろうが、大雪が降ろうが、太陽があれば温かいものだ。

そして、太陽は力を与えてくれる。この力は、ポパイのほうれん草のように、筋肉をモリモリつける力ではない。この力は、生命力という力である。太陽を浴びれば、筋肉はつかないが、生命力が湧いてくるのである。

太陽はこのように光と熱と力を万有万物に、分け隔てなく平等に与える。これが、愛である。あいつは気に入らないからあげないとか、気に入ったから多くあげるとかいうのではなく、平等に、そして見返りなど考えずに、与え続けているのである。

光と熱と力を生ずるためには、開祖が「△○□の鍛錬により光と熱と力を生ず」といわれているのだから、△○□の鍛錬をしなければならない。△○□の鍛錬とは、「体を△に象り（かたどり）、○を中心に、気により△□の変化と気結び、生産びを身体に現わし、生み出しつつ気魂力を養成する」ことであるという。

光と熱と力、そして愛とは、一つを分解し、多面的に表現したものである。だから、光といってもよいだろうし、愛といってもよいのである。従って、先述の光ある妙技とは、熱もあり、力もあり、そして愛も備えた技、ということになる。

この光（熱・力・愛）のある妙技をつくるために、開祖は「自己を知り、大宇宙の真相に学び、そして一元の本を忘れないで、理性を溶解し、法を知ることである」（『合気真髓』）といわれている。

まずは、これらを学び、知っていくことである。そうすれば、光輝く、温かみのある、生命力のある、そして愛のある技、つまり、光のある妙技がつかえるようになるはずである。

---

## 【第436回】 幽界への稽古

「合気道は形はない。形はなく、すべて魂いの学びである」と、開祖はいわれている。しかし、形がないから、好きに適当にやってよいということではない。ここでいわれている真意は、自由自在に技がでるように魂を錬磨していかなければならない、ということであると思う。

だが、合気道を武道として、つまり、相手を納得させるような技を自由自在につかう、などということは容易ではない。だから、我々合気道人は四苦八苦する訳である。長年稽古を続けていると、形のないものを学ぶためには、まず形、つまり、目に見えるものを通して学ばなければならず、また目に見える結果の形を出さなければならない、ということがわかってくる。

始めは、頑丈な体で多少強く長く投げられても耐えられるような体をつくり、そして、それに柔軟性を加え、相手をくっつける引力性のある体をつくっていくのである。

このような体をつくることによって、我慢強い精神力や向上心、探究心という精神力、心が鍛錬される。心身が鍛えられてくると、今度は呼吸力がどんどんつくようになるし、宇宙の法則を身につけるようになる。

この辺までは、自分でも見えるし、稽古相手や周りからも見えるから、魄の稽古ということになる。だが、合気道はこの魄を土台にして、魂の稽古に入らなければならない。魂の世界とは、見えない世界である。

合気道では、世界には顕幽神の三界があり、顕界はこの世の世界、幽界は仏教の世界、神界は魂の世界であるという。水の世界にも、そして合気道にも、三界はあるといわれる。また、「合気道とは、過去一現在一未来は宇宙生命の変化の道筋で、すべて自己の体内にある。これらをすみ清めつつ顕幽神三界と和合して守り、行っていくものが合気道であります」とあるのである。

これまでの稽古である魄の見える顕界から、次の見えない世界の稽古へと転入しなければならないことになる。神界は魂の世界であり、見えない世界であるが、顕界から直接入りこむのは、我々凡人には難しいというか、不可能といってもよいだろう

う。

だから、まず幽界から入るしかないと考える。幽界とは仏教、つまり仏の世界であるので、人間が関われる世界だからである。

幽界があるのか、そして、幽界に入れるのか、と疑問を持てばそれまでだが、開祖は「顕幽神三界も、また我々の稽古の腹中に胎蔵しております」と保障してくださっている。

また、「自己の立て直しができて、和合の精神ができたならば、みな顕幽神三界に和合、ことごとく八百万の神こぞってきて協力するはずになっております」とまでいわれているのである。あとは、幽界のあることを信じ、それを見つけ出すだけだし、技に出せるようにするだけである。

幽界とはどういう世界なのか、教えてくれる典型的なものに「お能」の舞台がある。顕界に生きている人が、幽界に生きるのである。舞う人の所作の速度や拍子は超スロー、しかし、心は自由自在。しかも心の深いところで交流し、顕界の言葉よりも感動を与えられる。お能は、魄が後ろに控え、心が前に出るものである。

お能を観ている人は、顕界を離れ幽界に入りたいと意識、無意識で感じて、観に来るのだと思う。だから、観ている人の多くは、幽界の眠りに入っていくのである。現代劇の魄をテーマにした舞台を見て、寝入ってしまう観客は稀であろう。

歌舞伎でもお能に近い出し物もあるし、オーケストラの演奏や弦楽四重奏などでも、演奏家も観客も顕界を離れたくて、演奏したり聞きにきたりするのであろう。おそらく、すべての優れた芸能や絵画などは、幽界に入っていると思われる。まして合気道において、である。合気道も顕界の稽古をしっかりとしたら、さらに幽界への稽古に入るべきだろう。

---

## 【第437回】 肉体は黄金の釜

最近、ますます自分の体の摩訶不思議を考えさせられる。手をじっと見たり、顔を鏡でしげしげと見てみると、人智を離れた創作物であり、無駄もなく、欠けているところもないのである。

目玉は三つや一つではなく、二つであるのがちょうどよい。三つの目は想像するしかないが、モノが見えすぎて目に頼ってしまう事になるのではないかと考え。一つ目では遠近感や距離感が見えにくいので、目は二つ必要であろう。指が五本あるの



も便利である。これが多くても少なくても、指とつながっている体のつくりや機能は大きく変わってしまうだろう。

目はモノを見る役割を持っているし、手の指にも各々の役割があるようなので、各指を大切に扱い、その機能を充分果たせるようにしなければならない。目と指だけでなく、足でも胸、肩、腰、胴、首、頭でも、じっくり見ると摩訶不思議である。なぜこんな形をしているのか、なに者が創ったのか、何のために創ったのか等々、科学が進んだといわれるが、誰も答えていないのである。だから、摩訶不思議なのである。

これら肉体の摩訶不思議に答を出してくれるのは、肉体自身であろう。これまで万能といわれている科学的手法では、この解決はできないと思う。肉体を切り刻んで顕微鏡で見ても、科学物質を組み合わせても、解決はできないだろう。少なくともわれわれ科学に疎い者にとっては、科学的手法で摩訶不思議の答を出すのは不可能である。

我々合気道同人も、これらの摩訶不思議の答えを知りたいと思い、そのためにも稽古しているわけである。合気道の教えを実験し、再現しようとしているのである。

教えによれば、人間の肉体も宇宙の意思で創られたものであり、宇宙の意思の凝縮であるという。地上天国、宇宙楽園を建設するために、万有万物は使命を持たされて、創造され、生成化育を繰り返している、というのである。

宇宙の意思でできている肉体は、宇宙の凝縮であり、小宇宙であるから、宇宙が創られた十字でできているのである。手足や首、腰など、関節同士が十字で機能するのは、宇宙創造であり、生成化育のためだという。

それは、技の錬磨で精進する合気道の稽古で、肉体をつかっていくとわかってくる。宇宙の法則に則った技を身につけた肉体を持つことによって、わかってくるのである。つまり、肉体は宇宙の理合いで創られていくのである。

宇宙の理合いの肉体ができると、宇宙の意思が分かってくるようになるだろう。なぜ肉体には五体があって、指は各5本なのか、関節同士が十字に動くのか、等々である。

宇宙の意思がわかってくるということは、宇宙の魂、宇宙を創造された大本の一元の大神様とつながることになるだろう。そうすれば、その大神様の意思がわかるはずである。その時は、摩訶不思議な疑問に答えてくれるのではないかと思う。

摩訶不思議の答えを求めるなら、合気道の稽古を通して、己の肉体に聴くことであ

る。開祖は「この肉体は黄金の釜であります」といわれている。肉体から、いろいろな摩訶不思議が生まれてくるはずである。

十字に機能する肉体を、十字の息で陰陽につかえば、技が生み出される。合気道の技は、宇宙生成化育を阻害するものを取り除く武である。宇宙の意思に則っているわけだから、宇宙の応援が得られるはずである。まさしく黄金の釜なのである。

---

## 【第438回】 人が主体

昔がよかったというわけではないが、よいものがどんどん失われているように思えるし、それは確かだろう。古い映画や絵や写真、小説、和歌や俳句などには、今こうであればよいのに、と思ってしまうものが多く見られる。

確かに、現代の日本は豊かになったし、便利にもなった。経済大国とか科学立地国などといわれているくらいだ。我々の子供の頃とは違って、おいしいものを腹いっぱい食べることもできるようになった。ふつうの人でも自家用車も持てるし、飛行機にも乗れるようになった。考えられる限りの電化製品もあるし、電気も思う存分使える。科学技術の発達で、以前より快適な生活ができるようになったわけである。

しかし、物事はよい面だけではなく、その裏側の負の面がある。

最近、20世紀を代表する哲学者ハイデガー研究の第一人者といわれる木田元（きだげん）さんが亡くなられたことが、新聞各紙、テレビで報道された。それまで存じ上げなかったが、偉い人がいたのだと知ったわけである。人の功績などというものは、死んでからわかるものだと、改めてわかった。

朝日新聞の「天声人語」によると、彼は科学技術の肥大化に以前から警鐘を鳴らしていたという。技術を制御できると考えるのは人間の「倨傲（きょごう）」（＝思い上がり）であり、技術は人間の思惑を超えて自己運動していくから、畏敬しながら警戒せよ、と警鐘をならしていたという。また、彼は福島原発事故を嘆き、人間の方が技術の部品と化して、ただ酷使されている、と告発しているという。

人間の方が技術の部品と化し、技術に酷使されているのは、原発だけではないだろう。その典型的なものに、携帯電話やスマートフォンがある。常に上司や仕事関係者、親、友人・知人などにつながっているが、これはいつも相手が隣にいるようなものであり、また、衛星ともつながっているので、GPSで自分の居場所まで監視されているのである。また、多くの人、それがないと生きていけないように、部品化されているように見える。

人は誰でもより快適に生きたいと願っているが、主体は技術にあるべきではない。技術はある程度は人を幸せにしてくれるが、それが肥大化すると、福島原発事故やスマホのように人を隷属させるようになり、人間を不幸にしてしまう。技術はこれからもどんどん発達し、新しいもの、便利なものができるだろうが、技術は創るだけでなく、肥大化した場合でも、人が制御できるようにも考えて欲しいものである。

科学技術が発展し、便利な世の中にはなったけれど、戦争や犯罪は絶えないし、人もそれほど満足してはいるのではないだろうか。それは、古い映画や写真と、今の人の顔を比較すれば、一目瞭然である。

現在の人たちが快適になったと思っているのは、周りが変わったからに過ぎず、自分が変わったわけではないのである。モノ（魄）が増えたり変わったりしても、心（魂）の満足がなければ、快適には生きられないだろう。快適とは、心が己に満足して生きることであると思う。

己に満足するとは、合気道的に言えば、自己を知り、己の使命を果たしていくことである。自己を知るということは、宇宙を知ることでもある。人は国が違い、地域が異なっても、また、時代が違っても、みんな家族であり、各々使命を持って生きている。その使命の目的は、地球楽園建設、宇宙天国建設であり、万有万物は128億年のビッグバンのポチにつながっているのである。

宇宙が目指している目標を達成するために、人は使命を持っているわけだが、その使命を果たすためには、主体的に生きなければならない。合気道では、宇宙の中心に立って仕事をしなければならないといわれている。そのため、宇宙の中心で仕事をするように、技の錬磨をしている。すなわち、自分が中心となって、相手が動くようにするのである。

初心者にはこれが難しくて、相手の周りをまわってしまいがちである。これはまさに、人が技術の部品と化し、技術に隷属してしまっていることと同じになるだろう。

中心に立つ稽古をし、人が主体であることを身につけ、人が技術の部品にならないように世の中に伝えていくのが、合気道家の使命であると考える。

開祖は「（合気の）道は靈武と実相武に分けられる」といわれている。つまり、合気道は靈武と実相武の要素で構成されているのである。これを簡単にいえば、精神的な面（和合、統一、生成化育、愛）と武術的な面（攻撃や防御術）である、と考える。魂の武と魄の武、ともいえるだろう。

「靈武には精神の心と精神の体がつくられ」とあるので、靈武によって、宇宙の意思（魂）に従った心と体がつくられる、ということになるだろう。

さらに、「そしてますます（靈武）を」内的に修業すれば、澄みきりし八光の珠を得ることが出来る」ともいわれている。靈武を精神的にどんどん深めて稽古していくと、八光の珠を得ることができるのである。

「靈は光を放つものである」といわれるのだから、光を放つようになれば、靈武を内的に修業したことになるだろう。つまり、「八光の珠を得る」とは、光を放つということだろう。

次に、もう一つの実相武であるが、「実相武は武魂より生まれ、珠の延長は劍、兵法となる」とある。実相武は戦いや勝負魂から生まれ、体術だけにとどまらず、劍などの得物や兵法の戦術にも及ぶという、幅広く実践的である。さらに、実相武でも八光の珠を得ることができる、ということであろう。

では、この八光の珠とはどういうものなのか、どうすればそれを知覚できるか、ということになる。

開祖は「初心者は八光の珠にあうときは、心眼が塞がり、力が弱って、この珠を見極むことは困難である」といわれているから、逆説的に解釈すると、「心眼が塞がり、力が弱って、この珠を見極むことは困難」になったとき、我々初心者は八光の珠を見ていたことになるわけである。

そうだとすれば、開祖に接した多くの門弟は、八光の珠を見ていたはずである。ありがたいことに、私自身も見ただことになる。当時、開祖が道場にお見えになり、氣が入ると、開祖の顔を見ることができなくなり、力が抜けてしまうのである。特に、我々が道に外れたことをやって、お説教され、叱られる時などは、八光の珠の光も強かったのだろう。顔を上げて、開祖の顔や八光の珠を見ることなど、だれもできなかった。今考えると、残念なことであった。

合気道には、靈武と実相武の両面があり、その両方を修業していかなければならないだろう。つまり、靈武と実相武が合一するようにならないといけないのである。開祖は「ついには靈武、実相武と合一する時が来るものである」と保障されている。

霊武、実相武と合一するということは、霊武、実相武が表裏一体となり、一つになってしまうことであろう。つまり、霊武でやっても実相武の威力を備え、実相武でやっても霊武の精神性を備えている、ということになるだろう。

霊武も実相武も、共に飽くことなく内的に修業し、そして、それが合一するように修業していかなければならない。

引用文献 「天地の真象を無駄に見過ごすな」 『合気神髄』（合気道開祖・植芝盛平語録 八幡書店）

---

## 【第440回】 合気は変わっていくのが本義

合気道を始めた頃、道場では大先生（開祖を当時はこちら呼びしていた）からよくお話をいろいろと伺ったものだ。だが、お話のほとんどは理解することができなかった。たとえ理解できるようなお話であっても、我々の通常の考えや判断基準とは大きく違っているのである。というより、まるで正反対のことも多くて、頭が混乱するだけのことも多かった。

入門してよく理解できた大先生のお話は、「合気道は真善美の探究である」「合気道は気育、知育、徳育、常識の涵養」であった。後に、これに体育が加わるが、ちょうど「人生とは何か」という問いに対する答えを一生懸命に求めている時期だったので、この言葉を聴いて、これが生きるということだろう、という確信が持てたのである。

さらにまた、合気道とは人生の凝縮版ということである、などとも考えた。つまり、合気道をしっかり修業することは、自分の人生を全うすることである、と思ったのである。

大先生のお話の中で、言葉は理解できても、意味するところが解らなかったものの一つに、「合気道の技は、年ごと、日々変わっていくものであり、変わらなければならない」という言葉があった。

その言葉は、『合気真髄』で見ることができる。

- 。「合気道は、周知のごとく年ごとに、ことごとく技が変わっていくのが本義である」（『合気真髄』「形はなく、すべて魂の学び」）

- 。「合気は日々、新しく天の運化とともに古き衣を脱ぎかえ、成長達成向上を続け、研修している」 （『合気真髓』「天地人和合の理を悟」）

武道などの習い事は、先人の残した技や形をできるだけ正確に再現、真似、継承する、つまり、古（いにしえ）を稽（みる）、ということである。だが、合気道及び合気道の技はそうではなくて、日々、年ごとに変わっていかなければならない、というのである。

当時の旧道場では、我々が稽古している時に、大先生がよく道場に突然入られて、技を示されたり、お話を始められた。その時には、今日の自分は昨日とは違う、とよくいっておられた。しかし、我々にはどこがどのように変わったのか、全然わからなかったものである。

あれから50年もたって、大先生がいわれた「合気は変わっていくのが本義」ということが、やっと少しわかりかけてきた。なるほどと思うと同時に、確かに変わっていかなければならない、と思うようになった。

合気道は技の錬磨で精進していくが、その錬磨する技は、宇宙の営みを形にしたものであり、また、宇宙の法則に則ったものである。合気道の修業は、技の錬磨を通して、この宇宙の法則を見つけ、身につけて、技に取り入れていくことである、と考える。

宇宙の法則は無限にあるはずである。それをひとつずつ身につけていくとしたら、己の技は変わっていき、少しずつ宇宙に近づくことになるはずだ。これが合気は変わっていくということであり、変わらなければならないということではないだろうか。

さらに、宇宙そのものも変わっている。宇宙は超高速で膨張を続けているのである。宇宙が変わっていつているわけだから、宇宙の営みも、その法則も、変わっていることになる。つまり、変わることが宇宙の意思であり、自然である、ということになるはずだ。

変わるということを人で考えてみると、人も原則的にみんな変わろうとしているといえるだろう。少しでもよくなろうと勉強したり、仕事をする。よりすばらしい絵を描こう、よい歌をつくろうと努力する。少しでも人類に役立とうとがんばる。よりよいものは、人に評価される、等々。

人が落ち込んだり、自分に満足できなかったり、退屈だと悩んだり、生きる意欲を失う最大の原因は、自分が変化していつてないことにあるのではないだろうか。変化の大事さに気がつかなかったり、変化する可能性が見えなかったりして、変化できないでいると、無意識のうちに生きる張り合いを失い、場合によっては、自暴自

棄になって、世間をお騒がせすることになるかもしれない。

まずは、合気道で、技が年ごとにどんどん変わるように、稽古していきたいものである。そして、それを基に、日常生活でも日々、古い衣を脱ぎ捨てて、自分が変わっていくようにしなければならないだろう。

---

## 【第441回】 技には形（かたち）がある。形（かたち）をつくる法則がある。

合気道には形はない。だが、以前にも書いたように、合気道には形がないが、合気道の技に形がないのではないと考える。なぜなら、合気道の技は宇宙の営みを形にしたものであり、宇宙の法則に則っているからである。技を形に現わすと、△○□になるともいわれている。

実際、形がなかったり、形がしっかりしていないと、技にはならない。それをつくづく思い知らされるのは、基本中の基本の形（かた）である正面打ち一教である。例えば、進める足の形、打ってくる相手の手をおさえる左右の手の形（手の位置、角度）、攻撃してくる受けの相手の後ろ足に重心がかかるようにする形、撞木の足と三角でおさえる形、受けの相手と己との十字の形、相手の手首を取る際の小指を引っかける形、最後の収めの形、そして相手から離れる形（動作）、などポイントになる形があるのである。実際には、正面打ち一教とはこのような形がびっしり集まったものであり、さらに無限の形があるだろう。

これらの形を身につけなければならないが、そう簡単には身につかないものである。それは、形をつくる法則があり、その法則でやらなければならないからである。

法則とは、誰がやっても同じ結果がでるもので、それをやれば形ができるものであり、また、それをやらなければ形にならないものである、と考える。

形をつくる法則としては、正面打ち一教で見ると、例えば、相手の中心にまっすぐ進む、体から入る、手足を陰陽につかう、手は十字に円くつかう、息も縦横十字につかう、等がある。形が無限にあるわけだから、形をつくる法則も無限にあることになるだろう。（注：「形（かたち）をつくる法則」については、後日、もう少し詳しく研究するつもりである）

技には形があると信じるためには、技には形があるということを教えてくれる最高の技を観るのがよいだろう。そして、その見た技をイメージして、それに近づくよ

うに稽古していくのである。技の一連をイメージするだけでなく、要所々々の形もイメージし、その形を身につけていくのである。もちろん、その形は容易には身につかないだろうから、その形をつくる法則を見つけ、そして身につけていかなければならないことになる。

技の形も1年や2年で身につくものではないが、いつかはできると自分を信じて精進するしかないだろう。その内に、他の形同様、その技の形を意識せずに、無意識でできるようになるはずだ。

そうなれば、技にも形がなくなることになろう。天国にいる天使達は、自分たちが天国にいることを知らないように、技の形を身につけてしまえば、もはや技に形がないというようになるのだろう。

開祖はこの境地におられて、合気道には形はない、といわれたのではないか、と考える。

まずは、形をつくる法則を見つけ、身につけ、そして技の要所々々の形を身につけていくべきだろう。

---

## 【第442回】 形（かたち）をつくる法則

前回の第441回は、「技には形（かたち）がある。形（かたち）をつくる法則がある。」という題で書いたが、今回はその後半部の「形（かたち）をつくる法則」を、もう少し掘り下げて研究してみたいと思う。

誰でも美しい形、安定した形というものには憧れ、できれば自分もそうなりたいと思うだろう。合気道の技の形の稽古でも、そのイメージに近づこうとして稽古していると思う。イメージを与えてくれるのは、先生であったり、先輩であったり、または同輩や後輩であるかもしれない。

しかし、形だけを真似しても、その形にはならないものである。形をつくる法則を見つけ、身につけなければならない。

いつも書いているように、私の理想の形のイメージは有川師範である。この先生の形を身につけようとしている訳である。これまでも一生懸命に先生の形を身につけようとしてきたが、まだまだほど遠い。どのようにすれば先生の形をつくれるか、これまでも悩み続けたものである。特に正面打ち一教は、先生の形と自分の形に雲泥の差があるとともに、自分としては合気道の技をやっているという実感が湧かな



かった。

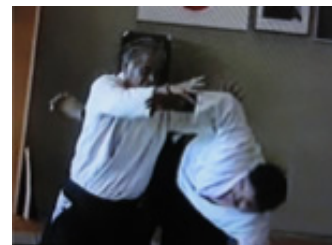
有川先生の最晩年の4年間、有川師範の時間の稽古記録をつけていた。それを見返してみると、先生からその形の法則をいろいろ教えて頂いたことがよく分かる。正面打ち一教ができなかったのは、形をつくる法則をやってなかったからであった。

有川先生には、他の技の形（四方投げ、入身投げ等）でも、形をつくるための法則を教えて頂いたが、ここでは先生に教わった正面打ち一教での形をつくる法則を書き出してみよう。ビデオや写真もいくつか撮らせて頂いたので、その法則に合っていそうな写真も紹介する。

### <形をつくるための法則>



- 中心をつくこと
- いつでも相手を突いたり、打てるように動く
- 殺す点をつなげると動きの軌跡が描かれる
- 体から入る。手から入らない。
- 受けては駄目で、お迎えに行く
- 体を反転々々する
- もう半歩進む。下に座り込むようにして抑える。
- 相手の中心を常に抑えて、いつでもどこでも打ったり、突いたり、また、蹴ることができるようにする
- 手先は小指に力を入れる
- 正面を突き、他方の手で相手の脇腹を突くように歩を進め、気をぶつける
- 居つかない
- 足はまっすぐ進め、手は円くつかう
- 四角をつくって、ダイヤの角にして、崩して倒す



等々

有川先生のこの正面打ち一教の形をすばらしいと思うのは、私だけではないだろう。それは、美である。美とは無駄がないことであり、それはすなわち自然であることでもある。

美には真があり、善があるから、人を魅了し、納得させるのである。この真善美を、合気道は追及しているはずである。もちろん合気道は武道であるから、武道的な要素もなければならないだろう。有川先生の美には、それも十二分に感じられるのである。

美しくなければ、合気道ではない。真善美の形をつくるために、法則を身につけて、稽古していくしかない、ということだろう。

---

## 【第443回】 宇宙の条理を形にする

開祖の言葉として「合気は、その昔、宇宙の始まりから宇宙全体の条理で働いている」（『合気神髄』）とか、「合気道は、万有万真の条理を明示するところの神示であらねばならない」（『武産合気』）ということがいわれている。

さらに、合気道の技は宇宙の条理を形にしたものである、ということである。宇宙の条理とは、宇宙の営みであり、宇宙の法則であると考ええる。そこで、その宇宙の営みや条理や法則を、合気道の技でどのように形にしていけばよいのか、を研究しなければならないことになる。

宇宙の条理・営み・法則は、無限にあるはずである。宇宙の「宇」とは空間、「宙」は時間であるから、宇宙の空間的な条理だけでなく、時間的な条理もあるのである。

そこで、今回は「宇宙万有の根源における宇宙の営み」に的をしぼり、合気道の技でどのような形にできるか、研究してみたいと思う。

1. 上記の聖典には、「大虚空にある時、ポチ（・）一つ忽然と現れる」とある。宇宙万有の根源の現れである。  
これは、合気道の相对稽古では、宇宙万有の根源の現れとして道場に立ち、相手の前に進む、ということになるだろう。
2. 次に、「そこで、はじめて湯気、煙、霧よりも微細なる神明の気を放射して円形の圏を描き、ポチを包みて、はじめて『ス』の言霊が生まれた。これが宇宙の最初、霊界の初め」とある。  
つまり、己を宇宙エネルギー（神明の気）が包み込み、波動、「ス」の言霊が生まれるようにならないといけないことになる。俗界の顕界から離れ、別世界に入らなければならない。
3. 「そこで宇宙は、自然と呼吸を始めた。そして、常在（すみきり）、すみきら

いつつ、すなわち一杯に呼吸しつつ生長していく。ゆくに従って声が出たのである。言霊が始まったのである。その言霊が「ス」であります」とある。宇宙となった己から言霊「ス」が発せられるようになる。精神と肉体の生成化育のための統一である。

4. 「スが成長してス、ス、ス、すなわち上下左右のス声（十字）となり、丸く円形に大きく結ばれていって呼吸をはじめるのである」。

このスの言霊が、上下の縦の呼吸（天地の呼吸・腹式呼吸）と、左右の横の呼吸（満干の呼吸・胸式呼吸）に成長し、そして縦と横の呼吸が結ばれ、丸い円形の呼吸になる。天地、宇宙の呼吸との一体化である。

5. 「ス声が生長して、スーとウ声に変わってウ声生まれる。絶え間ないスの働きによってウの言霊が生じる」

片手取り呼吸法の場合、天地の呼吸が整ったなら、ここで手を出して相手につかませることになる。つまり、ここから宇宙の条理を体での形にしていくことになるだろう。

6. 「ウは霊魂のもと物質のもとであります。言霊が二つに分かれて働きかける」  
相手につかませた手には、霊魂のもとと物質のものと、二つのエネルギーがあることになる。初心者がこの呼吸法がうまくできない最大の問題は、ここにある。つまり、物質のもとである魄の力を先行させ、そして、頼ってしまうことである。この誤ったつかい方は、伊邪那岐命と伊邪那美命の話にあるように、物質のもと（伊邪那美命）から先に動いてしまうとヒルコ（不完全）が生まれてしまうという教えにもある。霊魂のもと（伊邪那岐命）から動かなければならないのである。

稽古では、まず、心（気持ち）で技をかけ、体はその気持ちに従うようにしなければならない。魄力、腕力のある相手を制するのは、このようにやるしかないはずである。

7. 「ウの御霊は両方をそなえている。一つは上に巡ってア声生まれ、下に大地に降ってオの言霊生まれる。上にア声、下にオ声と対照で気を結び、そこに引力が発生するのである」。

つまり、ウの言霊は霊魂のもとと物質のものと働きのほかに、上に巡る言霊と下の大地に降る言霊の働きがある。そして、上に巡る言霊と下の大地に降る言霊の働きによって、引力が発生するようになる、というのである。

ウ声によって、相手につかませた手を心で動かすと、相手の心を動かし、相手の心が相手の体を動かすことになる。

ウ声が成長すると、上に巡るア声生まれ、相手が上に導かれる。この時、体重は地に落ちる。これがオ声生まれることである、と考える。これに合わせて、心と体をつかっていくと、引力のある技がつかえることになる、ということだろう。もちろん、実際の稽古では、ウ声はともかく、ア声とオ声を実際に発するのは難しいだろうから、無声の発声ということになるだろう。

今回は、「片手取り呼吸法」で、宇宙の条理を形にしてみた。これは「座技呼吸法」などの呼吸法にも確実に適用できるだろうし、おそらく合気道の基本技には通用するのではないだろうか。

以上で、宇宙の条理のうち、宇宙万有の根源における宇宙の営みを、合気道の技でどのような形にできるか、研究してみたのだが、前述のように、宇宙の条理は無限にある。他の宇宙の条理をどのように形にしていけばよいのか、さらに研究しなければならないだろう。

---

## 【第444回】 時間も空間もない

人は100年前後生きて、死んでいく。誰もが、いずれ死んでいくことを知っている。しかし、人は、どうせ死ぬからといって、自暴自棄にもならず、一層懸命に生きている。よく考えてみると、不思議である。

人が一生懸命に生きるのは、一つには、それが目的であれ、結果としてであれ、自分が死んだ後に何かを残すことだろう。例えば、会社や財産・遺産、作品や思想等々を残すことである。子孫を残す、後進を育てる、などもそうである。もちろん、名を残すこともそうであろう。

二つ目は、人は無意識のうちでは、過去や死後の未来の時間にも生きているので、死ぬ事を心配するほど気にしてないのではないかと思われる。

われわれ凡人は、明確に意識するのは難しいことであろう。だが、例えば合気道の植芝盛平開祖は、確実に時間も空間も超越していることを、確信して生きておられた。現在を生きることが、過去、そして未来にも生きるということであるから、今の一瞬々々を一所懸命に生きることが、未来を生きることにもなるので、大事である、ということになる。

開祖は、「合気道には時間も空間もない。日本の神代からの歴史は悉く自己一身のつとめの中にあるのです」（『武産合気』）といわれている。また、「植芝の武産合気は、この木刀一振りにも宇宙の精妙を悉く吸収するのです。この一剣に過去も現在も未来もすべて吸収されてしまうのです。宇宙も吸収されているのです。時間空間がないのです。億万劫の昔より発生した生命が、この一剣に生々と生きているのです。古代に生きていた私も生きていれば、現在の私もいる。永遠の生命が脈々と躍動しているのです」（『武産合気』）ともある。

このような時間も空間も超越した生き方を、人はやろう、やりたいと思い、やって

きたはずである。

合気道だけではなく、例えば、モネ、ルノアール、ピカソ等の絵、葛飾北斎、写楽の版画、モーツァルト、ベートーベン、バッハの曲、運慶、快慶、左甚五郎の蔵彫刻、弘法大師、王羲之の書等なども、時間と空間を超越している、といえるだろう。なぜならば、人類の歴史が続く限り、未来永劫、いつでも、どの地域でも、評価されるはずのものだからである。勿論、彼らは過去の先人の知恵や知識、遺産などを受け継いでいるわけだから、過去にも生きていることになる。つまり、時間と空間を超越したものをつくられた人たちは、超時間・超空間に生きたことになるだろう。

合気道の本部道場3階の床の間に、開祖の文字で「合気道」という立派な掛け軸がかけられている。並みの書道家には決して書けない書である、と書家がいったと言われている書である。これこそが、先述の一剣に過去も現在も未来もすべてを吸収された開祖が書かれた、時間も空間もなく、永遠の生命が脈々と躍動している遺産なのである。

この「合気道」の書は、現在の人、合気道家、日本人だけでなく、どの国の人たちにも、また、未来の人たちにも、未来永遠に感動を与える、時間と空間を超越したものであるだろう。

われわれ合気道同人は、いつでもその掛け軸を拝見できるわけであるから、幸せである。この掛け軸を観て、時間と空間を超越した技を身につけ、古代にも未来永遠にも生きる己をつくっていききたいものである。

---

## 【第445回】 手と息の十字で相手を導く

合気道は相対で技を錬磨し合って精進していくものである。だが、技をかけても、なかなか思うようには受けの相手に効かないものである。

その最大の原因は、一教や四方投げなどの形で相手が倒れる、と思っていることにある。合気道の形を知らない素人ならいざ知らず、受けの相手も知っている形で倒そうとしても、相手に少しでもがんばられると、倒すことは難しい。相手にがんばられて、それでも倒そうとすると、合気道と違う手、例えば、柔道、空手、レスリングなどの手を遣わざるを得なくなるだろう。

技が効くためには、いろいろな条件や要因があると考える。まず、受けの相手に反抗心を起こさせないことである。多少、力がない相手でも、死に物狂いで攻撃され

たり、がんばられたりしたら、名人達人であっても手こずることになるだろう。

相手に反抗心を起こさせないためには、稽古前の自分の態度、すなわち、ふだんの自分の態度に気をつけることである。

それには、挨拶が大事である。かつて有川師範は、我々稽古人や学生が頭を下げて挨拶すると、必ず頭を軽く下げて、挨拶を返して下さった。先生ぐらいの方なら、大勢の稽古人にいちいち挨拶を返さなくてもよいのに、と思ったものだ。

そこで、ある時、先生に「なぜ、先生は我々のような者にも挨拶を返されるのですか」と聞いてみた。すると、先生がすかさず「敵をつくらないためだ」と答えられたのが、今でも印象に残っている。敵をつくらないため、相手に反抗心を起こさせないためには、まずは礼儀正しくしなければならないということであろう。

次に、技が効くための要因としては、相手と一つになる、すなわち一体化することである。受けの相手と接したところで、相手と結んでしまい、自分の一部にしてしまうのである。

この要因の必要性や、一体化の方法は、前にも紹介した。相手と一体化できなければ、己と相手はバラバラに動くことになるので、技が自分の思うようにならず、効かないことになる。相手と一体化するためには、天の浮橋に立つこと、等がある。難しいものだが、MUSTである。

三つ目の要因は、重心を浮き上がらせることである。相手の重心が下に降りていると、地に根をがっちりとし下ろしたように安定して重くなるので、相手を動かすことは難しい。

受けの重心を浮き上がらせるためには、相手の体の上から下へと流れる力を、下から上へ流れるようにしなければならない。それができるのは、気持と、息づかい、および腰と結んだ手の十字の働きにある、と考える。

相手に接するときには、息を少し吐きながら、例えば手を出す。これは、縦の息で、腹式呼吸である。受けの相手もここで息を吐いて、腹式呼吸の縦の息をするはずである。ここで、取りと受けの呼吸がぶつかり、そして、合致することになる。

次に、取りは胸式呼吸、横の息で、息を吸いながら、地面に対して垂直である手の平を、受けの相手に向くように手鏡で返していくと、相手も胸式呼吸の横の呼吸をするようになる。相手が胸式呼吸をすると同時に、受けの相手の重心が上がり、胸が開いて、脇が空き、浮き上がってくる。これは、座技呼吸法、片手取り呼吸法、入身投げ、あるいは天地投げなどで実感しやすい。

前述のように、こちらの息づかいは、受けの息づかいと合致するのである。こちらが、ウンウン言いながら、腹に力を込めた縦の腹式呼吸で技をかけようとすれば、相手も縦の腹式呼吸をすることになり、相手はますます地に張りついて動かなくなってしまう。

こちらの横の胸式呼吸で、相手を胸式呼吸に導き、相手の体と心を横に導くのである。体だけでなく心も導かなければならないのであり、むしろ、心の方を優先すべきだろう。相手の心が横に動くと、体がその心に従うからである。体がこちらを拒否しても、心は従うのである。

相手を胸式呼吸に導くと、相手の胸は開き、脇が空いて、重心が上がり、浮き上がってくる。相手の重量が無くなるのである。そうすると、相手は力を入れようという気持ちにならないようであり、また、力を入れようにも入らないのである。これが、合気道の技の錬磨の醍醐味である。

合気道の技は、相手を倒すものではない。相手が自ら喜んで倒れるものである。そのためには、受けの相手を正しく、つまり、宇宙の法則に則って導かなければならない。

技が効くための条件や要因は、まだまだあるだろうが、今回はここまでとする。

---

## 【第446回】    コンステレーションと合気道

「コンステレーション」という言葉がある。コンとはwith、ステラは星であり、つまり、星が集まっている星座のことであるが、「コンステレーション」はバラバラにあるものがすべてつながって、全体としてひとつにまとまることをいうようである。

この「コンステレーション」はユング心理学でよく使われる言葉である。「ユング心理学では、心の中の状況と外的に起こることがうまく合致して、全体として何か星座のようにまとまることをコンステレーションと呼んで、大切に考えている。」（河合隼雄）そうである。

「コンステレーション」とは、一見無関係に並んで配列しているようにしか見えないものが、ある時、全体的な意味を含んだものに見えてくることでもある、という。例えば、複雑極まりない人生模様も「コンステレーション」であるが、それに自分で気がつくことは難しい、というのである。

合気道では、人も星も含めて、万有万物がつながり合っており、その各々が使命を帯び、その使命を果たすべく生成化育をくりかえしている、といわれている。開祖は、星ひとつが欠けても駄目だといわれていたが、それはここでいう「コンステレーション」を乱すことになるから駄目だ、ということであると考える。

確かに合気道の技はひとつひとつばらばらで、関係ないようにも見えるが、全体はすべて星座のようにつながっており、「コンステレーション」である、ということがいえるのではないだろうか。

合気道は武道であるが、この「コンステレーション」を乱すものを取り除く使命を持つ、ということにもなるだろう。

「コンステレーション」というものを最も分かりやすく見せてくれるのは、図形であるという。その典型的なものが、曼荼羅（マンドラ）である。チベットの曼荼羅など、世界全体を一つの「コンステレーション」として読み取り、表現している。ここには、普遍的な人間共通の意味があるらしく、見る人の心の中で何かお話が出てくるという。

河合隼雄さんによれば、「コンステレーションというのは、一瞬のコンステレーションとしてぱっと見せられるんだけど、これを展開していくと物語になる。人間の心というものは、このコンステレーションを表現するときに物語ろうとする傾向を持っていることだと私は思います。」ということである。

モーツアルトは20分もかかるような自分の交響楽を一瞬に聞いたといわれている。この一瞬のコンステレーションが、物語（交響曲）になったということだろう。

これと同じようなことが、合気道開祖植芝盛平翁にもあったのである。「相手を投げる前の瞬間に相手の倒れる姿が見えた。その通りにやると見たと同じように相手は倒れた」ということを、開祖ご自身の口からお聞きしたし、書物にも残されている。まさしく、モーツアルトと同じようなコンステレーションが、開祖の場合は技になったわけである。

モーツアルトや合気道開祖まではいかないにせよ、われわれ凡人でも、これがコンステレーションだと気づくことができるようになれるだろうし、そうしたいものである。もっと手ごろな気づき方もあるであろうし、合気道の稽古を通して身につくはずである。

「コンステレーション」とは一種の示唆であり、「気付かせ」なのである、ともい



う。モーツアルトや合気道開祖のように、一瞬にすべてを見ることができなくとも、その一部でも見えればよいだろうと思う。

稽古に集中していると、これはマズイ、こうした方がよいとか、手の角度をもう少し変えろとか、気持ちの持ちよう、息のつかい方等、いろいろな声が聴こえてくることがある。これを、「気付かせ」といってもよいだろう。この声は心の中からのものであり、相手を納得させ、自分と相手を一体化するために発せられるものであると考える。

つまり、前述のように「心の中の状況と外的に起こることがうまく合致して、全体として何かが星座のようにまとまる」わけである。

これが拡大・進展していけば、さらに大きい星座になるだろうし、一瞬では一部しか見えなかったものが、だんだんと沢山みえるようになり、努力と才能、そして運がよければ、モーツアルトや開祖のように、一瞬ですべて見えるようになれるかも知れない。

合気道の修業の目標は、宇宙との一体化である。宇宙の営みを形にした技を錬磨し、身につけていき、宇宙に近づくのである。宇宙は大きな一つのシステムであり、その各々は他のものとつながっており、そして各自の使命を果たしていると教わっている。つまり、合気道は「コンステレーション」することである、ともいえるよう。

ユング心理学では、「コンステレーション」とは、何もしないということである、ともいわれている。何もいったりやったりしないのであるが、しかし、心は働かせるのだという。活動しないことで、「コンステレーション」するのである。

確かに、合気道でも言葉を発したり、手足をバタバタ動かす稽古では、「コンステレーション」にはならないだろう。心、つまり、魂でやらなければならない、ということになる。

つまり、「コンステレーション」は、合気道でいわれるように、時間的、空間的な次元を超越しているのである。河合隼雄さんは「だから、われわれ人生も、言ってみれば一瞬にしてすべてを持っている。例えば、私がいま話しているこの一瞬に、私の人生の過去も現在も全部入っているかもしれない。」といわれている。これは、合気道開祖がいわれた「わしの持っているこの剣には、過去現在未来がすべて入っている」ということと同じではないだろうか。

「コンステレーション」と合気道は、さらに研究する必要があるようだ。

## 【第447回】 病気をなくすのが合気の道

合気道はすばらしいものだ、と最近、真から思うようになった。以前から、すばらしいものだとは思っていたが、他にも同じようなすばらしいものがある内の一つぐらいに考えていた。今は、この世の根底的な問題、つまり穢れを禊ぐことができるのは、合気道をおいて他にない、という意味で、すばらしいと思うのである。

今の世界は、国際的紛争、地域闘争、国内闘争、宗教戦争、貧困問題、大水・津波・大風・地震災害、環境問題、貧富格差問題、食糧問題、エネルギー問題などなど、多くの問題があり、また、問題はどんどん増えているようにも思える。

それぞれの問題を解決しようと、多くの人たちが闘っているのだが、思うように解決できていない。どうすればよいのか分からないのが、現状であろう。

合気道的に言えば、これらの問題は、「魄」が表になっていることに起因する、とすることができるだろう。いわゆる物質文明、物質科学が表に出て、そして、人間がそれを追い求め、競争し、争い合っていることにあるのである。

ある程度の物の豊かさは必要であると思うし、それをめざして人類はここまで豊かな社会を作り上げてきたわけで、すばらしいことである。しかし、際限なくモノに頼り、モノを求めるのでは、人も社会も幸せにできない。これは上記の問題が教えてくれることである。

社会、世界の問題を解決するには、「魄」を裏に控えさせ、「魂」が表にでなければならない、ということになる。「魂」とは簡単に言えば、精神、心であろう。これまでの物質文明を、精神文明にするのである。モノに精神、心があるようにし、愛に満ちたモノにするのである。

合気道は、物質文明、物質科学から精神文明、精神科学になるべく、技の錬磨をし、禊をしているのである。これまでの腕力や体力に頼っていた「魄」の稽古から、精神や心である「魂」の稽古にしていくのである。そして、愛の武道にしていくのである。

開祖は「この世界から病気をなくすのが合気の道であります」（「合気神髄」）といわれている。病気とは、癌や風邪などの病気ではなく、気の病であり精神の病で

ある。物質、モノ、外見などの「魄」に惑わされ、心、精神、見えない「魂」を無視したり、軽視することになるだろう。

この病気の原因は、自我と私欲の念にしばられているからだという。従って、この自我と私欲の念を去れば、モノから自由になるのである。これを開祖は「世の中はすべて自我と私欲の念を去れば自由になるのであります」といわれている。

合気道の稽古でも、自我と私欲の念、例えば、自分の強さを誇ったり、金銭やモノや名声などを得ようとするのでは、魄の稽古から脱することができず、上達はないことになる。

精神が大事である。それは、精神が肉体を導き、動かすからである。それ故、精神に気の病を起こさせないよう、遊びにいつてしまわないようにしなければならない。それが合気道である、と開祖は次のようにいわれている。「精神は風波のごときものなのであります。精神に病気を起こさせず、精神が遊びにいつておるのを統一するのが合気であります」

従って、合気道の修業で己の病気をなくし、そして社会の病気をなくしていけば、精神文明が花開き、物質文明での問題もなくなり、すばらしい地上天国ができるのではないか、と考える。

引用文献 『合気神髄』八幡書店

---

## 【第448回】 もうひとつの十字道

合気道は宇宙の営みを形にした技を錬磨していくが、開祖は「天火水地の十字の交流によって生みだされる言霊の響きによって、宇宙万物が生成されたのであり、それに習うことが合気の道なのである」といわれている。

合気道は十字道ともいわれるように、技も円の動きの巡り合わせでできている。その円は縦と横の十字からなる円である。そのための体のつかい方や動きも十字になっているし、また、呼吸も縦と横の十字でつかわなければならない。

合気道が十字であるということは、以前から何回も書いてきたが、合気道には別の観点から見た十字もあるようなので、今回はそれを研究してみたいと思う。

十字というのは、縦と横の重なり合いであり、その縦と横の重なり部分が直角ということである。縦から横、そして横から縦に移る際に、90度ほど転換、変換する

ということである。それは、質が変わり、次元が変わることでもある。

この観点から合気道を見てみると、合気道が十字道であるという意味がさらに深まるだろう。

以前から書いているように、合気道の不思議さ面白さの一つは、異質のものが表裏一体になっているパラドックスであることで、それでこそ十字といえるのである、と考える。

思いつくままに、合気道の十字ということについて書いてみよう。

- 合気道でも、まずは体をつくらなければならない。体力、魄の養成である。これは十字でいえば、縦である。  
しかし、魄の養成には限界がでてくるので、魂の養成に切り替わっていかねばならなくなる。これは、十字の横である。縦から横への変換である。  
これまで表にしていた魄を土台にして、魂を表に出すのである。  
そして、この異質の縦と横が十字になり、大きな力が出るようになっていくのである。対照的な魄と魂が、表裏一体ということになる。
- 呼吸には、縦の腹式呼吸と横の胸式呼吸があるが、初めは誰でも腹に力を込めるような縦の腹式呼吸をするものだ。しかし、腹式呼吸だけでは、技はうまく効かないものである。まずは、横の胸式呼吸を身につけなければならない。それまでやっていたことと違うことをするのは勇気がいることだが、異質の横の呼吸に挑戦しなければならない。  
横の呼吸ができるようになれば、呼吸も縦と横の十字の呼吸ができるようになり、さらなる天地の呼吸との交流ができるようになるはずである。
- 合気道は相対で技をかけあって稽古するので、はじめの内はなんとか相手を倒したり、抑えようとするものだ。これが、いわゆる相手を意識した相対的稽古ということになる。これも大事な稽古であり、この相対的稽古を縦の稽古とする。  
しかし、稽古を続けていくと、相手ではなく、己との戦いの稽古に変わってくる。これは絶対的な稽古であり、縦の稽古に対して横の稽古ということができるよう。  
稽古には、この相対的な縦の稽古と、絶対的な横の稽古の、十字の稽古が必要である。これが縦の稽古とか横の稽古だけであれば、精進は難しいだろう。
- パラドックスではあるが、「ぶつかってぶつからない」というのがある。  
合気道は武道であるので、上達するためにはやるべきことと、やるべき順序がある。  
まず、ぶつかる稽古をしなければならない。これを縦の稽古とする。これができるようになったら、今度はぶつからない稽古をするのである。これは横の稽古である。この縦と横の十字の稽古で、ぶつかってぶつからない稽古ができるのである。

- 。前項と類似した、「相手はいるが相手はいない」も同じである。初めは相手とぶつかり、相手を意識する縦の稽古、そして相手がいても相手を意識しなくなるような横の稽古と、十字にならなければならない。

まだまだ、合気道には十字があるが、今回はここまでとする。後は、十字道になるように精進していくだけである。

---

## 【第449回】 光る合気

合気道は技の錬磨をしながら上達していくが、技を錬磨して上達するためにはやるべきことがあり、そしてまた、やるべき順序があると考え。やるべきことをやらなかったり、やるべきことの順序を間違えれば、上達はないことになる。

まずは、体をつくらなければならない。受け身を多くとって、筋肉をつけ、体力を増進し、内臓を丈夫にしなければならない。肺や心臓の内臓を丈夫にして、大きく長い息づかいができるようにしなければならない。

次に、受け身で培った体で、相手に技をかけていく稽古になるが、少しでも技が効くように力いっぱいやれば、指先から体の中心に向かって順次力がついていくことになる。

力が強くなるほど、どんどん力をつけようと力をつかい、力に頼る稽古をするようになる。この力に頼る稽古が相当長く続くわけだが、次に進むため、この稽古から抜け出すのはけっこう難しいものだ。

ここで、腕力や体力の稽古に限界を感じたとすれば、体の末端の力ではなく、体の中心からの力をつかえばよいことが分かってくるであろう。そうなると、腰腹の力を手先へと伝えてつかえるようになる。これは、腕力とは異質の力であり、受けの相手を納得させる力である、といえよう。

この段階に入ると、理合いの稽古ができるようになる。つまり、宇宙の営みに則った、法則性のある動き、体づかい、息づかいで、技をつかうことである。これまで以上に、受け手を納得させることができるようになるのだが、まだまだその力は小さいようで、時としてぶつかったり、抑えられてうまく動けなくなってしまうこともある。そこで、次の段階に進まなければならない。

それは、心で導くことである。開祖は、自己の已をそこなわぬようにして相手を制するためには、「心で導けば肉体を傷つけずして相手を制することができる」とい

われている。心で相手に技をかけると、それまでとは違った心地よい反応が受けの相手から得られて、稽古の次元が上がったことが感じられる。

ここまでのやるべきことは、これまで何度にもわたって書いてきた。しかし、まだまだやるべきことはあり、次の段階の稽古もあるのである。合気道の修業には終わりということはないし、これで完璧ということもない。

合気道の修業は、前述のように、踏まなければならない段階がいくつもある。しかも、次へと上る段階は、それまでとは異質の次元の世界となる。従って、前の段階と同じ稽古を続けているのでは意味がない。それまでとは真逆の稽古をすることになるのであり、よほどの覚悟がいることになる。

次の段階の修業は、開祖がいわれているように、光と熱と力が生じるような技をつかうようにすることである、と考える。己のつかう技に光と熱と力が生じるようになれば、その技はさらに説得力を持つだろうし、効くようになるはずである。これを、開祖は「光る合気」といわれているはずである。つまり、光る合気への鍛錬ということになろう。

今回は、光と熱と力が生じる技とはどういう技なのか、また、光と熱と力とはどういう意味なのか、を研究してみたいと思う。

---

## 【第450回】 光と熱と力、そして愛

前回の第449回では次の段階として、「光る合気」になるような技の錬磨をしなければならない、と書いた。つまり、光と熱と力が生じるような技をつかう、ということである。開祖はこれを「我々は五体のひびきから光と熱と力を生じさせるような稽古をしなければならない」といわれている。

光と熱と力を生じさせるような稽古するため、光と熱と力が生じるような技をつかうためには、まず、光と熱と力とは何か、どういうことか、を知らなければならない。

一般的には、つまり、日常世界である顕界では、光は、ぎらぎら、ぴかぴかと明るくしてくれるものであり、熱は、熱く、温かくしてくれるもの、力とは筋力、体力、原動力ということになるだろう。この光と熱と力を備えている典型的なものは太陽だろう。

しかし、この太陽のような光と熱と力を生じさせるような稽古はできないし、その

ような技もつかえないはずである。みんながそのような技をつかったとしたら、道場中がぎらぎらとまぶしく、熱くて仕方がないことだろう。

ということは、光と熱と力は目に見える太陽のようなものではなく、別な次元の光と熱と力であるはずである。

すると、それは目に見えたり、肌で感じる、いわゆる五感で感じられる光と熱と力ではなくて、目には見えない、五感では感じられないものであるだろう。それは、心で観え、感じられる光と熱と力である、と考える。

だれでもお日様を見ると、まぶしくて見ていられない。これは、五感の目で見ることからである。しかし、お日様を心で見ると違って見えるのである。光と熱と力が、柔らかくやさしい光、やさしく包み込まれるような温かさ、生命力を与えてくれるような力・エネルギー、となる。心が明るくなるし、温かくなり、力が湧いてくるのである。

このような光と熱と力を与えてくれるのは、お日様だけではない。心で観れば、月、動物、植物にも光と熱と力があることがわかる。明るさ、温かさ、そして、力を与えてくれるものである。

また、幼児や無邪気な小さな子供たちにも、観ることができる。彼らを見ると、心が明るくなり、胸が温かくなり、この子たちのためにもがんばろうと力が湧くはずである。

植物でも、鳥や虫などを観ても、光と熱と力を感じることができる。そこから、愛おしさ、愛が生まれる。このような光と熱と力は、宇宙の心であり、上下四方、古今東西、宇宙のすみずみまでに及ぶ偉大なる「愛」ということになる。

技をつかうに際して、光と熱と力が生ずるようにするということは、「愛」の合気をつかうということになる。また、そのように鍛錬しなければならないだろう。開祖は「森羅万象を正しく産み、まもり、育てる神の愛の力を、我が心身の内で鍛錬することが、武道の鍛錬である。」といわれているのである。

従って、この段階での稽古は、光と熱と力が生じる愛の鍛錬ということになるだろう。開祖は、この光と熱と力、そして愛を生ずためには、△○□の鍛錬が大事である、といわれている。そして、自己の愛の念力（念波観音力）をもって、相手を全部からみむすぶのである。相手はその愛によって浄められるので、技はさらに一層効くようになるはずである。

---

## 【第451回】 気の妙用

合気道は心と肉体とを一つに結ぶ気を、宇宙万有の活動と調和させる鍛錬である、ともいわれている。そして、合気は気を十分に知らねばならない、といわれているわけだが、「気」を十分には知らないし、知りようもない、というのが現状だろう。

合気道の「気」がわからないという理由はいろいろあるだろうが、一つには「気」は目でみることができないし、示すことができないことだろう。二つ目は、「気」は一つだけでなく、いろいろな次元、性格のものがあるからであろうと考える。

例えば、

1. 宇宙の気、於能碁呂島の気、森羅万象の気（全大宇宙の気、大地の気、アウンの気）
2. 空の気と真空の気
3. 松、竹、梅の三つの気

などとあることが、「気」を捉えにくくしているだろう。

しかし、「気」を完全には把握できないとしても、自分なりに「気」を知らなければ、先へ進むことはできないだろう。開祖の聖典である『合気神髄』『武産合気』からの教えと、己の稽古から得たものから、一度、この辺で「気」とは何かを中間的にまとめてみることにする。

これは、先へ進むためである。というのも、息に合わせて体をつかい、心で相手を導いて技をつかっていくところから、次の次元の稽古に入らなければならないのであるが、そのためには「気」を知り、気の妙用が不可欠である、と考えるからである。

例えば、「武の気はことごとく渦巻きの中に入ったら無限の力が湧いてくる」「気は力の本であるから、最初は十分に気を練っていただきたい」等と、開祖はいわれている。「気」によって無限の力が出るようになるはずだし、そのためにも十分に気を練らなければならないことになる。

そこで、「気」とは何かを前述の開祖の聖典から、自分なりにまとめてみよう。「気」とは、

- 神の言葉、そのものが気である
- 宇宙のひびき、言霊
- 宇宙のエネルギー



- 真空の気は宇宙に充満している。これは宇宙の万物を生み出す根元である。
- 空の気は重い力を持っている。また本体は物の気で働く。
- 気は心と肉体を一つにむすぶ

これまでは、「気」を気力と思って稽古していたように思える。手先などに息をこめて力を出そうとしていたのである。だが、これでは力みになって、力が止まり、こもってしまうので、大きい力はず、真の力ではないと思っていた。

開祖は「ものの霊を魄といいます、これは気力といいます。」といわれ、気力は魄の力であり、合気道は魂の力でなければならない、といわれている。であるから、「気」による魂の力を会得しなければならない。

「気」はまだはっきりしないが、開祖は気のつかい方についても教えられているので、それをまとめてみることにしよう。

気の妙用、気のつかい方を、開祖は以下のように説明されている。

- 「気の妙用」によって、個人の心と肉体を調和し、また個人と全宇宙との関係を調和するのである。」
- 「気の妙用」は、呼吸を微妙に変化さす生親である。これが武（愛）の本源である。
- 「気の妙用」によって、呼吸の微妙な変化で業が自由自在に出る
- 宇宙のひびきと、同一化すること。そして宇宙との相互交流。この変化が技の本となる。すなわち「気の妙用」である。

この「気」と「気の妙用」を、稽古から学び、体が教えてくれたことに合わせると、「気」とは次のようになるのではないかと考える。

- 気とは、目には見えないが、大宇宙にも地球にも存在し、大宇宙、万有万物の仕組みを保ち、それらの調和をはかり、働きを助ける。
- 気とは、宇宙の響き言霊である。
- 気とは、心と肉体を結ぶモノ（霊素、大元素）であり、その結びは呼吸による。

技の錬磨をする際の「気の妙用」とは、まず、気を感じる事だろう。気を感じるためには、宇宙の法則に則って宇宙と調和する肉体をつくり、そして、宇宙と調和する心を呼吸で結んで、技をつかっていくことだろう。そのような稽古をしていけば、稽古相手からの空の気、宇宙からの響き、そして真空の気を得ることができるのではないだろうか。そして、摩訶不思議な技が自由自在に出るようになるのではないかと考える。

まだまだ「気」は分からないが、先を楽しみに挑戦するしかないだろう。

---

## 【第452回】 腹と心

合気道の目指すところは、宇宙との一体化である。宇宙のひびきと同一化すること、つまり、五体と宇宙のひびきの同化、ということである。

そのために、開祖は「己れの心のひびきを、ことごとく天地に響かせ、つらぬくようにしなければならない」といわれている。しかし、心を天地、つまり、宇宙に響かせるとはどういうことなのか、そして、どうすれば心を響かせ、それを天地に響かせることができるかが難しい。

開祖が聖典『武産合気』『合気神髄』で、「腹」（実際には「腹中」）ということのを大事であるとされているのを、以前から不思議に思っていた。例えば、

- 。言霊とは腹中に赤い血のたぎる姿をいう。言霊とは声とは違う。
- 。合気道を会得した者は、宇宙がその腹中にあり、「我はすなわち宇宙」なのである
- 。悟るということは、自分にあるので、自分の腹中をよく眺め、よく自分を知ることが自分に課せられた天の使命であります。
- 。要するに武道を修行する者は、宇宙の真象を腹中に胎蔵してしまうことが大切
- 。我々は天の運化を腹中に胎蔵して宇宙と同化、武産の武の阿吽の呼吸の理念力で魂の技を生み出す道を歩まなくてはならない。
- 。人の息と天地の息は同一である。それで天の呼吸、地の呼吸（潮の干満）を腹中に胎蔵する。
- 。武も妙精を腹中に胎蔵してことたまの呼吸によって科学しながら生み出していくのであります。
- 。木剣も自分も光の雲もなく、宇宙一杯に自分が残っているように感じた。その時は白光の気もなく、自分の呼吸によって、すべて宇宙の極が支配され、宇宙が腹中へ入っていた。

また、「腹」と同じように、「体内」という言葉もつかわれている。例えば、

- 。過去一現在一未来は宇宙生命の変化の道筋で、すべて自己の体内にある。
- 。宇宙とともに進むみ、自己の体内に宇宙組織を、正しく造りあげていく
- 。合気は宇宙組織を我が体内に造りあげていくのです。宇宙組織をことごとく自己の身の内に吸収し、結ぶ。
- 。道というのは、ちょうど、体内に血が巡っているように、神の大御心と全く一になって離れず、大御心を実際に行じてゆくことをいうのである。

このように開祖は腹の中、つまり「腹中」や「体内」が大事である、といわれている。すなわち、腹中に宇宙、宇宙の真相、天の運化、天の呼吸・地の呼吸が入り、胎蔵する。つまり、腹・体内が宇宙になるのである。しかし、腹や体内と宇宙とは、なかなか結びつかないものである。

医学博士で東京芸術大学教授・同保健センター所長だった三木成夫氏が著書『胎児の世界』の中で、心（こころ）の働きは「内臓の働き」だといわれている。「内臓」というのは、唇や口腔、心臓や血管、胃や腸、おしっこがたまる袋や管などをいいます。魚でいえば焼く前に取り出す、鰓からおなかにかけての、あれです」という。一般的な現代科学では、「心」は脳の働きであると考えるのだが、三木博士は、内臓の動きから来る、といわれるのである。

さらに、博士は「内臓は小宇宙といえるもので、天体の動き、自然の現象、その中のいろいろなリズムを宿し、そのリズムに応じて働く機能を持っている」ともいう。例えば、潮の干満、光の明暗、四季の交代などである。

また、博士は、体の外側の手足や感覚器官と脳の「体壁系」に対し、はらわたといわれる体の内部の胃腸、心臓の「内臓系」を重視して、「心」とは内蔵された宇宙のリズムだ、としている点に特徴がある。これが、合気道開祖のいわれる「腹」「体内」と結びつくのではないか、と考える。

博士はさらに、内臓の「波動」に着目し、それを自然全体、地球や宇宙そのものの波動と共振するものと考えているのである。例えば、人間の一日約25時間の「体内時計」や、太陽リズムとはズレている潮汐リズム、女性の月経などである。

人間の体には、30億年昔から地球を構成するすべての元素が入っているという。鉛、砒素、六価クロムなどの猛毒も入っているのである。従って、人間は地球の分身であり、子供であるといえよう。

つまり、われわれ人間の身体は、そのまますでに小さな地球であり、小さな宇宙ということになるのである。

三木博士は「私たちの内臓系の奥深くには、こうして宇宙のメカニズムが、初めから宿されていたのです。『大宇宙』と共振する、この『小宇宙』の波を、私たちは“内臓波動”という言葉で呼ぶことにしております」という。そして、「この内臓の波動、内臓のうねりが、内臓の声となって大脳皮質にこだまする。『心』の初源とはこれだというわけです。」というのである。

宇宙と一体化するのは心であり、心の響きということになるが、その「心」は三木博士によれば内臓であり、合気道では腹中や体内ということになる。これは、呼吸

によって小宇宙と大宇宙が響き合うようになるのではないかと考えると、開祖植芝盛平翁が「腹」をいかに重視していたかが、わかってくるように思う。

しかし、宇宙と一体化にはまだ先があるようだ。開祖は「人間は心と肉体と、それを結ぶ気の三つが完全に一致して、しかも宇宙万有の活動と調和しなければならないと悟った。『気の妙用』によって、個人の心と肉体を調和し、また個人と全宇宙との関係を調和するのである。」といわれているのである。心（内臓・腹中）と肉体と気の完全な一致と、気の妙用である。先はまだ遠い。

参考・引用文献 『胎児の世界』 三木成夫著 中公新書

---

## 【第453回】 禊（みそぎ）

開祖は「我が国の真の武道は大きく和するの道であり、身心の禊である」、つまり、真の武道である合気道は心身の禊であるということだ。

大方の合気道家には、稽古すればよい汗がかけられ、体もほぐれ、終わった後はすっきりして清々しい気分になるから、それが禊になっていることを実感できるはずで、合気道が「身」の禊であることはわかるだろう。

開祖は、合気道の技の鍛錬は身（からだ）の節々のカスを取ることで、ともいわれている。確かに関節や筋肉のカスが取れて、気持ちよくなり、体の禊であることを実感する。

それでは、「心」の禊とはどのような禊だろう。先述のように、合気道は「和する道」でなければならない。しかし、理想や願望とは裏腹に、技をかけあって技の錬磨をする相対の稽古では、相手と和するのは容易ではない。それが容易だと思っているうちは、まだ初心者ということになるだろう。

ぶつからず気持ちよく、和気あいあいとやっている稽古をよく見ると、実力の差が大きい相手と稽古したり、争い合うのを恐れていたりで、お互いに力一杯、精一杯にやっていないように思える。もし一生懸命で、力一杯、精一杯の稽古をやり続けたら、稽古で揉み合ったりぶつかりあったりするような争いがもっとあるはずである。

別に争いを奨励しているわけではないのであって、まったく逆に、争いをなくするようにしなければならないと考えているのだが、相手と一度もぶつかりあったり、揉み合ったりしなければ、争わないための回答を見つけることも難しいのではない

かと思うのである。

稽古相手とぶつかり、揉み合うのは、確かに気持のよいものではないかもしれない。だが、考え方次第で、いずれは感謝されるようになるだろう。また、そうならなければならないものだと思う。

というのも、それが争うようになった理由を考え、解決策を考えることにつながるからである。そして、だんだんとぶつかって、ぶつからない稽古になっていくのである。揉み合わなければ、ぶつかる原因と解決策を検討することもできないし、身につけることもできないだろう。

さて、心の禊である。

相対の稽古相手ともみ合い、ぶつかり合い、争いになってしまうのは心である、ということが分かってくるだろう。相手をやっつけて、投げてやろうとか決めてやろう、自分の強さを認めさせよう等という気持ちで技をかければ、相手はそれを心で察知し、そして、それに対して必ず反応してくる。相手に体力や腕力など魄力があれば、反発してくるから、それが争いにもなるのである。

争いの基をつくるのは、心ということになる。この心を、争いを起こさない心になくなくてはならないのである。これが「心」の禊ということになる。

開祖は、自己の心の立て直しを行ない、真の自己を造りあげていかなければならない、とされ、合気道は禊の技である、といわれたのである。

相手をやっつけてやろうというのも、また「心」である。だが、このような「心」のために禊をするわけではないことはいうまでもない。ということは、別な「心」があるはずであり、その「心」を禊ぐことになるだろう。

そのヒントとして、開祖は「自己の心は自己の心で祓い、御剣を通して本当に自己の心から立て直す」といわれている。つまり、「心」には、やっつけよう、勝とうなどという即物的、本能的、自己中心的（自己保存、弱肉強食）な「心」と、地上天国・宇宙樂園をつくるために天の規則、宇宙の営みを身につけ、そのために生存している万有万物に愛を与えようとする愛の「心」がある、ということになるだろう。

この愛の「心」は「魂」ということになり、宇宙の魂の響きとつながっている、といわれている。だから、宇宙の響き、いわゆる言霊をこの愛の「心」で捉え、この声で自己中心的・即物的・本能的な「心」の立て直しをし、真の自己を作り上げていく、ということになる。これが禊であると考える。

開祖によれば「宇宙組織の魂のひびきの修行によって、自ずと自己の心の立て直しが行なわれ、真の自己を造りあげるのである。つまり合気道は禊の技である」。これを、開祖は「大神に神習う心魂の禊」といわれているのである。

さらに、「この神習いは自己の二度目の岩戸開きである。魄の世界を魂の比礼振りに直すことである。ものをことごとく魂を上にして現わすことである」といわれている。この心魂の禊をし、自己の二度目の岩戸開きができれば、稽古での争いはなくなるものと考えてるのである。

---

## 【第454回】 直線的な表層時間と曖昧な深層時間

合気道を稽古していて、ふしぎに感じるものの一つに「時間」がある。つまり、時間の長さの感じ方が、時として違うのである。

通常の時間の長さは、規則正しく決まっている。いうなれば直線的で、一時間、二時間、一日、二日、一年、二年とはっきり決められており、これで過去の時間の長さも、未来の時間の長さも知ることができる。この直線的な時間で、ビジネスも社会も動いている。

しかし、合気道の稽古での時間の長さ、時間の流れ、時間体系などは、この日常的で直線的な時間とは違うようだ。稽古に集中している時間の長さや流れは、通常より速かったり、遅かったりするだけでなく、稽古の度に変化するのである。

かつて受けや取りを休みなくこなし、素早く動いていた頃は、時計が止まっているのではないかと何度も思ったものだ。その頃の時計は長針が一分ごとに動いていたようで、投げたり投げられたりして相当時間がたったと思って長針を見ても、全然進んでいないのである。その時、時間は直線的には進んでいないという実感を持ったのである。

深層心理学者の河合隼雄は、「意識の表層のところでは時間は直線的であり、意識が深くなるとそれが曖昧になってくると」といっている。

かつて大先生の受けをよく取られていた先輩がいた。その先輩の話では、大先生に技をかけられると、電光石火のごとき超速で投げられるというのである。ところが、我々が見ていると、それほど早くは投げられていないのである。ということは、投げられていた先輩の意識の深いところで、時間は「曖昧」になっていた、ということだろうと思う。

開祖は、速いとか遅いとかいう時間の長さを超越した速さをつかわれていたのであろう。時間の長さを超越するということは、この時間の長さに、速いと遅い、微速と超速が共存している、ということであると考える。

実際に、相手に技をかけて、相手と結び、一体化してしまうと、どんなに遅くやろうが、相手は超速で技をかけられているように感じるようだ。

技をかける者が受けの心と意識の深いところでつながってしまうと、技は心でいくらかでも早くも遅くもできるものなのであろう。体が一見ゆっくりと動いているようでも、心が電光石火で動けば、受けの相手は電光石火で技をかけられているように感じるのだらう。

心は、光よりも早いものである。心で思えば、そこにすぐ到達する。どんなに光が早く進もうが、心には敵わない。従って、技はこの世で最速といわれている光よりも早くかけられるのである。もちろん、超微速でもかけられるので、時間的制限はないことになる。

これが開祖が言われる、「そこには速いとか、遅いとかいう、時間の長さが存在しないのである。この時間を超越した速さを、正勝、吾勝、勝速日の勝速日」ということになるだろう。

要は、合気道は日常の直線的時間ではなく、意識の深いところである深層で、曖昧な時間で稽古するようにしなければならない、ということになるだろう。

だが、合気道の時間には、この時間のほかにもう一つ、過去も現在も未来も一つになった永遠の時間があるようだ。そうとすれば、その永遠の時間、つまり過去も現在も未来もすべて己の体内に収めて稽古していかなければならないことになるだろう。

このもう一つの時間については、次回に書くことにする。

---

## 【第455回】 もう一つの時間

前回は、「直線的な表層時間と曖昧な深層時間」という題で、勝速日という光より早い時間があり、それをつかうためには意識の深いところの深層の曖昧な時間で稽古するようにしなければならない、と書いた。

合気道では、この時間の他にもう一つの時間があるようで、今回はそれを研究して

見ることにする。

大先生（開祖）はよく我々が稽古している道場に突然お見えになり、技を示されたり、お話しされたりした。だが、技にせよ、お話にせよ、その真意はほとんど理解できなかった。今でも目に浮かぶが、大先生が木刀を手に道場に立たれ、「この剣には過去も現在も未来もすべて胎蔵されているのだ」ということをいわれた。これも当時、全然理解できなかったことの一つである。

あれから半世紀にわたって形稽古で技の錬磨をし、合気道の聖典である『合気神髄』や『武産合気』などを読んできて、合気道の技、そしてその技をつかう人は、過去、現在、未来を胎蔵して、永遠不変の大道を進まなければならない、と思うようになった。技の中にも、技をかける人の中にも、現在を永遠の内に宿し、永遠を現在の内に宿さなければならない、ということである

合気道の技は宇宙の営みを形にしたものであるから、今、われわれが錬磨している技は、宇宙の始まりという過去と結びついているわけである。もし、過去の宇宙とつながっていない事をやっていれば、過去を胎蔵せず、大道を進んでいないことになる。

また、未来の宇宙ともつながっていないといけないし、未来の宇宙を胎蔵していないといけない。未来の宇宙とは、宇宙が目指している宇宙樂園、宇宙天国である。この完成への道を進むことを、開祖は「永遠不変の大道」といわれたのであろうし、過去、現在、未来を胎蔵している道、合気の道ということになるだろう。

合気道の稽古でつかう技は、先生や先輩から教わり、そして後輩、後進に伝承していくわけだが、それをさらに宇宙創世期までもどり、宇宙樂園完成まで遡る「永遠不変の大道」、過去、現在、未来を胎蔵したものでなければならない、ということになるだろう。つまり、過去も現在も未来もすべて、己の体内に収めていかなければならない、ということである。

要は、目先の相手をどうのこうのするというものではなく、過去の人にも未来の人にも通用する、時間を超越した技にしなければならないのである。

過去、現在、未来を胎蔵し、時間を超越した技をつかうためには、その瞬間を一生懸命に稽古し、生きることである。そうすることによって、その瞬間の「現在」は過去と未来につながり、過去と未来も生きていることになる。今の現在だけや、過去にしがみつく、あるいは未来に期待する、などではもったいない話である。

人は現在にしか生きてないと思っているようだが、今という「現在」などない。今と思った瞬間に過去になってしまっているし、未来に入ってもいるのである。この



ことだけでも、人は過去、現在、未来を生きているし、過去、現在、未来を胎蔵していることになるのである。これをもっと伸ばし、「永遠不変の大道」にしていけば、合気の道になると考える。

しかしながら、この過去、現在、未来の時間は、いうなれば直線的な時間である。だが、合気道にはもう一つの、直線的ではない、異質の次元の、あるのかないのか分からない時間もある。

それは、顕界、幽界、神界の時間である。開祖は、この世界を自由に行き来されていたといわれている。この時間をいずれは研究していきたいと思っているところである。

---

## 【第456回】 魂のひれぶり

合気道は、宇宙との一体や、理想の世の中をつくるための禊を目指す武の道であるが、その目標に容易に到達できないのは、誰もが承知している。しかし、合気道を修業する者は、到達するしないは別として、その方向に向かって稽古しなければならない。なぜなら、稽古の目標を誤れば、開祖植芝盛平翁が目指している合気道ではなくなってしまうからである。

何でもそうだが、目標に到達するのはそうたやすいことではない。それは、やるべきことを順序よくやり進めていかなければならないからである。従って、やるべきことは何かを見つけ、それをひとつひとつ身につけていかなければならないことになる。

はじめは力をつけ、体をつくる魄の養成である。合気道は力がいらなからといって、魄を軽視したり、鍛えなかつたりすれば、先へは進めないはずである。開祖も「勿論、肉体即ち魄がなければ魂が座らぬし、人のつとめができない」（『武産合気』）といわれている。

また、開祖は「合気は魄を排するのではなく土台として、魂の世界にふりかえるのである」といわれている。従って、土台になる魄がなければ、次のステップへの魂へのふりかえができず、先へ進めないことになる。

だから、力をつけ、体力をつくって、魄の土台を少しでもしっかりしたものにしなければならない。実際、稽古でも、力が強くて体力のある者は優位な稽古ができることだろう。力は技のひとつである、ともいわれているぐらいだ。

しかし、開祖は、魄で技の錬磨の稽古をし続けていては駄目だとして、次のようにいわれている。駄目だというのは、いずれ行き詰まり、先に進めなくなるということである。

「魄に堕せぬように魂の霊（ひ）れぶりが大事である。これが合気の錬磨方法である」。つまり、力や体力の魄に頼って技をかけていては駄目で、「魂のひれぶり」で技をつかうようにしなければならない、そして、それが本質的な合気道の錬磨方法である、というのである。

さて、「魂のひれぶり」であるが、まずは「魂のひれぶり」とは何か、どういうことなのか、ということである。容易ではない。

それを知るためには、開祖が『武産合気』『合気神髄』でいわれていることを調べていくしかないだろう。

「魂のひれぶり」を、開祖は次のようにいわれている。

- 合気道においては、念彼観音力である。魂の緒、魂を表に出すことである。
- 今迄は魄が表に現れていたが、内的神の働きが体を造化器官として、その上に 禊を行うのです。これが三千世界一度に開く梅の花ということです。これを合気では「魂の比礼振り」と言い、また法華經の念彼観音力です。
- 合気道の技法は魂と魄が一体となって初めて「魂のひれ振り」となる。
- 「魂の比礼振り」は、あらゆる技を生み出す中心である。

「魂のひれ振り」とは、一般的に邪心をはらい清めた精神状態をいうようである。これとも関係はあるようだが、合気道では、魄が土台ではあるが、魄（力、体力）と魂（心、精神）が一体となり、しかも魄が下、裏になり、魂が上、表になった状態をいうのである、と考える。つまり、魂が魄をつかうということである。また、「魂の比礼振り」は技を生み出す中心、ということだから、この「魂の比礼振り」で技をつかわなければならないことになる。

次に、どうすれば「魂の霊れぶり」を身につけることができるかである。

- 魄の世界を魂の世界にふりかえる（魄が下になり、魂が上、表になる）
- 合気は魄を排するのではなく土台として、魂の世界にふりかえるのである。
- 体と精神と共に、技を生み出してゆく。その技の中に魂のひれぶりがあればよい。

まずは、これまで培ってきた魄から、魂へと転向することである。これまで力や体力に頼って技をつかっていたのを、魄は土台として控えさせて、魂（心、精神）主体でやるのである。そして、魂の比礼振りがあるように稽古をしていくことである。

それでは、実際に技の錬磨の稽古で、どのようにすればこの「魂の比礼振り」を身につけることができるか、を検証してみる必要があるだろう。

「魂の比礼振り」の稽古は、まずこの「魂の比礼振り」の感覚を身につけることだと思う。つまり、魂（心、精神）で、受けの相手を導くのである。魄（体と力）は土台として控えさせ、魄で技をつかうのではなく、魂でやるのである。例えば、持たせた手は腰腹と結び、己の中心線に常に留まり、それを最初に動かさずに、先に魂（心）で操作するのである。

さらに、「魂の比礼振り」で大事なことは、息である。息に合わせて魂（心、精神）をつかうこと、体を動かすことである。息に合わせて魂（心、精神）と体をつかうと、力は体の表の腰から背中に集まることになるから、背中から手足にその力を分配し、大きな力が出るとともに、相手の魄と魂と一体となり、その心体を導くことができるようになる。

人の体は陰陽、十字にできているので、背中の各関節を順序よく陰陽、十字につかっているだけで、背中の力を効率よく、また増長させてつかうことができる。

魂（心、精神）と魄（体）をこのようにつかうと、背中が比礼のように動く感じがする。特にそれを感じることができるのは、半身半立ち片手取り四方投げ、片手取り呼吸法、二教裏、交差取り、四方投げなどである。手はほとんど動かさず、魂と息でやると、手先でやるのとは異質の、大きい力が出る。これが、「魂の比礼振り」ではないかと思うのである。

引用・参考文献 『武産合気』『合気神髄』

---

## 【第457回】 魄を土台にして、魂を上、魄を下にする

合気道は、力や体力の魄に頼った稽古をしてはいけないといわれるし、確かに面白くはないだろう。見えない世界、精神世界である魂の世界の稽古をしなければならぬのである。

しかし、相対の相手に精神（心）で技をつかっても、相手は倒れてくれないだろう。どんなに念じて、魂（心、精神）だけで人を倒すことはできないのである。

合気道人は、誰もが力や体力の魄に関係なく、それを超越した力で技をつかいたいと思っているだろうが、できないと諦めているようだ。それで、魄に頼ってしまっ

たり、魄に左右されてしまうと考える。

だが、合気道をつくられた開祖がいわれているのだし、実際に示されていたわけだから、その道を進まなければならないだろう。容易ではないと思うが、やるべきことを一つ一つやっていけば、魂の世界に入り、偉大な力が授けられるものと信じている。

やるべきこととは、まず合気の体をつくること、力、体力の養成である。そしてその体を宇宙の法則に則って遣えるようにすることである等。

魂の世界に入るとは、魂の稽古をすることであり、魄に頼っていた稽古を魂の稽古に振り返ることだと考える。魄を下にし、魂を上にする稽古である。

それが具体的にどのような稽古になるかという、力や体力とはあまり関係なく相手が浮き上がって、一体化し、相手が闘争心を無くして、喜んで、また気持ちよく受けを取り、倒れてくれるようになる稽古といえよう。

例えば、どの道場でも誰もが毎回稽古をしているであろう坐技呼吸法である。腕力だけでやっても、相手を持ち上げることなど不可能であるが、魂を上、魄を下にしてやると、相手は不思議と浮き上がってくるのである。

もちろん、そのためにはやるべきことをきちんとやらなければならない。

まず開祖がいわれるように、天の浮橋に立たなければならない。心（精神）と体、出す手や息が、出過ぎない、あるいは出足りない等のバランスが取れていなければならない。

次に、息に合わせて、出している手先を、腰を十字の円でつかい、相手に持たせている手先を十字に返していく。息の中には気持ち（気）を流し、息と気で力と拍子を調節しなければならない。

ここで魄を下にし、魂を上にする稽古とするべく大事な事は、まず、魄が土台になることである。しっかりした腕、体幹が土台になるから、土台がしっかりしていなければ、魄を下にし、魂を上にすることはできない。腕が折れ曲がってしまうようでは駄目であり、魄の稽古も大事なことがわかるだろう。

次に、相手に持たせた、折れない、気が通っている手を、腰腹と結んで、切れないようにしながら出すのだが、この相手が持っている手先を動かさないで、息と気持ちで相手を動かすのである。これが、魄が土台（手）になり、魂（気持ち、心）が上になり、そして魄（手、腕力）が下になる、ということだと考える。

この息と気持ち（精神）で動かすところを、手で動かしてしまうと、魄（手、腕力）が魂の上になってしまい、従来の魄の稽古になってしまう。

魂が上になる稽古には、この坐技呼吸法が最適であると思う。それ故に、この坐技呼吸法はいつの時代、どの道場でも、毎回稽古されているのではないだろうか。

坐技呼吸法だけでなく、他の稽古でも、魄を土台に、魂を上、魄を下にする稽古をすることはできるし、すべての合気道の技の稽古でできるようにならなければならない。

例えば、私の場合は今のところ、入身投げと天地投げでこの稽古に入れるようであり、どちらも相手が浮き上がってくる。受けの相手は、手（魄）で下に抑えるのであるが、気持ち（魂）で相手を浮き上がらせるのである。

魂の稽古に入るには、まず、魄を土台に、魂を上、魄を下にする稽古から始めるのがよい、と思う。この魄を土台に、魂を上、魄を下にするポイントは、相手と結んだところから魂（気持ち、心、精神）でやる、ということではないかと考える。

---

## 【第458回】 「う」の言霊

前回の「魄を土台にして、魂を上、魄を下にする」では、魄を土台（手）にして、魂（気持ち、心）が上になり、魄（手、腕力）が下になるように稽古をしていけば、合気道が求めている魂の世界の稽古に入ることができ、魄とは異質な、偉大な力を得るだろう、と書いた。

この「魄を土台にして、魂を上、魄を下にする」を技の錬磨で稽古するときには、息のつかい方が重要である。相手と接触し、一体化するためには、まず息を吐き、そこから技をつかうのに息を入れ、そして、技をおさめる際はその息を吐くのである。これを間違えると、「魄を土台にして、魂を上、魄を下にする」ことはできないはずである。

「魄を土台にして、魂を上、魄を下にする」を、実際に技稽古でつかうと、霊魂の修業となるわけである。例えば、抑えられた手を動かすのではなく、手は動かさずに息と気持ち、つまり、息を入れ（吸う）ながら、その中に気持ち（心、精神）を入れて、技をかけるのである。つかませた手は、その息と気持ちに従って動き、技となる。

これを開祖は、体を土台として、その上に霊、魂を働かすと、霊の思うままに体が動くことであるようになる、といわれている。（「武産合気」）

開祖は、よく「う」の言霊が大事である、といわれていた。開祖によれば、「う」は霊魂のもとと物質のもとであり、二つにわかれて働きかけ、一つは上に巡ってア

声生まれ、下に大地に降ってオの言霊が生まれる、ということである。

技をかける際は、息を入れながらやるわけだが、この「う」でやるとよいようである。接している相手が浮き上がって、重さが消えていくし、また、地に足、体が密着するようになる。「う」には○と□の二つの働きがあり、その働きが靈魂のもとと物質のものと靈魂なのであろう。

これは、「魄を土台にして、魂を上、魄を下にする」ものと同じである。つまり、この「魄を土台にして、魂を上、魄を下にする」は、「う」の言霊ということになる、と考える。

「う」の靈魂には、魄の世界、物質科学では信じられないような力があるようである。ここには、その数例をあげてみる。

1. 「火事場の馬鹿力」など物質科学では説明できないが、まさに「う」の言霊のなせる業であると思う。自分の力や体力などを考える前に、命に代えても何とか持ち出そうとする一心により、土台である魄（体、体力）とはけた違いに大きい魂（気持ち）の異常な、膨大な気持ちが働く結果だと考える。
2. 開祖の師でもあった大東流柔術の武田惣角が旅先で体調をこわし、旅先の旅館で床に臥せていた時に、見舞客がくると、横になったまま見舞い客に手を出してつかませたが、手をつかんだ見舞客は浮き上がってしまった、と伝えられている。  
これも、つかませた手（魄）をはじめに動かさずに、魂（気持ち）で相手を浮き上がらせてしまったのであろうと考える。
3. 開祖は大本教で修業中に、大の男数人でも動かない樹をお一人で動かしたということである。その時、出口王仁三郎が木に向かう開祖に対して、「これは『う』の言霊だな」といわれたという。  
二代目吉祥丸道主はある書物（どこにあったが忘却）で、開祖は「うん」といってその気を動かしたと書かれているから、開祖が「う」の言霊をつかわれ、その言霊の偉大さが語りつがれた、ということである。

「う」の言霊を研究し、身につけていかなければならないと考える。

---

## 【第459回】 合気は武の大道

合気道は、武道である。武とは鉾（ほこ）を止めるということであり、敵の攻撃を制する技を身につけるものと解釈されているが、合気道の「武」は、このような一般的な武の意味とは全く異なっている。

合気道の「武」は、敵味方がやったやられたなどという規模のものではなく、いうならば宇宙規模のものである。しかも、その宇宙の万有万物に「武」がなければ亡びてしまう、といわれるほど、宇宙とそこにある我々人間を含む万有万物にとって不可欠なものであるのである。

開祖のいわれる「武」は、一言でいえば、宇宙を創造し、宇宙楽園建設を目指している大神様の仕事かうまくいくように、万有万物は各自の使命を果たして生成化育し、そして新陳代謝を繰り返しているのだが、時として、その生成化育や新陳代謝を妨げられることになる。そのような妨げを取り除き、本来の機能を守るのが「武」なのである。

つまり、「武」は、新陳代謝の生命の機能を有している褌ぎなのである。武の行いによって、全ては褌がれる。武がなければ、国も亡びるし、人も健康ではいられないのである。

この世界のすべての動きは、一元の大神様の情動である「武」であるという。自分の体の新陳代謝、四季の変革、気象の変革、暴風雨天変地異など、すべて「武」ということになる。

さらに開祖は、気には気の武がある、生命を維持するため、生命の機能を動かしている気に汚れが出てくれば、それを祓い浄めるのが「武」である、といわれている。

液体の世界にも武があって、障害があれば、これを取り除く。これは新陳代謝の機能であり、人体でいえば血液の血行障害、汚濁を取り除くことが武の働きとなる。

肉体の柔体の世界にも武があって、カスが溜まらないよう、固まらないように褌ぐのが武、ということになるだろう。

固体にも固体の武がある。宇宙の穢れを浄めながら、剛体素をつくり大地ができてきたように、一元の大神の「ス」の凝結したものにするために祓い浄めるのが、個体の武であろう。

このように、「武」は一元の神の情動の姿であって、宇宙の営みの実態である、と開祖はいわれるのである。「武」は宇宙、つまり、あらゆる空間と過去から未来への永遠の時間、そして、万有万物に働いているわけである。

そして、開祖は「武とはすべての生成化育を守る愛である」といわれている。合気道はすべての生成化育を妨げになるものを取り除き、守り育てるために修業をする武道なのである。

合気は武の大道なのである。

参考引用文献 『武産合気』

---

## 【第460回】 心（こころ） 序章

合気道を半世紀以上稽古してきたが、つい最近までは、稽古すれば上達し、精進できると思って稽古してきた。だが、稽古を長く続けるだけでは上達はできないことがわかってきたのである。もちろん、稽古を少しでも長く続けることは必須である。しかし、それは必要条件ではあるが、上達の十分条件ではないのである。この必要十分条件とは、上達するように稽古を長く続けること、ということになる。

稽古を長く続けるのも容易な事ではない。健康や経済や環境によって、稽古を続けられなくなることもあるからである。また、それらの事が自分では完全にコントロールできないからである。

しかし、これらの問題を克服しながら、多くの人たちは稽古を続けているのだから、稽古を長く続けることには問題はないともいってもよいだろう。とすると、なぜ長く稽古しても、それ相応の上達がないのだろうか。本人が上達していると思っているならそれでよいが、どうも本心から満足しているようには見えない。己の稽古に上達を見るならば、喜びに満ち、大先生がいわれる光と熱と力が出るはずである。

稽古での最大の喜びは、変わっていくこと、それもよい方向に変わる、つまり、上達することである。上達するとは、自分の目標、つまり、合気道の目標に近づいていくことである。従って、目標がなければ、上達のしようがない。何年やっても堂々巡りしたり、逆方向にいったりすることになることになる。合気道の道にはずれたり、抗してしまえば、外道や邪道に入ることにもなる。長年やればやるほど道から外れていくことになると、外れるために稽古することになってしまう。

上達するためには、合気の道を進まなければならない。開祖植芝盛平翁の示されたことを真摯に稽古していかなければならない。それは、理合いの稽古である。理とは宇宙の営み、宇宙の条理の宇宙の法則である。この宇宙の法則に則った稽古をしなければならないはずである。

人は、心と体の心体を授かっている。己の体を良く観察してみると、その摩訶不思議



議に驚くだろう。関節の組み合わせ、適材適所の筋肉とその働き、休みなく働いてくれる心臓、縦の息を司ってくれる腹と、横の息を担ってくれる胸、等々である。人がどんなに科学を発達させたと威張っても、人の体の一部さえ創ることはできない。大先生がいわれているように、偉大な何者かが、何かの目的で人や動植物、万有万物を創造した、と考える方がよいようだ。

人は、肉体である体と心を有している。しかし、この心が難しいのである。体のように見えるものではないし、示すこともできない。合気道では、体の上達はそう難しくない。一生懸命に時間をかけていけば、それに比例して体はできていくし、それにはほとんど例外はないはずである。しかし、心はそうはいかないようだ。

合気道では、魂という言葉もよくつかわれるが、心もはっきりしないのに、魂もよくわからない。そして、心と魂の違いもよくわからない、ということになる。その上、気というものが加わるから、さらに難しくなる。

しかし、この「心（こころ）」がわからなければ、合気道を精進できないと思われるので、挑戦してみることにする。今回は、その序章ということになる。

---

## 【第461回】 心（こころ） 続き

若い内は腕力や勢いに頼った稽古をするものである。開祖のいわれる、いわゆる魄の稽古である。そのおかげで体ができ、合気道の土台ができる。しかし、このような稽古をしていると、どうしても相手の事を考えず、何とか相手を投げたり抑えたりしようとしてしまうので、時として相手を痛めたり、不愉快な思いをさせる事になる。

最近ではようやく、稽古で相手を痛めたり怪我させたりすることはほとんどなくなり、怪我させない稽古ができると思うようになった。

そうなったのは、「心」である。以前と違って、心で技をかけるようになったのである。もちろん、久米の仙人や役行者ではないのだから、心で念じるだけで技がかかるわけではない。

これまで鍛錬した体や力を土台にし、息に心を入れて己の体を動かし、相手の心を導いて、技をかけていくのである。前にも書いたように、それまで培った体力を土台に、魂を上、魄を下にするのである。

心で技をつかうので、自分の体は自由に使うことができるし、相手も自由に投げた

り抑えたり、そして、動きを停止することもできるのである。もちろん相手によるのであって、実力の差が有り過ぎればできないこともある。

心でやれば、相手がこちらの思うようについてきてくれるものである。力である魄に頼ってしまうと、相手は必ず「何を、小癪な」と反発してくる。相手が倒れるのは、自分の心に従って倒れるはずだから、その心を納得させなければならないのである。心が納得すれば、相手は自ら喜んで倒れ、そしてそれが合気道の技となるわけである。

心で技をかけるようになると、大きい力、腕力などの魄の力とは異質の力が出てくる。そして、この力が、呼吸力となってくるようである。腰腹からの次の力、呼吸力である。

だから、心は大事である、と実感しているわけである。開祖はこの「心」を直すことが合気であるとし、心は大事だといわれている。

心は誰でも持っているし、使っているわけだから、ことさらに心をどうこういうこともないと思われるかもしれない。だが、開祖がいわれる「心」とは、俗なものではなく、「皆空」の心なのである。開祖は「合気道は、皆空の心と体を造り出す精妙なる道である」といわれている。

「円は皆空で、皆空の中から生み出すのが心」である、といわれる。皆空の心とは、無の心、無心であろう。相手に勝とうとか、負けまいとするのではなく、何にもとらわれない心である。すなわち、ただ合気の道を、目標に向かって進むことに集中することであろう。

しかし、己の心を無心の皆空の心にするのは、容易ではない。禅にしても武道にしても、茶道などの稽古事にしても、無心の悟りを得ようと多くの人が修業したものだし、現在も修業しているのである。

合気道も皆空の心をつくるのが稽古である、といわれているのだから、そのような心をつくっていかなければならない。心の立て直しであり、解脱である、ともいわれており、それまでとは異質の心にしていかなければならないのである。

心が皆空になっていけば、技は変わっていくはずであり、次に控える「魂」や「気」もわかってくるのではないかと期待している。

合気道の修業に、これでよいという終わりはない。半世紀以上にわたって稽古を続けているわけだが、これでよいということはないだけでなく、まだまだ何かもっと大事な事があるはずだし、それを見つけ、身につけなければいけない、とずっと思い続けてきている。とても終わりどころではない。

これまで力いっぱい稽古して、技も多少は効くようになってきたかも知れないが、どうも満足できないし、また、この路線で稽古していても、結局は満足できないだろうと思われる。

ではどうすればよいか、どのような稽古をすればよいのか、を考えなければならないだろう。

これまでの稽古を一言でいえば、己の心身や力で技をつかってきたわけであり、己の心身や力を鍛え、それを最大限、そして効率的につかうことが稽古であった、といえよう。

だが、人間一人がやることなど高が知れているのであって、自ずと限界がある。また、体が大きい人や腕力の強い人はそれなりの稽古をすることになるし、小さい人や力の弱い人はそれなりの稽古しかできず、いくらがんばっても限界があることになる。つまり、魄の稽古では限界がある、ということである。どうも、これが稽古に完全に満足することができなかった最大の理由だと思う。

この魄の稽古から、脱皮しなければならない。魄の稽古から脱皮することが、この先へと進むための道であり、次の次元の稽古であり、大げさにいえば、それこそが誰もが求めているはずの真の合気道ではないか、と考える。

それはどのような稽古かというと、己以外の力をお借りして、技を錬磨していくことであろう。そうすれば、体格・体力や腕力にあまり左右されず、人間の力などものともしない“超人的力”で、技を遣えるようになるはずである。

開祖は「日月の気と天の呼吸と地の呼吸、潮の干満との四つの宝を理解しなければならない」といわれている。しかも、これを信じれば天から光明を与えられる、とも言われているのである。天が味方して、応援してくれるわけである。

己の魄ではなく、「日月の気と天の呼吸と地の呼吸、潮の干満」で技をつかうようにしなければならない、ということであるが、今回は、このうちの「潮の干満」について研究してみたいと思う。つまり、合気道の稽古における「潮の干満」とはどのようなものなのか、そして「潮の干満」を技でどのようにつかえばよいか、また、どのように鍛え、身につけていけばよいのかということである。

「潮の干満」は現実世界でも見ることができるので、技にも取り入れやすい、と考えるのである。

まず「潮の干満」は、海が満ちたり引いたり、波が寄せたり引いたりするような心身の動きであると思う。特に腹が足や腿を支点に前後左右、そして、○や∞で自然に動くのが、あたかも地からのエネルギーとその呼吸によって動いているように感じられるのである。

腹が支点・中心となって手足をつかうと、通常、腹は十字々々に動いて、足の上をしっかり載ってくるわけであるが、「潮の干満」の腹は、さらに自然に大きく、そして強く動くのである。この「潮の干満」の力で技をつかえば、相当な、そして、魄のそれまでとは違った、異質の力がでる。

この「潮の干満」をつかうと、地の呼吸を感じることができるようになるので、これを土台にして、天の呼吸を感じ、身につけることができるようになるのではないかと考える。

開祖は「天の呼吸、地の呼吸（潮の干満）を腹中に胎蔵する。自分で八大力の引力の修行をして、陰陽を適度に現し、魂の霊れぶりによって鍛錬」する、といわれている。この「潮の干満」を腹に入れれば、引力・呼吸力がつくようになり、それで魄の力ではなく、心の魂でやれば、魂の霊れぶりが起こるようになる、といわれているのであろうと思う。

実際に「潮の干満」で腹をつかい、動くと、地と腹と身体が結び、地からのエネルギーが体を通り、息を入れた「干」の際には、すべてのものを吸収するかのような引力が生じるのである。

ここまで「潮の干満」はどのようなものであるかを書いてきたが、残りのテーマ「潮の干満」を技でどのようにつかえばよいか、また、「どのように鍛え、身につければよいか」を書くスペースがなくなってしまったので、次回にすることにす

---

## 【第463回】 潮の干満を身につける

今回は、前回の第462回「潮の干満とは」の続きとして、前回書き残した「潮の干満」を技でどのようにつかえばよいか、また「潮の干満」をどのように鍛え身につけていけるか、を書いてみることにする。

まず、「潮の干満」の特徴をもう少し書いてみよう。「潮の干満」は、己が出す力でもなく、動きでもない。地の呼吸がなせる業である。「潮の干満」、つまり地の呼吸は、切れることなく、干と満で常につながっている。技をかける際も、この「潮の干満」でやれば、技と動きが切れないのである。技や動きが切れてしまうようでは、「潮の干満」でやってないことになる。

また、「潮の干満」は引力を生じるものであり、つまり遠心力と求心力が生じるはずである。地に足をつけて、足を縦に垂直に落として踏み、足底を前後・横に振ると、腹は十字、○、∞と動くが、その時に大きい、摩訶不思議な引力を感じる。

では、どのようにすれば、「潮の干満」を感じるようになるだろうか。上記の、引力を感じるところでも書いたが、さらに足底を地につけ、ふくらはぎを突っ張らないようにすると、体全体の重さが地に落ちて、腹と地が結ばれる。

腰腹の重さをふくらはぎに落とし、片方ずつ左右の足に体重を落として、体重をかけたまま、足底を前後、左右に動かすと、地からの力が戻ってきて、腹がふくらはぎを支点として、前後、左右、○、∞等、自由に振れる。そうすると、腹で結んでいる地を感じ、己以外の力、潮の干満を感じるのである。この感覚こそ、開祖がいわれている霊れぶりであろうと考える。

初めは立ったままで、この霊れぶりを味わうのがよいだろう。立ったままである程度味わうことができるようになったら、今度は技の稽古で、技に取り入れていけばよい。しかし、これは立った時とは違って難しいだろう。つまり、霊れぶりの感覚、潮の干満の感覚を動きながら得るのは難しいのである。

すぐには身につかないから、技の稽古以外でも稽古しなければならないだろう。例えば、道を歩く時、電車で立っている時などに、その稽古をするのである。

もう一つ、「潮の干満」を身につける稽古を紹介する。それは、お相撲さんがやっている四股踏みである。それを合気道的に、つまり、潮の干満、霊れぶりでやるとよい。地の呼吸でやるのである。地と息の交流をし、呼吸が切れることなく、引く息、吐く息と身体の動きを結んで、動くのである。足が上がる際は、地にある足底に地からのエネルギーが入るようにし、地が体を動かしてくれるようにする。

「潮の干満」がある程度わかってくれば、技でもつかえるようになるし、また、得物も「潮の干満」で振ることができるようになるはずである。手や腕で剣を振るのではなく、「潮の干満」で振るのである。大地の呼吸、霊れぶりで振るのである。

剣も杖も、そして徒手の技も、手先や己の力をつかうのではなく、大地の呼吸である「潮の干満」の中に入れてしまい、それにお任せするのが、これからの稽古では

ないかと考える。

---

## 【第464回】 空を行ずる

合気道を創られた開祖は、そのために、我々が想像もできない努力や苦勞をされた。その時代は、勝負して負けたり、不意打ちを食らってやられれば、それで終わりであり、世に出ることもできなかったし、名も残らなかったことであろう。当然、開祖は人に負けないように、日本一強くなろうとされていたはずである。

しかし、ある時、開祖は、強くなろうとか日本一になろうということも、そして、地位も名誉も財産もいらない、といわれたという。これを聞けば、開祖は合気道の稽古を止められるのだ、と受け止めるだろうが、稽古はますます精力的に続けられていた。

もうひとつ、同じようなことを、私自身も道場で体験している。我々が稽古している時、いつものように、大先生（開祖）が突然道場にお入りになって、短いお話をした後で、内弟子に手を取らせて、「もし、力が入るようなら、合気道はやめじゃ」といわれたのである。

それで、大先生の動きを、目を凝らして見ていたのだが、力が入っているかどうか、それまでと違っているかどうか、違っているとすればどこが違っているのかも、全くわからなかった。大先生は、力が入ったとか入らなかったなどともいわれず、無言で道場を出て行かれた。残った稽古人たちは互いに顔を見合わせて、わからなかったなあ、と確認し合っただけだった。もちろん、その後も、大先生は稽古を続けておられた。

大先生が懇意にされ、尊敬されておられた方の一人に、宗教法人白光真宏会（びゃっこうしんこうかい）の開祖、五井昌久さんがおられた。五井さんは大先生とお話しされて、大先生の合気道の印象をこう語っている。「植芝先生のお話や、合気道についての本から得た私の感じでは、合気道と云う武道の一種と見られる道は、空を行ずる事が根幹であり、そこから生まれる自由無碍の動きであり、大調和、愛気の動きである、と思ったのです。」つまり、合気道の根幹は、空を行ずる事であろう、と見抜かれたのである。

この二つの事から、大先生が「合気道はやめじゃ」といわれた意味がわかったように思う。それは、大先生の合気道は、相手を投げたり抑えたりして、勝った負けたという為の稽古ではなく、空を行ずる稽古・修業に入られた、ということである。大先生の表面的な動きや形は、それまでのもの、我々のものとは変わらないかも知

れないが、見えない世界では全然違っていたのである。つまり、稽古の根幹が違っていたのである。

合気道の稽古は、誰でも魄の稽古、見える世界、顕界の稽古から始まるが、魂の稽古をするようにならなければならない、と開祖はいわれている。この魂の稽古に入るには、空を行ずる稽古にならなければならないのであろう。

今回は、この続きで、なぜ空を行じなければならないのか、そして、どうすれば空を行じられるようになるのか、を研究してみたいと思う。

参考引用文献      『武産合気』（白光真宏会青年合気道同好会）

---

## 【第465回】 空を行ずるために

前回、第464回では、合気道の稽古・修業の根幹は空を行ずることである、と書いた。今回は、それに続いて、なぜ空を行ずるのか、どうすれば空を行ずることができるようになるのか、空を行ずるとどうなるのか、などを書いてみたいと思う。

前回紹介した白光会開祖の五井さんは「空を行ずると云う言葉を云いかえれば、自我の理念を無くすると云う事であります」といわれている。理念とは、辞書によれば、ある物事についてこうあるべきだという根本の考え、ということであるが、つまり、自分でつくり上げて決めつけた考え（理）や欲（念）、つまり、エゴ（自我）を無くす、ということであろう。

このエゴを空にしていくなのが、合気道の根幹ということになる。空を行ずることは無を行ずることであり、別に合気道だけの専売特許ではないだろう。禅の根幹も同じである。

禅の世界で高名な方（多分、鈴木大拙）が、開祖の合気道を見て、「合気道は動く禅」であるといわれたと聞いているが、開祖の演武やお話の中に、空を行じ、無を行ずる姿を認められたのだと思う。もし、開祖が従来の武術的な演武や話をしていれば、このような方々には、認められなかったはずである。

空を行ずるとは欲やエゴがなくなるということだろう。英語ではNothingというようだ。素潜りで世界初の100m以上のグランブルーに到達したマイヨールは、深く潜るためにはNothingにならなければならないと言われている。つまり、より深く潜るためにはNothingの行、空を行じなければならないということである、

Nothingでエゴを空にしていくと、現実の世界とは違う世界に入っていく。開祖はそれを楽しんでいたと、『武産合気』や『合気神髄』などには書かれている。そして、超人的な技を示されたわけである。

グランブルーに到達したダイバーたちも、「海と自分の境目がなくなり、海が自分に、自分が海に浸透していく」「海が自分の可能性を引き出してくれる」と語っている。ある女性ダイバーは、深く潜るためには、体を鍛えるよりも海との調和が大事である、といているのである。（「グランブルーダイビング」 NHK BS7<sup>+</sup> 11AM） これは合気道でも当てはまるだろう。

彼らがなぜ少しでも深く潜ろうとするのか。それはまず、人はどこまで深く入っていけるのか、という可能性の追求と、そこに何が待っているかという好奇心からであろう。これも合気道の世界と同じである。

合気道の根幹である空を行ずる稽古、Nothingの稽古をしていけば、エゴが無くなるにつれて、人本来が所有している生命力が目覚め、そして体がいろいろと教えてくれたり、心が語りかけてくれるようになるはずである。すると、心と体が、現実の魄の世界からどんどん内面へと向かい、恐怖やおごりや欲がなくなり、宇宙の声が聴こえるようになるのではないか、と思う。

Nothingになれば、宇宙の意思、宇宙の営み、宇宙の条理、言霊などが分かるようになり、宇宙とつながってくるはずである。従って、空を行ずることで、宇宙とつながるのではないか、と考えている。

---

## 【第466回】 宇宙と宇宙の営み

合気道は宇宙の営みの御姿、御振舞いの万有万神の条理を明示する大律法である、といわれている。合気道は技を錬磨しながら精進していくものであるが、錬磨する技には、この宇宙の営みの御姿、御振舞いの条理がなければならず、また、その技で宇宙の条理を明示できなければならない、ということになる。

そのためには、宇宙の営みとはどういうことなのかを理解しなければならない。だが、その前に「宇宙」の定義をしなければならないだろう。

宇宙の定義を調べてみると、下記のごとくいろいろある。  
宇宙（うちゅう、Universe, Cosmos）とは、



1. 広義には、森羅万象（あらゆる物事）を含む全ての存在。天地の全体、「世界」の意味。
2. 狭義には、天文学的・物理学的にみた「宇宙」。さらに、狭義的な意味で、「地球の大気圏外の空間」という意味もある。国際航空連盟（FAI）の規定によると高度100km以上のことを指し、アメリカ軍では、高度50ノーチカルマイル（92.6km）以上の高空を「宇宙」と定めている。

合気道の宇宙はもちろん広義の意味であるから、狭義の意味をも含んでいる宇宙である。開祖が残された『武産合気』『合気神髄』などを読むと、この広義の意味の宇宙でないと意味が通じないだろう。

次に、この宇宙の営みとはどういうものか、を研究しなければならない。宇宙の営みは万有万物にとっての条理であり、法則（大律法）であるから、我々が錬磨している合気道の技も、宇宙の営み・条理・法則で構成されていなければならない、ということになる。

宇宙の営み・条理・法則は宇宙同様に無限にあるはずなので、そのすべてを一人で見つけ、技に取り入れ、そして身につけていくことは不可能である。だから、人から人へ、時を越えて探究し続けなければならないと思う。

まずは、これまで論文で取り上げてきた宇宙の営みについて、書いてみる。

### ○円の動きのめぐり合わせ

合気道の技はこの「円の動きのめぐり合わせ」でできている、といわれるわけだが、宇宙もこの「円の動きのめぐり合わせ」で生成化育している。例えば、月は地球の周りをまわり、地球は自転しながら太陽の周りをまわる。無数の星が、回り、回られ合って、活動している。



### ○螺旋

地球上の生物は、一日、一年を周期に生きている。朝が来て夜になり、寝て目が覚めれば朝になる、を繰り返しているが、寝て目が覚めた朝の自分は、前日の朝の自分とは違う。また、同じ日であっても、一年前の日の自分と今の自分は違う。一日、一年という周期で同じところに戻っているようだが、やはり違うのである。平面的な二次元で見れば円の出発点に戻ってきたようであるが、立体的に見ると最初と次の回では高低の差ができる。つまり、螺旋なのである。

宇宙で星が生成される際には、螺旋の動きとなる。地球も螺旋からできたし、若い星などは、螺旋でその星ができていく過程を見せてくれる。



合気道の技も、力が出るよう、手が折れ曲がらないように、螺旋でつかわなければならない。

### ○陰陽

宇宙の万有万物は陰陽から生まれる。伊邪那岐（陽）と伊邪那美（陰）の結びから子供、そして気の大元素を生み出した。陰と陽が表裏一体となってはじめて仕事ができ、成果をもたらすことができる、ということである。電気のプラス（+）とマイナス（-）も、結びあってはじめて電気が流れる。

宇宙の万有万物は、この陰陽の組み合わせでできて、活動しているように思える。人は男女、動植物は雄雌、無生物にも陰陽の役割があって、例えば、太陽は陽、月は陰などである。

合気道の技も、陰陽を上手につかわれなければならないはずである。

### ○十字

合気道の技は十字にもつかわなければならないから、宇宙も十字で構成されていると考えてよいだろう。しかし、この場合の宇宙は広義の宇宙でないと、十字を具体的に説明するのは難しいようである。宇宙を世間、世の中、万有万物などとする、十字や十字の営みを見つけやすい。

まず、宇宙とは時間と空間ともいわれているように、時間軸と空間軸の十字である。また、合気道では、宇宙の万有万物は魂と魄でできているといわれるが、魂と魄の十字と考えてよいだろう。

人間の体は小宇宙といわれ、宇宙のミニチュア版ともいわれるが、人の関節は隣同士が十字に機能するようにできており、大宇宙の人の関節に当たるところは十字であり、十字に機能しているはずである。

人の潜在的意識にも、十字が大事なものとしてあるようである。キリスト教の十字架を初め、スイスやスウェーデンなど多くの国の国旗や、島津家の家紋のように、十字がつかわれている。

十字は宇宙の営みで重要な働きをしているようだから、技にもとりいれていかなければならないことになる。

---

## 【第467回】 生産びで仕事をする

開祖は、日本には太古からの教えがあり、それを稽古するのが合気道である、といわれている。そして、その教えのひとつに「生産び」（いくむすび）という呼吸法があり、この呼吸で自分の仕事をしなければならない、といわれているのである。

従って、合気道の技の錬磨の稽古においては、技はすべてこの息づかいでやらなければならない、ということになる。

以前、この生産びの重要さに気がついて論文に書いたことがある。その後、自分でも実践し、稽古相手の息づかいなど観察してきて、この生産びで技を使わなければ力も出ないし、技も効かない、ということを確認するようになった。

「生産び」を再確認する意味で書くと、「イと吐いて、クと吸って、ムと吐いて、スと吸う。それで全部、自分の仕事をするのです。」（『合気神髄』）というものである。これでは抽象的で解りづらいようなので、合気道の技をつかう場合（仕事をする場合）で説明してみる。

- 。イと吐く：相対稽古で受けの相手と対峙して、相手に手を取らせたり、打たせたり、突かせたりするが、相手に接する際に息をイと吐く。イと吐くのは腹式呼吸で腹から息を出す。これで、相手の力や勢いに惑わされず、そして、相手とくっつき、結ぶことができるようになる。逆に、ここで息を吸ってしまえば、相手の力を呼び込んでしまい、力負けしてしまうはずである。  
ちなみに、イと吐かないで、それ以外のア、ウ、エ、オで吐くと、次のクで息を吸うのが難しく、やはりイで吐くのがよいようだ。これは、次の、ク、ム、スでも同じだろう。
- 。クと吸う：相手とイで結んだら、クと吸いながら、相手を自分の円の中に入れていくことができるようになる。これは、胸式呼吸でやるのである。初心者はここで逆に息を吐いてしまうようである。クと息を吸うのは必須であり、重要である。なぜなら、クで吸うことによって、相手とくっつき離れにくくなるし、この引く息によって、力加減や拍子などを自由に調節できるからである。開祖も「引く息は自由である」といわれているが、実際その通りである。
- 。ムと吐く：相手を投げたり、抑える際には、ムと吐く。腹で、腹式呼吸で吐くのである。ムはウが母音となることから、力と心（魄と魂）の両方が集中するはずである。心と体のすべてが相手との接点に集中するのである。
- 。スと吸う：相手を投げたり、抑えたら、相手から離れなければならないが、その離れる際は、スと息を吸いながら離れなければならない。スーと離れるわけである。これには、横の胸式呼吸を使う。

従って、息は縦の腹式呼吸、横の胸式呼吸、縦の腹式呼吸、横の胸式呼吸と、十字につかうことになる。

そして、次の仕事（技をかける）に戻るのも、また、イと吐いて、クと吸って、ムと吐いて、スと吸って相手から離れる、と続くのである。

名人になれば一息で技をつかうといわれるから、生産びの息づかいではないかもしれないが、まずは、この生産びの息づかいを身につけるべきだろう。しっかり身につくまでは、技を使う際に意識したり、口で唱えながらやるのがよいだろう。

また、相対稽古での技づかいだけでなく、稽古の前にある基本準備運動なども、この生産びの息づかいでやらなければならないと思う。まずは、基本準備運動を一人稽古で、この生産びができるようにするのがよいだろう。

---

## 【第468回】 幽界の心

合気道は技の錬磨を通して精進していくが、精進するのはなかなか難しいものである。いくら稽古しても、進歩、上達が感じられなかったり、あるいは第三者からは、精進どころか退化しているように見えるのに、本人は進歩していると思ったりすることもある。

進歩、上達し、合気道を精進していくためには、道に乗らなければならない。合気の道に乗らなければ、先に進んで行くことができないので、精進も難しいだろう。道に乗るためには、目標がなければならない。だが、目標に近づくにはいろいろな教えに従わなければならない、またいろいろな問題に挑戦して解決していかなければならないのである。

そのためには、合気道を創られた開祖の原点にもどって、合気道や、合気道の修行法を考えてみるのがよいだろう。

合気道は相対で技をかけ合って稽古するが、始めの内は誰でも本能的に、また現在生きている物質文明の環境と影響で、体力や腕力の力に頼って、相手を倒そうとしたり、抑えようとするものだ。だが、だんだんと力で相手を制するのに限界を感じるようになるはずである。

そこで、心で己の体を導き、つかうようにするとよい、と書いてきた。それまで培った体力や技を土台にし、体の上に心をおいて、心で体を導くのである。これを、息、生産びに合わせて技をつかうと、それまで以上の力が出るのである。

しかし、この心で技をかけるのは、腕力や体力でかけるよりも大きい力が出るが、相手が満足し、納得してないようでは、まだ何か問題があるのである。それは、その心に原因があるように思われる。

心で技をかけるのであるが、この心がまだ相手を意識していて、強弱や相対の世界、物質科学の次元である顕界にある、といえよう。この顕界での心では、相手がんばって、倒れてくれないことになるのである。

この顕界のこころを、霊界のこころにしなければならない、と考える。霊界のこころは勝手につくった言葉であるが、例えば通常（顕界）の目では見えないモノを見る心、ということである。肉眼の目で見るとよりこころで観る、ということになる。

宮本武蔵のいう「観の目」というのは、このような目ではないかと思う。開祖は、お日様を見てもまぶしくない、といわれていた。それで、よくお日様を見るのだが、顕界の目で見れば目を傷めるはずであるが、この幽界の目、つまり幽界のこころで見ると、まぶしくなく見ることができるのである。

また、草や木をこのような心で見ると、すべての草や木が輝いて見える。肉眼で見れば貧相に見えたり、枯れかかっている草木でも、生き生きと輝いて生きているのが見えるのである。これが、合気道が求めている、光る合気の光であろうと思う。

人の顔をこの幽界の心の目で見ると、みんな地球家族、宇宙家族であり、そして誰もが一生懸命に生きているのが見えるのである。特に幼い子供などは純粋に生を楽しんでいるので、みんな輝いて見える。

この霊界の心を持つためには、いくつかの条件、つまりやるべきこと、身につけるべきことがあるようである。

ひとつは、万有万物は一元の本から出て、つながっている、と信じること。これは合気道でいうところの科学である。実際、よく考えてみれば、人はみな家族であり、兄弟であるし、動物植物でさえ親族、同朋ということになるはずである。

そして、人も含め、万有万物は宇宙楽園完成のために生成化育をしているのだ、と見ることである。

もう一つは、見る時に胸を開いていることである。顕界の目では、どうしても胸を詰め、腹に力みを入れて物事を見ているものである。胸を開くためには、胸式呼吸で、息を入れながら見るのである。これには、胸から空気を一杯に吸い込むとよ

い。

幽界の心で、幽界の光を見ることができるようになると、合気道が目指す光る合気となり、さらなる力と技を生み出すことになるはずである。これは、開祖が次のようにいわれ、保証してくださっている。

「弓を気いっぱい引っ張ると同じに真空の気（空気）をいっぱいに五体に吸い込むと、真空の気（空気）がいちはやく五体の細胞より入って五臓六腑に喰い入り、光と愛と想になって、技と力を生み、光る合気は己の力や技の生み出す」

顕界から幽界のところで技を錬磨していけば、光る合気となり、新たな技と力を生み出すはずである、と考える。

---

## 【第469回】 ころを禊ぐ（みそぐ）

合気道は相対で技をかけあいながら、技の錬磨を通して精進する。しかし、自分のかけた技はなかなか思うようにはかからないし、効かないものである。

長年稽古を続けていると分かってくるが、未熟な者のかけた技が効かないのは当然で、何の不思議もない。技が効くということは、自分だけでなく、受けの相手も納得して倒れることである。そのためには、無理のない理合いの技にならないといけない。

理合いの技とは、宇宙の営みの業であり、つまり、真善美であり、宇宙の法則に則っているものである。誰も初めからこの理合いの技をつかうことなどできないのだから、技ははじめからそう簡単には効かないし、初めは誰でも未熟ということになるわけである。

従って、理合いの技を身につけていかなければならないわけであるが、そう簡単ではないだろう。それは、ただ形稽古を繰り返し、長年やれば身につく、ということではないと考えるからである。やるべきことを順序よく、ひとつひとつ身につけ、積み重ねていかなければならないのである。

技を身につけるためには、先ずはそのための体をつくったり、改造していかなければならないだろう。長年使ってきた体には、各所にカスが溜まっているはずなので、そのカスを取り払っていかなければならない。

カスを取り除くことによって、体の各部位が独立して動き、そして、体全体が一つ

として機能するようにするのである。例えば、指、手首、肘、肩、肩甲骨、首、胸鎖関節、股関節、膝、足首等のカスを取る。また、稽古で汗をかいて血液を浄化したり、呼吸によって肺や心臓などの内臓を浄化したり、強化するのである。

これらは、体の禊である。体の禊は、合気道では誰でもやっているようであり、実際に成果を上げているといえよう。ここまで体の禊ができてくると、技は大きく変わってくるし、技も相当効くようになるはずである。だが、これではまだまだ不十分であり、さらなる修練、次の次元の稽古に入らなければならない。

次の次元とは、心の禊であると考ええる。前にも書いたが、技は腕力や体力の力でかけるのではなく、心に導かれた力でかける方が効くし、また、相手を導くのも、力より自分のところの方が効果が大きいのである。

このように己の力と体を導き、そして相手のところ、さらには相手の体を導くところには、それらを導くだけのものがなければならないはずである。では、どのようなところであれば、相手のところが同調し、その体に倒れるように指示してくれるだろうか。もしこちらのところが相手を倒してやろう、やっつけてやろう等と思えば、相手のところは必ず反発して、体に倒れるな、がんばり通せ、と指示を出すことになるだろう。

まず、開祖がいわれている「合気は禊である」ということを肝に銘じ、「自己のころを直すことが合気の使命 自己自身の使命」と信じて、技をつかうことである。

己の禊であり、また、相手の禊となれば、お互いが禊ぎをしていることになるし、二人の稽古は世の立て直しの禊であり、世の中のカスを取り除く武であり、愛ということになる。相手は喜んで協力してくれ、倒れてもくれることだろう。

しかし、技は宇宙の法則に則るものでなければならない。たとえば「天の息と地の息によって陰陽をつくって陰陽の交流によって」つかわなければならないし、「赤玉白玉に神習う」等もある。

ころを禊ぐ稽古をしていけば、技もだいぶ効くようになるが、己のころの直り具合によって、その効き目は違うだろう。今回は、何を目標に、どうすればころが直るのか、禊がれるか、を書くことにする。

前回の第469回「こころを禊ぐ」では、合気は禊であり、こころを禊ぐ稽古をしていけば、技もだいぶ効くようになる、と書いた。そして「自己のこころを直すことが合気の使命 自己自身の使命」とも書いた。それでは、己のこころを直すのは何か、どうすればよいのか、ということになる。

己のこころに、それでよいとか、そこはだめだから直せ、など何かがこころに語りかけることがあるのは、おそらく多くの人が感得しているであろう。日常生活においても、また、合気道の稽古でも、語りかけてくれるものがある。もうひとつのこころが、こころに語りかけてくるのである。

日常では、通常のこころで生活したり稽古しているのであるが、もう一つのこころからは、良し悪しの判断や、修正・改善命令が伝わってくる。こころはもう一つのこころの言うことを聞いたり、あるいは無視したりすることもある。時には聞こうか聞くまいかで迷うこともあるので、これがこころの葛藤ということなのだろうと思う。だから、こころは二つあるともいえるだろう。

それでは、この二つのこころは、どこが違うのだろうか。学問的な事は心理学者や脳学者に任せることにして、ここでは合気道的に考えてみる。

そこで、一つは顕界のこころ、もう一つは幽界のこころ、と分けてみようと思う。顕界のこころとは、時代や社会や環境によって働き、自己防衛・自己繁栄を基調にして働くこころである。

もう一つのこころとは、宇宙樂園建設のため、また、万有万物の生成化育のために働くこころであり、時間や場所を超越した絶対なる愛善の御心であろう。

従って、顕界のこころを監視し指示を与える幽界のこころは、合気道でいわれている魂ということにもなり、宇宙とつながる宇宙のこころ、ということになるはずである。開祖は「魂の力をもって自己を整える」という言葉もつかわれているから、この魂は幽界のこころということになろう。

この幽界のこころである魂で、顕界のこころを立て直す、つまり禊いでいくのである。だが、合気道ではさらに、宇宙の気、オノコロ島の気、森羅万象の気を貫いて、息吹き、オノコロ島に発生したすべての物の気である天の村雲九鬼さむはら竜王の御剣を通して、幽界のこころである、本当の自己のこころを立て直さなければならない、といわれている。

つまり、まずは顕界のこころを幽界のこころで立て直すのであるが、大事なことは、天の村雲九鬼さむはら竜王の御剣によって、本当の自己のこころ（幽界のこころ・魂）から立て直さなければならない、ということである。これが、宇宙の営み



に則ったところと魂の禊であり、これを開祖は「自己のころは自己のころで祓い、御剣を通して本当の自己のころから立て直す。これが大神に神習う心魂の禊である」（『武産合気』といわれているのである）。

---

## 【第471回】 合気道は形がない

合気の道は終わりがなく、無限に続く、と開祖はいわれる。開祖は『合気神髄』の中で「合気の道は無限であります。私は76歳になりますが、まだまだ修行中であります。修業の道には涯（はて）もなく、終わりもない。一生が修業の業であり、無限につづく道の道程であります。」といわれているのである。

合気の道、つまり、合気の修業・稽古には終わりがなく、ということがどういうことなのか、を考えなければならないだろう。

私は常々、合気の修業・稽古には終わりがなく、涯なく続けなければならないはずだと思っている。だが、現実はその反して、多くの稽古人が修業に挫折し、早期引退しているのが気になっている。

体が動かなくなるとか、経済的なことなど、稽古を止めざるを得ない理由はあるだろう。だが、そこにはもっと根本的な原因があるように思うのである。それは、己の技が変わらないこと、変えようとしめないこと、今のままでよいと思っていること、つまり、もう出来上がってしまっていることでないだろうか、と思う。

己の半世紀の稽古を振り返ってみると、馬鹿な事をしたり、何も分かっていないのに分かっているつもりだったり、と赤面してしまうことが多い。例えば、若い頃は相手を投げたり抑えることができれば、その技はよい技であり、確立された技と考え、人にもすすめたり、強制していたものだ。

一教などは腰をひねって相手を崩して喜んでいたし、二教裏なども効けばよいとばかりに力と勢いでかけて、効けば己の技はすごいと、有頂天になっていた。実は、このような稽古はつい最近まで続いていたのである。この次元の稽古から抜け出すのは、実に難しいようである。

しかし、力や勢いがなくなって、力や勢いに頼れなくなった事もあるだろうが、年と共に稽古のやり方、技づかいが変わってきた。変えたのは、己の魂、つまり真の心のようなのだ。このような稽古では駄目だぞ、そのような体づかい、息づかい、技づかいでは駄目で、こうやりなさい、ああやりなさい、と教えてくれるようになったのである。

そのように変わってきた背景には、開祖の教えである「合気道は形がない。形はなく、すべて魂の学びである」があるようだ。この教えが心の奥底に残っていたのである。

形がない、形ではない、ということの一つは、例えば正面打ち一教の形はこうであるとか、こうでなければならないということではない、ということである。もう一つの意味は、合気は魄の学びではない、ということであろう。魄には限界があるわけだから、永遠に続く合気の道ではないのである。

合気道の修業を早期引退することになる最大の理由は、この魄の稽古から脱することができないことにあるのではないだろうか。つまり、「出来上がってしまう」ことである。腕力や体力の魄力に頼り、形から離れることができず、変わることができないようになると、先の見通しもなくなって、止めてしまうのである。人の最大の悲劇のひとつは、変わらない事、変わることができない事であると思う。それは、世間や世界で起こっている問題や紛争を考えてみてもわかるだろう。

出来上がってしまう、ということは、止まってしまうことである。それは宇宙の営みに合致せず、故に宇宙の法則違反となる。宇宙の営みは留まることがないのである。これを、開祖は「宇宙生成化育の大道は止まるところがない」（「合気神髄」）といわれている。もちろん、合気道は宇宙の生成化育の道をいかなければならないし、それに則った技をつかわなければならないのである。

技も形を脱し、そして、宇宙の営みを一つ一つ技にし、決してそこで満足せず、更に、そして終わりなく、技を積み重ねていかなければならない。開祖は、これを「合気は日々、新しく天の運化とともに、古きを脱ぎかえ成長達成向上を続け、研修している」といわれている。

---

## 【第472回】 合気道に形（かたち）がないなら

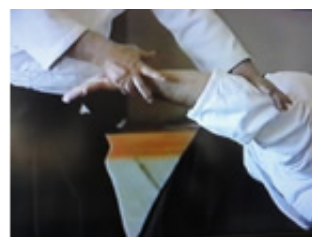
前回の第471回では「合気道は形がない」と書いたが、それでは稽古で形を追わずに何をどうすればよいのか、を研究してみたいと思う。

合気道は技の錬磨で精進していくわけだが、合気道の基本の形（例えば、片手取り四方投げ）で、宇宙の営みを形にした技を身につけていくわけである。そして、その技がよいか悪いかは、一般的には、技をかけた相手がどのように倒れるかによる、といってよいだろう。

しかし、その技の良し悪しの判断は、いってみれば、自分の体づかい、動き、態勢などの形（かたち）によるはずである。効いた技の形は無駄がなく、必要なものがある、美しくもあるはずである。逆に、無駄があったり美しくない形は、効かない技であろう。従って、形を美しくする、無駄がなく、宇宙の法則（例えば、陰陽、十字、円などの動きのめぐり合わせ）に則するようにすれば、技が効くはずであるから、形を追うことになるのである。

これは、合気道には形がない、形を追うものではない、ということと矛盾するようだが、これこそが合気道である、と思う。つまり、相容れないものが表裏一体となっている、ということが、自然の理であり、宇宙の営みのはずであり、本物である、と思うからである。実際、技を上達していくためには、形を追ってやるしかないはずである。

形の大事なことを教えて下さったのは、晩年の故有川定輝師範である。師範は、本部の稽古では直接口に出して説明されることはなかったが、技で示されていたし、晩年の「東京都指導者講習会」などでは、形の重要さや、手や足や体の角度などを、どのような形にならなければならないか、また、なぜそのようにならなければならないか、詳しく説明して下さった。これは大変勉強になり、形を大事にして稽古しなければならない、と思ったものである。



「東京都指導者講習会」での有川師範の形の説明の一部

初めは、大まかな形を身につけることから始めて、だんだんと細部の形を直していくのである。

例えば、極意技であると思う正面打ち一教であるが、手足を陰陽でつかえるようになると、まず、相手が打ち下ろしてくる手を、こちらの手刀でくっつける。この時、己の手は己の正中線上にならなければならない。また、相手の正中線、つまり体の中心を手刀でおさえていなければならないし、相手の手と接した時の己の手の平の角度は35度から45度開いていなければならない。

次の形として、反対の手の掌底で相手の肘をおさえる。そこを支点に、反対の手の平を腰腹で外側に返しながら、手の平を寝かせ、相手の手首を小指と親指でつかむ。次に、相手の肘にかかっている手を、足を進めて下に落とし、反対の小指と親指でつかんでいる相手の手を、槍で突くように進み、進めた足の膝で相手の横腹を突くようにして地に着き、反対の手と足に重心を落としながら立ち上がる。

こうすると、足は右左交互に撞木（有川先生はこれを六方と云われていた）で進み、手も左右交互に規則的に、しかも足と左右一緒に動くことになる。これが少しでもその形が狂えば、技は効かないし、美しくもないのである。

うまくできるようになると、一人でもこの正面打ち一教の形はできるはずだから、毎日この一人稽古をやればよい。毎日やれば、必ず体、そして真のこころ、魂が、これはよい、こうした方がよいと、形の修正や、そして、よりよい形になるように、導いてくれるはずである。

しかし、形に留まっていたてはならない。つまり、出来上がらないことである。身につけた形は、時によっては脱ぎ捨てたり、また、その上に新たな形を重ねていき、成長していかなければならない。

基本的な形から、繊細な形、超微細な形へと、身に着けていく形は無限にある。そして、超微細な形から、見えない形、つまり魂の形ということになるだろう。だから、ますます道は遠くなるのである。

これが、開祖がいわれた「合気道は形がない。形はなく、すべて魂の学びである」の意味ではないだろうか。つまり、形をしっかりと身につけ、そして、その形を忘れ、魂で形になるようにしなければならない、という意味であると考えてる。

---

## 【第473回】 力を抜いて気を入れる

本部道場で教えておられた有川定輝先生には、当時それほど意識してなかったのだが、いかに多くのことを教わったかということ、最近ようやく意識し始めた。どうして分かってきたかということ、一つには稽古している時に、先生はここをこうされていたとか、このようにいられていた、等と思い出し、そのようにやればうまくいくことがわかってきたからである。

また、もう一つには、以前にも書いたことだが、1999年2月から有川先生の稽古時間でされたこと、話されたこと等をメモしていたが、今見ると、われわれ稽古人たちに大事なことをたくさん教えようとされていたことが分かるようになったのである。

今回は、1999年2月24日の本部道場での稽古で、先生が我々に教えて下さったこと、要は注意されたこと、を考えてみたいと思う。

それは、「力を抜いて気を入れる」ということである。それを聞いた当時は、「力まないで、気力でやれ」くらいにしか考えていなかった。だが、今になると、これにはもっと深い意味、合気道の本質の意味があると思うのである。

「力を抜いて気を入れる」には、二つの段階、二つの次元があるように思う。一つは、当時の解釈に近い、力まず、腕力や体力に頼らずに、代わりに気力でやりなさい、ということである。力に代えて、心、意思、精神でやるということである。これは誰でも容易にやることができるだろうし、やってきたはずであるから、説明はいらないだろう。

次の段階、次元になる二つ目は、実際に力を抜いて、「気」を体に入れて技をつかうことである。ちなみに有川先生は「気とは宇宙生命力」である、と定義されている。だから、宇宙生命力で技をつかうようにせよ、ということになるだろう。

最近、ちょうど力を抜く稽古、気を取り入れる稽古をしている。それで、先生の「力を抜いて気を入れる」という言葉が蘇ってきたのである。

「力を抜く」というのは、容易なことではないかもしれない。一般社会における、脱力するとか、無力になるのではないからである。武道であるから、「力を抜いて」やっても、力が籠っているとか、力んでいるよりも、大きい力にならないといけない。

以前から書いているように、「力を抜いて」大きい力を出すためには、呼吸、息づかいが大事である。そのためには、胸式呼吸で息を入れると、力みが取れて、腰から大きな求心力が出るものである。

さらに、息は心と体を結ぶ役割をするので、心で体が自由に動くように、息で調整するのである。

ここまでで、「息を入れて力を抜く」ということになるので、「力を抜いて気を入れる」の前半の「力を抜く」まではできたことになる。

次は、「気を入れる」である。開祖は「人間は心と肉体と、それを結ぶ気の三つが完全に一致して、しかも宇宙万有の活動と調和しなければならない」、「合気道は、心と肉体とを一つに結ぶ気を、宇宙万有の活動と調和させる鍛錬」等といわれている。

つまり、心と体を結ぶのは「気」である、といわれているのである。先ほどは、自分の体験から、心と体を結ぶのは息である、と書いたわけであるが、「息」と「気」には緊密な関係があるはずである。

その関係を、開祖は「弓を気いっぱい引っ張ると同じに真空の気をいっぱい五体に吸い込み、清らかなにならなければなりません」といわれている。つまり、息を体いっぱいに入れると、気も体に入って来るということになるわけである。

さらに、開祖は「清らかなれば、真空の気がいちはやく五体の細胞より入って五臓六腑に喰い入り、光と愛と想になって、技と力を生み、光る合気は己の力や技の生み出しではなく、宇宙の結びの生み出しであります」といわれている。つまり、体に入った気が技と力を生み出す、ということになるわけである。

これが、有川先生のいわれた「力を抜いて気を入れる」の意味である、と今になって思うのである。だが、当時の先生は、我々の稽古を見ていて、そこまでは期待してはおられなかっただろう。どうせ駄目だろうが「やってみなさい」という言葉と先生の顔が、今でも思い浮かぶ。

---

## 【第474回】 地の呼吸と天の呼吸を頂く

合気道の形稽古を通して技を練り合う稽古において、腕力や体力などの力に頼ってはいけないということになっているが、これは注意しなければならない。というのは、腕力、体力、力のあることは悪いことではなく、逆にあればあるほど、強ければ強いほどよい、ということがあるからである。開祖は、力のあることが駄目だとか、力を養成することなど必要ない、等とはいわれなかったはずだし、それとは反対に「爺は、力持ちだった」と自慢されていたほどである。

合気道を修業する者は、力まないとか、力を入れない、などといわずに、まずは力一杯稽古して、力を養成すべきであると考ええる。

開祖がいわれたのは、力をつけよ、体をつくれ、そして、それを土台にして、それを表には出さず、心（魂）を表に出して技を磨きなさい、ということであるはずである。

そして、そうすれば、それまで養成してきた力の魄の力よりも、さらに大きい力が出るはずだし、出るようにしなければならない、といわれているのである。

魄の力とは、見える世界、物質科学、顕界、相対的なもの、等であろう。これに対して、魂の力とは、見えない世界、精神科学、幽界、絶対的なモノ、ということになるだろう。

この魄の力を、魂の力に主導権を移し替えるわけであるが、それは容易ではない。これまでやってきたことを忘れて、全く新しいやり方をするわけだし、見えないものを追及するわけであるからである。さらに、それまでの魄の力が顔を出さないようにしようとする、それまでのような力も出なくなるので、この先どうなるか不安にもなるだろう。

しかし、開祖のいわれることを信じ、自分を信じて、魂の力を養成していくと、魄の力の限界も見えるようになるし、開祖がいわれる魂の力の無限性、超人性などが少しずつ見えてくるようになる。これまでの力は己だけの力であるが、魂の力は己以上の天地、宇宙からの力なのである。

例えば、技をかける際に、これまでは自分の力をせいぜい宇宙の営みに則った法則に則ってつかっていたわけである。それを、次には「地の呼吸と天の呼吸を頂いて」技をかけていくのである。開祖はこれを「合気はいつもいう通り、地の呼吸と天の呼吸を頂いてこの息によって、つまり陰陽をこしらえ、陰陽と陰陽とを組んで、技を生み出してゆく」（「武産合気」）といわれている。

今回はこの「地の呼吸と天の呼吸を頂いて」をテーマにする。それは、この地の呼吸と天の呼吸を頂けば、魄の力とは違う力が出て、よい技の生み出しができる、ということである。

技は、主に手と足を陰陽に組み合わせて、地の呼吸と天の呼吸で生み出していかなければならないわけであるが、具体的に例をあげて説明してみることにする。

## 例 1. 坐技呼吸法

- 受けの相手に両手を取らせ、息を吐きながら相手と結ぶ（天の浮橋）
- 手で相手と結びながら、自分の重心を右（左）に移し、持たせた手を息を入れながら、腰で下へ落とす（地の呼吸）、
- それと連動して、反対の左（右）の手が上がってきて、手を握っている相手が浮き上がってくる（天の呼吸）
- 重心を反対側の左（右）に移動しながら、左の上がっていた手を腰で落とし（地の呼吸）、
- 反対側の右（左）手が上がって来て（天の呼吸）相手は無重力になり、くっつくので、そこで息を吐きながら、無重力になった相手を下に落として収める

地の呼吸と天の呼吸を頂いて技をかけると、相手と結び、相手の重力を無重力にすることができるので、一体化、つまり  $1 + 1 = 1$  になるのである。これは、腕力や体力の魄力では出ない力である。

## 例 2. 正面打ち入身投げ

- 受けの相手が右で打ってくる手を、右手で息を吐きながら結び（くっつける）、相手と一体となる
- 相手と接している右手（正確には、手刀部）を支点に、左手と左足を入身して相手の後ろ（死角）に入り、完全（十字）に転換する。
- 左首にかかっている手を支点として、右足と右手で相手の手を切りおろす
- 腰を十字（腰の面と爪先）に返すと、重心の足は右から左に陽となるが、手も左が陽となる。この左手を己の息で地に落とすと（地の呼吸）、息を入れるとともに己の手が上がり、相手の体が浮き上がってくる。  
ここで、地の呼吸と天の呼吸が実感できるのである。

この地の呼吸と天の呼吸が実感できるのは、正面打ち一教、天地投げなどであるが、おそらくすべての基本の形稽古でできるであろう。また、できるように稽古していかなければならないはずである。

---

## 【第475回】 合気道は禊（みそぎ）

合気は禊である、と大先生はよくいわれていた。当時は稽古で汗をかき、稽古の後はシャワーを浴びて、身心とも爽快な気分になったので、それが禊というものであろうと考え、確かに合気道は禊であると思ったものである。

しかし、汗をかいてシャワーを浴びて、心身が爽快になるのは合気道だけではないだろう。他の武道でもスポーツでもそれはできる。だが、禊であるとはいわないだろう。合気道には、他のモノにはない、または、目的としていない何ものかがあって、禊になるのではないだろうか。

合気道では「宇宙の魂の緒の糸筋を浄めて、気の世界・気・流体・柔体・個体の世界というように、各層をすべて浄める禊ぎのわざである」（「武産合気」）という。この禊ぎの技とは、一霊四魂三元八力の宇宙活動の姿である。この宇宙活動である宇宙の道を進み、一霊四魂三元八力の生成化育に神習い、一体化していくことが禊ではないか、と考える。

最初は、体、肉体の禊である。つまり、一霊四魂三元八力の三元である。三元とは、生産霊（△）足産霊（○）玉留霊（□）といわれるが、これを流、柔、剛と考えることにする。

具体的にいうと、流は血液やリンパなどの液体、柔は筋肉、剛は骨である。この三元を浄めていくのである。血液を浄め、肉体を柔軟にし、骨格を強靱にしていくのである。



肉体の禊は、合気道の稽古で誰でも問題なくやっているだろう。この肉体的禊、三元の禊があるから、合気道は健康法であり、老若男女に愛されるのだろう。

次に、こころの禊である。一霊四魂三元八力の四魂の禊である。四魂とは、奇霊、荒霊、和霊、幸霊である。この一霊の宇宙を創造し、その完成のための生成化育の活動のところに神習うのである。合気の稽古を通して、この四魂を技に取り入れ、宇宙に近づいていくのである。それが禊である、と考える。

四魂の禊を合気の稽古でどうすればよいかというと、

- 奇霊の禊は、宇宙が動く前の状態、天の浮橋に身を置くことである。これは受けの相手に技をかける前の状態で、相手とはもちろん、宇宙、天地とも一つになってしまうことである。開祖はよく「まずは天の浮橋に立たなければならない」といわれていた。天の浮橋に立つ、は非常に重要なことであって、天の浮橋に立たなければ合気の技はつかえないし、仕事も進まないはずである。天の浮橋に立つためには、こころの修練をしなければならないので、これがこころの禊、奇霊の禊となることになるだろう。
- 荒霊の禊は、激しいこころを生み出すための修練であると考ええる。合気道の技をつかう際には、気の体当たり、体の体当たり、また、ぶつかってぶつからない、に相当する。弱気なこころや臆病なこころを無くし、何ものをも恐れないうこころを養成することになるだろう。荒魂を養わなければ、技も効かないし、何の仕事もできない。
- 和魂の禊とは、荒魂のこころから、円の動きのめぐり合わせで円く収めるこころであろう。中心を持ち、相手の動きやこころを己の円に取り入れてしまい、すべてを取り込んでしまうこころを養うことになるだろう。和魂を禊がなければ、争いが絶えないことになる。
- 幸魂の禊とは、すべてを取り込んで、収めて、安定させるこころであろう。地球の大地が固まったように、盤石なこころを養成することだと考える。仕事の最後であり、大事である。技を見ても、最後の姿が大事だし、何の仕事でも結果が重要であろう。

このように、合気道は体とこころの禊ができるようにつくられているのがわかるであろう。これで、合気道は禊であるといわれているのが、理解できるはずである。

合気道の稽古を禊であると思いながらやれば、宇宙活動が身につきやすくなるだろうから、宇宙との一体化に近づきやすくなる、と考える。

---

## 【第476回】 引く息は火

合気道は、技を錬磨しながら精進している。技が理合いでうまくかかれば、その理合いは正しく、そして、その宇宙の法則であるはずの理合いが一つ身につき、上達したことになる訳である。

しかし、そのためには真の合気道の力があるのだが、その力がなかなか出てきてくれないのである。それもそのはずで、やるべきことをやり、身につけることを身につけなければ、できないからである。例えば、開祖は「一霊四魂三元八力や呼吸、合気の理解なくして合気道を稽古しても合気道の本当の力は出てこないだろう。」といわれている。つまり、一霊四魂三元八力や呼吸や合気の理解がなければ、合気力は出てこない、といわれているのである。

この内のひとつの理解でも欠ければだめ、という事であるから、すべてを理解するようにしなければならないわけである。今回は、このうちの「呼吸」、つまり息づかい、息について研究することにする。

開祖もいわれているように、技をつかうにあたって、息は非常に大事である。息が大事であると思わない間は、初心者であるか、まだ力に頼った魄の稽古にあるといえるだろう。息の重要性に気づくようにならないといけない。

開祖がいわれている呼吸は、天の呼吸や地の呼吸を頂いての呼吸、宇宙規模の呼吸である。だが、そのレベルの呼吸は難しいので、今回はとりあえず、我々レベルでできる呼吸を考えてみようと思う。

相手に手を取らせたり、打ってくる手を受け止めたりする際は、誰でも無意識のうちに息を吐くものであるから、この吐く息は問題がないだろう。ちなみに、攻撃してくる相手も息を吐いているので、触れた瞬間にお互いが衝突し、ぶつかり合うことになる。息を吐くと同時に、負けないようにしっかりとぶつからなければならない。

問題は、次の息づかいである。相手に接触した瞬間や、ぶつかった瞬間に、相手をくっつけてしまわなければならないのだが、そこでさらに息を吐いては、それができなくなる。ここでは、息を吸う、つまり息を引かなければならないのである。しかし、ここで息を引くのは難しいことだろう。つい相手をやっつけようとか、負けまいと思って、息を吐いてしまうのである。

まず、この息を引く感じであるが、弓をいっぱい引く感じと同じである、と開祖はいわれている。胸式呼吸で、胸いっぱいに空気を吸い込むのである。

息を引くと、体に力が湧き、地に体がしっかりと着く。これを開祖は「気が昇って身中に火が燃える」「引く折には四角になる。四角は火の形を示す」といわれている。

また、引く息は自由である。これも開祖がいわれていることだが、引く息は長くも短くもできるし、細く優しくも強く激しくも、自由にできる。吐く息は、これに比べると自由ではない。

この引く息がつかえないと、合気の力が出てこないのである。その理由は、合気の力である呼吸力の遠心力が出せないからだと思う。吐く息で遠心力を出すのは難しいことだろう。遠心力が出なければ、求心力が主体となってしまう、相手を弾いたり、押し倒すことはできても、相手と結び、相手の力を吸収し、そして、導くことが難しくなるからである。

この引く息で相手をくっつけてしまう引力ができてくると、力を一杯に出せる稽古ができることになり、本格的な呼吸法、つまり、呼吸力養成法ができるようになるのである。

息を吐きながら相手と接し、そして、息を引いて相手と結び、導くわけであるが、最後は、息をまた吐いて技を収めることになる。この収めで息を吐くのは、誰もが自然にやっていることなので、問題はないだろう。ただ、ここで吐く息は、前段の引く息の火に対して水といわれるように、その火を消し去る水であり、愛でなければならないだろう。技を収める際には、相手を痛めたり、相手に不愉快な気持ちを起こさせるような息遣いをしないことである。

このように、特に引く息が大事である。引く息は火であるから、真の合気の力が出るはずであり、この引く息を大いに鍛錬すべきだろう。

息が自由に引けるよう、胸式呼吸で胸が大きく柔軟になるように、稽古をしなければならないと考える。

---

## 【第477回】 八力と対極

大先生はよく、合気道は引力の養成である、といわれていた。確かに当時、師範や高段者である先輩方の手をつかんだ時にも、くっついて、離れにくくなってしまうのである。

半世紀ほど稽古をしてきたが、自分にも受けの相手を多少くっつける力がついてき

たようである。そのため、技の錬磨の稽古も一段と楽しくなり、合気道は確かに引力の養成法である、と確信する。

初心者の内は、相手をくっつけることが難しいだけでなく、相手がせっかく持ってくれている手を、わざわざ自ら離してしまうことになる。手ほどきといわれるような護身術にはよいかもしれないが、それでは合気道にはならない。

もちろん初心者でも誰でも、相手をくっつける力である引力を持ちたいだろうが、それでも相手の手などを弾いたり、離してしまうのである。望んでも、望み通りにならないのには、原因があるはずである。

合気道の技は宇宙の創造と営みを形にしたものであるが、それを合気道では一霊四魂三元八力という。八力は、この一霊四魂三元八力の八力である。開祖はこの八力を具体的には説明されていないが、明治時代の神道家の本田親徳は、八力とは「動、静、引、弛、凝、解、分、合の八つの力である」といっている。つまり、これらの力は動と静、引と弛、凝と解、分と合と、対照的であり、対極的なのである。

引力は、対照や対極で発生することになる。世の中や宇宙には、対照や対極が無数にあるはずである。八力の八は俗にいうところの沢山と解釈すべきだろう。

また、そのうち合気道の引力に関係すると思われる対照や対極は、動と静、引と弛、凝と解、分と合の他、強と弱、速と遅、剛と柔、硬と軟、厳と優（厳しさと優しさ）等々があるだろう。

引力ができたり、引力を養成したりするには、対照や対極のバランスが取れて、そして、双方の幅を広げることだと考える。例えば、強と弱であれば、強い力をつけて、その力で技をつかうと同時に、力をより使わないよう、より弱い力でも技が使えるようにするわけである。強い力をつかうことも、弱い力をつかうこともできれば、強い力にも弱い力が同居して、そこに引力が発生するのだと考える。

つまり、初心者の技に引力がないとか、少ないのは、一方的に強いだけの力、あるいは、弱いだけの力しかつかえないからだろう。

従って、引力をつけたいと思うなら、強い力で技をかけているものは、それと対極の力である弱い力とか、異質の力をつかうようにすればよいだろう。そして、強い力と弱い力が表裏一体となればよいのである。そして更に強い力、弱い力を養成すればいい。

他の八力も、対極を意識して養成していけばよいだろう。それによって、引力が出てくるはずである。

八力が最終的にどうなるのか知りたい時には、開祖を思い浮かべればよい。開祖の書を観、写真を観、道歌を味わうのもよい。

超人的な力も引力も持たれていた開祖は、どんな力持ちも制しただけでなく、武道とは直接関係がない学者、宗教家、芸能人、芸術家、政治家、俳優、舞踏家、ダンサーなどなどをも引きつけるような、膨大な引力を持っておられたのである。開祖ほど強い人を引きつける引力も持たれた人はなかっただろうし、これからも出ないのではないかと思う。

対極があるから引力が発生し、人を引き付けるのは、合気道だけにあるのではない。例えば、絵画の世界でもそれが当てはまるようだ。先日、大阪万博の太陽の塔をつくった岡本太郎のドキュメンタリーをテレビで見っていた。彼の作品のテーマは、過去と未来であり、近代文明の寵児である機械や文明が人間を蝕むという光と影、また、色は黒と赤の対照色が基準、などなどあるが、岡本太郎は自ら、自分の作品を「対極的」であるといっている。対極的であるから、人を魅了するといっているのである。

映画でも小説でも、悪いやつがいるから面白くなり、人を引き付けるわけだし、甘いお汁粉に塩がちょっと入るから美味しくなったり、苦い抹茶に甘いお菓子が合うなど、対極が同居することによって魅力がでてくる、つまり、人を引き付ける引力が発生するのである。

引力が養成されると、技が効くようになるだけでなく、開祖のように、道場外の人たちまで引き付ける。そういう引力が養成されるように、八力修得の稽古をしていかなければならない。

---

## 【第478回】 稽古の目標

合気道を始めて早くも半世紀になる。この50年はあっという間だったともいえるし、また、非常に長かったようにも思える。いずれにしても、50年間もよく稽古を続けてこられたものである。合気道を止めようと本気で考えたことはないが、多少心に横切ったことも何度かはあったようだ。

経済的な問題とか健康上、また、仕事の関係で稽古の時間などが取れなければ、稽古を止めざるを得なかったわけであるから、稽古を止める危険は常につきまといいたともいえる。

合気道が続けられた大きい理由は、まず開祖をはじめ、多くのすばらしい先生方や

先輩に教えて頂いたことである。自分もこのようになりたいと思い、多少の障害も乗り越えながら、稽古を続けてきたわけである。

開祖が昇天され、多くの先生方も亡くなられてしまった今、生前の教えと面影を追って稽古しようとするが、時間が経つとそれがどんどん薄れて、自己流になってくる危険性がある。

下手をすれば、そのまま自己流で行ってしまうところを、有難いことに、それを戒め、軌道修正して頂いたのである。もし戒めて下さる方がいなかったら、稽古を止めることになったかもしれない。

戒めをして、稽古を続けることができるようにして下さった方こそ、本部道場の有川定輝師範であった。その戒めは、「そんなことをしていると力はないぞ！」という一言であった。

この一言がなかったなら、確実に合気道から引退していただろう。なぜなら、自己流で稽古するということは、我流であって、宇宙の法に反する稽古なので、先へ進めないし、体を壊すことにもなるからである。

この時から、稽古のやり方を変えていこうと決心した。まずは、それまでのやり方を捨て、そして有川先生のやり方、つまり、技づかい、体づかい、動き、体勢等々を目を凝らして見、研究した。また、有川先生の時間だけではなく、他の先生方の稽古時間でも、有川先生の戒めの意味と、どのような稽古をしなければならないのかを考えながら稽古をした。当然ながら弱くなり、下手になった。今考えると、自分との戦いの始まりだったわけである。

有川先生を目標に、稽古をすることになって、先生の示されたこと、いわれたことをメモし、記録もした。食事もよくご一緒させて頂いたので、その折にも、いろいろ教えて頂いていたようである。というのは、その当時は先生が言われていることがよく分からなかったのであるが、今、そのメモを見るとそれが分かるのである。

しかし、戒めから10年もすると、有川先生も昇天されてしまった。またまた稽古の目標が消えてしまったわけである。

それで、また新たに稽古の目標を持たなければならなくなった。しかし、有難いことに、有川先生からそれにつながるようなお話を暗に伺っていたようで、目標が持てたのである。

かつて先生からは、他の武道の研究をせよといわれ、武医道道場や神道夢想流杖道道場を見に行かされ、そこでお話を伺ったり、稽古もさせてもらった。また、先生

からは本を読めといわれ、また、『合気神髄』『武産合気』『合気道』『合気技法』など読んでいるかとか、あの本やこの本がよいとか話された。中には、武道と関係ないような本、例えば『日本舞踊の研究』（西形節子）はいいとのお話があったので、翌日、書店に買いに行ったものだ。

お蔭様で、今は、『合気神髄』『武産合気』を聖典として、繰り返し読んでいる。初めはチンプンカンプンだったが、だんだん解ってくるようだ。

さらに分かったことは、この聖典に合気道の稽古の目標のすべてがある、ということである。ここには、合気道を稽古する人が目指すべき目標がつまっているのである。

だから、ここに書かれていることに従って稽古し、また、この聖典に反しないように稽古していかなければならないことになる。

目標にさせて頂いた有川定輝先生自身が、稽古の目標は自分（有川先生）ではなく、開祖を目標にしなければならない、と次のようにいわれている。

「俺を目標にしないで、俺が目標とした開祖を思いながら稽古をすればいい。」（有川定輝先生追悼記念誌 七大学学生合気道連合会編）

稽古の最終目標は開祖であり、また開祖がいわれていることなのである。

---

## 【第479回】 呼吸力と八力

合気道の主な稽古は、宇宙の営みを形にした技を身につけることと、呼吸力の養成である、と考える。宇宙の法則に則った技を通して、宇宙との一体化をめざすが、また、合気道は武道である故に、呼吸力をつけていかなければならないはずである。

開祖は、合気道は引力の養成である、ともいわれていた。引力とは、呼吸力から出てくるものであり、呼吸力の表裏であると考ええる。つまり、引力をつけるためには、呼吸力をつけなければならないことになる。

合気道では、引力の養成のため、そして呼吸力養成のために、呼吸法という呼吸力鍛錬法がある。これは、どこの道場でも、誰もが稽古している。

呼吸法の重要性をはっきり意識して稽古している人は少ないようだが、誰もが、無意識ではその重要性を知って稽古していることだろう。ここで、呼吸法の重要性と

意味をもう一度見直してみる必要がある。

本部道場で教えておられた有川定輝先生は、呼吸法ができる程度にしか技はつかえないとよくいわれていた。まさにその通りである。つまり、呼吸法で呼吸力がついていけば、それだけ技が上手につかえるようになるということである。

今回のテーマは呼吸力であるが、これまでも呼吸力は求心力と遠心力を兼ね備え、表裏一体となった力である、と書いてきた。出るのと入るのと、対照の働きがある力なので、そこに引力が出るのである。つまり、対照の力が働けば引力が生じる、ということになるわけである。

対照の力は、遠心力と求心力だけではない。合気道にはこの対照力の教えがある。それは八力である。一霊四魂三元八力の八力である。開祖はこの八力を、動、静、解、疑、強、弱、合、分であるといわれたという。動と静、解と疑、強と弱、合と分がおのおの対照となっているのである。外に向かう力と内に向かう力で、対照的な働きとなる。私はこれを求心力と遠心力といているわけである。

対照力が働くと引力が出るし、双方の対照が遠くになればあるほど、引力は強くなる。例えば、自然でいえば、嵐や台風と小春日和という対照であり、動と静である。激しく、大きく、活発に、元気に、等々と動けると同時に、そこにあるのも知覚されないような静でも動ければ、それが一体となって、そこに引力が働くことになるわけである。

動と静だけではなく、解と疑、強と弱、合と分でも、各々の対照の幅を広げようにすることが、引力の養成ということになるだろう。例えば、より強く、そして、より弱くすることである。

技の錬磨の稽古では、自分の得意な動きや、やりやすい動きなど、単調で一面的な稽古ではなく、自分が不得意だったり、やり難かったりするものに挑戦し、対照を伸ばして、対照の幅を広げていかなければならない。

そして、動の中に静、静の中に動が同居するようにならなければならない。どんなに静かに技をつかっても、相対の相手はその静の中に動を感じるのであり、これが引力である、と考える。同じように、強の中の弱、弱の中の強、等々が同居するのである。

八力は、対照力のすべてが働いて、しかもバランスが取れている力といえよう。この力の八つの要素を身につけ、それらの対照力のバランスを取り、そしてそれらの力を増大していくのが、引力の養成であり、呼吸力の養成ということになるだろう。



この八力が増大すれば、呼吸力が増大し、引力が増すと考えるわけである。

---

## 【第480回】 合気道の技は自由自在

合気道の技は力がいらぬ等というのと同じように誤解されているものの一つに、「技は形がなく自由自在」というのがある。確かに開祖は「合気道の技は固定したものではなく、臨機応変、自由自在である」（『合気神髄』）といわれている。

しかし、これは「力」と同様、最終目標であり、理想とすべきものであろう。

「力」がなければ技などつかえないし、武道ではない。それと同様に、「形」がなければ武道にもならないし、合気道にもならないはずである。

合気道家は、形がない自由自在の技がつかえるように、稽古を積んでいかなければならない。しかし、その目標に到達するためには、やるべきことをしっかりと稽古し、身につけていかなければならないと考える。

例えば、

1. 基本技（型：例えば、一教、四方投げ）で体を鍛え、宇宙の営み・法則を身につけること（例えば、陰陽、十字）。
2. それまでの魄の力を、呼吸力という引力を持つ力にかえ、この呼吸力で技をつかうようにする。これで、相手と一体化できるようになる。
3. 心（気持ち、精神）で自分の体をつかい、相手を導く。相手と一体化して、己の心を相手にも通じるようにする。

ここまでの稽古ができれば、心は自由、臨機応変、自由自在であるから、基本技でも自由自在にできるようになるはずである。

例えば片手取り四方投げの表なら、通常やっている標準的な技から、肘や肩を攻めたり、頭をつかったり、首に絡めてしまったりと、今の段階の私でもざっと数えて20ぐらいの技はつかえる。それらの技には名前がないので残念ながら書くことができない、というより、本来なら無限の技が出てくるはずであり、名前のつけようがないだろう。

今はまだせいぜい己の心で技をつかおうとしている段階なので、この程度の自由自在であるが、さらにこの道を進めば、技はもっと自由自在になるものと信じている。

心の次は真の心、つまり魂で技をつかうようになることであろう。開祖は「魂のひれぶり（宇宙のひびき、言霊）でできるようになれば、技は自由自在にできるようになる」といわれているからである。つまり、この魂のひれぶりが、あらゆる技を生み出す中心なのである。

魂のひれぶりは融通無碍で、固定したものではないので、合気道の技は自由自在というわけである。従って、魂のひれぶりではない自由自在の技は、メチャクチャということになる。合気道の技は形などどうでもよい、ということではなく、形はある。しかし、その形は己でつくるものではなく、魂のひれぶりによってできるものであると考える。

自由自在に技をつかいたければ、魂のひれぶりで技をつかうようにならなければならない。

---

## 【第481回】 愛と武

開祖は、武がなければ世の中は滅びてしまう、といわれていた。なぜ武がなければ世の中は滅びてしまうのか。確かに、敵の攻撃に対してその矛を止められなければ滅びてしまうから、武はなければならないわけだが、開祖はそのような意味で武といわれていたのではないだろう。

開祖は、真の武のために合気道をつくられた。「合気道とは、真の武であり、愛のみ働きであります」といわれている。また、武道に対して「地上に平和をもたらすこと。これが正しい意味の武の道と呼ぶ」ともいわれているのである。つまり、合気道は真の武であり、愛のみ働きであり、地上に平和をもたらすもの、ということになるだろう。

しかし、これではまだ武の意味がはっきりしないだろう。武と愛と地上平和の関係がつかめないからである。そこで、それらの関係を私なりに解釈してみると、地上に平和をもたらすものは愛であり、その愛を守るものが武である、ということになる。

地上の平和ということは、争いのない世界であり、地上楽園ということで、誰もが思い浮かべることができるだろう。だが、それを守る「愛」というのがわかりにくいのではないだろうか。

「愛」については、専門家たちがいろいろな解釈や説明をするだろうが、私は簡単に「愛とは、相手の立場で考え、行動すること」と定義する。そこで、この定義で

話を進めることにする。

要は、この「相手の立場で考え、行動すること」の愛がないために、世の中、世界のあちこちで争いが起こり、平和が乱れている、ということになるだろう。合気道は地上平和、宇宙楽園（万有万物の平和）のために、愛が働くような世の中にしていかなければならないのである。

開祖は、経済の世界でも愛は大事である、といわれている。「世の中は、すべて根本は経済であります。経済が安定してはじめて、そこに道が拓けるのであります。我が国の経済は精神と物質と一如であります。日本では『売る』方が先であり、日本のすべて『誠』を売り込む、『愛』を売り込むのであります」というのである。

つまり、儲けるために商売をやるのではなく、買い手が少しでも多く喜び、満足するもの、つまり、愛と誠を売り込む、というのである。その結果、相手が満足してくれて、お金が入るわけである。

また、教育なども知識や技術だけを教えるのではなく、愛で教えなければならない。教わる者に知識や技術が少しでもよく身につき、満足してくれるように、教えなければならないのである。

開祖は、武道においても愛でやらなければいけない、と次のようにいわれている。「武道におきまして、まず愛を売り込み、人の心と呼び出すのであります」（合気神髄）

まずは、合気道家が稽古を通して、愛を売り込むことにより稽古相手の心と呼び出すことができる、ということを知る。次には、ビジネスや教育の世界でも愛を売り込む。そして、世の中の人、世界中の人たちの心と呼び出すことができるようになれば、よい世の中へと進み、開祖もお喜びになられることだろう。

---

## 【第482回】 宇宙との一体化

合気道の技は、宇宙の気と自己の気が一体となってはじめて成り立つ、ともいわれ、技は宇宙と己の一体化で成り立つものである。宇宙の営みを形にした技を錬磨することによって、宇宙になり、宇宙と一体化していくわけである。そして、合気の技がつかえるようになるのである。

しかし、合気道の目標は技が成り立つためにやるだけではない。つまり、さらなる先の目標がある、ということである。技は、その先の目標に進むための土台であ

る、ということである。

そこで、技の先の目標とは何か、その意味はどんなものなのか、を研究してみたいと思う。その目標とは、宇宙との一体化である。しかし、宇宙との一体化とはどういうことなのか、宇宙とはどのように捉えればよいのか、を考えなければならない。

宇宙とは、宇と宙である。宇とは、空間のことである。四方上下の空間であり、顕界・幽界・神界であろう、と考える。また、宙とは往古来近の時間であり、過去・現在・未来、と考える。つまり、時間と空間に自由に生きることが、宇宙との一体化ではないかと考える。

これをさらに具体的に考えてみると、まず時間である宙の過去、現在、未来に生きることであるが、例えば現在やっていることが未来につながり、未来の人たちに喜んでもらえることになれば、未来にも生きることになるだろう。また、先人の残してくれた事を研究したり精進していくことも、過去につながり、過去に生きることになるだろう。

また、時を厳密にみれば、人だけでなく、万有万物は常に現在、過去、未来を同時に生きている。今という現在などすでに過去になって、すでに未来へ移行している訳である。いうなれば、現在とか今などないのである。

開祖は過去に行くことも、未来に行くこともできたようであるが、我々凡人がそこまでできるようになるかどうかは分からない。だが、少なくとも、過去を学び、過去の遺産を受け継ぎ、そして学び、研究して、未来のために生きることが、宙の過去、現在、未来に生きることになるだろう。

次に、宇の空間である顕界・幽界・神界に生きることである。顕界とは見えている世界、幽界とは見えていない世界とか仏の世界、神界は神の世界である。これは、顕界をしっかりと生き、体と経済の土台をつくり、そして、物質科学を離れ、精神科学の幽界を楽しみ、さらに宇宙の生成化育を担っているといわれる神々の世界に入り、神々とご一緒できるようになることではないだろうか。

そのためには己の使命をしっかり果たし、神の仲間にならないといけないだろう。それには、開祖を考えるとよい。開祖は、合気の世界の神になられたのであるが、生前すでに神界に遊ばれていたわけである。

なお幽界については、さらなる研究が必要なようなので、次回のテーマとする。

このように、過去、現在、未来にも、顕界・幽界・神界にも、自由に生きることが

宇宙との一体化ということであり、合気道の最終目標ではないかと考える。

---

## 【第483回】 幽界

前回の第482回「宇宙との一体化」で書いたように、今回は「幽界」について、もう少し深く研究してみることにする。

「幽界」を、開祖は「仏の世界」といわれている。仏とは死んだ人であるから、幽界とは死んだ人の世界ということになる。

死んだ人の世界といえば、一般的には幽霊が出るなど、陰気でネガティブな世界のように捉えられることだろう。だが、合気道の世界では、それとは逆に、重要な価値ある世界とされる。つまり、顕界、幽界、神界を生きることが、合気道の目標でもあるのである。

幽界とは死んだ人の世界ではあるが、死んだ人たちと交流できる世界でもあるのである。死んだ人から教えることのできる世界なのである。

例えば、もう亡くなられたが、合気道を教えて頂いた開祖や先生方と交流し、教えるを受けることもできるのである。一生懸命に稽古をし、問題があっても悩んだりすれば、夢でお会いして教えて頂いたり、お叱りを受けたりすることもあるだろう。

だが、夢だけに頼って幽界を楽しむのでは心許ない。やはり、顕界にあって幽界に入るのが、我々凡人には常道であると考えます。通常の稽古で、顕界の日常の世界から道場という異次元の世界に入って稽古するのである。そのためには、儀式が必要であるし、心構えも大事である。

つまり、幽界に己の身を置いて、稽古するのである。たとえば、今は亡き開祖や先生方がそこに居られて、ご覧になっても恥ずかしくないような稽古をする。また、この場合、先生方ならどうされるだろう、などと仏と交流しながら稽古をすることもできるだろう。

顕界は目に見える世界であるが、幽界は目に見えない世界である。しかし、夢では姿も見え、恐ろしさや優しさ、威圧などを感じることもある。時には、金縛りにあって動けなくなることもさがある。亡くなった方々も、幽界では生きているわけである。

さらに、神界では、ふだんの姿ではなく、仏や神の姿になることもあるようだ。筆者の場合だが、最近、有川先生が広目天の姿で現れた。それまではふつうの道着姿で現れたのだが、持国天や広目天のような甲冑を着用して現れたのである。

これは、それまでとは違って、仏や神との交流となるわけであり、神界に遊ぶことになるのではないかと考える。

だが、夢だけに頼らず、己の意識のもとで、仏と遊び、神と交流できるようにしたいものである。開祖は、神を相手に木刀や槍で稽古されていた、と語られている。最後に開祖がひとにらみすると、神は消えてしまい、そこで松竹梅の剣がつくられた、ということである。意識下での神との交流は可能である、ということになる。可能性を信じてやるしかないだろう。



広目天の有川師範

---

## 【第484回】 合気は変わらなければならない

開祖は「合気は日々、新しく天の運化とともに、古き衣を脱ぎかえ、成長達成向上を続け、研修しているということは毎度、ここに説いているのであります」（『合気神髄』）といわれている。

また、開祖がわれわれ稽古人に、合気は変わらなければならない。今日の合気と昨日とは違わなければならない、とよくいわれていたことも覚えている。当時はどういうことなのか分からなかったし、分かつともしなかったが、最近ではそれが気になってきた。

私は大先生（開祖）晩年の5年間ほど、本部道場で稽古をさせて頂いた。だが、大先生が日々どのように変わられていたかは、当時、皆目わからなかった。

ただ大先生の変化の具合で、印象的なことがひとつある。私が入門した年に、大先生は本部道場の稽古の合間に、片手で持った杖を三人掛かりで押させた。もちろん、いくら押しても、大先生も杖もびくともしなかった。その翌年には、杖のかわりに木刀をつかって二、三人に押させたが、その木刀も微動だにしなかった。そのまた翌年だが、木刀や杖のかわりに腕をさし出して、その腕をひとりとかふたりに押させた。これは、年や体力などに合わせて技を変えてきたということだろう。

また、ある時、我々門人の前で技を示されて、「ここで力が入るようなら、合気はやめじゃ」といわれた。合気道をやめるという言葉に一同驚き、どういう意味かと

困惑して顔を見合わせたものだった。

「合気は変わらなければならない」というのは、一つには合気道は変わっていかなければならないということだと考える。時代に合わせ、また、時代を先取りしなければならない、ということであろう。例えば、かつての決して負けてはならなかった柔術の時代の合気道（考え方、やり方等）とは違わなければならない。つまり、現在の合気道は、相手を敵と見立て、敵を制するために稽古をするのではなく、相手と一体となり、そして宇宙と一体になるための和合の稽古なのである。

二つ目は、技も変わらなければならない、ということだろう。合気道の技は宇宙の営みを形にした、宇宙の法則に則ったものである。技は宇宙の法則であるから、無限の法則があり、技があるはずである。一人や一代で会得することはできない。代々その無限の法則を広く、そして深く会得していかななければならない。

柔術の時代の魄主体の技と、世界平和や地上天国を目指す時代の技と、そして最終ゴールとなる地上楽園の時代の技とは、違わなければならないだろう。極端な想像をするとすれば、天女や天使のような世界で、魄の力づくの技などはつかえないだろう。

実際、正面打ち一教にしても、呼吸法にしても、いくらでも法則が出てきて、これでよいということはないものだ。一つの法則の発見があれば、必ず次の発見があるはずである。これでよいと思い、それが最高と思って、その技にしがみついていると、技がよどんでくるはずである。上達しないだけでなく、体を壊すことにもなる。

開祖は、我々がその万分の一でもあれば十分、というほどの超人的なレベルに達しておられながら、亡くなる直前まで修業を続けておられた。それは、少しでも変わろうというお心からだろう。

合気道だけでなく、他の世界、例えば、画家や芸能家なども、少しでも変わろう、よくなろうとしているようである。画家や芸能家などだけではない。人の評価も生前はできないもので、死んだ後に評価されることになる。生前に評価されるとしたら、それは自己満足したり、諦めてしまったり、立ち止まってしまい、変わらなくなってしまったからである、と考える。

天は生成化育で運行しており、決して止まらない。古い衣を脱ぎかえ、成長向上を続け、修業を続けていかななければならない。

---

## 【第485回】 生結、足結、玉留結

合気道は、底の知れないブラックホールのように思えることもある。深くどんどん入っていても、修業の目標である底が見えないだけでなく、入ったら最後、そこから逃げ出すことができなくなるからである。修業を積みば積むほど、自分の未熟さを悟るし、やるべきことはどんどん増えてくる。

例えば、開祖は「一霊四魂三元八力や呼吸、合気の理解なくして合気道を稽古しても合気道の本当の力は出てこないだろう」といわれている。それまでは、相対での稽古相手をうまく投げることができればよいと思って稽古してきたが、それは本当の合気の力ではない、といわれているわけである。

やはり本当の合気道の力をつけたいものであり、そのためにも一霊四魂三元八力や呼吸、合気を理解したいものだと思っている。今回は、この中の一霊四魂三元八力、それも、三元を研究してみたいと思う。

一霊四魂三元八力とは、大神の営みの姿であるといわれる。一霊とは大神様（直日）で、四魂の奇魂、幸魂、和魂、荒魂を統理する。そして、「この三元八力の引力によって、大地を全部固めしめて、一つの大きな全大宇宙という活動機関が出来上がった。」（武産合気）ということである。

人もまた、一霊四魂三元八力を与えられているという。「体については三元八力という働きがある。」

三元とは何かは、いろいろと定義されている。例えば、気・流・柔・剛、△○□、正勝・吾勝・勝速日、生産霊・足産霊・玉留霊、イクムスビ・タルムスビ・タマツメムスビなどである。

しかし、今回は真の合気道の力を出すことが重要なので、そのための三元を気流柔剛とし、その働きを生結（イクムスビ）、足結（タルムスビ）、玉留結（タマツメムスビ）とすることにする。

この三元の気流柔剛を、開祖は「気を起して流体素、あらゆる動物の本性である。柔とは、柔体素で、植物の本性又肉体のように柔らかいものである。剛とは、剛体素。大地や岩石のような固いもの、鉱物の本性である。これらの上にあって、気によって活動している」

三元によって、流体、柔体、剛体をつくり、自由に体を流体、柔体、剛体につかえるよう、そして、引力、八力が養成されるようにしていかなければならない。



開祖の晩年の技は、相手に触ることなく相手が倒れてしまうという神業だった。我々稽古人は、稽古の後の自主稽古の時間に、先輩たちと前の時間の師範の技づかいの動きをよく真似して楽しんでた。なかなか上手な人もいて、うまい人には拍手喝采したものだ。

ところが、ある日、先輩が大先生の神業の真似をしていたところ、突然、道場に姿を見せた大先生に見つかってしまい、「そんな触れたか触れないで飛ぶような稽古をするな！」と全員が大目玉をもらってしまった。触れたか触れないで倒すのは、お前たちにはまだまだ早すぎるから、まずはしっかりした剛の稽古をして、体をつくりなさい、ということであった。それからは、それまで以上に力を入れて稽古をしたものだ。

三元の稽古は、気、流、柔、剛の稽古となるが、開祖のお言葉ではないが、まずは、剛の稽古から始めなければならないだろう。相手にしっかりと持ってもらったり、打ってもらうのである。とりわけ諸手取呼吸法などは、最適な稽古法であろう。

しっかりと相手に持たせる剛の稽古で難しいのは、相手の力によって思うように動けなくなるときである。そして、その力に対抗しようとする、セッかく相手がつかんでいる手や打ってくる手を離してしまったり、弾いてしまうことになることである。

三元の働きにより、八力、つまり、相手とくっつく引力が養成されなければならない。合気道は引力の養成である、といわれているのである。

従って、どんなに相手がしっかりと持っても、その力に屈しないだけでなく、相手との結びを切らないで、相手の力、相手を制しなければならない。この剛の結びが、「玉留結」（タマツメムスビ）であろう。

通常は、柔の稽古であり、それは「足結」（タルムスビ）である。そして、開祖が晩年に示された、気・流の技づかいは、相手の体に触れないで、心や空気の媒体で結ぶ「生結」（イクムスビ）、ということになるだろう。

この「生結」（イクムスビ）で技をつかうのは、容易ではない。剛の技をつかうための「玉留結」（タマツメムスビ）ができなければ、決してつかえないし、むしろ柔の「足結」（タルムスビ）がつかえなくてもできない。

先ずは、柔と剛の稽古をしっかりやって、「足結」（タルムスビ）「玉留結」（タマツメムスビ）ができるようにしなければならない。

しかし、実は宇宙の法則に則った技づかいをすれば、気、流、柔、剛も「生結」（イクムスビ）「足結」（タルムスビ）「玉留結」（タマツメムスビ）も、まったく同じ動き、体づかいのはずである。

また、剛でやるのか、柔や気・流でやるのか、どの程度の、剛さ、柔らかさ、速さでやるのかは、「結びて力を生じ、愛を生み、気を生み、精神科学が実在をあらわす」といわれる四魂の動きに従うわけである。

「この三元八力が固体の世界を造り、人類社会もそれによって完成されてゆくのである」といわれるように、三元で体ができていき、そして、完成していくことになるのだろう。

---

## 【第486回】 言霊の技

「合気とは言霊の響きによる禊の業をいうのである」とか、「合気道は音感のひびきの中に生れて来る。つまり音のひびきによって技は湧出して来る」といわれているのだから、つまり、合気道の真の技は言霊によって出てくることになる。そこで、言霊についても研究しなければならないだろう。

まず、言霊とはどのようなものであるか、開祖は言霊をどのようなものといわれているのか、を見ることにする。

開祖は言霊を次のようにいわれている：

- 霊も物質も言霊であるし、宇宙の実態も言霊であります
- 業の発兆を導く血潮が言霊なり
- 言霊とは声とは違う。言霊とは腹中に赤い血のたぎる姿をいう
- 結局は、人各々がすべてを持っている、ことだま或いはすべての哲理も胎蔵しているのです。人の動きはすべてことだまの妙用によって動いているのです。自分が実際に自己を眺めれば音感のひびきで判ります。
- 人は言霊の造りなす擬体身魂なり

このことから、言霊は霊（魂）と物質（魄）であり、そして、宇宙万物を生成し、動かしている、人も言霊の妙用によって動いているが、それは音感の響きで感じることができる、ということがわかる。特に、血の流れの中で感じるようであるが、さらに、人は言霊がつくり上げたものである、という。

しかし、言霊を自分の体で感じるのは難しいことである。とはいえ、言霊は存在するわけだし、何か偉大な力があるようなので、何とか言霊を実感したいものだ。

ありがたいことに、開祖は、どうすれば言霊ができるかも伝授されているのである。つまり、「天地の呼吸に合し、声と心と拍子が一致して言霊となる」のである。

天地の縦の呼吸と、横の潮の干満の呼吸に合わせて、心を込め、そして、拍子に合った声で言霊ができる、というのである。これを、開祖は別な言葉で「浮橋に立って、言霊の雄たけびをせよ」といわれている。

合気道の技の相对稽古では、声を出すことはほとんどないので、心と拍子の一致での稽古をできるだろうが、声の一致の稽古はできないだろう。それでは、言霊を実感することも、言霊の妙用もできないことになる。

それなら、声と心と拍子が一致して言霊となる方法を考えればよいだろう。例えば、舟こぎ運動である。大きな声で、心を込めて、拍子に合わせ、声と心と拍子が一体となるようにやるのである。

また、お経や祝詞を唱えるのもよいだろう。さらに、ふだんの技の稽古で、無声ではあるが声を出しているつもりで、心（気持ち）を集中し、拍子に合わせ、無声と心と拍子を一体として技をつかっていくのがよいのではないだろうか。

すぐには効果は出ないだろうが、いつかは結果が出てくるものと、楽しみにしながらやるしかない。

声と心と拍子が一致して、言霊となっているかどうかは、技に表れるはずである。開祖は先述のように「天地の呼吸に合し、声と心と拍子が一致して言霊となり、一つの技となって飛び出すことが肝要」といわれるのである。

さらに、この言霊と肉体が統一して、初めて技が成り立つ、といわれている。言霊は、合気道の真の技には不可欠な稽古要素である。

合気とは、言霊の妙用であるといわれるが、これを簡単に云ってみれば、\*言霊によって現象界で何らかの変化が生じる \*宇宙万物も、言霊の響きによって生成された \*これが言霊の妙用で、それに習うことが合気の道である、といわれるのである。

合気道では宇宙と一体となることによって、空間に満ちている霊的力を自己の中に呼び込むことを実行するのであり、そのためには、言霊の響きを使わなければならないのである。言霊の響きの呼応によって、高いレベルの気呼び込み、技をつくり、そして、宇宙との一体化の道を進むのである。

---

## 【第487回】 天の浮橋に立つ

合気道では、技をつかう際はまず天の浮橋に立たなければならない、と教わっている。大先生が、われわれ稽古人に技を示されるときに、よく言われていたことである。

若い頃は、天の浮橋に立つとはどういうことか、そこに立てばどうなるか、などに関心もなく、ただめっちゃくちゃな力稽古をしていた。だが、だんだん体力に頼れなくなってきたのか、大先生がいわれていた通り、まずは天の浮橋に立たなければならないと思うようになった。

これまでは、受けが攻撃してきた際や、また受けが技をかける際に、相手と接触した箇所が天の浮橋にならなければならない、と書いた。そこで、相手と結んでしまうのである。打たれた時でも、手首を取らせた場合、相手を投げたり抑えたりする場合などでも、相手との接点は天の浮橋になっていなければならない。技が相手に通じない大きい理由の一つは、接点がこの天の浮橋になっていないことである。

なぜ相手との接点が天の浮橋でないと技が効かないかというと、相手と結ぶ力となる合気が出ないからである。開祖はそれを「『ウ』は浮にして縦をなし、『ハ』は橋にして横にして横をなし、二つ結んで十字、ウキハシで縦横をなす。その浮橋にたたなして合気を産み出す」といわれている。

天の浮橋とは「火と水の相和している姿。すべての発兆。魂魄の正しく整った上に立った姿」の十字の姿、ということなのである。

天の浮橋に立って、相手に手を取らせたり打たせたりすると、相手と一体になる力、合気が出て、相手と一つになり、相手を導くことができるようになるわけである。だが、天の浮橋に立つのは容易ではないようだ。相手の手を、押したり引いたり、弾いてしまったり、離してしまったり、と争ってしまうと、その結果、相手に抑え込まれる事になる。

天の浮橋に立つためには、例えば、受けの相手に手首をつかませる場合に、

- 天の浮橋に立つことを自覚し、そのために稽古していることを決意して、稽古をする
- 体、とりわけ手先の力みを取り、体に気持ちを満たし、自分の体の状態や動きを観る

- 肩を貫き、手先と腰腹が一本につながるようにする
- 息を吐きながら、腰から力を手先に伝え、相手と結べる
- 接点を動かさずに息をいれると、持たれている手は上下前後左右に自由になり、相手の手に密着し、その力が腰に集まる。手首をつかんでいる相手は、こちらの腰をつかんでいることになる

このように、天の浮橋にある状態では、相手は脱力状態になり、力を入れようという気持ちにならないし、もし力を入れたとしても、自分からこちらの方に崩れ込むことになる。

これが、相手との接点が天の浮橋に立たなければならないということである。さらにもう一つ、相手がいてもいなくても、己との接点がある。それは大地、床などと己の足の接点である。この足の接点も、天の浮橋に立たなければ、合気を産み出すことはできないはずである。

手が天の浮橋に立ってつかえるようになれば、その感覚で足をつかえばよいだろう。まずは、天の浮橋に立つつもりで足をつかって、技の錬磨をしたり、通りを歩くのである。足先と腰腹をつないで、腰から動かすのである。縦の腹式呼吸と横の胸式呼吸の十字の息のつかい方も大事である。四股踏みでも、足が天の浮橋に立つと、うまくいくようである。

天の浮橋に立った足づかいかどうかは、自分で感じて判断するしかないだろう。しかし、いえることは、腰で歩き、息に合わせているから、足がバタつかないはずである。力みが取れているから、己の体重はすべて地に降りるはずであり、相手は予想以上の重さを感じるはずである。

この体重が、技をかける際に手に集まると、体重が技になることになる。また、この体重の力は、相手をくっつけてしまう合気の力となるので、相手には予想もつかない大きい力であるとともに、違和感も持たれない力なのである。

天の浮橋に立つ足運び、足遣いとは、何ととっても、大先生の足運び、足遣いである。芸能界や歌舞伎、能役者など、武道に縁のない方々が、大先生の許へ学びに来られた理由の一つが、この天の浮橋に立った足運び、足遣い、それに手遣いであったのではないかと考える。

合気道を稽古している人で膝を痛める人がけっこういるが、その原因には足遣いの悪さがあるようだ。足から歩を進めたり、腰と足と手をばらばらに床に落としたり、足をバタつかせたり、両足をそろえたままで手をつかったりするからだろう。

膝を痛めないためにも、天の浮橋に立った足運び、足遣いをしなければならないだろう。大先生は「自分を開眼させる為にはどうしたらよいのか、それは天の浮橋に

立たなければならないのです」といわれているのである。

---

## 【第488回】 本当の合気の力を出すために

合気道に入門する人の多くがそうだと思うが、私も合気道の技を身につけて、悪者などチョチョイがチョイとやっつけるようになりたい、と思っていた。映画や漫画の主人公のように、悪漢を傷つけず、あっという間に取り押さえてしまうのである。取り押さえられる悪漢も、周りで見えていた人たちも、どうしてそうなったのか分からない、摩訶不思議な、超人的な技をつかうのである。

もちろん、そのためには稽古をしっかりとしないといけないことは覚悟していた。確かに、入門したての頃の開祖の技は超人的なものであり、技は摩訶不思議でなければならない、ともいわれていた。

合気道を始めて50年以上になるが、まだまだチョチョイがチョイとはいかないものだ。だが、その夢はまだまだ持ち続けている。また、50年を振り返ってみると、初心のチョチョイがチョイに向かって進んできているようである。

チョチョイがチョイとできるためには、本当の合気の力を出すようにすればよい、と考える。それには、本当の合気の力が出るように、稽古しなければならないことになる。そのためには、やるべきことがあり、それを順序よくやっていかなければならない。

まずは、合気の体をつくらなければならない。体の節々のカスを取り除き、体や血管を柔軟にし、心臓や肺などの内臓を丈夫にするのである。これは、主に受け身によってつくられるから、受け身をまじめに取っていれば、体はできるはずである。

次に、力をつけなければならない。技をかけるための手（手先、腕、上腕）を鍛える腕力の養成、そして、体の力の養成である。これは、合気道の形稽古を通して身についてくる。ここまでは、稽古を真面目にやっていけば、誰でも身についてくるものであり、とりわけ問題はないだろう。

問題は、次の次元へ移る時である。これはおそらく合気道の稽古を始めたら、最初に直面する課題であろう。それは、それまで鍛えた腕よりも強い力の体の部位をつかわなければならない、ということになる。

具体的な例として、諸手取呼吸法では、こちらの一本の腕を相手は二本の諸手でおさえてくるのを、こちらは一本の腕で処理しなければならない。こちらの一本の腕

に、相手の二本の諸手の力より強い力が出るようにしなければならない。おさえさせている一本の腕の力では、二本の腕よりも強い力が出せない。二本の腕より強い力とは、体幹から出る力である。どんなに太い腕でも、たとえ二本でも、体幹より太い腕はないからである。

この体幹の力が腰腹から出る力であることは、だんだんわかってくるものだ。そして、腰腹と手先をつなぎ、その結びが切れないように、腰腹で手先を動かすことがわかってくるはずである。

この辺で、体を十字と陰陽でつかわなければならないことが分かってくるだろう。手先を縦、横、縦と十字に返しながらつかい、さらに足と胴も十字につかっているのである。また、足を右、左、右と規則正しく陰陽につかい、さらに手、そして手と足を、共に陰陽でつかうのである。

ここまでくると、腰腹からの力がつかえるようになるだろうから、当初の手先の力とは質、量ともに違った力となる。

今度は、体に息を合わせてつかい、技をかけていくのである。先ずは、十字の息づかいである。縦の腹式呼吸と横の胸式呼吸の十字の息づかいをつかうのである。さらに、イクムスビの息づかいである。イーと吐いて、クーと吸って、ムーと吐いて、技をつかうのである。

この段階にくると、息で気持ちと体を結んで技をかけ、体重が技としてつかえるようになる。また、受けの相手と結んで、一体となって動けるようになる。

ここまでは、これまでの論文で書いてきたわけであるが、ここまでの力は自分自身の力であり、限界がある。つまり、人間の力には多少の量的な差はあるが、チョチョイがチョイになるような、量的ではなく、質的にも違う力への限界があるということである。

この限界を超えるためには、人間個人の力に頼っていないで、偉大な力をもっているはずの自然や宇宙の力をお借りしなければならないはずである。そのためにどうすればよいかは、次回にする。

---

## 【第489回】 本当の合気の力を出すために その2

前回は「本当の合気の力を出すために」、まずは自分自身の中から最大限の力を出すように稽古しなければならない。だが、それでは力の限界があるので、その上の

力を出すためには、次の次元の稽古に進まなければならない、と書いた。

そこで、今回は「本当の合気の力を出すために」はさらにどのような稽古をしていけばよいか、を研究してみたいと思う。

本当の合気の力を出すために、開祖は「一霊四魂三元八力や呼吸、合気の理解なくして合気道を稽古しても、合気道の本当の力は出てこないだろう」といわれている。だから、霊四魂三元八力、呼吸、合気を理解しなければならないことになる。

霊四魂三元八力と合気はこれまで研究してきたので、後は、それを技で実践していけばよいだろう。すると、本当の合気の力を出すためのポイントは、取りあえず「呼吸」である、と考える。自分以外の自然や宇宙の力をお借りするためには、呼吸が大事であるし、また、呼吸でしかそれらと人間の自分が結びつかないはずだからである。




開祖は「地の呼吸と天の呼吸とを頂いてこのイキによって技を生み出してゆく」といわれている。技は、地の呼吸と天の呼吸によって生み出されるから、本当の合気の力も出ることになるはずだ。

人が地の呼吸や天の呼吸を頂くことなど不可能のようだし、どうすればよいのかもわからないが、開祖は次のようにもいわれている。「人の息と天地の息は同一である。つまり天の呼吸、地の呼吸を受け止めたのが人なのです」。あとは、やるかやらないかだけである。

まず天の呼吸であるが、開祖は、天の呼吸は日月の息だといわれている。私の考えでは、それは天と地を結ぶ縦の呼吸であると思う。人間の体でいうと、縦の腹式呼吸であろう。この天の呼吸によって、地が呼吸するといわれるから、天の呼吸から始めなければならないわけである。例えば、イクムスピの呼吸もイーと吐くわけで、腹式呼吸であり、天の呼吸ということになる。

地の呼吸は、潮の満干で、満干は天地の呼吸の交流によって息をする。地の呼吸は横の呼吸で、人間の場合は、横の胸式呼吸であろう。

そして、この天の呼吸、地の呼吸（潮の干満）を、腹中に胎蔵するのである。「息を出す折には丸く息を吐き、ひく折には四角になる。丸は天の呼吸を示し、四角は地の呼吸を示すのである」のである」

これを記号をつかって表わすと、「腹中に  を収め、自己の呼吸によって  を  の上に収める」となる。

さらに、開祖は「息を吸い込む折には、ただ引くのではなく全部己の腹中に吸収す



る。そして一元の神の気を吐くのである」と言われている。また、息を吸ったら、自分の魂が入ってくるし、吐く息の中に自分自身がいる、ともいわれるのである。

天の呼吸（日月の呼吸）と地の呼吸（潮の干満）に、己の縦の腹式呼吸と横の胸式呼吸を合わせて体をつかい、技をつかうのである。自分以外の力をお借りできるのだから、さらなる合気の力が出るはずである。

天地の呼吸がつかえるようになれば、つぎの次元の稽古に入ることができるだろう。それを、開祖は「天地の呼吸に合し、声と心と拍子が一致して言魂となり、一つの技となって飛び出すことが肝要で、これをさらに肉体と統一する。声と肉体と心の統一ができてはじめて技が成り立つのである。霊体の統一ができて偉大な力を、なおさらに練り固め、磨き上げて行くのが合気の稽古である」といわれている。

天地の呼吸に合わせ、声と心と拍子を一致して言魂を産み出し、言霊と肉体の一体化ができれば、偉大な力、つまり、本当の合気の力が出る、と保証して下さっているのである。これは、やるしかないだろう。

---

## 【第490回】 地の呼吸 潮の干満

これまでは、開祖がいわれるように「地の呼吸と天の呼吸とを頂いてこのイキによって技を生み出してゆく」稽古をしてきたつもりである。だが、技の後半のところがどうしてもうまくいかなかった。

手足を陰陽でつかい、手足腰を十字につかい、それに合わせて息も縦横の十字につかうのだが、縦の息から横の息まではよいが、そこから縦の息で収めるところで、相手にぶつかってしまい、相手ががんばって倒れないのである。

まず縦の腹式呼吸で相手と結び、次に横の胸式呼吸で相手を導くのだが、次の腹式呼吸の縦の息で、相手に引っかかってしまうわけである。陰陽に合わせ、「イクムスビ」で縦、横、縦の呼吸でやっているのに、うまくいかないのである。

うまくいかないというのは、法則違反をしているわけであるから、欠けているはずの法則、または間違っただけの法則を見つければよいはずである。

ここで欠けていたのは、「潮の干満」といわれる地の呼吸であった。地の呼吸であるから、横の胸式呼吸で、これまでもやってきたことである。だが、「潮の干満」

が欠けていたのである。

つまり、息を一度だけ引く（吸う）のではなく、その息をさらに引くのである。この二重の息づかいこそ、正に「潮の干満」であると実感できるものであった。開祖がこれを「息を吸い込む折には、ただ引くのではなく全部己の腹中に吸収する」といわれていると考える。

「潮の干満」の息をつかうためには、手、足、胴体など、体を陰陽につかわなければならない。特に、足である。例えば、左足に重心があるときに息を引いたら、右足に重心を移しながら、さらに息を入れるのである。つまり、重心の移動によって、息を二度吸うのである。

合気道の基本の形や呼吸法は、すべてこの「潮の干満」をつかうとうまくいくようにできている、と考える。私の場合には、「潮の干満」によって劇的に変わったのは、まず四方投げ、それから入身投げ（表技）であった。二度相手を引き込むことにより、より相手と密着でき、一体化できるからであろう。

この「潮の干満」の息づかいをすると、次の縦の腹式呼吸でも吐く息がスムーズにできるようになり、それと同時に、受けの相手ともぶつかることなく、相手は喜んで倒れてくれるようになった。

これを開祖は、「（「潮の干満」で）腹中に☒を収め、自己の呼吸によって☒を☒の上に収めるので」といわれていると思う。

しかし、この「潮の満干は天地の呼吸の交流によって息をするのであります。天の呼吸により地も呼吸するのであります」といわれているから、潮の干満である地の呼吸を生む天の呼吸を研究し、身につけなければならないことになる。これは次回のテーマとすることにする。

---

## 【第491回】 天の呼吸

前回は『地の呼吸 潮の満干』で、潮の満干の地の呼吸は、天の呼吸によって生まれる、と書いた。

そこで、今回は天の呼吸とはどのようなものなのか、また、それをどのように身につけていけばよいか、を研究してみたいと思う。

開祖は、天の呼吸を「天の呼吸は日月の息であり、天の息と地の息と合わせて武技

を生むのです。地の呼吸は潮の満干で、満干は天地の呼吸の交流によって息をするのであります。天の呼吸により地も呼吸するのであります」といわれている。つまり、天の呼吸とは、日月の息であり、天の息であるという。この天の呼吸と前回の地の呼吸（潮の干満）が合わされば、技が生まれるのである。

また、潮の干満の地の呼吸には天の呼吸との交流が必要で、しかも先ずは天の呼吸がなければ地の呼吸はない、というのである。

先ずは、天の呼吸をしなければならないのであるが、それには天の呼吸を技につかえるように、現実的に考えなければならないだろう。では、日月の息、天の息がどんなものであるのか、ということになる。

地の息は横の息であるから、天の息は縦の息であり、己と天（太陽や月）と結んで交流する息である、と考える。縦の息で天に結ぶ、円い息である。開祖は、一元の大神様に結ぶように、といわれている。

天と息で結ぶ、といっても容易ではないが、気持ち、心で結ぶことはできる。天を思えばよいのである。また、祈りでもよいだろう。これは、気で結ぶことになるだろう。天を思えば、天の気との交流となり、天と結ぶことになる。そして、この天の気によって、天の呼吸、地の呼吸が生まれ、そして、技が生まれる、というのである。

天の気と結ぶためには、己自身も天へと気を拡げていかなければならないだろう。その方法を、開祖は「まず立つところに天盤、地盤のふみをもって霊系の祖と体系の祖を左の足に、ずっとそこの国までつき戻して、常立ちの姿に宇宙一杯に気の姿を拡げているのである」（「合気真髓」）といわれている。天へ向かう上と、地中の下へ、息と気持ちを拡げていくのである。

これで、己は天と結び、地とも結び、己の心体は天地の気で貫かれることになる。これを、全大宇宙の気、大地の気、アウンの気を貫いて世の中を守って行くみそぎの「天の村雲」とか、大地の妙精の現われと天の現われとを一つに貫く天と地の両刃の剣「九鬼」、というのではないかと思う。

ここから、左足、右足を天盤地盤と踏み分けながら、地の呼吸を産み出し、相手と結び、導き、そして、天の呼吸で収めるのである。相手に手を取らせるにしても、打たせるにしても、先ずは天の呼吸で天の気を頂いてやらなければならない。

技は、呼吸によって生み出される。縦（腹式呼吸）と横（胸式呼吸）の十字の呼吸、潮の干満の呼吸が大事である。だが、最初の天の呼吸をしっかりとやらないと、後の呼吸もうまくいかず、よい技が生み出されないのである。

何事も初めが肝心ということであろう。

---

## 【第492回】 ひびきで技を生み出すために

「合気道の思想と技」の第489回「本当の合気の力を出すために」には、「言霊と肉体の一体化ができれば、偉大な力、つまり、本当の合気の力が出る、と開祖は保証して下さっている」と書いた。

次は、合気道の本当の力を出すためには、言霊と肉体をどのように一体化してつかわなければならないか、ということになる。

先ずは、言霊とは何か、を研究する必要があるだろう。合気道の教えでは、言霊を次のようであるという。

- 。 霊も物質も言霊であるし、宇宙の実態も言霊であります
- 。 天火水地の十字の交流によって生みだされる言霊の響きによって宇宙万物が生成された 従って、言霊とは、宇宙組織のひびきであると考える。

とすると、合気の本当の力を出すためには、この言霊を肉体と一体化してつかわなければならないことになる。

また、合気は禊のわざであるが、そのためにも言霊の響きが必要である、といわれる。

それでは、宇宙組織の響きである言霊をいかに己に取り入れるか、ということになる。マンガに描くとすれば、頭にアンテナでも掲げれば宇宙からの響きが伝わってきて、己がその響きに同調する、ということにもなるだろうが、それでは現実的ではない。科学的に解決していかなければならない。

つまりは、ご自身が体験された開祖の教えに従えばよいのである。だが、まずはその前提としていくつかの事を理解し、また、信じなければならない。

一つは、宇宙と人というものは、ともに造化器官であることを知り、全大宇宙と己とは同じである、ということ。

二つ目は、宇宙と己は同じということから、宇宙と己は交流が可能であり、交流しなければならないということ。

つまり、言霊は宇宙からのものと、己からのものがあり、宇宙から己に、また、己

から宇宙へ響き合う、ということである。

宇宙の言霊には、万有万物を生成し、営み、働かしめる言霊と、己が発する言霊とがあるが、宇宙と己の言霊がそれぞれに響き合うようにしなければならない。そうなれば、業・技の発兆を起こし、技を湧出することができる、というのである。

開祖は、技を湧出するために天地の呼吸に合わせて、声と心と拍子を一致させ、言霊を生み出さなければならない、といわれる。業（技）の発兆を導く血潮が言霊、ともいわれているから、血沸き、肉躍るようになるように、無声の声と集中した心と無駄のない拍子で、技をつかうのである。

さらに、この言霊とは己の心の響きであるが、「己の心のひびきを、五音、五感、五臓、五体の順序に、自己の玉の緒の動きを、ことごとく天地に響かせ、つらぬくようにしなければならない」（「合気真髓」）のである。

己の心の響きを、五音の唇音・舌音・歯音・牙音・喉音、五感の目・耳・舌・鼻・皮膚、五臓の・肝・心・脾・肺・腎、五体の頭・首・胸・手・足を天地に響かせ、己の魂を天地に貫くようにしなければならないのである。

開祖は「人の動きはすべて言霊の妙用によって動いているのです。自分が実際に自己を眺めれば音感の響きで判ります」といわれ、己をじっくり眺めれば、心の響きは判ると保証されている。

また、「合気道は音感のひびきの中に生れて来る。つまり音のひびきによって技は湧出して来る」ともいわれているのである。技は、言霊の響きで生み出されるのである。言霊で肉体をつかって技をかければ、本当の合気の力が出るはずである。

「大いにまず自己の心を練り、念の活力を研ぎ、身心統一に専心し、ひびきの土台を養成するよう」と、開祖はいわれる。まずは、ひびきの土台をつくることから始めるのがよいのだろう。

---

## 【第493回】 天の気、日月の気

これまで技を生み出すためには、「天地の呼吸と地の呼吸をいただく」（第474回）や「地の呼吸 潮の干満」（第490回）や「天の呼吸」（第491回）などで、天地の呼吸について細々と研究してきた。

今回は、天の呼吸と地の呼吸を合わせて技を生み出すための天の気、天地の気につ

いて、研究してみたいと思う。

開祖は「天の気によって天の呼吸と地の呼吸（干満）を合わせて技を生み出す」といわれている。つまり、天地の気と氣結びして、自己の気と宇宙が一体となり、天の気によって、天の呼吸と地の呼吸を合わせて技を生み出していく、というのである。

そこで、天の呼吸と地の呼吸を動かす「天の気」について、開祖の言葉を基に研究してみることにする。

- 天の気は陰陽にして万有を生み出す（開祖）：天の気とは、陰陽であるということである。十字で、螺旋でもある。
- 「円に十を書く。その上に左右の足で立ち、左足だけで巡るのである。そして天の気、地の気、要するに天地の気と氣結びすることである。合気では、自己の気と、この宇宙と一体となる」（開祖）：天の気には地の気もあり、天の気とは天地一体の気である。天（地）の気と氣結びすることができて、宇宙と一体となることができる。つまり、天の気には、自己の気と宇宙の気があることになる。
- 天の気とは日月の気：開祖はこれを明確には書かれてないが、筆者は天の気と日月の気は同じであると思う。その理由は、後述する。しかし、開祖は「天の呼吸即ち日月の呼吸、地の呼吸即ち潮の満干、と四つに分けている」とか、「天の呼吸は日月の息であり、天の息と地の息と合わせて武技を生むのです」などといわれている。

次に、合気道の相对稽古で、この「天の気」はどのようなものであり、具体的にどのようなにつかって技を生み出していくか、を見てみることにする。

「天の気」は、天の呼吸と地の呼吸を動かすわけだから、まずは「天の気」を出すようにしなければならない。

まず、心にとめておかなければならないことは、開祖がいわれるように、人の体と宇宙は同じである、ということである。

下腹に氣を入れて、尾てい骨から背骨に氣（持ち）を流すと、背骨のまわりを螺旋をえがいて何か舞い上がっていくようである。同時に、下に降りてくるものもある。これが天の気であり、地の気である、と考える。

この状態から、息を腹式呼吸で円く吐きながら腹に集めるのが「天の呼吸」、そして、横の胸式呼吸（潮の干満）で吸うのが「地の呼吸」、ということになるだろう。確かに、天の気が働かなければ、天の呼吸も地の呼吸もうまく働かず、技も生まれにくい。

さて、天の気とは日月の気であろうと書いたが、その根拠のひとつに、ヨガの世界では、合気道でいう天の気に、日月とか陰陽という言葉が使われているからである。

ヨガでは、カラダの中心（脊髄の基底部から頭頂）を通っているプラーナの経路の左右を、DNAのらせん構造のように、イダーとピンガラがめぐっているという。イダーとは月に象徴されて、陰であり、ピンカラは太陽に象徴されて、陽であるという。

ヨガでは、呼吸（吸息・止息・吐息）によって、そこに眠っているエネルギー（ヨガでは蛇という）を揺さぶり起こし、頭上まで龍のように昇らせていくことで、肉体の全てを活性化し、統合（YOGA）へと導いていくというのである。

合気道の技を生み出すためには、天の呼吸と地の呼吸を充分に働かすために、天の気、日月の気に働いてもらわなければならないことになる。

まずは、己の頭上まで螺旋でエネルギーを昇らせ（自己の気）、次に宇宙の一元の大神様まで昇らせればよいのだろう。

---

## 【第494回】 松竹梅

「合気の稽古はその主となるものは、気形の稽古と鍛錬法である」と教えられている。気、流、柔、剛を霊と体で錬磨していき、その最後の段階で気の鍛錬の気形の稽古をし、そして呼吸力の養成の鍛錬法をしていくのが合気道の主な稽古である、ということであろう。


ここでは、その鍛錬法は忘れ、気形の稽古に的をしぼり、話を進めることにする。

「合気道は松、竹、梅の三つの気によって、すべてができています」ということである。つまり、我々が繰り返し稽古している稽古の形は、松竹梅の気の形でできているということである。それ故、松竹梅で技をつかわなければならないわけだから、この松竹梅とはどんなものなのかを知らなければならないことになる。

合気道における松竹梅は、学校でも教えてくれないし、事典にもものっていない。誰も教えてくれないので、この真の意味を理解するのは難しい。唯一の方法は、やはり開祖の言葉である。開祖の言葉が書かれた『合気神髄』『武産合気』から教えてもらわなければならない。

一般に、松竹梅は「歳寒の三友」（さいかんのさんゆう）といって、冬の寒さに耐える三種の植物といい、めでたいことに用いられる。合気道でも、松竹梅はよきものであり、大事なものであるとして用いられているが、一般的な解釈とは相当違うようである。合気道で、つまり開祖によれば、松、竹、梅はどのようなものであるとされているかを見ていきたい。

『合気神髄』 21 ページ「松・竹・梅の教え」から、




- 梅は、乾一法を聞くとところ＝教え 一天の浮橋 一三角△ 一造化の三神 一三角法→武道の初めの仕組みがわかる 一不敗の体勢
- 竹は、気の修練 一須佐之男の神さま＝力の大王＝武道の大王 一○
- 松は、表裏のないところ 一勝速日 一弥勒の教え＝（丸に十） 一本当の大神さまの「ス」の現われ 一四角＝□ 一玉留産霊 一三角の気が昇り、その気の中に己の魂の気が存在する

また、松、竹、梅の三つの気は、生産霊、足産霊、玉留産霊である、といわれる。梅は△であるから生産霊、竹は○であるから足産霊、松は四角の玉留産霊、ということになる。また、松竹梅を、開祖は赤玉、白玉、真澄の玉であり、赤玉を塩盈珠、白玉を塩涸珠、真澄の玉を風の玉、といわれている。しかし、ここではあまり深く触れないことにする。

さて、ここで気形の稽古まではいかないが、形稽古でこの松竹梅をどのように用いればよいか、を考えてみよう。  
片手取り呼吸法を例としてみる。

- 相手に手を取らせるが、体三面に開き、天の浮橋に立ち、不敗の体勢をつくり、武道の初めの仕組みをつくることになるから、これが梅（の気）にあたるだろう。
- 次に、持たせた手を、心と体を円くつかい、円のめぐり合わせにより、遠心力と求心力が合わさった呼吸力で相手を導く。体、そして気の修練であるから、竹（の気）に当たるだろう。
- 最後は、残りの松になるはずである。しかし、この松は複雑である。丸に十字の○であるし、三角の気が昇る△でもあり、そして□（四角）なのである。

これを技としてつかわなければならないのである。

先の段階で相手を呼吸力で制している「竹」のところから、相手は倒れてくることになるが、そのために「腹中にを収め、自己の呼吸によってをの上に収める」（『武産合気』）から、最後の収めが□（四角）になる。だが、その前に、己の気（三角の気）を一元の「ス」の神と結び、そして息を円く細くに収めるのである。



この収めが片手取り呼吸法だけでなく、すべての形で難しいが、それは松（の気）がこのように複雑であることによるだろう。

合気道は宇宙の営みを形にしたもので、それを己の体に取り込んでいくのが合気道である、といわれる。この松竹梅の理合いこそが、まさにそれを端的に表わしていると思う。

開祖はかつて、それまで修業されていた武術をすべて忘れ、松竹梅の剣だけ残った、といわれた。これは、宇宙の条理に合ったことをしなければならない、と悟られたからだと考える。我々もその道を行かなければならない。

---

## 【第495回】 極意の名称 半身半立ち

合気道は通常、相対での形稽古で技と心体を練っていく。「形」は一教、四方投げ、入身投げなどであるが、それほど多くはない。しかし、片手取りとか正面打ちなど攻撃の方法である「取り」と、二人掛けとか多人数掛けなどの攻撃の人数である「掛け」が組み合わされると、稽古をする形は相当な数になる。しかし、形にしても、攻撃の方法である取りにしても、名称があるものは多くはない。

合気道の形と取りの名称は多くはないが、それらの名称は大変よく考えられ、合気道の理合い、また方向性や姿勢をよく表わしている、と今さらながら感心させられる。

例えば、「入身投げ」である。己の身を相手の死角まで入れて技をつかえ、という名称で、入身をしなければ技はうまくいかない、との教えが込められた、すばらしい名前であると思う。

合気道以前の大東流柔術や他の武術の名称も残っているが、当然、その中身は違う。例えば四方投げなどは柔術にもあるが、柔術の四方投げはいかに敵を制するかが大事であるために、相対的になり、技は厳しくなる。

合気道の四方投げは、例えば円の動きの巡り合わせ、十字、陰陽と、宇宙の営みを身につけるにふさわしい形であり、相手に関係なく、己のための稽古、絶対的な稽古ということになる。

さて、私が最もすばらしいと思う名称は「半身半立ち」である。なぜすばらしいかといえば、この名称には、我々合気道の稽古人達が求めるべき合気道の理念と理合いが入っているからである。

攻撃の方法である取りの「はんみはんたち」は、柔術の時代にもあったが、柔術では「半身半立ち」とは言わずに、「半座半立ち」といっていたし、今もそうである。

「半座半立ち」という名称・呼称を解釈してみると、一人は座り、もう一人が立っているということになる。これは、立っている人が、座っている人を攻撃する。そして座って攻撃された人が、立って攻撃してくる相手を技で制する、という攻防ということになる。

さて、「半身半立ち」であるが、これは実際には一人の半分の半身が座り、後の半分の半身が立っている、ということである。しかし、実際には、座っている人と攻撃をする役の立っている人の、二人がいるのである。

つまり、二人が一人になるということである。合気道の理念である、 $1 + 1 = 1$ である。技をかける役である座っている方が、立ったまま攻撃を加えてくる相手と結び、一体化するわけである。立っている相手と一体化してしまえば、相手は座している己の一部になり、立っている残りの半身を自由に導き、動かすことができる。そうなれば、この「半身半立ち」という実感を得るはずである。

この「半身半立ち」の名称が理解できれば、合気道の理念と理合いを会得したことになり、理合いの技がつかえるようになるはずである。まさしく「半身半立ち」は、合気道に通ずる極意の名称であり、言葉といえるだろう。

合気道の形や取りの名称は、開祖植芝盛平翁や二代目吉祥丸道主が考えに考え抜き、整理されたもので、深い意味があるはずである。この「半身半立ち」をスタート台にして、合気道で使われている名称、呼称、言葉を見直し、研究しなければならないと思う。

---

## 【第496回】 魂魄結合の武

合気道は技を練りながら精進していく武道である。だが、魄に頼ることなく、魄は土台で、魂を表にして技をかけなければならない。

体力や腕力である魄の力で技をかけるのは容易であり、何の問題もないだろう。だが、魄の力に頼らず、魂の力で技をつかうのは、容易なことではない。

まず、魂を魄の上にして技をかける、とはどういうことか、そして、どうすればそ

のようになるのだろうか。その解答は、合気道の開祖にお聞きするしかないだろう。

開祖は『合気神髄』（初版第一刷版 P.95-96）で、「阿吽の呼吸が、左、右、左と巡環に払って禊ぎすれば、四方八方位に武産が生き生きとして、武の兆しが出る。阿吽の呼吸の気の禊によって生じた武の兆しは、世の泥沼から蓮の淨い花咲く不思議なる巡り合わせのように、不思議なる魂の花が開き、各自の使命の実を結ばせ、心で身を自由自在に結ぶ。すなわち魂魄の結合の武の本義を現わす。」と教えられている。

呼吸で、体を左、右、左につかうと、武が生まれ、魂が開花し、心と体が結びつく。これが、魂魄の結合した真の武である、といわれているわけである。これを、具体的にどのように稽古をしていくかを見てみると、次のようになるだろう。

- 「阿吽の呼吸」とは、縦（腹式呼吸）と横（胸式呼吸）の十字の呼吸、イクムスピの呼吸など天地の呼吸に合致した、宇宙の営みに逆らわない呼吸であろう。
- 「左、右、左と巡環に払って」というのは、体（手・足・腰）を左、右、左と規則正しく、陰、陽、陰と正しく繰り返して、つかっていくことだろう。
- このように、体と息をつかって技をかけると、自分自身の体と心のわだかまりがなくなって、相手との体や力のぶつかりもなくなる。また、相手の心の反発も消滅する。これが、禊ぎであろう。そして、この禊ぎによって、絶倫の日本の武である武産が生み出され、神変自在、神通千変万化のわざが生み出されるようになる、というのである。
- ここで、世の泥沼から蓮の淨い花が咲くように、魂の花が開き、心で身を自由自在に結ぶことができるようになる、というのである。つまり、魂（心）で魄（身）を結び、そして、導くことになる。これが、武の本義である魂魄の結合であろう。

ここで、なぜ「呼吸で、体を左、右、左につかうと武が生まれ、魂が開花し、心と体が結びつく」か、を考えてみなければならない。私は「ひびき」が発生して、「ひびき」で魂魄結合になる、と考える。

「ひびき」には、大きいものから小さい、微細なものまである。微細のひびきは、宇宙のひびきの言霊である。そして、大きいひびきが、この呼吸による体の左、右、左の循環の振れである。この大きいひびきによって、己の心身（魂魄）を結び、相手の心身（魂魄）とも結び合い、そして武を生み出すもの、と考える。つまり、大きいひびきと小さいひびき、微小なひびきは響き合うはずである。

---

## 【第497回】 念の研磨

合気道修業の目標は宇宙との一体化、と教わっている。従って、宇宙との一体化ができるようになる修行手段・法は、合気道の極意、ということになる。

極意はひとつだけでなく、いくつかあるであろうが、開祖は「念の研磨」が宇宙との同化をさせてくれる、といわれている。だから、「念の研磨」が合気道の極意、ということになると考える。

このことは、『合気神髄』に「正しい念は宇宙と氣を結ぶ」というテーマで104ページに書かれている。そこで、念の研磨がどのように宇宙と一体化へ導いてくれるのか、このページから解説してみたいと思う。

まず、開祖は「五体は宇宙の創造した凝体身魂」であり、五体は宇宙と一体となって活動している、といわれる。ということは、人と宇宙は本来、無意識のうちに結ばれているし、同化し、一体化している、ということになる。

次に、宇宙の意思である宇宙天国建設への生成化育に、万有万物は使命を与えられているから、人もまたそのお手伝いをする使命があることになる。

人の使命を果たすために、開祖はここで「自己の肝心な心を練り、念の活力を研ぎ澄まし、心身の統一をはかることに専念することが必要である」といわれている。つまり、己の心を練り、念を強化し、体と心を統一しなければならない、ということである。ちなみに、「念」とは「心の中の一定の対象に精神を集中させること」（大辞林）と解釈されている。

さらに、心身の統一が進むと、業（わざ）が生み出される基礎ができ、それに念を加えれば、業（わざ）はどんどん出てくるようになる、という。

ただし、業は宇宙の真理に合っていなければならない。だから、念も宇宙の真理に合った、正しいものでなければならない。我欲に結んだり、目前の勝敗などにとらわれる念の武道は邪道であり、進歩向上はないし、災難をもたらすことになる。

念は、また、念を五体に留めておいてはいけない。つまり、使わなければならない、実行しなければならないものである。しかも、その念は宇宙と正しく結ばれていなければならない。宇宙と結んではじめて、技をはじめ、いろいろなものが生成してくるのである。

宇宙と五体を結ぶ念を、氣結びという。念の氣結びで五体と宇宙が一体となり、宇

宙の中心に立つことができるようになり、合気道の極意を得ることになるわけである。

最後に、この極意を得るには、念の研磨が大事であると、開祖は次のようにいわれている。「念の研磨は、自己の意識せぬうちに、宇宙と同化する」。

引用文献 『合気神髄』 (八幡書店)

---

## 【第498回】 くわしほこ

開祖の最晩年の5年間、本部道場に通っていた。日曜日も含め、一週間毎日、道場に通い、2時間から3時間は稽古していたし、稽古の間の自由時間にも仲間や先輩たちと自主稽古していた。道場に長時間いたおかげで、開祖に接する機会も多くなり、開祖のすばらしい技を拝見できたし、貴重なお話も伺えたのであった。

開祖のお話は非常に難解で、我々には理解できず、いつもお話が終わって早く稽古になることを念じていたものだが、不思議なことに50年前の開祖のお話の一部が今でも頭に残っているのである。「宇宙の気、淤能碁呂島の気、森羅万象の阿吽の気を貫く」もそのひとつで、今でも耳に残っている。

当時はこれがどのような意味なのか、なぜ大事なのかなどはわからなかったし、わかろうとしなかった。自分なりにその重要性に気がつきはじめたのは、最近のことである。開祖が何度もこの言葉を繰り返された理由も、ようやくわかってきたのだが、これは合気道を修業していく上で不可欠であるといってもよいほど重要なことであった。

開祖がこの「宇宙の気、淤能碁呂島の気、森羅万象の阿吽の気を貫く」といわれた時は、足を天盤、地盤に立たれ、地の底の国に降りられ、そして木刀や笏で天を突かれていた。実は、これが合気道では重要な事であることだったのである。

開祖は演武や神楽舞で身体をひねったり、折り曲げたりすることがなく、常に身体は地に対して直角でまっすぐであったと記憶する。映画やビデオで確認しても、開祖の身体は常にまっすぐである。

しかし、我々が技の稽古では、身体をひねらず、まっすぐにつかうのは容易ではない。どうしても身体をひねったり、折り曲げたりしがちである。

そこで、開祖のように身体をまっすぐつかうには、どうすればよいかを研究してみたいと思う。その答えは、次の開祖の道歌にあると考える。

「くわしほこ ちたるの国の生魂や うけひに結ぶ 神のさむはら」  
僭越ながら言葉の解釈をすると、「くわし＝細し、美し＝うるわしく、素晴らしい」（大辞林）、「ほこ＝矛・鉾＝両刃の剣に長い柄をつけた武器」（大辞林）、「地たるの国＝地底の国」、「うけひ＝宇宙の受霊＝われわれの霊を受け止めてくれる魂」（合気神髄）、「神のさむはら＝さむはらという神様＝天の村雲」（合気神髄）となる。尚、「ちたるの国の生魂や」の「や」は大事で、「と」という意味であり、感嘆詞ではない。「生魂」と「うけひ」の双方を結ぶということである。

この道歌を解釈すると、「うるわしく、すばらしい鉾は、地底の国にある生命豊かな魂と、天にあるわれわれの霊を受け止めてくれる受霊とを結ぶ、天の村雲の剣である」ということになる。

開祖の神楽舞の前の祈りの儀式は、己を地の底と天に結び、「くわしほこ」になることだったと考える。そして、これが「宇宙の気、淤能碁呂島の気、森羅万象の阿吽の気を貫き」ということではないかと考える。

ここで開祖がいわれているのは、「くわしほこ」になるためには、「物理と精神を並行し、気体と気体とを正しく打ち揃った体にする御柱とならなければならない」、そして「合気によって、以上のことを感得し、実際に行っているいろいろと整えてゆくことである」ということである。

つまり、天盤・地盤に立つ時には、体力（物理）と気持ち（精神）のバランスが崩れないよう、そして地底の気（気体）と天の気（気体）が正しく結ぶ「布斗麻邇（ふとまに）」であり、「八尋殿」「至誠殿」となる体が御柱となるよう、稽古しながら体を整えていかなければならない、ということであろう。

体が「くわしほこ」になっていけば、天とも地とも結び、天と地からの気が体に入るだけでなく、天と地が力を体に与えてくれることになるはずである。

稽古によってそれを感得し、身につけていきたいものである。

---

## 【第499回】 合気剣

合気道の稽古の基本は、素手、徒手である。合気道では、剣や杖などの得物をもって相手を攻撃することはない。ただ、受けが得物をつかって、取りを攻撃することはあるが、それは取りが攻撃に対するための稽古の前提であるからである。

しかし、合気道の動きや理合いの多くは剣からきていると思われる。『合気技法』で二代目道主は「合気の動きは剣の理合であるともいわれているほど、その動きは剣理に則している」（「合気技法」 P.44）といわれているのである。

それが最もわかりやすいのは、正面打ちや横面打ちなどであろう。その攻撃法と、攻撃に対する動きは、剣の理合いそのものであろう。

また、合気道で技をつかう際には、手を剣のようにつかわなければならない。これを先代道主は「徒手における合気道の手は、剣そのものであり、常に手刀状に動かしている」（「合気技法」 P.44）といわれ、手を剣のように使わなければならない、といわれているのである。

これは剣と合気道は関係が深いということであり、誰もが道場で剣や杖を振り回す稽古をしたくなるのもそのためだろう。

われわれも若い頃は剣や杖や槍などの得物を素振りしたり、打ち合わせて稽古したものだ。しかし、開祖に見つかり、いつも大目玉をもらったものである。だから、大先生が居られるときは、得物は差し控えたのだが、当時はなぜ稽古人が剣を振ると開祖に叱られるのか、理解できなかった。

もちろん、開祖の目の届かないところでは、剣の素振りや打ち合いなど自主稽古していたし、先輩からもいろいろ教えて頂いた。合気道で上達したければ、剣や杖を振り込まなければならないのである。

開祖からは、合気道は武道の基本である、とよく聞かされていた。つまり、武道に必要な要素が合気道にはある、ということである。そして、それは間違いないだろうと信じている。なぜならば、開祖のところには武道界の一流の方々が内弟子になったり、入門したり、わざわざ合気道を学びに来ていたからである。しかも武道界だけでなく、スポーツ界（レスリング、野球）や芸能界（日本舞踊）など、武道に関係ない方々までも学びにこられていた。

剣道からも一流の方々が合気道を学びに来られたわけだから、剣道が求めているもの、剣道だけでは気がつきにくいもの、身につけにくいものを合気道に求められたのだと考える。

合気道を長年稽古してくるとわかってくるが、合気道で稽古をする技は宇宙の営みを形にしたものであり、宇宙の条理・法則に則っているので、その技を身につけるためには、心体をその宇宙の法則に則ってつかわなければならない。しかし、剣道や他の武道などではそこまでの教えはないようなので、合気道にそれを求めて来ら

れたのではないかと思う。

開祖は、合気道の動きに剣を持てば「合気剣」になる、といわれていた。合気道を稽古していれば、剣も使えるようになるというわけである。

しかし、初心者はこれを誤解したり、安易に考えてしまうようである。合気道を稽古しているのだから、その手に剣を持てば「合気剣」になる、と思うようであるが、決してそうではないのである。

「合気剣」になるためには、やるべきことがある。まず、先述の「徒手における合気道の手は、剣そのものであり、常に手刀状に動かしている」にあるように、手刀を剣のようにつかって、しっかり技をかけていく稽古をしなければならない。手刀をしっかりとつかうとは、手刀が折れ曲がったりしない、気が通っている、などということである。そしてまた、刃筋を立ててつかうことでもある。

次に、ここからが合気道の本領であるのだが、手刀をつかうと同時に、さらに、その延長線上が剣であると思い、素手でも剣があると思って技をかけるのである。

さらに、合気道の技の基本的な法則である、手足を陰陽、十字に、息に合わせてつかうのである。後は、切っ先に力を集中していけば、呼吸力がついてくるはずである。

徒手でやるべき事を十分にやらず、合気の動き、体、力が十分できてないのに剣をつかえば、合気の理合いで剣はつかえない。逆に合気の理合いを打ち壊してしまったりと、合気の理合いの「合気剣」にはならないわけである。

それ故、先述のように、ご覧になっていた開祖に「お前たちにはまだ早い」と叱られたのだ、と理解することができる。

相対での稽古で技をかける際は、手刀を“くわし剣”にし、刃筋を通し、横、縦、斜めにしっかりと切り結び、合気の理合いの円の動きのめぐり合わせ、十字、陰陽で息と気と拍子を合わせて、技をつかっていくことである。

例えば、片手取りや諸手取呼吸法では、持たせた手で相手の腹を真二つになるように切り結び、その真横になった刃筋を今度は縦で、相手の首を打ち落とすように手刀で切り結ぶのである。

このようなことができてくると、手が剣としてつかえるようになり、そして、呼吸力もどんどんついてくるようになるから、本格的な稽古に入るような気がしている。ここに剣をもって、合気道の徒手での動きをするのが「合気剣」であると考え



る。

---

## 【第500回】 天の呼吸により地も呼吸する

開祖は「合気道は無限の力を体得することです。魄の世界は有形であります。合気は魂の力です。これを修業しなければなりません」とか、「合気道は魂の学びであります」などといわれている。

これまで半世紀以上も合気道を学んできたが、これまでは魄の稽古をしてきたことになる。当然、魄も大事であり、これも養成しなければならないわけだし、体を練り、力を養成してきたことは自然で当然だったと思う。だが、魄の稽古をしてきた最大の理由は、魂とか魂の稽古とはいかなるものか、どのように稽古すればよいのか、などが分からなかったからである。

年をとって分かってきたことは、魄の力は確かに有限であり、限界があるもので、合気道をさらに精進するためには、無限の力を体得していかなければならない、ということであった。

魄の力は有限であり、有形であるが、この魄の力を自分なりに解釈してみると、それは見えるものの力であり、自分自身の力である、と考える。

この対照である魂の力とは、見えないものからの力であり、自分以外からの力といえよう。例えば、天の気、天の息、地の息、神々の力、などである。

開祖は「天の息と地の息を合わせて武技を生まなければならない」といわれている。これまでは、せいぜい縦の腹式呼吸と横の胸式呼吸の十字によって技をつくっていたわけだが、この力も技も自分自身からのものであり、魄の力ということになるだろう。

人間個人の力には限界があるし、必ず壁にぶち当たることになる。そこで、さらなる力を出していくためには、まず自分以外からの力である天の息と地の息をつかっていくことであり、ここから魂の力が出てくるのではないか、と考える。これは、魂の稽古の第一歩であるだろう。

天地の息づかいをどのようにするのか、「片手取り呼吸法」を想定して研究してみることにする。

まず、天の息（呼吸）である。天の呼吸は日月の息である、といわれるから、大き

く息を体に満たし、己と天とを結ぶ。ここで、相手に手を取らせる。そして息を吐きながら天の息を体を通し、足元、そして地底に沈めていく。手は押したり引いたりせず、相手がどのような持ち方をしようと、天の浮橋にある状態でふわっと持たせる。足も踏ん張ったり、力んだりせず、天の浮橋に立った状態で立つ。

そうすると、地から息が上がってくるから、その地の息を腰や胸に入れ、そして、その息に己の横の息を合わせ、息を入れながら腰や手をつかうのである。天地の息を地の息に移し、体（手、腰）を横につかうのである。そして、持たせた手先を十字と円の動きでつかえば、相手はひとりでに倒れることになる。

手や足など、体がこの天の浮橋の状態にあると、天地の息である力が己の体重を有効に手足に伝えるが、それだけではなく、天と地の力も追加・加算してくれる。そこで、これまで以上の力が出るのである。

それまでは力で抑えられると、苦勞して手を返していたが、そのような力も要らず、返すことが容易になる。技をかけながら相手を観察していると、こちらが腕力（魄の力）でやらない限り、手をつかんでいる受けは、それまでのようながんばろうという気持ちを持たなくなり、満足した表情で倒れていくのである。これが魂の力に通じるのではないか、と思っている。

天の浮橋に立つことはちょっと難しいが、大事である。もうひとつ大事なことは、最初に縦の天の息をつかうことである。天の息によって、地が息（呼吸）をするのである。これを開祖は「天の呼吸は日月の息であり、天の息と地の息と合わせて武技を生むのです。地の呼吸は潮の満干で、満干は天地の呼吸の交流によって息をするのであります。天の呼吸により地も呼吸するのであります」（「武産合気」P.76）とはっきりいわれている。

従って、相手に取らせた手を先に動かしてしまうのは法則違反になるわけで、魄に陥るし、技にもならず、体を壊してしまうことになる。

なお、開祖は呼吸や息という言葉が使われているが、これはどちらでも同じと考えてよいだろう。また、ちょっと紛らわしいが、天地の呼吸とは、天の呼吸と地の呼吸のひとつの縦の呼吸であり、地の呼吸とは、潮の満干の横の呼吸である、と考える。

---