

# 肩の力

## The Mystery of Shoulders Force

執筆者：(株)品川白煉瓦  
取締役 技術研究所長 宮本 明/Akira Miyamoto

問合せ先：宮本 明(ミヤモト アキラ)  
〒705-8577 岡山県備前市伊部707  
TEL.0869-64-2492 FAX.0869-64-1565

剣術をはじめとする日本の武道は、わずか二百年足らずの間に、その伝承のほとんどが霧に覆われたかの如くに実体が分らなくなってしまった。しかし室町から戦国を経て徳川初期にかけ、日本全国に輩出した剣豪の強さは現代から見ると想像を絶するものであったと思われる。なかでも双壁は塚原ト伝と宮本武蔵であろう。なにしろ、戦歴が凄まじい。

「十七歳にして洛陽(京都)清水寺に於て真刀仕合をして利を得しより、五畿七道に遊び、真剣の仕合十九ヶ度、軍(いくさ)の場を踏むこと三十七ヶ度、一度も不覚を取らず、疵一ヶ所も被(こうむ)らず、矢疵を被ること六ヶ所の外、一度も敵の兵具にあたることなし。凡(およ)そ仕合、軍(いくさ)の場とも、出逢ふ所の敵を討取ること一分の手にかけて二百十二人」(『ト伝百首』) このほか、木刀などによる試合を合わせると、生涯に百余度の試合をして一度も敗れていない。ともかく、戦場でどこからともなく空中を飛んで来た矢以外は体にかすりもしなかったと言うのである。

ト伝百首を読んで後世の武蔵が對抗意識を持ったかどうかは分らぬが、加来耕三氏が指摘するように、五輪書にある武蔵の言が、なんとト伝のそれに似通っていることか。

「十三歳にして初而(はじめて)勝負をす。其(その)あいて新当流有馬喜兵衛と云(いう)兵法者に打勝、十六歳にして但馬国秋山と云強力の兵法者に打勝、廿一歳にして都へ上り、天下の兵法者にあひ、数度の勝負を決すといへども、勝利を得ざるといふ事なし。其後国々に至り、諸流の兵法者に行合、六十余度迄勝負すといへども、一度も其利をうしなはず」(『五輪書』)

日本刀の切れ味は凄まじいものがあり、ほんのちょっとかすただけでも筋を断たれ、戦闘不能になるそうであるから、どんな不測の事態が起こるか分らない山野での合戦や真剣勝負を重ねて、相手の刃が一度もかすらないというのは格段に技倆の差があったのであろう。

二十代で京の吉岡一門を破り、すでに剣名の高かった武蔵にはにせものの同業者が現われた。腕に覚えのある武芸者、食い詰めた武芸者のなかに、この著名剣豪の名前を無断で借用する者が少なくなかった。加来氏の研究によれば、ざっと数えただけで十七名の武蔵がいたようだ。

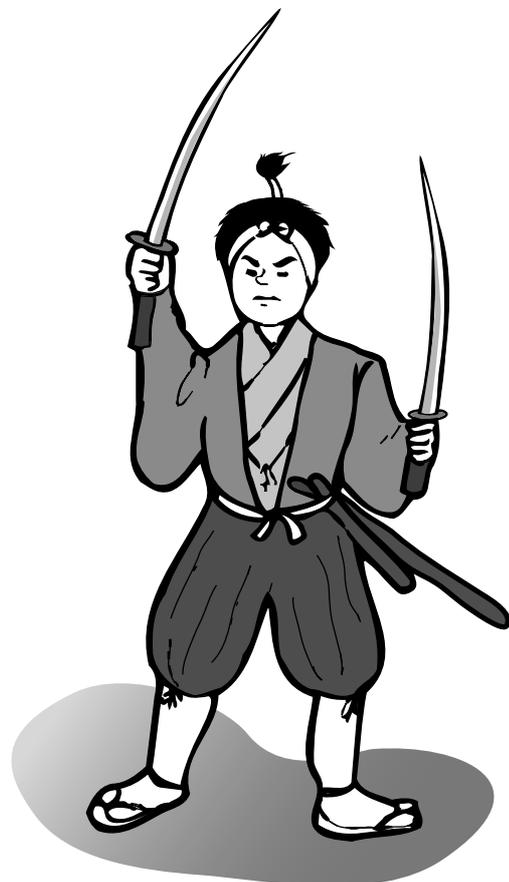
武蔵より二歳の年長で面識のあった渡辺幸庵が晩年の『幸庵対話』で述べている。「予は柳生但馬守宗(むね)矩(のり)弟子にて、免許印可も取りしなり。竹村(宮本)武蔵

といふ者あり。自己に剣術を錬磨して名人也。但馬にくらべ候ては、暮にていえば井(せい)目(もく)も武蔵強し」井目とは下(した)手(て)がハンデとして、あらかじめ九子もの石を置くことであるが、免許印可をもらい、大恩ある但馬守の方がずっと弱いと言うのであるから、武蔵は本当に強かったのであろう。

いずれにせよ、乱世の時代の超一流の剣豪は、後世に比べると桁違いに強かったようであるが、同時代で見ると数は少なかったと言える。それは武者修行の過程で強豪同士がぶつかれば、真剣勝負であるからどちらか一方が必ず命を失うからである。

天下太平の徳川体制が確立されると道場剣法が発達し、防具・竹刀が普及して命を的にせずとも十分な修行が積めるようになった。幕末の江戸には超一流と目される遣い手だけでも二十人近くいたという。江戸だけで二百四、五十の流儀があり、道場の数は二百を超えた。

なかでも四大道場と言われたのは、桃井春蔵の「鏡心明智流」士学館、千葉周作の「北辰一刀流無想剣」玄武館、斎藤弥九郎の「神道無念流」練兵館、中西忠太子啓の「中西派一刀流」中西道場であり、いずれも門弟は三千人を超え隆盛を極めた。鏡心、無想、無念に見られるように、無心の境地に達することが名人上手になるための必須条件とされた。



九州柳川藩の大石進が江戸の名だたる道場を荒らしまわり旋風を巻き起こしたのは、天保三年の春であった。大石は身長七尺の巨漢で、槍のような六尺の長竹刀を軽々とあしらう新陰流の剣客であった。静止状態から火のような凄まじい突きを繰り出すスピードについて行けず、千葉周作の引き分けがやっとで、当時、技(わざ)第一と言われた直心影流の男(お)谷(だに)精一郎をはじめ、桃井春蔵以下、実力、名声ともに兼ね備えた江戸の達人たちがなぎ倒され、大石進の猛威の前に江戸の剣客は顔色ない有様となった。

そこに立ち上がったのが中西道場三羽がらすの一人、白井享である。進は日本一と言われていた男谷精一郎を破ったのであるから、矛(ほこ)を収めて凱旋すれば良かったのである。しかし、勝利に酔った彼は、小野派一刀流の総本山である中西道場をも踏みつぶさんと勇躍乗り込んだまではよかったが、そこで三羽がらすの先鋒、白井享に軽くあしらわれ、惨敗してしまったのである。

上には上があるもので、この白井享は三羽がらすの一人、兄弟子の寺田五右衛門には全く歯が立たなかったと言う。寺田は防具を使わず、木刀の組太刀しかしなため試合をする者がなく、その強さがあまり知られていなかったようである。しかし、白井享が三羽がらすの一人に抜擢された数年後、一度だけ寺田に試合を申し込んだところ、六十三歳の寺田に子供扱いされ、まるで手も足もでなかった。そこで改めて寺田の弟子にしてもらい、指導を受けるようになったが、いくら指導を受けても恐ろしいほどの技のひらきは縮まらず、これが同じ人間かと思えるほど寺田に翻弄される。

津本陽の小説に次のようなくだりがある。

『とうとう寺田が言い出した。「肩の力を抜くとどれほど言っかけてきかせてもどうしても入るようだ。さようなことでは上達はおぼつかん」、「どうすればようございましょう」、「うむ、思い切って肩を砕くか。そうすれば力は衰えようが、力にとらわれるよりはよかろう」実際に肩の骨を砕けば手は動かなくなるが、白井は肩の力が抜ける施術を受け(日本武道の淵源である修験道の秘法のような)たのち、寺田に組太刀の指導を受けるかたわら、白隠禅師の内観の法により無心の境地を学び、四年後に寺田から免許皆伝を得たという。』

白井の如き天才剣士でも、肩の力を抜く手術を受けた上に禅の修業により無心の境地を会得しないと肩の力を自在に抜くことができないのである。「肩の力を抜くことがいかに難しいか」おわかりと思う。

剣の場合、肩に力が入る原因は恐怖心がまず第一、それから勝ちたいなどの雑念である。

宮本武蔵は、「毛抜き合わせ」といって 相手の刀が自分の顔の前を約五分(1.5ミリ)の間隔で通り過ぎる間合を読みきったといわれている。常人であれば、恐怖心が先立って、五分の間合など見切ことは不可能である。武蔵は九年~十年に及ぶ山籠りで人との接触を一切断ち、座禅の修行をベースに無心の境地を自在に得る技を身につけた

といわれる。塚原ト伝、上泉伊勢守、柳石石舟斎等の真剣時代の超一流剣豪は、いずれも入ったまま出てこない長期間(三年~四年)の山籠りをしている。恐らく無心の境地は言うに及ばず、一種の超能力を身につけ、相手の動きを楽々と読み取っていたに違いない。であるから、真剣仕合と言えどもゆとりがあり、肩に力が入ることなどなかったのであろう。

ところで、現代に生きる我々はどうか。生命の危険を感じたり、死の恐怖に遭遇す

るなどということはめったにないが、現代人は大人も子供も、ほとんどの人が肩に力が入りっぱなしではないかと思う。ために自分の身のまわりを考えて見れば良くわかる。

まず家の中にあっては怖い怖い山の神。外に出れば会社の怖い上司や苦手の同僚、税務調査官、歯医者。こういう人種と対峙する時は、どんな修行を積んだ人でも肩には相当の力が入るものである。大体、恐怖心が原因である。ゴルフで飛ばそうするとき。結婚披露宴のスピーチをピシッと決めようと思うとき。これらは格好良く見せようとする邪念である。邪念はいくらでもある。

このような個別の要因がなくても、テンポの早い、複雑な管理社会で忙しく生きねばならない現代の我々は慢性的なストレスにさらされており、それが純粋に心理的な問題であるにも拘らず、いつも肩に力が入っているのである。

不思議なことではあるが、筆者の体験から申し上げれば、何等かのトレーニングによって物理的に肩の力を抜くことが出来れば、心理的な原因をも取り除いたり緩和することが出来るのである。

肩の力は、心のうごきと表裏一体のようである。

