

令和4年秋季号 (Vol.89)



- 自分の今を奉納する (P2)
- It's Good Not To Be Trendy (P3)
- すばやい動きと重たい… (P5)
- 見るべき所を… (P7)
- 演武大会を終えて (P8)
- 旅紀行 (P6,7,8)

第17回靖国神社奉納演武大会が9月18日大型の台風14号の影響を受け時折土砂降りとなる雨模様の中、神社能楽堂において開催された。

演武奉納団体は・天真正自源流、・和太鼓破魔、
・北辰一刀流玄武館／北辰会空手少年部、・田宮流居合術正麟館、・武田流伝黒坂派、・養神館合気道龍建足、・龍精空手道、そして新たに志伝流と天真正伝香取神道流神武館が加わった。

大会は9時より開催宣言、昇殿参拝そして和太鼓破魔の開会太鼓が境内に響き渡った後、天真正自源流・原師範の四方払いの太刀を皮切りに、各流派それぞれが持つ歴史と伝統を継承する誇りと重みを胸に秘めた演武の奉納が開始された。

龍精空手は正午前に九つの演目で演武を奉納。15分余りの時間の中で流派の特色を如何に表現しそして演武の流れを作るかに毎回頭を悩ませる



ところである。だが、各演武者は上野先生の奥様の澄んだ声のナレーションに後押しされたこともあり、動きの間の取り方あるいは形意の動作表現に



工夫のあとが見られ、寒さそして暑さの中で稽古してきた成果が発揮された。

舞台の有終の美を成す協和演武。今年も各流派の宗家あるいは代表者による真剣刀法の妙技が繰り広げられた。その中で空手の代表として舞台に立った坂本範士は首里内歩連・二節棍五曲・古流十二支之形を披露、名立たる剣術流派の先生方の中において存在感を示した。

コロナ禍騒動の意図的的茶番劇が続く下での3年ぶりの大会となった今回の裏話。

それは、“今年も開催を見送ると次回からお受けできかねる……”と靖国神社から主催者側（天真正自源流一門会）へ通告されていたことだ。例えとしての的をえているかどうか？だが、戦場では暗夜において

誰何3回に対して返答がない場合“撃て”となり、相手側は射撃(射殺)されても仕方がないという暗黙の決まりがある。そこに照らし合わせれば第17回大会は当然の開催であるといえよう。

『今年は3年ぶりという事と次の技法段階へ向かうきっかけをつかむ事を考えていたので、奉納演武は5年以上にわたって研究してきた「十二支」の古流形を主演目に、そして前形を「首里内歩連(ないほれん)」、武具は「二節棍の五曲(いつぎょく)」と

しました。各演目の詳細な解説は長くなるので省略しますが「十二支」の動作構成については、自身で納得するまでにはかなりの時間がかかりました。

その理由を一言でいえば、十二神将と十二御仏から発せられる神々しさという?の重しがのしかかり、そこからなかなか解き放たれなかったからです。

協和演武は時として伝統を継承する務めとしての重圧を受けますが、古流唐手の道を探究する私にとって未知に挑戦する上での大事な舞台となっているのです。』(坂本)

自分の今を奉納する

埼玉越谷道場 師範 山内 博

今年、実に3年振りに靖国神社奉納演武会が開催されました。内心、また、延期になるのでは、「当日まで、何がおきるか分からない」と、気を引き締めていました。

坂本先生はじめ福田さん、上野景範先生と自源流御一門の皆様そしてこの3年間各々に修業しつづけたであろう各剣術、武術諸流派の方々皆さんは、年を重ねそれぞれの事情の中での参加だったことと推察いたします。それらのことから、あらためて、この奉納演武会に参加させていただいた事に感謝いたします。

いまさらですが、私は、今年の靖国演武会で“奉納”と云う言葉を強く意識しました。

それは、これまで、奉納などはどこへやら…で、ただ目の前の観客に興奮し、力強く、失敗しない様にと過剰に意識し、心がともなっていない演武になっていた事なのです。しかしながら今回は、この演武に向けどれだけ多くの人たちの協力があつての行事かと改めて気づき、そして、その思いの先にある靖国に祀られている厳かな存在に対して“自らの今をご奉納する”と素直な気持ちになれたのです。

五輪の書の中で、印象に残っている一文があります。それは、「速く打つ、強く打つなどは無い。“ただ打つ”のだ。」と記されていました。

わかるようで、まったくわからない言葉の内容でした。しかし今は……；

ただ“奉納”するという行為のみに心を置くのではなく、今出来る事を丁寧にただ行う事で、そこに強くとか速くとかが入る余地は無いのだ、と思うようになったのです。そして、もし、だれかから弱いあるいは遅いと感じ取られるならば、それは自分の修業不足と素直に受けとめ、そして新たな修業の舞台へ向かって取り組む姿勢が大切である、と自身へ言い聞かせることなのです。

今回の演武で意識に変化が生まれたと感じています。それは、形や武器稽古を行う時に持っていた“強く、速く”の呪縛というものから離れて、腰使い、脇の締め、胸の開閉と、身体の繋がりを丁寧に観察する大事さに気付いたことなのです。多分これが「練る」と云う状態の入り口なのだろうと思ひ、そして、その先に古流があるのだと考えます。

演武会後、坂本先生より「おまえ、へただな……。」と言われながら、いくつかの技法についての指導を受けました。

…同感です。もう、トンファーは手放せません。



It's Good Not To Be Trendy

When I was a child in the 1960s, I wrote an American martial arts magazine to complain about the lack of judo coverage. Almost all its articles were about karate.

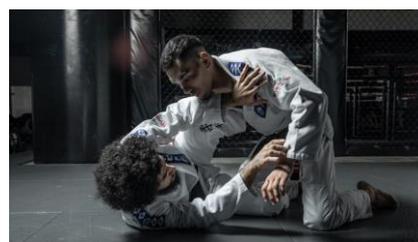
If I were to write to the same magazine today, I might now complain about the lack of karate coverage. Many of its articles are now about mixed martial arts (MMA) and Brazilian jiu-jitsu (BJJ). "Poor old board-breaking karate," I saw one online commentator say.

There's a belief that MMA contains the best of all the martial arts. When it comes to the striking component, karate is often overlooked in favor of boxing or Muay Thai. When karateka feel obliged to defend their art, they might point out the few MMA competitors who have karate backgrounds. Or they might talk about how some of the MMA techniques correspond to ones used in traditional karate.

But this is falling into the trap of defining what we do by the latest martial arts trend. After I left judo to do karate in 1969, I recall reading articles about karate men getting beaten up in contests with Thai kick boxers. This helped start the rise of full-contact karate in North America, and spur development of full-contact karate styles such as Kyokushin.

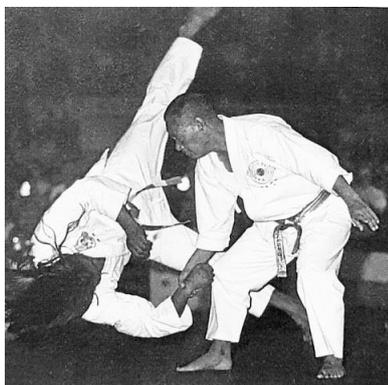


Then people began to get interested in pragmatic hybrid systems of self-defense such as Systema and Krav Maga. Then the trends changed again with the rise of MMA and BJJ. I've seen professional karate



dojo that have gone from saying they also offer tae-bo (karate performed to music) to providing lessons in kobudo, Krav Maga, and now MMA and BJJ. It seems that they will fasten on to whatever is popular at the moment to get students through the door.

But these trends also provide an opportunity for those of us who practice and teach traditional Okinawan karate. With our discipline, hard work and ethics we can appeal to parents who may be wary of putting their kids in a sport represented by steroid-fueled hulks who can blithely drop elbows onto the heads of downed opponents.



Traditional karate has a long history of being an effective method of self-defense, with its strikes, throws, joint locks and chokes. Yes, you could modify it so it works under the rules and conditions of the MMA octagon, but why bother if you don't want to become a professional fighter?

In real life, you are unlikely to be attacked by a professional martial artist. And the rules of any sports fighting contest don't apply to attacks on the street. Of course, you can't ignore the lessons learned in MMA contests. How do you deal with someone trying to take you down?

Are your strikes really effective enough to take someone out, and what do you do if they aren't?

But this is a matter of refining what we have and not just going for the flavor of the day.

Karate has passed down to us a host of practical self-defense techniques created by masters. The trick is to trust in them and our own abilities, to train hard, and to not define ourselves by the latest trends.

— Peter Giffen, *Barrie Ryusei Karate*

<和訳>

流行に流されない気構え

龍精カナダ 教士 ピーター ギッフェン

私が 1960 年代の子供の頃、アメリカの武道雑誌に「柔道の記事がない」と文句を書いたことがあります。なぜならば、その雑誌の記事はほとんど空手に関するものだったからです。

今、同じ雑誌に手紙を書くとしたら、空手の記事が少ないことに文句を言うかもしれない。理由は、MMA (総合格闘技) や BJJ (ブラジリアン柔術) の記事が多くなっており、ネット上で「板挟みになっている空手がかわいそうだ」という意見を目にしたからです。

MMA はすべての格闘技の中で最高のものが含まれているという考え方があります。しかし、打撃系の格闘技となると、空手はボクシングやムエタイと比較され、見落とされがちです。空手家は自分たちの武道を守るために、MMA の競技者の中に空手出身者が少ないことを指摘するかもしれません。あるいは、MMA の技が伝統的な空手の技に対応していることを話すかもしれません。

しかし、これでは最新の武術の流行によって自分たちのやることを定義してしまう罠にはまることとなります。私が柔道を辞めて空手を始めた 1969 年頃、空手家がタイのキックボクサーと試合をしてボコボコにされたという記事を読んだのを覚えています。それがきっかけで、北米でフルコンタクト空手が盛んになり、極真のようなフルコンタクト空手の流派が生まれました。

その後、システムやクラヴマガのような実用的なハイブリッド護身術が注目されるようになり、さらに MMA や BJJ の台頭でトレンド (流行) が変わってきたのです。

そのため、プロの空手道場では「テコンドーもやります」というところから、古武道、クラヴマガ、そして MMA や BJJ のレッスンが行われるようになってきていて、生徒を集めるためには、その時流行っているものなら何でも取り入れるという感じです。

しかし、こうした傾向は、伝統的な沖縄の空手を練習し、教えている私たちにとってはチャンスでもあるのです。その理由は、私たちの規律、勤勉さ、倫理観があれば、ステロイドに汚染された巨漢が、倒れた相手の頭に平気で肘を落とすようなスポーツに自分の子供を入れることに警戒心を持つ親にアピールすることができるからです。

伝統的な空手は、打撃、投げ、関節技、絞め技など、効果的な護身術として長い歴史があります。確かに、MMA のオクタゴンのルールと条件の下で機能するようにそれを修正することができますが、あなたがプロのファイターになることを望んでいないなら、なぜ悩むのでしょうか？

現実には、プロの格闘家に襲われることはまずないでしょう。そして、どんなスポーツの格闘コンテストのルールも、路上での攻撃には適用されません。もちろん、MMA コンテストで学んだことを無視することはできない。自分を倒そうとする相手にはどう対処すればいいのか？あなたの打撃は本当に相手を倒すのに十分な効果があるのか、そうでない場合はどうするのか？しかし、それは今あるもの (空手) に磨きをかけることであり、その時々流行に流されることではありません。

空手には、達人たちが編み出した実践的な護身術が数多く伝わっています。それを信じ、自分の力を信じて、流行に流されず、一生懸命に稽古をすることです。

すばやい動きと重たい打突について

宗運道場 4段師範代 甲斐 隆

大相撲秋場所は今場所も横綱大関上位陣が総崩れに陥る状況でした。結果は玉鷲の最年長の37歳10ヶ月での優勝です。

稽古を積んで鍛えると、肩から首あたりの筋肉が盛り上がってくる。すごく盛り上がっている力士は強くて、それがなくなってくると弱いという視点があるとします。

片男波部屋は人数が少ないので立ち合いの出足を磨く為、2人がかりの稽古を取り入れていると聞きます。稽古は嘘をつかないし稽古の工夫が求められると思います。



—倒人法でトレーニングをする玉鷲関—

振り返ると、横綱大関陣が強くて充実していた時期が懐かしくも思われます。

ハイレベルな時代の勝敗：2005年の朝青龍84勝6敗、2009年白鵬86勝4敗、年間にこれだけしか負けないとは驚異の成績です。

年間80勝以上の人達のランキング入りは6名ですが3回達成したのは白鵬のみでした。

それではなぜ白鵬は強かったのでしょうか？それは技が多彩だからとも言えると思います。

一つ目は、右四つの取り口になったらほぼ100%負けないぐらい、右四つがすごく強いことです。

二つ目は、巻き替えです。巻き替えの早さとうまさには眼を見張るものがありました。

三つ目は、上手を切る技術です。上手を切る時、肘を張って切る時、肘に重み加わらなるとなかなか簡単には切れない様です。

四つ目は、張り差しです。この張り差しは昔から存在し、白鵬アンチからは不当に叩かれました。

挙句の果ては「歴代の横綱は誰も張り差ししなかった！」と意味不明な虚言を吐く人が多くいましたが歴代横綱の張り差しを見れば歴然とします。

昭和50三月場所・貴ノ花VS北の湖千秋楽の優勝決定戦、平成3年5月場所初日・貴花田VS千代の富士そして武双山VS貴乃花等々たくさんあります。この様に大横綱と呼ばれる人たちを含めて張り差しは誰でもやっており、ものすごく昔からある技です。因みに白鵬は右左どちらからも張り差しが出来ました。

五つ目はスピードです。「昔の横綱はみんな受けて立ち、がっぷり四つになっていた！」という人がいますが、今と昔では立ち合いのスピードが全く違ってきています。

白鵬：2.16 (m/s)、日馬富士：2.1、琴奨菊：2.05、高安：2.03 (m/s) とのデータがあり、ウサイン・ボルトとは同等とのデータが有る様です。如何に鋭い出足で立ち合いを制していたのかが判ります。



—鋭い出足で立ち合いを制する横綱白鵬—

更に白鵬の立ち合いを高速度カメラで分析すると、相手力士にぶつかった瞬間、一瞬フツと反らせて裏丹田にかかり次の瞬間元に戻る様な姿が見られる、と中京大スポーツ科学部の湯浅景元教授が云われています。敗れた力士が一瞬、力が通じないような感覚になったと言わしめた“風になびく柳”の様な動きが、相手力士のパワーの吸収に繋がっていると思われれます。

立ち合いで相手を受け止める時にはドンと胸を突き出す。突き出すと、踏ん張ることが出来るし、反射系の動きで足を一步前に踏み出しやすくなるという。逆に背中を丸めてしまうと、足を前に運びにくくなってしまうそうです。

この様な分析内容に共感しつつ、古流唐手との共通点を見いだして、自身の稽古に活かしたいと思いました。

最近、からだの姿勢がニュートラルな状態からでないといけないと意識して稽古しています。前肩でもなく、引肩でもない中間の肩の位置です。普段の姿勢がニュートラルなっている人は少なく、現代人は前肩になっている人が圧倒的に多いと聞きます。



—裏拳沈み—交叉歩の稽古—

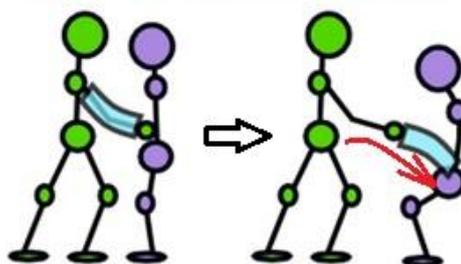
胸が閉じた状態で毎日過ごす四十肩、五十肩になりやすくなるという傾向です。稽古では胸の開閉を意識して動かし、次に仙骨から

抜いたあとも居着かないよう、坂本先生より指導して頂いております。

胸が開き体重が着地した足にずっと乗っていく感じがした瞬間、相手には重い打突が伝わって(重さが相手へ流し込まれていく感覚)います。そこから腰の操作を単に会得しただけでは次の段階に入れないことがよく判ります。

重く感じたかどうか相手して頂いている福田四段より感想をその都度貰えます。

接点から中身(重さ)だけを流し込む感覚



これからも古流唐手の真髄を体感させて頂きながら稽古に励みたいと思います。



【旅紀行】 秋元神社(宮崎県西臼杵郡高千穂町)は阿蘇神社の祭神、建磐龍命(たていわたつのみこと)が高千穂にある諸塚大白山に造ったと言われ、1683年に現在の地に移されたと伝えられている神社です。神社の拝殿が鬼門を向いていることから、大きなパワーが宿るとされており、参道入り口と拝殿横の御手水は、秋元の山水で昔から御神水として信仰されています。



宮崎県と熊本県の県境の古くから山岳信仰が根付いた五ヶ瀬町に鎮座する祇園神社。祇園神(スサノオ)がお祀りされています。中央は仁王像、右が神徳の木です。(福田 脩)

見るべき所を間違えると形骸化する

宗運道場 四段指導員 福田 脩



形骸化とは見て、そのままの格好を真似するだけの事を言うのであって、技が見えない人達がやっていることであると私は思います。見る所を取り違えているのです。

理論的に言っても同じ格好のポーズなんてとれるはずがありません。なにせ一人一人身体のサイズも筋肉の付き方も骨格も違うのですから…。ですので、たとえ寸分たがわず同じポーズをとったとしても、それは技を継いだのではなくただの形骸化した偽物となるのです。

技を継ぐとはそういう表面的な薄っぺらな物ではありません。技の本質を理解して、そして自分の物にする為には、どのような稽古をして鍛錬を積み重ねなければならないのかは自分で考えて理解して行動するほかないのです。結局は一人稽古をどれだけ積んできたかが技の質につながるのです。

今回、セイサン 10 構を見て、どれだけセイサンを理解していたのか？が問われています。

おそらくほとんどの人が理解して形を稽古していなかったのだと思います。ただ形を稽古するのではなく、その形の動作の意味が理解できたら、それを武器にのせてやってみるとか、立ち木に打ち込んでみるとか、そういう稽古も必要かと思えます。

実際に使えるかどうか？なのです。それこそ、理解を深めれば、やらなければならない事は無限に出てくるのが形なのだと思います。

形は繋ぎ（つなぎ）こそが大事なのです。その部分だけを見るのではなく、その前の動作、その前の動作の身体操作から既に技は始まっています。そのため、全てを繋げた状態で考えていくのが重要なのです。一つ一つを個別に考えて動作を斬ってしまうと、それこそ形の形骸化の始まりとなってしまいます。

今回の私の靖国奉納演武を見返して見ての反省点として、腰の粘りが足りないと思いました。粘りを出すためにはもっと練る稽古を積み重ねなければならないのか？その為には、どういう稽古を積み重ねなければならないのか？それは自分で考えて実行していくしかありません。やらなければ正解か不正解かは分かりません。

昔、もう自分にはこれ以上無理だ！と言っている人がいました。限界は自分の意志で、自分で決めてしまうものです。もうこれで終わりだと自分で決めてしまっただけで終わってしまいます。まだ上があるのに、自分で勝手に決めて終わってしまうのはとても悲しい事です。上には上があります。自分が考え想像する以上に上があるのです。

今回の靖国奉納演武でもそれをたくさん見せてもらえました。まだまだいけます。

また、新しい試行錯誤の楽しい鍛錬が始まりました。次の演武に向けての稽古開始です。



大分県臼杵市に鎮座する福良天満宮境内には「赤猫社」が祀られています。御祭神は「あかねこ」と称えられた故大塚幸兵衛氏始め臼杵商人の御霊他ご縁ある稲荷神社



の御神札です。赤猫社が祀られるようになったのは、「あかねこ」という言葉より、招き猫の置物を作成したところ不思議と良いことに恵まれたという人達が増え、その「あかねこ」の魂を氏神様である福良天満宮に返そうと平成 11 年に明治時代初期に活躍された臼杵商人の魂を迎え福良天満宮境内に「招霊赤猫社（おがたまあかねこしゃ）」として建立されました。映画「男はつらいよ」の「花も嵐も寅次郎」での寅さんの旅先に臼杵が選ばれ、この福良天満宮がロケ地になりました。（福田 脩）

演武大会を終えて

3年ぶりの大会を終えて感じた一つは、天真正自源流上野景範先生はじめ御一門の方々との間合いがとてもせばまったな……、との思いが、安堵感と共に心の中に響きわたったことです。

その理由は、先ず、八風五曲（はっふういつぎょく）と名付けたヌンチャクと二節棍の刀法そして十二支之形のそれぞれが天真正自源流の基本法形と刀技法の繋がりの下に創作できたこと。そして次に、武器術・古流形として初めて挑んだ演武にもかかわらず、違和感なく身体が動いたことです。

ただ練度についてはまだまだ稽古を積んでいかなければならないので、そこは寛容の目で見ていただければと思います。



—私、上野景範先生、香取神道流大竹先生、北辰一刀流小西先生—

二つ目は、長年課題としていた「十二支」を「十二支之形」と「十二支構」の二つにまとめることができた達成感と伝統の継承を果たせたうれしさです。

今後は、最近始めた組打の流雲の構や風車の構、これまで続けている組棒Ⅱ、その他の変手技法などを稽古しながら、九重の棍そして次の古流の舞台を目指し、靖国の武友と共に切磋琢磨していきたいと思っています。（坂本）



臼杵八坂神社は大分県臼杵市臼杵に鎮座している由緒ある神社です。昔このあたりは祇園洲（ぎおんのす）と呼ばれていたために神社は「祇園宮」と呼ばれていました。明治4(1871)年に「八坂神社」に改称されますが、今でも「祇園様」として地域に親しまれている神社です。



初山八幡社（もみやまはちまんしゃ）は、大分県竹田市直入町の長湯温泉の近くにあるパワースポットです。

神秘的な雰囲気のある参道と厳かな姿の樹齢千年の神木。ここは、緑の森の美しい景色と澄んだ空気の中でリラックスできる素敵な神社です。訪れた人達からは「まるでジブリのもののけ姫の世界みたい」と言われるようです。（福田 脩）

和



古流唐手龍精空手道季刊誌

龍手/Ryushu

<http://www.koryutodi-ryusei.com/>

忍