

# 宮本武蔵「尾張円明流」の研究

赤羽根 龍夫

赤羽根 大介

神奈川歯科大学名誉教授・柳生新陰流・貫流槍術師範

柳生新陰流・貫流槍術師範、尾張円明流十七代継承者

## 目次

- 一、はじめに
- 二、『五輪書』研究―「兵法において早きこと悪しき」
- 三、円明流術理に潜む「観の目」
- 四、『五輪書』「水の巻」を読む―武蔵はどんなふうに動いたか

## 武蔵と 柳生新陰流

赤羽根龍夫 Akahane Tatsuo  
赤羽根大介 Akahane Daisuke



著者達は柳生新陰流・尾張貫流槍術かんりゅう・宮本武蔵「尾張円明流」の稽古と

研究を通して日本の伝統文化の中で伝承されてきた日本人の体育を普及する活動を行っている。具体的には鎌倉・横須賀・藤沢で「新陰流・円明流稽古会」を主催。稽古会には日本だけでなくアメリカ・韓国・ロシアからも稽古にみえている。年齢的には五歳から八十五歳までの広い範囲の老若男女である。

幼児には「つよくやさしく」なるように、日本の将来を託する少年たちにはたくましい大人になるための身心の鍛錬を、青年や壮年には極意の道を指導し将来の指導者になるように、六十歳以上の方々には健康だけでなく人生を有意義に生きる生涯学習となるように指導している。

稽古会の特色は、高い山に登るには最初から山頂が見えることが望ましいという発想の元、最初から極意を教えることである。教習の内容は新陰流・武蔵尾張円明流・貫流槍術が中心であるが、希望者には合気柔術・静流自在剣・十兵衛杖・新陰流槍術も教えている。

この一年間（二〇一二年三月～二〇一三年三月）著者達は単行本としては『武蔵と柳生新陰流』（集英社新書）を上梓し、月刊誌では雑誌社の依頼によって次の通りに研究を発表している。

一、二〇一二年三月号「月刊秘伝」特集「観の目で行こう」

円明流術理に潜む観の目

二、二〇一二年三月号「歴史人」特集「剣豪伝説」

泰平の世に平和の剣を確立した江戸柳生の祖 柳生宗矩

三、二〇一二年五月号「月刊 剣道日本」特集「足は自由だ」

刀を遣うための足さばきとは？

四、二〇一二年十一月号「月刊秘伝」特集「サムライのスピードとは」

柳生新陰流 春風館館長 加藤伊三男館長

五、二〇一三年一月号「月刊 剣道日本」特集「武蔵はどんなふう動いたか」

『五輪書』「水の巻」を読む

今回の紀要は宮本武蔵「尾張円明流」がテーマなので、この内、一と五だけを研究活動の一環として巻末に転載しておく。

なお赤羽根大介が十月二十七日、日本古武道協会常務理事・春風館道場加藤伊三男館長より「尾張円明流第十七代継承者」と認められたことを報告しておく。

## 一、『五輪書』研究

### ——「兵法において早きいと悪しき」

武蔵が五輪書で一番言いたかったことは何であろうか。

総論とも言うべき「地の巻」の最後の第八条「兵法の拍子の事」は「物ごとにつき拍子はあるものなれども、とりわき兵法の拍子、鍛練なくしては及びがたき所なり」と書き始め、兵法の拍子について次のように記す。

兵法の拍子においてはさまざまあることなり。合う拍子を知って、違う拍子を弁え、大小遅速の拍子の中にも、当たる拍子を知り間の拍子を知り、背く拍子を知ること兵法の専なり。この背く拍子弁え得ずしては兵法たしかならざる事なり。兵法の戦いにその敵その敵の拍子を知り、敵の思いよらざる拍子を以て、空の拍子を知恵の拍子より専ら書き記すなり。

続けて第八条を「いずれの巻にても、拍子の事を専ら書き記すなり」と締めくくる。そうすると『五輪書』に一貫したテーマは拍子ということになる。剣道では拍子は主にリズムと捉えられている。試合は剣先を上下にかすかに振りながら自分の打っていくリズムを計ることから始まる。剣先を上下に振り拍子を取る事を新陰流では文（あや）を切るといふ。手首は使わずに肩と肘でゆったりと太刀全体を上下に振るわせる。

しかし竹刀剣道の興隆の基礎を作った千葉周作は手首を使って剣先を小刻みに小さく震わせる仕方を考案した。小鳥の鶴鶴（せきれい）が尾をせわしなく上下に震わせるのに倣ってこの小刻みの文の切り方を「鶴鶴の尾」と呼んでいる。隙を見てぱつと飛び込むには小刻みの方が相手に技の起こり読まれず、飛び込みやすいと考えたためと思われる。

現代剣道ではこれが主流となっている。学生剣道を見ていると、相手との攻防を考えず、自分で身体と気持ちのリズが整うと相手かまわず飛び込んでいくケースが多くみられる。

またこれが一本となる場合が多い。やみくもに飛び込まれた相手は一瞬ひるむのでそこに自然と隙が生まれるのである。高段者になるとそうした動きは相手の態度であらかじめ察知できるので、容易にさばくことが出来る。またわざと隙をつくって飛び込ませて勝つ事もできる。

運動神経がよい若い時はこれで勝ち進むことが出来るが、青年期を過ぎて体力が下り坂になると勝てなくなり剣道への興味を失い剣道をやめてしまう

# 証

貴殿も佐藤政五郎、神戸金七と  
 伝わった尾張貫流槍術（市川派）の  
 中に伝承された宮本武蔵尾張  
 円明流の継承者であることを認める  
 その証としてこの書付と朱槍（銘金高作）  
 一本を与える

平成二十五年十月二十七日

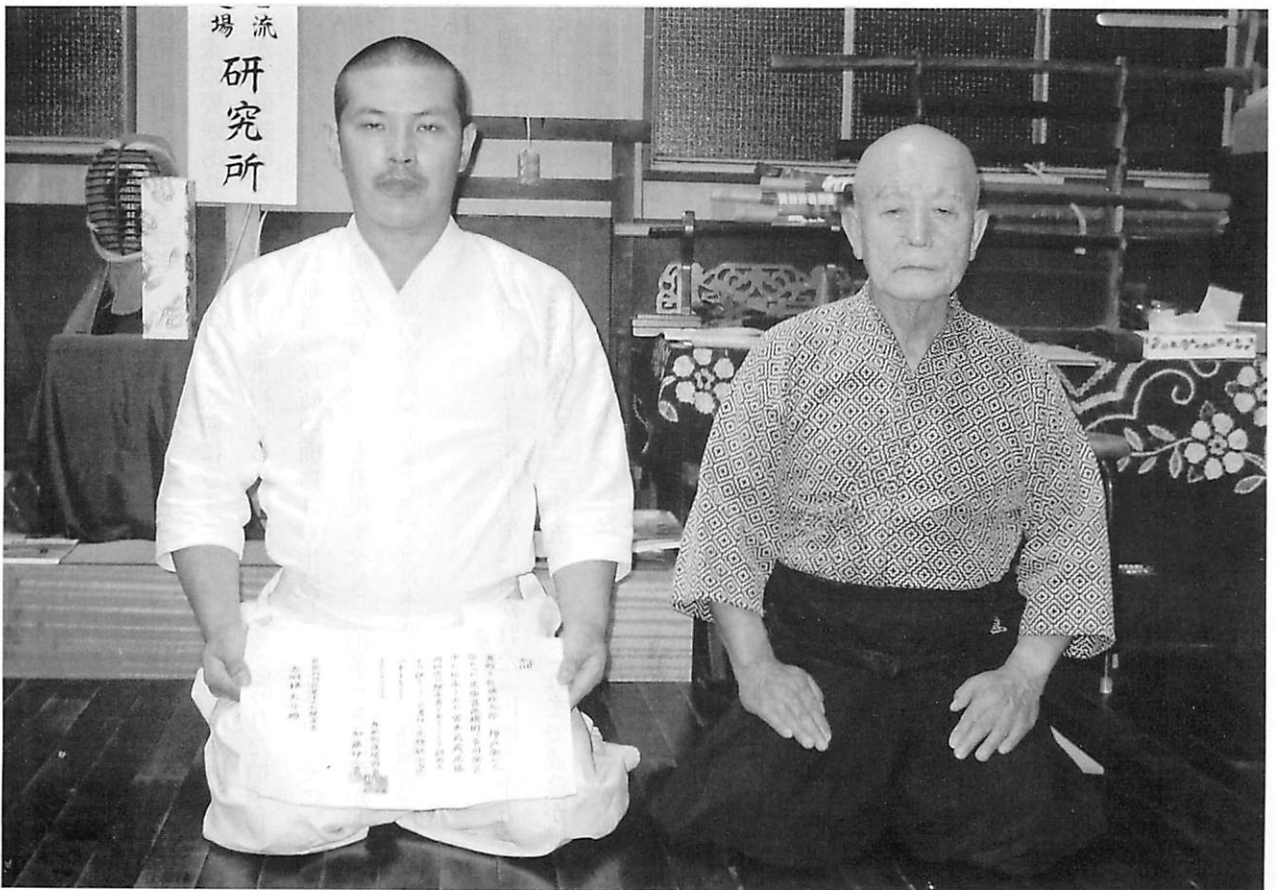
春風館道場館長

加藤伊三男



尾張円明流第十七代継承者

赤羽根大介殿



場合が多い。これはその人の問題というより現代剣道に問題があるのではないだろうか。

「剣道は面一本」などと云われ、長い竹刀で飛び込んで打つ「飛び込み面」が重視されている。現代剣道は一刀流免許皆伝で東京高等師範学校の剣道師範であった高野佐三郎によって体系付けられた。高野は明治四十四年に中学校で剣道が正課として採用されたのに応じ、学校剣道で多人数を一斉に教授する必要から、それまで多様であった剣道を画一化していった。常に右足前の送り足を採用し、「飛び込み面は軽くても採るべし」（『剣道』大正四年）と、飛び込んで打つ面技を重視した。

一方、高野と並び称された中山博道は古流剣術を重んじ、「昔の形に一つでも飛び込んで打つ手はない」と批判し、竹刀も三尺六寸のものを常用し、昔からの足運びである歩み足を重視した。博道は現代剣道について次のように云う。

全日本剣道選手権大会を観て、そこに集まる選士達の竹刀捌きは、私から見て器用につきてはいるが、あれは竹刀捌きで、忌憚なく申し述べれば、及第点をつけられる者は只の一人もないとさえ存じている。あんな攻守両面を日本刀ではとても思いもよらぬことであって非常識もはなはだしいとさえ考えてあえて苦言を呈する。

この状況は半世紀以上経った現在でも変わっていないようである。剣道界屈指の理論家で国士館大学剣道部部长・馬場欣司氏は『剣道日本』二〇一三年二月号で次のように書かれている。

平成24年度の全日本剣道選手権大会を観戦しました。残念ながら、決勝戦も立派とはいえない戦いでした。決勝戦に限って見たことですが、手元を上

げて間合いに入っていく、いわゆる打突の意志のない行為（中途半端な打突も含む）が、両選手合わせて実に57回も行われていたのです。（一〇六頁）

剣術・剣道は足さばき、竹刀捌きとも前後左右、縦横無尽に動かすところに本来の姿があり、そこに生じる攻防にさまざまな「拍子」が使われるのであるが、直線的な「面一本」を重視する現代剣道はごく限られた拍子しか問題とならない。それでは剣道の攻防の面白さも半減してしまう。そこで今回は剣道の原点に返って剣道において最も重視すべき「拍子」とは何かということ、多くの剣道家が剣道の聖典と考えている宮本武蔵の『五輪書』によって探ってみよう。

「拍子」については『五輪書』より十年以上に書かれた『円明三十五ヶ条』の第二十一条にまとまった記述がある。『三十五ヶ条』はこれまで武蔵が晩年、熊本藩主・細川忠利に呼ばれて熊本で書いた『兵法三十五箇条』が最初の『三十五箇条』だと信じられてきた。しかし武蔵は『五輪書』で「兵法至極を得た」といつている五十歳のころに円明流の術理書として『円明三十五ヶ条』を書いている。熊本に呼ばれた武蔵は忠利に兵法書を書くようにとの命をうけ、忠利が急病に陥ったため、急ぎよ『円明三十五ヶ条』を兵法書に仕立て直して『兵法三十五箇条』として忠利に提出したのである。新たに第一条に「二刀であること」、第二条の前半に「大なる兵法」論を加え、「万理一空」を最後の三十六条に移し兵法書の体裁を整えたが術理の部分には大きな変更はない。「拍子」については第二十一条で論じている。（『兵法三十五箇条』では第二十二条となる）

第二十一条「拍子の間を知るといふ事」

拍子の間を知るは、敵により早きもあり、遅きもあり、敵に従う拍子なり。心遅き敵には、太刀相に成ると、我が身を動かさず、太刀の起りを知らせず、早く空に当たる、これ一拍子なり。

敵の気の早きには、吾が身と心を打ち、敵動きの後を打つ事、これ、二の越しというなり。

また無念夢想と云うは、身を打つ様になして、心と太刀は残し、敵の気の間（あい）を、空よりつよく打つ。これ無念夢想なり。また後れ拍子と云うは、敵太刀にて張らんとし、受けんとする時、如何にも遅く、中にてよどむ心にして、ま（間）を打つ事、後れ拍子なり。

この第二十一条は『五輪書』では四条に分けられている。

第十四条、「敵を打つに一拍子の打ちの事」

敵を打つ拍子に、一拍子と云いて、敵我当たる程の位を得て、敵のわきまえぬうちを心に得て、我が身も動かさず、心も付けず、いかにもはやく、直に打つ拍子なり。（後略）

この拍子は武蔵が二十四歳で最初に書いた術理書『兵道鏡』の「直道の位」と関連している。「直通の位」とは、こここそ直通の一打の拍子だという機会に「たとえ大地は打ち外すとも、この太刀努々外れる事なし」と打ち込む太刀である。

第十五条、「二の越しの拍子の事」

二の越しの拍子、我打ちださんとする時、敵はやく引き、はやくはりのくるようなる時は、我打つとみせて、敵のはりてたるむ（はって気のゆるんだ）所を打ち、引きてたるむ所を打つ、これ二の越しの打ちなり。

相手が先をかけて打ってくる、その先を越して打つ拍子である。

第十六条 「無念無相の打ちという事」

敵も打ちださんとし、我も打ちださんと思う時、身も打つ身になり、心も打つ心になって、手はいつとなく空より後ばやに強く打つ事、これ無念無相とて、一大事の打ちなり。この打ちたびたび出合う打ちなり。よくよくならび得て鍛錬あるべき儀なり。

空より打つとあるが、前回述べたように、武蔵の「空」は技の起こる前

を指している。相手の打ちが起こる前に打つ拍子である。「万理一空」は『三十五ヶ条』の術理の極意である。

第十七条、「流水の打ちという事」

敵相になってせりあう時、早く引かん、早く外さん、早く太刀をはりのけんとする時、我が身も心も大きくなつて、太刀を我が身の後より、いかほどもゆるゆると、よどみのあるように、大きに強く打つ事、この打ち、ならい得ては、たしかに打ちよきものなり。

「流水の打ち」は五十歳で書いた『円明三十五ヶ条』では「後れ拍子」と呼ばれていた。兵法のイメージは「水」であると考えるようになった武蔵は『五輪書』で「流水の打ち」と名称を改めた。競り合いに敵が弱気になつたところを水が覆いかぶさるような拍子で打つ打ちである。

『円明三十五ヶ条』では拍子について第二十二条にあり術理の一つの扱いであった。『五輪書』では「拍子」については「地の巻」の兵法論にいれられて、「いづれの巻にも、拍子のことを専ら書き記すなり」とあるように、せんじ詰めれば『五輪書』の全体が「拍子」について論じていることになる。

この点からも従来の通説のように『五輪書』が『兵法三十五箇条』から二年半の間に書かれたと見るよりは、最初の柳生本『円明三十五ヶ条』から十年の間に「拍子」についての重要性に気がついたというべきであろう。そしてそこに柳生宗矩の『兵法家伝書』の影響があるというのが筆者の考えである。武蔵は『五輪書』の序文で「今この書を作るといへども、仏書・儒道の古語をも語らず、軍記・軍法の古語をも借らず」と云っているが、忠利に、これを参考に兵法書を書くようにと見せられた柳生宗矩の『兵法家伝書』の、影響が随所に見られる。『兵法家伝書』を見てみよう。宗矩は兵法の拍子を説明するのに謡の鼓や鳥もちで鳥を捕まえる鳥さしの例を挙げている。

『兵法家伝書』「大拍子小拍子、小拍子大拍子の事」

たとえば、上手の謡は乗らずしてあい（中間）を行くほどに、下手鼓は打ちかぬる（打つことができない）なり。上手のうたいに下手鼓、上手の鼓にへた謡の様に、うたいにくく、打ちにくき様に敵へしかくるを、大拍子小拍子、小拍子大拍子というなり。……

上手の鳥さしは、竿を鳥に見せて、向こうから竿をぶらぶらとゆぶりもつて、つるつるとよつてさすなり。鳥が竿のぶらぶらする拍子にとられて、羽をふるいふるい立たん立たんとして、得立たずして（立てなくて）ささるるなり。

『五輪書』で拍子を論じた箇所から剣術以外の部分を引用してみよう。

「水の巻」第八条「兵法の拍子の事」

舞の道、伶人管弦の拍子など、これ皆よくあう所のろくなる（ゆがみのない）拍子なり。武芸の道にわたつて、弓を射、鉄砲を放ち、馬に乗る事までも、拍子・調子あり。諸芸・諸能に至りても、拍子にそむく事はあるべからず。

この他、奉公にも商いの道にも拍子はあるという。「風の巻」第八条「他の兵法に、はやきを用いる事」では『兵法家伝書』と同じように謡や鼓の上手・下手を話題にしている。

乱舞の道に、上手のうたう謡に、下手のつけてうたえば、遅るる心ありて忙しきものなり。また鼓・太鼓に老松（謡）を打つに、静かなる位なれども、下手はこれにも遅れ先立つ心あり。

宗矩は能に熟中するあまり、大名の屋敷にまで押しかけて能を勧め、沢庵和尚に「貴殿乱舞を好み、自身の能におごり、諸大名衆へ押し参られ、能

を勧められ候事、偏ひとへに病と存じ候なり」とたしなめられている。

当時の上級武士の教養であった能と武蔵がどうかかわったかの記録はないが、武蔵も大名との付き合いもあったようなので、能楽の席にも出たであろう。

次に剣の術理面での「拍子」についての二人の考え方を見てみよう。

『兵法家伝書』「大拍子小拍子、小拍子大拍子の事」

敵が大拍子に構えて太刀を使わば、我は小拍子に使うべし。敵小拍子ならば、我は大拍子に使うべし。これも敵と拍子を合わせぬ様に使う心得なり。拍子がのれば、敵の太刀が使いよくなるなり。

宮本武蔵は『五輪書』で「兵法の拍子」について次のように云う。

「地の巻」第八条「兵法の拍子の事」

物毎に付け、拍子はあるものなれども、とりわき兵法の拍子、鍛練なくしては及びがたき所なり。……兵法の拍子において様々ある事なり。先ずあう拍子を知つて、違う拍子をわきまえ、大小・遅速の拍子の中にも、あたる拍子を知り、間の拍子を知り、背く拍子を知る事、兵法の専なり。この背く拍子をわきまえ得ずしては、兵法たしかならざる事なり。

宗矩は「敵と拍子を合わせぬように使うべし」、武蔵は「背く拍子を知ること、兵法の専」なりと兵法において違う拍子の重要性を言っている。しかし謡などの諸芸では宗矩は「打ちにくき様にしかくるを、大拍子小拍子、小拍子大拍子」と云い、武蔵は「諸芸諸能にいたりても、拍子に背く事あるべ

からず」と云う。宗矩の方が一貫している。しかしともかく「背く拍子」が武蔵の剣の術理の根本にあるものである。『五輪書』では兵法の拍子はどのような位置付けで論じられているのであろうか。

「水の巻」の第一条から第五条までは「身体」について第六条から第十三条まで「構え」について論じ、第十四条から「拍子」が論じられている。

「身体↓構え↓拍子」の順序は武蔵の剣の術理を知る上で重要である。表にすると次のようになる。

第一条、	兵法心持ちの事	心と身の関係	身体総論
第二条、	兵法の身なりの事		身体各論
第三条、	兵法の目付	目	〃
第四条、	太刀の持ちようの事	手	〔切る〕
第五条、	足づかいの事	足	〃
			∴
第六条、	五方の構え		〔切る〕
第七条、	太刀の道と云う事		〔切る〕
第八条、	第一の構え 中段の構え		
第九条、	第二の構え 上段の構え		
第十条、	第三の構え 下段の構え		
第十一条	第四の構え 左脇の構え		
第十二条	第五の構え 右脇の構え		
第十三条	有構無構の教えの事		
第十四条	一拍子の打ち		
第十五条	二の越しの拍子		
第十六条	無念無相の打ち		

第一七条 流水の打ち

第一条から第五条までの「身体」については前回論じた。そこで今回は次の「構え」から見てみよう。敵と戦う場合、まず剣を抜いて構えることから始まる。「構え」については柳生宗矩『兵法家伝書』では最初に論じられている。

『兵法家伝書』

○新陰流兵法の書

○三学

一 身構え 一 手足 一 太刀

右の三個を以て、初学の門として、是より学び入るべし。

○三学に就き、又五ヶの習

- 一 身を一重になすべき事
- 一 敵の拳を我肩にくらぶべき事
- 一 我拳を楯につくべき事
- 一 左の脇を延ばすべき事
- 一 さきの膝に身をもたせ、あとの膝をのばすべき事

右

○三学の初手、是は構え也。

初手を車輪と云ふ。是は太刀の構え也。まはるを以て、車と名付けたり。脇構也。左の肩を切らせて、切るに随つて、まはりて勝つ也。ひき(低)く構ゆべし。惣別(全体としては)構えは敵に切られぬ用心なり。城郭を構え、堀をほり、敵をよせぬ心持也。敵を切るにはあらず。卒尔(そつじ)に(軽はずみに)しかげずして、手前を構えて、敵に切られぬやうにすべし。故に先づ構えをはじめとする也。

『兵法家伝書』の最初に「構えは敵に切られぬ用心なり」とあるように柳

生新陰流に限らずどの流派も始めに構えを重視する。この点が武蔵と他の流派との一番大きな違いがあるところである。

武蔵の「構え」について見てみよう。構えは第六条から第十三条までである。総論といふべき第六条「五方の構えの事」は次のように始まる。

第六条「五方の構えの事」

五方の構えは、上段、中段、下段、右の脇に構える事、左の脇に構える事、この五方也。

構えを五つに分けるのは大体どの流派でも同じであり、この分類は現代剣道にも受け継がれている。しかし武蔵は前文に次のように続ける。

構え五つに分かつといえども、みな人を切らん為なり。構え五つより外はなし。いずれの構えなりとも、構ゆると思はず、切る事なりと思ふべし。

敵の前で切られぬように用心して太刀を構えて身構えるのではなく、「構えると思わず、切ることなりと思ふべし」とある。武蔵の構えは太刀を以て切られぬように身構える形ではなく、切る太刀筋の始点と云うべきものであった。構えを静止したのではなく運動として捉えている。これは構えに対して180度の発想の転換である。武蔵の剣の秘密はすべてここにある。

敵を「切る」と思ひて太刀をとるべし。

すでに身体を論じる第四条「太刀の持ち様の事」で最初に「太刀の取りよは、大指ひとさしを浮ける心に持ち、たけ高指しめずゆるまず、くすし指・小指をしむる心にして持つ也。手の内にはくつろぎのある事悪しし」と太刀

を持つ手を論じながら、続けて「敵を切るものなりと思ひて、太刀をとるべし」と身体論から離れて太刀の使い方を論じている。

第四条「太刀の持ちようの事」

敵を切るものなりと思ひて、太刀を取るべし。敵を切る時も、手の打つに  
かわりなく、手のすぐまざるように持つべし。……とにも角にも、切る  
と思ひて、太刀を取るべし。ためしものなどを切る時の手の内も、兵法にし  
て切る時の手のうちも、人を切るといふ手の内に替わる事なし。

切るが七度くりかえされている。さらに第六条で「五方の構えの事」と構え総論を置きながら、次から五つの構えを論じる前に、第七条で「構え」ではなく「太刀」についての項目を置いている。武蔵は「身体↓構え」という流れを破つてまで「太刀で敵を切る」ということを強調したのである。第七条は太刀で切る切り方を述べている。

第七条「太刀の道という事」

太刀の道を知るといふは、常に我さす刀を指二つにて振る時も、道すじよく知りては自由に振るものなり。太刀をはやく振らんとするによつて太刀の道さか(逆)いて振りがたし。太刀はふりよき程に静かに振る心なり。或いは扇、或いは小刀などつかうように、早く振らんとするによつて、太刀の道違ひて振りがたし。それは小刀きざみと云いて、太刀にては人の切れざるものなり。太刀を打ちさげては、上げよき道へ上げ、横に振りは、横に戻りよき道へ戻し、いかにも大きに肘を伸べて、強く振る事、これ太刀の道なり。我が兵法の五つのおもて遣ひ覚ゆれば、太刀の道定まりて、振りよき所なり。よくよく鍛錬すべし。



第八条から論じる「五方の構え」は身を守る静止した構えではなく切る太刀の道であったのだ。そしてここで「太刀をはやく振らんとするによって太刀の道さか(逆)いて振りがたし。太刀はふりよき程に静かに振る心なり」という、「構え」の次に問題とする「拍子」の根本となる重要な一文を加えている。それについては後で問題とする。

その前に第八条から第十一条までの「五方の構え」とそれぞれの構えからの切り方を取り上げてみよう。

第八条 一本目 中段 下より手はる。

第九条 二本目 上段 下よりすくい上げて打つ。

第十条 三本目 下段 下より手をはる。

第十一条 四本目 左脇構え 手を下よりはる。

第十二条 五本目 右脇構え 下の横より筋かえて、上段に振り上げ、上より直に切る。

第五条に「構え五つに分かつといえども、皆人を切らん為なり。構え五つより外はなし」とある。「構え〓切る太刀の道」は五本だけしかないという指摘は重要である。敵を切る場合、太刀の道は中段から、上段から下段から右脇から左脇からという五つとその逆からの斬りしかない。他流の多くは敵が切りかかる様々な太刀筋を考え、それに対応する太刀筋を作りあげて太刀形と呼び、流儀の大事としている。普通で三十から四十の太刀形、多い場合には百以上もの太刀形がある。しかし武蔵は相手が如何様な太刀形で切つてこようと、それに対応する太刀筋は五本でいいという。先を懸ける勢いで敵を攻めれば、敵は必ず動く。そこに生まれた隙を五本の太刀筋のどれかでゆっくり静かに斬るだけである。どんな場合でもこちらから先に攻めるのであるから(相手が先に攻める場合も、その先を攻める)、敵が切りかかる太

刀筋を考える必要はない。つまりこう切りかかってきたら、こうするという発想は武蔵の剣にはない。ここに『五輪書』の太刀筋の秘密がある。しかし五本でいいと云つても、その切り方に幾つかの工夫がある。五本それぞれに若干の切り合いの形が作られているが、現在二天一流を名乗る流派もそれぞれ太刀形が異なっており、『五輪書』を書いた当時の形は不明である。大事なことはその五本の構えの内、四本が「下から切る」となっていることである。ほとんど全ての切りが下からの切り上げである。最初は上から切り下げるのは敵を動かすためである。これを『五輪書』「火の巻」で「かけを動かす」と云い「陰を動かす」というのは、敵の心の見えわかぬ時の事なり。…ふつと(不意に)打たんとすれば、敵思う心を太刀に顕わす物なり」とある。

武蔵が太刀でなく身体で攻めるのも、先を懸けて切りかかるのも全て敵のかげ(こころ)を動かすためなのである。それでも動かない場合は直接敵に切付けないで、眼の前を切りつけたり、太刀先に打ち付けるのである。これを「探り打ち」という。武蔵はとにかく敵の心を動かすことを最優先にしている。そして本当に敵を切る場合はほとんど下から手を切る。

現在、多くの流派の太刀筋も、上から叩くことしか考えない剣道の影響を受けているので下からの切り上げを忘れてしまっている。しかし本来、剣術はその流派の発生当時は下からの切り上げが多く使われていた。

小次郎の「燕返し」も下からの切り上げである。柳生新陰流も「九箇の太刀」の一本目から三本目まで「必勝」「逆風」「古式の鎧太刀」「十太刀」は下からの切り上げが使われている。加藤館長は左手前で太刀を左に開いた下段で構え、相手がどう打つてこようとこれで勝ると説明している。

心理的にも身体操作からみても攻撃はたいい上から切りかかる。そこから切り上げる事は心理的には相手の太刀筋を見極める冷静さと身体を敵の前にさらす勇気がないと出来ない。下から切り上げるには重力に逆らうので、腰を十分に沈めて踵を踏む力と足腰のパネを使って太刀を切り上げなけ

ればならない。腰を僅かに沈める力と踵を踏む力を使って太刀を切り上げるという上下の力が同時に働くことで太刀先に強い斬る力を生み出すのである。しかし踵を踏むという事と腰を沈める（柳生新陰流ではこれを「えます」と呼ぶ）という伝統的日本人の身体操作を現代人はヨーロッパから輸入した体育の影響で失ってしまったので、本当の下からの切り上げを伝えている剣術流派は春風館道場以外はあまり見られない。

### 構えありて構えなし

第六条から第十二条まで「構え」を論じてきて、最後の第十三条「有構無構の教えの事」に「太刀を構ゆるという事あるべき事にあらず」と構えにこだわることを否定する。これまで構えを論じてきながら構えは必要ないというのは、一見矛盾したようにも見えるが、そこに武蔵の剣の本質を理解する鍵がある。

ここでも太刀は「構える」ためではなく「切る」ために持つのだと「切る」ことを強調している。次にその点を見てみよう。

### 第十三条「有構無構のおしえの事」

有構無構というは、太刀を構ゆるという事あるべき事にあらず。され共、  
 五方（上段・中段・下段・右脇構・左脇構）に置く事あれば、構えともなるべし。太刀は、敵の縁により、所により、けいきにしたがい、何れの方に置きたりとも、その敵切りよきように持つ心なり。上段も時に随い、少しさがる心となれば中段となり、中段を利（理）により少しあぐれば上段となる。下段も折にふれ、少しあぐれば中段となる。両脇の構えも位により少し中へ出せば、中段・下段共なる心なり。しかるによつて、構えはありて構えはなきという利（理）なり。

先ず太刀をとつては、いづれにしてなりとも、敵を切るという心なり。もし敵の切る太刀を受くる、はる、あたる、ねばる、さわるという事あれども、みな敵を切る縁なりと心得べし。受くると思い、はると思い、当たると思い、ねばると思い、さわると思うによつて、切ること不足なるべし。何事も切る縁と思う事肝要なり。能々吟味すべし。

全ては「切る縁」であるという。切る縁という考え方はこれからも繰り返される。

構えは他流批判である「風の巻」第八条「他流に、太刀の構えを用いる事」で「太刀の構えを専にする所、ひがごとなり」でも論じられているが、そこでは「先手」（先をかける）という考え方との関係で論じられる。

### 「風の巻」第八条「他流に、太刀の構えを用いる事」

兵法の道においては、何事も先手先手と心懸くる事なり。構まゆるといふ心は、先手を待つ心なり。よくよく工夫あるべし。兵法勝負の道、人の構えを動かせ、敵の心になき事を仕掛け、或は敵をうるめかせ、或はむかつかせ、又はおびやかす、敵のまぎるる所の拍子の理を受けて、勝つ事なれば、構えといひ、後手の心を嫌うなり。しかる故に、我が道に有構無構と云いて、構えはありて構えはなきという所なり。

### 先をかける

ここになぜ構えてはいけなかつたかということが明確に書かれている。

兵法の道は先をかけることが第一であるべきであり、敵の前で構えることは後手になるから駄目だというのである。「先をかける」は「火の巻」の第二條にある。

『五輪書』では戦いのことを論じる「火の巻」の第一条は「場の次第の事」で、戦いでは日や明かりを後ろになす、相手より高い所に位置する、足場の悪い所などの難所を敵の後ろにさせるなどの「場の徳を用いて、場の勝ちを得るといふ心専にして」とある。戦いで一番重要なことは戦いの場を自分に有利に導くことである。次に重要なことは「先をかけること」である。第二条「三つの先という事」では「三つの先」を挙げた後、次のように記す。

「火の巻」第二条「三つの先という事」

先の次第を以て、はや勝つ事を得るものなれば、先ということ、兵法の第一なり。……

いづれにても、我が方よりかかる事はあらざるものなれども、同じくは我が方より懸かりて、敵をまわしたきなり。いづれも先の事、兵法の智力を以て、必ず勝つ事を得る心、よくよく鍛錬あるべし。

なぜ先をかけるのか。自分に有利な拍子を得るためである。

先の引用した「他流に、太刀の構えを用いる事」の「人の構えを動かせ、敵の心になき事を仕掛け、或は敵をうろめかせ、或はむかつかせ、又はおびやかし」などの敵を前にしてやる様々なことは全て先をかける方法で、それは相手の拍子を狂わせ、自分の切る拍子を得るためである。

「水の巻」第一条から第五条は身体、第六条から第十三条まで構えを論じた。次の第十四条から最後までと「火の巻」の全体はほとんど拍子のことを論じているのである。

第八条で拍子といている事項のうち「人の構えを動かせ」と「敵の心になきことを仕掛け」は「水の巻」で論じられ、「敵をうろめかせ」(第十七条)、むかつかせ(第十三条)、おびやかし(第十四条)、まぎる(第十九条)は「火の巻」の項目である。これ以外にも「拍子」という表現を使った項目を挙げ

ると次のようになる。

「水の巻」の第十四条から第十七条までの拍子は既に述べた。

第三条、喝吐かんとくの仕様、切先上ぐる心にして、敵を突くと思ひ、上ぐると一度に打つ拍子。

第三条、張る拍子よく合えば、

第三条、敵の拍子を受けて、崩るる所を知り勝つ事なり。

「火の巻」で「拍子」という語を使っているのは、

第二条、敵の懸かる拍子の変わる間を受け、そのまま勝ちを得る事、これ待の先の理なり。

第五条、敵のめりかりを知り、その間の拍子をよく知りて、先をしかくる所肝要なり。

第七条、敵の崩るる事も、時のあたりて、拍子違ひになりてくづる所なり。

第十条、油断すれば、拍子ぬくるものなり。

第十一条、敵の起こる強き氣指を、利の拍子をもつてやめさせ、やみたる拍子に我が勝利をうけて、先をしかくるものなり。

第十七条、とのこうの(あれやこれや)と思わせ、おそし早しと思わせ、敵うろめく拍子を得て、たしかに勝つところを弁まゆることなり。

第十八条、太刀と一度に、大きに声をかくることなし。もし戦いの打ちにかくるは、拍子にのる声、低きくかくるなり。

第十九条、方々(一方ばかり)を勝たず、方々逃げば、また強き方へ懸かり、敵の拍子を得て、よき拍子に左右と、つづらおりの心に思ひて、敵の色を見合いて懸かるものなり。

第二十条、敵の拍子違ひ、すさり(退り)めになる時、

第二三条、物事を新しく始むる心に思ひてその拍子を受けて、勝ちをわきまゆる所なり。

こうしてみると兵法総論である「地の巻」の最後に「いづれの巻にても、拍子の事を専ら書き記すなり」とあったように武蔵は『五輪書』の全編で「拍子」について語っていたのである。各条ごとの検討は近著に譲るとして、すべての拍子に共通したテーマについて問題としたい。

『円明三十五ヶ条』に「拍子の間を知るといふ事」に「拍子の間を知るは、敵により早きもあり、遅きもあり敵に従う拍子なり」「敵の気の早きには、我が身と心を打ち、敵動きの後を打つ」とあるように「拍子」は「はやさ」と関係が深い。

## 拍子と早さの関係

『兵道鏡』の特色は足早に懸かる「つるつると」とゆったりとした動作を表す「ゆるゆると」の両方が使われていることである。

### 第一条「心持ちの事」

上段の下に太刀を構えて、敵が打つ所を、ゆるゆると、外すべし。

太刀およそ構え、つるつると懸かり

平生稽古の時よりは、心やすく、自在にしたきことをして、いかほども

ゆるゆるとしたる心にて

第四条「太刀合いを積る（間合いを詰める）事

太刀追取る（抜く）と、つるつると懸かり、先ず、過去（切先五寸）にて先をかけ、我が太刀の切先、敵の現在（物打・太刀の中程）へ懸からは、はや打つべきなり。

第五条、第十二条、第十六条、第二十四条、第二十八条にも「つるつる」の語が使われている。「ゆるゆる」は第二十条「すり足の事」に「いかにもゆるゆると（太刀を）持ちて、腰を据えて」とある。

構えや太刀の操作は「ゆるゆると」、足運びは「つるつると」と表現されている。『兵道鏡』が書かれて二年後、増補・改訂版が出されるが、その十四条の改稿「先を書ける位の事」では戦いで先をかける場合「太刀追取ると、敵一足も出ざるうちにつるつるとよりて、ほこをつき、敵に打ち出させぬようにすべし」と早さが強調されている。しかし二十五年後の『円明三十五ヶ条』では「速さ」は否定されることになる。

### 『円明三十五ヶ条』

第八条、「兵法上中下の位を知る事」

兵法、身構えあり。太刀にも色々構えをみせ、強みに（強く見え）早く見ゆる兵法、下段なり（と知るべし）。又兵法細かに見え、術をてらい、拍子よき様に見え、その品きら（綺麗）ありて見事に見ゆる（兵法）、これ、中段（中段の位）なり。（上段の位の）兵法（は）、強からず弱からず角らしからず、早からず、見事にも無く、悪（しく）も見えず、（大いに）直にして静かに見える（兵法）、これ上段なり。

『兵道鏡』から『円明三十五ヶ条』に至る「つるつると足早に懸かる」から「早く見える兵法は下位」で、「早くなく静かに見える兵法」が位の高い兵法であるという変化を支えている術理は何であろうか。またそこに五十歳で得た「兵法至極」があるはずである。その秘密は第十四条にある。

### 第十四条、「太刀に替わる身の事」

太刀に替わる身というは、太刀を打ち出す時は、身はつれぬものなり。また身を打つと見する時は、太刀は後より打つ心なり。これ空の心なり。太刀と身と心と一度に打つことなし。中にある心、中に或る身、よくよく吟味すべし。『兵道鏡』の身体観は「身なり、ろく（真直ぐ）に、いかほども静かに、きつ

かりとして下半身は揺るぐとも、上半身のうごかざるように、たとえば空より繩を降ろし、釣り下げたるものと心にあるべきなり」という「ゆるゆるとした身体」であった。しかし戦いの場で振るう太刀は「たとえ大地は打ち外すとも、この太刀努々外れることなし」という「直通の位」であった。そして「直通の位」で振り下ろす太刀は二年後の増補改訂版の最後にあるように「身をすてて大をなす心」で、「力にまかせて」力いっぱい振り下ろす太刀である。

#### 『兵道鏡』増補・改訂版「直道の位の事」

仕合・大仕合などは、いかほどはやく、強く、少しも遅れることなく身を捨てて大をすべき心、ここに「花開く日、葉落ちる時」立てり、これ奥の奥なり。

「花開く時、葉墮ちる時」は白居易の「長恨歌」の一説で、武蔵はこの句で極意を表しているが、直道の一打を打ち下ろす時を見定めることの大切さを意味していると思われる。ここだという時を見定めて太刀と身が一体となって敵に太刀を素早く振り下ろすことが「直道の位」である。しかし「円明三十五ヶ条」では「太刀を打ち出す時は身は連れぬものなり」また「身を打つと見する時、太刀は後より打つ心なり」と「身と太刀の分離」が言われている。しかもそれを「空の心」と呼んでいる。空とは「起こりが見えな

い」という術理の問題で、それを武蔵は「万理一空」とよび五十歳で得た兵法至極であるということは「武蔵はどんなふうに動いたか」（『剣道日本』二〇一三年二月号）で論じた。そして「空」は拍子の問題でもあった。

「円明三十五ヶ条」の第二十一条「拍子の間を知る事」に「吾が身を動かさず、太刀の起こりを知らせず早く空に当たる」とあるように「空とは拍子の間」である。

#### 『五輪書』の「はやさ」

「円明三十五ヶ条」には「早く見ゆる兵法」は位が低いとあったが、『五輪書』では「はやさ」はどう扱われているのであろうか。

#### 「地の巻」

第五条「この一流、二刀と名付くる事」

太刀の道という事、はやくふるにあらず。第二水の巻にて知るべし。

#### 第八条

大小・遅速の拍子の中にも、あたる拍子を知り、間（ま）の拍子を知り、背く拍子を知る事、兵法の専なり。この背く拍子わかまえ得ずしては、兵法たしかならざる事なり。兵法の戦いに、その敵々の拍子を知り、敵の思いよらざる拍子を以て、空の拍子を智慧の拍子より発して勝つ所なり。

「ゆつくり」を支えているのは「背く拍子」である。

#### 「水の巻」

第一条、「兵法心持の事」

兵法の道において、心の持ち様は、常の心に替わることなけれ。……心のかたよらぬように心を真ん中に置き、心を静かにゆるがせ、そのゆるぎのせつなも、ゆるぎやまぬように、よくよく吟味すべし。静かなる時も心は静かならず、何とはやき時も心は少しもはやからず、

第七条、「太刀の道という事」

太刀をはやく振らんとするによつて、太刀の道さかいて振りがたし。太刀はふりよき程に静かにふる心なり。

或は扇、或は小刀などつかうように、はやく振らんとするによつて、太刀の道ちがいて振りがたし。それは小刀きざみと云いて、太刀にては人の切れざるものなり。

身も心もゆっくりするのは太刀をゆっくり振るためである。

### 「風の巻」

#### 第八条「他流に、はやきを用いる事」

兵法のはやきという所、実の道にあらず。はやきという事は、物毎に拍子の間に合わざるによつて、はやきおそきという心なり。その道上手になりては、早く見えざる物なり。・・・兵法の道において、はやきという事悪しし

太刀はいよいよはやく切る事なし。はやく切らんとすれば少しも切れざるものなり。

大分の兵法にしても、はやくいそぐ心わろし。枕をおさゆるといふ心にては、少しもおそき事はなき事なり。

はやいおそいは拍子の問題であり、達人の打ちは早くみえないものである。

### 結論

こうして抜き出してみると、『五輪書』の一貫したテーマは「早さの否定」であることが分かる、そのための術理が「万理一空」と「惣体自由」なのである。

よく達人技について「目にもとまらぬ早さ」と言われる。しかしこれは真実ではない。達人と向かい合ったときはたしかにそう見えるときがある。春風館館長と向かい合つてくねり打ち及び抜刀を目の前で拝見したときは太刀筋がまったく見えなかった。くねり打ちは私が打つていった太刀を外された瞬間に腕を打たれていた。抜刀は目にも留まらぬ速さに思わず飛びのいた。しかし館長が他の者と立合っているのを傍から拝見したときは、その太刀筋ははっきり見てとることが出来た。なぜ向かい合った時は見えなかったのか

あろうか。くねり打ちでは著者の打ちを外した太刀筋と著者の腕に切り下ろされた太刀の間に一瞬の拍子の間があったからである。抜刀では、斬つてくると思わず身構えた瞬間、太刀ではなく身体で攻められ、太刀が抜かれる瞬間との間に一瞬の拍子の間があった。手による早い打ちは対応できるが、腰で攻められてからのゆっくりとした打ちは業の起こりが見えず一瞬見失つてしまったのであった。「風の巻」は続けて「はやきという事は、物ごとの拍子の間にあわざるによつて、はやきおそきという心なり」とある。すべては拍子が問題なのである。

兵法総論である「地の巻」の最後の条が拍子であったことの意味がこれでも明らかである。剣の術理の究極は拍子なのである。稽古も最後は拍子を学ぶ稽古がされなければならない。続けて「水の巻」では「太刀をはやく振らんとするによつて、太刀の道さかいて（逆らつて）ふりがたし」という。しかし「ゆっくり」は太刀の振り方だけでなく、兵法自体がゆっくりでなければならぬ。ゆっくり先を懸け、それによつて敵の心を動かし、そこに生まれたい隙を太刀でゆっくり斬る。小指と薬指二本で太刀を握り、太刀の重さに逆らわないように太刀をゆっくり振る。スピードを使つて腕でビュンと振ると太刀の道に逆らつてしまう。剣の極意は「目にもとまらぬゆっくりさ」にあったのだ。太刀をゆっくり振るためには手の力をあまり使わずに足腰の力をつかわなければならぬ。そのためには身体がやわらかくなければ身体はどこかにロックがかかつて足腰の力を太刀先に伝えることができない。足腰の力とは勿論、踵を踏む力である。踵を踏み身体がやわらかくなって始めて太刀もゆっくりふれる。結局、すべては踵をつけて身体を中心軸を真直ぐに立てた「惣体自由（やわらか）」に行き着くのである。それが『五輪書』の極意である。現代剣道を伝統武道として再生させる道は「身体」も「心」も「太刀（竹刀）」もゆっくり遣うことにあるのだ。

宮本武蔵が書き遺した“観の目”の真意とは？ 生き方をも変える、見方の極意

# 秘伝

武道・武術の秘伝に迫る

THE HIDDEN  
BUDO & BUJUTSU

3

2012 MAR.

2012年2月14日発行・発売  
(毎月14日1回発行・発売) 通巻291号

部分に囚われるなかれ！ 全体を同時に観よ！

特集

# 観の目で 行こう！

武蔵が遺した目付の極意 見方を変えれば全てが変わる！

対談「観の目」とは何か？ 高岡英夫 × 柳川昌弘

速読と観の目養成法 SRS研究所 栗田昌裕

少林寺拳法に伝わる「観の目」養成法 「八方目」

武蔵の剣実践法 円明流 赤羽根龍夫・赤羽根大介

# 円明流



赤羽根龍夫 AKABANE tatsuo

名古屋・春風館道場にて柳生新陰流、円明流、尾張貫流槍術を学ぶ。現在は春風館関東支部長として鎌倉・横須賀で「新陰流・円明流稽古会」を主宰し、指導に当たっている。著書に『柳生新陰流を学ぶ』『武蔵「円明流」を学ぶ』（スキージャーナル刊）、『宮本武蔵を哲学する』『徳川家康と柳生新陰流』（南窓社刊）などがある。  
（新陰流・円明流稽古会 ブログ）  
[http://blog.livedoor.jp/shinkage\\_keiko/](http://blog.livedoor.jp/shinkage_keiko/)



赤羽根大介 AKABANE daisuke

春風館関東支部指導員として父龍夫師範とともに指導。著書に『新陰流軍学「訓悦集」』『武蔵「円明流」を学ぶ』（スキージャーナル刊）、神戸金七編『柳生の芸能』（校訂）『新陰流（尾田伝）の研究』（春風館文庫）がある。『DVD版 柳生新陰流を学ぶ』『DVD版 武蔵「円明流」を学ぶ』の演武を担当。

## 武蔵が尾張に伝えた剣

宮本武蔵は1604年、吉岡一門との決闘に勝利した後、「円明流」を名乗るようになる。当時、武蔵は二十代、もう一つの流儀として知られる「二天一流」を名乗り始めるのは大分後、晩年になってからの事だ。

名古屋にある春風館は、「円明流」を現代に伝える道場の一つ。春風館の初代、神戸金七館長は尾張柳生十一代、柳生殿周の新陰流を伝えており、同時に佐藤政五郎より相伝された尾張貫流槍術および円明流を伝えていく。円明流はかつて左右田家が四代に渡って継

承していたが、左右田邦淑が不祥事により追放されたため、その弟子であり、同時に尾張貫流槍術の宗家でもあった市川長之が継ぐ事となる。以降、市川家が円明流も尾張貫流も伝えていくことになったが、市川余所吉が市川武之進に、武之進が桜山兵太夫に伝えた所で途絶えてしまう。しかし、市川余所吉から円明流の実伝を受けた尾張貫流天野派の天野信友が佐藤政五郎に伝え、それが神戸金七に、さらに現在の加藤伊三男春風館館長へ、という形で継がれる事となった。

尾張には武蔵の逸話がいくつも残っており、『尾張公德川氏系譜』第二世

「光友卿」の項には次の記述がある。天下無双の達人宮本武蔵至る。卿これが武芸を見ていわく、凡骨に非ず。妙神に入る。これに仕を勉む。肯かず、客遇し、留まる三年。

（武蔵の武芸は非凡であり、その巧みさは神技であると云って仕官を勧めたが、武蔵は承知しなかったため、客人扱いしたところ、三年間尾張に滞在した。）

また、尾張範士の近松茂矩『昔咄』（1738）には武蔵が立合った話が書かれている。

宮本武蔵が名古屋に來たりしを召され、御前に於て、兵法をつかい仕合せし時、相手すつと立合うと、武蔵、組たる二刀のまま、大の切先を相手の鼻の先につけて、一間の内を一遍回し歩いて、勝負かくの如くに御座候と、申し上げし。

（宮本武蔵が名古屋に來て御前にて兵

法立合いを行ったときの事、武蔵は二刀を前方で組み合わせる構えで立ち向かい、相手の鼻先に大きい方の木刀をつけ、そのまま追い回して、勝負はかくの如くで御座居ますと藩主に申し上げた。）

春風館には、神戸金七が柳生殿周から聞いたという、武蔵と柳生兵庫助が出会った時の逸話が伝えられている。二人が出会ったのは名古屋の西北、枇杷島の庄内川に架かった枇杷島橋の上。西から武蔵、東から兵庫助がやって来ると、互いにその正体を看破したものの、その時は黙ってすれ違ったという。武蔵が導入した訳ではないだろうが、円明流において袋竹刀が用いられる点は、新陰流との影響関係を示しているのだろう。

今回取材させていただいたのは、春風館関東支部の赤羽根龍夫師範、赤羽根大介師範だ。



現在桜山家に、市川武之進による印可状とともに所蔵されている武蔵像。軸裏には「圓明流祖玄信五月十九日」と墨書されている。



# 円明流の構え

上段



左の小太刀は相手の顔に付け攻める勢いを示す。太刀は右の鬘(耳ぎわ)の髪への辺りに45度に構える。

下段円曲



太刀をだらりと下げた、別名「無構え」。武蔵が好んで取ったとされ、残されている肖像画はほとんどこの構え。

円曲



二刀を先で交差させるようにして、肩、腕、剣先を次第に低く、水が流れるように構える。剣先を下げる事によって、誘いの意図が含み持たれている。

車



新陰流の車の構えに似る。二刀を重ねて右脇に構える。

## 二刀の極意

「上に来るものは下に勝ち、下に来るものは上に勝つ」

相手が上に攻めて来れば下に勝ち、下に来れば上に勝つのが円明流二刀換法の本旨であり、極意。二刀を用いる事によって受けと攻撃、ほぼ同時の捌きが成立している。なお、「受け」においては相手の斬撃をまともに受け止めるような形ではとてしのない(左列写真参照)。逆に乗り勝つほどの勢とタイミング、位置が重要になつてくる。二刀同時のさばきはどちらかだけに与られてしまつてはならない。全体を同時にとらえる「観の目」が必要。



左脇構え



小太刀は相手の顔に付け攻める勢いを示す。太刀は腰に差したように構える。

### 二刀の理

「武蔵という」と『五輪書』が引き合いに出されますが、名古屋円明流では『兵道鏡』(武蔵二十四歳の時の筆)と『円明流兵法三十五箇条』を術理書として扱っています。

と赤羽根龍夫師範は語る。

では、剣の術理について、実際にうかがっています。

型稽古を漠然と眺めているだけで、全身が連動するその見事な流麗さに驚く。そして素早さ。何しろ防御と攻撃がほぼ同時なのだ。

「日本剣術の特色は一言で言えば「直線攻撃を円運動で防ぐと同時に打ち勝つ」という事です。そのためには「待つ」という事が大事です。武蔵は『兵道鏡』の冒頭で「心の持ち様と云うは、まず仕合せんと思ふ時、平生の心よりは、なお静かになつて、敵の心の内を

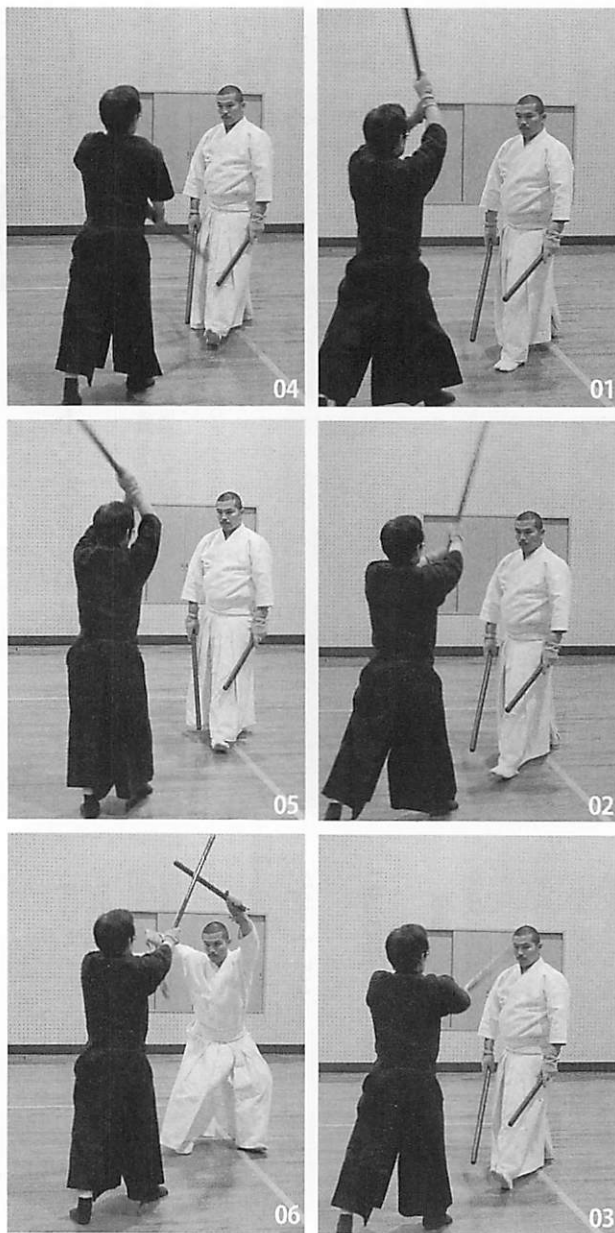
引き見るべし」と書いています。「観の目」の前提に「静かに敵を見る」という事があるんです」

まず示していただいたのが、計十一本から成る「二刀勢法」という型の九本目。

「これは「見切り」の稽古なんです。相手の太刀筋を正確に見切つて、最小限の動作でかわし、相手が再び振りかぶつて打つて来ようとする瞬間を反撃

# 二刀勢法 九本目

我 両刀を前に垂れて下段内曲になりて進む。  
敵 雷刀(上段)。進みて浅く首を打つ。  
我 少し頭身を却(しりぞ)けて避け、敵、刀を挙ぐるに従い、深く入りて両刀を深く交え相架け止め、敵、将(まさ)に打たんとする所を、敵右手を打つ。



敵、将(まさ)に打たんとする所を、敵右手を打つ。

「空を打つ」  
 剣術の型というものはほとんどが、  
 相手が攻撃してきた所を防ぎ、それによつて相手の体が崩れた所を反撃する、  
 という構造になっている。その意味で、  
 三本目、四本目は面白い。ぱつと見に  
 します。武蔵はこの「見切り」の技が  
 得意だったと言われています」  
 この「見切り」、傍で見るほど簡単  
 ではない。相手の攻撃ラインは足の位  
 置と刀の長さだけで決まってきたからに  
 も思えるが、実はそうではないからだ。  
 上半身の状態、腕の状態などにも留意  
 しなければならぬ。つまりは全身限  
 無く、同時に見取らねばならないのだ。  
 これは「観の目」に他ならない。  
 稽古方法としては、最初は実際に当  
 たる所を体感し、そこから次の段階と  
 して「見切り」を学んでいくのだとい  
 う。当てる「プロセス」が踏めるのは、  
 袋竹刀を用いる利点と言えるだろう。

BOOK 新刊 BOOK の紹介  
3月上旬発売予定!

「悟りの境地」までの過程と  
実践法・練習法を初公開!

## 成瀬雅春

# 悟りの プロセス

人生で前に進むための  
「瞑想力」の身につけ方

### 実践的な立場から 「悟りのプロセス」を解き明かす

瞑想は、社会人にとって「必須」といっても過言ではないぐらい大切な技能です。悟りへ向かうプロセスの中で身につく「瞑想力」(集中力、精神力、判断力、洞察力)は、人生で悩んだり、壁に阻まれたりしたときに、飛躍的に前進するための助けになり、人生を楽しく豊かなものにしてくれるでしょう。



**目次**  
**■第一章 悟りに至るまで**  
 (悟りとは/サマーディ体験/瞑想は集中から入ろう)



**■第二章 悟りの五段階**  
 (悟りの第一段階/悟りの第二段階/悟りの第三段階と第四段階/悟りの最終段階)



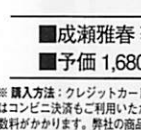
**■第三章 悟りを得る**  
 (最初の悟り/宗教から離れる悟り/睡眠と似た無想三昧)



**■第四章 確かな集中法**  
 (自分で自分は見えない/マブタの裏の奥行きと拡がり/体内旅行/焦点を合わせる集中)



**■第五章 意識の拡大法**  
 (悟りは素敵な体験/意識を拡大する/呼吸の行方を追う/イメージと意識の違い/瞑想のための集中)



**■第六章 確かな瞑想法**  
 (集中は瞑想の入り口/想念を観察する/瞑想の深いレベルへ向かう/会話瞑想法/夢見瞑想法)

**■第七章 確かな悟りへ向かう**  
 (分析的に認識するテクニック/引き算の瞑想/ビンドゥウ行法/究極の悟り/洞察力が発見を生む)

■成瀬雅春 著 ■四六判 ■192頁  
 ■予価 1,680円 (本体 1,600円+税)

※ 購入方法: クレジットカード、銀行振込、郵便振替、現金書留、そしてHPではコンビニ決済もご利用いただけます。(先払い)。代引きの場合のみ、送料、手数料がかかります。弊社の商品はすべて全国の書店でもお取り寄せいただけます。

(株) BAB ジャパン

〒151-0073 東京都渋谷区笹塚 1-30-11 中村ビル  
 TEL.03-3469-0135 FAX.03-3469-0162

全国どこでも送料無料で配送します!!  
 HP・スマートフォンからも注文可能です!  
<http://babjapan.tp.shopserv.jp/>

## 二刀勢法 三本目

敵 中段。合懸かりに進む。  
我 間境にて中段の切先を僅かに下げて打ちを誘う。  
敵 打太刀の太刀が下からんとする刹那、中刀を以て切先を斜め下に抑え、同時に太刀を以て左側頭部あるいは肩を打つ。

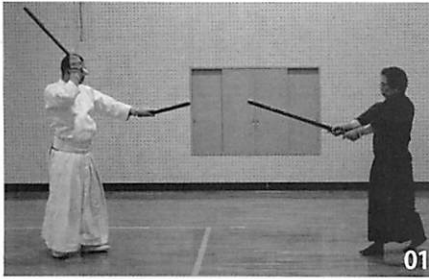


仕太刀が勝手なタイミングで押さえ込もうとした時の打太刀の変化



## 二刀勢法 四本目

敵 中段。合懸かりに進む。  
我 間境にて中段の切先を僅かに上げて打たんとする。  
敵 打たんとする「う」の瞬間、打太刀の太刀を斜め上にすくい上げ、同時に内股あるいは足を打つ。



仕太刀が勝手なタイミングですくい上げようとした時の打太刀の変化



は自分から先を取りに行っているように見えるのだ。

『三本目は相手が誘いをかけてくるほんのちよつとした、切先を下げる挙動の起こり様をとらえて押さえ込みます。四本目は相手が打とうとしてくるその起こり様をとらえてすくい上げます。どちらもあくまで相手の挙動の起こり様を、その動く前にとらえるもの。自分勝手なタイミングで押さえ込もうとしたり、すくい上げようとしたら、打太刀はちよつと意地悪をしてスカす変化をして反撃してやるんです。打太刀の起こりを本当にとらえているのであれば、そんな反撃はかきません』

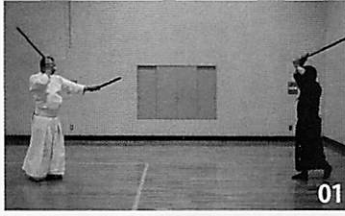
なんと精妙な！ 見えないところでそんなやり取りが行われていたとは。

「観の目」というのは『五輪書』だけでなくもちろん『兵法三十五箇条』にも用いられている言葉で、その第六条に「観見二つの見様、観の目つよく、見の目よわく見るべし」とあります。『兵法鏡』には「目の付け所と云うは顔なり……敵の顔見様の事、たとえば一里ばかりもある遠き島に、薄かすみのかりたるうちの、岩木を見るがごとし」とあります。いわゆる「遠山の目付」の事ですが、じつと見るとそこにとらわれてしまうので全体をみよ、という意味だと思われまます。では何を観るか？ それは「空」を観るんです」

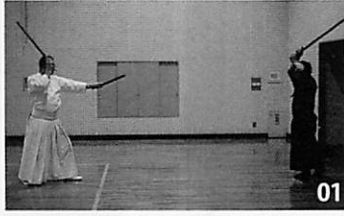
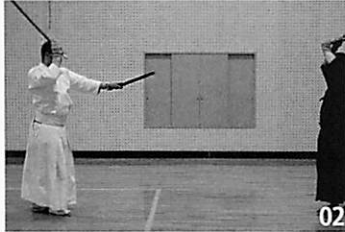
「空」……？

『兵法三十五箇条』「枕のおさえという事」に「枕のおさえとは、敵太刀打

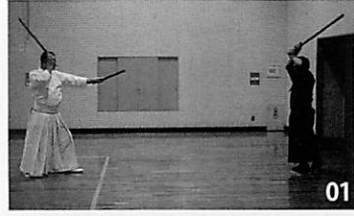
# 五本目 二本目



敵、我とも一本目の如く構え、相懸かりに進む。敵、私の左拳を打つ。我、中刀を引き、同時に太刀で頭を打つ。



敵、我とも一本目の如く構え、相懸かりに進む。敵、逆に深く私の右拳を打つ。我、太刀を以て相架け止め、中刀を以て撞く。



両刀雷刀、我両刀、敵一刀、相懸かりに進む。敵、私の頭を打つ。我、中刀を以て相架け止め、太刀を以て打太刀の内股または足を打つ。



上掲写真は「二刀勢法」の一本目三本目、五本目だ。どれも共通して仕太刀、打太刀ともに上段構えから始まる。それぞれの違いは、打太刀がどこを打ってくるか。一本目は頭、二本目は右拳、五本目は左拳だ。とは言え、どれも上段からの攻撃だから、攻撃ラインはそう大きくは違わない。「打太刀はこの三本のどれかで攻撃し

春風館関東支部道場では、まさしく「観の目」が養われそうな、独特な稽古方法を取り入れている。これは本来の円明流のものではないんですが、春風館本部の許可をいただいで我々独自に実施しているものです」

## 起こりの瞬間に観えるか

出さんとする気ざしをうけ、うたんとおもう、うの字のかしらを、空よりおさゆる事」とあります。打とうとする「気ざし」を技が起る前に察知すれば、相手はどうする事も出来ないんです。「空」とは起こりの手前の事を意味しています。「万理一空」というのもそれです。「万理一空は書に著しがたし。自身工夫にあり。無一物」となっています。つまり武蔵の「空」は「観の目」で見えない、技の起る手前を言っているんです。それは教える事は出来なく、自分で工夫して会得するほかない。その意味で「万理一空」なんです」

一本目（我の頭への斬撃）の対応



01



02



03

二本目（我の右拳への斬撃）の対応



01



02



03

五本目（我の左拳への斬撃）の対応



01



02



03

ます。つまり、仕太刀は相手の攻撃がどこへ来るかを見極めた上で、型通りの対応をしなければならぬ、という「自由稽古」です。これは実際に体験させていただいた。何分、型の動き自体に習熟していないものだから、最初は「こう来たらどう

対応するんだっけ？」が頭の中を巡る。対応どころではない。そのうち型の手順には慣れてくるが、今度はその分、最初の攻撃がどこに来るのが気がなくなって仕方がなくなってくる。「あっ、頭じゃなくて左拳か！」のような感じ。そんな中、何本も何本も繰り返す中

で、ほんの数本だけわかる瞬間があったのだ。その時だけは、こちらが後追いのはずなのに両者同時のような動きになった。何かがとらえられたのだと思う。「観の目」出来かけ、といった所か。「観の目」という言葉を用いたのは、実は武蔵だけではありません。柳生宗

矩も『兵法家伝書』で「目に見るを見」と言い、心に見るを観と言う也。心に観念する儀也」とあります。実際に見える手足の動きを見るのを「見」と言い、間合いや魂胆や心のとらわれ、身体の動きの真意の4つを見るのを「観」と呼んでいます。表に頭われないそれから4つを見る事が出来ればそれらの動きは実際の手の内に頭われているので、結局、手の動きをみることに極まると言っています。実は柳生新陰流の極意も技でなく「見ること」なんです。武蔵も柳生も極意は「観る」事であると云っているんですね。

なるほど、大分、「観の目」をもつて観る事の本質が掴めてきた。先に赤羽根師範は「待つ」という事が大事です」と仰った。実際の言えは、先に相手に出させてのカウンターはあらゆる武術に通用する勝利公式でもあるのでそれだけで「待つ」には価値があるが、受動的な感否めない。しかし、「観の目」にはそれを能動的な次元にまで高め得る力を持っているのではないだろうか。待っているようで待っていない。すべてが観えているから、「待ち」の勢にして相手に先んじる事すら出来る。

それにしても、古流剣術のこういう深い次元の術理がきちんと現代に、しかも具体的な稽古法を伴って実在しているのは、改めて、凄い事だと思う。自分の術理を400年もの未来の間人が真摯に追究している事、武蔵には観えていたのだろうか？



# 武蔵は どんなふう に動いたか

## 『五輪書』『水の巻』を読む

文 赤羽根龍夫・大介

柳生新陰流や宮本武蔵の研究者であり、春風館関東支部で柳生新陰流、円明流などを実践する赤羽根龍夫氏と子息の大介氏は、名古屋・春風館道場に伝わる伝書から発見した「円明三十五ヶ条」をきっかけに、武蔵の『五輪書』の成立について、新たな角度から光を当てた。史料と実践の両面から、『五輪書』『水の巻』をひもとき、現代剣道にも通じる、あるいはそれとは一線を画している武蔵の身体と技を読み解く。武蔵はどんなふう  
に身体を使い、剣を遣ったかが明らかに！

(あかばね・だいすけ)  
柳生新陰流師範。春風館  
関東支部指導員として、  
父龍夫氏とともに指導。  
平成24年10月、尾張円明  
流第十七代継承者となる

撮影＝窪田正仁

(あかばね・たつお)  
神奈川歯科大学名誉教  
授(哲学)。江戸時代の  
技をそのまま現在に伝  
える名古屋・春風館道  
場で柳生新陰流、円明流、  
尾張貫流槍術を学ぶ。春  
風館関東支部長

『五輪書』の成立

『五輪書』冒頭で武蔵が簡単な自己紹介をした後の、次の書き出しは、何時読んでも読む者の心を魅了する。

我、若年のむかしより兵法の道に心をかけ、十三歳にして初めて勝負をす。その相手、新当流有馬喜兵衛という兵法者に打勝ち、十六歳にして但馬国秋山という強力な兵法者に打勝ち。二十一歳にして都へ上り、天下の兵法者に会い、数度の勝負を決すといえども、勝利を得ざるという事なし。その後国々所々に至り、諸流の兵法者に行き会い、六十余度まで勝負すといえども、一度もその利を失なわず。その程、年十三より二十八、九まで

の事也。  
我、三十を越えて跡を思いみるに、兵法至極して勝つにはあらず。おのずから道の器用有りて、天理をはなれざる故か。又は他流の兵法、不足なる所にや、その後なおも深き道理を得んと、朝鍛夕練してみれば、おのづから兵法の道にあつ事、我五十歳のころ也。

私が最初に『五輪書』を読んだのは高校生の時だった。武蔵の十三歳から十六歳、二十一歳、二十八、九歳、三十歳から五十歳に至るまでの自己成長の記録は、自分の将来に不安を抱いていた当時の私に、大人への成長の道があることを教えてくれた。

それに続く『五輪書』の本文には「一日

の稽古を鍛とし千日の稽古を錬として」五十歳で至極を得るに至る方法論が「地水火風空」という順序で書いてあるように思われたが、その当時現代語訳や注釈書はなかったのだ、あまりよく理解できなかった。しかし一箇所、当時学んでいた剣道とはあまりにかけ離れた箇所が目とまった。

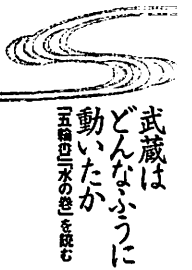
足のはこびよりの事、つまききを少しう(浮)けて、きびず(踵・かかと)を強く踏むべし。

この一文は、当時私が習っていた剣道は江戸時代の武士の剣術とは全く別物であることを教えてくれた。踵を上げて常に右足から踏み込む剣道では戦うことも切ることも出来ない。

そこで部活動も道場通いも止めて家にあつた刀や槍を使って一人稽古を始めた。滝野川に「今武蔵」と云われた国井善弥がいることを知ったが、田舎者だった私は道場を訪ねる勇気がなかった。

大学では哲学を学び、学際的研究として江戸武士の思想に興味を持った。江戸時代の武士の考え方を理解するには徳川家の御家流である柳生新陰流を理解しなければならぬということに気がつき、新陰流の実践と研究を始めた。そして一九九八年に至って「徳川将軍と柳生新陰流」を上梓した。

江戸時代二〇〇年間も戦争がない太平の世が続いた理由は家康の「元和偃武」と柳生新陰流の「活人剣思想」によるといふのが私の考えである。一方、宮本武



武蔵はどんなにかつに動いたか  
『五輪書』水の巻を讀む

蔵は柳生の活人剣に対抗して、『五輪書』で武士の本質はあくまで人に勝つことであると主張し続けている。江戸時代の兵法書の双璧といわれる『兵法家伝書』と『五輪書』を基にした二人の剣に対する考えの違いを二〇〇三年、宮本武蔵を哲学する―柳生の剣―武蔵の剣―で書いた。

この時、『五輪書』を繰り返し読んだが、当時支配的であった、武蔵の剣は合戦や治世にも利用できるという「大なる兵法論と精神論的な」「空」理解に疑問を持ち、吉川英治のいう精神の剣は武蔵ではなく柳生の思想であり、武蔵の剣はあくまで勝つことを求める「勝人剣」であり、「空」は技の起こりが見えない所を打つという剣の術理であるという説を立てた。しかし大なる兵法論も精神論的な空論も『五輪書』の冒頭と巻末に武蔵自身か書いていることなので、それを否定することにはためらいもあつた。

その後柳生の里、正木坂剣道場師範大坪指方伝の柳生新陰流を学び、その術理を「新陰流を哲学する」としてまとめた。それが縁で名古屋の春風館道場に伺った。江戸時代最後の尾張柳生宗家・柳生蔵周の伝える江戸武士が遺つたままの柳生新陰流が蔵周の高弟・神戸金七から加藤伊三男館長と受け継がれていた。

そこには何と若き武蔵が創流した円明流が伝わっていた。柳生新陰流と円明流は身体操作から言えば、ほとんど同じで

あつた。

たしかに尾張では元禄時代までは柳生新陰流と円明流だけが稽古されていた。それ以降も尾張柳生と円明流は江戸時代を通じて交流を続け、その伝統は神戸金七により春風館道場に受け継がれていた。私は共同研究者の赤羽根大介と共に加藤伊三男館長の下で研鑽を積み術理を中心に次の二著に纏めた。

『柳生新陰流を学ぶ』(スキージャーナル、二〇〇七年)

『武蔵「円明流」を学ぶ』(スキージャーナル、二〇一〇年)

この研究の過程で春風館に秘蔵された柳生文書に江戸時代後期の柳生新陰流中興の達人と言われた長岡房成(桃嶺)一七六二―一八四九の『刀法録』があることに注目した。その中に「円明三十五ヶ条」という文書が収録されていた。これを詳細に調べていくと、これは『五輪書』で武蔵が至極を得たといっている五十歳の頃に書かれた最初の「三十五ヶ条」の写しであるということを確認した。

この「円明三十五ヶ条」については尾張藩士近松茂矩の「昔咄」(一七三八)に次のような逸話が載せられている。

武蔵は長野五郎右衛門という柳生の達人と試合しようとして出掛けたが、五郎右衛門に、あなたの書いた「三十五ヶ条」と云う書物は書き損ないで後悔なさっているでしょうといわれ、武蔵は、後悔してゐるが流布してしまっているのが今更しかたない、あの書を作り損ないと申したのは天下にあなた独りで、あなたは聞いていたより達人であるといつて試合をしな

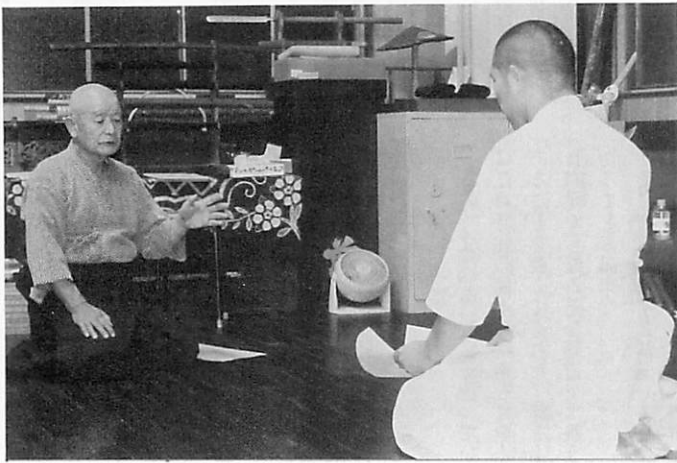
### 証

貴殿も佐藤政五郎、神戸金七と  
伝わった尾張貫流槍術(市川派)の  
中に伝承された宮本武蔵、尾張  
四明流の継承者であることを認める  
その証としてこの書付と朱槍(敏公著作)  
一本を与える

平成24年10月27日

春風館道場館長  
加藤伊三男

尾張四明流第十七代継承者  
赤羽根大介殿



平成24年10月27日、赤羽根大介が加藤伊三男館長より尾張四明流第十七代継承者と定められた

いで帰り、やがて名古屋を立ち去ったということがある。

この「四明三十五ヶ条」には「大なる兵法論はなく、「万理一空」も最後の条ではなく、「空」は剣の術理の問題として扱われていた。

後年武蔵は細川忠利に「兵法書」を書くように命を受けたが、忠利の急病により、元々は術理書である「四明三十五ヶ条」を兵法書に仕立て直して「兵法三十五箇条」として急遽、提出したのである。そしてこれが晩年の「五輪書」の原本となった。「大なる兵法論も「万理一空」も「四明三十五ヶ条」を兵法書にするために付け加えたもので、武蔵本来の考えでは

ない。私が昔『五輪書』を読んだ時の印象が事実となった。

さらに今日、名古屋地方に流布している「四明流兵法三十五ヶ条」は、忠利の没後、武蔵が自分の替わりに名古屋に遣わした高弟の竹村与右衛門に与えた相伝書であることも判明した。

先の逸話は名古屋には二種類の「三十五ヶ条」が伝わることから武蔵にやり込められていた尾張柳生の側から作られた話である。武蔵は三種類の「三十五ヶ条」を書いていたのである。(「武蔵」「四明流」を学ぶに収録)

以上は武蔵没後四百年にして初めて明らかになった事実である。今後の武蔵研

究はこの事実から始められなければならない。

このことにより武蔵理解は一八〇度の転回を遂げることになるであろう。そこから見えてきた武蔵は江戸時代の儒教的武蔵像とも空を最高の境地とする人間形的武蔵とも違って、日本で最初に身体から思想した革新的武蔵像である。

### 「水の巻」に見る武蔵の身体論

武蔵の身体観は「水の巻」の最初の五条に書かれている。「水の巻」は二年半前に細川忠利に呈上された「兵法三十五箇条」を下書きとしており、「兵法三十五箇条」は、五十歳で兵法至極を得て書いた「四明三十五ヶ条」の増補改訂版である。

しかし武蔵が最初に書いた剣の術理書は吉岡一門との三度の決闘に勝利して日本一の兵法者になったという自負のもとに二十四歳で書いた「兵道鏡」である。そして「兵道鏡」は剣の極意を神や天狗などの超自然的存在から得たとする多くの流派の秘伝書と違って剣の術理を身体と結びつけた日本で最初の書である。

したがって武蔵の極意論のもとになっている身体論を知るには「兵道鏡」から「四明三十五ヶ条」「兵法三十五箇条」を経て「五輪書」に至る術理の変遷を見る必要がある。

実際、「兵道鏡」「三十五ヶ条」「五輪書」の最初の数条はどれも身体論から始まる。表題を見比べてみたい。

### 「五輪書」「水の巻」

- |                   |        |
|-------------------|--------|
| 第一条、兵法心持の事        | 「身体総論」 |
| 第二条、兵法の身なりの事      | 「身体各論」 |
| 第三条、兵法の目付という事     | 「目」    |
| 第四条、太刀の持ちようの事     | 「手」    |
| 第五条、足づかいの事        | 「足」    |
| 「兵道鏡」             |        |
| 第一条、心持の事          | 「身体総論」 |
| 第二条、目付の事          | 「目」    |
| 第三条、太刀取り様の事       | 「手」    |
| 第四条、太刀合(間)を積もる事   |        |
| 第五条、足遣いの事         | 「足」    |
| 第六条、身の懸かりの事       | 「身体各論」 |
| 「四明三十五ヶ条」         |        |
| 第一条、惣体一同          | 「身体総論」 |
| 第二条、身懸かり          | 「身体各論」 |
| 第三条、太刀取り様         | 「手」    |
| 第四条、足使い           | 「足」    |
| 第五条、目付けの事         | 「目」    |
| 第六条、間積り           |        |
| 第七条、心(持ち様)        | 「身体総論」 |
| 第八条、身構え           | 「身体各論」 |
| 「兵法三十五箇条」※太字は増補部分 |        |
| 第一条、この道二刀と名付事     |        |
| 第二条、兵法の道見立処の事(追加) |        |
| 前半「大分の兵法」(追加)     |        |
| 後半「惣体一同」          | 「身体総論」 |
| 第三条、太刀取り様の事       | 「手」    |
| 第四条、身のかかりの事       | 「身体各論」 |
| 第五条、足ぶみの事         | 「足」    |
| 第六条、目付の事          | 「目」    |
| 第七条、間積りの事         |        |
| 第八条、心持の事          | 「身体総論」 |

以下に「五輪書」の項目の順序にしたがって「兵道鏡」から初め「四明三十五ヶ



条「兵法三十五箇条」を経て「五輪書」に至る術理の変遷を検討してみたい。「五輪書」の理解のためにもこの作業が不可欠であるということが分かるであろう。

### 兵法心持ちの事

#### 一、「兵道鏡」

「兵道鏡」は吉岡一門との三度の決闘の直後に「兵法日本一」になったとの自覚の元に書かれたので三度の決闘の戦い方が書かれていると思われる。

第一条 心持ちの事 付けたり座の次第 心の持ち様と云うは、まず仕合せんと思ふ時、平生の心よりは、なお静かになつて、敵の心の内を引き見るべし。

武蔵は戦いの初めに、敵の前に立つたら心を静かにして敵の心を見よといっている。術理の第一に「見る」ことを挙げている。柳生宗矩の「兵法家伝世」も極意の一番(是極一刀)に「見る」ことを挙げていっている。どこを見るのか。敵の心を見よといっているが、実際には敵の顔や太刀を握った手などを見ることである。心持といっても具体的には敵の身体の状態を見ることがのである。武蔵の関心は身体である。次に続く箇所は最初の吉岡清十郎との戦いを表わしていると思われる。

敵、にわかに声高くなり、目大に顔あかく、筋骨立て、すさまじげなるは、ちうち(地打)力まかせに切るを、をねろう下手なるべし。左様のものには、なお静かに心をなして、敵の顔をうかうかと思

て、敵の氣に逆らわざる様に見せて、太刀を取りて、笑いて、上段の下に太刀を構えて、敵が打つ所をゆるゆると、外すべし。さて、敵の氣色、異な心なると疑う様なる時、打つべきなり。

吉岡一門の当主清十郎の顔の状態を観察して弱い相手と判断した武蔵は笑いかけたのである。清十郎が怒って打ちかかってくるのをゆるゆると外して打ち据えた。「ゆるゆると外し」、これが実は武蔵の最大の極意なのである。この点については最後に問題とする。

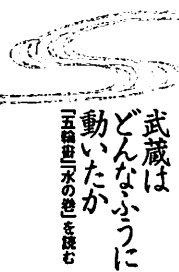
次は弟の伝七郎との決闘となる。伝七郎は力強い相手であったようである。苦戦した様子は武蔵の養子の伊織が建てた「小倉碑文」で伺える。

しかる後、吉岡伝七郎、五尺余の木刃を袖にし来る。武蔵その機に臨み(隙を見て)彼の木刃を奪い、これを撃ち、地に倒す。たちどころに死す。

恐らく体当たりして木刃を奪ったのであろう。「兵道鏡」には次の記載がある。

また人により仕合に臨む時、言静に、目を細く、筋骨も出ず、太刀取る力なき様に見て、太刀握りたる指、浮きて、持たば、上手なりと思ひ、あたりへ寄せず、先をかけ、つるつると懸かり、追ひ払い、はやく打つべし、

「先をかける」が武蔵の戦いの始まりである。しかし敵が打つて来やすいように



ゆっくり攻める。敵は思わず打つてくる。しかし武蔵は敵が打つてくるのを見越していたので、ゆるゆると外す。急に外すと敵もその速さに反応する。しかしゆるく外されたので、敵はそのゆるさを見てしまう。そこに生まれた隙を武蔵は急な拍子で切りつける。この違う拍子が肝要である。「笑いて」も実は相手の心を動揺させる先をかける武蔵の作戦なのである。

先をかけることで生まれた隙に下す必殺の一撃が武蔵の剣の最初の極意「直通の位」である。「兵道鏡」の最後の二十八条「直通の位の事」に次のようにある。

先をかけるに、敵打つ所の星(狙い)所見ゆるものなり。そのとき、合う太刀、合わざる太刀を見分け、間を積み(間合)を詰め、一念に思ふ所の星を、少しも違えず、たとえ大地は打ち外すとも、この太刀努々外れる事なかれと、おそろしき氣を捨て、こころそ直通一打の所なれば、力に任せて打つべし。

武蔵は第一条「心持ちの事」では不十分と感じたのか二年後に増補・改訂版を出す。その最初は「前八の事」である。そこで初めに習い覚えるべきことは身なりであるとして次の様に記す。

いかほども、なり(身なり)氣高く、手つき、いと美しく、足おとなしく、跳び

ても廻りても、身なり、ろく(真直ぐ)に、いかほども静かに、きっかりとして、下(下半身)は揺るぐとも、上の動かざるように、たとえ空より繩を降ろし、釣り上げたものど心にあるべきなり。この儀、一段面白きたとえなり。教外別伝たり。

身体を中心軸をしつかり立てて踵を踏む。下半身は左右の足を軸とした腰が支えているので、かすかに揺れることで身体が居付くことを防いでいる。上半身は動きやすいので下半身の上にしつかりと立て「上の動かざるようにする。身体が揺るぐといつても上下左右二、三センチメートル(目安)の動きでしかない。ゆるゆるの根底には中心軸を真直ぐに立てるということが前提にある。

「五輪書」によれば二十九歳までに六十回真剣勝負をして全て勝ったという。ほとんどが「兵道鏡」の術理によると思われる。然し三十歳の時に「兵法至極して勝つにはあらず」という苦い反省をすることになる。この点は「武蔵」円明流を学ぶ、「武蔵と柳生新陰流」(集英社新書)で述べておいた。

この反省の下に武蔵は実際の勝負をやめて「深き道理を得んと朝鍛夕練して」五十歳の頃に「兵法の道」に会ったという。その極意を得て書いたのが「円明三十五ヶ条」である。

#### 二、「円明三十五箇条」

兵法至極を得た後で書かれた「円明三十五箇条」では第一条は身体のパランス



円明流「上段」の構え。「空から繩を降ろして釣り下げたように」と「兵道鏡」にあるような心持ちで構える

が大事であるという糸を最初に置く。

第一条

惣躰(全身)一同にして餘る所なく、不足成る所なく、強からず弱からず、頭より足の裏まで、ひとしく心をくばり、かたつり(偏り)なき様に。

「円明三十五ヶ条」の第一条は身体が片寄らないように「ひとしく心をくばり」とあり、何よりも身体のパランスを重視している。この第一条は『五輪書』の第一条「兵法心持ち」に直接、該当する。しかし第七条も心の問題としている。

第七条

心はめらず、かからず、たくまず、おそ

れず、直に広くして、意の心軽く、心の心重く、心を水にして折にふれ、事に応ずる心なり。水にへきたんの色あり、一滴もあり、惣海もあり。

「水」という単語はここが初めてである。『五輪書』では剣術の術理の全体を表わす語が「水」となる。「兵道鏡」では「ゆるゆる」という表現であったのが「円明三十五ヶ条」では「心を水にして」となっている。ゆるゆるは自分の身体だけの状態であるが、ここでは「事に応ずると、自分だけの状態ではなく戦う相手や場も含めた関係に深化している。新陰流で言えば「敵に従って転変する」と同じ術理といえる。

「兵道鏡」の極意が「直通の位」ならば五

十歳で兵法至極を得て書かれた「円明三十五ヶ条」の極意は何であろうか。

武蔵は「円明三十五ヶ条」で初めて「空」という文字を使っている。第十四条「太刀に替る身」である。

太刀に替る身の事、太刀を打ち出す時は身はつれぬ者なり。又身を打つと見する時、太刀は後より打つ心なり。これ空の心なり。太刀と心と一度に打つ事はなし。

太刀で打つ勢いを示す時、身は一緒に打たないで、そのままにしておき、相手の動きを見て、こちらの太刀の攻める勢いに敵が動く、そこに生じる隙を見定め、そこに太刀を打ち込む。また身で打つ勢いを示す場合は太刀は相手の対応をみて後から打つ。身か太刀かで攻めるが、こちらが打つ本当の起こりを見せないで太刀と身との間に空白を作っておく。この空白を「空」と呼ぶ。

この箇所が武蔵の「空」という語の初出である。空については第十八条、二十一条、二十二条に次のようにある。

第十八条

影を動かすと云う事、敵太刀をひかえ、身を出して構う時、心は敵の太刀をおさえ、身を空にして、敵の出たる処を、太刀にて打たば、必ず敵の身を動き出すなり。動き出れば、勝ち易し。

第二十一条

拍子の間を知るという事、敵により早きも有り、遅きも有り、敵に随う拍子な

り。心遅き敵には、太刀相に成ると、吾が身を動かさず、太刀の起こりを知らせずはやく空にあたる、これ一拍子なり。

第二十二條

枕の押えとは、敵太刀打ちださんとする気ざしを受け、打たんとする、ウの字の頭を、空より押ゆるなり。

第十八条に「身を空にして」とある。敵が太刀はそのままにして身体で攻めを示す時、こちらは心で敵の太刀を押さえ、「身を空にして」、つまり身体で攻める姿勢を見せないで敵の太刀を打てば(探り打ちという)、敵はこちらが打つてくると思っただけで対応しようと身体を動かさず、「動き出れば、勝つ事やすし」。簡単に言えば「打つふりを示して見せよ」ということである。その、本心ではなくふりを示す心「身を空にして」と表現している。

第二十一条ではつきりと「太刀のおこりを知らせず、はやく空に當る」とある。また「身を打つようになして、心と太刀は残し、敵の気の間を、空よりつよく打つ。これ無念無想なり」とある。武蔵の「空」とは起こりを見せないで気ざしを察知して相手が打ってくるその打たんとする「ウ」の字を打つことである。

この「身を打つと見せて太刀をあとかから打つ」という「空の心」が『五輪書』で武蔵が言う五十歳で得た「兵法至極」である。武蔵もその自覚があった。だからそれを見事な表現で「万理一空」と言い、最後の一条前に置いた。

なぜ最後ではないのか。「空」だけでは勝つことは出来ない。ここだと思っただけ



春風館東支部では、少年少女から中高年まで、さまざまな人たちが円明流や柳生新陰流を学んでいる

間に「たとえ大地は打ち外すとも、この太刀努々外れる事あらじ」と「すこしも恐れる心なく振り下ろす「直通」の太刀がなければ勝つことは出来ない。したがって最後に置くべき最終的な極意は「直通」なのである。

だから五十歳で最初に書いた「円明三十五箇条」では三十四条に「万理一空を置き、「直通」という極意の太刀」を最後の三十五条に置いた。しかし元々は術理書である「円明三十五箇条」を兵法書「兵法三十五箇条」に改変するために「万理一空」の条を最後に写した。このため、やがて武蔵は宗教的ともいえる高尚な精神的境地に至りついているなどと言われるよ

うになるのである。

しかしそれは「万理一空」という武蔵の美しい見事な造語に迷わされた誤解にしか過ぎない。「万理一空」は起こりを見せないで打つという術理の問題であり、朝鍛夕練によってでしか得られない兵法至極なのである。「万理一空」という語は兵法書である「五輪書」にはない。

五十歳のころ極意を得た武蔵は故郷の播磨に帰り、姫路や明石、小倉で円明流を教え、姫路藩第一の剣客・三宅軍太夫や夢想(初め無怒)権之助や小笠原藩の槍の名人・高田又兵衛などと木刀で仕合をし、鳥原の乱には中津藩の藩主の護衛役として出陣。乱の後、江戸や上方に出て円明流を広めている。とくに名古屋では三年半滞在し、後の尾張での円明流興隆の基盤を作っている。

そして五十九歳で熊本の細川忠利に呼ばれて熊本藩の客分となる。忠利は外様大名ながら九州の外様大名の目付の役割を担い、鳥原の乱では二万八千の藩兵を率いて幕府軍の中心となった。忠利が武蔵を熊本に呼んだ理由は柳生の「活人剣」とは違って人に勝つことを求める武蔵の「勝人剣」の立場から兵法書を書かせることが目的であった。

### 三、「兵法三十五箇条」

忠利に呈上した「兵法三十五箇条」は「円明三十五箇条」と内容は変わらない。ただ「円明三十五箇条」を兵法書に仕立て直すために第一条に「この道二刀と名付事」、第二条の前半に「大なる兵法論」が加わったので、「物体一同」は第二条の

武蔵は  
どんなふう  
に動いたか  
「五輪書」水の巻を讀む

後半、「心持の事」は第八条に移動している。さらに「万理一空」を最後の三十六条に移して心法的な意味を持たせた。

忠利の死後、唯一の理解者を失った武蔵は虚しい日々を送る。病気がちであり稽古も弟子たちに任せきりだったようである。しかし二年半後、忠利との約束を果たすべく最後の力をふりしぼって、「五輪書」を書き出す。その際元になったのは「兵法三十五箇条」である。

「円明三十五箇条」の最初に加えた第一条「この道二刀と名付事」と第二条「兵法の道見立処の事」の前半「大分の兵法論を「地の巻」とし、それ以外を「水の巻」と合戦のことを論じる「火の巻」に分け、他流批判を「風の巻」として自らの多くの実戦経験から新たに稿を起し、「兵法三十五箇条」で最後に移した「万理一空」を「空の巻」としたのである。したがって武蔵の剣術論の根本は「水の巻」にある。それでは第一条を見てみよう。

### 四、「五輪書」水の巻

#### 第一条「兵法心持ちの事」

兵法の道において、心の持ち様は、常の心に替わる事なけれ。常にも、兵法の時にも、少しもかわらざして、心を広く直にして、きつくひつばらず、少しもたまるま、心のかたよらぬように、心をまん中におきて、心を静にゆるがせ、そのゆるぎのせつなも、ゆるぎやまぬように、

能々吟味すべし。

心の持ち様を兵法書に相応しく「常の心に替わる事なけれ」と始めている。その上で「常にも兵法の時も、少しもかわらざして」心を広く直にして、きつくひつばらず、少しもたまるま、心のかたよらぬように、心をまん中におきて、心を静にゆるがせ、そのゆるぎのせつなも、ゆるぎやまぬように、能々吟味すべし」と総括している。心を真直ぐにしてバランスを保ち、静かにゆるがせる。心の状態ではなく、具体的には身体のある方を表現しているのである。

「五輪書」第一条「心の持ち様」は身体総論と云うべきである。第二条「兵法の身なり」の事は「身体各論」というべきものである。

### 兵法の身なりの事

「五輪書」の第二条「兵法身なりの事」に「兵道鏡」で該当するのは第六条「身の懸かりの事」である。

#### 一、「兵道鏡」

##### 第六条

身の懸かりは、顔は少しうつぶき(うつむき)たる様にして、いくび(猪首・首を縮める)になき様に、肩を両へ開きて、胸出さず、腹をい出し、尻をい出さず、腰を据えて、膝を少し折りて、踝(かかと)を強く踏み、つま先を軽ろくして、少し両へひらきて懸かるなり。

「いくびになき様に」とは首が緊張しな

いようにする為である。第一条の本文では「笑いて」という表現もある。これも身体、特に首の緊張と心の緊張を解くための身体操作である。真剣勝負で「笑いて」と表現する武道の文献はほかにない。肩を両に開くのは胸を出して身体にロックをかけないための操作である。腹を出し、尻を出さないことで腰がすわる。「腹を出し」は後で問題とする。しかし腰にロックをかけないためには膝を少しゆるめることが要件である。そして「一番重要なことは「踝を強くふみ、つま先を軽くして」という箇所である。これまでに私は各所で強調してきたが、伝統武道において最も重要な点は踵を踏むことである。私がこの踵を踏むということに出会ったのは高校生の時に説んだ「五輪書」においてであったが、武蔵はすでに二十四歳の最初の術理書で指摘していたのである。

は第一条として追加した「二刀論」に合わせて「太刀」のことを第三条に置いたので「身のかかりの事」が第四条となっている。「身のかかり」は「兵道鏡」「四明三十五ヶ条」「兵法三十五箇条」「五輪書」全てがほとんど同じ内容である。武蔵「四明流」において一番重要な身体の使用方が同じであるとすると、武蔵の兵法至極を支えている身体はすでに二十四歳の「兵道鏡」で出来ていたのではないか。

れて、肩より惣身はひとしく覚え、両の肩をさげ、背すじをろく(真直ぐ)に、尻を出さず、ひざより足先まで力を入れて、腰のかがまざるように腹をはり、くさびをしむるといいて、脇差のさやに腹をもたせて、帯のくつろがざるように、くさび(隙間に打ち込む木片)をしむるといいう教えあり。惣而兵法の身において、常の身を兵法の身とし、兵法の身を常の身とする事肝要なり。能々吟味すべし。

をしむるといっておしえあり」という表現で腹を出しという言い方は腹を突き出すのではなく、丹田に力がこもったことだということが理解される。外から見た場合下腹は力がこもり、上腹は出ていない。「三十五ヶ条」の「常住兵法の身、兵法常の身」は分かりやすく「常の身を兵法の身とし、兵法の身をすねの身とする事肝要なり」と表している。

身体の問題となるのは、身体が外部と最初に交わる目である。

### 目付の事

身体の問題となるのは他者を見る目である。目付はどの流派でも最も重視し、またそれぞれに特徴がある。紙幅の都合により今回は目付についての記述は省くが、「兵道鏡」から「兵法三十五箇条」までは「顔に付ける」としていたものを、「五輪書」では「大きに広く付くるなり」としている。

「兵道鏡」に顔に付ける理由を「心は面

### 二、「五輪書」「水の巻」 第一条「兵法の身なりの事」

身のかかり、顔はうつむかず、あおのかず、かたむかず、ひざまず、目をみださず、ひたいにしわをよせず、まゆあいにしわをよせて、目の玉動かざるようにして、またたきをせぬように思いて、目をすこしすくめるようにして、うらやかに見ゆるかお(顔)、鼻すじ直にして、すこしおとがい(したあご)を出す心なり。首はうしろのすじを直に、うなじに力をい

「身の懸かり」は全体的に見て「五輪書」が一番こなれた表現をしている。「惣身はひとしく覚え、両の肩をさげ、背筋をろく(真直ぐ)に、尻を出さず、ひざより足さきまで力を入れて、腰のかがまざるように腹をはり」と、身体の上から下まで分りやすく順を追って説明している。

また「兵道鏡」や「三十五ヶ条」の「腹を出し」という表現は誤解を受けやすいが、「五輪書」の「脇差のさやに腹をもたせて、帯のくつろがざるように、くさび



武蔵は  
どんなふうか  
動いたか  
『五輪書』水の巻を読む

にあらわるるものなれば、顔にまさりたる目の付け所なし」とあるように、顔は相手の心の内を知るための最大の情報源である。しかし敵の心を正しく読み取ることは至難の業であるし、また顔だけにこだわると心が居付くことにもなる。『五輪書』は特に居付くことに最大の警戒を与えている。それで顔を見るから「大きく広く見る」というように目の付け所を変えたと思われる。

細川家本『兵法三十五箇条』が書かれたのは寛永十八年二月で『五輪書』はその二年半後である。二年半の内で重要な目の付け所について変更したとは考えられず、この点からも『兵法三十五箇条』の元になったのは十年前の柳生本『円明三十五ヶ条』であるという本書の主張を裏付ける。

目の次に敵と交わるのは太刀を持つ手である。

### 太刀の持ち方

#### 一、「兵道鏡」

##### 第三条「太刀取り様の事」

太刀の取り様は人指しを浮けて、大指・たけたか(中指)中(中くらい)、くすしゆび・小ゆびを、締めて持つなり。持ち様は、右も左も同じ事なり。太刀組合いたる構え、太刀の鐔際、六寸先に、刀の切先、五寸かけて構え候なり。肘は、かがみたるが悪しく候。されども余り直に

ては、すくみて見にくく候。右の肘、二寸五分、左の肘、三寸五分、かがみてよく候なり。

太刀を握る手の五本の指それぞれの握り方、左右の肘の屈み具合、手首や筋骨のありかたなど微に入り細に入り太刀の持ち方を表現している。太刀の持ち方への武蔵のこだわりが強く感じられる。しかし二十五年後の柳生本では前半に「太刀にも手にも生死と云う事あり・・・切り能き様に、やすらかなるを、これ生(きる)手という」と太刀を持つ手に「生死」という考え方が加わり、後半は五本指それぞれの記述はなくなり、「太刀の取り様」として「上筋・下筋」の考え方が出てくる。

#### 二、「円明三十五ヶ条」

##### 第三条後半

太刀にも手にも生死と云う事あり。構える・受ける・止る時などに、切ることを忘れ、居付くを、手足死と云う。生とは、いつとなく、太刀も手も、出合い安く、留まらずして、切り能き様に、やすらかなるを、生手と云うなり。

太刀取り様、手首は屈む事なく、肘は伸び過ぎず、屈み過ぎず、手の上筋弱く、下筋強く持つなり。

次の細川家本は『兵道鏡』の「五本指の持ち方」と『柳生本』の「上筋・下筋」の両方を採用している。しかし『五輪書』は『柳生本』の「上筋・下筋」は採らず、『兵道鏡』の「五本指の遣い方」だけに戻っている。

#### 三、「兵法三十五箇条」

##### 第三条「太刀取り様の事」

太刀の取り様は、大指・人指を浮きて、たけたか(大高指・中指)中(中位)、葉指・小指をしめて持つなり。(中略)手首はかがむことなく肘をば伸びすぎず、かがみすぎず、うでの上筋弱く、下筋強く持つなり。能々吟味有るべし。

#### 四、「五輪書」水の巻

##### 第四条「太刀の持ち方の事」

太刀の取りようは、大指人さしを浮ける心に持ち、たけ高指しめずゆるまず、くすしゆび・小指をしむる心にして持つなり。手の内にはくつろぎある事悪しし。敵を切るものなりと思ひて、太刀を取るべし。敵を切る時も、手の内に変わりなく、手のすくまざるように持つべし。

『兵法三十五箇条』が最初に書かれたとすると、二年半後の『五輪書』が「上筋・下筋」を採用しなかったのは不自然である。やはり『柳生本』が五十歳の頃書かれ、十年後の『細川家本』で両方を使い、二年半後の『五輪書』で「五指の遣い方」に戻したと見るべきであろう。

なぜ手の筋ではなく指の遣い方を重視したのか。「敵を切るものなりと思ひて太刀をとるべし」と太刀の持ち様で切ることを重視し、そのためには太刀を持つ指が大事だと考えた為である。

『五輪書』は「五本指」も「手の生死」も全て「敵を切ると思ひて太刀を取るべし」に集約されている。切るために太刀を持

小指と葉指でしっかり太刀を握り、人差し指をゆるく持つ。親指から人差し指へのラインが弧を描いているのが現代剣道とは異なる点である



つ、「切る」の重視が「五輪書」の特徴である。

ここに武蔵の剣の真骨頂がある。太刀を構えたままでもいたる居付くことになる。残った斬る動作が始まるのである。残念なことに様式を重んじる江戸時代に入ると熊本に伝わった武蔵流は静止した構えを重視するようになる。

しかし春風館関東支部では武蔵の精神に帰って、立合うやいなや使太刀は構えたら留まることなく先をかけて攻め進むようにしている。そして間境を使太刀が先に越すように指導している。そこを打太刀がたまたま打っていく。その瞬間一瞬待って相手の太刀筋を見定めて小太刀で受けて太刀で切っていく。この稽古方法によって、これまでの形稽古にはない緊張感を持った真剣勝負の味わいを感じ

ることが出来る。

武蔵は太刀を持つ手について二様に述べている。

一、太刀の取り様は、大指・人指し指を浮きて、たけたか(中指)中(中くらい)、薬指・小指をしめて持つなり。

二、腕の上筋弱く、下筋強く持つなり。表にすると次のようになる。

【兵道鏡】 五本指

【柳生本】 手の上筋弱く、下筋強く持つなり。

【細川家本】 五本の指 うでの上筋弱く、下筋強く持つなり

【五輪書】 五本指

小指と薬指でしっかり太刀を握り、人指し指をゆるく持つことと、「上筋弱く下筋強く」は結局同じことになるが、「腕の上筋弱く、下筋強く」と言う指摘は重要である。腕の小指側の筋肉である下筋が身体の中心線(体軸)および重心に近いため

である。ただし足の場合は親指側となる。武術で「足は親指、手は小指」といわれる所以(ゆえん)である。

私が門人に説明する場合、最初、五本指で説明するが、それだけではなぜ親指を浮けて小指を締め持つか理解されない場合、「上筋下筋」で説明すると理解してもらえる場合が多い。五本指と上筋下筋の説明は一体となつていふように思われる。なお柳生本には「手の上筋弱く、下筋強く持つなり」の後に、「円明三十五ヶ条」を「刀法録」に納めた新陰流中高の達人長岡房成によつて「吾が流同じ」と説明がついている。円明流と柳生新陰流は太刀の持ち方が同じなのである。  
目は敵から離れて交わる。手は太刀を通して敵と接触している。しかし身体が外部と接触しているのは常に足である。「常住兵法の身、兵法常の身」というとき常に大地と接触している足運びが一番大事となるのである。

### 歩みの事

敵と向かい合うと最初にすることは太刀を抜くことである。次に問題となるのは敵との距離である。普通はまず遠間で太刀を構えて、不意打ちや攻撃を防ぐ。しかし武蔵は「兵道鏡」で「太刀を抜くやいなや少しもよどみなく、つるつると足早に懸かる」のである。そして間合いを詰めて切りかかる。懸かりにくい敵の場合は吾が右(敵の左)へ廻りこむ。右手に持った太刀が振りやすいようにである。(この場所の取り方は「五輪書」の「火の巻」の第一条にある)

#### 一、「兵道鏡」

##### 第五条、足遣いの事

足遣いは、太刀進取るやいなや、少しもよどみなく、つるつると懸かり、敵の現(現在・物打)切先の下の部分)に乗る時、足をつき合いて打つなり。

五十歳で兵法至極を得た後での「円明三十五ヶ条」では、足遣いは「常に歩むが如し」となり、「細川家本」でも同じである。「足早に」から「歩むが如し」への変更は術理の上で大きな進展がある。足早に懸ると敵も素早く反応しようとする。その場合、敵の次の行動が読みにくい。しかし歩むように間を詰めていくと、敵もゆっくり反応しようとする。すると敵の動きがつかみやすい。そこに現れた隙にゆっくりと切りつけばよいことになる。

#### 二、柳生本「円明三十五ヶ条」

##### 第四条(細川家本は第五条、文章は同じ)

足使い、時により大小・遅速はあれども、常に歩む如し。飛足・浮き足・踏みすゆる足・抜く足・後れ足・先立つ足・これ皆悪し。場悪くともかまひなき様にたしかに踏むべし。

【五輪書】の第二条「兵法の身なりの事」には「常の身を兵法の身とし、兵法の身

◆春風館道場関東支部 新陰流・円明流稽古会  
電話 090-1665-2980  
daisuke.akabane@gmail.com  
http://blog.livedoor.jp/shinkage\_keiko/

かかとを踏み、つま先を  
浮かすという足使いを、  
春風館では厳守してきた



を常の身とすること肝要なり」とあった。  
足運びもそれを受けて「常に歩むがごと  
し」である。しかし「五輪書」には「足の  
運びよしの事つままきを少しうけて、き  
びすをつよく踏むべし」という重要な一  
文が加わる。しかしこの文は前に引用し  
たように最初の術理書「兵道鏡」にあっ  
たものである。ただし第五章「足遣いの  
事」ではなく、第六章「身の懸かりの事」  
にである。そこに「踝(かかと)を強く踏  
み、つま先を軽ろくして」とあった。日本  
武道における「かかとを踏む」ことの重  
要性はすでに各書で論じてきた。

### 三、「五輪書」「水の巻」

#### 第五条

足のはこびよの事、つままきを少し  
うけて、きびすをつよく踏むべし。足つ

かいは、ことによりて、大小・遅速はあ  
りとも、常にあゆむがごとし。

踵を踏む足運びは稲作民族である日本  
人の伝統的な歩き方である。「きびすをつ  
よく踏むべし」。これこそが江戸武士の日  
常の足運びであると同時に兵法の時の足  
運びである。日本の伝統武術の中で、名  
古屋の春風館の加藤館長はこの足運びを  
門弟たちに厳格に指導している。

敵と向かいあったとき問題となるのは  
敵との距離——「間」である。武蔵は身体を  
論じた後、順序よく、敵へ向って歩く事、  
次は敵との距離と順序よく論を進めてい  
る。このように秩序だった剣術書は武蔵  
をおいて他にない。

それについては近著で論じたい。今回  
のテーマは「武蔵はどんなふう動いた  
か」であるので、「水の巻」の武蔵の身体論  
を中心に論じた。

### 『五輪書』の極意

「兵道鏡」の極意が「直通の位」で「円明  
三十五箇条」の極意が「万理一空」である  
とすると「五輪書」の極意は何か。

「五輪書」「水の巻」の最終条は「直通の  
位」であった。しかし「水の巻」は「直通の  
位」では終わっていない。ここに「三十五  
箇条」とは違った「五輪書」の特徴がある。  
「水の巻」の後書きを見よう。

### 『五輪書』「水の巻」後書き

右書き付くる所、一流の剣術、大形こ  
の巻に記し置く事なり。兵法、太刀を取  
りて、人に勝つ所を覚ゆるは、先ず五つ

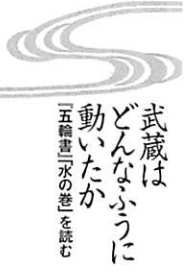
のおもてを以て五方の構えを知り、太刀  
の道を覚えて惣体自由(底本ふり仮名)  
になり……いづれの人とも打ち合ひ、そ  
の心を知つて、千里の道もひと足宛はこ  
ぶなり。

「円明三十五ヶ条」は最終条の三十五  
条が「直通」という極意の太刀」となっており、  
後書きで「右兵法の直通、自他共、実  
技に於いて相違あるべからず。この道至  
らざる者は、及ぶべからず」とあるが、「水  
の巻」の最後の三十六条では「直通の心、  
二刀一流の実の道をうけて、伝ゆる所な  
り」とだけ記し、「極意」の語はない。「水の  
巻」の最後は「直通の太刀」ではなく、後  
書きに「太刀の道を覚えて惣体自由にな  
り」とあるように、「惣体自由」なのである。  
全身が自由になること、そのためには

「身も足も心のままにほどけ」るようにな  
り、いづれの人とも打ち合ひ、「千里の道  
をひと足ずつ」歩む稽古を続けなければ  
ならない。

「惣体自由」が「水の巻」だけでなく「五  
輪書」の極意であることは兵法総論であ  
る「地の巻」の結語にも記されている。

この法を學びては、一身にして二十三  
十の敵にも負くべき道にあらず。先ず氣  
にて兵法をたえず、直なる道を勤めて  
は、手にて打ち勝ち、目に見る事も人に  
勝ち、また鍛錬をもつて惣体自由なれば、  
身にても人に勝ち、またこの道に馴れた  
る心なれば、心をもつて人に勝ち、この  
所に至りては、いかにとして人に負くる  
道あらんや。(後略)



朝鍛夕錬して得た「惣体自由」こそが  
武蔵が求めた究極の術理なのである。こ  
の自由は精神の自由ではなく細川家本の  
「五輪書」に「ヤハラカ」とルビがふられ  
ているように身体のやわらかさなのであ  
る。日本の伝統的な剣術の極意はここに  
極まったというべきである。ただ「やわ  
らか」といっても身体を中心軸(正中線)  
をしっかりと立て踵を踏むことはいま  
でもない。

武蔵の歩んだ道を表で示すと次のよう  
になる。

#### 武蔵の極意

- 二四歳「兵道鏡」——「直道の位」 技
- 五十歳「円明三十五ヶ条」 心
- 「万理一空」
- 六四歳「五輪書」——「惣体自由」 体

#### 結論

武蔵が「五輪書」で一番言いたかった  
ことは何であろうか。「風の巻」に「兵法  
において早きこと悪しき」とある。次の機  
会に論じる予定だが、太刀も身体も心も  
ゆつくりやわらかに遣う——これが武蔵  
の究極の極意である。  
剣道も伝統武術というのならば、筋力  
を遣ったスピード重視をやめ、バランス  
を重視したゆつくりとした動きに帰らな  
ければならない。