



沖縄空手各流派別の長老インタビュー

沖縄松林流・新里勝彦先生編



年の瀬のメール交換

新里勝彦先生とのメール交換は、ここ数年、年の瀬のお歳暮の時期にご無沙汰の挨拶と近況の報告となっています。

◇令和2年12月19日

私；武漢ウイルス感染の禍が

続く中、気がつくといつの間にかに師走になってしまった……という何かしらスッキリしない感じを持ちながら年の瀬を過ごしています。

ご無沙汰しております。先生におかれましてはお変わりなくご健勝にお過ごしのことと存じます。

この一年は単独練習がほとんどで自分の空手を見つめ直す良い機会となり、その過程でいくつかの気づきや今後の課題が見えてきました。

その一つが、以前稽古していた相撲の基本運動(木柱への鉄砲、ぶつかり、差し込みあるいは摺り足など)を続けるうちに「サンチン(空手)と相撲のつながり」が読み取れるようになったことです。そして次が「手刀と空手」を考察しているうちに「剣術の刀法と空手のつながり」が上記と同様に読み取れるになりました。

私はこれまで、手(ティー)の技法を、空手が定説とする起源や歴史観を背景にして解決しようとモガいていました。しかし「空手の根は剣術と剣術から派生した格技相撲にあり」を持論にしてからは何かしら身軽になったような気がしています。

そして、現在課題としているのは、千歳強直先生が遺した「十二支」を、湖城流の「十二支」や武備誌の「十二支の点穴」あるいは「十二神将」を参考にして、新しい

「構(変手と形・型)」を創作していくことです。これからも古伝・古流の手(ティー)の探求が続きますが、年相応の“押す忍”を意識して努めて行きたいと思っています。どうぞ良いお年をお迎えてください。そして来年もよろしくお願ひ致します。

新里先生； コロナ禍の最中、いろいろと究明されている由、嬉しく励みになります。こちらは、今年3月から断続的に道場を開閉していましたが、先月から、また、稽古を休止して門人たちには自宅での自主稽古を勧めています。実は、家族と門人たちがわが年齢(81歳)を心配し始め、それを等閑(なござり)するわけにもいかず心ならずも稽古を中止した次第です。

わが空手も屈筋主導の剛体空手から硬軟の空手に変わり現段階は伸張筋主導の空手に進化しています。相手の力に衝突しない体使いと攻防技の在り方に主眼をおいています。そのため、稽古は相手との接触点の微圧が“ゼロ”になる身体感覚を求めています。

黒田鉄山氏の「力の絶対否定」の要訣には遠く及びませんが、類似の結果はだせるようになりました。黒田師の「武術の”遊び稽古”」(DVD)で紹介されている稽古内容は再現できるようになりました。門人たちにはまだまだ難しいようです。

最近、とくに、確信がもてるようになったことは、琉球舞踊の体使い(腰使い)と伸筋主導の所作はこちらが求めている「脱力体」(主要関節＝股関節、膝関節、肩関節、肘関節の”抜き”)の技動作に類似していることです。その検証を琉舞の師匠たちと一緒にやっているところです。80代になって得た気づきです。

こちらの老いがすすまないうちにお会いして空手の術理談義をしたいものです。それには、やはり、コロナの収束時期が早く到来してほしいですね。

ところで、沖縄県の空手課は沖縄空手の各流派別の特別誌を発刊するようです。先月、それに掲載する長老インタビューを受けました。その原稿が送付されてきましたので転送いたします。ご笑覧ください。それでは、コロナ禍の年末年始、御身大事にお過ごしください。

◇令和2年12月23日

私；先生の近況そして各流派別の特別誌のインタビューの記事を送っていただき有難うございます。技の極致の探求に向けて研鑽されておられる姿が目に見えかぶようです。

「接触点の微圧が“ゼロ”になる身体感覚を求める」…。この深い技法の響きを聞いただけで、私がまだまだとても先生の足元に近づけるレベルにないことがよくわかります。しかしながら、目指す「柔の空手（サン

チン）」その方向性に間違いはない…と実感しているところです。

近い将来、先生と「空手の術理談義」をできる日が来ることを、楽しみに待ちたいと思います。

それで一つお尋ねします。それは、別メールで添付して頂いたインタビューの記事を、龍手新春号（季刊誌）の特集号で紹介することです。先生からの御承諾を頂ければ幸いです。よろしくお願い致します。

新里先生；例のインタビュー記事、参考になるのであれば、どうぞご利用ください。

「剛よく柔を断つ」の体使いよりも「柔よく剛を制す」、「小よく大を制す」の体使いのほうが武術的でないかと思えます。”日暮れて道なお遠し”の感は否めませんが身体の可能性を、来年も求めつづけていきたいと念じています。

それでは、来年もコロナ禍にめげないよう頑張りましょう。

たかが空手、されど空手



— 新里勝彦先生 —

Q：空手を始めた時期やきっかけ、当時の空手界の様子など教えてください。

新里：大学1年生のとき空手クラブに入ったのが始まりです。流派混合の空手クラブでした。稽古をつけて

いたのは先輩格の金城昭夫氏（現・太極武道館長）、島袋常隆氏（故人・松林流）、宮城篤正氏（小林流）の諸氏だったと記憶しています。当時、米国留学制度があり、その留学を目指していたのでお国自慢になるものとして空手を選んだ次第です。大学卒業後3年ほど教職につき、1964年に運よく米留学試験にパスしてインディアナ大学に配置されました。そのころ空手はアメリカでは珍しがられ、大学寮内で空手をやっていることが知られ請われるままに教えたり稽古したりしていました。一種のアルバイトです。

また、ときおり大学のインターナショナルハウスでは各国の留学生のお国自慢の披露宴がありました。そこで、空手の演武と組手を紹介したときすごい拍手喝采をうけました。誇らしかった。その時の組手の相手が共に留学していた高宮城繁氏（故人、上地流）でした。2年後帰国し、長嶺将真師範（松林流開祖）の本部道場に入門し仲村正義先生はじめ先輩諸氏に稽古つけてもらいました。後に本部道場をはなれましたが現在も松林流をやっています。

Q：師事した長嶺将真先生や長嶺先生の高弟であった仲村正義先生はどのような先生でしたか。

新里：長嶺先生は体の柔らかい人で、僕が入門した当時は60才ほどだったと思いますが動きが若々しく、特に、チントウとクーサンクーなどを柔体で演じていました。また、禅を取り入れ稽古の前後に門人と共に座禅をくんでおりました。若い頃は琉球舞踊もなさっていたようです。一方、副師範の仲村先生はごつい体でしたが動きが敏捷で静止している腰から繰り出されるアテファの凄さは驚異でした。当時、長嶺道場の三羽鳥と云われていた三氏（喜舎場朝啓、島正雄、田場兼靖）も一目

おいていたようです。その腰使いを解明するために腰部を「8字」を描くようなかたちの稽古を試みた人が喜舎場朝啓氏でした。その稽古法は他の二氏も共有していたと思います。その「8字形」の腰使いの稽古のお陰で後年初めて仲村先生の瞬発力のある腰使いの意味がわかるようになったと思います。動きのない腰は、実は、巻き込んだゼンマイのような動力のある腰だったのです。三羽鳥もこの段階に達していたのだと思います。三氏は後に組織をはなれ独自の会派をなしています。「松林流喜舎場塾」、「島派松林流」、「松源流」。

Q: その腰使いというのは、新里先生の指導にある「8の字形」というものでしょうか。

新里 そうですね。「メビウスの輪」ともいいます。類似のことをやっている指導者は少なくないと思います。瞬発力と威力のある技は腰から発力されるはずですが、それが自然で当然のようにできる人は腰使いには触れず手足の使い方しか教えてくれないものです。仲村先生もそうでした。そこで、僕の道場では、喜舎場先生に従い手技は手の動きではなく腰



Q: 武術には身体感覚や体使いがとても重要なんですね。

新里: そうです。沖縄の伝統空手は体錬においては優れていますが、技練技

法、即ち、身体的基本的な機能や合理的な操作法についてはもっと研究を要すると思います。一般に体錬は防御力をつけるために筋肉を締めこんでいく剛体づくりになっています。攻め技も破壊力の養成が強調されています。つまり、屈筋主導の鍛錬です。それも大事ですが、その逆の伸筋主導の身体操法の稽古もあるべきだと思います。つまり、脱力体の武術的効用にも関心を持ち実践稽古があつていいと思います。沖縄の伝統空手は一般に「剛の空手」とどまっていますが、「剛・柔の空手」や「柔の空手」の可能性も究明していくべきです。型の競技においても現在のように「剛の空手」だけを審査の対象にしているかぎり、スポーツ空手の形競技とどう違うのかよくわからない。沖縄の伝統空手はスポーツ空手とは異なると云われてもすぐには頷けない。

によって操作されていることを自覚させるために、腰（股関節）を緩めて8字を描くように左右上下に動かすことから始めています。次第に動きを小さくしていき8字の結び目の「点」になって腰が静止状態になります。その腰を基軸にして繰り出す手足の動きは攻防の技になっていることがわかります。このようにして練り上げた腰と普通の腰は、外観外形は同じに見えますが発力される技の威力が違います。身体感覚として自得しないかぎり分からないものです。つまり、手足の技はそれ自体の動きによるものではなく常に腰のうねりにつながっているという感覚です。したがって、それが体で出来るようになって初めて頭で分かるようになる。その逆ではないのです。この「8字」を描く軌道を腰の中に「点」とし自得すれば、たしかに「動きのない腰」となります。それがまさに「ナイハンチ腰」です。その身体的理解が深化した段階でわが道場の空手は「剛」から「剛柔」へ進化し現在は「柔」の段階にきています。感覚的には、「打つ」→「当てる」→「触れる」ような技法に変貌しています。

Q: 伝統空手とスポーツ空手の大きな違いもそこにあると？

新里: まず、スポーツは安全性が担保されたゲームなのでどの種目であれ、それぞれ守るべき一定のルールがあり、競技はそれにもとづいて行われています。とくに、柔道などは体重や体格差を考慮して体重別にフエアに行われています。スポーツ空手もしかり。攻防技は急所への攻撃が禁じ手になっているため、突きと蹴りに特化され派手な技になっています。武術から禁じ手を排すれば当然スポーツ的武道になるわけです。スポーツ空手の勝負はルール上の技の優劣を競うものだが、武術的な伝統空手においては急所への攻防法の修得を怠れば、勝敗は致命傷か死につながりかねない。したがって、伝統空手ではスポーツ的な「自由組手」ではなく「約束組手」や「型の表演」によって身体の武術的練度の検証をしてきたはずで、その伝統は矜持をもって誇るべきです。しかし、身体操作法と技法については更なる研究が必要だと思います。つまり、屈筋主導の剛体のみでなく伸筋主導の柔体の空手の研究です。例えば、「力を抜くと力がでる」という武の要諦は「剛の空手」では理解しがたいものです。「力を抜く」

と云う時の“力”は屈筋主導の物理的な力、即ち、剛の力を意味しているはずで

。「～力がでる」という場合の“力”は柔体（脱力体）でしか出せない伸筋主導の柔の力、即ち、武術的な力のことです。したがって、「力を抜くと力がでる」とは換言すれば「柔よく剛を制す」のことだと思えます。それが分かるようになったのは残念ながら70代に至ってからでした。そこで、思い出したのが長嶺先生の琉舞でした。意を決して高校時代の同期生で琉舞の師匠の道場で70の手習いを始めました。驚いたことに、動きは伸筋による骨格操作であり、「柔の空手」の身体操作原理に類似しているのです。つまり、琉舞の所作は柔和な印象だが実質は武術的な技の動きになっているということです。

とくに、古典の女踊りの腰使いと所作にそれを見ることが出来ます。傍目には四肢の動きは遅く鈍く見えますが、仮に、遅く見える手を強く掴んでも鈍い動きままで往なされます。その際、踊り手はほとんど筋力を発動していませんが、相手は強い筋力で往なされた印象で終始します。不可思議です。おそらく、体使いが伸筋主体で加速的でなく等速的な動きを保ち、相手に筋肉反応をさせない繊細な動きになっているからだと思えます。ある意味、脱力体による動きに酷似しています。

Q: 先生のそういった研究を含めて、今後の後継者育成



Q: 今、若い世代の人たちに伝えたいことは

新里: まず、スポーツ空手の体使いと武術的な体使いの違いを勉強して

ほしいですね。先に述べた「力を抜くと力がでる」とは具体的にどういうことなのか。頭で考えるかぎり明らかに矛盾していて反直観的です。しかし、不思議なことにわれわれの身体はこの言葉通り実践できます。スポーツでは筋肉筋力を最大限に使うのが常識です。しかし、武術ではその逆をゆくことがあります。例えば、突っ張っている人を動かす場合、それ相当の力を要します。しかし、「それ相当の力」でなく“触れるような力”で動かす技法が武術にはあります。その術理に従えば軽量級でも重量級と腕相撲して勝てます。これは身体感覚の問題です。屈筋主導の空手では筋力、即ち、物理的な力の駆使になってしましますが、伸筋主導の身体操作法の修練

のためにはどんな支援が必要かとお考えですか。

新里: 沖縄空手の各流派各道場には若い世代で武才のある有能な人材が少なくないと思います。その存在は道場の稽古においても流派組織の大会での活躍などで次第に目されてくるはずで

その人材が個人としても流派の一員としても稽古に打ち込める方策、システム、環境づくりが必要かと考えます。いずれ流派を代表して県外で活動する場合はその期間、公私ともに資金的支援できる制度がほしいですね。沖縄では1960年代から各流派や会派は海外へ派遣して伝統空手を広めています。県内外で沖縄伝統空手のブランド保つには各流派と支部道場に活気がでるような施策も考えるべきです。組織的な活動に資金的な支援をする具体策がほしいですね。伝統空手の世界は組織的運営も稽古法も地味でストイックなのでスポーツ空手のような華やかさに欠けます。しかし、護身の術を身に着け、その術を深めて、さらに心身の高まりを希求する者には、伝統空手の修練は適います。その価値をたかめ耳目を引くには、先に述べたように「剛の空手」の修練のみにとどまるのではなく、「柔の空手」の修練法も考えるべきです。伝統空手の可能性をひろげて護身的武術としての魅力を維持していくべきです。

をつめば、硬い空手も柔らかい空手も可能になります。それ故、伸筋主導の空手技法も研究されるべきです。その違いを知り、その修得法を若いうちに実践稽古をして剛の伝統空手に柔の要素を加えた武術空手の在り方を研究して欲しいです。目標を競技の勝負のみに置くのではなく、年輪を重ねても護身的嗜みとして生涯続けられる生活に溶け込んだ空手を求めてほしいです。

Q: 沖縄の伝統空手は、まさに生活と一体の文化ですね

新里: 空手は稽古をすればするほど奥深さの虜となりそれが生活化して年老いてもやめられなくなる。型の演武においても年輪相応の色合いと妙味がでる。まさに武芸です。心身が鍛え込まれた人間は品格がそなわり魅力があります。稽古の継続は健康寿命の保持につながります。伝統空手の修練は「かたつむりそろそろ登れ富士の山」の世界です。沖縄の伝統空手は人間涵養の生涯武道になり得ます。「たかが空手、されど空手」です。