会得した真理を実践する空手道

諦を悟る（てい）

※諦＝真理・まこと

第二回 守・破・離

どう人生に活かすか？

日本の武道は、修行の過程を「守」・「破」・「離」の三段階に分けて学んでいます。

（社）日本空手協会は、空手道を通して、「守」・「破」・「離」の考え方を伝え、独自の得意技を創造していくことを指導しております。

それは人生において「生きる力」を身につける方法だからです。

「守」というのは、”型にはめる“といって、手本を守り、その手本を完全にマスターする守りの段階です。

「破」というのは、型にはまってばかりいては使えない時があるので、基本に基づき、自分なりの創意工夫をして、自分としての確固たる技が身につく段階です。

最後の「離」は、自分本来の技、得意技を創りあげる時です。自分の体の特徴を活かし、他人が持っていない技、独特の自分の得意技を創りあげる事が「離」なのです。

空手道を通して何を学ぶのか。それはこの「守・破・離」の修行の過程を通して、独自の技、「得意技」を創造することにあります。

森俊博（もり・としひろ）プロフィール

昭和25年、宮城県亘理町出身。昭和48年東北学院大学（経済学部）卒業。第４回全空連全日本空手道選手権大会優勝（昭和50年）。第21回JKA全国大会（昭和53年）、第23回大会優勝（昭和55年）。第３回 IAKF世界空手道選手権優勝（昭和55年）。師範、総本部理事、国際理事、政策委員。

私の得意技は、足払いです。相手を倒した瞬間に突きで極める技は、右足でも、左足でも払うことができます。

この技を使うようになったのは、後輩に足払いをされて倒れ、完全に負けたと思った経験があったからです。

苛烈な練習の末、相手の立ち方を見た瞬間、内から払うか、外から払うか直感的に分かり、体が無心で動くようになりました。

次に、気で詰めていき、攻撃できる間合いになった瞬間、前足で相手の前足を外側から払い、前手で上段裏拳打ち・中段逆突きをして極める技も完成させました。

私が攻撃をした時、相手は技を出すことができないため、私は怪我せず、またこの技によって、全日本空手道選手権大会の個人戦組手で優勝をすることができました。

最後は、相手に攻撃しやすい状況を作り、相手を誘い、技を出させて、相手の前足を払い極める技を完成しました。私が先に「気」で詰めていき、「気」で相手の動きを殺し、自由自在に足を払ってから、すぐさま上段裏拳打ち・中段逆突きで極めるのです。

私は柔軟性に乏しく（特に足首）、このことがアキレス腱となっていましたが、その問題から逃げず、悩みぬき、それが自分自身と一体になった結果、マイナスをプラスへ転換させ、技を創造することができたのです。

得意技を作るにあたっては、飯田紀彦氏のアドバイスを受けました。気で詰めてからの足払い・上段裏拳打ち・逆突きの技は、二人で作り上げたといっても過言ではありません。

また、飯田氏より、「気」で持って相手に精神的な負担を与える「間合いの詰め」も学び取りました。

第21回JKA全国大会（昭和53年）の決勝で優勝を決めた足払い（この後に突きを極めた）。

ラクダが突然ライオンに変身

フリードリッヒ・ニーチェ（1844～1900）は、精神の三様の変化（ラクダ・ライオン・赤ん坊）について、次のように語っています。

ラクダは忍耐です。ラクダは重い荷物を背負って砂漠を歩く。だから、忍耐がラクダの精神ということになります。

勉強するとか、初めて仕事をするとか、初めて空手をやるということは、ラクダが重い荷物を背負って歩くことと同じわけです。

次にどうなるかというと、ラクダが突然ライオンになります。

ライオンというのは、批判精神です。耐えて頑張っていると段々なれてきて、余裕が出てきて、周囲を見回し、比較し、批判するようになる。それをニーチェは「ラクダが突然ライオンに変身した」と表現しました。しかし、批判するだけでは駄目なのです。

最後は自分でモノを創り出さなければならない。そこには、赤ん坊の純心・無邪気さが必要になります。いつも新鮮な目でモノを見る赤ん坊の精神がないとモノは創れません。

人生においては創造することが大事なのです。これからの世の中は特に大切です。

東洋も西洋も真理は同じ。「守・破・離」と「ニーチェの精神の三様」は同じことを言っていると私は考えます。

空手道を通して、この「守・破・離」の修行の過程を経験し、創造する考え方を身に付けることは、普遍の真理を身に付けることであり、人生を生き抜き、豊かな人生を創ることができます。

ゆえに、あらゆる職業において、空手道の修業で学んだ「守・破・離」を活かし、自己の人生を豊かにしてもらいたいと切に願っております。