

中心と循環と産霊（むすひ）  
神道と武道の係わり

荒谷 卓

1 神道の宇宙観－武道の前提として

日本神話は、宇宙の創造から始まる。宇宙創造活動のエネルギーの中心として成り現れたのが「天之御中主神(あめのみなかぬしのかみ)」と呼ぶ最初の神である。この神は、外から宇宙を創ったのではなく、宇宙そのものとして成ったのだ。そして、「天之御中主神(あめのみなかぬしのかみ)」の中心エネルギーを拡張していく、所謂ビッグバンのような働きが「高御産巢日神(たかみむすびのかみ)」であり、エネルギーを中心へと集中させる、所謂ブラックホールのような働きが「神御産巢日神(かみむすびのかみ)」だ。この三柱の神の出現により、宇宙の創造活動が始まった。

「古事記」では、このエネルギーの集中と拡張の循環・還元により、宇宙の創造、即ち万物万象の生成活動が連続的に為されてく様を、「次に成る神は・・・次に成る神は・・・」と記している。この「次々に生まれ成る神」の延長に、今の私達が存在している。最初の三柱の神によって始まった宇宙創造の活動は今も連続と続き、今現在、私達がそれを引き継いでいると考えるのだ。

私達が引き継いだ宇宙創造活動をしっかりと果たすことができれば、私達の子孫にそれを引き継ぐことが出来る。そのようにして引き継いでいけば、人類の社会も天壤無窮つまり天地と共に末永く続く、というのが、日本神話の宇宙観であり、人間観、社会観の根源だと考える。

宇宙創造の3貴神の御名に「産巢日＝産霊（むすび）」と言う呼び名を使っている。この「産巢日＝産霊（むすび）」がまさに、非物質のエネルギーの創造活動である。

例えば、人間が子供を産むという行為は、まさに産霊（むすび）そのものである。男女の心が「むす（産霊）ばれて」新しい生命が生まれる。生命エネルギーである霊（ひ）が身体（物質）をもって生まれると考えるので、霊を授かった男子を「霊子（ひこ）＝彦」、女子を「霊女（ひめ）＝姫」と呼ぶ。

年齢の数え方も、日本を含む東洋では、人を単なる物質ではなく宇宙創元のエネルギーを継承する霊エネルギーを併せ持った霊体として考えるので、お腹の中に霊を授かった時点から年齢を数える。したがって、出産の時点で一歳と

数える。

元気とは、生れた時に授かった力強い元々のエネルギーのことだ。

そして元気が持続している限り、人は成長し続けると考える。逆に言えば、元気がなくなることは、気=エネルギーが枯れていることを意味し、これにより人の成長は止まる。気力がなくなり、創造活動が停滞した状態は、気枯れ、すなわち「穢れ」につながるという考えだ。

このように、神道の考え方では、全体の創造活動に参画し、次から次へと何かを生み出すことを善しとし、逆に、創造活動をやめた無気力状態は穢（けが）れと考える。また、気力はあっても、それが他者の成長を妨げ全体の創造を妨害する行為は「罪・咎（とが）」とし、その精神状態を禍（まが）つくといって忌み嫌うのである。

人間は、宇宙に生まれ、宇宙に生き、宇宙に死ぬ。人の死は、肉体としての役割は終えるが、魂は生き続ける。したがって、神道葬祭では、亡くなった人はエネルギーに帰り「命（みこと）」になる。例えば、私が死ねば、「荒谷卓命（あはやたかしのみこと）」としてこの世に在り続ける。あの世や天国のような他の世界はなく、生きる人も霊も同じ一つの世界に共存していると考えるのが神道の考えだ。人間は死ねば物質としての生を終えるが、非物質エネルギーである魂は命として宇宙フィールドに永遠に在り続けると考えるのだ。

人間にとって、産霊（むすひ）は、宇宙本来の活動の一端を担い、新たな創造を為す正しい行為である。男女が結ばれて新たな創造の担い手となる子供を産むことは、家族だけではなく、社会全体、地球全体そして宇宙全体にとっても大変めでたいことなので、みんなで祝う。

もちろん子供を産み育てることだけが、人間の創造活動ではない。現代の社会では、子供を授かることができないいろいろな事情があるが、私達の創造活動はいたるところに存在する。例えば、自治活動、人の教育や支援、自然環境の健全化、食べ物の生産、社会奉仕活動への参加、人々の暮らしを助けるノウハウや物づくり等の社会活動の中で様々な創造活動に関わることができる。それぞれの生き様を通して、形のある物だけでなく、無形の技、さらには意志や希望というエネルギーを産み出す。そうして一生懸命生きて身体が寿命を迎えれば自らが命（エネルギー）に還るのだ。

たとえ平凡な人生であっても、人がそれぞれの所と立場において、このような産霊（むすひ）の活動を実践することこそが、人間として本分を尽くしたと

言えるのだ。

武道においても、産霊（むすひ）の考えが生きている。例えば、剣術において剣と剣を斬り合わせることを、「斬りむすび」と呼ぶ。

この発想は、斬り殺す、つまり相手を斬って殺傷するという考えとは正反対のものだと言える。「斬りむすぶ」とは、相手の矛や太刀をむすび止め、双方のすさまじいエネルギーを、殺傷と破壊ではなく創造に向かわせしめようという思いがこめられた技だ。

ここに相手との生死をかけた戦いの先にさえ、共生による創造を生み出していくべきだ、という思想がある。

自然現象にも、人々を癒し包み込むような穏やかさがあるかと思えば、人が抗し難いような荒々しい面もある。人と人の関係においても、親睦と紛争の繰り返しは避けがたい。

であれば、人間の行為の結果に過ぎない平和や戦争という現象の好き嫌いを論じるのではなく、やむなく武器を手に戦ったとしても、そのあとは共栄共存の道を探ろうとする態度こそが重要だ。それが武道の思想であろう。

武道が単なる戦闘の技術を教える格闘技と異なるのは、こうした思想が根本にあるからだと言える。相手を殺傷し破壊するだけの戦いであれば、社会全体が荒廃してしまう。

平和時における創造だけではなく、戦時における創造という性質を探求していくのが武道の本質であり、日本人が武道の中に「むすび」という言葉を使った所以であろう。

言葉を変えれば、平時においても戦時においても和する、すなわち敵さえ包容同化し一体となり、共生する道を目指すことを理想とするのだ。

その根源には、前述の通り宇宙は一体として生まれたのであるから、本来は全体がひとつになって、よりよい世界を創造するため活動を行うべきものである、という神道の考えがある。

## 2 人の中心とエネルギーの循環—武道の意義

これまで述べてきたように、神道の宇宙観による宇宙創元の原理は、エネルギーの中核が形成され、中心を基点にエネルギーの循環・還元が始まり継続されることである。

恒星系の構造も、原子構造も、中核を有するエネルギー系である。つまり、宇宙内のあらゆるものの基本構造（あるいは系）は類似構造にあるようだ。

そうだとすれば、人間も一つのエネルギー系で成り立っていると考えてもおかしくない。武道の身体観・精神観は、まさにこの中核から成るエネルギー系として考えられている。

武道において心身の中核とされるのは「臍下丹田（下丹田）」である。概略の位置は、身体を正面から見たときの中心線（正中線）上で、へそと恥骨結節の中間よりやや下、ほぼ股関節上縁の高さ。側面から見れば、脊髄の下部に位置する仙骨と恥骨結節をむすぶ線上で中間付近にあたり、上体の軸の下底にあたる。丹田の意味は「気」から成る「丹」を耕す「田」ということ。いわゆる「気」の創造場所だ。だから、気力が衰えない力を「たん力」という。

また、精神面では「臍下丹田（せいかたんでん）」を「肚（はら）」とよぶ。「肚を決める」とか、「肚を割って話す」という表現に使われる。

武道の稽古で「はらから力を出せ」とか「はらから間合いに踏み込め」と言うときは、身体の中核である臍下丹田と精神の中核である肚の両方を指している。身体と精神両方の中核を一体として考えるという点が、重要なところだ。

人間の体に臍下丹田という名の臓器があるわけではない。意識というエネルギーを集中して強力な力を創出する中核を臍下丹田と言っている。この意識エネルギーは心と表現した方がいいかもしれない。そうであれば、中核という言葉を中心と呼びなおした方がいいだろう。心が形成する意識エネルギーの集中点だ。

その「中心」をどうやって作るか。まずは、腹式呼吸により、息を吸って腹を張り内側から腹圧をかける。その内側から腹圧がかかった状態を維持したまま、息を吐くときに腹部を絞るようにして外からも腹圧をかける。内と外から腹圧がかかると下腹が強い緊張状態になり、力が湧き上がる。その体感を得たならば、それを繰り返すうちに丹田の動きが自覚できるようになる。そうなれば、丹田を張ったり絞めたりする動きが呼吸となり「丹田呼吸」ができるようになる。

瞑想や座禅も意識を集中する行だが、静止して動きはない。武術の難しいところは、心身の中心を形成したまま戦わなくてはいけない点にある。

では、心身の中心を形成したまま、その力を発揚させる仕組みとはいかなるものなのだろうか。

これを別々と考えると成り立たない。中心に集中した力をそのまま外に作用させるのである。これを陰陽一体とも言うが、りんごを縦に真っ二つに切ったときの断面の形状に例えられるトーラス状のエネルギーの流れを考えてもらうとわかりやすい。りんごの中心から出たエネルギーが下の窪みから出て（陽）、上の窪みを経て中心にもどる（陰）という形の循環エネルギー系だ。上から見るとブラックホールのようにエネルギーが無限に集中していく。下から見るとビックバーンのように無限に中心からエネルギーが湧き出てくる。中心でつくられたエネルギーの循環・還元である。循環・還元のエネルギー圏内に入った相手に対しては、それが力として作用するわけだ。

日本の武術で主に使うのは、還元する力、中心に向かう力である。

これは言葉だけで説明できるものではなく体感していくしかないのだが、比較的目で見えて分かりやすいものの例として剣術がある。例えば、鹿島の太刀では、剣を循環・還元させる。

これはまさしく、中心から発する「気」のトーラスエネルギーの循環・還元を剣で現すものだ。循環・還元は連続していて、始めも終わりもない。全ての動きが中心からの連続的なエネルギー循環となる。

逆に言うと、中心を形成するとは、エネルギーの循環・還元を維持することでもある。中心とエネルギーの循環は不可分なのだ。

エネルギーは、一か所に溜まって沈滞すると減衰してしまう性質を持つ。宇宙空間や、大気のような非物質はそのままエネルギーの循環空間であり、物質が存在するのは、物質内の素粒子レベルである種の循環がなされているからだと思う。水も循環できなくなると腐ってしまう。

つまり、エネルギーは、循環することによってしか減衰を防ぐことはできない。このため、常に体内でエネルギーを循環させ新たなエネルギーを生み出し、同時に自然との関わりや社会に参画し人々との交わり、外部のエネルギーを体内に取り入れ、常に循環・還元させるのである。

ここで重要な点は、自己の中心が崩れてはならないということである。中心は、エネルギーの創造源であり、循環・還元の源動力である。中心が崩れると、エネルギーは停滞し、散逸し、急激に減衰する。エネルギーを創造し続けるためには、自然、社会とエネルギーの交換をしながらも、自らの中心はしっかりと保持し続けるのだ。

このことは、武術で言えば、臍下丹田を強固に維持し、相手の攻撃を受けながらも、それを逆に自らの力として相手に作用させることになる。

また、武道に広げれば、自らの生きる目的を確立し、他の思想や価値観をも受け入れ、包容同化の力を高めるのである。いずれの発想も原点はここに見出すことができる。

これは、宇宙創成の原理、自然の統一的循環原理を、自らの心身に具現化する日本人の自然観・人間観に基づく発想だろう。このような伝統的な宇宙観・自然観や人間観が、武道の中にも引き継がれている。逆に武道的な心身の鍛錬を図ることで、宇宙や地球自然の原理を学ぶことができるのだろう。

少し、武道の鍛錬について触れてみよう。

技を磨く武術の稽古では、身体の安定感を高めるために、中心の力が常に下向きに作用することを意識する。「腰を低くしろ」、「重心を下げろ」と言うのはこのことだが、単に相手より腰の位置や重心が低いというだけでは十分ではない。身体の中心が地面の方に引っ張られているような状態でなくてはならない。足を突っ張らず、膝や足首を緩めて立つ、ということだ。

緊張などで心が上ずれば、自ずと中心は高くなり、身体の安定感も失われる。このための、技は効かず、相手に倒されてしまう。中心の安定感は、心の持ちようと密接に繋がっている。

いくら中心が強くても、体が力んで強張ると動きは固くなり脆くなる。力みとは、首、肩、肘、手首、膝、足首等、丹田以外に力点ができてしまい、中心エネルギーの循環が妨げられる状態だ。

だから、中心以外は柔らかくして、しなやかな強さを身につけるわけだ。足は突っ張らず、肩や腕、上半身にも余計な力を入れない。そうすることで、攻撃して来る相手の力を吸収できると同時に、身体の中心の力を統一して滞りなく使えるようになる。そういう心身状態ができていれば、中心である肚を少し動かすだけで、その力は末端に届き、相手を容易に崩すことができる。同じように、精神の中核がぐらつかず思考が柔軟であれば、恐怖や緊張等のストレス下でも適切な判断ができる精神面の強さにも繋がっていく。

武道の稽古で、精神面が重要なのは、精神鍛錬が中心力の性質を形作るからだ。邪念を中心に蓄えれば、当然そこから出てくるエネルギーは邪気となる。邪気とは、他者や社会や自然の成長を妨げ、断ち切るエネルギーだ。全体の成長を助け促進する正気のエネルギーを生み出し、世のため人のために作用させることこそが武道における中心鍛錬の目的とならなくてはならない。

### 3 時の中心—創造は、今何かを為すこと

神道には、「中今（なかいま）」という「時」の考えがある。宇宙の創元から未来へと無窮に続く「時」は、常に「今」に集約されるという考えだ。

「時」は、宇宙の成長を表す次元軸であり創造の軌跡だ。過去は「今」になり、未来は「今」から生まれる。

「今」は、それまでの宇宙の創造活動のすべてが集約された「時」である。そして「今」は未来の宇宙の創造のための何かを為している「時」でもある。

「今」、為しているそれぞれの活動が、全体として統合されたエネルギーになるには「時」が必要だ。

私達が今、見ている星の多くが既に消滅しているわけだが、その星が生きた証を私達は光として見ている。そしてその光のエネルギーは数億光年以上かけて今、私達に影響を及ぼしている。これは、過去のエネルギーが今現在に生きて存在することをしめしている。

異なる時代の複数の場所から生まれたエネルギーが、ある時、ある所で結びつき統合される。つまり、「時」は、遠く離れた個々のエネルギー活動を宇宙の歴史として統合する次元軸だ。

そう考えれば、過去の人々の意思はエネルギーとして今私達と共に存在し、今の私達の意志は、今すぐ成果として顕れなくとも、いつか未来に輝きを増すのかもしれない。「時」は、そのように、空間と時代を超えて個々の創造活動を結び、統一する役割を果たしているのだろう。

「今」を大事にするということは、過去の出来事に意義を持たせ、将来のよりよい基盤をつくることになる。

「今」を無駄にするということは、個人のみならず人類の、そして地球の自然の営みとこれまでの努力を無駄にし、子々孫々の未来を破壊することにつながる。「今」この時に、人間一人ひとりが「世のため人のため」と力を尽くすことが、私達が宇宙に生まれてきた重要な意義ではなかろうか。

私達は、物質としての肉体の共有は適わないが、精神・心・霊の共有は可能であり、人類と自然の成長発展に貢献しようという思いは、同じ時代時に生きる人々のみならず、時を違えて生きる人々の心までをも感化し、共鳴させ一体化できるのである。

武道を通じて、一人ひとりが鍛錬する精神の力を統合すれば、私達は人類の歴史に光をともしることができると信ずる。