

東京オリンピック開催まで、あと 517日

OSS!!

KARATE

空手道マガジン

Japan Karatedo Fan

JJK Fan

4

2019

Vol.195

www.jkfan.jp/jp



プレミアリーグパリ 2019世界空手は今 五輪レース始動!

大城利弘の
身体操作理論

食事で勝てる
身体を作ろう

【特集】
国士舘大学

試合を支配する
間合い理論

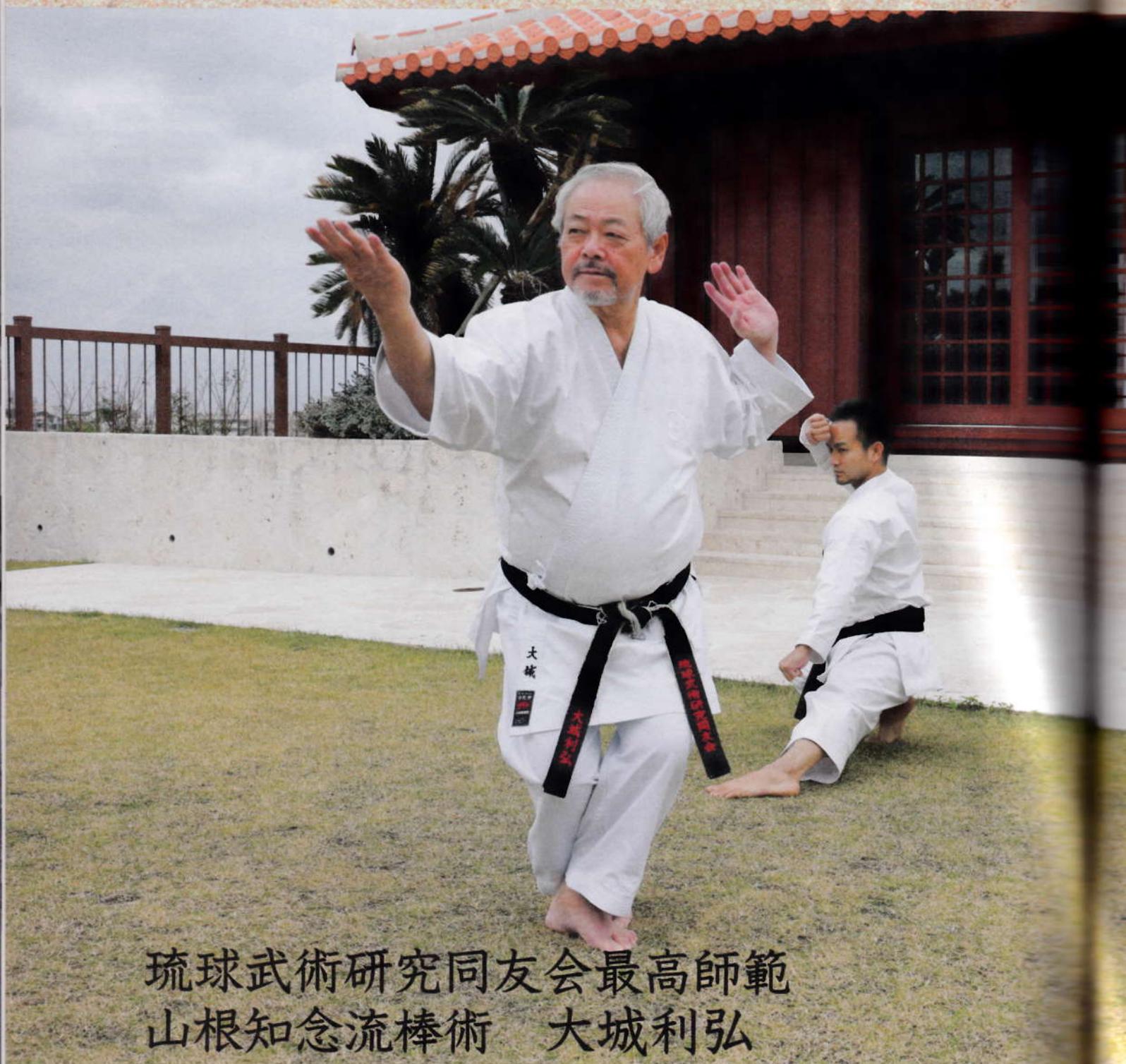
高松中央・崎山幸一

佐久本式 形王者育成法

実戦秘術の
伝承



大城利弘の 身体操作理論！



琉球武術研究同友会最高師範
山根知念流棒術 大城利弘

沖縄県那覇市生まれの大城氏は、16歳で松林流空手を学び、その後、山根知念流棒術を学んだ。28歳で渡米し、長くサンフランシスコで空手道の普及発展に尽力。その間、空手道に関する文献や昔の写真資料などを独自に研究し、帰国後の現在も空手道の技や形の理論を追求し続けている。今月号から2回連続の特別企画として大城氏に執筆頂き、氏独特の身体論と運用法を写真と動画を交じえて解説。古流の空手と棒術に精通した大城氏が武術としての空手道を解明する。

空手道の真髓

武術としての空手道とは？



温故知新の精神

文=大城利弘

写真・構成=寺島孝博 (Takahiro Terashima)

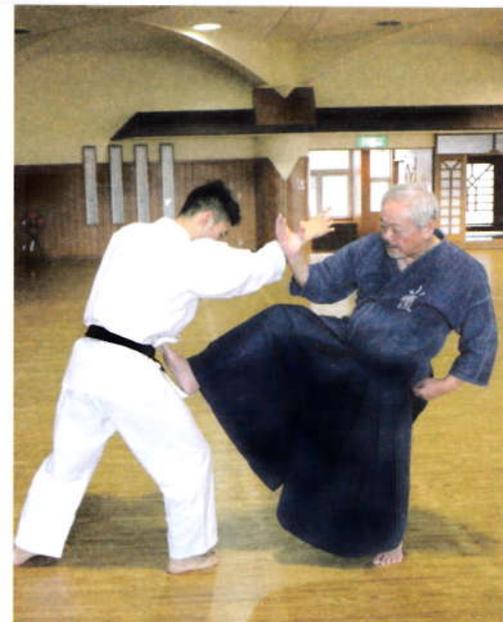
撮影：沖縄空手会館、沖縄県立武道館



Special Thanks

大城 利弘 (おおしろ・としひろ)

1949年5月1日生まれ。沖縄県出身。16歳の時に松林流に入門。宮城長順の最後の弟子の1人であり、幻と謳われた山根流棒術を極めた喜舎場朝義師に24歳で入門。28歳の時に渡米し、37歳でヨルダンに招かれ、空手と古武道を指導する。現在は那覇市に在住。島派松林流9段。琉球武術研究同友会最高師範。山根知念流棒術8段。



モデル協力

下地 英作 (写真左・琉球武術研究同友会)

平井 建史 (写真右・琉球武術研究同友会)

空手における 形の見方について

1 体育化された空手

まず本稿中において、筆者は空手道と書くべきところを空手と称しているが、これは単に筆者が沖縄で稽古していた頃の習慣を用いただけで他意はない。もっとも当時の仲間内では空手は単に**ティ(手)**であった。ティ、または空手を公の場で呼称する際はやはり空手道と称すべきと考える。ちなみにティとは、あの手、この手や、その手は食わぬの手であって、手に武器を持たない**カラ手**の事ではない。

さて、「武器のない平和な島沖縄」というのはある意味意図的に作られた言葉であり、一応独立国であった沖縄において国内の治安を守るための最低限の武器はあったと考えるのが常識的である。武術の主流は棒術(槍術)や剣術、弓術であったにしても、日本本土において先頭集団であった武士達が例外的な人達を除いて官僚化したように、沖縄においても、琉球士族であった**松村宗昆**、**松茂良興**作、**真壁朝頭**、**北谷屋良**、棒術の知念、隠れ武士と呼ばれた一部の人々を除いて官僚化しており、しかも普段の生活においては、帯刀の習慣がなかった琉球士族にとって武術は嗜み程度であったと考える。

では**ティとは何であったか**と言うと、**本土と同様に、武器を使えない場合の組合術の事**である。ただし沖縄においては、組合術と言っても突き技にその特色がある。空手の形が現在の様に体系化されたのは、松村宗昆前後の幕末前後ではないかと考えられる。形名が中国風なので形の原形が彼の地から伝来してきたのは事実であろう。しかし形は伝えられた地の文化、生活様式、風習等で変わるものである。沖縄では唐営と呼ばれ、那覇の一部に住んでいた支那からの帰化人を除いて、支配層であった首里士族の生活は日本本土と同様、畳、床の間、着物の生活

であった。

空手はその様な文化的背景を持った沖縄で生まれたもので、実際筆者は約40年、米国で空手を指導し、様々な中国武術に接する機会を得たが、首里手、泊手の様な中国拳法は見た事がない。

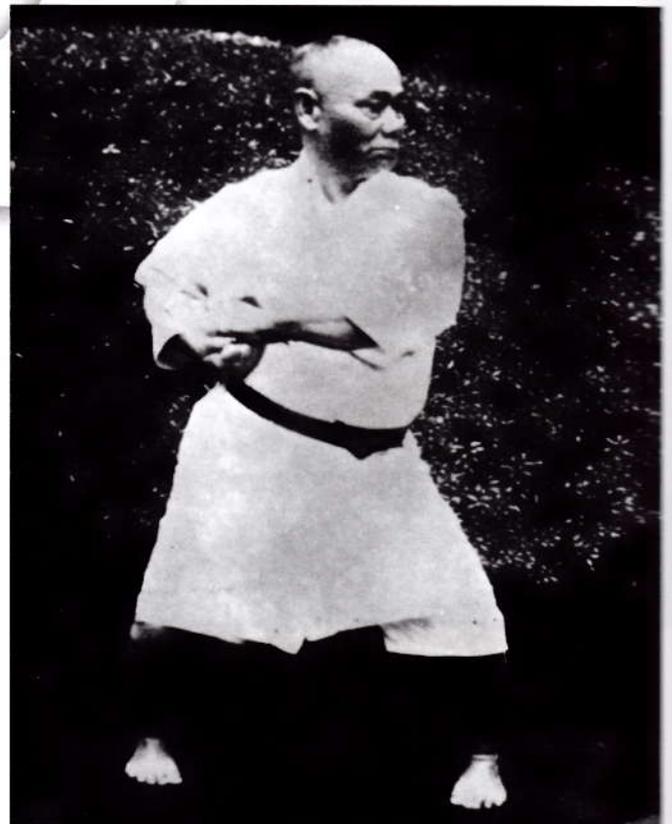
それでは沖縄で生まれた空手の形とはどのようなものであろうか？

空手の形の根本は武道、武術であるのは当然ではあるが、沖縄の首里手の師範・**糸洲安恒**が1901年から1910年にかけて、**学校教育に資するために空手に大改造を加え体育化したのは、衆知の事実**である。

彼の体育化された空手は沖縄空手界や後の日本空手界全体に大きな影響を与えたが、当時の糸洲門下からも、これは空手ではない！と糸洲門下を離れた人々もいたと伝えられており、また**本部朝基**のように糸洲が体育化する以前から彼の空手に批判的な空手家も居た訳で、現在でも基本形として平



糸洲安恒 (1831年~1915年3月11日)



本部朝基 (1870年5月5日~1944年4月15日)

安は行わず、ナイファンチやセーサンから始める首里手、泊手の会派が沖縄には存在する。

しかしながら彼等の空手も戦前の軍隊教育や、外国から取り入れた体育教育の普及、生活様式の変化等でかなり体育化されており、沖縄伝統空手と称していても、武道・武術的にはかなり問題があるのではないかと思われる。

2 武道・武術の形

空手の形を武道・武術の面から見た場合、重視しなければならない主な点は次の事だと考えられる。

- アティファ (当破) の有無
 - 正中線、演武線の確立
 - 浮身になっているか
 - 居着いていないか
 - 腰や身体が割れているか
 - 残心、放心を示しているか
- 等々である。

アティファ (当破) とは、空手の形が武道・武術として成立するために最も重視される技で、突き技、蹴り技、受け技 (もちろん流し受けもある) 打ち技、当て技、体当り等の破壊力の技法だと考える。組手競技ではそのような技は必要ではないが、空手の根

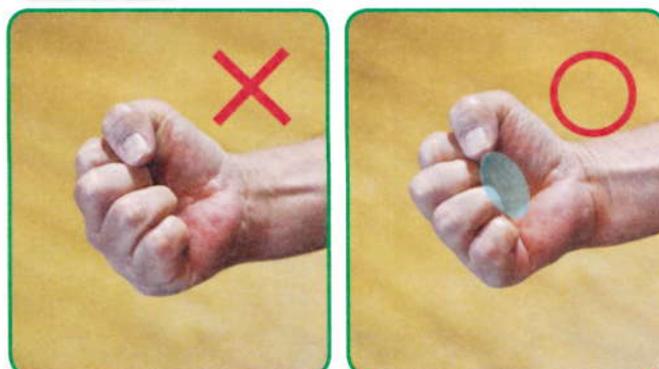
本たる形の優劣を判断するには絶対的な要素のひとつである。最近の形はチカラを入れてピタッと止める、または静止する事を極めと称し重要視しているが、チカラを入れて止めるとエネルギーは自分にハネ返って来るので極まったと感じるが、実際には相手にはあまり伝わっていない。

特に正拳での突きの場合、腰や丹田を中心とする体幹や、体の移動で生ずるチカラを一瞬で集中して、手首を使ってエネルギーを相手に放たなければならない。拳は止めるのではなく、チカラを放ったために自然に止まるのである。

これは手刀や正拳を用いての受け技も同様で、首里手、泊手では突いて来た腕を受けるのではなく打つのである。突き方は拳の造りが重要で、これを誤れば手首を使えず拳が死んでしまう。

突き方に関しては10年以上前にある空手雑誌に、おそらく本部朝基系の日本本土の先生だと思われる

拳の握り方

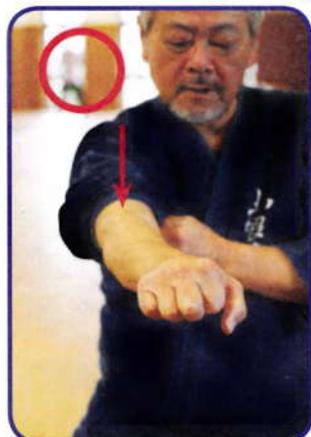


→指は握り込まないで、手のひらに窪みを作る。握り込んでしまうと、手首が効かなくなり、強い突きが打てない。

アティファ

体幹や、体の移動で生ずるチカラを一気に集中させ、手首を使って突きを放つ。

突きの当たる瞬間



突いた時には、しっかりと肘を下向きにする。また、脇や上腕三頭筋を締めることにより威力のある突きとなる。

が、明解な説明をしておられるのを讀んだ事があり、さすがだなと思ったのを覚えている。アティファのない空手の形は、例えば剣術で命を懸けた真剣での立合いに竹刀を用いて戦うようなものである。

▶ 動画のスローモーションで「アティファ」を確認してみよう！



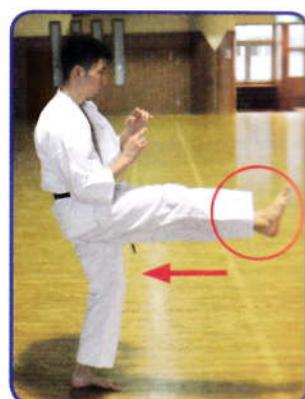
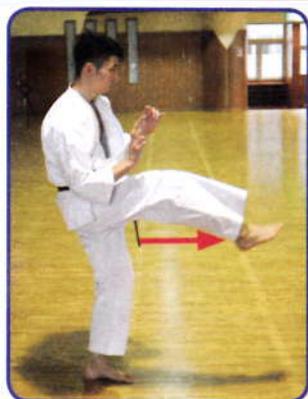
アティファのある突き



アティファではない突き

威力のある蹴り

▶ 前蹴りは、かい込んで当てる瞬間にかかとを引く。足を戻す時はかかとから引く。



3 真の演武線

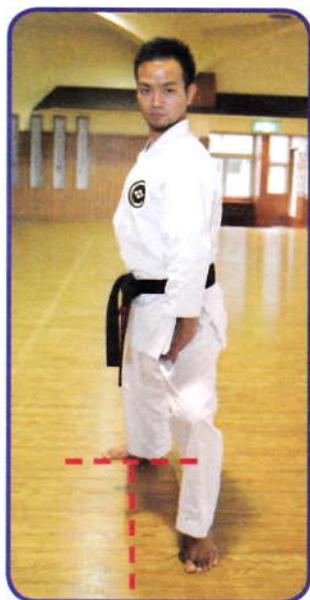
正中線と演武線の確立について

正中線は空手の形を研究、理解する上で最も目安となる基準の1つで、言うまでもないが**体の真中を通る1本の線**である。また**敵の攻撃が集中しやすい**ために**攻防の技の中心となる線**でもある。

形の体の移動・変化は、正中線を軸に体幹で行うべきところ、**現在の形は足を軸に主として母指球を支点として体を回転させながら変化しているため**、

相手の居ない所に受け攻撃をなし、相対的であるべき形が、敵はいつも自分の都合の良い所に居てくれるという何とも奇妙な事になっている。しかも体幹で動かず、体のスナップや足で床を蹴って移動しているため、動きが二挙動で足裏を見せ起こりがまる見えである。

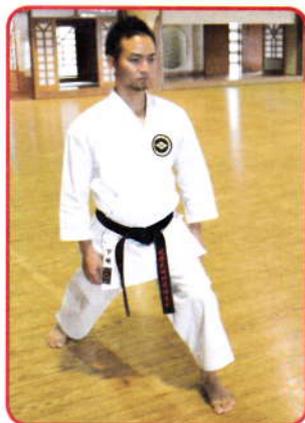
演武線は直線が基本で、**鐘木立ち**の入身の歩み足から、**四股立ち**、**猫足立ち**(浮足立ち)、**交叉立ち**(女立ち)等と立ち



鐘木立ち。正面に向いた前足と後足はほぼ直角となる。重心は両足の間に落とした状態。

浮身

▶ 床面を蹴ることなく前後左右に移動したり、180°以上の方向転換が楽に速くできるようになる。



体の中から自分を持ち上げ、浮く。

方を変え、前後左右に演武線を変化させながら技を展開する形と、横一直線、斜め一直線の形がある。形は技の理解度、練度を表現したもので、単なる身体能力を競うものではない。

よく形の解説で、四方八方に敵を想定し、などと解説しているが、あれは**浮身**を造り、腰を割り、体を上下左右、バラバラに使うための稽古で、四方八方に敵を想定するなど、荒唐無稽な事をやっている訳ではない。昔からの言い伝えで、四畳半の部屋で形が使えれば一人前と言われてきたのは**浮身**を指している。

他の武道関係者からよく指摘される空手の形の**居着き**であるが、おそらく技を極めた後の静止の状態の事を指していると思われる。

そもそも空手の形は正中線を中心に体の側面や体内の動きでバランスを微妙に崩し、直ちに動ける態勢を造るのが稽古の眼目で、様式として**技の緩急、力の強弱、静止を繰り返す**もので、居着きとは全く関係のないものである。

空手界では、よく質問するな！黙ってやれと言われるが、それは自分で稽古も研究もしないで質問するなという戒めの意味と、指導者が空手を理解して

いない場合がある。前者の場合はともかく、後者の場合は問題で、お弟子さんがいくら頑張って稽古しても何も解らない事になる。指導者が解っていると、黙っていてもお弟子さんはその所作、言動から学ぶ事ができる。

次号では、形競技でよく使われる1つであるチャタンヤラ・クーサンクーの技の説明を、分解を交えて紹介したい。

体幹で進む

→浮身のまま、動きながらも体を回さずに一直線に進む。全身の動作が演武線の上で行われ、相手に動作が読まれにくくなる。



一直線に進むと胴体と拳、腕が重なり、攻撃される範囲が決まる。

方向転換の時は軸足に支点を作らないで、回らずに変化する。

DVD VIDEO Blu-ray Disc

女子組手 史上初 4連覇!!

王者の歩みだ!

千歳

2019年
2月下旬
発売予定

天皇盃・皇后盃

第46回 全日本空手道選手権大会

2018年12月8・9日 / 東京武道館・日本武道館

収録内容
 ■男女組手個人戦 / 前半戦ハイライト・準々決勝戦・準決勝戦・決勝戦
 ■男女形個人戦 / 準決勝戦・決勝戦
 ■男女組手団体戦 / 決勝戦

商品番号 **DCMP-726 (DVD) / BR-726 (Blu-ray)**
 ●カラー120分(予定) ●6,000円(税込)

ただ今、先行予約価格 **5,000円** (税込) にて申込み受付中! 2019年2月28日まで

お問合せ・ご注文は、こちらまで

チャンプオンライン 検索

<https://www.champ-shop.com>

TEL 03-3315-3190 FAX 03-3312-8207

【受付時間】 9:30 ~ 18:30
 【定休日】 日曜日、祝日、年末年始

✉ champ@karatedo.co.jp

株式会社 チャンプ 営業部

〒166-0003 東京都杉並区高円寺南4-19-3 総和第三ビル2階