

# ライフ・ミステリー

ショートストーリー①

オレの名前は藤木貴史。

現在、中三で、学校では空手部の主将を務めている。

しかし毎週一回は、空手部の練習を副主将に任せ、小学生の頃から通っている道場の少年部（小学生までの空手のクラス）を指導している。というのも道場の責任者である湧水（ゆみず）師範が、オレの実力を見込んで少年部の練習プログラムの全体を任せてくれていたのだ。

ちなみに道場では、中学生まではスポーツ空手を、高校生以上になると中国武術や合気道系の実戦武術も習う事が出来た。当然、湧水師範が教えているのだが、オレも早く次の段階の武術を学びたく

て常にうずうずしていた。

湧水師範は（小柄な人なんだけど）武術の達人で、以前から色々な立場の人に武術を教えていた。オレは湧水師範に小学生の頃から武術を学んでいるんだけど、湧水師範が組手で誰かに後れを取ったのを見たことがなかった。つまりオレはそんな湧水師範みたいな達人になるのを目指して、日夜稽古に励んできたのだ。そしてそんなオレだから、湧水師範は少年部の指導を任せてくれたんだと思う。そしてこの事はオレとして、かなりうれしいことだった。

いつものように道場への坂道を駆け上がる。毎年この季節は沿道の散りかけの桜が美しい。道場は見晴らしの良い坂の途中にあつて、今のオレなら（制服のままでも）学校から走って二〇分を少し切るくらいだった。

「お願いします！」

いつものように言つてドアを開け、靴を脱ぎ、廊下を進み、龍と鳳凰のデザインされた暖簾をくぐる。

道場といつても、ごく普通の民家を改装した畳張りの広間である。いつものように小学生数人が駆けて来て、「お願いします！」と礼をする。

今日もバランス良く各学年の道場生が来ている感じである。

これは湧水師範の指導方針であり、道場運営の主義でもあるようだった。

「体格や能力のレベルが近い相手と稽古するよりも、自分より上手の人と、下手の人との稽古の方が本質的な能力は高まるんだよ……ほとんどの場合、レベルが近い相手との稽古では、小手先のテクニクで何とかしようと考えがちだからね……」

そう何度か師範の口から聞いたことがあったのだ。

道場を見回すが今日も湧水師範は不在のようだ。

オレは更衣室で着替えを済ませながら、『任せられている』という実感に気持ち引き締まる。というのも来月行われる少年部の試

合までの間、少年部の全ての練習内容がオレに任されていたのだ。『湧水師範の名を汚さないように』オレにはそればかりが気になった。というのも湧水師範は、

「藤木君が好きなようにやって良いよ。全ての責任は僕にあるからね。まあこれが、藤木君のレベルアップのために一番効率の良い方法だから、道場の責任者として当然の選択なんだよね」そうさらさらと言ってしまう人なのだ。

そんなことを思い出しながら道場に出ると、「整列！」少年部のリーダーが号令をかける。練習の始まりだ。

みんながバタバタと道場の正面（神棚が祀ってある方向）を向き

正座する。

当然、オレは一人、少年部のみんなに背を向けて前に座る。

その時、いつもと違うことに気が付いた。少年部の練習生の中に、一人見慣れない女の子が混じっているのだ。

「正面に礼！」続けて号令がかかり礼をする。

オレはみんなの方に向き直る。

当然、先程の見慣れない女の子に目がいった。

『！……何だこの女の子は……』

オレの動揺に関係なく、「師範に礼！」少年部のリーダーが号令を続ける。

「お願いします！」礼をする。そして「お互いに礼！」。「お願いし

ます！」

礼をしてから改めて先程の女の子を見た。

『!:::この存在感は一体:::』

おそらくは小学一年か二年生くらいのも、長い髪を後ろにまとめた、くるつとした瞳が印象的な女の子である。

しかしその空気というか佇まいが普通ではないのだ。

「今日は初めての稽古ですか？」

オレは女の子に聞きかけて、その白い帯の刺繍が目に入った。

そこには『湧水美鈴（ゆみずみれい）』とある。

「ということは湧水師範の娘さん？」思わず大人のような聞き方を  
してしまふ。



「はい。そうです。湧水師範から道場での稽古に参加するように言われて来ました」

「はあ……」湧水師範からは何も聞いていない。『しかしこの子の風格は……』一人だけその周囲の空間が歪んで見えるような気がするのだ。

『これは湧水家のオーラなのだろうか？』オレはあまりに強烈な違和感の正体が気になったが、『湧水師範の差し金ならば、これがおそらく最も効率の良い方法なのだろう』そう納得する事にする。

そして気になった事であり、稽古前に聞くべきなことを聞く。

「今まで武術の経験は？」

女の子は全く身体を動かさないで（おそらくは瞬きもしないで）

答える。

「はつきり分かりません。二歳の頃から毎日教わっていたようです」

「おおおおお：少年部のみんなが声を上げる。

「それって英才教育じゃん！」高学年の男子が得意そうに言い、ざわざわした空気になる。

「はい！静かに！」オレは大きな声で言ってみんなを見回す。

オレはこの場のみんなを任されているのだ。急な展開に怯んではいけない。

「では湧水さん。前に来てください」

女の子は「すうつ」と立ち上がり前に出て、みんなの方を向き静

かに正座する。

『やはりこの子のこの動き、普通じゃない……』

オレはその動きから、この子がどれ程の修練を積んできているかが想像できた。

「では最初に名前と学年を……」これは道場に新入生があつた時のいつもの対応だ。

「はい。湧水美鈴（ゆみずみれい）です。一年生です。よろしくお願ひします」

綺麗にすうつと礼をする。

みんなも「よろしくお願ひします！」パタパタと礼をした。

いつものように少年部の稽古が始まった。

『先程の動き……そして湧水師範の娘ならば、変な気遣いは不要だろう……』

そう考えて、構わず準備してきた練習プログラムを進めてゆく。当然、女の子は全く問題なく付いて来る。ただし、あまり余裕はなさそうだった。

練習は問題なく中盤の『組手稽古』まで進んだ。

これは実際の試合形式の練習方法である。当然オレは湧水師範の娘であるこの子が、どれくらいレベルにあるのか興味があったのだ。しかし、

「赤一本！それまで！」女の子のちよつと残念そうな表情。

師範の娘は、学年の差（体格の差）を克服するように頑張つて、みんなとそこそこ良い組手をするものの連戦連敗なのだ。

『おかしい：先程の動きは気のせいなのだろうか：』

気になったが分からない。しかしその後のみんなの状態を見て、違和感の正体が見えてきた。

師範の娘以外のみんなが、自信に目をキラキラさせているのだ。

『そういえばみんな、《必殺技》であの子に勝っている？』

オレは少年部のみんなに《必殺技》と題して、それぞれ体格や個性にあつたコンビネーションを教えて練習させてきていたのだ。これは単純なモチベーションアップと、単純な技の反復練習の退屈さ

を軽減するために、試行錯誤の末に編み出した方法だった。しかし……

「湧水さん。次は僕が相手です」

オレはどうしても違和感の正体と、この子の実力を知りたくて、コーチと審判役に徹するべき所を、例外的な方法に出た。

みんなもこの展開がどうなるのか、興味しんしんで練習の手を止める。

「お願いします」互いに礼をして構える。

『！……なんだこれは……』すぐに違和感に気付く。

楽に構えている師範の娘は隙だらけなのだ。というよりも、

『こちらの得意技を見切った上で誘っている？』

オレの半分ほどの身長ながら、オレの得意な、中段から上段に変化する回し蹴りが、一番決まり易い構えになっているのだ。

『そんな……』オレは混乱した。

『この子は一体、何のためにこの稽古に出てるんだ？』

しかし、考えるより試す方が早い。

『それなら、上段の順突きフェイントから、前蹴りにかぶせる突きのコンビネーション……』

『！』オレが考えるよりも早く、女の子はこちらに都合の良い隙を作り出し構える。

『つまり、全てお見通しという訳か……』

オレは更に少し混乱した。

中三のオレは、小学一年生の女の子相手に本気になり始めた。

全身に熱が回り、集中力が増し、力がみなぎり始める。

その時一瞬、師範の娘がゆらつと揺れたように見えた。

『えっ？』

パスッ！「えいっ！」女の子の気合い。

気が付くと師範の娘がオレの懐に飛び込んで、美しく中段突きを決めていた。

そして残身までを綺麗に決める。



「白、一本！」

オレは思わず構えを崩さないまま叫んでいた。

女の子はちよつとうれしそうに礼をする。

『今の動き……全く見えなかった。全く反応できなかつた……』

礼をしながらオレは、この子の技術レベルの高さに感動していた。しかし少年部のみんなは特に何のリアクションもない。

つまりこの子の実力に、全く気が付いていないのだ。

みんなにはおそらくは最後の一本も、オレがわざと隙を作って打たせたように映っているはずである。

『一体この子は……』

オレは、うれしい気持ちを隠すようにちよつとうつむく女の子を

見ながら、自分の中に発生した煮え切らない何かと、不思議な尊敬に似た感情を強く意識した。

その後の稽古も最後まで、『違和感バリバリの状態』で問題なく進み、外が暗くなり始め、低学年の子の父兄が迎えに来た頃には、みんな揃って正面に礼をしていた。

「藤木君、お疲れ様！今日の稽古はどうだった？」

オレがみんなを見送り終わったタイミングで、今日もジャージ姿の湧水師範がやってきた。軽く日焼けした姿は、現役のスポーツ選手のようにも見える。年齢は三〇代後半だと聞いているが、みんな

からはおそらくもつと若く見えているだろう。

「湧水師範。頼みますよ……あの美鈴さん。一体、僕に何を教えろって言うんですか？あんなとんでもないレベルの子を、少年部で練習させるのは間違ってますよ！」

オレは少しキレ気味に言った。

湧水師範はニヤリとして、一度、道場の隅にきちんと正座している美鈴さんを見た。

「やっぱりが付いたかあ……それは良かったなあ！何って、この少年部の稽古は、藤木君のレベルアップのための仕組みだって言うてるでしょ？実はね、今回の美鈴の少年部への参加は、藤木君のテ

ストも兼ねてたんだよ。分かるかい？」

「え？」意味が分からない。

湧水師範はおかしそうだ。

「おめでとう。藤木君、合格だよ。美鈴の動きを見て何か分かったんでしょ？」

「と言つても……明らかに相手にとって都合の良い隙を作つて、相手の実力を発揮させて気分良く勝たせる技術でしょ？どういふことなんですか？」

オレは首をひねりながら答えた。本当に意味が分からないのだ。

「だけど藤木君は美鈴から『一本』取られたんだよね？他のみんなは美鈴に勝たせてもらったのに、なぜ藤木君だけが『一本』取られ

たんだと思う？」

当然、オレが『一本』取られたことも知るはずのない師範の、何かを期待するような笑顔だ。

「正直言つて全く分かりません。ただ、僕が本気を出そうと思った瞬間には懐に入られていて、全く見えないというか、何か『危ない』とか全然感じませんでした。『気が付いたら近くに居た』みたい  
な：：そんな感じでした。あっ！そして、感動しました。『こんな子供がこんな技を持ってるとは：：』って」

オレは出来るだけ率直に話した。

湧水師範はやはりうれしそうである。

「それでどう思ったの？『こんな子供が』って感動した後は」

オレは少し悔しくもあつたが、湧水師範には正直に話すべきだと感じた。

「そりゃ、オレなんかまだまだだつて思いましたよ。そして、湧水師範の娘だし……つて。仕方ないつて思いました」

「そして？」師範はまだ先があるのが分かっているように覗き込む。「そして……何が違ふんだらう？つて考えました。同じ人間で、しかも小学一年生の女の子で……」正直な気持ちだった。

湧水師範は「うん、うん」と何度かうなづく。そして、

「その謎の答えを知りたくないかい？」ニヤリとする。

当然知りたいに決まつている。

「是非、答えを教えてください！なぜあんな動きが出来るんです

か？特別なトレーニングが必要なのも分かっています！是非、是非教えてください！」

オレはもはや、すぎるような気持ちになって来ている。仕方がないのだ。

「答えはね……湧水師範が少しだけ目を見開いて無駄に間を空ける。」

『そんなに引っ張らなくても良いのに……オヤジだな……』オレは内心ツツコんでいた。

そして湧水師範の顔が画面いっぱいになったイメージに。

「正解は、『自然動（しぜんどう）』っていう技術なんだよ。ちよっ

とは分かるかい？」

最後は真顔で聞いて来る。

「おそらく、師範が普段から、『身体の声聴いて！』とか、『もと自然に！』とか、『頭で考えないの！』とか言っている内容ですよね？ 僕の自主練習の中にも組み込んでますし、少年部の練習プログラムにも組み込んでますよ……しかし、あんな動きになるなんて、全く意味が分かりません！」 ちよつと語気が荒くなってしまった。湧水師範は、「なるほどね……」一度考えてから、「こちらに来なさい」美鈴さん呼んだ。そして畳の上に座り、オレにも座るように促す。

「確かに稽古の時に、身体の声聴くこと、自然を心がけること、



頭で考え過ぎないこと、この三点はよく注意するよね。しかしすでに分かっている通り、それだけでは不完全なんだよ。というのも人間って本来は、『身体の声聴いて、自然に、頭で考えないで動く』と、その人の普段の行いが返ってきたり、ダメージが少ないように逃げてしまったりするものなんだよ。まあ、武術の練習のプロセスでは、これらのアドバイスを端的に使用することで結果が出たりするもんだからね……ちよつと混乱するよね」首を少し傾けながら話した。

「あのお、意味が全く分からないんですけど？」突っかかるように聞いてしまう。

湧水師範はそんなオレの反応を楽しんでいるようだ。

「そうだね：先に種明かしをするとね、さっきの美鈴の動きは藤木君の能力が導いたものなんだよ。分かるかな？」

最後の部分では師範の『瞳の色』が変わる、『真剣モード』の発動が始まっていた。このモードの師範は本当に怖いのだ。緊張が走る。

オレは急に、言葉を慎重に選ばなければならない状態に置かれたのだ。

「湧水師範。正直に言わせてもらおうと、意味が分かりません。おそらくは、僕が本気を出そうとしたことと関係しているはずですが、それがあの技術を引き出す理由にはならないと思います」

オレは今までの甘えを捨てて慎重に言葉を選んだ。

「確かにその通りだね。関係しているが直接的な理由ではないということだよね」

湧水師範はそこで、隣に存在感なく正座していた美鈴さんを促した。

「藤木先輩がもつと強くなるように、私は調和して動いただけです……」

美鈴さんは無表情で少しぶっきらぼうに言った。師範が続ける。「つまり美鈴は、『藤木君が未来的にもつと強くなるために必要なきっかけになるショックを与えるように動いただけ』ということなんだよ。分かるかい？」

意味が分からない。しかしこの場面では「分かりません」は禁止

なのだ。

「分かりませんが、僕にショックを、つまり感動を与える事が美鈴さんの役割？だったんですか？そのためにあんなに速く動けたという事なんですか？」

美鈴さんがコクリと無表情にうなずいた。

「あっ！」気が付いた。「だからみんなは、美鈴さんから『必殺技』で一本を取ることが出来たということですか？つまり、『必殺技』で一本取れることで感動することが、みんなの未来にとって良い影響があるから……つまりそういうことなんですよね？」

どうやらオレは少し怖い顔をして、まくし立ててしまったらしく、美鈴さんが師範の後ろに隠れるようにモゾモゾと動いた。

『かつ、カワイイ：』オレはこの美鈴さんの仕草を見てドキリと  
してしまった。

相手は小学一年生である。

師範は「仕方ないな」と振り向きながら笑顔で言っつて、美鈴さん  
をかばうように少しだけ両腕を広げた。これはオレの動揺に向けて  
のアクションではないらしかつた。

「藤木君、その通りだよ。美鈴はみんなのレベルアップに貢献する  
ように、振る舞っていただけなんだ。ただし先程の、『身体の声  
を聴いて、自然に、考えない』ということ、ある前提の下でとても  
繊細に行動に移したただけなんだよ：：分かるかな？」

これは分からないことが前提の質問であつた。

オレが首を横に振るのを確認してから師範が続ける。

「美鈴はただ身体に、『どちらに動きたい？』って聴いて、その通りに動いただけなんだよ。そしてその結果が先程の、藤木君やみんなの『感動』みたいな状態になったということなんだ。これは『自然動』がみんなに有害な『セット』では、機能しないこととも関係してるんだけどね……ちなみに今回のこのイベントには、父親である僕の行いが影響してるんだよ。つまり僕が今までの人生で、たくさんさんの『感動』を創り出して提供してきたから、その『不理解感情』を美鈴は体験する事になっただけなんだ」

『セット？フリカイカンジョウって何よ？』オレは心の中でツッコんだ。師範が続ける。

『セツト』は分かり易く言うのと目標設定だね……そして、『不理解感情』は、『理解していない感情』ということだよ。この世界って、『目標設定と危機回避を前提に、理解出来ていない感情を理解するために出来事が起こる』っていう法則があるんだけど……ちよつと難しいかなあ。この法則って誰かに養われている状態だと中々見え難いからね。まあ、美鈴の場合は僕が意識的に『不理解感情の転移』<sup>30</sup>という技術を使つて、僕と同じ気持ちを美鈴に追体験してもらつた感じなんだよ。

そして当然これには、藤木君自身の不理解感情も影響するんだ。例えば美鈴の動きを『凄く速い！』って感じたら、藤木君も誰かから『凄く速い！』って驚かれているはずだし、『感動した！』とい

う気持ちになれたら、誰かが藤木君に対して、『感動した！』って思っているはずだからね」

最後の『凄く速い！』『感動した！』という部分は少し心当たりがあつたが、途中の『不理解感情の転移』などの意味は全く分からなかつた。しかし……

「つまり美鈴さんは、『師範の行い』を使つて、『僕を強くする』という目標設定』をして、その結果、『凄く速く動いて僕を感動させた』という理解で良いんですか？……その『自然動』を使つて……」

やっぱり分からない。師範が続ける。

「確かにその通りなんだけどね。『自然動』には、『不理解感情の理解』と『危機回避』と『セット』という要素があるんだよ。つまり



ね、『身体の声に従う』と…

『理解していない感情を理解するような出来事が起こる』

『危険を事前に回避するような出来事が起こる』

『目標設定した内容に近づくような出来事が起こる』

ということが言えるんだ。つまり、先の組手の稽古で藤木君が見た美鈴の動きは、

『父親の《感動を渡す気持ち》を理解するための行動』

『《藤木君が本気になる前》の危機回避からの先制攻撃』

『『藤木君の最高効率のレベルアップ』という目標設定』

という前提から発生したものだよ。分かるかな？」

オレはうなずきながら質問をまとめる。

「つまり、その『自然動』を使った場合の強さというのは、『不理智感情』と『危機回避』と『セット』で決まるということなんですね？つまり、日々のトレーニングにより身体を鍛えることよりも、『行い』や『目標設定』が大事だということなんですか？」

師範はニヤリとする。

「その話しの流れでOKだよ。まずは、日々のトレーニングは大事だよ。それがそのまま『危機回避』に影響を与えるからね。つま

り、身体を鍛えれば鍛えるほど、『危険だ!』と感じる存在や状況は少なくなるでしょ? そうすると自然動による、『危機回避』の影響をコントロールしやすくなるんだよ。人間って、『リスクとリターンについての葛藤』、つまり『危険を冒してでも、そこに向かいたいけど: :』という葛藤が多い生き物だからね: : 危険を減らすことが出来れば、夢に向かって努力出来やすくなるでしょ? だから身体を鍛えることは最優先なんだよ: :」

オレはうなずいた。そして師範の話しの続きを待つ。

「そしてね。法則を信じて日々の行いを正すことが出来れば、自分に都合の良いように世界との関係は変わってゆくよね: : したら試合でも勝てやすくなるんだよ: :」

「ということとは師範、『日々身体を鍛え』て、『行いを正し』て、『目標を〈みんなのレベルアップ〉とし』て、その上で『身体の声に従う』と、先程の美鈴さんのような動きが出来るんですか？」

師範は首をひねりながら答える。

「これがそういう訳でもないんだなあ。だって少年部のみんなが相手の時、美鈴は全く勝てなかったんでしょ？あれって美鈴が手抜き36をした訳ではないんだよ。美鈴が藤木君に対してあの動きを出来たのは、藤木君自身の日々の鍛練と、飽くなき向上心と好奇心、そして、一見相手が弱者であつても侮らない危機意識であつたり、謙虚な態度であつたり、そういう全てのことプラスに働いた結果なんだよ。例えば美鈴の稽古でのあの動きを見て、美鈴に不快感を

持つような人間には、美鈴自身の『危機回避』が働いて安全なレベルに能力を下げたまま、その能力を見せることにならないはずだからね……まあ、本当にピンチになったらこの限りではないんだけどね」

最後は楽しそうな師範。オレはうなずく。やっと先程からの師範の話の意味が正しく分かり始めていたのだ。

『しかしさつきから美鈴さんの動きを、《あの動き》って表現してるけど、やっぱり師範は見なくても、どういう展開だったか分かるんだろうな……』今までに何度となく経験した、師範の特殊な千里眼的な能力、予知能力について考えた。師範は、『知らないはずのことを知る力』や、『未来に発生することを知る力』を持っている

人なのだ。

「そうだね。例えば僕の未来を読む力や、遠隔で物事を知る力も『自然動』がベースになっている能力なんだよ。なんとなく関係性は分かるかい？」

オレの思考を読むように話して楽しそうな師範。よくあることだ。「分かりませんが：・昔の武術の達人が、超能力的な力が使えたという事と関係あるんですよね？」

師範はうなづく。

「そうだね。関係してるといっつか、そのものズバリ同じ能力だよね。」

『危険に備えて最悪を想定し対策を練ること』

『能力発動のために必要な行いを積むこと』

『みんなに対して有益な目標を持つこと』

そしてその上で、『身体の声を繊細に聴くこと』

…これらが出来れば誰でも、『千里眼的な特殊な能力』や、『人間関係をコントロールする力』や、『未来を自在に制御する力』が使えらると、僕は思ってるんだよね…」

説得力がある。オレは話しの続きを待ち切れない。

「そして、そのために必要な技術が『自然動』だということなんですかね？」

「その通り！」 師範が腕組みでうなづく。

美鈴さんは先程から師範の後ろに「ピタッ」と張り付いている感

じだ。

「師範！是非、その『自然動』を教えてください！」そこまで言うて疑問が湧いた。

「師範、質問良いですか？なぜ、そんなにも有益な『自然動』を、今まで僕らは教えてもらえてないんですか？」

「それはね……湧水師範が急に真剣モードになった。緊張が走る。」

40

『『自然動』は、子供のように日々の生活に主導権がない存在や、傲慢な人がやっても、そこから発動する能力を制御することが難しい仕組みなんだよ。つまりその能力が発動する事を環境や世界が許すような存在じゃないとダメなんだ。そしてそのためには、まず『理解感情の法則』を理解して、次に『繊細に身体の声を聴く技術』



をより専門的に学ばなければならぬんだよ」

「分かりました、師範！是非、オレに『自然動』と、『不理解感情の法則』を教えてください！」ほとんど反射的に深く頭を下げた。そこで頭を下げているオレに、師範の楽しそうな空気が伝わって来る。

「大丈夫だよ。今日の試験に藤木君は合格したからね。実は、『自然動』を教わるためには、美鈴の『自然動』の調和能力から、美鈴自身の本気の力を引き出せることが条件だったんだよ。それに今日の試験は美鈴にとっても重要なイベントだったんだ」

師範は僕の頭を上げさせ、美鈴さんに話すよう促す。

美鈴さんは少しだけ照れたようにモジモジして、はにかんだ笑顔

だ。

「わたし、今まで今日みたいにはやく動けたことがないんです。今日、藤木先輩と組手して『わたし、こんなにはやく動けるんだ……』って思いました。ありがとうございます」そう言つてペコリと頭を下げて、また師範の後ろに隠れた。

『かつ、カワイイ……って、オレってロリコン？』

オレは同じクラスの好きな子のことを思い出した。その子もオレのことを好きになってくれていたみたいで、「付き合いなよ」と友達からはやし立てられていたのだ。

しかし、しかし何か美鈴さんに対する気持ちは、全く種類が違ふのだ。

『：・オレはこの子を〈守ってあげたい〉って思っている？』出来るだけ冷静に自分の気持ちを分析した。そこで師範が先程より少しだけ声を落として言う。

「調和能力者に対して発生する気持ちはね、その人に向けられた誰かの気持ちでもあるんだなあ。つまり、藤木君の美鈴に対する気持ちは、誰かの藤木君に対する気持ちでもあるんだよ。具体的には家族や友達、藤木君のことを好きな女の子からの気持ちだったりもするんだなあ」最後は少し茶化すような笑顔である。

『調和能力者』という言葉の意味が分からなかったが、オレは少しづつが悪くなった。というか、クラスの好きな女の子のことまで見抜かれているような気がして、話しの流れを変えるためにも質問し

た。

「ところで質問なんですけど、なぜ僕はこのテストに合格できたんですか？美鈴さんの能力を引き出せることが、なぜ合格の条件になるんですか？」

これは先程から気になっていた内容だった。師範はうなずく。

「さつき少し話した内容だけど、藤木君の武術に取り組む姿勢や責任感、人柄が、『自然動を学ぶレベル』にあつたということなんだなあ。まあ、成人すると誰でも……例えば武術を全く学んでない人でも、『自然動』を学べるし、使いこなせるはずなんだけどね……強く家族の影響下にある状態や、自由のきかない立場で学ぶと、発動が難しかったり弊害が多いんだよ。つまり、中学生には普通教え

ない技術ということだね。あ、美鈴は例外だよ。かなり厳しく武術的な鍛錬をさせてるうえに、不理解感情の法則をみっちり教えてあ  
るからね：：まあ、美鈴が問題なく成長したら、その仕組みを小学  
生くらいから教えても良いかもしれないよね：：」

師範はオレの次の質問と、その次の質問にまで答えてくれていた。  
これには素直にうなづくしかない。師範が続ける。

「あとそうだね、この『自然動』という方法を、武術を学んでいな  
い人、身体を鍛えていない人が学ぶ場合、『最悪のことを考えて最  
善を尽くす姿勢』が大事になるんだよ。つまり『肯定的にネガティ  
ヴな思考法』を日常化して、『問題への対応を鍛える』という感じ  
かな。これが出来て『自然動』を意識出来るようになると、武術の

レベルが上がるといっただけではなくて、みんなにあまり不快感を発生させないで、自然に、自由に、思ったように生きられるようになるんだよ。そうだね……例えば僕みたいだね」

ニヤリとする師範。オレは黙ってうなずくしかない。というのもオレは今まで、師範のように楽な感じで、自由に生きている大人に会ったことがなかったのだ。つまり師範は、オレにとって『理想の大人』であり、『師範みたいな大人の男になりたい……』そう常々、思もわせてくれる存在でもあったのだ。

「師範。オレにも早く自然動を教えてください」教えてくださいと言っているのは分かっているが、気が焦るといっか……

「分かってるよ。藤木君の都合が良ければ、このまま道場に残って

いなさい。これから青年部の練習が始まるから、その中で『自然動』について教えるからね……そうそう、まずはお家に連絡を忘れてはいけないよ。お母さんが心配するといけないからね」

そう言ってニコリとした。師範はオレの過保護な母親のことを言っているのだ。

それから師範は思い出したかのように、背中にくつついていた美鈴さんにゆつくりと手を回し、そしてなんだか嬉しそうにオレの方を見た。

「美鈴、眠ってるよ……」少し声を落とす。

「えっ？」オレは師範の後ろを覗き込むように背を伸ばした。

そこには先程、中三のオレから実力で『一本取った』小学一年生の女の子の、安心しきったやすらかな寝顔があった。

『うわあ！ヤバイ！超カワイイ！』オレはまた動揺した。

やはり師範には伝わっているのだろう。

「誰かに『カワイイ！』って感じさせるのも技術だからね。それも『自然動』から学べる内容だよ。ちよつと面白いでしょ？」本当に  
おかしそうだ。

「はあ……」

オレは『可愛さも技術』と言い切る師範の真意は分からなかった  
が、

『この子を守ってあげたい。この子のために何かしてあげた



い：』素直にそう思えていた。

少し肌寒くなった道場には、美鈴さんの小さな寝息だけが聞こえている。

オレは師範と黙って目を合わせ、うなずき合っていた。 (了)

## (付録) 自然動とは何か? (Q&A)

Q 1 「自然動」とは何ですか?

A 1 「自然動」とは中国武術、気功の基本の一部分を、「身体の声を聞く」ということに特化して発展させたものです。

自然動では、その動きや発生する感覚から、人間が本来持つ「野性の自己防衛本能」と、「野性の直感力」を、覚醒させることを目指しています。

本来、人間の精神と肉体は不可分なものです。しかし、肉体(感情・野性)よりも、精神(理性)が優先され重んじられる社会では、そのバランスが失われてしまっています。

多くの人の精神は、肉体を軽んじ下位の存在にしています。これは、精神の受けたネガティブなエネルギーが、下位の存在である肉体に流されることで処理され、過労に陥ったり、病気になったり、

事故に遭つたり、老化が促進していく現実につながります。

「自然動」は身体の声を大事にすることから、身体の尊厳を回復し、野性を取り戻す「祈り」に似た行為です。その祈りは、本来あるべき、「精神と肉体と環境の健全な関係」へと導きます。

**Q 2** なぜ今「自然動」なのですか？

**A 2** 自然動は、「人間の持つ野性の防衛本能の覚醒」を促します。現代というストレスフルな社会において、「野性の防衛本能の覚醒」<sup>51</sup>はストレスの蓄積による疾病や、各種問題の効率的な回避を促します。

また、自然動の持つ「野性の直感力」は、仕事、人間関係、健康などの状態を、理想に近い状態に導いたり、目標の達成を効率化する作用があります。

**Q 3** 具体的に「自然動」とはどのようなものですか？

**A 3** 基本的には、身体を使ったもので、どんな姿勢からでも可能ですが、最初に「重心と関節のニュートラルポジション」の理解が重要です。

そして、そのポジションから「身体はどちらに動きたいと感じているか？」という問いかけと、その方向に、実際に身体を運用していくことで、それは可能になっていきます。

**Q 4** 重心と関節のニュートラルポジションとは何ですか？

**A 4** 「身体が脱力した状態で、同じ姿勢を楽に維持できるポジション」です。更に環境まで発展させると「身体と現在の状態と環境が調和しているポジション」とも言えます。

※基本的にニュートラルポジションは、環境の影響下にありますが、「その環境内で最も可能性の大きい、自由度の高い動きに転じられ

るポジション」であるとも言えます。そして、その可能性が他者の心を動かすことがあります。それが「存在感」であり、「美」そのものであるとも言えます。

**Q 5** そんなに有益な「自然動」が、現在まであまり知られていない、紹介されていなかったのはなぜですか？

**A 5** 私たちが「自然動」と表現している身体的な感覚、動きの内容の、一部（あるいは全て）は、すでにいろいろな武術、気功、舞踊、ヨガ、瞑想法、スポーツ、ダンス、体操、整体などのボディワーク、伝統的な宗教の修行法などに含まれているものです。

しかし、私たちの取り組む「自然動」が、多くの方法論と異なる部分があります。それは、「身体感覚」と「直感の解釈」と「カルマの解釈論」との連動です。つまり、自然動が今まで、知られなかった、広まらなかった理由は、「自然動の直感に従うことにより、

発生する内容に対する理解が進んでいかなかったから」だと考えられるのです。（仏道修行としての「禅」「中国少林寺武術」と近い認識でもあります）

具体的に自然動（の直感）に従うことにより、どんな効果を期待できるのかと言うと・・・

- ① 危険、不快な内容を回避する（危機回避）
- ② 不理解感情の理解を促進する（カルマ解除）
- ③ 設定された目標の達成に向かう（セット）

などがあります。このうち特に「2、不理解感情の理解の促進する」に対する、一般的な理解が進んでいなかったことが、現在まで「自然動」が、多くの方に知られていなかったことの原因になると思います。この内容に対する理解が浅い場合、「直感に従っている

のに、悪いことばかり起こる……」という実感が発生することがあります。その結果「直感に従う結果は、Aさんには効率良いが、Bさんには効率の悪いもの」と認識されることになります。

これは「直感に従えば絶対うまくいく！」と断言する「成功者」と言われる人たちが、少数派であることと同じ理由でもあります。

**Q 6** 「自然動」の特性である「不理解感情の理解の促進」を、有効に活用するためには、どうすればいいのですか？

**A 6** 日常的に「不理解感情の理解」を意識する事と、悪いカルマ（不理解感情）を積まないように努力することです。そして、自然動に従うことによって発生した、特に不快な感情を、「この気持ちは誰のどんな時の気持ちだろう？」と考えていくことです。

**Q 7** 設定された目標の達成に向かう（セット）とは具体的にどう

いったものなのですか？

**A 7** 何か決定したり、イメージしてから自然動に取り組むと、その感覚や動きの中で、目標の達成に向かうヒントが、「直感」として、あるいは「従うこと」によって、勝手にそうなる感覚」として現れてきます。

具体的な方法は「(目標) のための自然動を始めます」と宣言してから、「その内容に向かうプロセス等を考えない」で、「純粹に身体の動きたい方向に身体を運用すること」です。

※セットには、いろいろな応用方法がありますが、これらは体験しないと分かり難い内容でもあります。

**Q 8** 「自然動」の効果の根拠は何ですか？

**A 8** 残念ながら、根拠はありません。そして、それは自然動の本質でもある「何よりも個人の感覚を最優先する」「すべての判断基



準、根拠は、他者や常識ではなく、自分自身の感覚からの自己責任」と同義であるのです。そして、それぞれのカルマの内容が違ふ以上、その効果に絶対的な基準を持ち込むのが、不可能な内容でもあるのです。(Q5参考)

Q9 自然動に取り組む上での「問題とその対策」を教えてください。

A9 問題と対策は以下ようになります。

①自然動により野性が促進されすぎて、現実生活が営み難くなる  
↓対策「自然動と同時に学ぶ『収功動作』『素振り』を確実に行う」  
「収功動作」と「素振り」には、理性による身体感覚の促進による、野性のコントロール作用があります。特に「素振り」は目標達成の効率を高めます。

②不理解感情理解の促進によりネガティブなイベントが発生する

↓対策 「不理解感情論を理解して行いを改める」

「不理解感情論」を理解すると、イベント発生時の対応が素早く、効率的になり、発生ストレスが低く抑えられるようになります。行いを改めることによって、ネガティブなイベントが発生し難くなります。

**Q10** 「自然動」と「素振り」は、それぞれどれくらいのペースで、何分くらい取り組むことがお勧めですか？

**A10** 当然、習得以降は個人の感覚によるのですが、最初のうちは、

自然動 一〇分　素振り 五分

を目安にすると思います。そこから、

野性を上げたい場合は「自然動」を多めに

物事に対する集中力を上げたい場合は「素振り」を多めに

することを勧めします。

「しなければならぬ……」という感覚が強い場合は、時間を決めて、短い時間（1分くらい……）から始めても良いかもしれません。そして、可能であるならば、たとえ短時間であっても、「毎日取り組む」ことによつて、気づきが効率化、加速、促進されてゆきます。

**Q 1 1** 「自然動ができてゐる」という基準はありますか？

**A 1 1** ありません。それはどこまでも相対的な価値基準になります。つまり、日常的に直感を使つて生きることが出来てゐる人は、その姿勢をとらなくても「自然動的」ですし、自然動の姿勢をとつても、ルールが多く、非効率的なこだわりが捨てられない人は、「自然動的ではない」ということになります。そして、同じ人の中にも「自然動的にできる部分」と「自然動的にできない部分」があります。そして、そのレベルは様々なのです。

Q 1 2 自然動の具体的な使用方法にはどんなものがありますか？

A 1 2 実に様々です：（長期の内容では「自然動を多用して生活すること」が重要です）

- 選択、決定↓する／しない、会う／会わない、行く／行かない
- 効率化↓どうすれば効率が良くなるか？
- 危機回避↓どうすれば安全にたどり着けるか？
- 正否判定、良否判定（違和感チェック）↓違和感がないのはどちらか？
- 目標達成↓どうすれば目標達成できるか？
- 優先順位の決定↓何が一番大事か？
- 初動時、始動時の最初のアクション↓とりあえず「今」何をすべきか？

○ 買い物↓何を買うべきか？どこで買えるか？

○ 食事↓何を食べるべきか？何を食べてはいけないか？

○ 対話↓何を話すべきか？何を聞くべきか？

**Q 13** 「自然動」に従うことによつて、「苦しい下積み修行」が  
できなくなつて、頑張りが効かなくなる不安がありますが、どう考  
えればいいでしょうか？

**A 13** 「セットの明確でない自然動」に従うことによつて、強い  
不安や葛藤が出てくる場合があります。その場合、その不安や葛藤  
が「カルマの正体」であり「理解すべき感情」である可能性があります。  
ます。

つまり、もしもあなたに、「頑張れない不安」を理解する必要が  
あつた場合、頑張つても、頑張つても、問題は無くなりませんし、  
欲しいものを得ることが出来ないということが起こります。本質的

な状態の改善には近づかない仕組みの中にいるのです。その場合「頑張れない不安を体験させたくて、出来事が起こっている」と考えることにより「肯定的に頑張るのを辞める」ことが出来るならば、「問題」が自然に解決したり、「本当に欲しいもの」が手に入ったりすることがあります。「自然動」が「頑張ること」を拒絶する場合、その状態に導こうとしている可能性があることを考慮すべきでしょう。

そして、自然動に従う以前に「ネガティブな感情」が発生した内容については、「誰の感情だろうか？」と考えて、その感情について理解を深める必要があります。カルマ論の基礎的な内容です。

※通常は「自然動のセット」を「楽しく修行してスキルアップを重ねる」として、自然動に従うと、その修行が楽しい流れに変わってゆきます。

Q 14 「自然動」に従って行動したところ、とても不快な出来事に遭遇しました。どのように考えればいいのでしょうか？

A 14 いくつかの可能性が考えられます。

① 理解するべき、不理解感情（カルマ）があつた可能性。

② 本来ならば、もつと不快な出来事が、すでに軽減された状態になっている可能性。

③ セットの内容によって、その不快な体験、感情が必要で発生している可能性。

これら、全ての可能性を考慮して、その不快な出来事の内容を、客観的に見直すことが大事だと思います。