

## 最強への闘い

### －勝利のためのファイトスタイル追求－

森安洋晶

北九州大学文学部人間関係学科

#### 目次

はじめに

#### 第1章 ファイトスタイルとスキル

1-1. スキルの総体とファイトスタイル

1-2. ファイトスタイルの応用

#### 第2章 闘争で用いられるスキル

2-1. 心理的なかけひきのスキル

2-2. 身体の使い方としてのスキル

2-3. 攻防のスキル

#### 第3章 個人にあわせたファイトスタイル

3-1. スキルの量と質

3-2. 個人の特徴との相性

#### 4章 実践と考察

4-1. ファイトスタイル作成

4-2. ファイトスタイルの実践

4-3. 実践結果の考察

4-4. 全体を通しての考察

#### 第5章 結論

5-1. 「最強」のファイトスタイルの形

5-2. 結論の後に・武道家の生き様

謝辞・追記

引用・参考文献

参考資料

#### はじめに

本論文では、闘争における「最強」のファイトスタイルを追求している。闘争と呼ばれるものは数多くあるが、本論文で扱う闘争は、二人の人物による、武器を用いない無手での闘争である。ここでいう武器とは、「攻防に利用する身体、たまたま身につけていた衣服、壁や机、木などの周囲の地形」以外のものである。また、「ファイトスタイル」とは、技や体力、知識など、闘争者が闘争において用いるすべてのスキルを、「闘いに勝

つ」という目的の下で抜き出し組み合わせ構成した、「闘い方」のことを指す。

闘争は、一見単純な暴力や殺し合いのように見えて、その中には数多くの作戦や思考、理論、技術のやりとりが含まれている。そのように闘争を成り立たせているものが、ファイトスタイルやスキルである。それらは二者の関係や状況によって複雑に変化するため、「最強」の闘争者になることは非常に困難なことである。

「最強」のファイトスタイルに必要な条件を探るために、

闘争で用いられるスキルや、個人の特徴とファイトスタイルの相性などについて調べた。そして、「最強」を求める闘争者が、どのようにして「最強」のファイトスタイルを作ってゆくか、それを経て作られるファイトスタイルはどのようなものになると予想されるかを明らかにした。

## 第1章 ファイトスタイルとスキル

### 1-1. スキルの総体とファイトスタイル

闘争において闘争者は、自らの持つ闘争スキルの全ての中から、場に応じたものを選択して用いる。ここでいうスキルとは、突き(パンチ)や蹴り(キック)など技そのものから、体力や身体の使い方、闘いのための戦術・戦略といった知識まで含めた、広い意味での技術としてのスキルである。それらのスキルは、喧嘩などの中で自ら編み出したものであったり、他人の闘争を観察して得たものであったり、スポーツや格闘技の修練を通して得たものであったりする。

なお、本論文では、ダメージの与え方や攻防の防ぎ方など、攻防に直接用いる身体動作を「技」、技の使用法である戦術・戦略や、技を効果的に用いるための身体の使い方などを「技術」と呼び、それら全てをひっくるめて「スキル」と呼んでいる。

個人の持つ闘争スキルの総体について、ブラジル人の柔術家ヒクソン・グレイシーをモデルに図1で示した。ヒクソンは、ブラジリアン柔術の一派、グレイシー柔術の師範であり、パーリ・トゥード(ポルトガル語で「何でもあり」という意味。ルールの制限が極端に少ない試合形式のことをこう呼ぶ)で他流試合を数多くこなしている。日本でも、プロレスラーの高田延彦や船木誠勝と闘い、勝利している。なお、ブラジリアン柔術とは、日本の柔道がブラジルに伝わって独自の発展を遂げた流派である。

資料の図1がヒクソンの闘争スキルの総体である。その中でも、柔術で使われるスキルのゾーン(①)や、パーリ・トゥードで使われるスキルのゾーン(②)、喧嘩で使

われるスキルのゾーン(③)を代表して取り上げ、図中に示している。ヒクソンの闘争スキルは柔術スキルを主体としており、ほかにパーリ・トゥードや喧嘩などのスキルによって成り立っていることがわかる。なお、図中において、たとえば「柔術とパーリ・トゥードの共通スキル(①+②)」と呼び、柔術もしくはパーリ・トゥードのゾーンにしか当てはまらず、ほかのゾーンと重なっていない部分のスキルを「柔術(もしくはパーリ・トゥード)の固有スキル」と呼ぶこととする。

ヒクソンがパーリ・トゥードの試合を行なうならば、パーリ・トゥードゾーンの全ての中から有効なものを選択して闘うことになる。パーリ・トゥードゾーンのスキルは、パーリ・トゥード固有スキルのほかに、柔術とパーリ・トゥードの共通スキル(①+②)や、喧嘩とパーリ・トゥードの共通スキル(②+③)で構成されている。つまり、柔術の修練からパーリ・トゥードのスキルを得たり、喧嘩の経験からパーリ・トゥードのスキルを得たりすることもある。

たとえば、ヒクソンの「突き」というスキルについて取り上げるとヒクソンは突きをパーリ・トゥードと喧嘩の両方で活用することができ2つのゾーンの共通スキルということができる。ところが柔術の試合においては通常、ルールによって打撃技が認められておらず、柔術ゾーンでは使うことができないスキルとなる。

個人の持つスキルの総体と、実際に使われるスキルの関係について、もっと細かい例を挙げる。図2は、架空の空手家をモデルにした、スキルの総体である。その中では、空手(①)とボクシング(②)、2つのゾーンを示している。

流派によって違いはあるが、空手の代表的な突きは、肘を脇の後ろまで引き、そこから脇が引かないようにまっすぐ拳を突き出す。空手の突きというスキルをさらに細かく分析すると、「拳を突き出す」「相手を狙う」「脇を締める」「強い突きが打てるよう下半身を安定させる」「脇の後ろまで肘を引く」「拳の固い部分を当てる」など、様々な細かいスキルが含まれている。

モデルの空手家が空手の闘争を行なう際は、空手の

突きをそのまま使うことができる。しかしボクシングのルールでは闘争を行なう際は、「グローブを装着する」「突き以外の技が認められない(=お互い突きを警戒して闘うことになる)」などの事情から、空手の突きをそのまま使うことができない。グローブを装着するため「拳の固い部分を当てる」スキルは使えないし、互いに突きを警戒しているため「脇の後ろまで肘を引く」動作を行なうと、動作が大きくなり相手に読まれやすくなり当たらなくなってしまう。これらは、ほぼ「空手の固有スキル」といえる。そこで、空手の突きのスキルの中でも「拳を突き出す」「相手を狙う」「脇を締める」など「空手とボクシングの共通スキル(①+②)」を用いて、よりボクシングに応じた突きを行なうことができる。

全くボクシングの経験のない空手家が、ボクシングの闘争において、ボクシングの突きを撃ってボクサーに対抗しようとしても、技術差から不利になってしまう。しかし、元から持っている空手の突きのスキルを応用して闘えば、ボクシングの突きをまねするよりも有利に闘うことができる。

このように、闘争で勝利するためには、自分の持つスキルをどのように使うか、またどのスキルを利用するかが重要になってくる。

ヒクソンがバーリ・トゥードで闘っている試合を分析すると、「柔術とバーリ・トゥードの共通スキル」の中から、柔術よりのスキルを使える状況を作り出すことを重視しているのがわかる。これは、ヒクソンが柔術の達人であり、柔術のスキルを得意とするためである。

グレイシー柔術のスキルは、お互いが組み合い地面に倒れた状態での寝技のスキルを主体として、立った状態で相手からの打撃を受けないことを重視している。そのためヒクソンはバーリ・トゥードにおいて、立って殴り合う状態を極力作らず、寝技へ持ち込むためのパターンを作り出しており、実際の闘いにおいてもそれに従って闘っている。

実際の試合においてヒクソンは、相手の打撃が届かないような間合いをとり、時たま相手の膝関節への蹴り

や、顔面への軽い突きを撃って牽制し、その間合いを維持している。そして、相手に隙ができたところを狙って一気に接近して組み付いて倒し、寝技に持つ紺で関節技や絞め技で勝っている。ここで使われているスキルには、突きや蹴り、関節技や絞め技といったもののほかに、間合いを見きる技術や相手の隙を見つける技術、素早く動くための足さばき、体力や筋力など、様々なものが存在している。

ヒクソンのバーリ・トゥードにおける闘い方を分析すると、「相手の攻撃を防ぐ→組み付いて倒す→寝技で極める」という流れを、自分のスキルの活用によって行なっている。最初に述べたように、こうした「闘いに勝つ」という目的の下で、自分の持つスキルを抜き出し、組み合わせで構成した闘い方のことを、本論文ではファイトスタイルと呼んでいる。

## 1-2. ファイトスタイルの応用

ファイトスタイルとは、応用することを前提としたものである。つまり、「この通りに闘う」という固定されたものではなく、「このような方針で闘う」という基本方針になるものである。

ヒクソンは、バーリ・トゥード以外の場においても、前述したファイトスタイルを応用して闘っている。ビデオ『ヒクソン・グレイシー 王者の真実』(1995 ポリグラム発売)において、そうした事例が2つみられる。

### 事例1 「砂浜での喧嘩」

海水浴場の砂浜で、ヒクソンとウゴ・デュアルチ(グレイシー柔術と対立する流派、リタ・リーブレの実力者)がもめあっている。しばらく口論を続けた後、ヒクソンがウゴの顔面を一発殴った。するとウゴはサンダルを脱ぎ、ヒクソンに向かい合った。その瞬間にヒクソンはウゴに組み付き、押し倒して馬乗りになり、血だらけになって降参するまで殴り続けた。

### 事例2 「柔術の修練風景」

ヒクソンと弟のホイラー・グレイシーが、道着を着て柔術の修練をしている。お互いに相手の道着を掴み合

い、ヒクソンが後ろに倒れるようにしてホイラーを寝技に引き込んだ。上から攻めるホイラーの身体を足を挟んで持ち上げ、自分が上になるようにコントロールし、上から道着で首を絞めてギブアップさせた。

事例1では、バーリ・トゥードのファイトスタイルの非常に近い形で闘っている。相手が打撃を出す前にいきなり組み付いて押し倒し、寝技のスキルを利用して相手に馬乗りになってバランスを保ち、殴り続けている。このときには、関節技や絞め技で極めるようなことはせず、殴り続けることで勝負を極めていた。これについてヒクソンは「怪我をさせずに帰らせると、私に勝ったと相手が嘘をつくおそれがある。そして、痛みと恐怖を味あわせることで、二度と刃向かう気にならないようにする必要があった」と語っている。

事例2では、柔術の修練であるため、打撃を防御するやりとりを行っていない(柔術の試合では、基本的に打撃は用いない)。打撃を防ぐ過程を経ずにそのまま組み付いて寝技に持ち込んでいる。柔術のスキルを主体とするヒクソンは、この形式での闘争でスキルをもっとも存分に使うことができ、そのためファイトスタイルも、これに近い状態へ闘争を持ち込むことに主眼がおかれている。

2つの事例における戦いで、ヒクソンはバーリ・トゥードのファイトスタイルと全く同じ闘い方をしているわけではない。しかし、それらの闘い方には共通項がみられる。それは「相手の打撃につきあわずに、寝技に持ち込んで極める」ことである。これが、ヒクソンの柔術や喧嘩、バーリ・トゥードなど全ての闘争におけるファイトスタイルの基本方針といえる。そして、数多くのスキルを場に応じて活用することで、このファイトスタイルを実現している。ここから、ファイトスタイルには、「勝つための基本方針」のほかに、「基本方針を応用させ実現するための戦術・戦略」、そして「戦術・戦略のためのスキル」が必要になることがわかる。

実際にファイトスタイルを作る際には、自分の長所や

短所、持っているスキルなどから個性に応じた「基本方針」を決め、それを実現するスキルの使い方としての「戦術・戦略」を考え出す。戦術や戦略のために必要ならば、新たなスキルを習得したり、持っているスキルをさらに磨くことになる。そして次の段階として、ファイトスタイルを実践し、結果を参考にして修正を行なう。

最初の段階として、ファイトスタイルを作るに当たり、どのようなスキルが闘争で使われるかを知ることが必要である。次の章では、闘争で使われるスキルについて述べる。

## 第2章 闘争で用いられるスキル

### 2-1. 心理的なかけひきのスキル

闘争の中で用いられるスキルは、大きく3つに分類される。「心理的なかけひきのスキル」「身体の使い方としてのスキル」「攻防のスキル」の3つである。それらの3つの中には、さらに細かなスキルが多数存在するが、ここでは、それぞれについて代表的なものをあげている。まず最初に、「心理的なかけひきのスキル」について述べる。

#### a. 攻防のタイミングをとるスキル

闘争の中で攻防を行なう際に、ただ闇雲に攻防を行なうのではなく、より自分にとって有利な状況で攻防を行なった方が有効である。そのために、「いつ攻撃するか」「いつ防御するか」という「いつ」、つまりタイミングが重要となる。闘争者は、攻防のためのタイミングの読み合いやかけひきを、意識・無意識を問わず行っている。時として、「技はうまいのに、闘うと弱い武道家」や「何の修練もしていないし、技も無茶苦茶なのに、武道を修練している人にも勝ってしまう喧嘩屋」が存在するのは、タイミングをとる技術の有無によるものが大きい。前者の武道家は、武道の修練の課程で技そのものは上達したものの、タイミングの取り方が下手なため、技を有効に使えていないものと予想される。後者の喧嘩屋は、素質もしくは経験から得た感覚によって、優

れたタイミングで攻防を行なうことができているものと予想される。

攻防のタイミングがとれている状態とは、相手が攻撃や不用意な動きをすれば、いつでも防御や隙をついて攻撃ができる状態を指す。この状態を作り出すと、しばしば「プレッシャーがかかった」といわれる状況が生じ、相手が攻撃できなくなる場合がある。イカの事例1が、その例である。事例1の中でヒクソンは、相手の攻撃にいつでも対応できるタイミングを掴み、鋭い視線で威嚇し、プレッシャーをかけている。

#### 事例1「PRIDE ヒクソン・ 그레이シー 対 高田延彦」

ヒクソンは高度な寝技を持つ柔術家である。高田は接近されて寝技に持ち込まれることを警戒して間合いを広くとり、ヒクソンを中心にリングをぐるぐる回った。ヒクソンは、鋭い目つきで高田をにらみ、高田が近づいたり攻撃を仕掛けてくれば、即座に組み付いて寝技に持ち込める体制をとっている。ヒクソンが近づこうとすると、高田は後ろに下がりを続けた。解説者は「ヒクソンが高田にプレッシャーをかけている」と語った。

#### b.相手の状態を読み取るスキル

このスキルには、視覚からの情報による方法と、触覚からの情報による方法の2つが存在する。視覚からの情報によって相手の力を読み取る方法としては、相手の構えや重心の位置などを見て、判断することがあげられる。例えば、相手が前足に大きく体重をかけていれば、前足による蹴りを出しづらいうことや、前に出て攻撃しようという攻撃的な意志が予測できる。ほかには、息づかいで疲れ具合を判断したり、表情から相手が怯えているか怒っているかを判断したり、様々な方法が存在する。

もうひとつは、触覚からの情報によるものである。闘争中に接触した際、相手の身体の力の入れ具合や力の強さ、体勢が安定しているかどうか、などを読み取る。これは、中国や日本の格闘技、またブラジリアン柔術の修練の中でしばしば重視される技術である。柔道や少林寺拳法、ブラジリアン柔術の修練などで、指導者

によっては時として、目を閉じたまま関節技や投げ技の練習をさせることがある。それらの指導者は「相手と掴み合った状態では、相手の力の入れ方や、身体の状態などを、目ではなく触れあっている身体で感じ、判断して、技をかけなくてはならない」という意味合いの説明を行なう。実際に指導者が手本を見せる際には、目を閉じたまま相手に身体をつかませ、相手のつかんだ位置や力加減によって、技を変化させ、成功させていた。

#### c.フェイント

心理的なかけひきにおいて、フェイントは重要な位置を占める行為である。闘争者は、相手の動きから行動を予測して反応する、それを逆利用するのがフェイントである。まず事例を挙げる。

#### 事例1「フェイント」

AとBが向かい合っている。お互いに見合っていない状態だが、Aが軽く左手を動かして見せた。Bは突きがくるものと思い防御するために動こうとしたが、実際に突きがこなかったため戸惑いが生じ、一瞬動きが止まってしまった。

闘争の中でこちらから攻撃を仕掛けるときなど、フェイントをかけることで相手に「いつ攻撃がくるか」「どんな攻撃がくるか」という迷いを与えることができる。それによって事例のように一瞬でも反応を遅らせることができれば、より安全に攻撃を仕掛けることが可能となる。フェイントは、技を途中で止める動きであったり、突然踊り出したり笑ったりと全く意味不明な動作を行なうこともある。

## 2-2. 身体の使い方としてのスキル

### a.力をどこに求めるか

攻撃を行なってダメージを与えるためには、突きや蹴りの攻撃部位、または急所を絞めたり関節を極めるために使う手足を通し、力学でいう「パワー」を相手に伝えることが必要である。パワーについて佐野裕司は

「式では、パワー＝仕事÷時間＝力×距離÷時間＝力×速度で表される」と述べている(佐野 1997)。

この式の中の「力」を生み出す方法は、大きく 2 つに分けられる。1 つは、腰や腕の筋力によるものである。もう 1 つは、身体の重心移動によるものである。突きを例にとるならば、前者はボクシングの突きなどに、後者は空手の「刻み突き(床を強く蹴って前に踏み込む勢いで突く)」などにみられる。

重心移動による「力」とは、簡単に言えば「相手に向かって倒れかかる力」である。これを行なうためには、修練を必要とする。人間は姿勢反射と呼ばれる運動により、重心が崩れることを防ぐ習性があるからである。これについて、小宮山伴与志は「電車に乗っているときに急ブレーキがかかっても、たいていの場合、『足を一歩前に踏み出す』などの運動が無意識におこり、転倒しないですむ。このような運動を姿勢反射と呼ぶ。(中略)また、姿勢反射は自分が運動を行なうときにも無意識に生じる。つまり、運動によって引き起こされる重心位置の変化を予測し、それを最小限にするような筋の協調活動が自動的に生じる。」と述べている(小宮山 1997)。重心移動による攻撃を激しく行なおうとすればするほど、姿勢反射によって動きが抑制されてしまうため、修練によって姿勢反射をコントロールする必要があるのである。

重心移動を用いた攻撃ならば、筋力を用いた攻撃と違い、体力をつけなくても、技術力を磨くことによって、攻撃に威力を生み出すことができる。

#### b. スピード

闘争におけるスピードは 2 種類存在する。物理的なスピードと、心理的なスピードである。物理的なスピードとは「時速 100km」といったように、外から計測できるスピードである。このスピードで攻撃や防御を成功させるためには、自身のスピードが相手の反応速度を上回る必要がある。これは、足さばきの巧みさといった技術的な要素のほかに、筋力や瞬発力といった体力の要素が大きく絡んでくるスピードの出し方である。

対して心理的なスピードとは、体感速度としてのスピードである。動作を実行する前の準備動作を少なくする、相手が油断しているところに攻撃する、それまでゆっくり動いたところから突然素早く動くなどの方法で、相手の反応速度を遅らせ、攻撃や防御を成功させる方法である。これには、身体的な要素よりも、動きの無駄のなさなど技術的要素や、相手の隙をつく心理的なかけひきの要素が絡んでくる。

これらのスピードと対になるものに、「反応速度」がある。相手の動きのスピードに対しては「いかに早く反応して動けるか」が求められるし、こちらが動くときには「いかにスピードを出して相手の反応速度を超えられるか」が求められる。

#### c. 構える

ここでいう構えとは、身体動作としての構えだけではなく、心理的な構えも意味する。例えば、格闘技の流派は、それぞれの流派によって様々な構えを持つが、どれも「動きやすさ」「攻撃しやすさ」「防御しやすさ」のいずれか、もしくはいくつかを念頭に置いたものである。「私の流派には構えはない」と無構えを説く流派もあるが、それらは「闘争は構える暇などなく突然おこるものだから、無構えで修行する」「構えない自然体が、無理がなく一番動きやすい」「体では構えてなくても、心は臨戦態勢にある」「相手に武道の心得を読まれないように、油断を誘うための無構えである」「相手にわからないように構える」「状況に応じて構えを作り出すため、特定の構えは存在しない」など、何らかの種類の構えを持っている。構えは、攻防において計画している戦術を行ないやすいもの、もしくは、相手の戦術を封じることができるものであれば、有効である。

いかに、構えを 3 つあげる。構えは格闘技の流派によって様々なものが存在するし、似た構えでも、流派により細かい部分が異なる場合がある。呼び名も様々である。ここで選んだ構えは、空手や少林寺拳法、ボクシングなど、多くの流派で似た構えが存在する。また、構えは使用者の求める戦術によって、使いやすい形

にアレンジされることがある。

### 「アップ・ライト・スタイル」

ボクシングなどで使われる構えである。脇を締め、肘で脇腹を守り、拳であごを守っている。この状態から腕を伸ばせば突きの形になる。足をレの字に開いて半身に構え、急所が多く集まっている体の中心のラインを相手に向けないようにしている。手の位置を下げれば、顔の守りが弱くなる代わりに、突きが出しやすくなる。逆に手の位置を高くすれば、顔の守りは堅くなるが、中段の守りが弱くなり、突きも出しにくくなる。体重を前足側に乗せれば、前進しやすく、突きと後ろ側の足での蹴りが打ちやすくなる。体重を後ろ足側に乗せれば、後退して相手と間合いを離すことが容易であるため防御を行ないやすく、また前足の蹴りを打ちやすい。

### 「中段構え」

半身になり、後ろ側の手をみぞおちの前に、前側の手をあごの前方に構える。鼻やあご、のど、みぞおちなど、急所を結ぶ体の中心の線を「正中線」と呼び、日本の武道流派は、構えにおいて「正中線」を守ることを重視することが多い。手を開いて構えたり、拳にして構えたり、手の高さや向きに、流派ごとの細かい違いがある。「中段構え」とは、合気道で呼ばれる名前であり、流派によってはほかの呼び名も存在する。

### 「構えではない構え」

ジークンドーや少林寺拳法などの流派で使用される。構えとして形の定まっているものではないが、腕組みや頬杖に見せかけて体の急所を守っている。また、脇を締めたり膝を軽く曲げることで、いつでも攻撃や移動ができる状態にすることもある。

最初の2つの構えは、暴力の場よりも格闘競技の場で使用されることが多いのに対し、3つめの「構えではない構え」は、暴力の場で使われることが多い。日常の何気ない姿勢に見せて、実際には構えているという状態である。身体動作としての構えのほかに、心理的な構えの側面も大きい。

## 2-3. 攻防のスキル

### a. 攻撃技

攻撃技とは、相手にダメージを与えるために用いられるスキルのことである。ここでは、格闘技の流派で使われている名称を元に説明する。

構えと同じく、似たような動作でも流派によって名称が違ったり、性質が全く異なる場合もある。ここでは、多くの流派で使われ、比較的認知度が高いと思われる技を紹介する。

### 「直突き」

手を、拳や掌底など、攻撃に使いやすい形にして、相手に向けてまっすぐ打ち出す攻撃技である。「突き」「パンチ」「ストレート」という呼び名が用いられる場合は、多くの場合、拳による直突きを指すことが多い。相手に対して最短の軌道で撃つ技のため、多くの流派で基本の打撃として用いられている。

仮に左足を前に出して半身に構えた場合、左手で軽く打てば「ジャブ」、しっかり撃てば「順突き」「左ストレート」。後ろに構えている右手で打つと「逆突き」「右ストレート」などと呼ばれることもある。拳を用いた「直突き」には、拳を横にして打ち込む「正拳突き」と、拳を縦にして打ち込む「縦拳突き」の2種類があり、前者は攻撃対象に向かってまっすぐ力が発揮され、後者はやや上向きに力が働く。さらに、流派によって身体の使い方が異なる場合があり、同じ「直突き」でも細分化される。

この突きの応用として、腕をL字に曲げて横から打ち込む「フック」や「鉤突き」、同様にして下から上方向に打ち上げる「アッパー」「打ち上げ鉤突き」などがある。また、上から拳や手刀などを振り下ろし、「鉄槌」「手刀打ち」などと呼ぶ場合もある。

### 「前蹴り」

足の裏の各部(足底全体や、足底の親指付け根部分など)を相手に当てる技である。流派によって、下から掬い上げるように蹴る場合と、膝を抱え込むように高く

上げ、そこから相手にまっすぐ打ち出す場合がある。後者は、中国や日本の流派で蹴りの基本技としてよく用いられる。半身に構えて行なう際は、前側の足で打てば、リーチ(攻撃が届く射程距離。手足の長さや、移動速度によって増減する)とスピードに優れた打撃技となるため、前蹴りをあまり用いない流派でも、相手との間合いや調整や一時相手の攻撃を止めるために使う場合がある。中国や日本の流派では、体重を大きくかけたり腰の回転で強く打ち込むことで威力を増し、ダメージを与える手段として重視していることも多い。これを後ろ足側の足で行なえば、「逆蹴り」などと呼ばれることがある。

応用としては、足の小指側から踵までの部分で打てば「足刀蹴り」と呼ばれるし、足全体を横から振り回して、足の裏や甲もしくは脛などを当てれば、「回し蹴り」と呼ばれる。

#### 「バックブロー」

一瞬背中を見せるように一回転して、手の甲もしくは手の小指側の堅い部分を振り回してたたき付ける技である。背後の敵を倒すために半回転して用いる場合もある。同様に足で攻撃する場合もあり、これは「後ろ回し蹴り」や「バックスピニングキック」などと呼ばれる。また、足を振り回さず背後へ直線的に打ち出すと、「後ろ蹴り」「バックキック」と呼ばれる技になる。

ここまであげたのは、打撃技である。攻撃技には、投げ技や関節技といった、相手を掴んだ状態で用いる技も多く存在する。説明の都合上、筆者が実践で多く使う技を抜き出してあげることとする。

#### 「チョークスリーパー」

背後から、腕によって相手の頸動脈を絞める技である。絞める際に、相手の背中に身体を密着させることで、振りほどかれにくくできる。立った状態でも寝技の状態でも使うことができる。さらに、足を相手の腹に回して絞めれば、「胴絞めスリーパー」と呼ばれる技にな

る。また、正面から相手を脇に抱え込み、同様の方法で首を絞めることもあり、これは「フロントスリーパー」と呼ばれる。

#### 「空気投げ」

自分の体さばきと、相手の力を利用して投げる技である。相手を自分からみて右側に投げる際には、まず相手を掴んで左側に押す。すると、相手がこれに抵抗しようと踏ん張り、右側へ向かう力が生じる。その力に、自分の引き込む力を加算させ、さらに左足を軸に右足を後方に半回転させる足さばき、相手を背中から倒すための操作(相手の右肩を持ち上げ、左肩を下げる)を加えると、投げるができる。技自体は筆者が少林寺拳法や柔道の理論を元に独自に開発したものであるが、柔道で形の似た技に「空気投げ」という技があるため、ここではその名称を使用した。この投げ技は応用範囲が広く、タックル(レスリングなどで用いられる、身体の低い部分への組み付き)などに対する対抗手段として用いることもできる。

柔道の「払い腰」は、この技と同様の原理で、さらに腰で跳ね上げる力を加えたものである。少林寺拳法では、手首に対する関節技の力を加えて、同様の原理で「巻小手」という技が存在する。

#### b.防御技

防御技とは、相手の攻撃に対する防御のための技である。攻撃技と同じく様々なものが存在するので、ここでは代表的なものをいくつかあげた。

#### 「内受け」

内受けと呼ばれる技には、同名で異なる技が、いくつかの流派に存在する。ここでは、少林寺拳法で使われる内受けについて述べる。少林寺拳法の内受けは、顔面を狙った攻撃に対し、前腕の内側で払い流す技である。このとき、足さばきによる移動や、状態を傾ける動作を加えることで、さらに攻撃を受けにくい状態を作り出す。受ける際には腕の力だけでなく、腰の回転による力も利用する。この内受けを下向きに行なうと、



下受けと呼ばれる技になる。また、挙手に似た動きで腕を上げると、上受けという技になる。

#### 「ガード」

前述の受け技のように払い流すのではなく、顔面や腹、足の急所などに対する相手の攻撃に対し、軌道上に手足の硬い部分をおいてクッションにすることで、直撃を避ける技術である。成功したとしても多少の衝撃は受けるが、簡単に行えて確実性のある技である。

#### 「スウェー」

相手が顔面や頭部へ攻撃した際、背中を反らすことで頭の位置を移動させて、攻撃をかかわす方法である。狙われている箇所の変え、当たらないようにすることで防御している。同様の方法としては、屈伸して頭の位置を下げることでかわす「ダッキング」などがある。また、特に技としての名前が付いているものではないが、足さばきによって移動し、攻撃から遠ざかったり、直線的な攻撃を横に動いてかわす方法もある。

#### 「小手抜き」

少林寺拳法で用いられる、相手に手首を掴まれ、引っ張られた際の技である。まず、手首や腕を自分の身体と密着させ、こちらの力を最大限使える状態を作る。次に、自分の手首を親指方向に曲げ、槌子の原理で相手が力を入れて引っ張るほど手が抜けやすくなってしまふ状態を作る。その状態を維持した後、腰を相手の方向に回し、同時に親指の付け根で相手の手首を押ししながら、自分の小指側の手首を相手の手の隙間に動かし、手首を抜く。これが小手抜きと呼ばれる技である。

#### 「ガードポジション」

寝技の状態で相手が馬乗りになってこようとしたとき、両足で相手の体を挟む。これによって相手の体をコントロールする防御技である。

受け技は、状況によって有効なものを用いる。手にグローブをはめて闘う場合は、グローブが盾になるため、「ガード」が有効になる。代わりに、手が重くなり敏捷性

が損なわれるので、「内受け」のような払い流す受けが行ないづらい。また、相手が複数いる場合は、ガードポジションを利用すると、一人の相手しか封じることができず、ほかの相手に倒されてしまう可能性がある。そのため、足で突き放し、素早く立ち上がるような工夫が必要である。

#### c.崩し

「崩し」とは、相手の攻撃に対して、直接触れて防御する技を行なった際、相手の攻撃部位に力かけるか、もしくは完全にかわすなどの方法を用いて、相手の体勢を崩す技術である。さらに、そのとき力かける方向により、違った効果を生み出すことができる。「崩し」を組み合わせることで、防御技は相手の攻撃に対する単純な防御手段としての役目だけではなく、攻撃を防御すると同時に相手の動きを封じたり、ダメージを与えることもできる技となる。

例えば、相手が顔面を狙った突きを撃ってきた際、先の A の事例で述べた「内受け」によってかわすだけではなく、攻撃してきた腕を「内受け」した手で掴んで軽く引っ張れば、相手は体勢が崩れ、追撃や防御がすぐには行えない。

「崩し」については、相手が攻撃した力が働く方向に向けて引っ張るなど、相手を利用した方法で崩しを行なうと、特に「流し」と呼ばれることがある。

特殊な崩し方として、相手の攻撃に対して「崩し」を行なうのではなく、こちらから仕掛けて崩す「積極的な崩し」というものも存在する。例えば、攻撃するのと同じように相手に向かって前進し、構えている相手の手をこちらの手で払って無防備状態にする、などである。これによって、払われた側は防御も攻撃も一瞬遅れてしまうことになる。また、攻撃技を当てた際の威力や勢いで、相手の体勢を崩す方法もある。

#### d.カウンター

カウンターとは、相手の攻撃を利用した攻撃法のこと

で、「流し」と対になる技術である。例えば、攻撃しようとして前に出てきた相手の顔面を正面から殴ると、自分の殴る力に、相手のつつこんでくる勢いをあわせた「カウンター」となる。「流し」は相手の力が向かう方向に力を加算させるのに対し、相手の力と反対方向に向けて、つまり、こちらの力を正面から相手にぶつける。以下に事例を挙げる。

#### 事例1 「錬成大会 99' 団体 3 位決定戦 副将戦」

向かい合った A と B は互いに技を出し合うが、決定打を与えられず一時離れる。そのとき、A の拳サポーターがはずれてしまっていた。A は、B のプレッシャーから、審判へサポーターを直すためのアピールをすれば、その瞬間にやられてしまうと感じた。そこで、試合場を回りながらフェイントで B を牽制し続け、その間にサポーターをなおした。その直後、B が攻撃を仕掛けてきた。体を屈めて攻撃をかわしながら、中段に突きを撃つが防御され、B の動きを止めることはできたが、自分もバランスを崩し、上半身しか動かせない体勢になってしまう。そこからさらに B が追撃を仕掛けてきたので、A は上半身の捻りと B の勢いを利用し、上段に逆突きを極めた。

この事例では、最後に A が極めた上段突きがカウンターである。体勢が不完全で、自分の突きだけでは威力が不完全なため、B が突っ込んでくるところに正面から突きをぶつけ、カウンターを行なうことで威力を増加させている。このように、カウンターを有効に用いることで、自分の攻撃力の不足を補ったり、相手の攻撃力を利用した攻撃を行なうことができる。

### 第3章 個人にあわせたファイトスタイル

#### 3-1. スキルの量と質

第1章から第2章では、ファイトスタイルを作るために必要な知識を述べた。実際に個人にあわせてファイトスタイルを作る際には、考慮しなくてはならない点が2つ出てくる。「スキルの量で攻めるか質で攻めるか」「個

人の特徴との相性」の2つである。ここではまず、「スキルの量で攻めるか質で攻めるか」について述べる。

これまでの事例であげてきたように、闘争には様々な状況がある。競技や試合としての闘争ならば、ルールによって状況は大きく違ってくる。また、喧嘩や暴力に対する闘争ならば、地形や相手の数、武器の有無などで、状況がさらに複雑になってくる。

それら様々な状況に対して、スキルをどのように用いるかを決めなくてはならない。例えば、100種類の状況があったとすれば、それぞれに対するベストのスキルを100個用意するか、それとも1つのスキルの応用幅を広げて100種類の状況に対応できるようにするか、である。第1章で示した図を元に言うならば、「持っているスキルの絶対数を増やすか」「1つのスキルを様々な状況に活用するか」、である。

第1章であげたヒクソン・グレイシーは、柔術のスキルに自信を持っているため、どのような闘争においても「とにかく組み付く」ことにより、強引に柔術のスキルを多く使える状況に持ち込んでいる。これは、「1つのスキルを様々な状況に活用した」例といえる。逆に少林寺拳法などでは、殴られたり掴まれたりする様々な状況に1つ1つ、ベストの対処スキルを考え出し、修練している。これは「持っているスキルの絶対数を増やす」例である。

ただし、流派や個人によって比重は違うが、実際には修練の中でどちらの要素も行なっていることが多い。例えばヒクソンの場合なら、柔術という1種類のスキルを全ての闘争に対して活用する闘い方をしているが、実際に組み付くために、相手の攻撃のかわし方や好きの作り方、組み付き方など、細かいスキルをいくつも準備している。少林寺拳法でも、スキルの絶対数を増やす方法をとりながらも、その修練の中で「人間はこうすれば倒せる」という共通項を学ぶことで、様々な状況に対応できるようにすることも指導している。

これは、「1つのスキルを様々な状況に共通させる」ためには、非常に完成された1つのスキルと、それを

十分に活用できるだけの使い手の技量が必要であり、それらの条件を満たすことが非常に困難であること。逆に「持っているスキルの絶対数を増やす」対処法のみでは、多くのスキルが無駄になり、また、全ての対処法を得るために膨大な時間が必要になってしまう。それらが原因と考えられる。そのため、前述したように、どちらかの方法に比重を置きながら、別の方法でもスキルを修練して補完する必要が生じてくる。

### 3-2. 個人の特徴との相性

闘争する相手と比較した場合の体格差や力の強弱の差、スキルに対する得手不得手など、個人の特徴によってファイトスタイルやスキルとの相性が生じる。これには様々なケースが想定されるが、ここでは「体力の強弱」「リーチの長短」「打撃が得意か掴んでの技が得意か」の3点について述べている。なお、どの条件についても、相手とのかねあいによって変化する部分がある(リーチの長短ならば、180cmのものは150cmのものよりリーチが長いが、200cmのものよりは短くなる)。そのため、自分より体力が弱い相手と闘う場合と、同等以上の相手と闘う場合、両方のファイトスタイルを持つなどの戦略や、1つのファイトスタイルを基本としながら、相手の特徴によって調整を施して対応するなど戦力が必要になる。

まず、体力の強弱によって適するファイトスタイルやスキルについて以下にあげる。なお、適するファイトスタイルについては、闘い方の大まかな方針について4字の名称で示し、説明している。

#### a. 体力の強い者

##### 「適した技」

相手と多少技術差があっても、体力でその分を補って技を成功させられる。大雑把な技や強引な技でも威力を発揮することができ、従って、比較的短期間に強くなることができる。

レスリングのタックルや、柔道の投げ技の中でも腰の

力で跳ね上げるタイプの投げ技、また相撲のぶちかましなど、自身の体力を要する技を用いると、体力を生かして技に威力を作り出すことができる。逆に、合気道の投げ技のように、自身の体力をあまり用いない技を使用すると、体力差を生かすことができない。打撃技で言うなら、スピードや、攻撃部位に「引き」を与えることで衝撃力の最大値を大きくする方法よりも、押しとばしたり打ち抜いたりする打撃の方が、より威力を発揮できる。流派で言うなら、ボクシングや少林寺拳法の打撃技よりも、空手や相撲の打撃技の方が向いている。ただし、この方法の打撃技は「攻撃後の隙が大きくなる」「攻撃のスピードが遅くなる」「攻撃が単発になる」などの欠点があり、克服することが課題となる。

##### 「力の使い方」

攻撃のために力の出所として筋力を用いると、体力をより生かすことができる。つまり、腰や肩の回転、腕の伸展などに力を求める方法である。

##### 「攻防の比重」

相手と技術が同等な場合、体力で勝っていれば、相手と同時に技を出して相打ちになっても、自分に有利な状態を作ることができる(自分の方がよりダメージを与えられる、もしくは技を成功させられる)。そのため、攻撃の比率を増やし、ある程度相打ちを覚悟して攻撃すると、体力差で押し切ることも可能になる。

##### 「有効なファイトスタイル」

「一撃必殺」スタイル、もしくは「猪突猛進」スタイル。技術を身につけながらも、同時に体力を強化していくことで、技術差を体力で補って勝つことが可能となる。攻撃は、威力を重視した動作の大きい技を利用する(「一撃必殺」スタイル)。もしくは、体力差で押し切ることを前提に相打ちを覚悟して闘うなら、動きの小さい技を連発して強引に前に進み続ける闘い方(「猪突猛進」スタイル)も可能である。

また、多少不完全な技のかかり方でも、体力で強引に投げ技や関節技・絞め技を用い、一気に勝負をつけることもできる。その方法として、「近接攻撃」スタイル

が考えられる。これは相手を掴み、力で押さえつけ、その状態から打撃を与えたり、強引に投げ技や関節技を使うスタイルである。

#### b. 体力の弱い者

##### 「適した技」

相手より体力に劣る場合、力比べをすると負けてしまう。そのため、体力よりも技術の比重の高い技を使用することが必要になる。技術力が求められるので、強くなるためには、ある程度の時間が必要となる。

体力の強い者とは反対に、合気道の投げ技のような体力をあまり使わないですむ技や、スピードや「引き」に衝撃力を求める、ボクシングや少林寺拳法の打撃技が向いている。この方法ならば、スピードのある攻撃や連打を行なうことができるが、「一発の威力が小さい」という欠点が生じ、相手を倒すための攻撃を何発も当てなくてはいけなくなる。もし、打撃技に一撃で倒すだけの威力を求めるならば、カウンターをつかって相手の力を利用するなどの方法が必要である。

また、技の面で体力を補うためには、掴み技も有効である。相手の手足などの部位に全力をかけることのできる絞め技や関節技、もしくは相手の力を利用して投げる技が、体力差を消すことができる。

##### 「力の使い方」

腰の回転などの筋力を用いて力を出すことにより、重心移動を生かして力を発揮することに向いている。前者の方法には体力を要する比重が大きいが、後者は技術力の比重が大きく、技術によって力を発揮することができる。

##### 「攻防の比重」

相打ちになると、体力差によって不利となる。また、体力に劣る分、一発の攻撃を受けた際のダメージが、相手よりも大きい。そのため、極力相手の攻撃を受けない、防御を重視した闘い方が必要となる。もっともこれは、常に守勢に回ることを意味するのではなく、「相手の攻撃を受けないために、一瞬の隙に反撃する時

間を与えずに攻め続けて勝つ」といった、攻撃的な防御も含まれる。

##### 「有効なファイトスタイル」

「多弾連撃」スタイルや「一撃離脱」スタイル、もしくは「近接投極」スタイル。筋力トレーニングなどにより体力を補いながらも、技術力で体力差をカバーする闘い方が求められる。動きの速い技で反撃の隙を与えずに連打を仕掛ける「多弾連撃」スタイル。または、相手の攻撃をかわしながら、隙のあいたところに攻撃を加え、反撃を受ける前にすぐ離脱することを繰り返し、ダメージを蓄積させて倒す「一撃離脱」スタイルが有効である。

「多弾連撃」スタイルと「猪突猛進」スタイルの大きな違いは、後者が防御よりも攻撃を重視しているのに対し、前者は「相手に攻撃する隙を与えずに攻撃する」という、防御を重視した攻撃であることに特徴がある。従って、「猪突猛進」スタイルのようにひたすら前に出続けるのではなく、相手の攻撃をかわすなどして、相手の攻撃を食らわないように連続攻撃を仕掛ける闘い方になる。相手の攻撃をある程度防げる防御力が前提となるが、「守主攻従」スタイルも考えられる。相手が体力差を生かして一方的に攻撃を仕掛けてくる場合などに、防御に徹し、隙を見て攻撃を加える、防御を主体としたスタイルである。

ただし、以上のような打撃を用いたファイトスタイルは、体力差の影響を受ける危険性が大きく、掴み合って打撃を出せる間合いの開いていない状態の方が、相手の力を利用することで体力差の影響を小さくすることもでき、望ましい。そのため、積極的に相手に密着して、相手の力を利用した投げ技で勝負を決めるか、もしくは寝技に徹底し、相手の隙を狙って関節技や絞め技を極める「近接投極」スタイルが、体力差により不利な要素を消すために有効である。

次に、リーチの長短によって異なる、適したスキルやファイトスタイルである。リーチの長短については、武器を用いて闘う場合を想像するとわかりやすい。槍を

持った者と、短いナイフを持った者がいるとする。離れた状態で闘えば、槍はナイフに対し、相手の攻撃の届かない間合いから一方的に責め立てることができる。しかし、接近して近づかれてしまうと、槍を当てづらくなってしまう、相手のナイフに一方的に責め立てられてしまう。素手での闘争にも、似たような状況が起きる。

#### a.リーチが長い者

##### 「適した技」

狙った部位へ直線的な軌道を描いて向かう打撃技を用いれば、リーチを生かした闘い方ができる。直線的な攻撃は威力を発揮するためある程度の距離を必要とするため、至近距離では使いづらいが、遠くまで素早く届く。具体的には、直突き(ストレートパンチ)や前蹴り(まっすぐ放つ蹴り)などがあげられる。リーチの長い者が、遠い間合いからこれらの技を用いれば、相手の攻撃が届かない間合いから一方的に攻撃することもできる。さらに、直線的な軌道を描く技は、リーチに加えてスピードの速さと隙の少なさに優れるため、相手を反撃できる間合いにつけることなく闘うことも可能になる。また手足の長い者ならば、相手の上段への攻撃を行ないやすく、顔面への膝蹴りや、肘の振り下ろし、手刀の打ち落としなども有効な攻撃手段となる。

ただ足、フックや回し蹴りといった曲線的な軌道を描く攻撃を行なうと、リーチの長さ分、軌道が大きくなりスピードが遅くなる。そのためリーチの短い者と闘った際、相手の直線的な攻撃は届くが、自分は直線的な攻撃は出しづらく、曲線的な攻撃しか出せない間合いが生じることがある。その際、自分の曲線的な攻撃と相手の直線的な攻撃が同時に行なわれると、スピード差で負けてしまう危険性がある。つまり、ある程度接近した状態では、リーチの長さがじゃまになることがある。

以上は打撃技の場合の話であるが、リーチの長さは掴みでの攻撃にも関わってくる。手足が長ければ、相手の身体を遠い間合いから掴むことができる。寝技の際には、長い手足をからみつけることで、より相手をコ

ントロールしやすくなり、有利な要素ともなりうる。

##### 「有効なファイトスタイル」

「一撃必殺」スタイルや「多弾連撃」スタイル、「制空迎撃」スタイル。リーチの長さを活用し、相手が攻撃を届かせようと間合いに入ってきた瞬間、強力な攻撃を加えるのが、リーチの長い者による「一撃必殺」スタイルである。「多弾連撃」スタイルならば、直線的な攻撃を連打することで、相手を寄せ付けずに一方的に攻撃して倒すスタイルになる。「制空迎撃」スタイルは「一撃必殺」と「多弾連撃」の中間であり、こちらの攻撃が届くが相手の攻撃は届かない間合いを維持し続け、打撃で突き放しながら闘うスタイルである。

#### b.リーチの短い者

##### 「適した技」

リーチの短い者は、自分よりリーチの長い者と闘った場合、遠い間合いだとどうしても「相手の攻撃だけが一方的に届く間合い」が生じてしまう。自分の攻撃を当てるためには、その間合いからさらに近づく必要がある。そうなれば、「リーチの長い者」の節で述べたように、「リーチに差がある二者が闘った場合、リーチの短い者は直線的な攻撃を出しやすいが、リーチの長い者は曲線的な攻撃しか出しづらく、後者がスピードの差で打ち負けてしまう」間合いを作り出せる。その間合いの時には、直線的な攻撃技を用いることで有利な状態を作り出せる。

その間合いからさらに近づけば、リーチの長い者は打撃技全般を出しづらく、掴み技しか有効に用いることができないが、リーチの短い者は掴み技に加えて曲線的な攻撃を有効に出すことができる間合いが生じる。曲線的な攻撃とは、鉤突き(フック)や肘打ちなどである。これらは、直線的な攻撃よりも近い間合いで威力を発揮することができる。リーチの長い者からの、掴みでの膝蹴りや投げ技に注意しながら、曲線的な打撃や掴み技を使用すれば、リーチの短さを生かした攻撃を行うことができる。

また、掴み技の中でも特に寝技の際、手足が短いと、相手の身体に手足がまわりきらず、コントロールが難しかったり、絞め技や関節技をかけづらい場合がある。それを補うためには、寝技の状態での細かい打撃の連打や、全身で相手の手足にしがみついて関節技を行うなどの工夫が必要である。

#### 「有効なファイトスタイル」

「多弾連撃」スタイルや「猪突猛進」スタイルが有効である。前述したように、リーチの短い者は、「相手の攻撃は届くがこちらの攻撃が届かない間合い」をいかに潜り抜けるかが重要となる逆にリーチの長い者は、その間合いを維持できないと、不利な状況になってしまう。リーチの短い者は、その間合いを潜り抜けたら、再び相手に間合いを離されないように、接近戦を維持することがリーチの差を消す、もしくは生かす有効な戦術となる。そこで、一度接近戦に持ち込んだら、間合いを外させる隙を与えずに連打を続ける「多弾連撃」スタイルや「猪突猛進」スタイルが有効になるのである。前者ならば、慎重に相手の攻撃を見切り一気に近づくことが求められ、瞬発力に優れた者に向いている。後者ならば、瞬発力はそこまでなくても、打たれ強さや持久力に優れた者に向いている。防御の技術に自信があれば、「守主攻従」スタイルも考えられる。相手の攻撃をかわしながら間合いを詰め、反撃する、防御を主体とし攻撃を付随させるスタイルである。

また、寝技や投げ技が得意ならば「近接投極」スタイル、相手を押し倒すタックルなどの技術や、強引に打撃や掴み技を実行する体力を備えていれば「近接攻撃」スタイルも有効となる。

次に、「打撃が得意か掴みが得意か」によって異なる、有効なスキルやファイトスタイルについて述べる。この特徴が決まる要因は様々である。たとえば、修練する流派が打撃系の流派(空手やボクシングなど)か、掴み系の流派(柔道やレスリング)かは、得手不得手に大きく影響する要因である。また、視力や動体視力の関係

で打撃が見えにくかったり、相手の関節や身体の仕組みを覚えるのが苦手な寝技を理解できないなどの要因も考えられる。

#### a.打撃が得意な者

##### 「適した技」

当然ながら打撃技が適している。ただし投げ技や寝技といった掴んでの技も、相手に接近されて捕まれた場合の対処法として、防御法は必要になる。また、相手が掴み技を狙ってきている場合は、相手が掴んでこようとした瞬間に当てられる打撃系や、掴まれた状態で出せる打撃技も、対処法として必要となる。

#### 「有効なファイトスタイル」

「一撃必殺」スタイルや「制空迎撃」スタイルなど、掴み技を主体としないスタイルなら、あらゆるスタイルを用いることができる。しかし、どのようなスタイルを用いるにしても、掴み技への対処法は必要となる。たとえば、「制空迎撃」スタイルならば、相手に掴まれないよう、近づかせない闘い方を行うことになるし、「猪突猛進」スタイルならば、相手に掴む暇を与えずに攻め続けることになる。いずれにせよ、打撃が当たる間合いに入ってきたときから、相手がこちらを掴むまでの一瞬に、打撃を当てられるかどうかポイントとなる。参考として、打撃が得意な者による掴み技への対処法を、以下に4つ挙げる。

1. 掴まれる前に打撃を当てる
2. 掴まれた場合、掴まれた状態で当てられる有効な打撃を当てる
3. 掴み技に対する防御を行い、相手から離れる
4. 習得が容易な掴み技を覚え、打撃を基本としながらも、掴まれたら掴み技で対抗する

#### b.掴み技が得意な者

##### 「適した技」

当然ながら掴み技が適している。打撃技については、お互いが立った状態、もしくは離れた状態で闘いを始

めることを想定すると、対処法として知っておいた方が安全である。また、打撃にも自信があれば、掴み技が苦手な相手に「掴まれたらおしまい」というプレッシャーをかけ、思いっきり打撃を出させない状態を作り出し、打撃で勝負を決める方法もある。そのためには、打撃が得意な者と同じような技を習得する必要がある。また、タックルなどの一瞬で接近して掴める技が得意ならば、打撃技はあくまでも防御法のみを覚えておくだけでも安全に闘える。

ただし、複数の敵を相手にした場合、掴み技では相手を倒すのに時間がかかるため、不利な場合が生じる。その場合には、素早い投げ技で対処したり、節技を用いるとしても立った状態でかけるようにし、別の相手に対処しやすくするなどの工夫する。または、打撃技を習得しておくなど、複数の相手を想定した対処法を考えておかななくてはならない。

#### 「有効なファイトスタイル」

「近接投極」スタイルか「近接攻撃」スタイルが向いている。前者は、掴み技のスキル全般に優れた者に向いており、打撃を避けて組み付き、掴み技で相手を倒す。後者は、ある程度の掴み技の基本を持ち、さらに体力に優れた者に向いている。こちらも打撃を避けて組み付き、寝技の状態を相手をコントロールし、打撃を打ち込んだり、力づくの絞め技や関節技で勝負を決める。どちらも掴み技に持ち込んで打撃を封じるスタイルなので、相手が打撃を打てる間合いに入った瞬間から、こちらが組み付きまでの一瞬に、打撃をかわせるかどうか勝負がかかってくる。

また、打撃もできる者ならば、「多弾連撃」スタイルも可能である。適した技の節で述べたように、掴み技が苦手な相手にプレッシャーをかけて攻撃を封じ、こちらの打撃技で勝負する戦術となる。参考として、掴み技が得意な者による打撃技への対処法を以下にあげる。

1. 打撃技を習得し、掴み技でプレッシャーをかけ、打撃技で闘う

2. 相手に打撃を打たせて防御し、隙を見て組み付く  
3. 多少の被弾を覚悟して強引に組み付き、掴み技に持ち込む

## 第4章 実践と考察

### 4-1. ファイトスタイル作成

第3章までに述べてきた内容をもとに、筆者は自身に合ったファイトスタイルを作り、実践を行った。まず、ファイトスタイル作成に影響した筆者の特徴をあげる。

- ・身長 180cm、体重 78kg
- ・技術は、これまで5年間修練している少林寺拳法が主体。空手など他流派を修練したり、他流派の技術を取り入れたりもしている
- ・遠～中距離での打撃が得意。接近戦での打撃は苦手
- ・腰を痛めているため、素早い動きや、激しい連打、上段への蹴り技など、腰に負担の大きい技が苦手
- ・素早い動きができないため、自分から攻めることより、相手の攻撃を持つてのカウンターが得意
- ・得意技は、右の突き、左の逆蹴り、空気投げ、スリーパー
- ・左足を前に構えているときは、左右の突きと、スピードよりも威力を重視した右逆蹴りを出しやすく、自分から攻めやすい構えである
- ・右足を前に構えているときは、右手による順突きや、左右の蹴りが出しやすい。この構えの時はカウンターを行いやすい構えである
- ・掴み技は不得手だが、対処法としていくつかの技を習得している

第3章で述べた「スキルの量と質」の部分当てはめると、筆者は5年程度の武術修練経験しかないため、スキルの絶対量はそれほど大きいわけではない。従って、スキルの量より質で攻める方向性になる。現在所有しているスキルを、ファイトスタイルの中で有効に活用する闘い方が必要である。

「個人の特徴と相性」の部分では、日本人としては大柄な部類にはいることから「リーチの長い者」の特徴が、また打撃を得意としていることから「打撃が得意な者」の特徴が当てはまる。両者の特徴に共通して有効なファイトスタイルは、「一撃必殺」「多弾連撃」「制空迎撃」の3つである。ただし、筆者は腰を痛めており激しい連打ができないため、連打を必要とする「多弾連撃」スタイルは候補から外れることとなる。そして、「一撃必殺」スタイルには、文字通り一撃で相手を倒すための体力が求められるが、筆者は体力的に強い特徴も弱い特徴も持っていない。

そのため、残された「制空迎撃」スタイルを用いることになる。このスタイルならば、自分から攻めるよりもカウンターを当てるのが得意という筆者の特長も生かすことができる。また、掴み技への対処法としては、「打撃が得意な者」の項であげた1~4のどれも行えるため、相手の技量によって使い分けることとする。

課題としては、まず1つに「制空迎撃」スタイルは、相手が自分よりリーチが短いと仮定した場合の闘い方であるため、自分よりリーチの長い者と闘った場合の対処法があげられる。また、相手の動きを止めることができず、間合いを詰められてしまった場合の対処も必要になる。前者については、間合いをあけての攻防を基本とする「制空迎撃」スタイルの防御的な側面の応用で、「守主攻従」スタイルに変化させ対応する。また、間合いを詰められてしまった場合には、突き放すか、もしくは掴み技に持ち込んで対処する。

次に、具体的な戦術について述べるが、すべての戦術の前提として、直接的な攻撃のほかに、フェイントなどの心理的な駆け引きで相手の動きを止め、容易に間合いを詰められないよう心がける必要がある。以下が、間合いを維持した状態から、攻撃を仕掛ける戦術である。

a. 相手が間合いに入ってきた瞬間、または相手が攻撃する瞬間、順突きや前蹴りなどリーチが長くスピードの速い直線的な攻撃を打ち、動きを止める

b. 相手の攻撃を防げる間合いから、「積極的な崩し」を行ない、攻撃も防御も防いだ上で攻撃を当てる

c. 相手が突きを警戒している間は、突きのフェイントを行ない、上段に意識を集めてから、中段や下段への蹴りを撃つ

d. cとは逆に蹴りを警戒している場合、足を軽く上げるなど蹴りのフェイントを行なって中段や下段に意識を集め、突きを打つ

e. 相手の守りが堅くて決定打を与えられない場合は、a~eの戦術で攻撃を仕掛け、さらに連打を加える。ただし、体調的な意味でもスピード不足を考慮した上でも、連打の多様は控える。

この2つの戦術で闘い、相手にダメージを蓄積させて倒す。もしも相手に大きな隙ができれば、威力を重視した技を打ち込み、倒す。

a~eは、こちらから攻撃を仕掛ける戦術となっているが、逆に相手が先に攻撃を仕掛けてきた際の対処法についても、以下に述べる。

f. 相手の突きや蹴りを下受けなどで下方向に払いながら前に出て、前側の手の突きで反撃する。この際、相手の背中側に移動しながら攻撃すれば、攻撃も受けづらく安全である。

g. 前に出る余裕がなかった場合、体重を後ろに傾けながら突き蹴りを下に払い、前側の足で蹴りを撃つ

h. 上段の突きが予測できた場合、顔を横にそらしながら前の手で受け流し、中断に突きを撃つ

i. 同様に中段や下段への蹴りが予測できた場合、前の手で払って突きを撃つか、後ろの手でガードしながら、前の手で突きを撃つ

また、実際には相手が掴み技を使ってくる場合も想定される。その場合の対処法は、以下のようになる。

j. 第2章の防御の技の例であげた「小手抜き」の応用で、掴まれた際にも体勢を保ち、掴んでいる相手の手を外し、打撃技で反撃する



k.完全に掴まれた場合、第2章の攻撃技の例であげた「空気投げ」の応用で対処する

l.もしも、投げられたり押し倒されたりして寝技に持ち込まれたら、ガードポジションの技術を使って相手の動きを止め、足で突き放し、立ち上がる。もしくは、その状態からのスリーパーや関節技を行なう

m.最後の手段として、相手の目や鼻などを圧迫したり、噛み付きを用いたりして、相手の寝技を解かせる

#### 4-2. ファイトスタイルの実践

以上までで作ったファイトスタイルを、筆者は自ら実践を行なった。ここでは、実践を行なった中から「少林寺拳法北九州大会 2001」と、格闘技経験のある友人の助力を得て行なった「暴力の場を想定した状況」の2つの場での実践結果を記述する。

「少林寺拳法北九州大会 2001」(2001.10.21)

この大会は、北九州市内の少林寺拳法道場が共同で開催した大会である。筆者は、「乱捕」と呼ばれる試合形式のトーナメントに出場した。ルールは、顔と腹に防具を、手にはグローブを装着することが必須。上・中段への突き、中段への蹴り、下段への足払い、掴んでの中段への膝蹴りが使用可能、というものである。3名の審判の判断により、威力のある攻撃が完全に当たった場合「技あり」となる。技ありを2つとれば「一本」で勝利となる。どちらかが場外に出た場合、または転倒した場合や掴み合って膠着した場合、審判により試合が中断され、試合場中央から仕切り直しとなる。

筆者は「制空迎撃」スタイルで闘う計画を立てたが、細かい調整はほどこした。まず、グローブの大きさが邪魔になり蹴りを当てづらいため、蹴りより突きで攻撃する割合を大きくすることにした。そして、基本的な戦術として「相手が攻撃してくる瞬間に順突きでカウンターをとる」「相手の蹴りを防いで、反撃する」「蹴りをむやみに撃たず、相手の意識が蹴りから遠ざかったところで意表を突いて蹴りを撃つ」という3つの柱を立てた。

また、当時、腰痛の悪化と、左手首を負傷していたこと、また以前に試合を行なってからブランクが1年以上空いていたことから、長い攻防の中で相手の動きを見きり続けることを必要とする正面からの撃ち合いは、感覚が鈍っていることが予想され不利と考え、極力間合いを離し、カウンターで勝負することを計画した。

##### ・1回戦

1回戦は、接近してフックを連打することを得意とする「猪突猛進」型の相手と闘った。子どもの頃から16年間少林寺拳法を続けており、優勝候補のひとりでもある。相手は筆者より小柄であるため、不利になる遠い間合いを避け、「猪突猛進」型の接近戦を挑んできたものと予想される。当初筆者は、相手が射程距離に入った瞬間に順突きでカウンターをとる作戦を立てていた。しかし、試合前に同じ道場の出場者と「決勝まで簡単にいけそうだから、決勝ではふたりで大技を出し合って遊ぼう」等と笑い合っているのを聞き、怒りによって冷静さを失い、相手が打ち合おうとしてくると、腰痛や手首の負傷を悪化させないために防御に気を配りながらも、維持になって正面から打ち合ってしまった。

試合全体を通して、相手が突進して連打を仕掛けてくるのに対し、ガードを堅めて打ち返すという、耐える展開になった。しかし、試合中に冷静さを取り戻した筆者による順突きのカウンターが決まり、「技あり」を1つ先取した。その後も打ち合う展開が続くが、直進してくる相手を足払いで崩し、突きの連打で突き放し、空いた間合いを利用しての左逆蹴りで「技あり」2つめをとり、勝利した。

##### ・準決勝

準決勝の相手は優勝候補の筆頭で、子どもの頃から25年以上少林寺拳法を続けている人物だった。出場者の中でも群を抜いたスピードと攻防技術を持ち、1回戦に筆者が闘った相手と同じ道場に所属しているが、道場での修練中には彼を手玉にとるような闘い方

を見せていた。

筆者は1回戦より冷静さを取り戻しており、ファイトスタイルに忠実に闘うことができた。しかし相手の防御技術が高いため、カウンター順突きを試みるが完全に防御されてしまい、「相手の攻撃を防いでの反撃」「意表を突いての蹴り」の2つに戦術を絞った。試合展開は、相手は素早い連打を狙い、筆者はそれを防いでの反撃を返すという、技術戦になった。互いに決定打を与えられないまま試合が続いたが、筆者が左前に構えていたところを右前に構えを変えたり、相手を迷わせる動きを行なった「意表を突いての蹴り」をあて、「技あり」を先取した。

その後も、相手の連打と筆者の反撃という攻防が続くが、接近してきた相手を力づくで押しとばす右逆蹴りが当たり、「技あり」2つで勝利となった。

#### ・決勝戦

決勝戦の相手は、大学の少林寺拳法部で修練を積んでいる人物で、蹴り技を苦手としているのか上段への突きのカウンターのみで決勝まであがってきている様子だった。これまでの試合を見ていると、1回戦や準決勝に筆者が闘った相手と比べると技が未熟で、突きを腕の力だけで撃っており威力が弱いように見えた。ただし、相手の攻撃に対する反応は早く、威力が弱い「技あり」にはならないものの、当てる技術は高かった。

筆者は1回戦や準決勝で強敵を相手にしたため、体力的にはかなり消耗していた。また、以前から負傷していた左手首に加え、右手首の負傷、腰痛の悪化などで思うように動けない状態にあった。そこで、決勝ではファイトスタイルを切り替え、間合いを維持する「制空迎撃」スタイルを使いながらも、攻撃を極力控え、数発の攻撃に全力を注ぐ、「一撃必殺」スタイルに近い闘い方をとることにした。

試合は、間合いを詰めながら突きを撃ってこようとす

る相手に対し、筆者はフェイントをかけつつ、下がって間合いをとり、距離が詰まったところで単発の攻撃を仕掛ける展開となった。お互い攻撃をほとんど出さずににらみ合う展開が終盤まで続いたが、勝負に出た筆者が「積極的な崩し」からの蹴りを放ったところ、相手は蹴りに反応して上段のガードが下がった。そこに右の順突きを打ち込み、「技あり」となった。仕切り直して試合は続行されたが、まもなく時間切れで筆者の勝利となった。

#### 「暴力の場を想定した状況」

この状況の設定に関しては、アマチュアボクサーであるI氏、少林寺拳法の有段者であるK氏の協力を元に行なった。「もしも街中で通行人から金品を奪うならどうするか」などと、まずは攻撃者側の行動を考え、それに対して身を護る側は対処を行なった。その中から2つの事例を挙げる。

#### 事例1「強盗に対する護身」

Kが真正面から「金を出せ」と脅してきた。筆者は「ごめんなさい」と深く頭を下げ、謝罪して見せた。その瞬間、Kの金的を手で打ち、悶絶している間に逃走した。

これは、謝って抵抗の意志がないように見せかける心理的なフェイントのほか、頭を下げた姿勢によって、下半身へのKの視線を遮り、死角を作るという戦術をとっている。ファイトスタイル作成の節で「c.相手が突きを警戒している場合は、突きのフェイントを行ない、上段に意識を集めてから、中段や下段へ蹴りを撃つ」戦術の応用である。基本通りの戦術では、突きのフェイントによって中段・下段への攻撃を当てやすくしているが、事例の場合には、謝ったと思わせることや視線を遮ることが、突きのフェイントの代わりとなっている。

#### 事例2「胸ぐらを掴まれ、さらに殴られそうになったときの対処」

Iが筆者の胸ぐらを左手で掴み、右のフックで顔を殴

りにきた。筆者は、胸ぐらを掴むIの左手に自分の右手をかけ、踏み込みながら左の肘打ちを顔面に当てた。そしてIの右腕を掴んで投げ飛ばし、倒れたAの関節を極めて動きを封じた。

この事例で筆者は、胸ぐらを掴まれた瞬間には半身に構え、また相手の手首を殺し、Iの力をそらしている。この時点で、攻撃しているのはIだが、相手の動きを封じ有利な状態に立っているのは筆者である。Iは筆者の胸ぐらを掴み制圧しているように見えるが、その実、Iは左手をふさがれていると同様の状態になっている。また、間合いの関係で、Iは蹴りや直突きを出しにくく、出せる攻撃は右のフックやアッパー、もしくは頭突きに限定されている。

さらに筆者は、Iの頭突きや、フックやアッパーの軌道を防ぎ、よりスピードの速い攻撃として、肘打ちを利用している。これによってIが頭突きや手による突きを撃とうとしても、筆者の肘に阻まれてしまい当たらない。

肘打ちが当たればAは後ろにのけぞることになり、反射的に倒れまいと踏ん張る力が働く。後ろに倒れまいとする力は、逆に言えば前に向かう力である。その力に加え、筆者はIの左手首の関節を極めてひっぱり、されるがままにならざるを得ない状態を作った。さらに肘打ちを撃った後の手をIの左肘に打ち下ろし、下向きの力をかけることで、重心と体勢の崩れを完全なものとした。これで「I自身の踏ん張る力」「手首を極めて引っ張る力」「左肘にかけた下向きの力」の3つが合わさり、Iは投げられてしまった。しかも、肘打ちを撃つ際に踏み込んだ筆者の左足は、Iの左足付近におかれており、もしもスムーズに倒せなかった場合には、足払いをかけることも可能な状況となっていた。

この事例では、空気投げの原理を利用している。空気投げには、一度押してから引き込む動作があるが、ここでは、肘打ちによって押す動作を代用し、引き込む動作としては、手首の関節を極めて引っ張ることと、相手の左肘に下向きの力をかけることで代用してい

る。

#### 4-3. 実践結果の考察

作成したファイトスタイルは、実践においておおむね成功していた。「北九州大会」の事例では、「制空迎撃」スタイルの中で立てた基本戦術のうち、「相手が間合いに入った瞬間に打撃を当てる」行為がうまく機能していたし、場に応じて立てた「蹴りをむやみに撃たず、意表を突いて撃つ」という戦術も有効だった。

失敗から、ファイトスタイルの正しさを証明することもできた。1回戦では、意地になり接近戦を挑んだため、苦戦した局面が多かった。しかし、冷静さを取り戻し本来のスタイルに戻すことで、勝つことができた。これは、接近戦を苦手とする筆者には、打ち合うタイプのスタイルを用いるのではなく、作成した「間合いをあけて迎撃する」スタイルの方が適していたことを逆説的に実証している。

しかし、課題も多く存在した。まず1つは、反応速度の問題である。事例の中で、決定打が出ずに試合が長引く展開が多かった。相手のスピードに反応が遅れ、間合いにはいった瞬間に攻撃することができなかつたためである。これは、ファイトスタイルや戦術の問題というより、筆者自身のスキルの問題である。

ファイトスタイルや戦術についても、問題が含まれていた。「北九州大会」の決勝戦では、どちらも攻撃を出せずに膠着する時間が長かった。もっとフェイントをかけるなどして改善できた部分もあったかもしれないが、戦術上の最大の問題として、「自分と同じように、カウンターや攻撃を受けての反撃を狙う相手に、どうやって攻撃を当てればよいか」という点があった。そのような場合は相手も守りを堅めているため、容易に攻撃を当てることができず、闘いが膠着してしまう。「制空迎撃」スタイルも「守主攻従」スタイルも、用いることが難しかった。自分から攻めてこない相手に対する戦術もいくつか立てていたが、「積極的な崩し」が一度成功したことをのぞいて、機能していなかった。実際に決勝戦

で行なったように、「一撃必殺」スタイルなどを対処法の1つとして取り入れることが必要かもしれない。

また「制空迎撃」スタイルで闘っていると、接近戦に持ち込まれた際、相手を近づけない戦術から、接近戦で相手を掴んだり突き放したりする戦術へ、頭を切り換えることが難しかった。接近戦や連打を求めてくる相手への対抗が大きな課題である。今の間合いならこちらが有利だが、一歩踏み込まれると不利、という間合いで、いかに的確に攻撃できるか。また、接近した距離で有効に生かせ、かつ容易に用いることのできる戦術を練ることも必要である。

「暴力の場」の実践では、記述した事例では成功しているものの、時には相手の力が強く掴み技がかからなかったり、万が一相手が複数であった場合などを想定すると、対応しきれない部分があった。前者については、スキルを磨くことと、技に失敗したとき、どう変化させるかを研究すること。後者については、いかにひとりひとりを早く倒すか、そのためにはどのような技が向いているかを研究することが求められる。

状況によって、有効なファイトスタイルやスキル型証拠となってくることも、実践結果から証明されている。「北九州大会」の事例では、1回戦と準決勝では「制空迎撃」スタイルがうまく機能したが、決勝戦では、怪我や相手との相性もありうまく機能せず、スタイルそのものに変化を加えることが必要な部分があった。

解決策としては、この変化をよしとして、現行のファイトスタイルをどのような状況にも変化させて対応できるようにするか(どのような闘争においても、柔術のファイトスタイルの応用で闘う、等)。それとも、闘う機会が多いであろう状況をいくつも想定して、それらに応じたファイトスタイルを個別に準備するか(ある闘争者が、テコンドーで戦うならテコンドー用のファイトスタイルを持ち、レスリングで闘うならレスリング用のファイトスタイルを持つ、といった風に個別に準備する)。さらには、自分の闘う場をある状況に限定し(競技なら、ボクシングだったらボクシングのみ、柔道だったら柔道のみで闘う)、

専門的に特化したファイトスタイルを作るか。それに3つの選択が考えられる。

#### 4-4. 全体を通しての考察

第1章1節の終わりで述べたように、ファイトスタイルとは、「闘いに勝つ」という目的の下で、自分の持つスキルを抜き出し、組み合わせて構成したものである。本論文では、そうしたファイトスタイルの作成法を研究し、「最強」になることのできるファイトスタイルを目指して実践を行なった。そうして得られた実践結果の考察から、「最強」を達成するためには、3つの課題が生まれてくることがわかる。

1つめは、個人的な課題である。目標とするファイトスタイルを考察し、それを実現するに足るスキルを本人が持っていなかった場合、足りない分をいかに補うか、また新たに習得するかという、スタイルを実践するための課題である。これは、ファイトスタイルそのものよりも個人に課題の存在する問題である。

2つめは、考察したファイトスタイルを実現するに足るスキルを本人が持っていたとしても、ファイトスタイルそのものが完全でなかったために勝てない場合に生まれる課題である。これは、ファイトスタイル自体に課題が存在する。

最後に、「最強」のためのファイトスタイルを、どうやって求めるかという課題である。実践の結果からの考察の最後の部分で、「最強」のための3つの方法を示した。

##### 「3つの方法」

- ①. 1つのファイトスタイルを、どのような状況にも対応できるものにする
- ②. 闘う状況に応じて、複数の異なるファイトスタイルを作る
- ③. 闘う状況そのものを限定し、そこでベストのファイトスタイルを作り、そこでしか闘わない

素手での闘争をもっとも研究している、いわば闘争のプロである格闘家や武道家は、現在のところ、前述した「3つの方法」のどれかを選んで、「最強」のファイトスタイル達成のために修練を積んでいるものと思われる。

暴力に対する護身を実現したり、修練で得た知識や体力を日常生活に生かすことを目的としている合気道や少林寺拳法などは、②や③に含まれるものであるだろう。これらの流派は、たとえばボクシングやレスリングの試合のような闘争で勝つことを修練の目的としていない。

また護身のほかに、流派内部の試合、バリー・トゥードなど流派外部の試合にも勝てるファイトスタイルを目指している、ブラジリアン柔術やいくつかの空手流派は、①を目指しながら②の方法を選択している。何度か名前を挙げたヒクソンは、護身でも柔術の試合でもバリー・トゥードにおいても、柔術のファイトスタイルと同様に勝つことを目指しているが、たとえば空手やボクシングの試合のような、ファイトスタイルでカバーしていない闘争では、闘わないだろう。もしも空手やボクシングの試合に出るのなら、新たに空手やボクシング用のファイトスタイルを習得して闘うことになると思われる。

キックボクシングに似た独自の試合形式を行なう興行団体「K-1」が、2001年8月から、プロレスラーやバリー・トゥードを専門とする格闘家たちとの異種格闘技戦を開催し始めた。この事例からは、今まで独自の試合形式における最強を求めてきた、いわば③の団体であったK-1が、①や②をめざし始めたことからわかる。それに対し、それまでプロレスやバリー・トゥードといった限定された状況で「最強」を誇ってきた③の格闘家たちは、新参者に自分たちの誇示していた「最強」を崩されないため、徹底抗戦を始めている。

K-1の事例は、「最強」のファイトスタイルを求める闘争者には、2種類のタイプがあることを表している。1つには、③に始まり①や②を目指し、あらゆる状況で「最

強」となるファイトスタイルを求める闘争者。ここでは、前者を「挑戦者」、後者を「防衛者」と仮に呼ぶこととする。

バリー・トゥードやK-1、暴力、空手など、あらゆる状況において「最強」と呼べるファイトスタイルを目指す挑戦者は、1つの状況で「最強」のファイトスタイルを達成できたら、今度はほかの状況に挑戦することになる。ところが、向かった先の状況にも、その状況において「最強」のファイトスタイルを追求している防衛者が存在している。防衛者にとって、ここで挑戦者に倒されてしまうことは、闘う状況そのものを限定してまでも追求してきた自らのファイトスタイルを否定されることになり、「最強」を目指してきた自分たちのアイデンティティを失ってしまうことになりかねない。そのため、防衛者は挑戦者をたたきつぶそうと立ち向かう。

防衛者と挑戦者が闘う場合の関係を、第1章で述べた「スキルの総体」から考察すると、たとえばバリー・トゥードの防衛者(図3)は、自身のスキルの相対の中に、バリー・トゥードスキルの大きなゾーン(図3-①)を持っており、闘争の際にはそれをそのまま用いればよい。ところが、純粋な空手家(図4)がバリー・トゥードに挑戦するような場合、使用できるスキルは空手スキル(図4-①)の中でバリー・トゥードに共通する一部のスキル(図4-②)のみとなる。ファイトスタイルの観点からも、防衛者は本来のファイトスタイルに修正や変化を加えながら闘わなくてはならない。条件としては、挑戦者に不利となってしまう。

挑戦者が、前述の不利な条件を補うためには、「3つの方法」のうち①か②を行なうことになる。つまり、空手のファイトスタイルやスキルを、変化や応用させる方法を考えるか、新しくバリー・トゥードのファイトスタイルやスキルを習得するか、である。もし挑戦者が「最強のファイトスタイルとしての空手スタイル」を目指すのならば、①の方法である前者になるだろうし、「最強のファイトスタイルのための、新しい空手スタイル」を目指すのならば、②の方法を用いた後者になるだろう。

挑戦者が②の方法で得たファイトスタイルやスキルは、状況に特化したものであるため、挑戦者がまた新たに別の状況に挑戦する場合には、無意味となる可能性がある。しかし状況に特化したファイトスタイルやスキルの中にも、ほかの状況と共通するスキルが含まれている可能性があり、挑戦者が様々な状況に挑戦することで、そうした幅広く活用できるスキルを数多く習得し、「最強」のファイトスタイル実現に近づくことも可能である。

あらゆる状況における「最強」のファイトスタイルの実現は、挑戦者が様々な状況に挑戦し、防衛者と闘っていくことによって可能となる。挑戦の過程で、本来のファイトスタイルやスキルを、より幅広い状況に対応できるものに改良することや、新しいファイトスタイルやスキルを学び、多くの状況に共通する部分を抜き出して習得していくことで、「最強」のファイトスタイルに近づくことができるのである。

## 第5章 結論

### 5-1. 「最強」のファイトスタイルの形

21世紀においても未だ実現されていない「最強」のファイトスタイルは、これからも闘争者たちが防衛者と挑戦者に分かれて競い合うことで、少しずつ実現に近づいていくものと考えられる。それは、ある状況に特化するか、あらゆる状況に対応するかの闘いであり、多くのファイトスタイルやスキルを習得し、数で攻める方法か、絞り込んだファイトスタイルやスキルを様々な状況に対応させ、質で攻める方法か、の闘いでもある。そうした闘いの中で、「最強」のファイトスタイルを求める挑戦者は、実践の結果から、自らのファイトスタイルを「あらゆる状況に対応させられる」ものへと磨いていかなければならない。また、使用する本人の技量も求められる。

「あらゆる状況に対応させられる」という観点からいうと、今後「最強」のために求められるスキルは、突きや蹴りや投げ締めといった技そのものはもちろんのことだ

が、攻防のタイミングの取り方や力の出し方、崩し方など、技とは違った形のスキル(しかも、それらは多くの状況に活用できる)が、より重要になってくると考える。

また、すべてのファイトスタイルには「遠くからの打撃」「接近しての打撃」「接触しての掴み技」の大きな3つの傾向が存在するが、闘争者全体のレベルが上がり、各自のファイトスタイルが完成に近づいてくると、たとえば「遠くからの打撃」スタイルのものと「接触しての掴み技」スタイルが闘った場合、近づかれる前に前者が攻撃を当てられるか、それを潜り抜けて後者が掴みに成功するか、といった一瞬の攻防で勝負が決まることになるように考える。これにより、将来の闘争は数秒で勝負が決まるものか、もしくはどちらかが隙を見せるまで、長時間見合ったまま動かず、動いたときには一瞬で勝負が決まるような闘争になるものと予想する。

よって、「最強」のファイトスタイルは、打撃や掴みといった使用技の違い、リーチや体力の差に限らず、数々の挑戦を経てあらゆる状況に対応できるよう改良されたものであり、技に限らないスキルを生かし、一瞬の攻防に勝負のすべてをかけるものとなる。筆者のファイトスタイルであれば、大きく距離をとった間合いから、相手が射程距離に踏み込んだ一瞬に打撃を当てられるかどうかで勝負が決まり、心理的駆け引きや攻撃に威力を乗せるための身体の使い方などが、非常に重要となってくる。

世界には、まだまだ未知のファイトスタイルやスキルが多く存在し、今回筆者が研究した内容を塗り替えるファイトスタイルやスキルが、今後「挑戦者」や「防衛者」によってもたらされるかもしれない。しかし、現時点で筆者のいえる「最強」のファイトスタイルとは、以上のようなものである。

### 5-2. 結論の後に・武道家の生き様

血を流し、一生癒えない傷を負い、生死をかけてまで闘う人々を「スポーツマンシップに反する」「野蛮」と

呼び非難する人々がいる。それにもかかわらず、そのような闘争で勝利することを求め、厳しい修練を積む「武道家」たちが存在する。

確かに、闘いにおいては勝利が最大の目標であり、勝利を追求した結果、プライドやアイデンティティの崩壊、「死」さえもがもたらされることがある。闘いの中で「これ以上闘えば死ぬかもしれない」という状況においても、0.0001%でも勝利の可能性があれば、武道家はその可能性に向かって闘うからである。武道家が実行するファイトスタイルとは、「死なない」ためのものではなく「勝つ」ことを最大の目標としたものであるため、勝利の可能性の前に「死」という高い目がそびえ立っていたとしても、武道家は勝利に向かって闘ってしまう。もしも「これ以上闘えば死ぬかもしれない」ところで闘いをやめてしまえば、それは敗北であり、その闘いにおける勝利はもたらされない。

その意味では、武道家が追求するファイトスタイルやスキルといったものは、血生臭い殺し合いの道具に過ぎないし、彼らの闘いには、自由や平等、愛や感動といった理想など存在しないのかもしれない。

それでも我々武道家は、闘争に勝つための「最強」のファイトスタイルを目指し、勝利に向けて闘い続ける。人生を豊かにする生き方の1つとしてのスポーツならば、命をかけてまで闘う必要はないだろう。しかし武道家にとっては、勝利に向けて闘うことが理想の「生き様」であり、「死」とはその過程でもたらされる不幸な結果の1つに過ぎない。

スポーツマンが、人生を豊かにすることや自己表現することを最大の目的としてスポーツを行なうならば、武道家にとっては「闘いに勝つ」そして「最強」を目指すことが最大の目的である。なぜならそれが、武道家が求める「生き様」だからである。

そうまでして武道家が歩む「生き様」は、決して野蛮で冷酷な殺人者としての生き様でもなく、西洋思想の立場から否定されるほどの無知で愚かなものではなく、人々に大きな感動を与えるエネルギーを秘めたもので

あると、私は信じている。

彼らが人生をかけて追求している「闘いに勝つ」ための手段としてのファイトスタイルの研究を通じ、「武道家が野蛮な殺人者ではないこと。どれだけの情熱を闘いに注いでいるかということ。1つの信念に命をかける生き様は、我々に大きな感動を与えるものであること」そういった武道家の語られざる言葉を、少しでも多くの人に広め、武道を志す人々の増えることが、本論文のささやかな願いである。

### 謝辞・追記

研究中だった2000年8月24日、正道会館所属の空手家アンディ・フグ氏が、急性骨髄球性白血病で死去しました。K-1や空手を舞台にしたアンディ氏の闘いや生き様に、大きな感動と、武道を行なう上での大きな影響を受けたことを記しておきます。

また、大学や武道を通して知り合ったすべての方々に、感謝の心を述べさせていただきます。特に、試合で拳を交えた皆さん。中でも、大学生生活最大の敗北を与え、自分の姿を見つめ直すきっかけをくれた九州工業大学のT君。学生生活最後の試合の相手をしてくれたK君。ふたりには重ねてお礼を申し上げます。

### 引用・参考文献

- 池田哲雄 「格闘技通信 1998年5月号～2001年9月号」1998～2001 ベースボールマガジン社  
大山倍達 「100万人の空手」1975 講談社  
小谷澄之・大滝忠夫共著 「柔道の形」1957 開明堂  
関戸衛 「スポーツ学の見方」1997 朝日新聞社  
宗道臣 「日本少林寺拳法教範」1954 少林寺拳法連盟  
中村文保 「月刊空手道 1999年6月号～2001年9月号」1999～2001 福昌堂  
新垣清 「沖縄武道空手の極意」2000 福昌堂  
藤平光一 「生活の中の合気道」1964 出版社不明  
道原伸司 「空手道」1998 成美堂出版

山田英司 「格闘K マガジン 1999年3月号～2001年  
9月号」1999～2001 ぴいぶる社  
山本秀雄 「絵説柔道」出版・発行年不明 東京書店

参考資料  
ビデオ「ヒクソン・ 그레이シー 王者の真実」1995 発  
売・ポリグラム 販売・ポニーキャニオン

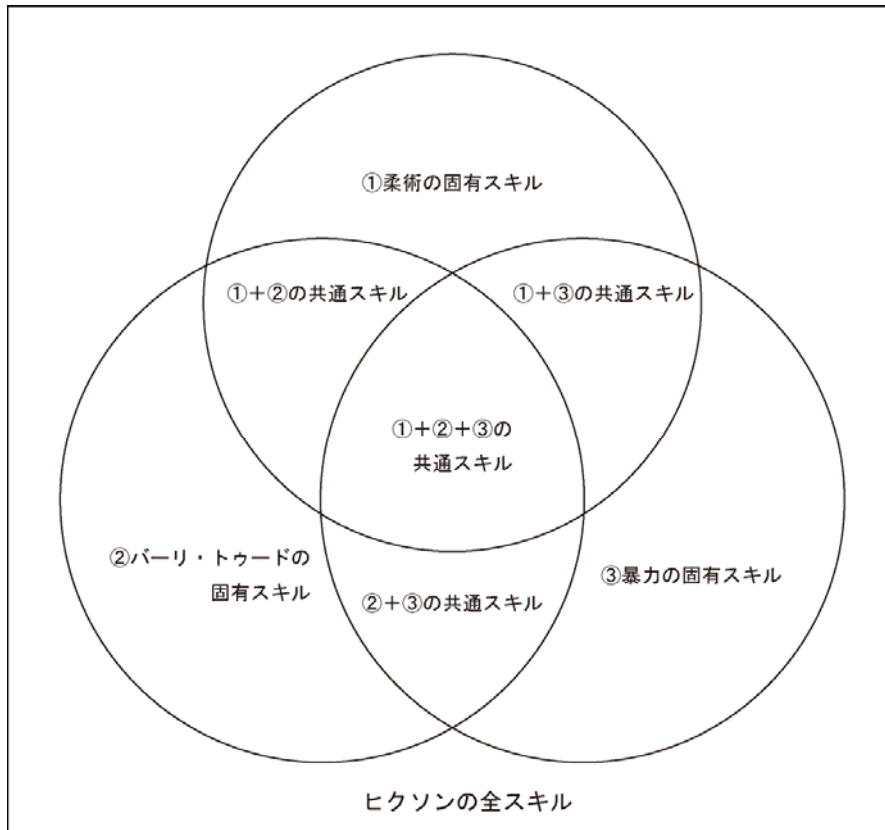


図1 ヒクソンのスキルの総体



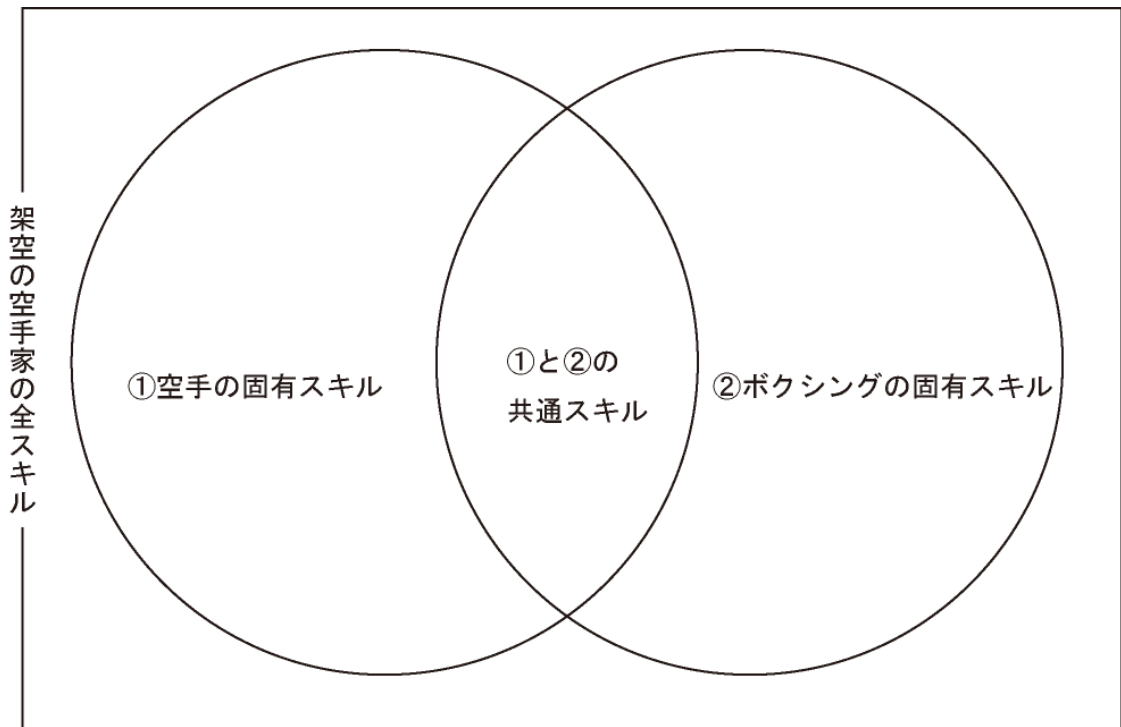


図2 架空の空手家のスキルの総体

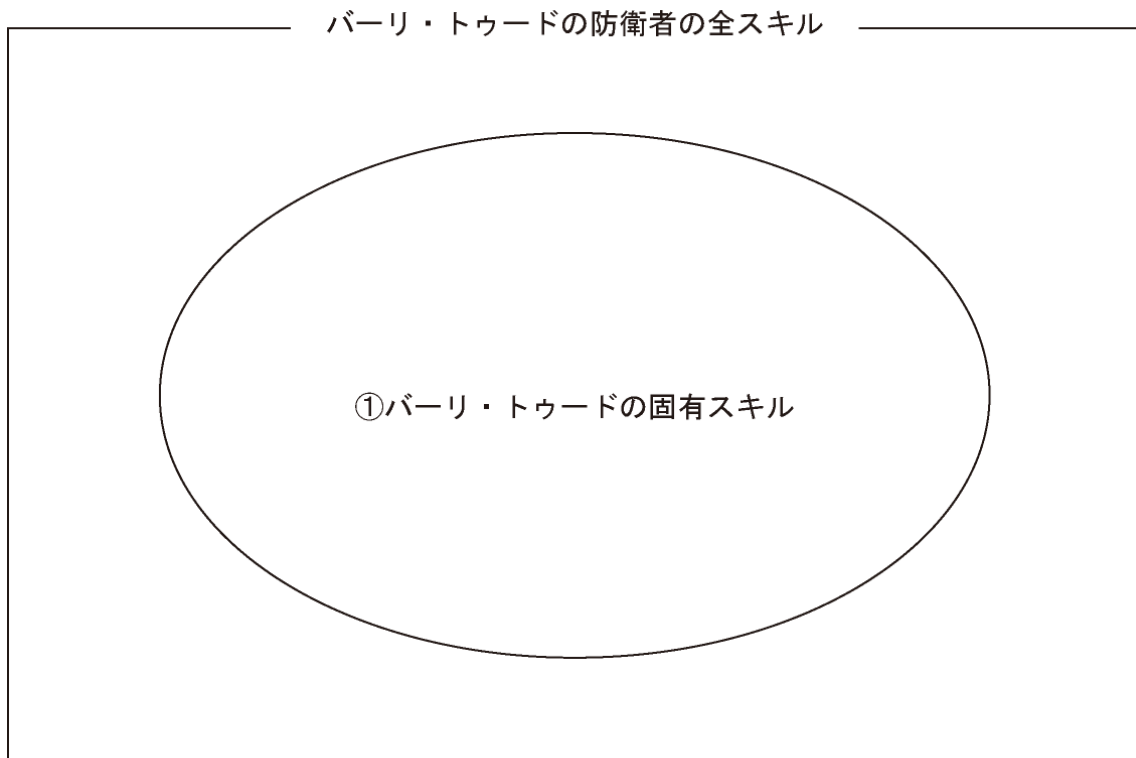


図3 バーリ・トゥードの防衛者

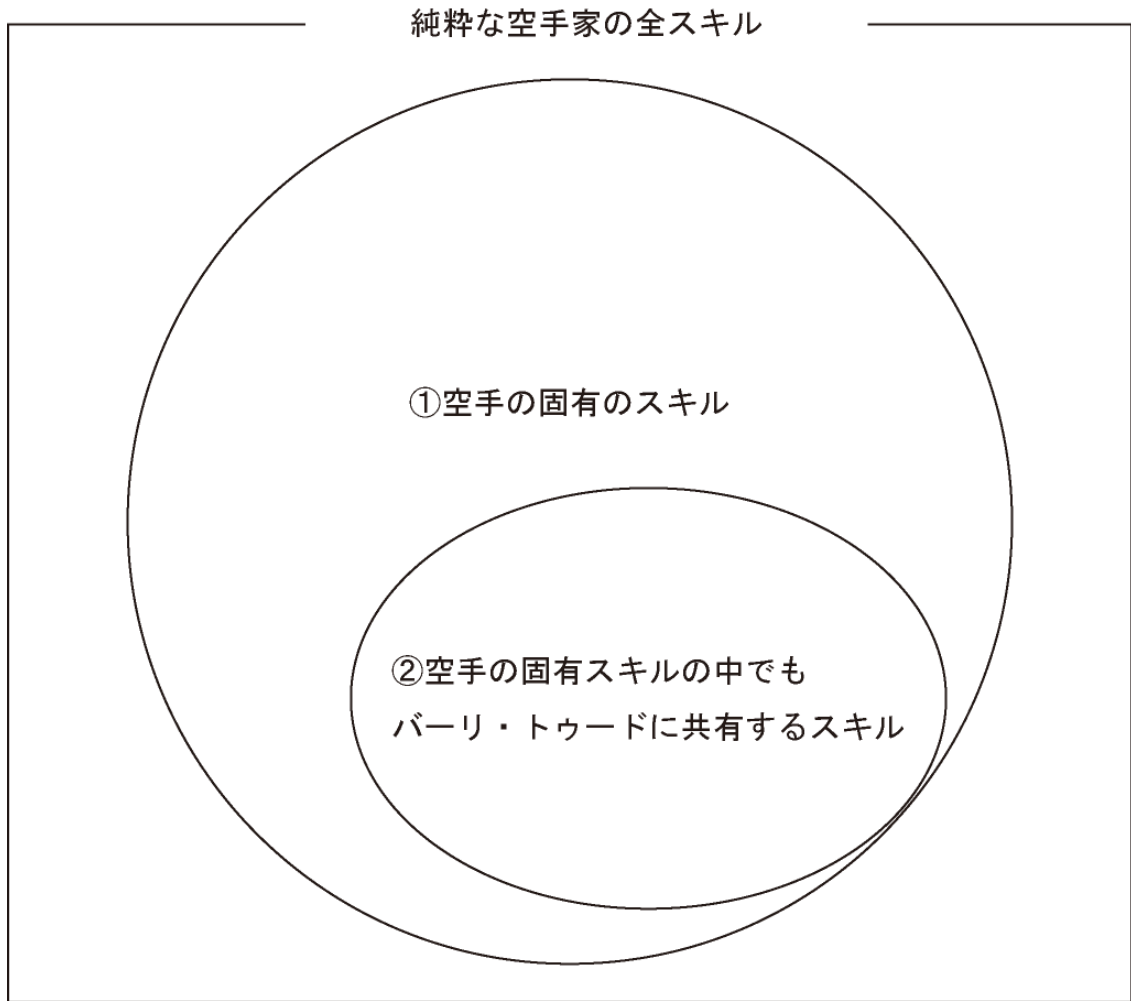


図4 純粋な空手家のスキルの総体