

## きたえる

## はじめに

体育では、激しい全身運動を行うこと、それも重いものを背負うとか、早朝や寒中に行うなど、なるべく厳しい条件で行うことを、「きたえる」といつている。

「きたえる」とは、一力杯我慢しなければならぬことである。それは、つらいことであり、苦しいことである。

しかし、このつらさ、苦しさを乗り越えなければ、人間は向上しないというこの「きたえる」とは、いったいどのようなことなのであろうか。

## 一

「きたえる」という言葉は、大言海<sup>①</sup>によれば、語源を

## 山田知子

「きたし」(段)に求めれば、折り返し打つことを指すが、「かたし」(堅)ならば、堅めることを意味するとあるが、東雅<sup>②</sup>によれば、「き」は「か」の転語で、「きたし」といい、「かたし」といっても意味は同じとあり、「キタシといふは、刀剣類を打造るに、折返すなど云ひて、打折て段々になして、打造る故にかくいふ也、又それをキタフなどいふは即キタシなり」とある。

このことから考えると、「きたえる」というのは、本来ものを折り返して打つことであつたといえよう。

又、東雅の説に従うならば、「きたえる」は、古くから刀剣の類を製作する過程の一作業を指す言葉として用いられて来たと推察出来る。<sup>③</sup>

そういうえば、我が国では昔から、刀をつくることを「き

たえる」といつている。又、きたえの足りない刀は役に立たないともいつている。

刀の製作には、一作業をもって、製作の全工程をいい表わすほどに、「きたえる」という作業を重視し、時間をかけ、丁寧に行うことが要求されたのであろう。

それでは、「きたえる」ことが、刀にとってどのように重要であったのであろうか。

刀は、現代では古美術の対象としてしか扱われていないが、本来はものを切るものである。

魔除けの守り刀として用いるものでも、よく切れそうに見える刀の方が、心丈夫である。まして、戦場で使われる刀は、実際に切れるものでなければならぬ。それもただ切れるというだけでなく、よく切れるものでなければ、戦の役には立たないであろう。

よく切れる刀というのは、何を切っても切れ味がよく、幾度使っても折れも曲りもしないばかりか刃こぼれもない刀のことだといわれている。

いわば、切ることに堪える強さを持つ刀といえよう。

この強さがなければ、刀は役に立たないのである。従って刀の強さは、刀の生命であるといえよう。

「きたえる」という作業は、この刀の生命をつくり出す

という役割を果たしている故に重要視されてきたのである。強さの上に、姿・形の美しさが加われれば、最高によい刀といえようし、美術的にも高い価値を持つものになろう。

## 二

それでは、「きたえる―折返し打つ―」ことが、刀の強さをつくり出すために、どのような働きをしているのであろうか。

刀の材料とする鉄は、砂鉄や鉄鉱石から採取される。その方法は、昔はたたら炉の中で木炭と共に燃焼して採取したといわれている。<sup>④</sup>

この鉄を、打ち折返しては打って、まず強い鉄材に仕上げ(下ぎたえ)、更に硬度の異なる鉄を合わせて、再びきたえ(上ぎたえ)刀の材料にするといわれている。<sup>⑤</sup>

ものを打つということは、強い力をものにぶつけることである。

それは、ものを叩き潰し、こなごなに破壊してしまうことである。

打てば壊れると知っていて、ものを碎き壊してしまおうとするのは、それが主体にとって古きものだからであり、必要のないもの、役に立たないものだからである。

古きものは、汚れたものであり、暗くきたないものである。澱み、滞っているものであり、活動しなくなっているものである。

この古きものを破壊するのは、新しきものにつくりかえていくために外ならない。

新しきものは、清らかなもの、はっきりととして確かなもの、活き活きと動くものである。

従って、ものを打つというのは、古きものを、新しきものに作りかえていこうとする意図的な働きを意味するといえよう。

採取されたばかりの鉄は、鉄ではあっても刀の強さに必要のない不純物が多く混在し、又、硬度も部分によって一定していないそうである。<sup>⑥</sup>

鉄を打つのは、破壊しようとする強力な力をぶつけることによって、この力に堪える強さを鉄自身のうちから導き出すためである。

強さに不必要なものは、この力に抵抗しきれず、こなごなに碎かれ追い出されてしまうであろう。

破壊する力に堪えられる強さが、切ることに堪える刀の強さとなるのである。

従って鉄を打つことは、打つことに堪える強さをつくり

出すことであり、鉄の強さを、より純粋なものにつくりかえていく働きかけをしているのだといえよう。

鉄には、熱すると柔らかくなり、圧したり叩いたりすれば、薄く延び広がる(延展性)が、冷やせば、堅さは元に戻るが、形はそのまま元に戻らない(可塑性)という性質を持っているといわれている。<sup>⑦</sup>

鉄は、この性質を利用して「きたえる」のだといわれている。

ものを折返すというのは、真直になっているものを曲げて、元に戻すことである。

ものは、曲げて元に戻されることによって、形は半分になるが、同じものが二つ重なることになる。更に曲げれば、四つが、十回曲げていけば、千二十四ものものが積み重なったことになるう。

ものを重ねるといふことは、それだけものが丈夫になるということである。

一枚の紙は、破れ易いが、十枚も重ねれば破れ難くなる。鉄も同じであって、鉄を薄く打ち延ばし、これを折返しては、又打ち延ばすことを繰返すことによって、薄い鉄の層を幾枚となく重ねたことになり、積重ねの強さがつくり出されるのである。

よい刀をつくるためには、まず下ぎただけで十五回とも二十回ともいわれ、更に硬度の異なる鉄材を合わせた上ぎたえで、又五回とも十回ともいわれているから、漠大なる数の鉄が、積み重ねられていくわけである。

しかし、如何に多くの鉄を積み重ねても、それらの力が、一つ一つばらばらに働いていたのでは、強さが分散されてしまい、積重ねた意味はなくなるであろう。

兄弟が、力を合わせて一つ事にあたれと、三本の矢を束ねて教えたのは、毛利元就である。

漠大な枚数の鉄が一つの力として働いてこそ、石灯籠を切ったという説話が出来るほどの強さになるのである。

鉄の力を一つにするためには、一枚一枚の鉄が、どこにどのように合わされているのかわからなくなるほどに融合されてしまわねばならないであろう。

鉄は、折返されるごとに強さを増し、打たれるごとに純粹になり、より強き鉄に生れかわっていくのである。

「きたえる」ということは、これを単に鉄を強くする働きと見るならば、物理的な作用ということが出来ようが、人間が刀をつくるための働きと見るならば、折り返し打つという行為は、刀をつくるものの意図や願いの込められた技であるといえよう。

従って人間の手で刀がつけられる限り、その良し悪しは別として、一本一本に、つくるものの心が反映されているはずである。

村正と正宗の刀が、いづれも同じ名刀といわれながら、まったく異なる雰囲気を持つ刀としてよく比較の対象にあげられるのもその例であろう。<sup>⑧</sup>

村正の刀はよく切れるという点では右に出るものがないと評されている。その刀は、見るだけで身震いするほどに恐ろしい雰囲気を持つといわれている。おそらく彼は、よく切れることに執着し、それだけを目標に刀をきたえたのであろう。

これに対して正宗は、何に執着する心もなく、ただ、つくるといふ行為そのものに悦びを感じていたのであろうか。その刀は、切れ味は村正ほどではないが、どこかに人の心を打つ雰囲気があるといわれている。

鉄は「きたえ」なければ強くないであろうが、たとえ物理的に測定して同じ強さまできたえたとしても、きたえるものの心が異れば、見るものの心に質のちがった強さを感じられるのであろう。

村正と正宗の刀が異るといわれる原因もここにあると思われる。

## 三

人間を「きたえる」という言葉がいつ頃から使われはじめたのかは定かではないが、鉄を「きたえて強くし、よい刀をつくるごとくに、人間をきたえてよりよきものにする」という意味で転用されるようになったといわれている。<sup>⑨</sup>

鉄は、物体である。従って強くなるもならぬも、きたえる人間の意志に任されている。

これに対し、人間は生きているものである。

きたえるものが、如何によくなることを望んでいようと、きたえられるもの自身に、よくなりたいたいという願いがなければ、無駄な労力を消費するのみに終ってしまうであろう。

人間にとって「きたえる」という行為は、よりよきものを求め、自らがそれに近ずきたいと願い、如何にすれば実現するかを思考し、試みようとするものに対してのみ、よりよき人間につくりかえるという働きをするものなのである。

自己をよりよくしたいと願うのは、現在の自己がよりよくないと思っているからである。

よりよくない自己をよりよくするためには、現在の自己

を破壊しようと試みなければならないし、この試みに堪えなければ、よりよき自己は実現することが出来ないであろう。

堪えるということは、痛いことであり、苦しいことであり、ひよつとすると死ぬかもしれないという恐ろしいことである。

それは、よくなることと相反するわるいことであり、出来るだけ逃れたいことである。

人間は、生れながらにして自己の生命を守る働きを持っている（自己防衛機能）。この働きが意識されるとき、それは、自己を愛しとする表現に変わるといわれている。<sup>⑩</sup>

従って自己をよりよくしたいと望みながら、恐ろしいことから逃れたいと思うのは、よくなりたいたいと願う人間ならば誰でもが持ち、経験する心の内の矛盾であろう。

未来に向かって進もうとする心が、進ませないとする心に邪魔されて、相剋し合っている間、自己は、一步も現在の自己から脱し出すことが出来ず、停まったままでないければならない。

この状態を打破り、自己をその求めるよりよきものの命ずるままに、素直に従わせようとする働きが「きたえる」である。

きたえられることによって、澱み、滞っている自己は打破せられ、新たなる自己、未来の中で流れ動く自己に生れかわっていくことが出来るのである。

それは、我々の日常生活におけるほんの些細なこと、例えば、浮けなかったもの、飛び越せなかったものが、きたえられることによって、或る日突然に浮くようになった、飛び越せるようになったということでも体験することである。

古来我が国には、より勝れた能力を持ちながらあえてよりよきものを求め、自らをきたえつづけていった多くの人々をみることが出来る。

中世の和歌の第一人者といわれている西行法師が、命がけで旅をつづけたことはよく知られている。

史実であるかどうかは別として、古今著聞集にみられる大峰での苦行の話は、人間がきたえられるとは如何なることかを知らるよい例であろう。

西行法師は、入道の身ではかなうことではなからうが、一度は大峰を通りたいと深く願っていた。このことを知った宗南坊僧都行宗という山伏に、『何かくるしからん結縁のためにはさのみこそあれ』と促がされ、『山伏の礼法ただしうして、とをり候はん事は、すべて叶へからず。ただ

何事をもめんじ給ふべきならば、御ともつかまつらん』と条件を出し、宗南坊も、『其事はみな存知し侍り。人によるべき事也。疑あるべからず』と約束するのであるが、大峰に入るとたちまち西行法師は、「礼法をきびしくして、せめさいなみて、人よりもことにいためければ」としごかれ。『我は、本より名聞をこのまず、利養を思わず。只結縁の為にこそ思ひつる事をかかる憍慢の職にて侍るをしらで、身をくるしめ心をくだく事こそ悔しけれ』約束が違うではないかと泣いて抗議したのである。

西行法師の求めたのは、大峰を通ることであって、厳しく身や心を責めさいなまれることではなかった。

特に染をしたい等と望んでいたわけではなからうが、西行法師のいう結縁は、霊峰と呼ばれる大峰を通過することにあつたのであろう。従って彼が、自らの願望を実現するために試みようとした道には、山伏の礼は含まれていなかったのである。

だからこそ宗南坊に、約束がちがうと抗議したのである。西行法師にとっては、山伏と同じように、飢えと鞭に堪えて、水を汲み、木を切ることが、自らを虐待しようとする暴力以外の何ものでもなかったのである。

人は誰も、目的もなしに文字通り肉体を打って苦しむこ

とを好むものではない。

山伏があえて自らの身を人や自然の鞭に曝すのは、そうしなければ成仏出来ないどころか結縁さえ出来ないからである。崇高な望みであればあるほど厳しい恐ろしい苦行に堪えねばならないことを体験的に知っているからである。

靈峰に入ることは、単に山道を通過するという物理的な運動とは意味が異なるのである。身心ともに微塵の垢も落していかなければならない。そのために自らを責め、心を苦しめるからこそ単なる山が靈峰となるのである。

宗南坊は、このことを西行に教えようとしたのである。

『上人道心堅固にして、難行苦行し給事は、世以しれり人以帰せり。其やんごとなきにこそ此峰をばゆるしたてまつれ。先達の命に随ひて身をくるしめて木をこり、水をくみ、或は勸発の詞をきゝ或は拔木を蒙る、これ則地獄の苦をつぐのふ也。日食すこしきにしてうへ忍びがたきは餓鬼のかなしみをむくふ也。又おもき荷をかけて、さかしき嶺をこえ深き谷をわくるは、畜生の報をはたす也。かくひねもすに夜もすがら身をしばりて、晝餓法をよみて、罪障を消除するは、己に三惡道の苦患をはたして、早無垢無惱の宝土にうつる心也。上人出離生死の思ありといへども此心をわきまへずして、みだりがわしく名聞利養の職也といへ

る事甚愚也』

地獄の苦しみを味わってこそ、結縁出来るのだと訓された西行法師は自らの非を悔いて、それ以後は、他の山伏以上に悦んで積極的に苦行に参加するようになったという。

頑なに閉ざされていた西行法師の心は、宗南坊の言葉によって砕かれ、開かれたのである。

すなわち暴力でしかなかった山伏の礼法を結縁のための苦行とすることによって、西行法師は、新たな西行法師に目覚めることが出来たのである。

宗南坊がもし西行の条件をそのまま約束として守っていたならば、西行法師は幾度大峰を通っても、生れかわった自己自身にめぐり会うことはなかったであろう。宗南坊の約束は西行法師を特別扱いで同行するという約束ではなく、きたえることによって、彼をよりよきものにつくりかえるという約束であつたと考えることが出来る。

西行法師は山伏によって生れ変らせられたが、自ら生れ変わることを求めて苦行に飛び込んだ例を平家物語の文覚上人の荒行にみる事が出来る<sup>⑩</sup>。

文覚上人は、盛遠と呼ばれた血氣盛んな青年時代に出家したという。門外漢の私には、史実であるかどうかかわからないが、一説には上人自身が犯かした罪をつぐなうためと

いわれている。そうだとすれば、彼の荒行は、罪をつぐな  
って救われるためであつたのかもしれない。

彼は、六月の暑い時期の七日間も藪に寝て、あぶや蚊、  
毒虫に身を晒し、それも足りなくて『修行といふはこれ程  
の大事か』と、『それ程ならんは、いかでか命もいくべき』  
と案ずる人の利止にも耳をかさず、自ら求めて熊野に参り、  
那智の滝に入り、不動明王の咒を満願になるまで唱えよう  
としたのである。

雪がふりつもあり、四界一面白妙の十二月十日頃とあるか  
ら、とにかく嚴寒の最中、滝つぼに首まで漬かつての苦行  
は、いくら荒武者であつたといつても堪え難いものであつ  
たにちがいない。四、五日で滝に押し流され、氣を失つて  
いるところを、人に助けられるが、「われこの滝に三七日  
うたれて慈救の三洛叉をみてうどおもふ大願あり。けふは  
わづかに五日なるに。七日だにもすぎざるに、なに物かこ  
ゝへはとってきたるぞ」とすざましい剣幕で滝つぼに帰り、  
不動明王が遣わされた童子が引き上げようとしても抵抗し  
たという。

自らの願望を貫き通そうとする意志の前には、仏の遣わ  
された使者でさえ、邪魔ものに見えたのであろう。

自らが充分と思わなければ、他人が充分であるといつて

も満足しなかつたのである。

こうして、文字通り生死の瀬戸際にまで達し、これまで  
見ることが出来なかつた神秘の世界に甦えることによって、  
文覚上人は、修行は、自らの力だけで出来るものではない  
ことを知つたのである。

彼は、その神秘的な世界に生きながら生れ変ることによつ  
て、「猶滝つぼにかへりたてうたれけり。まことにめでた  
き瑞相どもありければ、吹くる風も身にしますず、落くる水  
も湯のごとし」となり、三七日の大願を遂げ、尚、「那智  
に千日籠り、大峯三度、葛城二度、高野粉河、金峯山、白  
山、立山、富士の嵩、信濃戸隠、出羽羽黒すべての日本国  
のこる所なく」修行することが出来、「とぶ鳥も祈おとす  
程のやいばの驗者」となつたという。

人が充分と認め、許しても、それに妥協することなく、  
自らの目的を探究し、悟りや境地(即身成仏)に至らせよう  
とするのは、禅の修行にも見ることが出来る。

この様な修行の方法に成功し、共鳴し、自らの道を究め  
る方法とすることによって芸域を拡大させ、芸境を深め、  
歌の道、あるいは芸の道に新しい展開をもたらした人も又  
多い。

江戸時代の文学者の代表といわれる芭蕉は、「西行の和



歌に於ける、宗祇の連歌に於ける雪舟の絵に於ける、利休が茶に於ける、その貫通するものは「一なり」といい、「古へより風雅に情ある人々は、後に笈をかけ、草蛙に足をいため、破笠に霜露をいとふて、おのが心をせめて、物の実と知ることをよろこべり」として終生を旅している。

中世芸能を代表する能楽の大成者として知られる世阿弥は、みられる芸からみせる芸にすることによって、人々の賞讃をほしいままにしながら、尚ここに住して停ることなく、芸の命ずるままに生きようとしている。

「老後の初心を忘るべからずとは、命には終あり。能には果あるべからず」生涯を通して稽古しつくしても、芸の果てには、たどりつけないといっている。

世阿弥は、晩年佐渡に流されるという悲運な立場に立たされるが、彼の心は、芸の世界において、むしろ豊かに躍動していたと考えられる。

人間にとって「きたえる」ということは、同じ人間でありながら現在の人間を否定し、脱出させ、新たな世界、いまだ知らざる世界に甦り、生れ変わるといふ働きをもっているといえよう。

いいかえれば、自らがよりよきものを求める故に、あやふやになり、不安になった自らの立場を、未来の自己にめ

ぐり合わせることによって、新たな立場を確たるものにするのであるといえる。

## む す び

以上、「きたえる」ということについて、「きたえる」という言葉の本来意味するところより、私なりに「きたえる」とはどのようなことを求めて来た。

人間は、いつでも幸福であることを望んでいる。

幸福とは、安心して自由に手足を伸ばせる楽な状態のことである。

幸福であるためには、身の廻りの一切の不安を取り去らねばならない。

それは、自らが何ものをも恐れぬものになることによって達せられよう。

恐れぬものになるためには、恐ろしきものにぶつからねばならない。怖れず、手を放って、断崖に身を投げていかねければならない。

恐怖から逃れるために、恐怖に向かって飛び込んでいかねければならないのである。

考えてみれば、「きたえる」とは、ある意味で非合理的な方法のようである。

しかし、そうすることによって幸福でいられるとすれば、結果的にみれば、最も合理的方法であるということが出来るよう。

「きたえる」とは、よくしてやろうと思うものと、強くありたいと願うものとの間に為される行為であり、作用であらう。

愛の鞭を素直に受ける心があってこそ、きたえられるのである。

激しい全身運動をすること、なるべく条件を厳しくして運動することによって、新たな自己、未来の自己にめぐり会っていくことが出来るのである。

# 注

- ① 大槻文彦著「大言海」〔段ヲ活用セサセタル語カ（鍛ノ字モ段ニ从ヘリ）説文「段推ノ物也」広韻「鍛打ノ鉄也」折リカヘシ打ツ意刻むモ段むナリ、或ハ堅ヲ活用セサセタルニテ（穢レ、かななし）堅むる意カ歌ふ、隕ふ、畝ふ〕
- ② 日本民俗学大系第五巻鍛冶屋二九五頁より引用。
- ③ 語源はこの他、日本国語辞典に、ヤキタフ、（焼堪）、キリタヘル（断堪）、ヤキタフ（焼叩反）等があげられているが、いずれも刀剣類に関連する内容を指している。
- ④ たゞら炉で鉄を製産する冶金技術者と、鉄加工業者は、古くから分業化されていたらしく、「続日本紀」の養老六年三

月の頃にもそのことがみえている。

⑤ ここでは、日本刀の鍛え方を参考にした。

⑥ 「武道」一九七七年八月号日本刀について辻本直男著、一七頁。

⑦ 同右一一八頁。

⑧ 「日本刀襍記」川口陟著、「禅と日本文化」鈴木大拙著。

⑨ 「体育大辞典」不味堂「鍛練」。

⑩ 自己防衛反応としての行動「子どもの心とからだ」高木俊一郎著九九頁。

⑪ 「古今著聞集」日本古典文学大系九三頁、西行法師大峰に入り難行苦行の事。

⑫ 「平家物語」日本古典文学大系三五二頁文鏡秘府行。

⑬ ⑭ 「芭蕉文集」日本古典文学大系五二頁二〇六頁

⑮ 「世阿弥十六部集」野々村戒三著一三一頁。

# 参考文献

- 川口 陟著 日本刀襍記  
 本間順治著 日本刀  
 久野 収編 中井正一全集第二巻  
 唐木順三著 無常  
 鈴木大拙著 禅と日本文化  
 北川桃雄訳 庄子  
 原 富男著 庄子  
 勝部真長著 日本思想の構造  
 西尾 実著 道元と世阿弥

森田勝治著 方竹随想  
浅井浅一著 体育の哲学  
五来重著 山の宗教

黒田亮著 勘の研究

(本学助教授 保健体育)