

## 気の武術の論理と倫理

高見 保則

情報科学部 情報システム学科  
(2015 年 5 月 30日受理)

The Logic and Ethics of Martial Arts based on Chi

by

Yasunori TAKAMI

Department of Information Systems, Faculty of Information Science

(Manuscript received May 30, 2015)

### Abstract

I considered the strategy of two martial arts (i.e., T'ai Chi and Aikido). Both of them are based on Chi cosmology. They are superficially different in terms of each exercise system, but there is a clear common ground of their logic and ethics produced by the Taoism thought.

**キーワード** ; 気の宇宙論, 気の身体, リラックス, 道教思想

**Keyword** ; Chi cosmology, Chi body, Relaxation, Taoism thought

## 1. はじめに

古代のギリシア、インド、中国で発達した三つの哲学的伝統のいずれにも、万有を（空）気で説明しようという思想が存在した。古代ギリシアの自然哲学者のアナクシメネスは、万物の元のを空気と捉え、空気が希薄化すると火になり、濃密化していくと風、水、土などへ変化していくと説いた。しかしこの考え方は様々な自然哲学のなかの一つであって、主流となることはなかったし、ましてや現代にまで大きな影響力を残すことはなかった。ところがインドでの気にあたるプラナーの哲学や中国の気の哲学は、宗教の実践や医学と結びついて、今日においても息の長い影響力を与え続けている。この違いを大雑把にみると、西洋ではギリシア哲学のロゴス追求が、科学的合理性に基づく客観主義へと接続していく側面が主流となり、「我即宇宙」というような直観を神秘主義として例外扱いする傾向が見られる。それに対してインドや中国では、認識主体のあり方を変容することによって、宇宙や天の真理に到達しようという信念体系の持続性が顕著に認められる。その自己変容のための実践として瞑想法や呼吸法が哲学と結びつく伝統が形成されたのである。とくに呼吸は、内と外、心と身体を媒介し一体化する重要な契機として重視された。

ここでは太極拳や合気道など気を練ることを重視し、心による気の前導を不可欠とする武術を気の武術と呼び、その根底にある気の哲学の論理と、気の論理に基づいた武術の思想的基盤を統一的に把握し、その倫理や宗教性との結びつき方を、とくに心身鍛錬の方法の具体相の意味を踏まえながら検討していくことにする。

## 2. 「気」の意味と気の武術

日本語の「気」を含む言葉の多様性や日本では気がオカルト的なものとしばしば結び付けられる現状を考えれば、気による説明は曖昧で、論理の筋道が混乱するだけではないかという危惧の念はもっともである。確かに「短気」「気持ち」「気配」「気を失う」「気に入る」「空気」な

どに使用されている「気」に、共通の意味内容を抽出するには無理がある。ただ大雑把には、二つに分ける視点が可能である。一つには、「気を失う」という言い回しに典型的のように、意識や心の働きを主として指し示す用法である。しかもそこには「気配り」のような能動的・積極的な働きから、「気おくれ」のように受動的・消極的なもので、さまざまな度合いを表現する「気」を含む述語が存在する。もう一つには、歴史的に哲学が発達した地域で、（空）気と氣息を同一視し、息をすることが生命の根源とも見られたために、「気」は自然哲学上の万物の根源だけでなく、生命の根源、生命作用を行う人間の自己の根源ともみなす視点がある。たとえば中国の気の哲学での「元気」は、陰陽に分離して実際に現象する以前の根源の気という意味だが、日本語では心身の働きが順調であるという意味に転じて、日常語として定着している。また「天気」や「磁気」などでは、人間の心の働きとは別次元の一種のエネルギーの様態を表わしている。

このように「気」の主な用法に、人間の意識または心の働きとしての意味と根源的エネルギーの意味を大別すると、一方で日本語の「気」を含む多様な言葉の歴史的源泉である中国の気の哲学に遡って、根源的気概念から「気」を含む言葉が指す世界の事象を、統一的に見る世界観に入っていくやすい。また他方で中国には、気概念を軸に心身の鍛錬をする長い伝統があり、意識や心の働きの能動性を高め強化して気を純化し、根源の気へ志向しつつ復帰を目指す修行システムが受け継がれている。気の修練は、例えば呼吸作用、栄養摂取、天候の心理的影響などの気の交流と連続性への意識強化によって、「私の身体」というような日常的認識の固定した枠組みを流動化し、自分と周囲の世界のつながりの認識を深める方向に働く。そのプロセスを自ら実践的に経験し、その結果得られる体感の積み重ねが、気の世界観の真理性の開示に大きく寄与する側面もある。つまり総合的に、自己と世界の連続性の認識が深まっていく実践上のメリットが存在するとも考えられる。

日本語の「気に入る」「気が入る」事象を見ると、われわれにはそうでない事象よりもその事象への結びつきや

一体感が強く感じられる。それを見るという行為に心的エネルギーがより多く投入されると、そこには事象を客観的に突き放し、ある目的のために念入りに見て分析したりする一面化された仕方とは、明らかに違った関わりが生起する。生き生きとした現実の事象のイメージが心に抱かれ、自分との連続性が強く意識される。そこでこの一体化的関係を促しやすいエネルギーを気の一面として捉え、気は生命エネルギーとして、ひとつの総合的システムを産みだすように働く。気の武術でのように心が気を導き、気が身体の動きを円滑に引き出す度合いが高いほど、心身一如の感覚が生まれやすい。さらには自他一如、自己即宇宙のような一体感が実感されやすい。

武術はもともと戦場で敵に勝つための訓練法として、あるいは身を危険から守る自衛法として、つねに対立・対抗関係を前提に発達した。したがって勝つ技術としてだけを念頭におけば、敵を倒す技術の習得によって、身体能力面でまさる相手にも勝てることが理想である。しかし例えば技を身につけた老人が屈強な若者にも勝つことは、力と力がぶつかる場を想定した身体訓練のみでは不可能である。むしろ相手の力との直接衝突を避け、ソフトパワーと意念、呼吸力を養成する技法が、とくに気の概念を中核にする武術の中核をなし、しかも対立を融和する傾向が際立ってくる。そうした武術の実践的修練を導く気と無限（宇宙、天地、自然）とのかわりを明確化することにより、なぜ気の武術が宗教性と結びつきやすいのかを中心に、気の役割と修練の方向について考えてみたい。

### 3. 気の身体と太極拳

病気が生命エネルギーとしての気が滞ることによって起こるとする見方は、伝統的中国医学の前提にあり、日本語にも採りいれられている。これを逆に言えば、気が流れる身体が健康体ということである。緊張やストレスによる気の停滞は、胸腺、脾臓、リンパ節、血管などの委縮から免疫力の低下をもたらす。目に見えない気が理解しにくい場合は、「気血論」などのように気が血を導くと考えら

れている血について、血液循環の滞りがいかに健康状態を阻害するかを思い浮かべればよいであろう。このような気のとらえ方を武術に応用すると、気が流れる身体を最大限に生かしていくために、気の流れを損なう緊張や力みを徹底して除去することが出発点になる。

孫式太極拳の創始者である孫禄堂（1861-1932）は『八卦掌学』で、武術の「初学入門三害」として、怒気、拙力、胸を張って腹を出すことを挙げている。八卦掌は太極拳と同じく内的な気の力を利用する内家拳に分類される武術で、そこで説かれる基本的なことは太極拳にもそのまま当てはまる。第一の怒気は心が動転して気が逆行し身体各部が調和せず、第二の拙力（部分的な筋肉収縮出力）は気血の流通を滞らせ、第三の胸を張って腹を出した姿勢は、気が上行して浮草のようになると説明されている。もう少し分かりやすく言えば、怒気は頭へ気血が昇って冷静さを失わせ、拙力は力みと緊張により気血のめぐりを悪くし、胸をはって腹の出た姿勢は、身体的緊張と気が上がった状態のためバランスを崩しやすくなるということである。つまり初心者には、この三害を念頭に置いて、気（血）が流れるような心身のあり方をまず確立しなければならない。気の武術の本来的修練のあり方は、いかなる状況においても余分な緊張を生まないリラックスした身体を基礎とする。しかもこれは、気の武術において初心者に限った課題なのではなく、相手を思い通りに動かそうという念が起こった瞬間に力みが生じやすいから、どこまでも繰り返し修練すべき本質的課題なのである。

ではなぜこのようにリラックスが大切なのか。ここでリラックスと言っているのは「<sup>しょう</sup>鬆」である。「鬆」はリラックスした状態を指すが、注意すべきはダラッとした「<sup>かい</sup>懈」ではない点である。「<sup>けたい</sup>懈怠」という言葉からも連想されるように、「懈」は必要とところにさえ力の抜けた非力な状態であり、武術においては問題外である。「鬆」の具体例を挙げれば、雨の中で傘をさしている手である。通常は傘の柄を握りしめないで、必要な力だけを入れて手はリラックスしている。だがこれは持つことが習慣になっていて意識性が弱い点で、武術に必要な「鬆」とは異なる。武術に近い例は、掌の上に何かを載せてその重さを量

ろうとする手である。必要最低限の力で支えないで、手のどこかに力が入ると量ることができなくなる。しかも重さを量ろうとする意識集中が伴うから、情報の高感受容が可能になる。剛と剛、力と力がぶつかることを徹底して排除する気の武術には、力みを取った高感受容体としての身体がどうしても要請される。そのような身体は、リラックスしてエネルギーの伝達回路が開かれ、上半身に他者から加えられた力が脚から地へと流され、逆に脚で地を踏む力が手の先端へと伝達される身体である。力みはこの伝達を遮断する。

では気が流れてリラックスした身体は、具体的にどのような実現されるのだろうか。武術的身体で最も肝要なのは、リラックスしてまっすぐ立つことである。太極拳の教えとしては、上述の三害にある胸を張ることに對して、「含胸拔背」つまり胸や背中の緊張をとることを課題として掲げる。その他、「沈肩墜肘」「鬆腰」等々が身体的要求としてあるが、それらはすべてまっすぐ立って（「立身中正」）、全身をリラックス（鬆開）することから派生する。そのような身体の状態を実現するために、太極拳では「虚靈頂勁」を第一に重視する。「虚靈」は軽やかということで、「頂勁」は、頭頂に力を意識するということだが、これは武術一般や他の身体訓練でよく使用されている吊り身のことである。操り人形のように頭頂が軽く吊り下げられているというイメージで立ち、身体すべての部分、関節や靱帯にいたるまで重力に任せて力みを取るのである。言葉では簡単だが、実際にはかなりの修練が必要で、たとえば股関節の緊張をとることは、バランスの安定や自分の身体の瞬間的落下運動の力を技に利用するために極めて重要だが、ほとんどの人は緊張してつっぱったまま立っていて、その事実すら長い習慣の積み重ねで自覚していない。

さらにリラックスを難しくしている要因は、身体のリラックスが、呼吸や心の状態と切り離せない点である。荒い呼吸、小刻みな呼吸では身体のリラックスは達成できないし、副交感神経が優位のゆったりとした呼吸ができないと、身体の各部分が背骨を通る中心軸に吊り下がり、最下部に落ち着くことは困難である。上述の三害のうち

の怒気は、心の状態がリラックスを妨げる典型的例である。つまりリラックスは、外的な身体の状態にも（外鬆）、内的な呼吸や精神の状態にも（内鬆）、また具体的場でのこうしてやろうという意念にも（意鬆）適用され、総合的に緊張の除去が達成できている状態なのである。

孫禄堂は道教理論に基づいて、先天的な本然の元気が物欲によって蔽われるとき、「拙気拙力」を生むと述べている。この場合の物欲は広い意味をもち、自分本位の我意全般を指している。怒気は思い通りにならない相手への怒りによる拙劣な気であり、拙力とともに本来的な生命エネルギーとしての元気を減損させる。武術的な脈絡で考えれば、カッとして頭に気が上がり身体に余分な力が入った状態は、バランス面でも発力面でも身体の潜在能力を低下させる。気の武術においては闘争心のないリラックスの程度が高ければ高いほど、発力が強力になる。というのも一部の筋力による高度の緊張ではなく、意念、呼吸もふくめた全身連動の総合力が、身体的一部分から集中的に発動されるからである。気の身体は全体が気によって連結されて全身運動で緊密に動き、体をひねる力、重心移動の力などの運動エネルギーが瞬時に集中され、伝達される身体なのである。

気の身体を実現するには、まず分断された部分の結合体という物理的身体イメージから、気が流れる生き生きとした身体イメージ、例えば竜のような動きのイメージに変えていくことが前提となる。心や筋肉の慢性的緊張状態においては、自然さを失い、情報伝達が滞って硬い動きになる。そして身体各部が分断され、なめらかな全身運動ができず、生氣が減退する。それでまず日常動作を、できるだけ身体を中心から起動する柔体の動作に変えていく。身体中心を丹田、重心、腰、体幹などどのように捉えても構わないが、修練時には「臍下の一点」のように意識をそこへと繰り返し戻しやすいものがよい。身体中心から行住坐臥の動作をする習慣がつくと、意念に従って身体全体が連動して動くようになる。これは意識で身体を統一しているのだが、さらに気で全身を連結することが必要である。

十分に気を丹田に蓄積する養気と気を全身に巡らす練

気の訓練をすると、温感、もぞもぞ感などの気感ができてきて、その気を意念によって導くのである。意到れば気至るということで、ある程度修練すると気が全身に行き渡っていると思うだけで、身体が気で充たされている感覚が生まれる。これは意識が習慣的な無意識状態にある身体に貼り付いて、全身活性化されたような感覚である。これと同じ状態を、『莊子』人間世篇では、耳で聴かずに心で聴け、心で聴かずに気で聴けという言葉で表現している。気で聴くというのは、ここでは全身耳という感じで、全身が覚醒し鋭敏になっている状態である。さらに気が出ると、体外にもアンテナが張り巡らされているように感じられる。太極拳では「聴勁」の重要性が説かれるが、これは相手の力がどの程度かどの方向かを、気で聴こうと高感度受容体になった身体で察するということである。このとき相手に強い圧力をかける状態だと「聴く」ことができない。接触面はどこもフワッとした感じで、リラックスした身体に気が充実していると、情報処理能力が高まり、かつ身体全体が気でリンクされた柔軟な弾性を帯びた身体ができる。この気の身体は一部に力を加えると、身体全体が有機的に動いてバランスをたもつので、崩すにはより大きい力を要する。そもそも力を加える前に察知されてその方向を変えられ、結果的に無力化される。

心身が統一されるためには、身体の緊張のみならず、心の緊張を取り去ることが不可欠である。心の緊張はなぜ起こるのか。恐怖心、劣等感、結果への憂慮、過去の挫折体験など今・ここを離れた念が、さまざまな緊張を引き起こす。今・この身体動作と離れてあちこちへ飛ぶ心の動きは、心身の分裂状態を絶えず産み出す。心を何かに限定しないで開放しておく虚心や無心と呼ばれる心の平静さなしには、心身が統一された全身協調動作はできない。太極拳で強調される「用意不用力」とは、余分な雑念が起こらない心静の状態、動作に先行する意念が的確に動くと、すぐに全身の高度な調和運動を引き起こすための訓練の要訣である。とくに瞬間的発力としての発勁では、意念、爆発呼吸、リラックスした身体の瞬時の協調が要求される。より高度の段階では長い修練の結果、意念が状況に応じて適合的に働き、意念そのものも無為化し、そうする

のが自然であるように全身調和運動が起こせるようになっていく。これに達するには、心静、身体の徹底したリラックス、気の充満による全身力が働いてはじめて神の内斂へと至る。神とは武術的には、いわば精確なセンサーが備わった気であると言えよう。この段階は、気を純化して神に至らせ（練気帰神）、気を媒介にして心と体が一体化して、意識、精神が身体のすみずみまで入り込んで（精神貫注）、意識的努力によらない自然な全体作用ができる段階である。気の武術で求められる自己のあり方は、身体、筋肉、関節、靱帯、内蔵などすべてが緩んでリラックスしていて、そこに気が貫通しており、精神が貫注されて感覚が極めて鋭敏になった状態なのである。

#### 4. 柔弱が剛強に勝つ

では気の武術の対他的な攻防戦略はどのようなものであろうか。王宗岳（生没年不詳 清代に活躍）の『太極拳論』は全文500字程度の短文であるが、長拳、十三勢とも呼ばれた拳法の名称が、太極拳として定着していくうえで大きな影響力を与えた。そのみか現在でも多くの太極拳の著作に掲載もしくは引用され、「太極拳経」とも称されている。この『太極拳論』は、太極拳の原理を中国古代から伝わる易の太極陰陽論、つまり未分化の全体である太極から陰陽二気が分化し、万物が生成するという基本思想に基づいて、太極拳を理論化したものである。そこで王宗岳は、他流派について以下のような趣旨のことを述べている。つまり、多くの拳法の流派があり練習方法もさまざまであるが、結果的に「慢譲快」（のろい者がすばやい者に負ける）、「有力打無力」（力のある者が力のない者を打ち破る）ということになり、それでは身体のもともとの能力に依存し、学習の成果に関わっていないのである。現代のスポーツ化した武道でも、一般的にはどれだけ修練しようと老化とともに、スピードと力のある若手には太刀打ちできなくなり、現役を引退して育てる側にまわらざるをえない。

しかし過去に武術を志した人には、衰えていく身体能力とともに、学んだ技が効かなくなること、真剣に悩ん

だ人もいたはずである。このような条件をかなえてくれるおそらくは唯一の武術が気の武術であった。気の武術は気を養うということを要にして、柔弱が剛強に勝つ練習体系を築き上げたのである。

自他の攻防に関しては『太極拳論』に「舍己従人」という言葉が見える。これは太極拳のキーワードで、相手が剛できたら柔で、重みをかけられたら虚で対応する仕方（のれんに腕押し状態かつ粘着状態をつくる）、つまり相手に逆らわずしかも接触部分を離さない対応の仕方を指している。相手の気の方角を妨げずにそれと一体化して抵抗感を感じさせないようにすると、自分は相手の力のベクトルを感知しているのに、相手は知らない状況が生まれる。「舍己従人」は、『孟子』公孫紐篇に、聖王舜がこだわりなく誰にでも従って、その善いところを取って善事を行う偉大さをもっていた、という文脈に見える。太極拳でもその精神を生かし、相手の攻撃に抵抗せず受け流しながら、圧迫感を感じさせない円転の力で、その気の方角の軌道を外して善導する、と言ってもよいであろう。相手の剛に対して、まず自分の力や思いを捨てきっていないと、瞬時に相手の情報を感知して対応することはできない。またさしあたり相手の剛に対して自分の柔が、逆らわず緩みなく密着一体化してはじめて、接触部分が粘着した状態のまま相手を最小限の力で導くことが可能になる。ここに「柔弱が剛強に勝つ」気の武術の要諦がある。

太極拳では、剛に対して剛で対抗することを「頂」と呼んで、徹頭徹尾避けようとする。武術的戦略としては、剛で対抗しても勝ち目がないから、相手のバランスを崩して少ない力で倒すということであるが、これは極めて高度の技術を要する。相手の動作が急であれば退きぎみに急で受け、緩やかであればこちらもゆっくり付いていくことができない。『太極拳論』では、「人剛我柔」を「走」といい、「我順人背」を「粘」と呼んでいる。一方で退きながら相手の攻撃を柔らかく受け流し無力化するとともに、他方で自分がバランスを維持し相手がバランスを回復できないまま一体化した状態で、身体の一部が粘りついて離れないように相手を導くのであ

る。

太極拳の練習方法の推手は、互いに向き合って前腕の一部を接触させて押し合う対練である。相手が推してきたら押し返すのではなく、腰の円転によって柔らかく受け流しながら相手のバランスを崩す練習をする。これにより相手の力を無力化することを「化勁」と呼び、バランスを崩した相手を密着させたまま導くことを「粘勁」と分類する。粘勁の例としてよく挙げられるのが楊健侯（1842-1916）のエピソードである。手のひらの上に捕らえたツバメを載せ、そのまま飛び立たせなくして、弟子たちに「これが粘だ」と説明したのである。これはツバメが飛び立とうと蹴るごとに、手のひらがその力と一体化して蹴るベクトルの方向へ密着したまま動くことによって、蹴る力が無力化され飛び立つことができない状態である。剛にたいする対応の仕方は、力を入れて対抗するのではなく、柔らかく受け流し、相手の力を無力化させバランスを失わせて、こちらがコントロールするという方法は一貫している。これは多くの武術において基本的であるが、気の武術では、気との関連で力を抜くということが徹底される。人が戦う場面は、通常荒い気が支配し、身体的には力と力がぶつかり、筋肉が緊張する。緊張した部分では気が流れにくくなるので、気の流れを滞らせないためには、力を入れることを避けなければならない。闘争心は心身ともに交感神経優位の緊張状態をもたらす。身体的には、筋肉にエネルギーを供給しやすいように心拍数や血糖値が上昇したり、失血を少なくするために体表の毛細血管が収縮するというような変化が生じる。ところが太極拳では、無意識的に力がいってしまうことを極力避けるために、相手の力に対して抵抗する力を用いず、相手にも緊張が生じないように対応する。「用意不用力」という言葉にそのような戦略のエッセンスが詰まっている。まず通常の腕力や脚力は使用しない。通常のとは日常的なほとんどの力の意識的出力方法で、そのような力と力の対抗関係では、柔弱は剛強に勝てない。ここでは楊澄甫（1883-1936）と孫録堂の教えるところに従って、その論理をたどってみよう。

太極拳関連の文献では、武術的に避けるべき通常の力

を「拙力」「濁力」などと呼び、武術の術によって生み出す力としての「勁」と使い分けるのが一般的である。楊澄甫『太極拳説十要』では、第一に必要とされるのはすでに触れた「虚霊頂勁」で、「用力則項強、気血不能流通」と説明されている。「虚霊頂勁」は、武術の根幹とも言うべき「中心軸」が通る立身中正の立ち方の秘訣であって、身体全体のあり方で最も重要度が高い。引用の説明部分は、立っているときに不必要な力みが入ると、項<sup>うなじ</sup>が強ばって、気血が流通しにくくなるということである。項という部分だけの説明に見えるが、気血は全身を流通しており、身体の中のどの部分の力みも、気血の流れを妨げる。

ではなぜかくも力みを避けようとするのか。第六に挙げられる「用意不用力」の説明を基に解説すると、力みが入って気血が停滞すると軽やかな動きができず、引っぱられたり押されたりすると、簡単に全身のバランスを崩して、相手の思うままになりやすい。力を入れると「最易引動」で簡単に動かされ、力を入れなければこれは「甚軽浮」で、すぐ倒されてしまう。筋力だけに注目すると、筋肉を緊張させて固めている状態か、筋肉を緩めた極めて弱い状態かということになるが、実はもう一つの選択肢があり、これこそ気の武術の土台をなすものである。つまり日頃よく使用する部分的筋力で緊張した身体より、気によって通常あまり意識されていない深層筋を活用して全身が連結し、しかも情報処理能力の高い、リラックスした身体の方が強いと考えるのである。武術で重要な気の働きは、全体をひとつに結びつけることである。気が充実した身体は一方の腕だけを押されても、その力が胴体から脚部へ、さらに足の裏を通して地へ流されていくような感覚が生じ、腕はたんなる腕ではなく全身と一つなのである。剣や槍などの武器を手にした身体をとっても、その武器の先端まで気が通っていると、その武器の先端を横に払っても、柔らかくしななって基に戻るような弾性を示す。身体と武器を一体化した状態に維持する筋肉群が力みなく機能し、武器も身体化する。

場面を単純化し類型化して説明すると次のようになる。相手が押す力を加えてきたら、そのまま抵抗せずに力も気も抜けた状態でされるままになるというのが最も弱い

ケースである。また押す力にまともに抵抗して筋力を使用すると、多くの場合は力の強いほうが勝つ。この中間状態として気の武術は、ぶつかる力、つまり身体の外側の筋肉群の緊張による部分出力を避け、立身中正で立ちながら、意念によって気をすみずみに巡らせて、姿勢を維持する筋肉は多少緊張している姿勢をとる。そうすると身体の一部を押されたとしても対抗せず、加わった力を組み込んだ新たな安定体勢を瞬時に確立し、相手が楽に押しで動かそうに感じて、簡単には動かさない。気を錬るとさらに安定感が増していく。

技については、王宗岳の敷いた基本路線をより具体化し、実践的に取り組みやすくした武禹襄（1812-1880）の注釈がある。例えば王宗岳の「十三勢歌」中の「意と気が君、骨肉は臣なり」は、意と気が中心で、身体は従属的であるべきということである。しかしそれを「心が令を為し、気が旗を為し、神が主師を為し、腰が駆使を為す」と注釈すると、心の意念が先導して気を方向づけ、それに身体が腰を中心に動いて従うという動作の眼目のみならず、神（道教では気が精神的に純化されたあるがままの意識）が主師となって心気を支配するあり方、つまり養神の重要性を説くことになる。また「気は車輪のごとく、腰は車軸のごとし」という注釈も、気が動きを先導し、腰を軸にして円転自在に方向を転換する動作の原理を比喻で巧みに表現している。回転ドアのような腰の円転により相手の力や気に逆らわずに合わせて、それを導き無力化することに徹する（化勁）。力も気も抜けた身体は、相手に翻弄されるままというのは当然の理屈であるが、技をかけるとき力を用いず、意念を先行させて、それに続く全体運動で相手に向かう場合、身体接触面での緊張は起こらず調和している。的確な方向へ意を用いるという点の強調が、気の武術を気の武術たらしめている所以である。

意念の集中は、リラックスした身体全体の高度調和運動を可能にする。このような身体は、気が滞らず身体のすみずみまで行き渡った身体で、自分が吊り身になっているとイメージするだけで、身体が自動的に立身中正で薄氷を踏むように軽やかになる。足下から根が生えているとイメージすると、身体がイメージの根と一体化した体

勢になって安定感を増す。剣で斬る場合も先端から気のエネルギーが遠くにまで出ているイメージだと、その気が及ぶ長さの剣を振り下ろすように身体が働く。さらに相手の攻撃に逆らわないで一体化していくには、気の充実した身体と相手の攻撃を包み込んで吸収してしまうような広がった気が不可欠である。

武術的戦略として「柔弱が剛強に勝つ」ためには、気が流れるリラックスした身体の潜在能力を最大限に生かさなければならない。身体をリラックスさせて相手の力の強さや方向をすばやく感知する力、そして自分の身体の回転力や自重、床、地面を踏む力などが相手との接触面に瞬時に伝達するリラックスした全身高度調和運動が必要なのである。そのための最も重要な要求が「用意不用力」ということであった。

## 5. 気の武術と道教思想

気の武術の背景には、生命エネルギーとしての気の離合集散により万物が形成されているという気の宇宙論がある。万物の生成を説明するとされる『老子』42章の「道は一を生み、一は二を生み、二は三を生み、三は万物を生む」は頻繁に引用されるが、原テキストに詳しい説明がないため、天地人、有無、気などに対応させるさまざまな解釈がなされている。しかし気という概念抜きでは生成プロセスを説明できないという認識は共有されている。ここではなぜ気の武術の土台として道教があるのかについて触れておきたい。

老子には「柔弱が剛強に勝つ」という至柔の思想があり、その武術的展開については上述した。また唐代以降に発展する道教の精華とも言うべき内丹思想の果たした役割も大きい。内丹とは身体内部から自前で薬物を精製することだが、広い観点で見れば、宇宙のリズムに自分の心身のリズムを調律して、神経系、循環系、内分泌系などの流れを滑らかにし、心身の潜在能力を開発していく修練法である。その理論は思想と武術を相乗効果的に緊密に連結する方法を提示している。つまり気を練磨していくことで根源的気としての元気に復帰する修行の道程を提

示している。内丹思想でも気の武術でも前提は、気が流れる「鬆（リラックス）」の状態で、意識の浸透によって身体全体が連結され、力の伝達度、情報処理能力が高まった状態である。これは内丹思想の修行段階論、精→気→神で、生命エネルギーとしての気が意識と一体化してより高い精神性の次元へ転換していくという捉え方を踏まえている。道士の修行メニューのなかに武術修練が含まれていて当然で、宗教的目的が気の武術の目的と重なるのである。

孫禄堂とかが形意拳を学んだ師の郭雲深（推定1820-1901頃）の捉え方に道教思想がどのように反映されているかを見ておく。孫禄堂は『太極拳学』の第一章無極学で、本有渾然の元気が物欲に蔽われて、拙気、拙力が生じると述べている。拙気や拙力は、勝とうという荒い気や負けたらどうしようというマイナスの気で相手に向かうと、緊張して余分な力が入るというような武術的に望ましくない事態との関連で取り上げられている。力みや緊張がもたらす硬い身体は、簡単にバランスを崩されやすい。逆に言えば気の武術には、力みや緊張などの余分なものが脱落していった自然本性へ還帰する訓練プロセスが、そして気という観点からはもとの根源的な元気への復帰プロセスが必要ということになる。

郭雲深も、内丹思想の気の転換の三段階論を、そのまま内家拳に分類される形意拳の三層原理として採用し、①練精化気、②練気化神、③練神還虚を挙げ、例えば①に剛勁、②に柔勁 ③化勁としての至柔至順の練法を対応させて整理している。もう少し詳しく解説すると、道教の内丹思想は、物質的要素とも結びついた広義の気が、①精→気、②気→神、③神→虚へと変換され、最終的に虚または無に帰するプロセスを復帰への道として位置づける。つまり気による宇宙生成論（道（無）⇒一⇒二⇒三⇒万物）を逆行して道へ至ろうとするのである。その三つの段階に、剛勁、つまり荒い気で筋力と筋力がぶつかり合う段階、次に「用意不用力」で部分的な筋力を使用せず、柔かい身体の一瞬の震えで爆発的力を及ぼす発勁が可能になる段階、最後にぶつかるという意識が消失した柔だけの段階をそのまま対応させている。この最後の



至柔至順の段階は、自然に心身が動く達人の段階だが、これを孫禄堂は「拳無拳、意無意」とも説明している。

この言葉は老子と密接にかかわっている。『老子』63章に「為無為、事無事、味無味・・・」という類似の表現がある。これは道の働きの様相を述べていると考えられ、天の道は人間の倫理的理想としての聖人の道と不即不離である。「天の道は利して害せず。聖人の道は為して争わず。」(81章) 万物の生成発展の原理であり絶対受容性としての道は、無為にして刻一刻働き続けている。この道の働きの武術に適用すると無為の武術になるが、その意味するところを「報怨以德」という対人倫理に対する対応の違いから、儒教と比較して考えてみたい。

「報怨以德」は『老子』63章では、「小を大とし、少を多とする。怨みに報いるに徳を以てす。難きを其の易きに図り、大なるを其の細さきに為す。」(63章) という文脈で出てくるから、様々な状況に対して逆の事態であるかのように対処していくことを勧める事例のひとつである。関連すると思われる77章を挙げると、「天の道は、其れ猶お弓を張るがごとしか。高き者は之を抑え、下き者は之を挙げ。余り有る者は之を損し、足らざる者は之を補う。」

(77章)とあり、その後に対照的に「人の道は則ち然らず、足らざるを損して以て余り有るに奉ず。」となっている。これは人のやり方が、えてして極端に走り全体のバランスを崩すという指摘である。政治哲学としてだけ考えると、老子の立場は身分差別と貧富の格差の弊害を訴え、平等性を主張しているわけだが、たんにそれだけにとどまらない。生命原理としての道は自己創出的に全体のバランスを維持しながら展開する生命の働きの準拠しており、中国医学の治療もまた身体のフィードバックシステムの相互補完的機能を助けるという考え方に基づいている。したがって機械的に反対の事態の如くというよりは、全体の調和のために逆の要素で補完する意味合いが強い。気の武術で言えば、相手が剛きたら柔で対応するが、それはさしあたり柔らかく受け止めて一体化するためである。それには引用にもあるように弓を張るのと同じで、相手の攻撃に柔でありすぎるとそのまま攻撃を受け、少しでも剛に傾くとぶつかって力勝負になる。この微妙な釣

り合いのとれた柔の度合いを学ぶことが、受け、投げ、固めなど、あらゆる動作に必要なのである。一般化して言えば、A に対して A の反対で対応するのは、全体的調和のためであり、矢を射られるように弓のつるをちょうどに張る適切な対処の仕方が求められる。

「報怨以德」の例に即して言えば、『老子』で説かれるのは、怨みという対立と分裂をもたらす要因を徳によって、全体としての調和的關係に復帰させるということである。しかし父性原理に基づく社会的上下関係の秩序を重視する孔子は、ある人から「徳をもって怨みに報いるのはいかがでしょうか。」と尋ねられたとき、次のように答える。「何を以て徳に報いようか。直きを以て怨みに報い、徳を以て徳に報いたい。」(『論語』憲問篇) つまり、怨みに徳を以て報いたら徳には何で報いたらいいのか、徳には徳で報いるべきだ、という主張である。人間が集団の秩序を維持していくうえで、怨みで殺人を犯した者には厳しい刑罰を課し、そして集団ないしその成員に大きな利益、荣誉をもたらした人を褒賞するというのが一般的である。この流れに沿っている孔子の教えは、当然のこととして受け入れやすい。

孔子の言葉は親子関係での徳目「孝」に見られるように、人間関係の前提として恩恵には恩恵で報いる互酬的なあり方を当然のように秩序の基本としている。それに対して老子の「報怨以德」は、人間関係のあるべき姿が、社会的秩序ではなく気の流行によって成り立つ宇宙的秩序に基づいている。つまり一方への偏りによる全体の不調和を元に戻すという自他の区別を超えた次元、つまり生成原理としての道の働きの即した人間の活動が徳なのである。別の言い方では、自然本性の根源的力(元氣)を有効に働かせることが徳だとも言える(「道法自然」)。道の働きの本質は、ちょうど水のように「万物を利して争わない」ことであり、気の武術の到達点は、攻撃せず、また攻撃されても相手の氣と一体化して導く対立状況の解消と全体的調和の回復にある。

莊子においても基本的に同じ思想がさらにダイナミックに展開されている。『莊子』内篇を編集した郭象(252-312)は、「逍遙遊篇」の壮大かつ自由な鳳凰のは

ばたきを最初に置き、そして最後の「応帝王篇」で穴を開けられた渾沌の死を描くという配列にしている。これは荘子の最も重要なメッセージが、まず「<sup>かき</sup>竟りなき世界にはばたき」「無窮を体尽して、無朕に遊ぶ」と表現されるような、限りない生命エネルギーとしての気の運動に即して自由に生きることの真実を説き、最後にそのような活動が相対的な善悪是非などの部分的限定により区切られ衰退していく事態へ警鐘を鳴らしている、と解する視点である。自我を中心として区切られる自分と他人や勝ち負けなどへのこだわりが強く働く限り、あるいは社会的通念による様々な区切りが実体視される限り、真実の生き方はできない。荘子の「真人」は、万物を生み出す根源的な気との一体化をとおして無限を体尽した人間であり、天地大の気宇を生きる無相の自己である。気の武術では、修練を続けることで気感が強化され、気を媒介にして万有とのつながりの自覚が深められる。自分の限られた狭さを否定・超越して無限（宇宙、天地、自然、等々）と一体化した働きに任せて、「其の天より受くる所を尽くす」生き方が真人に通じるのである。しかしこれは差異を全否定することではない。「斉物論篇」では、是も非もそのまま認めて行かせることを「兩行」、是非の対立を和合させて差別しない自然の境地を「<sup>てんきん</sup>天鈞」と述べている。衝突による対抗関係を避ける気の武術は、この兩行、和合、天の鈞り合いを心身全体で実践していると考えられる。つまり兩行、天鈞を実在の真相とみなしそれに従うことが自然であって、荘子の思想は、老子とともに気の武術の根本的理念を構成する中核的意義をもっている。

## 6. 合気道と万有愛護の倫理

同じ武術でも、太極拳は主として接近戦を想定した技法体系であり、合気道は剣の動きをモデルにした少し距離を置いた間合いを前提として、技も表面的には全く異なった原理に基づくように見える。しかし気の武術としての基本原理は共有しており、とくに合気道に顕著に見られる特徴は、気を通して宇宙と一体化するという宗教性の強さである。合気道は「開祖」とされる植芝盛平

(1883-1969) が、大東流などの武術を、神道系の大本教の宗教観と統合した基盤の上に成立した。大東流にも「合気」という術理はあるが、相手を制御する武術の理にとどまり、合気道のような強い宗教性はもたない。逆にいえば合気道が新たに成立するためには、精神性、宗教性が武術の鍛錬と緊密に関係づけられねばならなかった。これは開祖の晩年の円熟をまっけてはじめて可能であった。ここでは植芝盛平の道歌の一つ「天地に氣結びなして中に立ち心構えは山彦の道」の意味を考察しながら合気道の特色を明確にしていきたい。

まず「結び」という言葉の含意について身体的次元から見ると、「結び」の反対は分離であり、相手と自分が互いに力と力でぶつかり合う状態である。合気道は相手の意をそのまま受け入れて相手の気と自分の気を一体化し、そのまま抵抗感なく倒れたいところへ導くのが理想である。剣でも剣先と剣先が糸でピンとつながっているかのように、相手が上段に構えるのと連動して自分の剣先が相手ののどに向けられる。ともかく手と手、剣と剣が粘着したような状態で、打ち合うとか衝突するという分離された力同士の攻防が起こらないのが結びである。こうした相手との気結びは、気・心・体が分離せず、気を媒介にして心身が統一されていないと生じえない。気の流れは、心の動揺や争う心によって阻害され、身体のカミや不安定によって止められる。気・心・体が一つに統一された状態になってはじめて、相手の力を自分の円転運動に柔らかく包み込み、同調して再び相手に返すことが可能になる。

技の気結びについて述べたが、じつは「天地に氣結び」ということが大東流の「合気」と最も異なる考え方である。天地の代わりに「宇宙に氣結び」「宇宙と一体」などとも言われ、そこには大本教を通じての宗教的世界観が濃厚に認められ、しかも中国で歴史的に広範な影響をあたえてきた気の世界観、宇宙論が基盤をなしている。気の宇宙論とは気が集散して生死や物の存在・消滅が成り立つとするものだが、さらに重要なのは伝統的中国医学や道教での内丹修行などで、気が一定の養生や修練によって、より高次の存在状態へと変容していくという点であ

る。合気道で最高の気結び（合気）は、たんに相手と気結びするだけでなく、宇宙の気、天地の気と気結びして、宇宙、天地の中心に立って一体となることが本旨で、これを『武産合気』では、一部の神道理論で宇宙創造神とされる「天之御中主神となること」とも、あるいは仏教的に「阿彌陀仏となること」などとも述べている。どちらにしても限らない創造エネルギーとの一体化を指し、このとき「宇宙が腹中にあり」と実感されるのである。

心はイメージの力によって宇宙を包蔵できるから、気をイメージされた宇宙にまで発散することが可能である。太極拳は天地をマクロコスモスとしての大太極、人身をミクロコスモスとしての小太極と捉えるが、これを心的エネルギーとの関連で言えば、心の限定作用をやめて自分が気によって拡大された宇宙に連なるというイメージが生き生きしたものであればあるほど、ミクロコスモス即マクロコスモスという世界観が成立しやすくなる。合気道も、「我即宇宙」という気を媒介にして我が宇宙と同一であるという宗教体験をベースにして、古武術で伝承されてきた「合気」に新機軸をもたらした。

宇宙の根源の気と気結びすることを介して「我即宇宙」という自覚が生じるが、この宇宙に充満する気を、漢字の魂魄の意味の違いを踏まえて、次のようにも説明している。地上の物質を成立せしめる「魄の気」に対して「魂の気」を天の気として重視し、有限な肉体の力を行使して勝利をえようとする魄の武術を魂の武術に置き換えることを合気道の根本的使命とする。この魄から魂へという流れを、ここでは神道理論にも流入している道教の内丹理論の枠組みを借りて整理しておく。

内丹理論は、道士が瞑想により呼吸作用と気の流れに強弱の意識性を付随させる修行のあり方を理論化したものである。内丹修行は神の段階を経て、虚あるいは無へ回帰し、元の根源に復帰することを目指す。人間は成長とともに、分別が生じ自我意識が形成され、物事を識別する作用としての識神が後天的に発達する。道教の修練が目標とするのは、原初の区切りを知らない神のごとき本来の意識（元神）を養い、その意識すら忘却して自然に帰ることである。これは自己の愚かさや罪深さの自覚をともし

て、自我の仕切りが突破される宗教体験と一脈通じるものがある。気と神についてはすでに『淮南子』に、「形は生の舎なり、気は生の充なり、神は生の制なり」との区別があり、これに従えば気は神によって制御されることになるが、神自体、霊妙な働きとか「性」と同一視されることもあり、明確には分けにくい概念である。さらに根源的の意味で元気とか元神などと呼ばれるとき、両者は同一の根源的エネルギーの二つの様相のように見られるであろう。宗教的絶対者の象徴的表現としてよく使われる限らない命と限らない光（たとえば阿彌陀仏の原義）とは、道教では根源的生命エネルギーとしての元気と、ありのままの真実の光に照らし出す元神に相当しよう。自然宗教によく見られる太陽神なども、万物を生育させる光エネルギーと暗闇を照らす智慧の光の両面を兼ね備えている。道教の修行面からは「性命双修」と言われ、神にかかわる性功は、心を浄化し精神活動の土台となる鏡のような意識を養い、精や気にかかわる命功は、身体活動の基礎として気の流れを円滑にする訓練であるが、実際には心と身体、意識と気は同時に練ることになるので、ここでも一体化したものの異なった相を指している。

神道的表現により難解になった合気道の内容の多くは、道教思想と関連させると理解しやすくなる。まず天地、宇宙の限らない元気、元神に気結びするとは、物質的・肉体的・自我的限定意識を超えて、限らないものの一表現点としての自分を確立することである。武術的には、後天的に力みやとらわれによって身についた歩き方を含めた身体動作の個人的癖を徹頭徹尾取り去り、本来ある自然の力が発現しやすいように工夫する。原初生命エネルギーへ帰ろうとするから、心も自我意識の仕切りに伴う狭さや硬直性を、限りなく宇宙大に開かれた無心に、あるいは心静に転換する。そうなれば他者と対抗して勝負を争う心をなくすという意味で「絶対不敗」である。むしろ相手に勝つというより、自己心中の争う心に打ち克とうとするのである。

むすびは一方で結合の意味をもつが、他方で神道系のむすび（産霊）の意味も重ね合わされ、宇宙の創造活動の根源と一体化し、その一表現点となることが「魂の気」の

支配とも捉えられる。それとは対照的に、訓練された身体能力を駆使して相手を屈服させようとする武術を「魄の御用」と規定し、地上的、肉体的力としての「魄力の強い争いの絶えない世界」を、「建てかえ、立て直し」することが合気道の使命となる。「魂の気」「宇宙組織の気」と気結びするために合気道を実践するということであるから、「武の営みはみそぎの境地」とか「合気は自由を束縛するのではない、縛を悉く解く」とも言われるように、肉体や自我の有限性を突破し、限りなきものに向けられた宗教的行の様相を帯びる。一生を武術にささげた植芝盛平が達した究極の到達点は、合気道が限りなきものとしての神にささげられた一種の神楽かぐらのようなものともみなしうる。たとえ敵意を抱いて暴漢が襲ってきたとしても、相手と争うことはせず絶対的無抵抗主義を貫き、自他の気の流れを衝突によって止めずに、おのずとその舞のような千変万化する柔らかい円転の動きに吸収し、闘争心を鎮静化させる営みを、神に奉納するのである。頻出する「万有愛護の精神」は、たんに合気道には攻撃技がないというような表面的理由によるのではなく、根本的にはそのような宗教的背景なしに理解しがたい。「おのおの万有の使命を達成せしむべく万有に呼吸を与え、愛護する精神を合気とはいうなり。」(『合気神髄』)と合気を愛気とも言い換えているが、相手と衝突せず、包み込むように気結びするためには、大切な人を心を込めて迎えるような気の出し方ができないと、どうしても衝突してしまう。相手の気に合わせる段階から、相手の気とひとつになった無理のない自然な身体の動きが可能になるとき、それはそのまま天地の気に合することになる。

実際の武術的動作では、「気で聴く」ことによって争う心を少しも起こさずに、相手との接触部分を密着させたまま、その力を吸い込んで迎え入れ、送り出す。つまり熟達すればするほど、相手に対抗心を起こさせずに、相手を制することを目指すのが合気の基本である。「真の武とは相手の全貌を吸収してしまう引力の練磨」(『武産合気』)である。結びの力には、例えば相手が思わずこちらの出した手を取りに来て、それを引き付け密着させて離さない「引力の練磨」が必要である。これは拙力では無理で、

気も純化された心静の状態でしか起こりえない現象なのである。

道歌の最後の「心構えは山彦の道」も、二重の層で考えられる。本来的には上述した宇宙の気との気結びを言い換えたもので、自己の気の波動が宇宙の気の波動と、こだまのような共鳴現象を起こすということである。自然なリラックスした本来のあり方をすれば、自己から発する響きが宇宙の響きとこだまするということが本質的重要性をもつが、心構えということで山彦が起こる状態を常日頃から工夫せよとの督促でもある。山彦の道は武術的には、相手の気の動きを読み取り共鳴していくということである。太極拳でも聴勁(力を聴く)という概念があることは上述したが、これは五官の一つである耳で聴くという意味ではなく、相手の身体との接触圧から力の方向や強さなどを読み取ることを指す。気で聴くも聴覚でというより全感覚をフルに動員して、四方八方の気配を読み取るということではなければならない。合気道本来の技に必要とされるのは、相手の気をすばやく察知し、気に導かれた相手の身体とも一体化し、さらには無理なく自然に和合したあり方へと導いていくという一連の過程で、つねに相手の気に山彦のように響き共鳴する「聴力」なのである。

山彦は気を媒介にした自己と他者、自己と宇宙の関係性の認識と自覚を具象的に表現している。合気道には一般の武術で当然視される相手との対抗関係を捨て去り、相手と気を通して一体化した関係を人間存在の原点じんかんに置く人間としての倫理が色濃く思想面に現れている。結果として場の融和的状况に繰り返し回帰していく方向性がうまれる。そこに山彦の「聴力」が要請されるのである。それは他面で身体性への回帰とも捉えられる。「宇宙と人体は同じものである」という言葉は神秘体験の表現とも解しうるが、常識的な見方の転換を促すものとも見ることが可能である。身体と乖離した心は、世俗的なものへの執着に支配されたり、病的な場合には自分で自分を苦しめる無縄自縛に陥ったりするが、身体は硬直した心によって拘束されなければ、限りないつながりに開かれている。場合によっては閉じる傾向の強い心の岩戸を、心静を

伴う合気によって開いていくこと、つまり重々無尽の関係性の一表現点としての自己に目覚めていくことが、合気道の目標とも考えられる。

## 7. おわりに

宇宙論の意味での気を強調し、健身的、宗教的意義が重視される太極拳と合気道をともに気の武術としてとりあげ、そのなかでの気の役割と哲学的世界観や倫理との関わりを考察した。

気の武術は、身体を勝つための有効な道具として鍛え上げるという見方はしない。むしろソフトパワーと内面的力の養成に精力を注ぎ、勝つことすら相対化して相手との衝突を避け、瞑想や呼吸法など宗教的修行法を取り込んだ総合的鍛錬システムを築き上げた。それは心の面では対象や感情への固着を廃し、心静を保ち、身体面では筋肉の無駄な緊張をとる作業を繰り返すのである。気の身体は、心身ともに柔軟なままで気の流れが滞ることなく、かつ全身が連結された身体である。そのために、心身の緊張状態を取り去り、吊身で立って、気が隅々まで流れている感覚、あるいは意識が全身に張り付いているような感覚を養う。この感覚で腰を中心とした動きをすると、身体全体が気でリンクされ鋭敏で一体化した状態になり、「一動全動」で相手に立ち向かうことになる。気の身体確立によって、心身が統一された全体的動きをして、相手の気に合わせて動きつつ、衝突なしに自他対立を収めることができる。

相手に対しては、全身に気を充満させ、感覚器官を活性化して「気で聴く」。つまり相手の気とリンクしながらこれを導くので、相手を密着させて離さない粘随と、相手のバランスを崩して無力化する化勁により、衝突なしに自他対立を収める。心にかんしては、雑念を交えない清浄無為の心が、意念として技の方向に先行し、相手の動きを導く。このような心と気と身体が統合された身体動作の鍛錬を続け、気の身体がさらに精神化されていけば、動きは天行に近づく。天行とは、鍛錬の文脈では、心が生き生きとしたイメージで気を導き、部分的で偏った濁力を用

いず、自然本性の動きに任せきることである。そこに至るために、自然本来の潜在能力の発揮を阻害している身体、呼吸、心の要因を取り除いていくことが、老子の「道を為す者は日に損す」の武術的意味である。

気の武術の運用の妙は分裂しない心にある。鍛錬を続けていくうちに意識性が薄れて自然になる。『莊子』刻意篇に「静一にして変わらず、淡にして無為、動けば天行を以てする」を、神を養う道としているが、具体的には「養生主篇」で、名人庖丁に次のように言わせている。「私は牛を目で見ず、心の働き（神）であつかう。私の感覚はもはや動かず、精神の働き（神欲）だけが行われ、自然の理（天理）に従って」牛をさばく、と言うのである。養神は気の武術の心の鍛錬の究極目標と言える。ここでは自己と世界の二元的対立が消え、宗教的覚醒と実質的に同じ境涯にまで達しう。技の習得がそのまま「動く瞑想」「動く禅」になりうる精神化された武術は、気の身体を通して心身の自然なあり方への気づきを深め、より大きな存在への視圏を開いていく。各修行段階で気の純化によって、自分の心身をリンクし、他者の気とリンクし、天地の気とリンクし、最終的に天地の心を自分の心と一体化していくことが、倫理的なあり方の究極として位置づけられる。通常の倫理の枠組みとは大幅に異なり、理解も実践もともに困難を極めるが、気の武術の根底にある論理と倫理は、古代のインドや中国の伝統を踏まえており、身体動作の潜在的能力の自覚と、技による効果の身体的検証を伴う点で、今日もなお大きな意義をもつと考えられる。