



支部長・
道場長
が語る

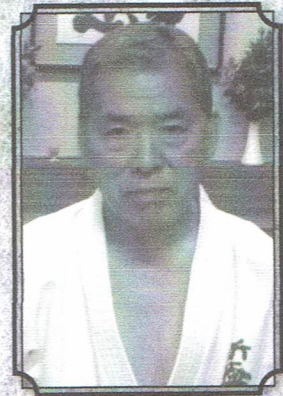
THE
KYOKUSHIN WAY

極真の道

第5回

武は難しい。だからおもしろい。

福島支部
三瓶啓二 支部長



日々、進化を続けるフルコンタクト空手。そんな中でも、忘れてはいけないものがある。各支部長・道場長のヒストリーを紹介し、極真の精神や入門当初の貴重な秘話などを語っていただく当連載。第5回は、史上初の全日本大会3連覇をはじめ、数々の金字塔を打ち立ててきたレジェンド・三瓶啓二支部長にご登場いただいた。

Interview / 伊藤翼 Photo / 神田勲 写真提供 / 三瓶啓二 支部長

——三瓶支部長が空手を始めようと思ったきっかけから教えてください。

「自分の原点なのですが、10歳の時に、死に対して『無』という結論を出したんです。すごく考えて寝られなくなつて、怖かつたです。それは親にも話さないし、友だちにも話せませんでした。生まれたいらいつか絶対死ぬという『絶対』を知つたわけです。そうすると、いろいろなことにアンテナが働きます。これから何をしようかと考えた高校生の時に、たまたま吉川英治の『宮本武蔵』を読んで、『武』に興味が湧きました。同じくらいの時期、偶然本屋で大山倍達総裁の本を見つけて、よく読んで大山総裁は生きている人物だと。それで大学受験の下見をする時に、池袋の総本部道場に押しかけて大山総裁に会わせてくださいと言いました。お会いすることはできませんでしたが、その時に対応していただいた道場生の方を見た時、その方から『本物』を感じたので、この人の先生はもつとすごいんだろうなと思つて空手やろうと決めました。極真空手という世界で、ゼロからスタートして10年の間で全日本チャンピオンになることができた、何かが見えてくるのではないかと思つたんです。10歳の時から、漠然と何かで日本一になりたい気持ちもありました」

——いつか必ず死が訪れるからこそ、何かを成し遂げなければいけないと。入門されたのは、浪人中の18歳の頃

「2年浪人をしたのですが、高校を卒業したら実家にいるつもりはなかったんで、自分で道を切り開くという覚悟で東京に出ました」

——最初に稽古をした時の感想は？

「いやあ、すごかつたですね。何もわからないので、『組手をやりたい人？』と聞かれて手を挙げたんです。受けも知らないんで、肩を思い切り蹴られてすごく痛くて。サポーターもない時代ですから」

——いわゆる、かわいがり。のようなものはあつたのでしょうか。

「よく言われたのは、『向かつて来い。来ないといくぞ』と。結局は、いつでもいなくてもやられるんです。今日も稽古に行くのが嫌だなと思いつながら通つた記憶があります。でも、先輩方には食事に連れて行つていただいたりして礼儀作法を教えてもらつたりもしたので、感謝しています」

——キャリア約1年の頃、初出場ながら第6回全日本大会でいきなり8位入賞をはたしています。

「当時は茶帯でした。受験生だったので出る気はなかつたのですが、先輩に『人生の勉強になるから出る』と言われて。ただ、出る以上は負けるところまでいこうと思つていました。準々決勝は顔面に廻し蹴りをもらい、ドクターストップ。『やりませ』と言いましたが、鏡を見たら歯茎が裂けて落ちていたのでびびくりしました。負けたことが悔しかった

ので、勝つまでやろうと思いましたが、
——その後の第8回、第9回全日本
大会での連続ベスト8を経て、第10
回大会で準優勝をはたしました。

——当時、私は総本部道場と並行して
早稲田大学の極真空手部にも所属し
ていたのですが、私が大学4年生の時
に、3年生のキャプテンが稽古中
の事故で亡くなったんです。その後
彼の京都の実家に行き、彼のご両親
を全日本大会に招待しました。息子
さんが好きだった空手を見てくださ
いと。第10回全日本大会は彼のため
に優勝すると決めていたので、会場
から逃げ出したくなるくらい本当に
怖かったです。それまでの大会でも
多少の緊張はありましたが、優勝し
なければいけないと思って出るのは
初めてだったので

——優勝しか見ていない中での準優
勝だったんですね。
「はい。うれしくはないですよね」
——第11回全日本大会、第2回世界
大会では、のちに「三誠時代」を築
くことになるライバル・中村誠選手
(現・極真会館中村道場総帥)に決
勝戦で敗れています。当時、体格差
のある相手を攻略するために、どん
なことに取り組んだのでしょうか。
「なるべく打たせないように、見る
稽古をしました。そして打たれた時
はカウンターをとる。勝つよりも負
けないことを考えました」
——そして第12回全日本大会の決勝
で中村選手を破り、26歳で初優勝を

はたしました。空手を始めて8年目
のことでしたが、目標としていた日
本一になって何が見えましたか。

「やればできるんだな」と、負けなかつたから勝つてたんです。あの当時、私が勝つと思っていた人は少なかつたと思います。体格差だけではなく、彼のほうが身体能力も高かったのです。素質がないから勝てないわけではないうことですね」

——初優勝の翌年に、福島で三瓶道場を開設しました。全日本チャンピオンになったことで引退も考えたのですが、現役続行を決断したのはなぜだったのでしょうか。

「福島に戻って指導でお金をもらいう立場になった時、三戦立ちの意味、引き手の意味、息吹の意味を理解できていないことに気づいて、自分は空手を知らないんだと思いました。それならせめて選手として先頭を走ろうと。そこで切り替わりました。闘う姿を見せるしかないですよ」

——その後、第13回、第14回全日本大会を制し、3連覇を達成することになりました。

「まわりからは東京に出稽古に行つたほうがいいんじゃないかと言われましたが、福島の生徒に対して失礼に当たるのではないかと思い、東京には行きませんでした。東京に行つたら『総本部の三瓶啓二』になつてしまふ。自分は『福島の三瓶啓二』だということだけはありました」
——当時はどんなテーマを持って稽古

古をされていたのでしょうか。

「心のスタミナをつけることですね。最低過2回、酸欠を起すまで稽古をしました。例えば、ジャンピングスクワット100回を10セットやるとか。18時からの指導の前に、一度全力を出す。もう動けないという状況から指導する状況をつくるんです。一回やり切るので、そこからゆっくりエンジンをかけていくのはものすごくきつい作業なんです」

——1984年の第3回世界大会は決勝で中村選手に敗れ、惜しくも準優勝に終わっています。選手としてはここで一区切りだったんですか。

「引退はしていませんが、ケガなどもあつて結果的にそうになりました。そして私が40歳になった時に、ふと振り返ったんです。武をやりたくて空手を始めたのに、本当の武をやっていないなど。何で三戦立ちなのか、何で息吹があるのか。理解するまで8年かかりました。それが今の三瓶理論です。体は鈍っていないことがわかつたので、もう一回全日本大会に出ようと思いました。まずは自分の道場の県大会に出て、現役の選手から一本や技有りを取れたら全日本に出ようと。優勝できなかったので、実現はしませんでしたけど、普段の5倍くらい稽古をしていたので、東日本震災の年に腰が痛くなつて立てなくなりました。ただ、そこで一回ゼロになったことで、腸骨もわかるし、横隔膜もわかるし、肩甲骨

も意識できるようにになりました」
——2011年の東日本大震災によつて、人生観に影響はありましたか。
「大きかったです。正直、原発事故があつた時は死ぬかもしれないと思つていました。国内だけではなく、オランダやロシアなど世界中から『逃げてくれ』と連絡をもらいましたが、福島に生徒が一人でもいる限り逃げるわけにはいきませんでした」
——指導する上で心がけていることは何ですか。
「手助けですね。人間は甘いので、自分で限界を決めてしまふんです。自分で決める限界点は低いことが多いので、三瓶道場の昇段・昇級審査は2分で10人と組手をやらせるなど、他の支部より厳しくしています。空手という手段を使つてまだまだ伸びしろがある、いくつになつても上を目指せると教えてあげたいですね」
——後進に伝えていきたい「極真の道」とは何ですか。
「もちろん、試合は自己研鑽の場としていいと思います。ただ、空手は試合だけではありません。基本や移動などは、知れば知るほど深みがあります。武は難しい。だからおもしろいんです。さすがに今は試合に出ることは考えていませんが、武は完結しようと思つています」
——あらためて、18歳の時に空手を選択してよかつたですか。
「もちろんです。空手は後世に残せるものだと思います」



第12回全日本大会で初優勝を飾った時の一枚。ここから史上初の全日本3連覇を達成した



母校・早稲田大学で演武を行なった



キレのある上段蹴りを見せる



1978年、静岡県の桜ヶ池神社で行なわれた本部夏合宿。右端に写るのが三瓶支部長