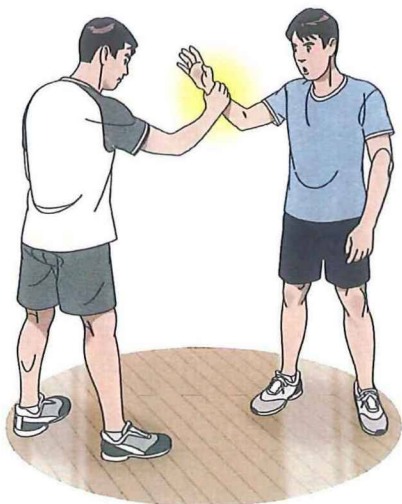


ことばと身体

『「～を」「～から」の使い分け』

① 指先を下ろす ② 指先から下ろす

力を入れて動かそうとしても、ことばの使い方によって身体は別人のように動けるようになります。例えば、イラストのように相手に下から腕を押さえられた状況で、腕を下ろす動作をしたいとき、①と②の指先を下ろすという違いによって、腕を下ろす動作が楽に動かせますが、②では下ろせません。これは、「を」と「から」ということばの違いから生まれてきた現象です。身体には、ことばによって動く目的が明確になるとパフォーマンスが上がり、逆に目的が曖昧になるとパフォーマンスが下がるという特性があるのです。①の場合は、「指先を」という表現によって、下ろす対象が「指先一つ」に明確化されるため、身体は安定した動作を保ち、パフォーマンスが上がるのですが、②の「指先から」では、指先だけではなく暗に他の部位（例えば腕など）も下ろす対象に想定されているため、何を動かすかがやや曖昧になっています。その曖昧さが影響して身体に緊張感が生まれるため、パフォーマンスが下がってしまうのです。誰でも簡単にできますので、ことばの使い方によって変わる動きの違いをぜひ体験してみてください。



注意を向けるところを指先に絞るとパフォーマンスが上がる(イラスト/庄司 猛)

イン前に必勝祈願を行うのも同様です。

他言語に比べ日本語はよりパワーを持つ

「存じ」のように日本語には五十

音がありませんが、神道に伝えられた言霊学では、一つひとつの文字が日本の神と対応し、それぞれの文字が独自のエネルギーを秘めているというところ、そして、一つひとつの文字の組み合わせによっていろいろ

な動きが興り、あらゆるものが創造されていくと考えます。

ここで見逃せないのは、6000～7000語もあるとされる世界の言語のなかでも、日本語ほど絶妙なバランスで構成されたものはほかに類を見ないということです。

一般的に日本語は母音と子音からなるとされますが、言霊学では母音と父音という考え方を取ります。父音、例えば「T」と母音の「O」で「TO」という子音になる。母音と父音で二つの文字（子音）となり、それが合わさって一つの言葉になります。

そしてもう一つ、日本語は「空(SORA)」「きれい(KIREI)」「眺める(MAGAMERU)」など、最後は必ず母音で終わります。これは美しいバランスを持ち、一語一語に母音が含まれる言語はほかにはありません。「ん」は母音ではありませんが、母音と同じ働きをすると考えられています。

さらに、人類は生まれながらにしてFOX P2という言語遺伝子を持つことが判明していますが、日本語は他言語に比べ右脳と左脳を効率よく使う言語でもあるのです。

万葉集に古今和歌集、そして百人一首なども、それぞれ意味ある情緒をうたい、多くの人々の心

エネルギーを結合し物事を実現する

さて、スポーツには勝ち負けがありますが、言霊学ではそこで生まれるコミュニケーションを重視します。言霊とは、すなわちエネルギーを結合するというところにほかなりません。相撲では、力士が立ち合いで見合わなければ勝負にならず、互いに見合ってエネルギーを交わし、そのうえでまわしをつかみ結び合って力比べをします。お握りは一つひとつの米粒を粘着で結びつけますが、ことばも同様で、人と人、人と自分、あるいは自分自身をつなげる強力なエネルギーを持つているのですから、ことばが物事成し遂げる源となるのは理にかなったことなのです。

戦後、言霊学はGHQによって封じられ、放送禁止用語にもな

りました。その影響があり、また、言霊に「霊」の文字がつくゆえに神秘的に捉えられてきました。が、先述したようにエネルギーを結合するのが言霊であり、その源は一つひとつのことばです。スポーツには集団競技もあれば個人競技もありますから、例えば、チームプレーで物事を実現できることば（祝詞）はどのようなものか。個人プレーにおいてはどうか。はたまた能力を発揮させるための祝詞、指導者としての祝詞は？など、さまざまな競技の特徴や、人の役割に適したことば（祝詞）を考えておきたいものです。冒頭述べましたが、ことばはいいことも悪いことも実現します。悪いことを促すことばを避けることも方法ですが、場合によっては発したことばを無にする、リセットできることばを用意しておくことも必要でしょう。試合前などにプレーヤーに気合いを強調し、そのために力が入りすぎ、持てるものを発揮できなくなるケースもあります。スムーズに物事を実現しやすい、プレーヤーがうまくいくことばを生み出すことも大事なことです。「事」は「言」によって始まります。人を生かすことばをどうか大切にしてください。

特集

近年、オープンクエスションの重要性はコーチングでしばしば説かれる。より深い理解を求めていることだが、大切なのは、プレーヤーが単に理解するだけでなく、納得して行動が変わること。ことばがけも含め、ことばの深さ、大切さを探る。

プレーヤーが変わる「ことば」がある

PART 1

エネルギーが和して物事を成し遂げる、言霊専門家が説く魂宿ることば

いにしえより日本には「言霊」という考え方があり、その力によって物事が実現されるという。大相撲で長らく大関の座に甘んじた稀勢の里関の横綱昇進にも言霊学を通じて力添えしたという言霊の第一人者に、ことばの大切さを聞いた。

ことばに表せば現実のものとなる

ことばは基本的に物事を行うための源です。いいことも、そして悪いことも、すべてことばを発すれば現実のものとなる。物事を実現する誘導のスイッチとなる、そのエネルギーがことばにはあります。

神道でいう八百万神（すべての神々）がことばには宿っており、例えば、火の神、水の神、相撲や野球の神もあるでしょう。そうした神々（または先祖）に働いてもらうために、古来、日本人はさまざまな方法で働きかけてきました。飛鳥時代の皇極（斉明）天皇のころには、降雨、止雨を願い、儀礼

を通じて神に語りかけました。真言密教でもしかりで、コミュニケーション言語（マントラ）、すなわち神や仏に通じることばで話しかけ、物事を実現してきました。これは異国の話ではありませんが、カトリック教徒のアスリートがクロスを切つて神に祈るのも同じ発想からです。

かつては、こうした神に通ずることばとして祝詞（定型文）があり、また、崇め、神に奏上し、加護を願うことばです。今の日本人にはこうしたことの起源を知る人は少ないかもしれませんが、このように働きかけそのものは現在も行われています。建物などの着工前に土地の神に許しを請う地鎮祭、子どもの



解説／七沢賢治
白川学館代表理事

早稲田大学在学時から宗教学、社会学、心理学、言語学など幅広く研究。その過程で明治天皇の言霊学の師、山崎弘道氏の孫弟子である小笠原孝次氏に師事。1981年、甲府（山梨）に言霊神社を創設。主な著書に『言霊学事始』（和器出版）、『言霊設計学』（ヒカルランド）など。

成長を祝う七五三なども、単なる風習として残っているわけではなく、願うところをかなえるため、神に語りかける場として今も大切にされているのです。野球やサッカーのプロチームなどがシーズ

