

武道の伝統的な行動のしかたについて

野 瀬 清 喜*・大保木 輝 雄**・野 瀬 英 豪***

キーワード：武道・柔道・剣道・相撲・禅

I 緒言

戦場で敵を倒す技術であった武術は、時代の流れとともに、自らの心を磨くための心法（禅）を取り入れるようになった。また、武術は、禅のみならず、儒教の影響も受け、「術を手段として道に至る」という人間形成の場に止揚され、人々に普及していった。このように、日本古来から伝わる武術は、様々な思想や宗教の影響を受けながら「武道」として発展してきたのである。

また、我が国の固有の文化であった武道は、広く世界各国に普及し、柔道・剣道・相撲・空手道などは、盛大な世界選手権大会が開催されている。他方、学校体育でも武道は、教材として取り上げられ、平成元年度からは、中学校・高等学校の選択種目として、男女共習の学習が行われ、柔道・剣道・相撲以外にも、弓道・薙刀も取り扱えることとなった。

武道は、国際的にも認知され、スポーツ教材としても確固たる地位を築いてきたといえる。しかし、別の観点から見ると、「急激な国際化により武道の精神が諸外国に伝わっていない」「スポーツ化により武道の特性が失われた」などの指摘も多く見られる。文部科学省は、「格技」から「武道」に名称を変更するにあたり、「伝統的な行動の仕方に留意して、互いに相手を尊重し、勝敗に対する公正な態度がとれるようにする」¹⁴⁾としている。また、形の指導・立居振る舞いについても

適切に学習できるようにしている。一方、国際柔道連盟では、礼法の乱れを是正する目的から試合時の礼を、試合会場に上がる時・試合場に入る時・試合の始め・終わり・試合場を出るとき・試合会場から下りる時と一試合で6回も行わせている。「礼、過ぎれば諂いとなる」ということわざもあるが、これが本来の武道精神と言えるか疑問である。本研究は、柔道や剣道の礼法・形・立居振る舞い、相撲の四肢・塵浄水などの伝統的な行動の仕方が、どのような意味を持ち、歴史的な変遷をしてきたかを文献から調査することを目的としている。さらに武道と禅の關係に代表される、技能の向上のみならず精神修養を目的としての稽古法についても、その意義や歴史的背景、社会性を明らかにしていきたい。これらの検討を、日本の伝統文化を浸透させる武道の国際化とスポーツ文化としての武道教材の活用のための一助としたい。

II 研究方法

本研究は、武道の形や礼法・武道の稽古法と禅の関わりなどを明らかにし、国際競技としての武道のあり方や学校体育における伝統的な行動の仕方の資料を得ることを目的としている。これらの目的を達成するために、武道の歴史や文化、礼法、基本姿勢や上席の判断基準、禅と武道、柔道・剣道・相撲、などの専門書から伝統的な行動の仕方の記載や著述を抜き出し、歴史的背景や社会性、その意義について検討を行った。また、併せて先行研究の中で武道の伝統的な行動

* 埼玉大学教育学部保健体育講座

** 埼玉大学教育学部体育医・科学講座

*** 了徳寺学園職員

の仕方について記載された論文を精読し、検討を行う方法を取った。調査項目は、以下の通りである。

- ①武道における形
- ②武道における礼法
- ③禅が武道におよぼす影響
- ④学習指導要領における武道

Ⅲ 本論

1 武道における形

(1) 形の文化と学習論

形とは、型と同じ字義であり、「形を作り出すものになるもの・伝統、習慣として決まった形式・武道、芸能、スポーツなどで規範となる方式・ものを類に分けた時、それぞれの特質をよく表した典型」²⁴⁾などの意味を持ち、これらが武道や日本の伝統的な芸道の形と関連する内容である。また、日本の伝統文化は「形の文化」と呼ばれるほど形によって伝承されてきた。武道では、「かたは流祖が立てた流儀の真髓（技術・理念・精神）を伝承する手段として、最も抵抗なく、確実に、早く理解できるものとして生まれ、長く受け継がれてきたのである。（中略）弟子はそのかたを学び、正しく模倣を繰り返すことによって、技術、理論のみならず、師のその芸に対する信念や理想をも汲み取っていくのである」²⁵⁾このように形は、無駄をはぶき、最も必要なエキスを凝縮し適切で効果的にした様式と考えられる。また、その内容が優秀であればあるほど、長く後世に伝えられるものである。

形の学習の原点は、「真似る（学ぶ・まねぶ）ことである。師匠のかたを忠実に模倣再現し、そこに内包されるあらゆる要素を汲み取り、さらにそのことを自らのかたに投影するという作業の繰り返しである」²⁶⁾ また、「このまねびの過程が修行の中核となるのであるが、これには様々な規制・制限が伴うのである。まず、技そのものに関していえば、師匠の示す技は絶対のものであり、弟子がそこに異議をはさむ余地はない。また、かたと

して定められた、原理・法則について、たとえそれが少々、窮屈に感じられようとも、弟子が異を唱えたり、勝手な解釈をするなどの自己流は許されるものではない。あくまでもその中に自己を没入させるという没個性の姿が求められる」²⁹⁾ さらに、この規制・制限は、単に技の問題に留まるものではない。「弟子は、修行に対する姿勢・態度、日常の言動や思想・信念までもを含む生活全般にわたる厳しい枠組みの中に自己をはめ込むことで、かたの学習が成立するのである」²⁹⁾ このように、形の学習とは、柔道の形や日本剣道形の習得が全てではなく、むしろそれは一つの手段であり過程でしかない。つまり、「かたのまねびを中核として、生活全てを一つの型（いがた）にはめ込むことによって、技術・理論・精神のすべてにわたる修行者として、また人間としての型を形成することこそ重要なのである」²⁹⁾ このように形は、単なる技術習得のための教材でも目標でもなく、修行者の日常の姿勢までもを含んだ広範囲におよぶ拘束力を持つ規制であり、同時に人生の方向付けの役割をなすものである。そこには、人格の向上を技術内容の進歩につなげるという理想があり、逆にそれのない者に技術の上達はありえないという認識が存在するのである。

(2) 柔道・剣道の形

柔道の形がはじめて登場したのは、明治17年（1884）で嘉納師範がそれまで指導してきた天神真楊流柔術と起倒流柔術の形の長所を取り込んで、「投の形」と「固の形」の原形を作った。その同じ年にやや遅れて、「極の形」原形が制定された。極の形の制定は、真剣勝負の形とも称されるように、乱取・試合では用いない突き・蹴りなどの当身技や肘以外の関節技など、柔術諸流の技術の習得が目的であった。次いで、明治20年（1887）に柔道の投げ技の発展に多大な影響を与えた起倒流の形を原形とした「古式の形」と道場でもなくとも、稽古着がなくてもでき、体を伸展させる動きをねらいとした「柔の形」、「五の形」が制定された。五の形は、柔道の攻防の理合いを、水の様相にかたどって、五つの形に表現したもの

である。また、嘉納師範が柔道に影響与えた天神真楊流の形を残すために考案したものとも伝えられている。この他に、昭和2年(1927)に単独でき、年齢や体力を超えてできる単独動作の「精力善用国民体育の形」が制定されたが、この形のみは、現在では、ほとんど伝達されることがなく、昇段審査等でも行われない。

剣道では、「日本剣道形」があり、現在でも盛んに行われている。これは大正元年(1912)に作られた「大日本帝国剣道形」を基にしたものであり、大太刀7本、小太刀3本からなっている。日本剣道形は、一刀流系や神道流系等の古流の形の要素をまとめたもので、それが現代まで続いている。現代の剣道は、竹刀を使って自在に攻防しあう稽古と、形の稽古からなっている。竹刀による剣道の要素は、形に含まれており、形を繰り返して稽古することが剣道上達の秘訣である。また、柔道と同様に形は昇段審査の試験科目の一つである。その目的は、相手に対する礼儀を重んじ、自分の心と姿勢を正しくすることができる・木刀や真剣、模擬刀を使って行うので厳しい気持ちの中で行え、心を磨き品位を高めることができる・刃筋や相手との間合い、動きなど剣道の基本的な技術を学ぶことができるということにある。「形は二人一組で行い、それぞれ先に仕掛ける打太刀と打太刀が起こした動作に対応する仕太刀に分かれて行う。日本剣道形の技術的な特徴として、打太刀の動作に対応した仕太刀の動きがある」²⁰⁾日本剣道形には、あらゆる心構え・姿勢・技と技の間の呼吸・間合・気・打突技・返し技の手の内など剣道に必要なすべてが含まれており、その繰り返しによって完成され、段階に応じて品位高く成長していくことが分かり、練習することが重要である。また、「その形は、思い切り打ち込むため、信頼感をもって、木刀や白刃を用いるので、より緊張した真剣な態度が必要になります」¹⁶⁾とある。

(3) 形の修行法

形については、柔道・剣道を例として、その目的・練習方法を述べてきたが、それでは、その中

核をなす形の修業とはどのようなものか。前述したように、形は流祖の技・理論・精神を凝縮したものであり、流派継承の柱となるものである。流祖の教えを正確にかつ効率よく伝えるには、極めて都合よく整備されたものである。また、約束事の上に成り立つ鍛錬で、安全性という点においても十分な配慮がなされている。しかし、裏を返せば、「本来、その技の備える実戦的要素(殺傷性)が失われる」²⁰⁾ことでもある。平和な時代に引き継がれてきた武道の形が、実戦と完全に一線を画したため、大部分の修行者には、形が形式的なものに映り、その本質が伝わらなかったのではなかろうか。特に、柔道においては、嘉納師範が、安全に乱取・試合を行わせるために、相手殺傷するような危険な技は、形の練習に移した。このことにより、他の武道より、いっそう形が形骸化してしまった観がある。また、海外では、勝利至上主義の傾向が強く見られ、人間的な成長をめざす武道が、メダル獲得に主眼がおかれる競技スポーツと同様に扱われている。しかし、形には、その武道の本質を知る伝統的な礼法・正座・姿勢・身体動作などが多く含まれており、形の修行は武道の練習に不可欠な要素である。

2 武道における礼法

柔道における礼法は、『柔道における礼法の変遷と取り扱いについて』²¹⁾で詳細に記載してある。本編では、剣道・相撲の礼法を中心に武道の伝統的な行動の仕方の検討を行った。

(1) 武道の礼

我が国における礼の歴史の概略を述べると、「奈良時代に髓や唐の様式の影響で礼法が整えられたといわれる。中央集権制度を確立した聖徳太子は、十七条の憲法の第一条で、礼によって和を図り国家秩序を推し進める」²²⁾と記した。「平安時代になると宮廷礼式が完成され、為政者としての礼儀が重んじられ、その後、源平合戦においても決着をつける際には、大将同士が自らの素姓を名乗り合い、正々堂々と戦う様式がとられた。しかし、応仁の乱(1467)以降は下克上の世とな

り、礼の精神は失われてしまった。江戸幕府を築いた徳川家康は、「武士には文武両道が必要である」²⁹⁾とし、儒教の精神を重んじることをといた。このように礼は、武家社会の成立過程とともに日本の伝統文化として定着していった。

武道においても、「礼に始まり礼に終わる」と言われるように伝統的に礼は重要視されてきた。前述したように武道の礼の意味は、対人的な道徳としての礼と神前や道場に対して行う礼がある。神への祈りを目的とした礼は、武道としてより、五穀豊饒などを祈る儀式として発展した相撲の作法に残っている。大相撲を例にとると、「本場所の前日、土俵中央の15センチ四方に穴を開け、そこにかち栗やこんぶ、するめ、洗米、塩を埋めて、神に対して、本場所の無事を祈るのである。本場所に入ると、力士は取り組みの前に塩をまくが、この塩は清めの塩であり、土俵の邪気を払い清め、神に無事を祈る。また、力士の礼法として塵浄水（ちりちようず）がある。徳俵で向かい合った力士は、互いに蹲踞し、両手を擦り合せ、左右に大きく開いてちりを切る」²⁹⁾という動作を行う。これは、もともと相撲が野外で行われていたため、地面に生えている雑草（ちり草）をむしって手を清め、その後、手の中や脇に武器を持っていないことを表す作法である。この礼法は、柔術で行われていた「指建礼」と非常に良く似ている。また、力士が踏む「四股」は、地下に潜む邪悪な醜を踏みつぶして、地上に現れないようにするという意味もあった。勝負が決した後、力士は、蹲踞の姿勢で手刀を切る。これは勝利を授けてくれた、三つの神にお礼を述べるための礼である。

剣道では、高野佐三郎著の『剣道』の中に、「禮儀を重んじ決して傲慢卑劣の行いあるべからず」「精神中に他人を敬愛する心あればおのずから一挙一動にかなうようになります」²⁸⁾とあり、その後の剣道書に大きな影響を与えた。また、日本剣道形の礼法では、「まず、形の打太刀、仕太刀とも刀（木刀）をさげて立札に始まる。立会の前後には、刀を右手にさげて、上座に対して下座

に立ち、約3歩の距離をおいて、お互いに礼（座礼）をする。この時、刀は右脇に置き、刃を内側に、鐔を膝頭の線に置く。また、仕太刀の持つ小太刀は太刀の内側に置く。そして、打太刀は刀を右手に持ち刃部を上にして立会の間合に進む。（中略）最後に、大太刀から小太刀に変わる七本目が終わったときは、打太刀は立会の所から4、5歩退いて蹲踞し、仕太刀が太刀と小太刀を取り替えるのを待つ。そして、互いに揃ったところで相互に立礼して、上座に向かって礼をし、始めに正座した所に下がり、また正座して互いに相対して礼（座礼）をし、退場する」³⁰⁾とある。このように剣道では、太刀の取り扱いと伝統的な礼法を組み合わせている。

(2) 武道の姿勢

武道を行う者にとって立居振る舞いは、他人への敬意、隙のなさ、威がそなわっていなければならない。「かつては歩く時にはキョロキョロと左右を見るな、後方を振り返るなど武士の子弟は幼児期から厳しく仕付けられてきた。それは、左右に気を配ることが戒められていたのではなく、その動作が右顧左眄という不覚悟、腰の座りの悪さを示すものとして卑しめられたのであり、後ろを振り向く動作も未練がましい振る舞いされたのである」²⁰⁾ 礼法の前後の姿勢においても伝統的な正しい形がある。

立ち姿勢においては、「自然に立ち、腰骨を起こし、背筋を伸ばして肩の力を抜き、あごを引いて首筋を起こし、上体をゆったりと柔らかかに保ち、足はつま先寄りに体重をかけて、かかとを浮かし気味に、重心軸を頭頂、下腹部、つま先の三点に通したあとは、ごく自然にゆったりと立つ。両つま先は自然に開き、両かかととは密着させずに、足幅は肩幅程度に開く」²⁰⁾ この姿勢を武道では、自然体と呼んでいる。柔道や空手道では、この姿勢から右足を一足長だした姿勢を右自然体と呼ぶ。

(3) 立居振る舞いの中での礼

一般にお辞儀と呼ばれる屈体の礼の内容には、「拝」と「揖」というものがある。「拝は、屈体の

礼の中では最も重いものである。また、これは最敬礼と呼ばれるもので、90度まで上体を屈する。仏教や神道の世界にはこの形は今でも残っていて、古風には、座礼の場合、額を床につける（ぬかづく）まで上体を屈する」²⁰⁾ 昨今の柔道や剣道では、最敬礼を「拝礼」とし、一般の「敬礼」と区別している。そして、揖は、拝に次ぐもので、かつてはこれを「会釈」と呼んだ。今の会釈は、軽い敬意を表す所作となっているが、この会釈は正確には、かつての「小揖」にあたる。このように屈体の礼は、時代とともに変化してきているが、武道においては、師の前を通るときの会釈など、なにげない立居振る舞いのなかにも残しておくべき、伝統的な行動の仕方を検討する必要もある。

(4) 蹲踞・折敷の礼

蹲踞からの礼は、「立ち姿勢から両膝を開いて屈していき、爪先立ちに両かかとの上に臀部を据えて右手をつき、相手に注目したまま心持ち上体を屈して一礼する」²⁰⁾ 礼法で、片膝（右膝）をついて行う形もある。折敷の礼は、「左膝を地につけ、半身になって左手をついて礼をする。これは具足をつけたまま行う戦陣の礼式の名残りである」¹⁸⁾ これらの礼式は、野外でも稽古が行われた、古来の柔術各流派などに用いられたものである。

(5) 上席と下席・上座と下座

上席と下席についての記述を見ると、「上席とは、上位の席次・かみざ・上座・階級が上であること・上級」²⁴⁾ などの意味がある。このように上席とは、教師や先達者など教えの本となる者の席であり、下席は、後進者の席を意味している。上座と下座についての記述では、上座は、「上位の人や客が着く席・上席・じょうざ・芝居の席で観客から向かって右の方」などを意味し、下座は、「座を下りて平伏すること・しもでの座・末座」²⁴⁾ などの意味がある。座に就く場合、「古来、日本では、太陽が通る方向を向いて、陽の出る方を上位としたことに起源を発し、天子南面して東を上位、向かって右側を上席」¹⁷⁾ とした。しかし、大正元年（1912）、大正天皇即位式のおり国際的

慣例に従って、天皇が向かって左、皇后が向かって右に位置したことから左右尊卑が逆になってしまった」¹⁹⁾ という記述がある。現在では、様々な経緯を経て右優位・左下位の慣習が主流となっている。

(6) 武道の礼と心

藤堂良明は、その著書『武道を知る』²⁹⁾ の中で中学生・高校生を対象に、稽古開始時・道場に入る際・試合開始時の意識について調査を行っている。その結果、稽古開始時の礼では、「マナー、習慣として」「相手を尊重する」「あいさつとして」などの儒教的な礼の回答が多かった。しかし、道場に入る際の礼では、「道場の神聖さに対して敬意をしめす」が最も多く、試合開始時の礼では、「気持ちを引き締める」という回答が最も多かった。これらの回答は、相手に対する礼ではなく、自分自身や修行の場に対する礼であり禅的な礼と言えるであろう。禅とは、「ひたすら座ることにより、自分の心の本源と真理を悟ろうとする修行である。そこでは、食事から顔を洗うこと、便所の使い方まで厳しく定められ、また修行場に対する礼や道場内での手や足の組み方、さらには座禅前に、これから始めますとして頭を下げて心身を統一する習慣があった。こうした習慣は、禅宗の寺院生活規則として清規（しんぎ）として定められている」²⁹⁾ とある。このように、武道の礼の心は、禅に通じるものがあり、また、その修行は武道の形の修行と共通する部分がある。武道の試合で終了の合図があった後、勝利の歓喜や敗北感、疲労困憊などの状況にあったとしても、開始線に戻り服装を正し、理にかなった礼を行うことは、自己の感情をコントロールする武道精神の具現であり、内面的な成長をも表すものである。競技スポーツの世界のみでなく、中学校・高等学校の体育の授業でも取り扱うべき教材としての価値といえよう。

3 禅が武道におよぼす影響

(1) 禅について

禅の持つ意味は、「天子が位を譲ること・心を

静めることによって得られる高次の宗教的・内面的体験・座禅の略・禅宗の略」²⁴⁾ などである。宗教的な禅についてその意義を求めると、臨済宗の開祖義玄は、『臨済録』のなかに「赤肉団上に一無位の真人あり。常に汝ら諸人の面門より出入りす。いまだ証拠せざる者は看よ、看よ」¹⁾ という言葉がある。赤肉団上とは、切れば赤い血の出る人間、無位の真人とは、位置づけることのできない真の人間、面門とは、五感や心、証拠せざる者とは、心眼を開いて見たことのない者の意味である。つまり禅とは、真人すなわち真実の人間に目覚めることなのである。また、禅は「不立文字」という言葉の通り、本を読むことや話を聞くことによって会得できるものではない。座禅を行い自分自身で体得するものである。座禅とは、「身体を整え心の一つの対象に集中して、自分の本性であり「仏性」を見るために行うものである。その仏性は鏡のようなもので、前に立つものが、ありのまま、そのままに写る」¹⁾ ものである。座禅の行い方は、結跏趺座でなければならず、両方の膝頭と尾低骨で三角形を作り、その真上に上体を立て、その頂点に頭頂を置き三角垂体を作る。次いで半眼となり視線を前方へ落とす。このように体を座らせることを禅では「調身」と呼び、心を座らせることを「調心」という。

(2) 武道と禅

前章でも述べたように武道は、仏教や禅から大きな思想的影響を受けている。武道には、剣禅一如、弓禅一如、拳禅一如などという言葉が残っている。これは武芸と思想的基盤が一つになることを意味している。武道が生死をかけた闘争であった時代、死を恐れず、自己の持つ技を最大限に発揮する精神力は、重要な課題であった。いわゆる「無心」や「無念無想」の境地を求めることは、仏教の修行と合い通じるものがある。また、身体の鍛錬を通じて道をさぐるという共通点もある。古来、武道の達人の多くは禅の影響を受け大成している。柳生心陰流の柳生宗矩の禅の師である沢庵和尚は、『不動智神妙録』を著し、宮本武蔵の『五輪の書』でも禅がいかされたように、

禅は武道の修行に大きな影響を与え思想的な基盤となっていった。

4 学習指導要領における武道

(1) 新学習指導要領と武道

『柔道における礼法の変遷と取り扱いについて』²⁴⁾ の内容で、新学習指導要領において伝統的な行動の仕方の具体的な指導法が、提起されていないことを指摘した。本編では、学習指導要領と武道の目標・伝統的な行動の仕方について取り上げた。今回の改訂では、週完全5日制のもと、各学校が「ゆとり」の中で特色ある教育を展開し、生徒に豊かな人間性や自ら考えるなどの「生きる力」の育成を図ることを基本的なねらいとして行ったものである。改訂された指導要領では、保健体育の教科目標として、新たに「心と体を一体としてとらえる」ことを重視すると示されている。

(2) 武道のねらい

武道においては、「伝統的な行動の仕方に留意し、互いに相手を尊重し、計画的に練習や試合ができるようにするとともに、勝敗に対して公平な態度を取れるようにする」¹⁴⁾ とある。この内容は、礼儀作法などを形式的に学習するのみでなく、相手を尊重する方法として礼を行い、その中で、自分自身を律する「克己」の心を養うことを提言している。このように武道の学習では、伝統的な行動の仕方を学習する過程で、その考え方も理解しなければならない。我が国の固有の文化として、武道を学習するには、指導書に示されている「技能習得を通して人間としての望ましい自己の形成を重視するという武道の伝統的な考え方」¹⁴⁾ の実践と体験を欠かしてはならない。

(3) 礼のねらい

武道における礼は、単に相手を尊重するだけの意味を持った行動ではなく、自己を高めることと関連してとらえていきたい。これは、前述したように、武道の礼には、相手を尊重する儒教的な精神と自分の気持ちを引き締める禅的な精神が、伝統的に内在するからである。また、武道の礼には、

厳格な形を重視し、それを実践することに意義を求めていると考えられる。激しい攻防の後、いまだ心理的興奮がおさまらない時点でも、その興奮を抑えて正しい動作で丁寧な礼を行わなければならない。つまり、厳格な形式に従うことは、自己を制御することであり、その自己制御こそが人間に重要な意味を持っている。行動を支配するのは人間であり、自己の内面を高めるために礼を行い、克己心を学ぶ学習内容こそ武道の礼のねらいである。

(4) 勝敗に対する態度

武道の練習や試合におけるねらいとして、「勝敗に対する公正な態度を取れる」があげられる。現代スポーツでは、勝利の歓喜を全身で表す、いわゆるガッツポーズなるものが横行している。日本古来から伝わる武道や芸道では、「静の時間」が尊ばれてきた。試合場にかかる姿や礼などの伝統的な行動をする立居振る舞いには、見る者にも静の時間を楽しむ本質的な特性がある。さらに、激しい格闘の「動の時間」から、試合が終了して礼を行い試合場を去る静の時間に移る。躍動感に溢れるスポーツ活動との大きな違いはここにある。「動から静へ」の学習を繰り返す中で、自己の感情をコントロールする力を養わせることも勝敗に対する態度のねらいである。また、対人競技である武道は、練習や試合の相手がいないと成立しない。たとえ自分が勝利を取めたとしても、自分を高めてくれた相手がいてはじめて勝敗は成立する。ともに学び高め合う喜び、相手に感謝する心を育てることも重要な態度の内容である。

IV まとめ

本研究の目的は、武道の形や礼法・武道と禅の関わり・武道教材のあり方を明らかにし、武道の国際化や学校体育における伝統的な行動の仕方の資料をえることにある。これらの目的を達成するために、武道の歴史・文化・礼法・姿勢・形・禅などの記述のある専門書・定期刊行物・論文及び武道の審判規定・学習指導要領の

中から、その意義や歴史的背景等についての考察を行った。本研究で得られた主な研究結果は、以下の通りであった。

- ① 武道の形は、流祖がたてた流派の真髓を伝達する手段であり、優秀な形ほど後世に残る。
- ② 形は、単なる技術習得の手段ではなく、修行者の人格にまでおよぶ広範囲な拘束力を持つ。
- ③ 現代武道は、競技化が進み、形の持つ拘束力が弱まり、真の上達が望めない傾向がある。
- ④ 武道の礼は、対人道德としての目的を持つが、相撲は祭事として発展したため、神への加護の形式を残している。
- ⑤ 武道の礼には、対人的な礼のみでなく、道場・自分自身に対する禅的な意味も含まれている。
- ⑥ 現代武道の座就きは、北を正面（上座）とし、右上位、左下位を慣例としている。
- ⑦ 禅の修行は、身体を通じて自己を高める過程において、武道の形と多くの共通点を有する。
- ⑧ 武道における伝統的な行動の仕方の学習は、形式より伝統的な考え方を教える必要がある。
- ⑨ 武道の礼の学習は、自己の感情をコントロールする能力を高める意味を内在している。

引用・主要参考文献

- 1) 秋月龍岷『まっさきに読む禅の本』勉誠社、36頁、79－80頁、88－93頁、98頁、1995
- 2) 浅見高明・平井仁「正座と結跏趺座における丹田と重心の位置について」武道学研究27－1、日本武道学会、2頁、1994
- 3) 大本山永平寺大遠忌局『道元禅がよくわかる本』PHP研究所、168頁、1998
- 4) 藤野岩友『中国の文化と礼俗』角川書店、298頁、1976
- 5) 橋元親『写真で見る柔道の形』大修館書店、12頁、1971
- 6) 平川信夫『剣道』ベースボールマガジン社、257－258頁、1993
- 7) 磯貝一『柔道手引草』復刻『明治武道史』新人物往来社、637頁、1971

- 8) 加藤寛「蹲踞考」武道学研究13-2、日本武道学会、98-99頁、1981
- 9) 加藤寛「剣道の礼式に関する研究」武道学研究14-1、日本武道学会、19頁、1981
- 10) 金杉博美「柔道授業への形の導入」埼玉大学保健体育講座卒業論文、33-34頁、1999
- 11) 小谷澄之・大滝忠夫『最新柔道の形全』不昧堂出版、20-21頁、119頁、169頁、1971
- 12) 『講道館柔道試合審判規定』講道館、80-82頁、1995
- 13) 益江充典「柔道における伝統的な行動の仕方」埼玉大学保健体育講座卒業論文、1997
- 14) 文部省『中学校学習指導要領解説保健体育編』文部省、東山書房、3頁、61頁、1999
- 15) 諸橋轍次『大漢和辞典第八巻』大修館書店、501頁、913頁、932頁、1958
- 16) 村嶋恒徳『中高生のための剣道』ケイ出版、192頁、1987
- 17) 永田英二「柔道における礼法について」柔道65-12、講道館、90頁、1994
- 18) 中島篤巳『伯耆柔術秘伝絵巻』マツノ書店、208頁、1989
- 19) 中村民雄「武道教育の現状と課題」体育科教育41-14、大修館書店、30頁、1993
- 20) 野中日文『武道の礼儀作法改訂版』合気ニュース、25-26頁、65頁、68頁、1998
- 21) 野瀬清喜「柔道における礼法の変遷と取り扱いについて」埼玉大学紀要教育学部48-1、埼玉大学、95-97頁、1999
- 22) 佐々木武人・柏崎克彦・藤堂良明・村田直樹『現代柔道論』大修館書店、70頁、1993
- 23) 柴崎松太郎『柔道教範』永岡書店、165頁、1968
- 24) 新村出『広辞苑第四版』岩波書店、416頁、494頁、1032頁、1361頁、1993
- 25) 杉崎寛『これが講道館柔道だ』あの人この人社、37頁、1998
- 26) 杉山重利「武道教育の価値観」体育科教育、大修館書店、34頁、1993
- 27) 杉山重利「体育と武道」武道、日本武道館、65頁、1995
- 28) 高野佐三郎『剣道』剣道研究会、107頁、1973
- 29) 田中守・藤堂良明・東憲一・村田直樹『武道を知る』不昧堂出版、19-21頁、32頁、63-64頁、106-108頁、110-111頁、126-127頁、2000
- 30) 和村公男・松川哲男『現代スポーツ実践講座18 柔道』ぎょうせい、24-25頁、1987
- 31) 山下義韶・永岡秀一・村上邦夫「柔道形解説」柔道1-2、33頁、1915
- 32) 全日本剣道連盟『剣道試合審判規則・細則』全日本剣道連盟、1頁、1999
- 33) 全日本剣道連盟『日本剣道形解説書』全日本剣道連盟、2-3頁、18頁、1986

(2001年9月28日提出)

(2001年10月11日受理)