

武道

— 歴史と特性 —



日本武道協議会

筑波大学名誉教授 藤堂良明

武道

— 歴史と特性 —



武道の定義

武道は、武士道の伝統に由来する日本で体系化された武技の修練による心技一如の運動文化で、心技体を一体として鍛え、人格を磨き、道徳心を高め、礼節を尊重する態度を養う、人間形成の道であり、柔道、剣道、弓道、相撲、空手道、合気道、少林寺拳法、なぎなた、銃剣道の総称を言う。

平成二十六年二月一日制定

日本武道協議会

武道の理念

武道は、武士道の伝統に由来する我が国で体系化された武技の修練による心技一如の運動文化で、柔道、剣道、弓道、相撲、空手道、合気道、少林寺拳法、なぎなた、銃剣道を修練して心技体を一体として鍛え、人格を磨き、道徳心を高め、礼節を尊重する態度を養う、国家、社会の平和と繁栄に寄与する人間形成の道である。

平成二十年十月十日制定

日本武道協議会

刊行の辞



(公財)日本武道館
日本武道協議会

会長 松 永 光

わが国を代表する武道 10 団体が大同団結して結成した日本武道協議会は、平成 29 年 4 月に設立 40 周年を迎えることとなりました。

この祝賀を記念して、中学校武道必修化の充実に向けた指導書と DVD が刊行される運びとなりました。

平成 18 年に教育基本法が改正され、伝統や文化を尊重することなどが謳われることとなり、平成 24 年度から全国 1 万余校の中学校で武道が必修化されました。中学校武道必修化が完全実施されてから 5 年が経過しましたが、大きな事故もなく、全国各中学校で順調に実施されています。

しかしながら、年間実施時間は 10 時間弱、指導者の段位保有率は 2 人に 1 人、約 50 パーセントと低く、中学校武道必修化の内容充実は急務であります。

そこで、日本武道協議会として「安全で、楽しく、効果の上がる授業」を実施するための指導書と DVD を記念事業として作成し、全国 1 万余校の中学校、都道府県市区町村教育委員会、主要公立図書館等へ無償配布することといたしました。

目的は「武道 9 種目の周知徹底」と、その上での「中学校武道必修化の充実」です。

武道は武士道の伝統に由来するわが国で体系化された武技の修錬による心技一如の運動文化で、心技体を一体として鍛え、人格を磨き、道徳心を高め、礼節を尊重する態度を養う、国家、社会の平和と繁栄に寄与する人間形成の道です。

中学校武道必修化に関わる指導者の皆様がたにおかれましては、ぜひ本書と DVD を活用され、日本全国の中学生が元気よく、立派に育っていかれますよう、ご指導、ご尽力のほど、よろしくお願い申し上げます。

本書がそのお役に立てることを心から祈念し、刊行の辞といたします。

平成 29 年卯月

刊行にあたって



武道議員連盟会長
(公財)日本武道館常任理事

高村 正彦

このたび、日本武道協議会が設立 40 周年を迎えるにあたり、これを記念して、中学校武道必修化の充実に資するための指導書と DVD を刊行する運びとなりました。誠におめでたい限りであります。

新渡戸稲造博士の言を待つまでもなく、日本人の精神文化の柱は武士道であり、この武士道を現代に最もよく引き継いでいるのが武道であります。

平成 18 年に安倍晋三内閣において、60 年振りに教育基本法が改正され、国や郷土を愛し、日本の伝統文化を尊重し、公共に奉仕する心を涵養することなどが明文化されました。武道議員連盟は、日本武道館、日本武道協議会と歩調を合わせて、中学校武道必修化の実現を国に要請してまいりました。その成果として、学習指導要領が改訂され、平成 24 年度から全国 1 万余校の中学校 1・2 年生で武道が必修化され、6 年目を迎えることとなりました。

武道を必修化することによって、全国の中学生在が心と体を鍛え、日本の伝統である、「道の文化としての武道」を学んで自分を高めていくことは、多感な成長期にあって意義あることだと考えています。中学校で武道を必修化するということは、50 年後、100 年後には全国民が武道経験者になるということで、日本社会にとっても中学校武道必修化は大事な事業であります。

各武道に共通しているのは「礼に始まり、礼に終わる」、お互いを尊重し、高め合うことです。「道」と「礼」の実践が中学校武道必修化の重要課題であるといえるでしょう。まさに「仏を作って魂を入れる」のはこれからです。

本書と DVD が、中学校武道必修化の充実に向けて全国の学校現場で幅広く活用され、わが国が将来にわたって平和で豊かな国であることの礎になることを祈念申し上げ、刊行の辞といたします。

平成 29 年 4 月吉日

武道—歴史と特性—◆目次

はじめに	7
1章 「武」の字の意味	9
2章 古代における武技	11
3章 武士の出現と武術	14
4章 江戸幕府と近世武芸	18
5章 近代武道の形成	23
6章 戦後の武道禁止と復活	27
7章 武道の現代的意義	30
まとめ	34

はじめに

平成 20 (2008) 年、新学習指導要領において中学校での「武道必修化」が告示された。「必修化」の狙いは「武道は、武技、武術などから発生した我が国固有の文化であり、相手の動きに応じて、基本動作や基本となる技を身に付け、相手を攻撃したり相手の技を防御したりすることによって、勝敗を競い合う楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。また、武道に積極的に取り組むことを通して、武道の伝統的な考え方を理解し（以下、略）」と書かれ、対人競技の楽しさを味わうとともに武道の伝統的な考え方を学ぶことが説かれている。さらに、授業においては柔道や剣道、相撲、弓道、空手道、なぎなた、合気道、少林寺拳法、銃剣道の武道 9 種目が実施できることとなった。そこで、我が国で生まれた武技・武術から掘り起こし、どのようにして今日の武道になったのかを歴史的に見ながら、武道の特性（すばらしさ）を探っていくことにしたい。

●武道の歴史と特性について

1 章『武』の字の意味においては、柔道や剣道、弓道などを総称して武道と呼ぶが、武道の「武」という字の意味はそもそも何であったのだろうか。また「武」という字に「道」をつけている意図についても考えていきたい。

2 章「古代における武技」においては、武道はもともと自分の命を守る武技として生まれたものである。しかし、古代から奈良時代にかけての貴族社会で行われた弓射や相撲などは護身の目的でのみ行われたのだろうか。当時の武技の様子を探ってみたい。

3 章「武士の出現と武術」においては、今から約 1,000 年前の平安時代中頃、律令制度による中央集権体制がゆるむと、地方の一部の豪族や有力農民は土地を切り開いて武装し、合戦を生業とする兵となる。一方、都でも朝廷や貴族を警護する侍が現れる。武士の出現である。こうした武士達の生き方であった「兵の道」について探りたい。

文治 1 (1185) 年に鎌倉幕府が成立し武士の政権が築かれると、武士は「兵の道」を基に弓や馬などの武術が奨励され、室町から戦国時代にかけての乱世では総合武術が求められる。当時の戦争における武技・武術の様子を探ってみる。

4章「江戸幕府と近世武芸」においては、慶長8（1603）年に徳川家康は江戸幕府を開き、慶長20（1615）年に「武家諸法度」^{ぶけしよはつと}を發布して“文武両道”を唱える。身分制社会の一番上に位置する武士はどのような生き方が求められたのであろうか。さらに、同年の大坂の陣を境に泰平の世となると「形」^{かた}や伝書が作られ「芸」として確立し、剣術、柔術、弓術などの分化が進む。

武士はそれまで戦闘者として総合武術が必要であったが、江戸時代の武士は武芸を素養として学ぶようになる。武芸の習得と武士の行動の仕方（＝武士道）との関係はどのようなものであったのだろうか。さらには、武芸の稽古は当初「形」が中心であったが、やがて用具の開発などにより自由に攻防できる稽古法へと変遷する。稽古法の変遷が心身鍛錬に及ぼした影響についても論じていきたい。

5章「近代武道の形成」においては、明治維新となり西洋文明が急速に取り入れられると武芸は無意味なものとなされた。この武道の危機を救ったのが、明治15（1882）年に講道館柔道を創始した嘉納治五郎^{かのうじごろう}と「春風館」道場を設立した剣術の山岡鉄舟^{やまおかてっしゅう}である。山岡は剣術を通して何を残したかったのであろうか。嘉納も、廃れていた柔術に取り組み、やがて柔道を編み出して学校教育に生かしていく。どのように、嘉納は武術を人間教育として普及したのかを探りたい。

6章「戦後の武道禁止と復活」においては、昭和12（1937）年から日中戦争が起こり太平洋戦争へと拡大すると、学校体育において体錬科^{たいれんか}武道が小学生から必修となる。体錬科武道の目的とその授業内容をのぞいてみる。

昭和20（1945）年に日本が全面降伏すると、戦後はGHQ（連合国軍総司令部）により武道は学校や道場でも全面禁止される。再び武道は危機を迎えることになる。しかしながら、武道関係者の尽力により学校体育に「格技」として登場する。戦後の武道禁止と復活について探ってみる。

7章「武道の現代的意義」においては、昭和52（1977）年に、日本武道館の提唱により全日本柔道連盟、全日本剣道連盟、全日本弓道連盟、日本相撲連盟、全日本空手道連盟、合気会、少林寺拳法連盟、全日本なぎなた連盟、全日本銃剣道連盟、日本武道館の日本を代表する武道10団体が大同団結して日本武道協議会が設立され、「武道憲章」が制定される。それに対応して平成元（1989）年、学校体育の運動領域名が「格技」から「武道」に変わるが、その変更の理由及び授業で採用されることになった武道の種目について探ってみる。

さらに、平成20（2008）年、「武道必修化」の告示により中学生全員が武道を学ぶようになった。「必修化」により、武道の歴史に支えられた特性（素晴らしさ）^いを如何に教えていったらよいのかについても考えていきたいと思う。

1 章

「武」の字の意味

今日行われている柔道や剣道、弓道、相撲、空手道、合気道、少林寺拳法、なぎなた、銃剣道を総称して「武道」と呼ぶ。この武道の「武」という文字の意味はそもそも何であったのだろうか。

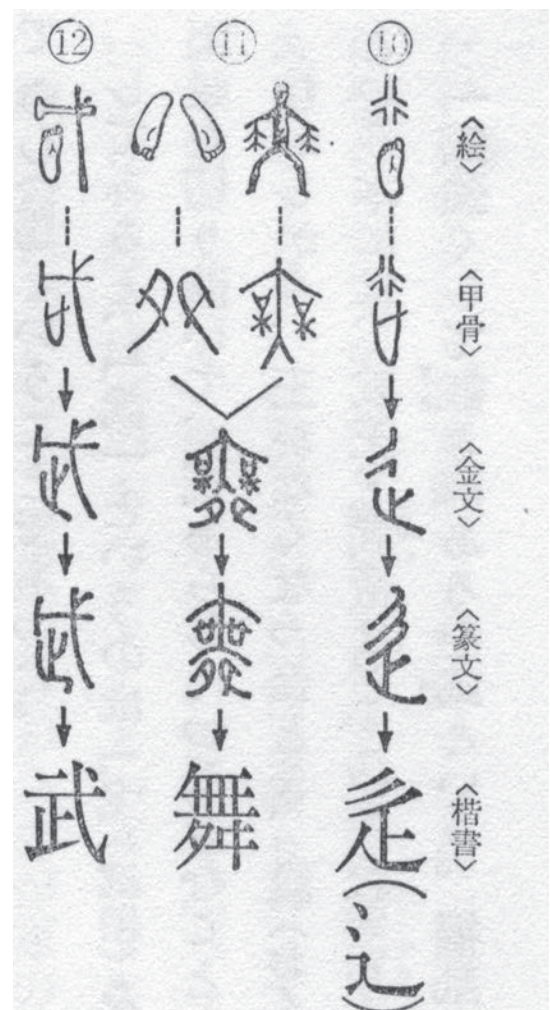
●「武」の意味

漢字語源研究者の藤堂明保は、「武」の本来の意味は「『戈（武器）＋止（あし）』の会意文字（資料1）であり、人が戈を持って足で堂々と前進するさま。無い物を求めてがむしゃらに進む意味を含む」と述べている。これを裏付けるように、中国では王様が亡くなったときに付けられる、武王といったおくり名は「威強くして戦乱を治めることを武という」に由来し、みな荒々しく勝ち取る意味があったのである。

今日でも「武」に関する用語には、武力は戦^{いくさ}をする力、武士は戦う兵士、武勇は武力が強く勇ましいことなど、いずれも強くて殺伐とした意味がうかがえる。そして「武」に術の字を付けると武術となり、我が国では武士の稽古した剣術や柔術、槍術、弓術などを総称して武術・武芸と呼んだのである。

このような「武」のもともとの意味が、中国の春秋戦国時代になると「戈を止める」と解釈されるようになる。こうした解釈がとられたのは、儒教の徳をもって政治を行う（徳治主義）が儒家によって説かれたことによる。今日でも、武を説明するときには戈（武力）を止めると解釈する人が多い。つまり、悪者の武力を自らの武力で止めるのが武であるとか、自らも戈を収め相手にも戈を収めさせる道を体得することであると説明される。そのため、武道は勝負を争うだけでなく2人で技をこしらえるところに意義があり、競技を行わず「形」のみの武道もあるのである。

さらにもう一つ音からの解釈がある。それは「武」は「舞」であるという解釈であり、武器を持って神の前で舞うというものであった。古代社会は、多くの自然現象は人間の力の及ばな



資料1)「武」の漢字（藤堂明保『「武」の漢字「文」の漢字』徳間書店）

いことが多く、人々は神頼みをするしか手段がなかった。日本では神であり中国では天であったが、そうした超越者に祈願したのである。その際に、超越者の前で舞うことが武の意味であるというのである。

「舞」は、無の略字と両足で足踏みする姿の会意文字であり、無い物を得ようと足踏みをして神に祈る意味であり、これが「武」と同義というのである。相撲は、もともと「すまひ」「すまふ」といったやまと言葉に「相撲」を当てたものとされ、この「すまひ」「すまふ」は「相舞」という説もあるくらいである。

このように「武」の本来の意味はあったようだが、日本の長い「武」の歴史を見ていく時に、それぞれの時代にそれぞれの「武」の意味がふさわしいとみる方が良いように思う。

●「道」の意味

次に、「道」は「首（あたま）と道（すすむ）」を組み合わせた文字であり、頭を前方に向けて進んでいく「みち」の意味があった。そこで武道というと、武技を通して生涯にわたり事理一致（技と理合の一致）を求めていく道を意味するといえる。生涯 60 余度の真剣勝負をしたが一度も負けなかったという宮本武蔵（資料 2）は、『五輪書』の中で「千日の稽古を鍛とし、万日の稽古を練とす」と述べ、3 年間の稽古を鍛といい 30 年間の稽古を練と呼んでいる。鍛錬とは道を求めて稽古を続けることを言ったものであるだろう。

もう一つは人としての道を指すこともある。稽古を通して克己や礼節、思いやりなどの精神を学んでいくことを言ったものである。いわば、武道による人間形成であり、いつの時代にも大切にされる考え方であるだろう。武道にはこうした深い意味が流れているのである。



資料 2) 宮本武蔵の肖像画（『宮本武蔵「五輪書」 神子侃訳』経営思潮研究会）

2 章

古代における武技

日本の古代社会は、武力で人民を治めたのではなく信仰を統括して人々を治めていたようである。古代とは一般に大和朝廷の時代から奈良・平安時代まで（300 年頃～ 794 年）をいう。神の前で舞うことにより神と交信をし、災禍を払いのけ五穀豊穡をもたらして人民を治めたのである。

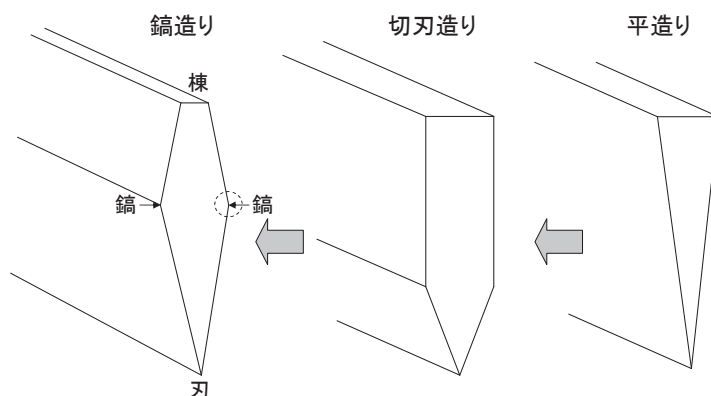
原始宗教の一つにシャーマニズムがある。それは、厳しい修行を積んだシャーマン（巫女・呪術師）が神と交信し、吉凶の判断や予言などを行う時に祭事に使ったのが武器であった。この時代に最も大きな集団を統率して力を持っていたシャーマンが天皇であり、天皇は祭りを催して人々を束ねていったのである。この祭事（まつりごと）が政（まつりごと）になり、現代にまでつながっているといえる。

●古代の刀剣

このことを当時の刀剣について見てみよう。刀剣を含む金属器は紀元前三世紀末、日本でいう弥生時代初期に、中国から朝鮮経由で日本に伝えられた。一般に刀剣と言われるが、片刃のものを「刀」といい、両刃で真っ直ぐなものを「剣^{つるぎ}」と違って区別した。

中国から金属器が伝えられると、剣は祭事の道具（祭器）として主に使われ、信仰の領域で神々の象徴として機能した。一方、刀は中国式の直刀でありその機能はまだ不十分であった。皇位のしるしとして歴代の天皇が受け継いだとされる三つの宝物を「三種の神器^{じんぎ}」というが、その中の一つに天皇が使った祭器としての剣があり現代まで伝えられている。こうした点で、古代における「武」は「武は舞である」という意味として機能していたといえるだろう。

やがて「大化の改新」（645 年）により、律令制度（刑法及び行政法）が確立し兵制が定められると、中央に衛府を地方には軍団を置き辺境の防備に当たらせた。衛府の衛士も地方の軍団も



資料3) 刀身の断面図（酒井利信『刀剣の歴史と思想』日本武道館）

農民の徴兵によって交代制で勤務し、彼らは弓矢や刀剣、馬を操る技術が要求されたのである。

こうして「大化の改新」以来、武備も充実し武技の訓練も行われたが、これらは遣唐使によって輸入された唐の制度や技法の模倣に過ぎなかった。またこの頃の武技とは、ほとんどが馬に乗って弓を射る騎射^{きしや}を意味し、刀剣は補助的なものにすぎず、操作法も平造りで直刀であったことから片手で相手を突くか、振回してたたき殺すなどの単純な技術であったのである（資料3）。

律令国家から貴族政治へと続く奈良・平安時代には諸制度が次第に整備され、伝承で行われていた行事も儀式として制度化されていく。なかでも宮廷において、季節の変わり目に行う行事として三度節^{じやらい}（射礼節、騎射節、相撲節）が生まれる。この中には弓や相撲などの武技が含まれていたのである。

●鹿島神宮と国宝の刀

神代の昔、天照大御神^{あまてらすおおみかみ}の命を受けた武甕槌大神^{たけみかづちのおおかみ}は、香取神宮の御祭神である経津主大神^{ふつぬしのおおかみ}とともに出雲の国に向かい、国譲りを成就し、日本の建国と建設に挺身された。とりわけ東国における神功はきわめて大きく、関東開拓の礎は遠く大神にさかのぼる。

神武天皇は御東征のなかばにおいて思わぬ窮地に陥られたが、大神の「^{ふつのみたまのつるぎ}節 霊 剣」の神威により救われた。この神恩に感謝された天皇は自らの御即位の年、大神を鹿島の地に勅祭された。

『常陸国風土記』によると、649年に神郡が置かれ、天の大神の社（鹿島）、坂戸の社、沼尾の社、3社をあわせて「豊香島の宮」と名づけ、崇神天皇の時に太刀や弓などの武具が奉納されたと記されている。武具の奉納から、この神が武神として信仰されていたことがうかがえる。

鹿島神宮宝物館には、国宝の金銅黒漆平文拵^{こんどうくろうるしひょうもんこしらえつけたりかたなからひつ}・附刀唐櫃があり、日本最大の直刀で、制作年代は今から約 1,300 年前と推定される。『常陸国風土記』に、慶雲元年、国司等が鹿島神宮の神山の砂鉄で剣を作ったとあり、その剣であろうといわれている。古くは本殿内に収められていた神刀で、御祭神の^{ふつのみたまのつるぎ}神剣節霊剣の名も伝えられている。



重要文化財 本殿（鹿島神宮蔵）



国宝「直刀」金銅黒漆平文拵・附刀唐櫃（鹿島神宮蔵）

●三度節（射礼節、騎射節、相撲節）

まず射礼節であるが、中国・周代（～紀元前 256）において君子が学ばねばならなかった六^{じやらい}芸^{りく}として、礼、楽、射、御（馬を操る）、書、数があった。その中でも「射は観徳の器」（『礼記』）といわれ、射には実利的な技を重視するのみならず、道徳的精神・礼を重んじる性格があった。日本でもこの思想の影響を受けて、宮廷行事として射礼という弓射が取り入れられた。射礼は正月のめでたい行事として、1月15日～18日にかけて宮中に射場を設け大的を射る歩^ほ射^{しゃ}であり、礼にかなった節度ある姿勢が求められたのである。

次に騎射節であるが、中国では5月は悪月とされ、特に5日には菖蒲酒を飲み競漕をして邪気を払う行事が行われた。こうした風習が日本に入り、5月5日には不吉を払うため官人により馬場殿で騎射が行われた。騎射は、馬に乗りながらコースの3カ所に懸けられた的を射るものであった。弓や馬は古くから狩猟用・戦闘用として用いられたが、中国の影響や武器の玄妙さから、貴族文化の中に儀式として採用されたのである。

相撲は、7月7日の七夕の頃に、1年の前半期の農作物の収穫を祝い後半の稲作の豊作を神に祈る目的で行われ、宮廷でも年中行事として行われた。相撲節は天平6（734）年、聖武天皇の頃から始められ、全国から体力の優れた相撲人を集めて天覧の元で行われた（資料4）。

相撲の勝負は立合いの合図で開始され、土俵が無いため寄り切りや押し出しはなく、手をつき膝をつかせることで決着がついた。相撲は勝ち負けだけではなく、農作物の豊凶を占う「年占」としての意味が強かったのである。現代の相撲でも、力士は正々堂々と戦うということで裸で行い、清めの塩をまき、土俵上で四股を踏み地下に潜む邪悪な神（醜）を踏みつぶすなどの行為も、神事であるからである。

こうしてみると、古代の武技は護身や戦技だけではなく、紀元前から刀剣の剣は祭器として使われ、やがて貴族は年中行事として弓射や相撲を行い、五穀豊穡や無事息災を祈る儀式として行われた点に特徴があったのである。



資料 4) 相撲節の絵図 『柔道百年の歴史』(講談社)

3 章

武士の出現と武術

平安時代中頃、律令制度による中央集権体制がゆるむと、地方では一部の豪族や有力農民は、土地を開墾し、自らの土地を守るために武装し、武術に秀でる者は合戦を生業とする兵となる。一方、都でも朝廷や貴族の警護に預る侍が現れる。武士の出現である。彼らは狩猟や戦闘の技術から発達した武技・武術を頼り“自立”した生き方を基本とした。

やがて、藤原氏一族が都でも全盛を誇っていたため、他の貴族の中には都から地方へ下り、武士の棟梁^{とうりょう}となった者もいる。それが瀬戸内海^{せと}の海賊を倒して西国^{さいごく}で力をつけた平氏^{へいし}であり、東国で力を貯えた源氏^{げんじ}であり、両者は権力争いを繰り広げる。男子は6歳になると鎧着初式^{よろいぎぞめしき}を行い父より武士の心構えを受け、14、5歳になると成人したしるしとして“元服の式”に臨み、主君より武士らしい名前をもらい主従関係^{ういじん}ができて初陣に出たのである。

当時の戦^{いくさ}は、双方が名乗りあった後に大將が「エイ、エイ」と発生すると、全員で「オウ」と^{とき}関^いの^{かく}声を出し開始される。次いで相手を威嚇^{いかく}するために弓の射合いが行われ、矢のスピードは新幹線並みの時速 240km ほどであったというから、鎧を着けていても怖かったであろう。この矢の飛び交う中、馬に乗って敵陣に一番先に突進していく武士がいた。この勇気ある武士は、後世にまでその名が讃えられたのである。

●武士道の萌芽・兵の道

人間は、生きるか死ぬかという瀬戸際では誰も生きる方を選択してしまい、わざわざ死地に飛び込むという行動がとれない。そうした場面で、生きながらえて後々まで“汚名”を着せられることを“恥”と感じ、死にもの狂いで戦う勇気を「名を惜しみ恥を知る」精神と呼んだのである。『源平盛衰記』には「弓矢取身は我も人も死の後の名こそ惜けれ」と書かれている。ただし、敵陣に攻め入るすべての武士が称賛されたのではなく、一番目と二番目に早く敵陣に到達した者が称賛され、生死を顧みず正々堂々と戦う勇気が求められたのである（資料 5）。



資料 5) 源平の合戦（『平治物語絵巻』ボストン美術館蔵）

武士の心構えの中心は“自立”であったが、他の武士も自分と同じ様に“自立”を求め、努力する者と認めて尊重する精神があった。戦では、一方が勝ち他方は死ぬことになるが、同じ武士として敗者への思いやりも大切にされた。これを“武士の情け”つまり^{そくいん}惻隱といったのである。現在の武道における礼法も、同じ道を求める同志（＝仲間）に対する尊敬の念が込められているといえよう。

さて、両陣営とも矢が尽きると刀による斬り合いに移行する。平安中期頃になると、馬上では狭くより斬りおろす方が有利であるとされ、中国式の直刀に改良が加えられ^そ反りをもった^{むね}湾刀、いわゆる日本刀が優位を占めるようになる。また、刃と棟との中間には^{しのぎ}鑄を付けて、相手の打ち込む刀をこの鑄で受け流して^{しの}凌いだことから、今日でも激しく争うことを“鑄を削る”という言葉が生まれたのである。日本刀は、折れず、曲がらず、よく斬れて、武器として非常に優秀なものとなった。自分の刀を捨て無手になった際には、相手を倒してねじ伏せ、とどめを刺すといった^{くみう}組討ちで勝負が決められたのである（資料6）。

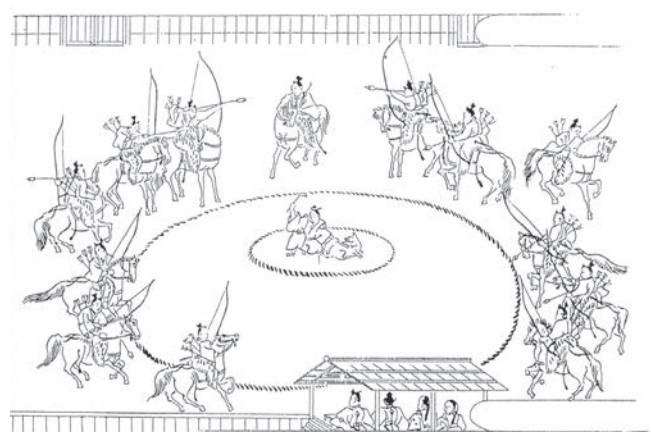
やがて源氏は平氏との権力争いを制し、^{みなものよりとも}源頼朝は文治1（1185）年に全国に守護・地頭を置き、武士の政府「鎌倉幕府」を開く。源頼朝は平家滅亡の経過から大きな教訓を得たことであろう。頼朝は武士には常に戦陣にある心を持って日常生活に対処することを念願とした。

質素儉約に徹し武術に励むという方針をとったため、武士は質素儉約に努め、将軍との忠誠を大切に武術・農業経営に励んだ。鎌倉武士にとって、こうした武士の生活や心構えは単なる信条ではなく実践することが重要であった。その実践力を養うものが武術の鍛錬であり、当時の武術は何とんでも騎射であった。特に馬に乗って笠の的を射る^{かさかけ}笠懸や三つの木の的を射る^{やぶさめ}流鏑馬、走る犬を馬上から射る^{いぬおうちもの}犬追物（資料7）などの“馬上三物”が稽古された。そして弓術は“武士の表芸”とされたのである。

将軍の家来となった御家人は、領地の支配権と新しい領地を与えられ（御恩）、京都や鎌倉を守り軍役についたのである（奉公）。こうした御恩と奉公の関係を基に、生死を顧みず戦う勇氣、名を惜しみ恥づかしいことをしない廉恥、敗者への思いやりなどを「兵の道」と言い、この「兵の道」は武士道の萌芽となったのである。



資料6) 鎧組討ち（『柔道百年の歴史』講談社）



資料7) 犬追物（二木謙一、入江康平、加藤寛『日本史小百科 武道』東京堂出版）

●流派の成立と実戦の武術

鎌倉末期から南北朝の動乱期には戦争の様相も変わる。それまでは戦いのさなか、互いに名乗りをあげ命をかけて力量を競いあった「一騎打ち^{いっきうち}」から、集団での激しい接戦や山城攻防の大規模な戦闘へと発展する。それに伴い、5尺、7尺という長刀が使用され、また人馬を薙ぎ払う薙刀も用いられ、槍などの使用も進んだ。

一方、能や華道において技を「形」として稽古する方法が確立し流派が生まれると、武術においても変化が起こり、これまでの戦闘に必要な総合武術からある程度分化した流派の成立が見られるようになる。最も早く流派の成立を見たのは、弓馬術の小笠原流（14世紀初）であり、少し遅れて兵法（剣術）の中条流、陰流（15世紀中期）、16世紀初期には柔術の源流・竹内流^{たけのうちりゅう}・腰廻^{のまわり}などが成立し、江戸時代に開花する流派武芸の源流となる。特に、鎌倉、室町時代から弓馬故実の中心にあった小笠原家は、徳川吉宗の頃に小笠原貞政が世に出て、幕府の弓馬礼式を司り、以来、江戸150年間の礼法即ち小笠原流ということになったのである（資料8）。

こうした流派の成立する条件として、次のようなものが挙げられる。

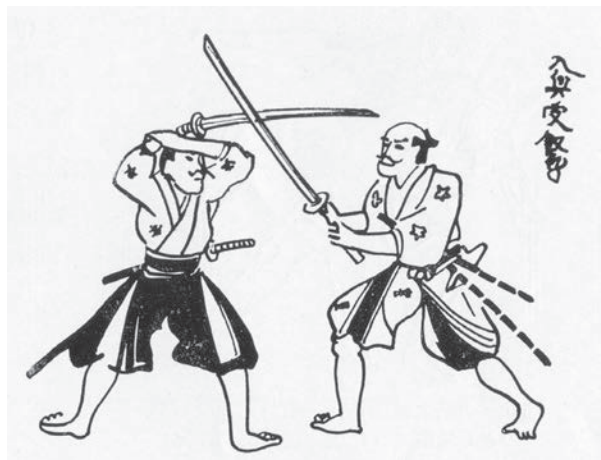
- ・天才的な才能を持った名人の出現。
- ・その技法が高度なもので、習得するために専門的な教授と長時間の継続を必要とする。
- ・技法の教習体系や伝授方法が整うこと。これにより「形」稽古法が確立する。



資料 8) 小笠原弓馬術

戦国時代になると各大名は実戦面の増強を図り、武術巧者を抱え部下にも武術を奨励する。また、自分の主君が戦いに敗れ禄を離れた侍たちを中心に武者修行^{むしやしゅぎょう}も流行した。さらに 1543 年に種子島に鉄砲が伝来すると、織田信長や武田信玄などの大名は競って鉄砲を取り入れ全国に普及していく。これによって、戦闘法は弓矢を中心とした騎馬戦に変わって白兵戦が決定的な意味を持つようになる。

白兵戦は特定種目を競う競技ではなく兵と兵がぶつかり合う“合戦”であったため、武士は弓や刀、槍、組討ちなどの総合的な技が必要となり、時間を見つけて総合武術を稽古したのである。武術は、武士が立派な“自立”した人間になるために身に付けねばならなかったものである。それゆえ、武術から発展した今日の武道でも優れた人間を目指すという目標があるのである（資料 9, 10）。



資料 9) 室町時代の剣術 川村英男『日本体育史』（逍遙書院）



資料 10) 佐分利流槍術

4 章

江戸幕府と近世武芸

徳川家康は関ヶ原の戦いに勝利し、慶長8（1603）年に征夷大將軍となり江戸に幕府を開く。鎌倉時代から続く武家の政権である。しかし、政権は安定したとはいっても大坂の陣（1615）や島原の乱（1637）などがあり、戦国時代からの緊張の余波は残っていた。

政権を握った家康は全国統一の政策を進め、二代秀忠、三代家光の時に至り安定する。元和元（1615）年に二代將軍秀忠は諸大名を伏見城に集め、家康の命によって金地院崇伝こんちいんすうでんが起草した「武家諸法度」13条を発表した。「武家諸法度」第1条には「文武弓馬の道専ら相嗜むべき事。左に文右に武古の法也。兼ね備えざる可からず。兵を号して凶器と為る。やむを得ずして之を用いる。」と示されている。つまり、武士は文武両道に励み万一に備えて武技を修練しておくことが謳われたのである。

●幕府の文武政策と藩校の設立

「文」とは、中国の儒教の教えである「仁義礼智信」の五倫の道であり、武士は節義や礼節を重んじることを学んだ。また「修身齊家治國平天下しゅうしんせいしかちこくへいてんか」¹¹と¹²いって、天下を平和に治めるにはまず自分の身を正し次に家庭をととのえ、国を治めるという順序に従うべきであるといった教えであり、この教えは武士に社会に対する責任感を植え付けたのである（資料11）。

資料11) 武士の心構え（山鹿素行『山鹿語類』より）

「主人を得て奉公の忠を尽し朋輩に交て信義を厚くし、身を慎み義を専とする」

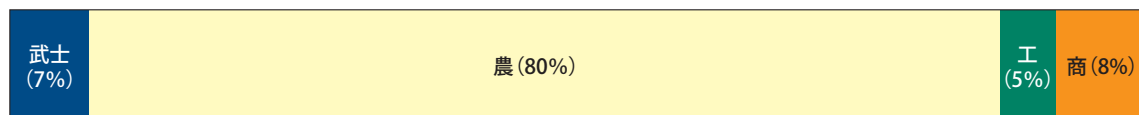
「士は三民の間に人倫を乱さん者をば速に罰して、天下に天倫の正しさを待つ」

「その為に士は文武の徳を備えなければならない」

（一部意識）

つまり、士・農・工・商の身分制社会で一番上に位置する武士は、これからは文武を身に付け“人としての道”をわきまえ、三民の長として国を治める人でなければならない。こうした武士の行動の仕方を「（武）士道」と呼んだのである。江戸時代の身分構成図は概ね次のようであり、総人口は2,500万人から3,000万人であった（資料12）。

資料12) 江戸時代の身分構成図



一方、「武」とは弓や剣、槍、柔術などの武術をいったものである。武士はこれまでは戦に必要な総合武術が求められてきた。しかし、^{げん ねん ぶ}元和偃武以降泰平の世となり流祖によって「形」や伝書が作られ教習体系も整い「芸」として確立し、弓術や剣術、柔術などの分化が見られるようになる。そして、徳川幕府の文武政策により武士は素養として幾つかの武芸を学ぶことになり、武芸の習得は武士道を支える要素となる。

江戸中期の「寛政の改革」を契機に、各藩は武士の子弟教育のために藩校を設立し、文武教育による人材育成を行う。例えば彦根藩・文武館では文学により「治国安民」を目指し、武芸により「礼儀と廉恥」などの武士道精神を養っていく。各藩校で採用した武芸は、剣、槍、砲、柔、弓、馬術の他に居合や甲冑を着けて泳ぐ水練などもあり、体力健康の増進と尚武の精神を養ったのである（資料 13,14）。藩校の武芸教育は今日の学校武道の源となったといえる。



資料 13) 柳生新陰流剣術



資料 14) 森重流砲術

●武芸の衰退としない打ち込み稽古

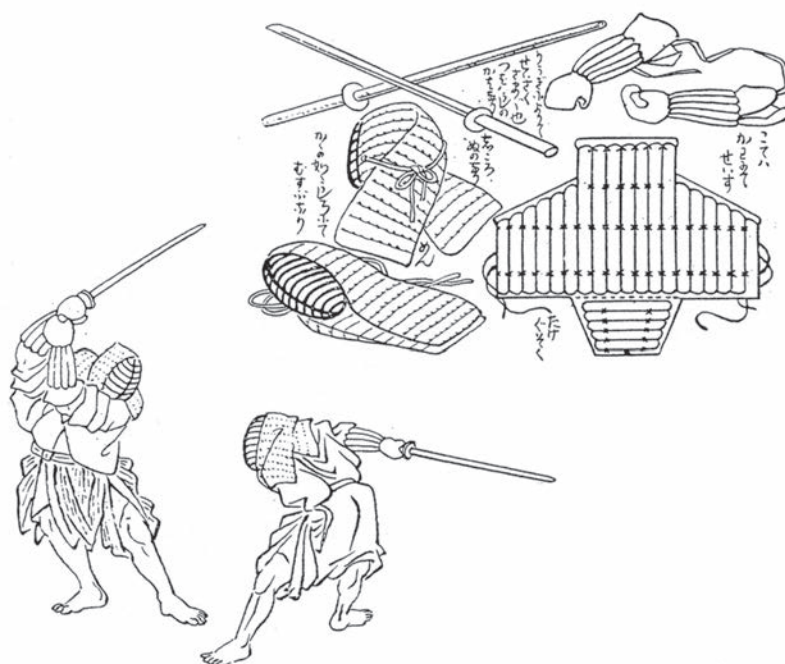
ところで、武芸は単に技術だけではなく、禅や儒教を導入して心法（心のあり方）の深化を図っていく。剣術についてみてみよう。

徳川三代にわたる將軍の剣術師範となった柳生宗矩（資料 15, 1571～1646）は、禅僧沢庵の助言を得ながら『兵法家伝書』（寛永9（1632）年）を著し、洗練された心法論を展開し、また活人剣思想を説いた。活人剣思想とは、万人を苦しめている悪人一人を剣によって切ることは結果として万人を活かすことになり、柳生の剣は人を活かす剣であるという思想である。人の上に立ち世の中を治めていく立場の武士は、人を殺す技術である剣術を追求していくことの大義名分を示そうとしたのである。個人においては「修身」の兵法を完成しつつも、広くは「治国・平天下」の兵法を説いたのであり、この時代の「武」は「悪者の戈（武力）を止める」という意味として機能していくのである。



資料 15) 柳生宗矩（『絵図でさぐる武士の生活Ⅲ＜武芸・事件＞ 武士生活研究編』柏書房）

四代將軍・家綱の頃（1651～1680）から世の泰平につれて尚武の気風が衰え、五代綱吉が將軍になり（1680～1709）、元禄時代を迎えると、武士は眉を細くし紅色の下着を付けて女服の仕立てにし、ぶらぶらと遊び軟弱になる。また他流試合も禁止され、それに伴い武者修行も行われなくなり、武術は衰退を極め、「形」中心の剣術は遊芸化され“華法剣法”となる。流派の家元も情実や金銭によって目録や免許を授けるようになり、武術師範は世間の批判を浴びるようになる。八代吉宗（1716～1745）による「享保の改革」により世相も引き締まり、武芸も奨励されたが、一時的なものであった。



資料 16) しない剣術（二木謙一，入江康平，加藤寛『日本史小百科 武道』東京堂出版）

こうした武芸界の混迷を打破して武術本来の姿に近づけたのが、正徳年間（1710 年代）に直じき心影流しんかげりゅうの長沼四郎左衛門国郷ながぬま しろうざ えもんくにさとが面・小手・胴・垂れの道具を工夫し自由に打ち合う“しない打ち込み稽古”を始めたことであった。その約 50 年後には、一刀流の中西忠蔵が道具を更に改良して“しない”による稽古かたを従来の形稽古かたに加えていったのである（資料 16）。

当初は、この“しない打ち込み稽古”に対して批判的な意見もあったが、やがて修行的意味が認められるようになる。幕末期には他流試合が盛んに行われ、決められた部位を“心氣力の一致”した技で打突する競技方法が町人や農民にも行われ、近代に競技として成立する基盤となったのである。

●柔術、弓術のスポーツ化

柔術は戦場における組討ち技を体系化して作られたものである。江戸初期は、戦国期の余波もあってよろいくみうちわざ鎧組討技きとくりゅうじゅうじゆつを教える流派が多く、なかでも起倒流柔術は代表的なものであった（資料 17）。

起倒流の開祖・茨木俊房は禅僧沢庵に学び、臍下丹田せいか たんでん（臍下約 4cm）に気を納めて平常心で戦うことを修行者に教えた。また、鎧を着けていると前後左右への崩れは致命傷となり、丹田を中心に軸を持った姿勢（＝本体）を重んじ、相手に組みつき投げる技を中心に 21 本の「形」を作ったのである。特に腰技や横捨身技に優れたものがあつた。後に徳川幕府の老中となる松平定信は、25 歳のときに健康がすぐれず起倒流を学び始め、やがて身体が健康になるとともに治国の道を悟り「寛政の改革」（1787～1793）を断行していくのである。

江戸後期には鎧を着用しての戦も無くなり、普段着で行う柔術が多くなる。その中でも天神真てんじんしん楊流柔術ようりゅうじゅうじゆつは代表的なものであり、組み際に相手の急所を当てるあてみわざ当身技や手首の関節を折る関節技を中心に「形」が作られた（資料 18）。



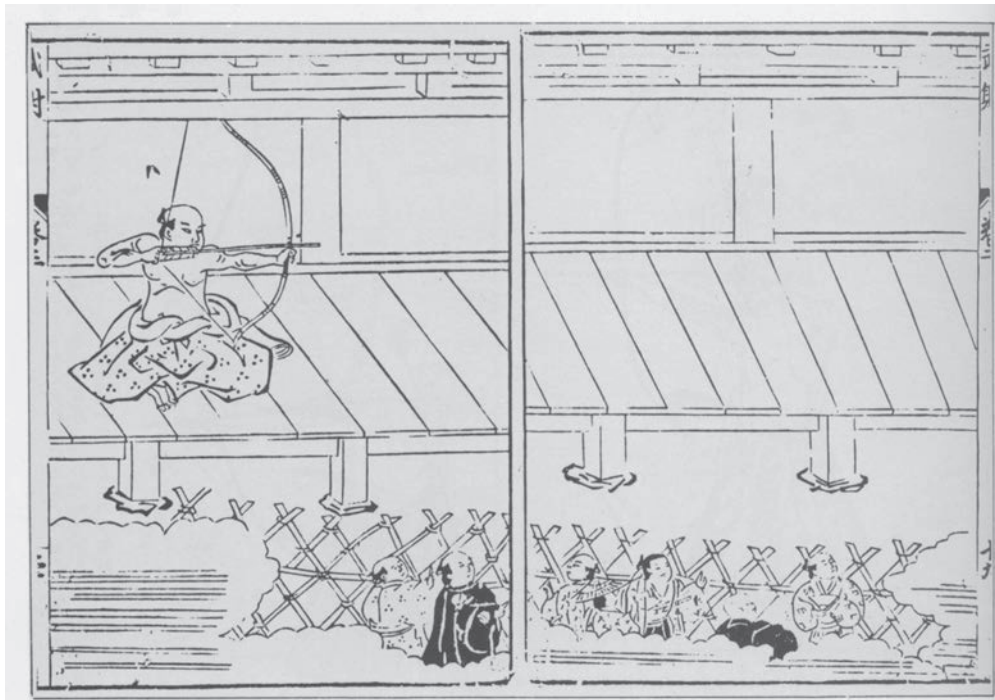
資料 17) 起倒流柔術



資料 18) 天神真楊流柔術（吉田千春、五世磯又右衛門『柔道極意教習図解』青木嵩山堂）

柔術は 167 もの流派があったが、多くの流派は技が危険なために「形」中心の稽古が行われた。しかしながら、幕末には「形」稽古において受（技を受ける人）は取の掛けた技が利かないときは投げられず、逆に反撃を加えるといった「残り合い」が行われるようになり、心身ともに真剣味を増していく。この「残り合い」が後に乱取に発展していくのであった。

弓術は鉄砲の伝来によりその実用性を失っていったが、相手を殺傷することなく的に当てるという方法で技術を学ぶことが出来たため、その競技化は流派の成立とともにあった。江戸期には「三十三間堂の通し矢」が現れ、京都・江戸の三十三間堂を会場として一昼夜掛けて遠距離を射通して本数を争う競技であり、体力と精神力が求められたのである（資料 19）。



資料 19) 通し矢（『絵図でさぐる武士の生活 III <武芸・事件> 武士生活研究編』 柏書房）

5 章

近代武道の形成

明治維新になると、政府は明治4（1871）年に廃藩置県を行い、同9（1876）年には廃刀令を出すなど、相次いで封建諸制度を排して新しい欧米の文明を導入したため、武士の特権は失われ、武芸は旧時代の遺物とみなされ急激に衰退していく。そうした中、剣術を復興させようと直心影流の達人・^{さかきばらけんきち}榊原鍵吉は明治6（1873）年から^{げきけんこうぎょう}撃剣興行を行う（資料20）。この興行は剣客を大相撲のように東西に分けて行い、見分役（＝行司）が扇を挙げて立合い三本勝負を行い、観客からお金を取るというもので一時的なブームで終わったが、その後の剣道への橋渡しの役割を果たした。



資料20 撃剣興行（渡辺一郎『史料明治武道史』新人物往来社）

● 武術家に光明を与えた山岡鉄舟と嘉納治五郎

新しい時代をどのように生きていくかを迫られた武術家に光明を与えたのが、明治15（1882）年に、「春風館」道場を設立した剣術の山岡鉄舟（資料21、1836～1888）と講道館柔道を創始した^{やまおかてつしゅう}嘉納治五郎（資料22、1860～1938）である。山岡は、剣と禅の修行を通じ剣術は勝負を争うのではなく、事（わざ）と理（り）との一致を目指す過程で心を磨き、「敵と相対する時、刀に依らずして心を以て心を打つ、是を無刀という」と唱え、明治13（1880）年に無刀流を開く。その後、春風館という道場を立てて門弟の指導に努めていく。

ここでの稽古は、一人で次々と掛かってくる者を相手にする立ち切り試合を1日に200試合も行うというもので、自らを極限にまで追い込み、心を鍛えることを目的とした荒稽古であった。山岡による“剣術は修養である”という考え方は、その後に教育論として活かされていくことになる。



資料21 山岡鉄舟（勝部真長『武士道—文武両道の思想—』角川書店）

一方、嘉納治五郎（資料 22）も身体虚弱を克服するために柔術に取り組み、柔術を集大成して明治 15（1882）年に講道館柔道^{こうどうかんじゅうどう}を創始する。嘉納は、明治 10 年に東京大学に入学すると天神真楊流と起倒流柔術などを学び、やがて急所を突く当身技や関節を折るなどの危険な技を省き、また稽古衣の袖と下穿^{したばき}を長くして、誰もが安全に行えるように柔術の「残り合い」を改良して乱取^{らんどり}を創作する（資料 23、24）。

また、東京大学においては東洋の儒教と西欧の功利主義思想を学び、明治 22（1889）年に柔道の目的として「体育・勝負・修心」の三つを掲げる。「体育」とは柔道により身体を強く健康に敏捷性を増すようにと説き、「勝負」では相手の姿勢を前後左右に崩して合理的に投げることを強調した。「修心」とは、古来、武士が武術によって心胆を練ってきた事実を踏まえ、道場というさまざまな人が稽古を行う中で、克己や礼節などの社会性を身に付け、併せて、言語や想像などの智力も養うことができるとした。

こうして智・徳・体を備えた人間教育を目指したのである。さらに、奨励のため段位制度を設け、試合における二本勝負の採用、寒稽古の復活など在来の武術を近代教育に見合うように合理的な方法確立したのである。

大正時代に入ると、嘉納は柔道によって「己の完成」を目指し「世を補益する」という柔道の目標を掲げる。「己の完成」とは自分の技がどこまで成長したかを自ら見極めることであり、「世を補益する」とは自分で考え行動できる力を養った上で世の為に尽くすという意味であった。そのための指導法として、“乱取、形、講義、問答”を設け「人間教育の道」として学校教育の場に活かしたのである。

柔道と剣道、その特性からくる違いはあったが、嘉納も山岡も術を通して道に至る心身の鍛錬が人生の基礎をなす、という考え方は共通しており、この精神は武道の普遍的価値として生き続けていくのである。



資料 22) 嘉納治五郎（講道館蔵）



資料 23) 柔術の短袖短袴での背逐投
(吉田千春, 五世磯又右衛『柔術極意教習図解』青木嵩山堂)



資料 24) 柔道の背負投
(向井幹博『役に立つ少年柔道指導法』日本武道館)

●総合名称としての「武道」の定着

明治 20 年代には、明治 22 (1889) 年の帝国憲法発布や明治 27 ～ 28 (1894 ～ 1895) 年の日清戦争などによる国民のナショナリズムの高揚と富国強兵策をもとに、武術への関心が高まる。こうした情勢下で、かつて桓武天皇が武徳により世を治めたことに倣い、維新以来衰退した武道を復興し国民の士気を養おうと、明治 28 (1895) 年、京都に大日本武徳会が創設される(資料 25)。大日本武徳会は、武術の奨励や指導、大会の開催などの事業を行い、やがて武術専門学校を設けて中等学校の武道教員を養成していく。

北海道長官や警視総監を経て大日本武徳会副会長・武術専門学校校長となった無刀流剣術を学んだ西久保弘道(1863 ～ 1930) は、武道の目的を「酷暑厳寒に耐える身体と、如何なる場合にも動ぜず泰然自若たる度胸を養成すること」と述べ、心身の鍛錬にあると強調した。そして、嘉納が柔術の名称を柔道としたように剣術は剣道に、武術は武道にすべきであるとして、大正 8 (1919) 年に武術専門学校を武道専門学校としたのである。こうして、柔道や剣道、弓道の総合名称としての「武道」が定着したのである。

●学校体育と武道

学校体育における武道の採用についてみていこう。明治の初め頃は、文部省は医学的見地から外来の体操を生徒の調和的発達を図るものとして学校体育に採用した。一方、日本伝来の武術は子供にとって多少危険であり、一斉指導には不向きであるとして採用に否定的であった。やがて、政治家・星野仙蔵らから武術を学校体育に採用してほしいといった国会への請願が行われ、また中等学校で柔道や剣術が行われる所が増加したので、文部省はついに明治 44 (1911) 年に、「撃剣柔術」が生徒の心身鍛錬に効果があるとして「正課」に加えたのである(ただし選択であった)。

大正 2 (1913) 年には、学校体育の統一的な指導方針である「学校体操教授要目」が制定され、中学校男子に撃剣及柔術が選択として採用され、同 15 年の「改正学校教授要目」で撃剣が「剣道」に柔術が「柔道」に変わる。昭和 6 (1931) 年には満州事変が勃発し、戦時色が濃くなって体育が国民思想の善導と関わってくる。



資料 25) 大日本武徳会武徳殿 (渡辺一郎『史料明治武道史』新人物往来社)

武道が正課必修となるのは同年の「中学校令施行規則」改正からであり、その理由は「剣道及柔道が我が国固有の武道にして、質実剛健なる国民精神を涵養し、心身を鍛錬するに適切である」とされ、武道による心身鍛錬と質実剛健な国民育成が謳われたのである。ここに至り、近世において区別して使用されていた「武芸（術）と武士道」の概念を包括した意味合いで「武道」という用語が定着したのである。同 11（1936）年には「第二次改正教授要目」が公布され、柔・剣道の授業は「基本動作・応用動作・形・講話」からなり、「講話」の中で武道や修行の目的が話されるようになったことは他の体育教材に無い武道独自のものであったのである。

社会体育の方面では、日本は大正元（1912）年の第 5 回ストックホルムオリンピック競技大会に初参加（資料 26）して以降、各種スポーツ団体の組織化とともに全国的な競技会が開催されるようになる。現在の夏の甲子園大会の前身である全国中等学校野球大会は大正 4（1915）年に始まる。

こうしたスポーツ界の動きに呼応し、柔道は大正 3（1914）年に第 1 回全国高等学校専門学校柔道大会が開催され、翌 4（1915）年から中等学校柔道大会が開催される。剣道は、昭和 3（1928）年に全日本学生剣道連盟が結成されると第 1 回全日本大学高専剣道大会を開始し、同 5（1930）年からは中等学校剣道大会も開催され、審判規定も外来スポーツと比較されることになり競技化への弾みがついていくのであった。



資料 26) 日本のオリンピック初参加（左端コート姿の男性が嘉納治五郎 IOC 委員）
（『写真図説柔道百年の歴史』講談社）

6章

戦後の武道禁止と復活

昭和 12（1937）年から日中戦争が始まり、太平洋戦争へと戦争が拡大するにつれ、国内も戦時体制が強化される。軍部の意向で翌 13（1938）年には厚生省が新設され、その中に体力局が置かれ、国民体力の向上を促す部局となる。こうして、日本の体育行政は、文部省が学徒を、厚生省が社会体育を進めていくことになる。

●戦時中の武道

昭和 14 年（1939）には「体力章検定」が始められ、15～25 歳の男子を対象に走・跳・投・運搬・懸垂などが課せられ、戦技能力の向上を目指した政策の一つとなる。同 17（1942）年には従来の大日本武徳会は改組され、内閣総理大臣・東条英機^{とうじょうひでき}を会長とする大日本武徳会（新武徳会）が結成され、戦時下における皇国民（天皇が統治する国民）の養成が強調される。柔道のメッカである講道館も包摂団体として新武徳会に包摂されたのであった。

一方、学校においても戦況が深刻になるにつれ、昭和 16（1941）年に公布された国民学校令によって小学校は国民学校となり、明治以来の「体操科」は新たに「体錬科」と名称を変える（資料 27）。この国民学校体錬科の目的は「献身奉公の実践力を培い皇国民として基礎的能力の練磨育成に力むべし」とされ、天皇への献身奉公と戦技能力の育成が求められたのである。そして、体錬科の教材は教練と体操と武道からなり、武道では男子に剣道、柔道、銃剣道が、女子に薙刀が課せられる。体錬科武道は初等科男子 5 年生から必修となり攻撃精神を主眼として行うことが説かれたのである。

柔道の授業は、「基本」として単独動作で行う^{あてみわざ}当身技が行われ、「応用」では相対しての前突・横打などの当身技を中心に浮腰・背負投の投技があった。柔道では投技よりも当身技が教えられ、実戦を想定した教材に変えられたのである。

(一) 教練 徒手各個教練、徒手部隊密集教練、礼式、教育法及指揮法、其の他、軍事講話、兵營等見学、 (二) 体操 徒手体操（ソノ一、ソノ二）歩走、跳躍、転倒及倒立（女子には倒立を省く）懸垂、投擲、扛 拳運動（女子には扛拳を省く）角力（女子には押し引）球技、水泳、雪滑（女子には音楽運動を加える） (三) 武道（男子） (1) 剣道 基本（礼法、構、体ノ運用、斬突）応用（斬突）稽古、講話、 (2) 柔道 基本（礼法、構、体ノ運用、受身、当身技）応用（極技、投技、固技）稽古、講話、 (3) 銃剣道 基本動作、応用動作、稽古、講話 (女子) 薙刀 基本、応用、講話、 教授時数 「男子」教練、体操、武道各々週二時間（計六時間）「女子」体操二時間、武道、教練各々一時 間（計四時間）	(一) 体錬科体操 (1) 体操及遊戯競技 姿勢、呼吸、徒手体操、歩走、跳躍、転倒及倒立、懸垂、投擲、運搬、格力、球技、音楽遊戯、水 泳 (2) 教練 徒手各個教練、徒手部隊密集教練、礼式、指揮法、陣中勤務、銃剣術、其の他 (3) 衛生 身体ノ衛生、皮膚ノ衛生、救急看護 (四) 体錬科武道 剣道（基本「礼法、構、体ノ運用、斬突」応用「斬突」稽古、講話）柔道（基本「礼法、構、体ノ運 用、当身技」応用「極技、投技」稽古、講話、備考）	

資料 27) 体錬科の教材内容（成田十次郎『スポーツと教育の歴史』不昧堂出版）

剣道の授業も、これまでの「打・突」から「斬撃・斬突」に表記が変わり、真剣で相手を斬るという意味が強くなる。また野外で特に不整地での稽古が重んじられ、戦技訓練と化し、武士道精神の涵養などとはいえない状況となったのである。

●戦後の武道禁止と復活

昭和 20（1945）年 8 月に日本の全面降伏で終戦を迎えると、日本の民主化政策は GHQ（連合国軍総司令部）とその一部局である CIE（民間情報局教育部）によって、武道の実施に対する処置が検討された。CIE による武道の処置は文部省との折衝を通じてなされたが、その結果「終戦に伴う体錬科教授要目の取り扱いに関する件」を通知し、学校武道の正課での取り扱いはもちろん課外活動まで禁止となった（資料 28）。さらに、戦時中に軍による統制を受けていた大日本武徳会も昭和 21（1946）年に解散させられたのである。

しかしながら、武道精神は枯渇しておらず、武道復活に精魂を傾ける武道関係者の尽力により、昭和 24（1949）年に全日本柔道連盟と全日本弓道連盟が発足し、翌年には全日本^{しない}撓競技連盟（その後、昭和 27（1952）年に全日本剣道連盟）が創立される等、各道それぞれ全国的組織の結成を行い新しい出発を図っていく。また、文部省は CIE に対して武道教育に関する請願を行い、その結果、民主的スポーツとして出発するという前提で、昭和 25（1950）年には柔道が、翌 26（1951）年には弓道が学校体育に復活する。

その後、昭和 27（1952）年に剣道が「しない競技」として、翌 28（1953）年には高校以上の学校で剣道の復活が実現した。柔道は、戦前から海外で普及活動が行われており、進駐軍も講道館で修行していたため、スポーツへの適応は順調に進展し、また弓道も戦技的色彩が薄かったことで復活は早かった。しかし、剣道は「刀剣を兵器として効果的に扱う方法を教えた」ことから復活に対し厳しい評価もあり、「撓競技」（資料 29、30）を経て復活の道を歩むことになる。

「撓競技」とは、従来の四ツ割りの竹刀とは異なり竹刀を細かく割って布や皮で包み、シャツやズボンで行うというものであり、審判は 3 人制とし多数決で採否を決定するなど、スポーツ化を強調するものであった。また、^{なぎなた}薙刀は戦前には異種（剣槍）試合として実施されることが多かったが、戦後は同種試合への転換が図られ、また、長刀と薙刀のいずれかに特化するのを避けて「なぎなた」として再出発した。どちらも、スポーツとしての社会的承認を得るため、多くの苦心と努力が払われたのである。

資料 28) 終戦に伴う体錬科教授要目の取り扱いに関する件

体錬科武道ノ授業ハ中止スルコト。尚正課外ニオイテモ校友会ノ武道ニ関スル部班等ヲ編成セザルコト。右武道ノ中止ニヨリ生ジタル余剰時数ハ、之ヲ体操ニ充当スルコト

昭和 33（1958）年の中学校学習指導要領、同 35（1960）年の高等学校学習指導要領の改訂により、保健体育科に柔道、剣道、相撲が「格技」という運動領域名で位置づけられる。「格技」とは Combative-sports の略語であり、あくまでスポーツの範疇である。つまり戦後は体育・スポーツとして出発したのである（資料 31）。

なお社会体育においては、昭和 23（1948）年には第 1 回全日本柔道選手権大会が講道館主催で開催され、翌年に全日本柔道連盟が結成されて、日本体育協会へ加盟する。同 27（1952）年には全日本剣道連盟が結成され、第 7 回国民体育大会に撓競技がオープン競技として実施され、翌年に第 1 回全日本剣道選手権大会が蔵前国技館で開催されるまでに至ったのである。



資料 29) 撓競技（庄子宗光『剣道五十年』時事通信社）



資料 30) 第一回全日本撓競技選手権大会（村上貞次、鈴木英久、丸山哲郎『世界体育の歴史：写真図説』逍遙書院）

資料 31) 『中学校指導書・保健体育編』（文部省、1978）

1 保健体育の内容

格 技

① 次の運動の技能を習得し、相手の動きに対応した試合ができるようにする。

ア、相撲 イ、柔道 ウ、剣道

② 互いに相手を尊重し、公正な態度で練習や試合ができるようにする。

7 章

武道の現代的意義

昭和 39（1964）年の第 18 回オリンピック東京大会を契機に日本武道館が誕生し、「武道」という言葉がよみがえる。その後、体育系大学でも武道学科が設置され、「武道」が市民権を得るとともに、スポーツとの比較から武道の特性が問題とされるようになる。

昭和 52（1977）年には、日本武道館の提唱により、全日本柔道連盟や全日本剣道連盟などの武道 10 団体が大同団結して日本武道協議会が設立された。同 62（1987）年には「武道憲章」が制定されて「武道は日本古来の尚武の精神に由来し、長い歴史と社会の変遷を経て、術から道に発展した伝統文化である。」と謳われた（資料 32）。この「武道憲章」に対応して、平成元（1989）年に学校体育の運動領域名が「格技」から約 30 年ぶりに「武道」に名称変更されたのである。

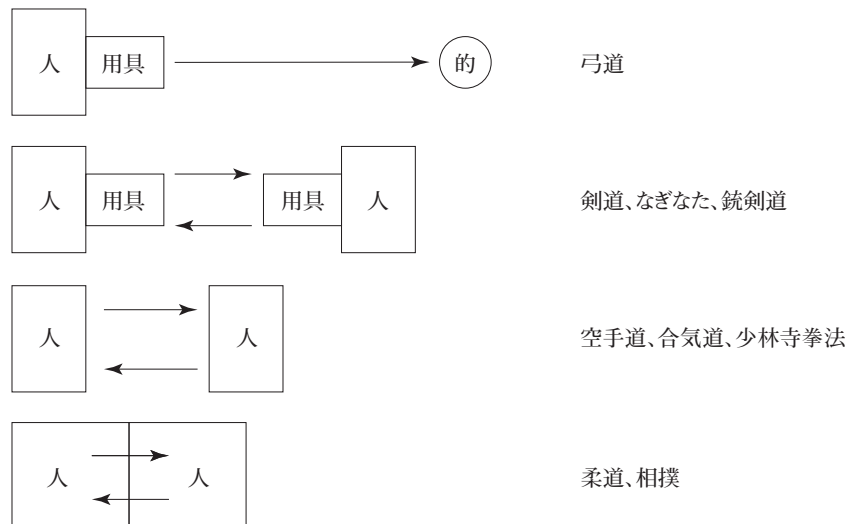
●「格技」から「武道」へ

平成元（1989）年の「学習指導要領」では、「現行の『格技』の領域については、名称を『武道』に改め、我が国固有の文化としての特性を生かした指導ができるようにする」と書かれ、日本の伝統文化である武道の特性を生かした指導が求められた。また制度的には、武道 9 種目が学校や地域の実態に応じて採用できるようになり、これまで男子のみであったものが女子も武道を選択できるようになったことは画期的な出来事であったのである。



資料 32) 日本武道館北口掲出 武道憲章

武道9種目とは、かつては戦技であったが用具や技術に改良を加えたものであり、現在では用具を使用するか否か、また相手との距離（間合^{まあい}）によってそれぞれに違いはある。しかし、武道の攻防ではサッカーのように交代は認められず、誰の助けも借りず一人で問題を解決しなければならず将来に生きる人作りに繋がり、また相手は敵ではなくお互いに高め合っていく存在であり、礼節を重んじる所に武道の特性（すばらしさ）があるといえる（資料33）。



資料33) 武道9種目における用具と間合

●武道の必修化

平成20（2008）年には現行の学習指導要領が告示され、平成24年度から中学1、2年生はすべて武道を学ぶようになった（資料34、35）。この「武道必修化」の背景には平成18（2006）年の教育基本法の改正があり、また文部科学省が初等教育から中等教育修了までの12年間で3つの発達段階でとらえ、校種間の接続を踏まえて指導するようにした点があった。

中学校武道必修化に先立つ平成20（2008）年10月に日本武道協議会は「武道の理念」を制定し、この理念と武道9種目名を明記している。

平成20（2008）年の改訂で注目されるのは、「武道は武技・武術から発生した我が国固有の文化であり、伝統的な考え方が重視される運動」とされ、武道の伝統的な考え方を理解しそれに基づく行動の仕方を身に付けるという点が挙げられる。そこで、武道の伝統的な行動の仕方について「態度」と「技能」の面から探ってみたい。

資料34) 現行学習指導要領（平成20年告示）・武道の特性とねらい（中学校保健体育）

武道は、武技、武術などから発生した我が国固有の文化であり、相手の動きに応じ、基本動作や基本となる技を身に付け、相手を攻撃したり相手の技を防御したりすることによって、勝敗を競い合う楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。また、武道に積極的に取り組むことを通して、武道の伝統的な考え方を理解し、相手を尊重して練習や試合ができるようにすることを重視する運動である。

	旧指導要領			現行指導要領	
	1年	2年	3年	1・2年	3年
体づくり運動	◎	◎	◎	◎	◎
器械運動	◎	○	○	◎	○
陸上競技	◎	○	○	◎	○
水泳	◎	○	○	◎	○
ダンス	○	○	○	◎	○
武道	○	○	○	◎	○
球技	◎	○	○	◎	○

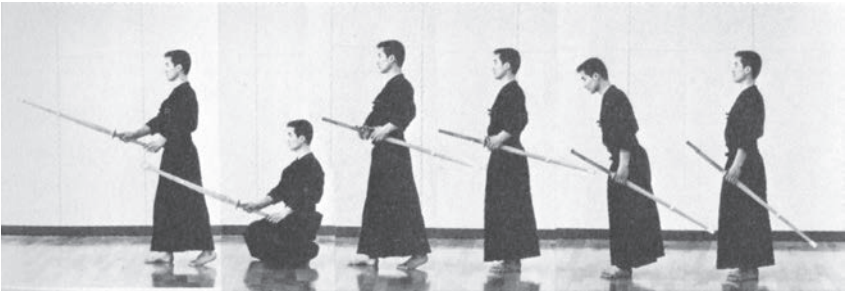
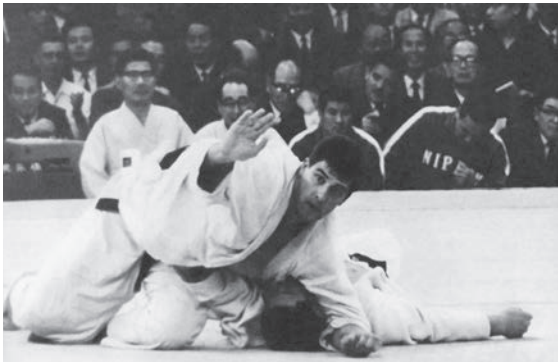
資料 35) 旧学習指導要領と現行学習指導要領（平成 20 年告示）の違い（中学校保健体育）

●武道の伝統的な行動の仕方

武道の伝統的な行動の仕方とは何であるのだろうか。まず「態度」においては礼法が挙げられる。武道の伝統を辿るには武士の行動様式を見ていく必要がある。“自立”を心情とした武士は、戦場で戦う相手であっても自立を旨とし努力を続ける同志であったことから、相手への尊敬の念を重んじたのである。

この伝統は現代武道にも生きており、相手は敵ではなく自分を高めてくれる存在であり、お互いに道を求める仲間（同志）として礼法が必要であるといえる。そして「形から入る」と言われるように、最初は頭を垂れるという形を教え、やがて心を込めればよいように思う。相手と組み合う前に「お願いします」という敬意を表し、終了時に「ありがとうございました」という感謝の礼が必要となる。と同時に、自立とは自律にも通じ戦う前には自分を律する礼を行い、終了時には疲労困憊でも開始線に戻り礼を行うという、自分を律する礼の大切さも話していくとよいと考える（資料 36 ～ 38）。

資料 36) 東京オリンピック無差別決勝
IIヘーシンク（左）対神永。勝利が決
まり、熱狂して畳に上がろうとするオ
ランダ人記者を制止したヘーシンク。



資料 38) 剣道の礼法（湯野正憲・岡村忠典『スポーツ V コース剣道教室』大修館書店）



資料 37) 弓道の射法八節・会

一方「技能」については、昔は鎧を着用しての戦争が多く姿勢の崩れは致命傷となった。また、相手との間合を計って攻防することが必須であった。そのためには、丹田を中心とした姿勢で正対して間合を計り、また本体（後の自然体）という崩れない姿勢が必要であった。

現代においても、^{とみ き けん じ}富木謙治は「自然体とは丹田に気を納め、膝を少し緩めた姿勢」と言う。この自然体から相手の姿勢を崩して技を掛けることが大切であり、中心軸を持ち合い攻防することは“正々堂々”の精神に繋がり、相手をパートナーとして理解することにも繋がるといえる。さらには、技を掛けられた際に安全に身を処する方法（受け身、体さばき）も武道独自のものである。

投げられ打たれた時の痛さは、他のスポーツでは味わえない強烈なものがある。その痛みを体験することは同時に相手の痛みも知ることになり、相手の生命も大切にする精神につながるだろう。限られた授業時間においては、指導者は武道の基本動作を教え、生徒は礼節をわきま自然体で攻防し合うことができれば、武道必修化の目的に添ったものと考えてるのである（資料 39, 40）。



資料 39) 柔道・自然体での攻防
(向井幹博『役に立つ少年柔道指導法』日本武道館)



資料 40) 剣道・自然体での攻防（湯野正憲・岡村忠典『スポーツ V コース剣道教室』大修館書店）

●これからの武道教育―「守・破・離」

我が国の武道や芸道は、昔から形を学ぶ過程を「^{しゅ}守・^は破・^り離」と表現した。「守」とは先生の教える形を素直に守ることであり、次の「破」は形を破り自分のものとして工夫し発展させる段階、最後の「離」は最初の形から離れて自在に活用できる段階である。

「中学校武道必修化」において求められる課題は、まず、武道の基本的な知識を知り、技ができるようになる「守」の段階は必須である。しかしこれからは、学んだ技や知識をどう相手との攻防の中で使うかという「破」の段階が必要であり、さらに技の習得を通して武道で学んだものを人生にどう活かしていくかという「離」の段階に至ることも必要であると考えます。

学校武道の最終目的は、単なる技と知識の育成に^{とど}留まることなく、よりより社会をつくろうとする意欲と態度を身につけることであり、「守・破・離」の武道精神そのものといえる。

まとめ

武道は自分の命を守る護身の技として生まれたが、古くから弓射や相撲には悪霊を除き五穀豊穡を祈るという目的もあった。平安時代中頃から律令制度による中央集権体制がゆるみ、一部の豪族や有力農民たちは自らの土地を守るために武装し戦を職とする兵が現れる。武士の出現であった。武士の心情は自立（律）であり、戦闘者としての自立の支えは武術であった。また、戦場で対戦する相手であっても自立を旨に努力する同志であったから、尊敬の念を欠かさなかったのである。

武士はやがて集団を形成し源氏と平氏の権力争いを繰り広げるが、その中で戦闘者の生き方として「兵の道」が生まれ、生死を顧みず潔く戦う勇氣、名を大切に恥ずかしいことをしない廉恥、敗者への思いやり等が大事にされた。この「兵の道」は武士道の萌芽であった。文治1（1185）年に鎌倉幕府による武家政権が築かれると「兵の道」を基に弓や馬などの武術が奨励され、室町から戦国期にかけての乱世では武士は白兵戦としての弓や刀、薙刀、槍、組討ちなど総合的に武術を身に付けなければならなくなる。

戦乱が収まった江戸時代を迎えると、元和元（1615）年に「武家諸法度」が制定され、武士は文武両道を心がけて三民の長として国を治めることが仕事となる。こうした武士の生き方を「（武）士道」と呼んだ。「文」とは、『論語』や『大学』などの四書五経の勉強であり、「武」とは、弓・馬・剣・槍・砲・柔術などの武芸であった。文武の習得は武士道を支える重要な要素となったのである。

江戸中期以降には、各地に藩校が作られ、文武教育により藩を支える人材育成を図ったが、これは今日の学校武道の源となっている。江戸初期の稽古法をみると、剣術は「形」が中心であったが、「形」稽古のみでは真剣さが失われ華法化し、18世紀の中頃には面・小手・胴などの道具と“しない”を用いての「しない打ち込み稽古」が現れる。

弓術は一昼夜をかけて弓を射通す「通し矢」競技が行われ、柔術も幕末には「形」だけでなく「残り合い」も行われた。こうした稽古の変遷により、身体の花康のみならず心気力の一一致が重んじられていく。鎌倉時代から明治維新までの約700年間、戦闘者であった武士が世の中を治めたという歴史があり、このことが日本の武道を育てた一因であったといえるだろう。

幕末維新の動乱を経て武士階級は消滅し、軍事面でも近代化を進める中で武芸は衰退する。こうした状況の中で、武術家に光明を与えたのが「剣術は修養である」と説いた山岡鉄舟であり、講道館柔道を創始した嘉納治五郎であった。嘉納

は、柔術を集大成し誰もが安全に行える乱取を開発し“体育・勝負・修心”の目的を掲げ、克己や礼節に富む国家に貢献できる人物の育成を図る。こうして武道は「人間教育の道」として学校教育の場に蘇ったのである。

国家の近代化に成功した日本は、日清・日露戦争に勝利し世界の列強に名を連ねたが、太平洋戦争に敗北して国土は焦土と化す。終戦の昭和 20 年（1945）には、GHQ により武道は戦争に使われたとして、道場のみならず学校教育からも姿を消し、再び存亡の危機に直面した。しかしながら、体育・スポーツとして再生するという条件で柔道、弓道、剣道の順に学校体育に採用され、昭和 33（1958）年からは運動領域の一つ「格技（Combative-sports）」として登場したのである。

昭和 39（1964）年、オリンピック東京大会開催を契機に日本武道館が創建され、体育系大学に「武道学科」が設置されるなど、「武道」の名称が復活した。

昭和 52（1977）年には日本武道館の提唱により日本を代表する武道 10 団体が大同団結して日本武道協議会が設立され、「武道憲章」が制定された。それに対応して平成元（1989）年には学校体育の運動領域名が「格技」から「武道」に変わり、武道の歴史と文化が見直され、武道 9 種目が教材として採用されたのである。

また平成 24（2012）年度からの中学校「武道必修化」により武道の伝統的行動の仕方が重んじられている。授業では武士の自立（律）に由来する「礼」の実践により礼節と思いやりを身に付け、相手との間合いを把握できる丹田を中心とした自然体での攻防が求められる。と同時に、安全に身を守る方法も教えることが出来れば、武道の特性を活かした教育となると考える。

参考文献

1. 藤堂明保『「武」の漢字「文」の漢字』1977、徳間書店
2. 酒井利信『刀剣の歴史と思想』2011、日本武道館
3. 相良亨『武士道』1968、塙新書
4. 嘉納治五郎『柔道一斑并ニ其教育上ノ価値』1899、渡辺一郎編『史料明治武道史』1971、新人物往来社
5. 竹之下休蔵、岸野雄三『近代日本学校体育史』1983、日本図書センター
6. 中林信二『武道のすすめ』1987、三信印刷所
7. 高野澄『山岡鉄舟・剣禅話』1971、徳間書店
8. 川村英男『日本体育史』1972、逍遥書院
9. 長谷川純三『嘉納治五郎の教育と思想』1981、明治書院

メモ

[illegible]

武 道 憲 章

武道は、日本古来の尚武の精神に由来し、長い歴史と社会の変遷を経て、術から道に発展した伝統文化である。

かつて武道は、心技一如の教えに則り、礼を修め、技を磨き、身体を鍛え、心胆を鍊る修業道・鍛錬法として洗練され発展してきた。このような武道の特性は今日に継承され、旺盛な活力と清新な気風の源泉として日本人の人格形成に少なからざる役割を果たしている。

いまや武道は、世界各国に普及し、国際的にも強い関心が寄せられている。我々は、単なる技術の修練や勝敗の結果にのみおぼれず、武道の真髄から逸脱することのないよう自省するとともに、このような日本の伝統文化を維持・発展させるよう努力しなければならない。

ここに、武道の新たな発展を期し、基本的な指針を掲げて武道憲章とする。

(目 的)

第 一 条 武道は、武技による心身の鍛錬を通じて人格を磨き、識見を高め、有為の人物を育成することを目的とする。

(稽 古)

第 二 条 稽古に当たっては、終始礼法を守り、基本を重視し、技術のみに偏せず、心技体を一体として修練する。

(試 合)

第 三 条 試合や形の演武に臨んでは、平素錬磨の武道精神を発揮し、最善を尽くすとともに、勝っておごらず負けて悔まず、常に節度ある態度を堅持する。

(道 場)

第 四 条 道場は、心身鍛錬の場であり、規律と礼儀作法を守り、静粛・清潔・安全を旨とし、厳粛な環境の維持に努める。

(指 導)

第 五 条 指導に当たっては、常に人格の陶冶に努め、術理の研究・心身の鍛錬に励み、勝敗や技術の巧拙にとらわれることなく、師表にふさわしい態度を堅持する。

(普 及)

第 六 条 普及に当たっては、伝統的な武道の特性を生かし、国際的視野に立って指導の充実と研究の促進を図るとともに武道の発展に努める。

昭和六十二年四月二十三日制定

日本武道協議会

こども武道憲章

武道は、日本古来の武勇を尊ぶという精神を受けつぎ、長い歴史の中でつちかわれ、発展してきた伝統文化です。

武道は、礼儀正しさを身につけ、技をみがき、心身をきたえ、りっぱな人になるための修業の方法です。

わたしたちは、技の稽古や試合の勝ち負けだけを目的にするのではなく、武道を正しく理解して、このすばらしい日本の伝統文化を大切にしなければなりません。

これからも武道を愛し、修業を続けていくために、わたしたちが心がけなくてはならないことを「こども武道憲章」として掲げ、これを守ります。

(目的)

第一条 武道は、技をみがくことによって心身をきたえ、強くたくましく、勇気と思いやりと正義感をもった、社会に役立つ人になることをめざします。

(稽古)

第二条 稽古をするときは、先生の教えや礼儀を守り、基本を大切に、技だけではなく、心と体も共にきたえるよう、一所懸命にはげみます。

(試合)

第三条 試合や演武では、ふだんの稽古の力を出しきってがんばり、勝ち負けや結果だけにこだわらず、節度ある真剣な態度でのぞみます。

(道場)

第四条 道場は、技をみがき、心と体をきたえる場所として、規則や礼儀を守り、清潔と安全を心がけます。

(仲間)

第五条 道場の仲間を大切にして、お互いに協力し、はげましあいながら、楽しく稽古し、さらに多くの仲間をつくります。

平成十六年九月十六日制定

日本武道協議会

編集後記

刊行総括責任者 三藤 芳生

「安全で、楽しく、効果の上がる指導書・DVD を作ろう」

日本武道館に事務局を置く日本武道協議会は、平成 29 年 4 月に設立 40 周年を迎え、記念事業として中学校武道必修化に向けた指導書・DVD を刊行することとなりました。

これを受けて、日本武道館事務局内に幹部を中心とする 13 名のプロジェクトチームを立ち上げ、同時に日本武道協議会加盟 9 団体から実行委員の先生がたをご推薦いただきました。その後、実行委員会として、次の基本方針を決めました。

- 1、武道の歴史・特性と実施可能 9 種目の周知徹底を図る。
- 2、中学校武道必修化の充実に資する。
- 3、武道人口の拡大に役立てる。

以上の基本方針に沿って、最終的に

- 1、指導書は 10 分冊、各平均 60 頁。イラストを多用し、見やすく、わかりやすい内容とする。計 5 万 7 千部刊行。
 - 2、DVD は 3 巻分巻、各巻 120 分。指導書と関連させ、見やすく、わかりやすい内容とする。3 巻セット 3 万 7 千巻作成。
- することを決めました。

本書は各道とも、1. 概論、2. 指導目標・指導内容、3. 指導の実際、4. 安全管理・安全指導、5. 学習計画、6. 各道のすすめ、の流れで構成されており、原稿は実行委員を通して各連盟・団体にお願いしました。

「質実剛健」一武道は 1,000 年以上の歴史を有する、武士道の伝統に由来する、わが国の伝統文化で、人格を磨き、道徳心を高め、礼節を尊重する態度を養う人間形成の道です。

現在、日本に約 250 万人、海外に 5,000 万人を超す武道愛好者がいると言われており、本書と DVD が中学校現場において活用され、全国男女中学生の身心の成長に役立つことを願って止みません。

終わりに、刊行にご尽力をいただきました筑波大学藤堂良明名誉教授、各道実行委員の先生がた、事務局の仲間たち、題字の新井光風先生、イラストの國分薫氏、レイアウトの藤林明氏、印刷製本の（株）三友社、映像監督の北原直哉氏と DVD 作成の（株）クエストの皆様は厚く御礼を申し上げ、本書が中学校武道必修化の充実に役立つことを切に願い、後記といたします。

（公益財団法人日本武道館理事・事務局長 日本武道協議会常任理事）

平成 29 年 4 月

日本武道協議会設立 40 周年記念
「中学校武道必修化指導書（10 分冊・DVD 3 巻付）」
刊行委員会

総括責任者（公財）日本武道館理事・事務局長
日本武道協議会常任理事 三藤 芳生

副責任者（兼事務取扱責任者） 事務次長 吉川 英夫
同上 前事務次長 内田 康介
同上 振興部長 吉野 喜信

日本武道館 実行委員		連盟・団体推薦実行委員 筑波大学名誉教授	藤堂 良明
総務部長	永嶋 信哉	（公財）全日本柔道連盟	田中 裕之
教育文化部長	三好 秀明	（一財）全日本剣道連盟	軽米 満世
普及課長	片岡 正徳	（公財）全日本弓道連盟	桑田 秀子
実務委員		（公財）日本相撲連盟	桑森 真介
総務課副主事	行成 仁志	（公財）全日本空手道連盟	日下 修次
振興課	末吉 潤	（公財）合気会	金澤 威
同上	石井 政利	（一財）少林寺拳法連盟	中島 正樹
普及課	長瀬まり子	（公財）全日本なぎなた連盟	今浦 千信
同上	長末 諭	（公社）全日本銃剣道連盟	衛藤 敬輔
出版広報課	長澤 克成		
同上	横内 裕史		

映像監督	北原 直哉	指導書印刷担当 （株式会社 三友社）	西野 浩史
DVD 撮影・編集担当 （株式会社 クエスト）	木暮 優治 山口 一也 後閑 信弥		安達 直人 玉川 美里 稲村 大介 小林 英三

表紙題字 新井光風（日展理事）
本文デザイン 藤林 明
イラスト 國分 薫（デザイン春秋会）

日本武道協議会設立 40 周年記念
「中学校武道必修化指導書（10 分冊・DVD 3 巻付）」

平成 29 年 5 月 1 日 初版第 1 刷 印刷

平成 29 年 5 月 18 日 初版第 1 刷 発行

発行人 白 井 日出 男

編集人 三 藤 芳 生

発行所 日 本 武 道 協 議 会

〒102-8321 東京都千代田区北の丸公園2-3日本武道館内

TEL 03-3216-5100 / FAX 03-3216-5117

印刷・製本 株式会社 三友社

《不許複製・禁転載》

< 非売品 >

※図書館等での利用の際、付録 DVD の閲覧・貸出を許可します。

