慶應義塾大学学術情報リポジトリ
Keio Associated Repository of Academic resouces

Title	近代剣道に対する一考察(3)(指導方法を中心として)
Sub Title	A comment on modern kendo (3)(centering round method of guidance)
Author	金子, 国吉(Kaneko, Kunikichi)
Publisher	慶應義塾大学体育研究所
Publication year	1972
Jtitle	体育研究所紀要 (Bulletin of the institute of physical education, Keio university). Vol.11, No.1 (1972. 2) ,p.49- 60
JaLC DOI	
Abstract	
Notes	浅野均一教授定年退職記念特集号
Genre	Departmental Bulletin Paper
URL	https://koara.lib.keio.ac.jp/xoonips/modules/xoonips/detail.php?koara_id=AN00135710-00110001-0049

慶應義塾大学学術情報リポジトリ(KOARA)に掲載されているコンテンツの著作権は、それぞれの著作者、学会または出版社/発行者に帰属し、その権利は著作権法によって保護されています。引用にあたっては、著作権法を遵守してご利用ください。

The copyrights of content available on the KeiO Associated Repository of Academic resources (KOARA) belong to the respective authors, academic societies, or publishers/issuers, and these rights are protected by the Japanese Copyright Act. When quoting the content, please follow the Japanese copyright act.

近代剣道に対する一考察(3)

(指導方法を中心として)

金　子　国　吉*

剣道が，その発生発達の過程を経て，社会的な変化の歩みと共に近代においては全くその性質を異にするスポーツとして，即ち近代競技剣道として実施されていることは否定できない事実である。体育運動の一環として実施されているのである。

この意味については，「慶応義塾大学“体育研究所紀要”第9巻1号，第10巻1号，近代剣道に対する一考察」の小論文にその意とするところを述べてあり参考とされたい。

ここでは諸種の制限を設けられた近代競技剣道について，主として，その指導方法を中心としての技術理論を考えてみたい。

近代競技剣道の指導方法を中心としての技術理論の前提条件として考えられることは，剣法（刀剣の操法）が無制限であり，一撃のもとに敵をたおす技術から，社会的背景の推移と共に現在実施されている剣道（竹刀の操法）に発展変化しながらも，なおかつ刀剣の操法を基本として考えられ，斬撃を想定し教習されているのが現況である。即ち用具である竹刀が，その形状，重量，長さ，において，刀剣とは全く異質のものであり，更に竹刀，防具の工夫された当初の目的である剣法の補助的な教習方法であった竹刀操法が主目的となり，竹刀剣道として発展し実施されているのである。このような剣道の歴史的な発展事実から，剣道がスポーツとして，体育運動としての意義があるものであり，近代競技剣道が竹刀の操法として刀剣の操法とは全く異質なものであるという視点にたち，更にまた，外部からの諸制限の設けられている事実からも刀剣の操法とは異質なものであるとの観点に立って，その指導方法を中心とした技術理論を考えてみたいということである（以下剣道という言葉は竹刀の操法，剣法という言葉は刀剣の操法，という意味で使用する）。

剣道において，正しい打突でなければ有効にはならない，ということは剣法においては，正

* 慶應義塾大学体育研究所助教授

しい刃筋でなければ，斬撃することにならない，ということと同じであろう。この考え方の根底には正しい刃筋でなければ相手を斬撃することができないということからきているものであろうが，勿論，この中に，正しい姿勢，正しい用具の使用法等が含まれるものであるが，剣道において，この意味は，竹刀による正しい打突を基準とし考えられて正しいとするものであって，刃筋の正しさは考えられていないであろう，円形の用具において刃筋の正しさは正確に解るはずがないからである。ここにすでに剣法から脱却した剣道が存在するものである。また現実の問題として，打突の機会が良い，軽い打突ではあるが相手の姿勢が不用意であった，とかの理由によって不充分な打突ではあるが競技においては勝敗を決する場合が多い。剣道において一般的に言われている，気，剣，体の一致をみた打突，これが正しい打突であるが，上記のような理由がつけられるとすれば，必ずしも正しい打突でなくても相手の姿勢，打突機会の良否，その他の条件の判断を加味することによって勝敗が決せられるものであるという考え方もなりたつであろう。また近代競技剣道における動きの早い一瞬の打突がいろいろな意味を含めた正しい打突であると判定することは不可能な問題であり，審判の主観によってある程度左右されることが多いものであろう。

このような一つの例から考えても剣法と異なる競技剣道の有効打突の判断の難かしさが存在する。文字によって表現される規定の困難さも存在するものであろう。規定された部位を，規定された個所で正しい打突がなされて（姿勢その他諸々の条件が加味された）はじめて有効な打突がなされたと判断されるものであろう。有効打突の判定ということは，このように厳密に考える場合は非常に困難を伴うものであり，一瞬の中に消えさる動作の中から汲みとることは不可能に近いものであるといってよいであろう。このように正確な打突ということは，やはりその考え方の中に剣法の技術が，全く異質なものである用具の使用法が根幹となって組み立てられ，それが通念となって実施されているものである。しかし，どこまでも観念的なものであって事実は全く剣法を離れた竹刀技術の有効打突の判定を行なっているものである。このような事実は剣法技術と剣道技術の関連性において固定的観念によって支配されていること，また剣法技術に対する剣道技術の模倣性，換言すれば剣法のもっとも合理化された技術（近代化された技術）が剣道の技術であるという考え方によってくる錯覚になるものであろう。従ってこのような意味において近代競技剣道技術というものは，その精神的な面においても，技術的な面においても剣法技術を参考とはしながらも，現実に実施されている方法は全く剣法とは異質なものであると考え，剣法技術から脱却した竹刀技術，精神的な意味づけを研究し，工夫されてこそ，はじめて合理的な技術が生まれ，また競技剣道のルールが確立して，近代的スポーツとして，更に体育運動として発展をとげるものであろうと思われる。

要するに観念的な過去にとらわれず現実面に立脚した剣道技術理論の研究が必要であり，剣

法の技術，技術理論を参考としながらもそれにとらわれず新しい技術，理論が工夫研究されなければならないということである。剣法の強い幻影を脱却した競技ルールの考案，またその技術が現実的に確立されなければならない，剣法と剣道は全く異なるものであるという認識のもとに剣道が実施されるべきであろう。一般社会においても，この二者の混同され，認識されていることは事実である。もしこの認識がなされないで剣法の延長線に剣道が存在し，合理化され，近代化されたものであるとするならば，その発展の歴史的事実から考えて，用具の形状，長さ，重量等をより刀剣に近いものに改め，ルール，更に諸種の制限についても一考されるべき問題であり，それが剣法の合理化され，近代化された姿であろうし剣道とは異質なものであろうと思われるからである。

現実に実施されている剣道とは剣法をその根底に意識し，その技術を模倣しながらも全く異質な用具を使用し，ルールが設けられて，それが剣法にも通ずるものであるという観念に沿った方法で実施され発展しているのが現実の姿であろう。

このような認識を基本として近代競技剣道の技術理論について考えてみたい。

A　基礎となる動作

㋑　近代剣道における動きの早い打突動作においては，一つの動作が次の動作の準備であり，互いに密接な関係がなければならない。この意味については前回の論文においても述べたように，剣法における一刀一殺の斬撃動作を意味するものではなく，動作というものは互いに密接に関連し，一つの動作というものは必ず次の動作の準備的動作を意味し，攻撃の中の防禦，防禦の中の攻撃と変化する動作でなければならないということである。従って失敗した打突動作は次の有効打突の準備的動作であるということである。一撃有効打突を意識することは勿論であるが，速やかに次の動作が準備されなければならない。連絡せる動作の中の打突という意味である。一打突をもって動作が終了するものではなく，そこには剣法とは違った気，剣，体の一致による打突，即ち軽快な余裕のある打突が必要である。

㋺　体が迅速に前進，後退，左右に移動すること，㋑における動作に必要なものは体の運用であることはいうまでもない，この体の運用と上半身の運動が一致して，はじめてバランスのとれた動作が可能となる。まず軽快なフットワークの修得を第一とし，次に上半身による打突という順序を考えるべきであろう。

以上の二項が基礎的なものとして要求されることは当然である。この基礎をなす体の運用（足さばき）は歩み足，送り足，継ぎ足，開き足の四つの方法が現在実施されているが，要は打突動作に必要な継ぎ足に他の方法がいかに迅速に連絡するかということである。従って個々の三つの運用方法は余り意識する必要はなく，前後左右斜めの体の運用から継ぎ足に移行する

方法が問題となるもので，常に連絡した体の運用の一環として実施する必要がある。

次に継ぎ足については，これは独立した両足による踏切りの動作ではない。連絡ある継ぎ足の修得が重要である。なぜならば，或る程度習熟した時に起こる弊害として，基本を忘れた構えた足の状態からの踏み切る動作，即ち継ぎ足の状態からでない動作が多くなる傾向があるからである。この結果（右足で踏み切った場合も同様），体は主として上下運動となり，目的である前進は少なく，また左足が後に飛挙る（左足が流れる）ようになり，前記の㋑㋺の要求が満たされないばかりか，相手との距離感も全く異なるものとなり，動作のバランスを失うことになるからである。

このような意味から考えた場合，近代剣道においては連続した動作を実施するためには，柔軟にして迅速な体の運用（足さばき）が，すべての動作の基本とならなければならないということである。このためには脚力の養成を目的とした別途の運動を考慮する必要があり，これと併用することにより大きな効果をあげることができるであろう。

1. 打突動作について

打突動作については，前記の基本動作の連絡ということから考えて，打突の緊張の連続では目的を達することはできない。打突の瞬間においては，全身が柔かく伸びて次に直ちに静的な動作に変化移行するよう努めなければならない。これは連絡した打突動作を営む上に欠くべからざる重要なことであるからである。なぜならば，打突動作に限らずすべての動作というものは動―動―動と連続することは不可能であるからである。動―静―動―静の連続でなければ不可能であるからである。例えば，打突の瞬間全身が柔かく伸びないまま，即ち緊張の持続のまま次の動作に移行するときは（静的な動作がなされないとき）更に緊張度が倍加された動作となり，バランスのくずれた打突が実施され充分なる打突とはならない。近代剣道において指向されている正確な打突とはならないからである。無駄な打突である。動における打突動作は両臂が充分に伸び，全身は柔かく，適度の緊張感に溢れた打突動作をいうものであり，次の一瞬静的な動作に変化し，次の動作を可能ならしめるものである。

このような連絡する打突動作は幾回となく繰返され，実施されることが理想である。しかし，現実には相手との関連性においてなりたつものであるから三回位の連絡打突が限度であろう。相手の諸動作と自己の打突姿勢等を考慮した場合に無理な連絡打突動作は当然さけなければならないからである。

打突動作の教習ということは，前述のごとく，その基礎は体の運用であるが，特に連絡せる継ぎ足による遠くからの打突（各自の平常の打突距離より少し遠くする）動作を練習する必要がある。このことは体の上下動（踏切りによる）の弊害を除くためにもまた環境の変化に応ずるためにも必要なことで，これが充分練習されて，はじめて平常距離からの打突動作が有効打突と

なる目的が達せられるものであることを忘れてはならない，肉体的な困難を伴うものであるが克服されなければならないのである。

柔かな伸びのある動—静の打突動作，遠くからの打突動作の過程において必然的に自覚されることは左足による踏切り，左手の使用方法であろう。この使用法が正確に実施されなければ動きの早い連続せる変化のある動作等攻防のすべての動作，打突は無意味になる恐れがあるからである。即ち一般的な傾向として右手，右足に比重が多くかかるようになるからである。従って，その結果は前進は少なく，打突動作は断続し，姿勢はくずれて近代剣道の目的を達することは不可能となるのである。左足で踏切り，左手を使用して相手を打突する動作が自然に行なわれて，はじめて基本の諸動作が生かされてくるのである。打突の瞬間に充分力をこめて実施し（動の動作），終了後は直ちに力を抜く（静の動作）ことが連続打突動作の基本であることが理解されるであろう。左拳が常に体の正中線付近において移動し，左右に偏してはならないことも解ってくるであろう。

2. 打突距離について

打突距離とは相手と自分との距離，空間を指すもので，剣道用語では間合ということである。原則的には一歩踏み込めば相手を打突できる位置，一歩退けば相手に打突されない距離ということであるが，これは身体，技倆，竹刀の長短等により一定不変のものではない，各人の条件によって差のあることは当然である。換言すれば自分の剣先からの空間が打突距離であるともいえる。逆に相手の剣先からの空間が相手の打突距離である。理論上は常に自己の空間を保持することができれば，打突の機会を与えることはなく，逆にこの空間を破ることにより相手の欠点を発見し，更に欠点を作りだし攻撃することができることになる。しかし現実はこの空間を保持することは困難である。なぜならば前述のごとく，この空間を破ることによって打突がなされるからである。従って，打突距離はこのような空間から少し離れて維持することが安全であり，更に遠くからの打突がなされるよう努力することが大切である。遠間からの打突である。これが現実において相手との動作との関連上自己の空間にむすびついてくる結果になるからである。最終的には打突すべき空間というものは無意識の中に保持されるよう練習されるべきもので，近代剣道の第一段階の重要な技術であるともいえる。しかしながら遠間からの打突動作は（諸条件のもとにおける各自の間合）構え方（中段）によって或る程度支配されることは間違いない。前回に述べたように剣先は相手左眼付近，従って相手を少し左にみて(度を過ぎない心持ち半身)，左拳は体の中央という構え方がもっとも望ましい形であろうと考えられる。

基本動作教習の注意事項

1. 順序について

教習動作は単独に実施されなければならないが，しかしその教習が次の教習の基礎となるこ

とが必要である。

2. 平等な教習について

偏習は絶対に避けなければならない。特に指導者の好む動作の強制は避けるべきである。バランスのとれた動作の教習ということである。

3. 基本のための基本動作に終わってはならない。基本動作ということは，あくまで競技（試合）を実施するための基本動作でなくてはならない。それには応用動作に変化できる連絡した基本動作の教習でなければならない。

4. 常に初心に帰ることに努めなければならない。基本動作は技術の向上と共に中止されるべきものではなく，永続的に実施され，技術の偏向の矯正に心掛けるべきである。

5. 倦怠を起こすまで同一動作を実施してはならない。特に初心者の教習にあたって，興味をもたせ，基本動作の効果が発揮されるよう考えるべきである。

B 応用動作について

攻撃方法

攻撃方法ということは，換言すれば打突の機会はいかにあるべきかということであるが，従来の教習は次のように指導説明されているのが普通である。即ち，

1. 相手の実を避け，虚を打つ。
2. 動作の起こり，動作の看破。
3. 疑心の動き。
4. いついた所。
5. 尽きたる所。
6. 受け止めた所。
7. 動揺させる手段を使用する。
8. 剣先の動き，退がる所。

等々である。しかしながら，これら打突の機会というものは，練習中に個々の独立した動作としてあるときは比較的楽に看破することができるが，一連の連続動作であるときは仲々困難である。もちろんこれらの機会というものは理論的には知っていることは当然であるが，実際は自己の動作と相手の動作との関連性において体得するより方法がない。従って打突の機会というものは余り意識することは必要ではなく，相手との関連性において継続せる動作の一環として一瞬の中に打突動作を起こすことを体得することが無意識の中に前述の機会を把握することに通ずるものであろう。このような動作は画一的な練習を積重ねるだけであれば，その進歩は遅々として進まず，実りは少ないであろう。従って現実的な方法としては次のような事項に注

意することが必要であろう。

イ　上長の者に対するときは思い切って練習する。技術の上達は無意識の中に打突の機会を見出すことにあることから考えれば，意識なき動作の修得については，特に動きの早い近代剣道においてはもっとも効果ある方法であろう。

ロ　技倆の同じ者であるときは，習得した動作の活用を心掛けるべきである。これについては，半ば意識的な動作をもって自己の技術を試みる必要がある，これによって得る経験によって更に自己の技術を考え，積重ねることが肝要であろう。

ハ　技倆の下の者であるときは，未熟な動作の練習をする。これは前二項によって得ることの困難な自己の不得意な技術の修得，試みによって偏向を避け，バランスのとれた動きが得られるもので，自己の能力発揮の基礎となるものであることを銘記すべきである。

以上は日常の練習において常に実施することのできる方法であるがため，とかく，おろそかになる傾向にあり，単に時間を経過するに過ぎない弊害を伴ってくる。従って指導者においては充分その練習方法において考慮することによって或る程度弊害を防ぐことができるものであると同時に，要は修得者自身の自覚において解決されなければならない問題であろう。修得者における肉体的，精神的苦痛は当然伴うものであるが，これを避けるべきではなく，忍ぶことによって技術の向上がなされるものであることを忘れてはならない。

前三項を実施する具体的方法として，前述と重複するが次の事項がある。

1.　遠くからの大技。
2.　反復練習。
3.　打突を厭わない。
4.　技術のバランス。

技術の偏習は避けるべきであるが，特に自己に適した技術を修得する必要がある。この間において，竹刀の変化による打突の機会，精神的動揺の変化の看破，連続打突の有効打突を無意識に自覚できるように考えて実施することが重要である。これらの具体的事例の方法については各自に適合した教習を指導者が確実に実施するということが当然である。つまり，近い距離の打突方法，追込み，追込まれたとき，前後左右斜めの移動変化による打突，返撃打突，相手動作による自己の動作の変化，積極的な機会の作り方，距離の懸け引き等があげられる。

これらの方法は従来の教習においても繰返し練習が実施されているものであるが，基本的な方法としては近代剣道においても方法論としては正しく守られなければならない方法であろう。しかし新しい考え方によって近代剣道にふさわしい解釈が導き出されて実施されなければ進歩は望めないであろう。

次に試合について述べてみたい。

試合とは一言にしていえば，互いに技倆を比べること，の意味であって，それは基本動作，応用動作，練習等において修得した姿勢，打突，気力を充分に発揮して勝敗を争い，心身の向上に資するものであろう。従って，剣道の価値を発揮するために，またその目的を達するために試合を実施するということは重要なことである。換言すれば，基本動作の実施も，応用動作の実施も，練習も試合を実施するための準備的過程であるともいえる。特に気力の養成は試合によって遺憾なく達成されるものであることを忘れてはならない。

試合についてはルールを厳守することは勿論であるが，更に積極的にルールを利用し，試合を有利に導くということを心掛けるべきであろう。特に競技剣道においては，時間，コート，反則等数多くの規制が設けられている試合においてはルールの活用という方向にも指導の方針が組立てられて始めて真価が発揮されるものであろう。

試合に臨む態度としては，従来は，平常心を保つ，気力の充実，その他いろいろな言葉で説明され，指導されており多言する必要はないが，一言すれば，それは内外面共に攻撃防禦のバランスのとれた技術ということであろう。具体的に詳述すれば，攻撃する中にも相手の打突に対しては応ずる心得がなくてはならない。また打突を受けると同時に直ちに反撃しなければならない。即ち押すにも，受けるにも，払うにも，摺りあげるにも，打落しにも，同時に打突に変化する態勢を常に維持しなければならないということである。理想的には打突動作を起こしても，その途中で相手の打突を防ぎ，次の瞬間には打突に変化することが必要であるということである。これを実施する態勢としては適度な緊張感と機先を制するという二つに帰するものであろう。基本動作，応用動作の集約であるが次の事項に注意すべきであろう。

イ　相手に乗ずべき機会のないときは手段を尽して虚に乗ずること，手段とは相手の竹刀，姿勢を崩して積極的に打突の機会を作ること。自己の剣先，動作をもって動揺させること，更に連続打突を試みること，または相手に対して打突を容易ならしめるように仕向け反撃すること，等を意味するものである。

ロ　打突の機会を看破して打突する。これは相手の心の動揺と動作の虚隙に乗ずることである。心の動揺とは従来共に説明されているように，恐れたり，驚いたり，迷ったり，怒ったり，慢心したり，という意味であるが，実際的にはこれを看破し打突することは特別の場合を除き不可能に近いものであろう。有効打突が結果において，そうであったと感ずる程度のものが実感であろう。従って心の動揺とは当然その動作の中に現われるべきものであろうし，あまりこれを意識するということは自己の心の偏向にもつながる弊害をもたらすもので，むしろ忘れてしまう方がよい結果を得ることに通ずるものであろう。

次に動作の虚隙ということは，構え方の不備，ならびにその変化するとき，一方にのみ留意しているとき（攻撃，防禦の一方に専念すること），前進後退のとき，動作の起こる瞬間，剣先の

上下動，動作の止まったとき，追い込みのとき，明らかに故意の動作をするとき等であろう。しかしこのような諸動作というものは形の上では個々に現われるものであるが，実際には竹刀，身体が一体となって関連して実施されている動作の中の一環として表現されているのが普通である。従って，この連続動作の中に前述の虚隙を見出すことは困難であることはいうまでもない。意識的に虚隙を看破して打突することは不可能に近いものであろう。要は自己と相手との動作の関連性において無意識的に虚隙を看破して打突がなされて，はじめて有効打突となるものであり，打突の機会というものは平素の練習過程において自覚する以外に有効な方法はないであろう。

ハ　過失に乗ずること，この意味するところは，打突距離以外から打突が実施されたとき，打突距離に入っても打突が実施されないとき，無意味な打突が実施されたとき，疲労，体の硬直，等のことをいうものであろう。

練習についての考え方

剣道においては稽古という言葉で一般的に表現されている。この意味は“古のことを考える”ということである。即ち学ぶ，習う，繰り返して習うの意味である。従って剣道において稽古ということは綜合力発揮の場である試合の要領を教習する練習であって，基本動作，応用動作を実際に使用して相手の意志動作を察知して，常に機先を制し，気力を養い，もって試合の基礎を作るためのものであるともいえる。この方法として，

基本および応用動作の練習（技の練習）

この練習の意図するところは，基本および応用動作は基礎的な打突を約束的に実施するもので，換言すれば，連続する動作の中に現われる個々の動作を約束的に練習することである。相手の変化に対する動作を練習するものではない。ゆえに内面的な方面については（精神的な面）余り期待できない。

試合は勝敗を賭けた対敵動作であるから，精神的な面は相手との懸け引きに消費され，打突については深く意識することができないものである。もし基本ならびに応用動作の不充分なときに試合を実施するならば，精神的な面においてより強く圧迫を受け，せっかくの基本，応用動作もなんら意味をなさず，不良な姿勢，不合理な打突へと進むようになるからである。

技術の向上を目的とする練習

基本，応用の動作を更に工夫して技術を行使するもので，失敗を重ね研究することを目的とし行なうものであり，技術の向上に資する，従ってその形式は試合と同様でただその内容において失敗は当然であるため技術の劣る者，同格の者，優れた者と行なう場合は，その技術の行使に差があることは前述の通りである。技術向上のための方法として注意すべきは，①常に体調の維持を考え，練習後は撃込みを実施することが必要である。②易い者と難い者とができて

くるが，努めて難い者と多く実施する必要がある。③時間は短く，全力を尽くして実施する。長時間実施することは，修得者が来たるべき疲労の困難を察して全力を傾けなくなる。また過労の心配もあるからである。

発声について

打突は前述のごとく息を吐きながら実施されるものである。従って，これをいっそう迅速に，旺盛にするために発声を伴うもので，これによって意志の集中が行なわれ打突が容易となるもので，其他においても利を伴うものである。このような意味において発声は意志の表現，気合の発揮であり，精神の緊張，精力の集中，疲労の防禦等に利するものである。その効果を発揮するためには動作に適応する自然の発声が望ましいことは当然であり，ことさらに作為し無用の発声を弄してはならない。機に臨み，変に応じて，巧みに使用することが重要である。

次に基本，応用動作の終了後における指導方法について具体的に述べてみたい。これについては技術の向上を目的とするものであることは前述のとおりであり，重複する所もあるが次の三段階に分けて実施することが必要であろう。

第 1 期

目　的……任意の打突による技術の基礎を作る，指導者は打突部位，打突方法を指定しないで技倆に応じて，適当に虚隙を作り，任意の打突を実施させる。虚隙も技倆に応じて大小の区別を作る。即ち未熟者には虚隙を大きく，回数も多くするという方法である。修得者に求めるべきことは，①正確な姿勢，②確実，迅速な打突，③軽捷な進退動作，等であり，これが向上するよう指導することが大切である。従って，注意することは，①最初から無理な要求はしない。②不合理な力を使用した打突は矯正するために打ち払い，また体を転んじ，その打突が不合理である要領を自覚させる。③虚隙の作り方を技倆に応じて考慮する。④敏活な動作と気力ある態度をもって誘致する必要がある。⑤打突距離の近い打突に対しては後退し遠くする。これによって伸々とした大きな打突を自覚させる。打突距離は通常指導者が自覚し，修得者が打突しやすいよう仕向けることである。

打突距離は前述のごとく剣道用語では「間」「間合」と呼ばれている。しかしこの両者には同一でない意味を含んでおり，打突距離という簡単な言葉で説明することは適当でない要素がある。即ち「間」という言葉は本来は相手の精神面との接触とその肉体化，そして内部生命力の振起，そのつなぎ目に「間」と「節」とが必要であった。換言すれば触れと鎮め，鎮めと触れのけじめが「節」であった。「節」の期間が「間」であり「間合」という言葉で表現されていたもので，「間合」が悪いということは「間抜け」「間延び」「間違い」等という言葉があ

るように重要なことであることは言葉の上からも理解できるのである。このような意味を含めて打突距離という文字を使用しているのである。

その他指導者の注意することは，打突は軽く，積極的に実施しない，はじめから迅速な動作は要求しない，基本，応用動作も意志と動作が一致することは困難であるから勉めて種々の動作ができるよう導くこと，偏向する動作に注意する，剣先を押えてはならない，等である。

第 2 期

目　的……第1期の技術の向上と，これの応用変化，打突の機会の養成にある。

応用動作変化のための指導者からの打突を実施し，これに対する反撃打突を実施する。要求されることは，第1期の修得技術の向上はもちろんであるが，剣先の動きをみて虚に乗じて速かに打突する，体を転んじて打突する，できれば困難ではあるが動作に現われる内面的動揺の看破，連続打突の実施，体移動による反撃打突等である。指導上注意することは，指導者が実際に打突するときは反撃は困難であり，また気力に欠けた打突はなんら益するところとはならない。従って，この弊害を防ぐため遠くからの打突を実施することである。このことは指導者自身の技術向上にもつながり修得者の技術向上にも役立つものである。好機会の打突に対しては，それを受け入れてやる。姿勢，技術使用の過失，技癖，距離の誤り，打突機会の逸機を自覚させるための打突，反撃は実施しなければならない。しかし，これらはどこまでも自覚をうながすものでなければならないし，更に，積極さの不足，躊躇，小手先の打突，気力の欠如等のあるときは反省を与える必要がある。指導者が体力をもって粗暴な動作，強い打突を実施することは禁じられるべきで，これを実施することは萎縮をまねくのみである。打突は反撃されやすいことが必要である。

以上のように，この期間の指導方法が特に重要であることを理解すべきである。

第 3 期

目　的……1期，2期に修得した技術の向上とその活用，ならびに機眼の養成，試合要領の会得にある。

指導上の着眼として，接近しての打突方法，追い込んだ時，追い詰められたときの動作，打突動作に対する体移動による距離の変化に対応する速かな反撃の要領，剣先の動きをも含めた動作に応じた執るべき諸動作ということであろう。細かな注意点として，前述の通りであるが要は修得者と互格の程度を計って指導することである。このことは両者の技術向上につながるものであるからである。また長所の発見とその発揮，短所の矯正に努めることである。気力をもった打突動作，機会の得失および動作を理論的に説明するためには練習中断もやむを得ない。

機眼，距離については，意志，動作が察知しやすく，看破しやすいような動作が必要である。機会のない時のとるべき手段と対策，距離の懸け引き等は実際の動作を通じて自覚させる必要がある。

以上練習方法について各段階に分けて注意すべき点を詳述してみたが，同じような点が重複しているが，これは各段階においても重要な点であることを重ねて強調したものである。これは各段階においても，その技倆に応じた同じ注意が必要であることを意味するものである。易きより難に，簡より繁に導き，技術の向上を図ることに外ならぬ。従って，指導方法の順序，その他は一定不変のものではなく，技倆の程度に応じて適切な方法を執ることが肝要であることは勿論である。外的な面にのみとらわれず内的な面にまでよく注意し，自ら進んで努力するよう仕向けることが大切であろう。

参考文献

金子　近次：剣道学，資文堂，昭和4年。