

和の伝統文化の武道
—居合道の理—

武道の種類と特性

武道の種類

競技的性格 剣道 柔道 相撲 薙刀 空手

演武的性格 杖道 居合道

武道の特性

相撲 素手、まわし姿で土俵上に相対した力士が相手と勝敗を競う。

剣道 日本の剣術を、竹刀利用の競技化した武道

弓道 和弓で矢を射て、的に中（あ）てる一連の所作を通し、心身の鍛練をする日本の武道 射法八節

柔道 日本古来の柔術に研究と創意を加え近代化した武道
嘉納治五郎創始者

居合道と伯耆流の歴史

日本刀の抜刀によって相手の攻撃に対して瞬時に応じて相手を制する。

居合道の開祖 **林崎甚助重信** (1542-1621)

伯耆流居合道の開祖 **片山伯守藤原久安**
(1575—1650? 伝林崎甚助の弟子)

磯之波を後陽成天皇の
前で演武



居合の基本的性格

相手からのあらゆる攻撃に対して即応する。相手の仕掛けに
応じる業、自ら相手を攻撃する業でない。

居合の業構成

抜刀前（察知）－抜刀－抜刀後（納刀）

居合道の業構成と技法

抜刀前（察知）

機先を制する

先先の先（先の先）

先（対の先）

後の先（待の先）



抜刀

切り付けに始まり切り下ろしで終る

切り付けの方法（相手の戦意を制する）

顔面を上から下へ

右肩から斜めに

体を横から水平に

右脇下から斜め上方へ

切り下ろし

敵の頭上から垂直に刀の物打ちを生かして

切り込む

◎ 抜刀後（納刀）

抜刀した刀を鞘に戻す

刀を垂直に納刀する方法

刀を水平に納刀する方法

最後まで油断しない

刀操作の技法を踏まえながら呼吸、目線、
体捌き、丹田、気力、残心、心の働きなどの
心身の有り様が相互関連的に縫合

居合道(伯耆流)の理念

伯耆流の理念

戈を止めるのではなく、戈が止む

不争ノ利 (未発の居合)

武道の教育真髄

心技体一致

技を修練している際に一瞬自分の存在と
動きが一つになる瞬間

仏教では没我、三昧、忘我、専心、無心
残心（武道）

一瞬の心と体の一体感

武道の教育効果

正しい姿勢 礼儀作法

相手の動きと心を観る

鍛錬

忍耐力と集中力の形成

達成感と意欲の形成

居合道の刀操作の基本

上下振 (体の中心線に沿って上下に振り下ろす)

呼吸と技の動きの連関

目的 業の修練によって健全な身体と精神の形成

武徳修養 縦横無礙自在の心胆 明德

内容 型としての業 (初伝 中伝 奥伝)

方法 呼吸と業の動きを連動

— 一心技体の業習得の基本 —

第14回和の伝統文化（堺の文化）の武道2

—居合道の技—

この授業は、エレノア・ホールにて武道の体験活動を実施。
7月19日第3時限（13:20-14:50）エレノア・ホール



授業参加のお願い

服装：軽装（体操着でも可）マスク着装

先週の下週の課題レポートと古新聞紙（朝刊紙）を持参
なお、レポート未完の場合でも出席をして下さい。

居合道の模範演武

居合道の基本技の稽古

上下振り 切り付け 打ち込み

居合道の基本型（追掛け抜き）の習得

居合道の学生演武

全員の基本型演武

第14回和の伝統文化（堺の文化）の武道2

－居合道の技－授業内容の項目

受講生の出席確認と模擬木刀(新聞紙)準備

居合道の模範演武

居合道の基本技の稽古

上下振り 切り付け 打ち込み

居合道の基本型（追掛け抜き）の習得

居合道の学生演武

全員の基本型演武

鯉のぼり配布