

令和 5年 9月16日 (土)  
於； 福岡 武道館  
講師 岩熊昌毅

# 日本剣道形

## 1. 日本剣道形修練の目的

日本剣道形の修練を通じて、剣道の原点である「剣の理法」を学び、剣道の正しい発展に役立てることが目的である。

## 2. 重点事項

- 1) 立合前後の作法、立合の所作、刀の取り扱い ※別紙参照
- 2) 正しい刀（木刀）の操作（刃筋、手の内、鍔の使い方、一拍子の打突など）や体捌き
- 3) 打太刀、仕太刀の関係を理解し、呼吸を合わせ、原則として仕太刀が打太刀より先に動作を起こさないこと。
- 4) 打太刀は間合に接した時、機を捉えて打突部位を正しく打突し、仕太刀は勝機を逃すことなく打突部で打突部位を正確に打突すること。
- 5) 形の実施中は、目付、呼吸法、残心など心得て、気を緩めることなく終始充実した気迫で行うこと。

## 3. 「日本剣道形」修練における基本的な留意点

- 1) 日本剣道形解説書、剣道講習会資料「日本剣道形」、を熟読、精通して「剣の理法」に基づく剣道形を体得する。
- 2) 立合の所作及び刀の取り扱いを適切に行い、正しい刀（木刀）の操作（刃筋、手の内、鍔の使い方）、一拍子の打突や体捌きを正しく行う。特に小太刀の置き方に留意すること。
- 3) 五つの構え、及び小太刀の形においては、半身の構え、入り身の所作を自得すること。

- 4) 打太刀 (師の位)、仕太刀 (弟子の位) の関係を理解して、呼吸を合わせ、合気となり、終始充実した氣勢、氣迫で行う。原則として仕太刀が打太刀より先に動き始めないようにする。
  - 5) 太刀の形は『「機を見て」機とは(心と体と術の変わり際に起こる時の兆しのこと)』を打つのである。この場合、打太刀が仕太刀に勝つ所を教えているもので、打太刀は、仕太刀が十分になつたところを見て打つ。打つということは切るといふ意味である。小太刀の形は、「入り身になろうとする」を打ち、入り身とは、(氣勢を充実して相手の手元に飛び込んでいく状態をいう) 「なろうとする」ことから形に表さない。打突の機会を適切に行う。
  - 6) 目付は、原則として、相手の目を見るが「遠山の目付」で行う。
  - 7) 足捌きは、「すり足」で行い、音を立てず、一方の足を移動させた時は、原則として他方の足を伴って移動させる。
  - 8) 仕太刀の打突後の残心は、形の示されている、いないにかかわらず、充分な氣位で残心を示し、打太刀は仕太刀の充分な残心を心得てから始動すること。
  - 9) 打太刀は、間合に接した時、機を見て打突部位を正しく打突し、仕太刀は、打突部で打突部位を刃筋正しく打突する。また、振りかぶった劍先が両拳より下からないと。
  - 10) 技に応じて、緩急強弱を心得て一拍子で行うこと。
  - 11) 呼吸は、構える時に吸気し、前進する時は、丹田に氣迫を込め、呼気の氣勢で打突(発声)すること。
  - 12) 形の実施中は、初めの座礼から終わりの座礼まで、特に構えを解いて後退する時も、氣分を緩めず、終始充実した氣勢で行うこと。
- #### 4. 共通理解
- 1) 中段の構えの延長とは、棟の鑿元と切先を直線で結んだ延長をいう。
  - 2) 太刀一本目、打太刀正面打ちを抜かれた劍先の高さは、下段程度。
  - 3) 太刀四本目、双方切り結ぶ位置は、およそ刀の中央部、劍先は面の高さ。

- 4) 太刀五本目、仕太刀の中段の構えは、一拳前に出し、刃先はやや斜め下。
- 5) 太刀六本目、仕太刀が摺り上げ小手を打った時、右足を踏み出し、左足を引き付けるを原則とするが、間合によって、引き付けなくても踏み出したと解釈する。
- 6) 太刀七本目、仕太刀がすれ違いながら胴を打つ時の方法。
  - ① 右足を右前に開いた時、刀を左肩上に振り上げ、左足を踏み出すと同時に胴を打つ。
  - ② 右足を開いても（体は移動させない）、刀は振り上げず、左足を踏み出すと同時に振り上げ振り下ろす一拍子で打つ方法。（修練者の錬度に応じて指導する）
- 7) 小太刀半身の構えの刃先の方向
  - ① 中段半身の構えは、刃先をやや斜め下に向ける。
  - ② 下段半身の構えは、真下とする。

## 5. まとめ

- 1) 日本剣道形解説書、剣道講習会資料「日本剣道形」を熟読・精通する。
- 2) 日本剣道形の修錬を通じて、剣道の原点である「剣の理法」を学び、剣道の正しい普及・発展に役立てることが目的である。
- 3) 我が国の伝統文化として、次代に正しく継承しなければならぬ。そのために平素から日本剣道形の修錬に努める必要がある。（錬度に合わせた指導内容で行う。）