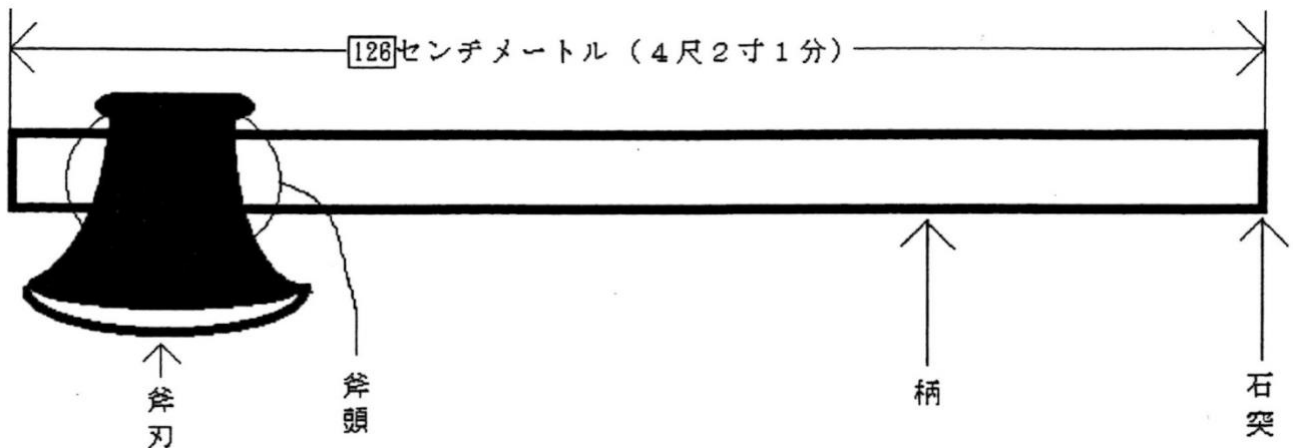


初段～三段の問題・解答例

1. 斧の各部の名称を書きなさい。

斧道は[126]を武器とする武道である。



※斧頭（おのがしら）、柄（え）、石突（いしづき）

2. 斧の握り方について書きなさい。

斧の握り方は大切なもので、親指、人差し指は軽く浮かしたような心持ちで持ち中指は締めずゆるめず、薬指、小指は少し締める心持ちで持つ方がよい。手の中はあきすぎてもよくない。全体を堅く握りしめているのは悪い。いつでも敵を打突する心構えで持ち、親指、人差し指に過重な力を加えて打突してはいけない。居ついた（心身の緊張のゆるんだ瞬間）形で打突してはいけない。

3. 斧道の5つの構えを書きなさい。

(1) 上段の構え

斧を頭上にあげ、石突で相手を狙うように構える。攻撃的且つ気位のある構えである。

(2) 中段の構え

斧道の基本の構えであり、5つの構えの中心になり、この構えからすべての構えに移る。攻防自在の構えである。

(3) 下段の構え

守りの構えで、斧刃を床上すれすれの高さにし、自己を守り相手をよく見て、心は静かに自由に対応することができるように構える。

(4) 脇構え

両手をまっすぐ下ろし、石突で自分の正中を守りつつ相手を狙い、水平に構える。自分の斧を相手に知られないように構える。

(5) 八相の構え

ただちに打突できる最も攻撃的な構えである。

4. 斧道の左半身の状態での足さばきを5つ書きなさい。

足のさばきとは、身体の移動や打突する際の足の運び方で、次の5つになる。

(1) 歩み足（あゆみあし）

前進後退する足さばきで最も遠い間合からの打突の技を出す場合に用いる。

①足をあげないようにすり足で行う。

②腰を中心に重心をできるだけ水平に移動させる。

③上体や斧を動揺させたり、構えを崩したりしないよう移動する。

(2) 送り足（おくりあし）

移動する方向に近い方の足から踏み出し、他の足を直ちに送りこむように引きつける。

一足一斧の間合から打突の技を出す場合に用いる。

①送りこむ方の足が遅かったり残ったりしないように、正しい足の位置に早く送るようにする。

②後退の際には後足の踵が床に着かないようにする。

(3) 開き足（ひらきあし）

左（右）前に開く場合には、左（右）足を相手の方に向けながら左（右）斜め前に出し、右（左）足を左（右）足に引き寄せ、右（左）腰を右（左）後方にひねって相手の方向に正しく向ける。左（右）後方に開く場合は、左（右）前に開く場合に準じて行う。近い間合からの打突の技を出す場合に用いられることが多い。

①後から運ぶ足を正しい位置に引きつける。

②腰を中心に重心を移動させる。

(4) 継ぎ足（つぎあし）

右足を左足の位置まで引きつけ、左足から送り足の要領で踏み出す。遠い間合から打突する場合の足のさばきである。

(5) 踏み換え足（ふみかえあし）

その場で打突する隙や、柄を使う技の際に有効です。

後足を身体の向きを変えながら前足につけて、身体を正面に向け、そのまま身体の向きを変えながら今まで前足だった方の足を後ろに引く。

5. 目付けについて書きなさい。

目付けとは相手に対する時の目のつけどころを言い、次のようなものがある。

(1) 遠山（えんざん）の目付け

遠い山を見るように、相手の爪先から頭の上まで一つ一つの動作が自分の目にうつるようにする目のつけ方である。

(2) 観見（かんけん）の目付け

相手全体の姿を見つめて一部の動きにとらわれず、身体の動き、心の動きまで見つめる。

6. 気・斧・体の一致について書きなさい。

斧道修行上欠かすことのできない重要なものであって、心・気・力の一致とも言う。気とは、意志とか心の精神作用を言うのであって、心の判断によって動作を起こそうとする決心を指す。

斧とは、戦斧の動く作用を指す。

体とは、体勢のことで、身体の力、四肢の動きを指す。

相手を打突しようとする決心しても、斧や身体の動きがこれに伴わないと相手を打突することができない。斧が先に進んでも足が十分に踏み込んでいかなければ正確な打突とはならない。機会を見てすばやく飛び込んでも、技が伴わなければ有効な打突にはならない。気・斧・体が一致して初めて有効適切で、正確な動作となるのである。その他、古くからの心・気・力の一致、心・形の一致、心・眼・足の一致とか同じような意味の言葉が使われている。

7. 残心の必要な理由について書きなさい。

残心とは、打突後の心身の構えを言う。すなわち、打突した後も油断なく敵の動作に対応できる身構え、気構えを言う。斧道では攻撃後の心構えや身体の構えが崩れると、有効な打突ができなかった場合に直ちに反撃されたり、引き続いて攻撃することができなかつたりするため、打突した後も気を緩めず、相手が動けばすかさず打突するぞとの身構え、心構えが必要である。

相手に突き込んだ時、速やかに相手の動作に応ずることができるように備えるが、その突き込みは全力で打突し、直ちに自然に敵に対する打突ができるようにするのであって、7分なり8分なりの気力で突き込み、2分なり3分なりの気力を残して突き込んで後の打突に備えるのではない。これを残心とはいわない。すなわち残すようにして打突を行うのではなくて、全力を出し切って打突した後に自然に残るのを残心と言う。これがなくては技の上達は望み難い。

8. 呼吸について書きなさい。

呼吸は斧道において、極めて大きな役割をもつ。すなわち、息を吸い込む時は、十分な力を出し得ないものであり、十分な力を出すには息を止めているか息を吐く時である。力を出す時には、よく掛け声をかけるが、声そのものが大切なのではない。

掛け声をかけるには、必ず息を吐かなければならないから、十分な力を出す時には、自然と声が出るのである。したがって、相手が息を吸うところを自分は息を吐きながら打突するのが効果的となる。

また、平素からなるべく平静に呼吸するように注意して、自分の呼吸を相手にさとられないようにすることが大切である。

9. 間合について書きなさい。

間合とは、自分と相手が互いに向き合った時の距離を言う。しかし、この位置関係には精神的な要素もあり、相対した心の関係も間合といえる。

(1) 距離的な面としての間合

①一足一斧の間

一歩踏み込めば相手を打突し、一歩さがれば相手の打突を外すことができる間を言い、基本の間合とされている。

②遠い間合

一足一斧の間から遠い間を言う。相手が一歩踏み込んできて打突しても有効打突にならない相手との距離のある間をいう。

③近い間合

一足一斧の間から半歩くらい踏み込んだ間合をいう。

(2) 精神的な面としての間合

「敵より遠く我より近く戦うべし」という教えがあるが、これは有形的な要素だけでなく無形的な精神作用を含んでいる。進む心は間が近く、逃げる心は間が遠いと心の間合を指すこともある。

10. 見とり稽古とは、どんな事かを書きなさい。

斧道を見学することを「見とり稽古」という。斧道では、ただ見学ではなく、斧道修業の一つとして重んじられています。

ばくぜんと見学するのではなく、厳しい気持ちで、服装、姿勢を正しくし、あらゆる角度から観察して、他の人の稽古や練習態度、技などの研究をしながら、自分の日頃と比べ、よい点は取り入れ、反省すべき点は反省し、自分の斧道に役立てるように見学することが大切です。

四段・五段の問題・解答例

1. 斧道の制定形 13 本の形名を記せ。

- ①斧落（おのおとし）
- ②鬼打（おにうち）
- ③鬼突（おにつき）
- ④大地（だいち）
- ⑤追込（おいこみ）
- ⑥風龍（ふうりゅう）
- ⑦雷龍（らいりゅう）
- ⑧火龍（かりゅう）
- ⑨水龍（すいりゅう）
- ⑩秘斧（ひおの）
- ⑪一揆（いっき）
- ⑫吹斧（ふきおの）
- ⑬槍落（やりおとし）

2. 気合について記せ。

気合いとは、全身に気力を充満させ、少しの油断もなければ邪念もない状態をいう。

気合いには、有声と無声とがあり、掛け声として外に発するものと、体内の気力に内蔵して声を外に発しないものがある。いづれも相手に隙を与えず、また相手に一瞬の隙でも生じたら、直ちに打突する状態を言い、弓なら矢を満月に引き絞っていつでも放てる状態を言う。

斧道では、気合いは極めて重要である。

初心のうちには、相手に威力を感じさせるくらい、力のこもった、腹の底からの発声を心掛けることによって、気合いが徐々に育成されるのである。

3. 気位について記せ。

斧道では「気」の働きが心を充実させ、積極性をもりあげ、同時に身体の旺盛な動きを作り出します。

外見上これといった形にあらわれるのではなく、見る者にひしひしと伝わる「気」の充実を高い気位といいます。

段位・称号の高低をいうのではなく、稽古の積み重ねにより、自然に身についた品位をくわえたものをいいます。

斧道形で気位が強く要求されるのは、斧道形が斧道の技と精神との一体を尊重しているからです。

4. 不動心について説明しなさい。

不動心とは、いかなる場合に出会うとも、また、いかなる状態に陥ろうともびくとも動かず、少しも心を動揺させることのない精神状態をいう。人は平常とは異なる場合は、必ず心に変化が生じ乱れるものである。日頃からよく心胆を練り、稽古を積み、物事に動かされず思うままに行動ができるよう工夫修練を積みねばならない。不動心は心を動かすことのない状態をいい、平常心といわれるのも同じ事です。

5. 平常心について説明しなさい。

平常心とは、平常の心、即ち人間本来の心の状態をいう。人は事に臨んで心が動ずるもので、平素の心でこれに処することは困難なことである。

斧道は対人動作で自己の働きだけのものではなく、相手の動きによって自己の働きが決定されるのであるから、技術的には極めて複雑なものである。

斧道では平常の心を保つことができるよう、平素の鍛錬等を通じて心がけることが肝要である。

6. 守・破・離について説明しなさい。

芸の道では、守・破・離の階段を経て、道の完成を目指す。斧道でもこのような修業の段階を経る。守とは、初歩の段階を言い、破とは、初歩の段階を踏み破って進歩することを言い、離とは、更に破の段階を乗り越えて、斧の奥義を極めるに至るまで精進することを言う。

(1) 守

斧道の修業がある程度に上達するまでは、師の教えを正しく守って稽古に励み、その形をしっかりと身につけ、理合や技を学ぶことを言う。

(2) 破

斧道の修業を積んで、今まで学んだ師の教えを自分のものにするだけにとどまらず、なお進んで他の教えをも学び、その長所を取り入れて「守」の段階より進み、自らの工夫研究を重ね新しい分野を開拓して、より一層幅広くしていくことが「破」の段階である。

(3) 離

苦心研究し、更に修業して「破」の段階を乗り越えて、独自の新しい斧道の境地を創立する。すなわち斧道の奥義を極めることである。

7. 斧道形修得の大切な理由を7つ書きなさい。

斧道形は、現代の各武道の形の中から最もよいと思われたものを選んだもので、これを十分に学び修練することによって斧道の理合を知ることができる。

また、次のような事柄を会得できる。

(1) 礼儀作法が正しくなり、落ちついた態度が身につく。

(2) 姿勢が正しくなり、観見の目が利くようになる。

(3) 技術上の悪い癖を取り除き、正しい戦斧の使い方を覚える。

(4) 動作が機敏になり、間合の取り方を覚える。

(5) 気合が練れて、気迫が充実する。

(6) 気・斧・体の一致の打突の稽古になる。

(7) 気品や風格が備わり、気位が高められる。

8. 手の内について述べよ。

手の内（てのうち）は斧の握りと教える場合があります。

手の内とは斧を操作する掌中の作用であり、両手首・両手の指を最も効果的に使う動きのことをいいます。手の裡（てのうち）とも書きます。

具体的には、

- (1) 柄を持つ左右の手の持ち方。
- (2) 左右の手の力の入れ方。
- (3) 打突の際の両手の力の緊張状態とその釣り合い。
- (4) 打突後の力のゆるめ方。

これらを総合的に手の内とも言います。

9. 斧道上達の要点を書きなさい。

斧道の目的とその心構えを十分に把握し、一生が修業であることを自覚して日夜熱心に修練して、自学、自習することが大切である。

その要点は、

- (1) 精神的・技術的理論を研究すること。
- (2) 斧道形に習熟し、理合を会得する。
- (3) 健康・安全に留意し、修業を中断してしまうことのないように努力する。

初心者はもちろん、高段者でも常に基本技に徹し、応用技を十分会得するとともに、心・技・体の一致を図るように努めなければならない。一切の邪念を去って素直な気持ちで師の教え、先輩の指導を受けて練磨・精進することが大切である。

10. 斧道指導者として留意すべき事項を5つ書きなさい。

- (1) 斧道の本質をよく理解して、それに合致した指導をすること。指導を受ける者の年齢、体力、理解度及び技能に応じ、斧道の目的とその精神を十分に把握させる。
- (2) 稽古の目的を十分に把握させながら指導する。例えば、基本の構えの中で自然体が必要なのはなぜなのか。また、それが斧道の諸活動の中でどのような効果があるのか。他のスポーツや日常生活との関連でどのような意味を持つのかなどを説明し、斧道を修行することによって、常によりよい姿勢、習慣をつくるようにすると、指導を受ける者にも興味が増して指導の効果も上がる。
- (3) 稽古内容の改善を図ること。斧道の稽古の環境の改善の基となるのは、何といても指導者の熱意と態度である。指導者は指導目標、指導内容を明確にし、指導を受ける者に適した指導法を研究して、組織的に指導することが大切である。さらに技術だけを指導するのではなく、指導者自らも指導の本質を認識して、人格、識見、技能など多方面に自己研鑽し、指導を受ける者のよりよい協力者である指導者になることが肝要である。
- (4) 保険衛生面に留意すること。指導を受ける者の健康に留意し、無理な活動を要求したためにかえって健康を害し、斧道修業の意欲を失わせることのないよう、健康度、体力、技術、その他を考慮して、適切な指導をする。
- (5) 武道場・施設用具の整備とその安全管理についても十分に配慮して、指導を受ける者の危害防止、事故防止に心がけること。

要するに正しい斧道を身につけさせ、よき社会人として育成することが大切。