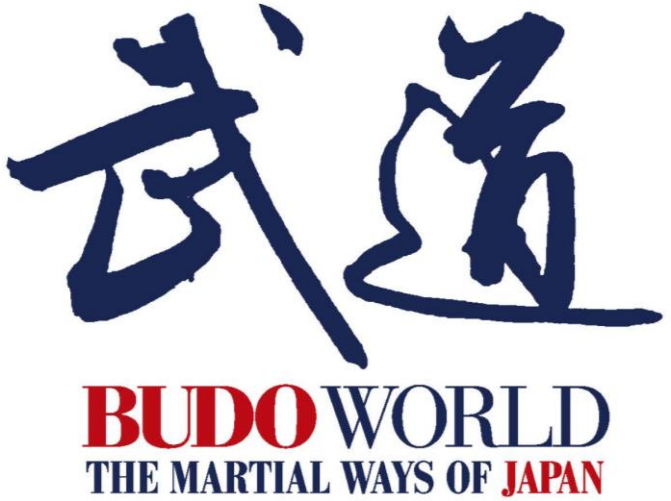
13th Budo World Seminar

Online Conference, 22nd of March 2020

-Educational Power of Budo (Martial Ways)-



https://budo-world.taiiku.tsukuba.ac.jp/en/category/forum-on-budo-world/

Project 1

2016.4～2020.3

日欧連携による教育としての武道に関する国際研究

Budo as Education - International Research through EU-Japan Cooperation

酒井 利信　　大石 純子
Toshinobu Sakai[*1] Junko Oishi[*1]
*1 筑波大学 University of Tsukuba

＊本研究は JSPS 科研費 JP16H03223,JP16 K12977 および筑波大学体育系ヒューマン・ハイ・パフォーマンス先端研究センター（ARIHHP）、筑波大学体育系リサーチ・グループの助成を受けています。
＊This work was supported by JSPS KAKENHI Grant Numbers JP16H03223,JP16 K12977, a grant from Advanced Research Initiative for Human High Performance（ARIHHP）, and the Research Group of the Faculty of Health and Sport Sciences of the University of Tsukuba.

本プロジェクトの背景と趣旨

日本発祥の武道は、現在世界中に広がり普及されている。近年の傾向として、世界の興味は競技としての面白さもさることながら、日本武道に潜む特有の文化性に向けられている。つまり、武道を通して日本文化を知ろうとする意識が強くある。学術界において武道は、日本研究（ジャパノロジー）の対象ともなっている。こういった傾向は特に欧州に強い。しかし反面、武道文化に関する正確な情報が伝わっていないという事実も頻繁に指摘されている。こういった世界の動向をうけて、酒井らのプロジェクト・チームは、欧州側からの依頼により実技の普及とともに併せて武道文化の発信に努めてきた（2005年以降、十数回にわたり招待講演等の文化発信企画を行ってきた。又、科学研究費助成事業において、武道文化フォーラム（NPO,ハンガリー）やエトヴェシュ・ロラーンド大学の協力のもと欧州との学術交流研究を継続的に遂行してきた。特筆すべき研究成果として、武道文化に関する知見を英語あるいは現地語（ハンガリー語）で著書として発行してきた。

Background and Purpose of this Project

The Budo (Martial Ways) originated in Japan, are now spread around the world and widely diffused. As a recent tendency, the world interest is not only as a competition way, but also it involves a particular characteristic of Japanese Budo as part of cultural nature. In other words, there is a strong intention to try to understand the Japanese culture through Budo. In the academic world, Budo is subject of Japanese studies (Japanology, Japanese science). These trends are particularly strong in Europe. On the other hand, it is frequently pointed out the fact that accurate information on Budo are not transmitted. In response to this global trend, the project team Sakai et al. has made efforts to diffuse practical skills and Budo culture following the request of the European side. Since 2005, we have been carrying out a cultural dissemination project and inviting lecturers more than dozen times. In addition, in the Grants-in-Aid for Scientific Research, we have continuously carried out academic exchange research with Forum for Budo Culture (NPO, Hungary) and Eötvös Loránd University. As a remarkable result, a book of knowledge about Budo culture was published in English and the local language (Hungarian).

こういった欧州との交流を進める中、近年、“なぜ武道が教育として位置づけられるのか”という疑問が投げかけられている。我われ日本人にとっては、教育の中に武道があるのは既成の事実であり当たり前のことである。中学校では、平成20年（2008）の学習指導要領改訂により必修化さえされた。更に身近な例で考えると、多くの親が、礼儀正しく何事にもへこたれない子供に育つと信じて我が子に武道をやらせている。しかし高所から俯瞰して考えてみると、本来は敵を倒すための技術であったものが、なぜそういった教育効果をもつようになったのか、不思議に思うのも自然なことである。このことは酒井等の外国人に対する調査結果と一致する。

我われ日本人は、この“不思議さ”にさえ気づいていない。この問題は、現代グローバル社会における武道の存在意義にかかわることであり、学術的解明は急務である。

本プロジェクトは、このテーマを日本と欧州の対話によって、解決しようとするものである。

While promoting exchanges with Europe, during the recent years, the question of “Why Budo is positioned in Education” has been considered. For us the Japanese people, the establishment of Budo in education is a natural fact. In 2008, according to a revision of the course of study of junior high school Budo became a compulsory course. Furthermore, thinking about more familiar examples, many parents believe that letting their children do Budo will make them grow up without losing the courtesy in the things they do. However, thinking from a broader perspective, the technique was originally created to defeat the enemy. Therefore, it is natural to think that it is strange the reason why it has educational effects. This was a result of a survey to foreigners done by Sakai et al.

For us, as Japanese people, we do not even notice the “mystery”. This problem is involved in the significance of Budo in the modern global society, hence, the academic clarification is urgently needed.

The current project has dialogued this topic between Japan and Europe attempting to solve this issue.

このテーマは、武道教育の目的は心の成長であるという前提のもと、
以下のロジックによって解決することができる。
This theme can be solved by the following logic,
assuming that the purpose of budo education is the development of the mind.

“身体を通して心を変えられる”という身心関係論
Body and Mind Theory "You Can Change Your Mind Through Your Body“

このことを理解する上で、以下の事柄についてアプローチをする
To understand this logic, approach the following:

➢ Topic 1
日本武道の鳥瞰図
The bird’s eye view of Japanese Budo (Martial Ways)

➢ Toic 2
「猫の妙術」にみる日本的技術観と教育論
The Japanese concept of technique and education theory in “Neko no Myojutsu” (The Cat’s Eerie Skill)

➢ Topic 3
現代武道における教育効果について
Educational effectiveness of budo: Mental growth through kendo kangeiko:
focusing on the two aspects of mentality in budo

➢Topic 1

日本武道の鳥瞰図

The bird's eye view of Japanese Budo (Martial Ways)

Toshinobu Sakai (University of Tsukuba)

武 Bu

戈(Pike) + 止

➢戈を止め　Stop a weapon

➢戈(武器)をもって　止(あし)で進む

To advance holding a weapon

➢武　＝　舞　Bu = Ritual dance

道 Do or Michi

実に多くの意味を持つ

"Do" is a special word with many meanings.

長い歴史の中で積み重ねてきた

文化的な部分

あえてこの言葉をつかうのは、その文化性を表現しようとするため

"武道"という言葉の特徴はその文化性

Therefore, I believe that the special characteristic of the word "Budo" is that it can be seen as a cultural element.

Bird's-eye View of Budo of History

古代
Ancient times

Bu = Ritual dance

鎌倉幕府 The Kamakura Shogunate
1192

中世
Middle ages

To advance holding a weapon

乱世 Wild time

弓
Japanese archery

☆1543 The introduction of the Gun

徳川幕府 The Tokugawa Shogunate
1603

近世
Early Modern age

Stop a weapon

治世 Peaceful times

剣
Swords manship

Cultural development

明治維新 The Meiji Restoration
1868

近代
Present age

柔
Judo

武 術 Bujutsu ／武 芸 Bugei

弓 術、馬 術、槍 術、相 撲、剣 術、手裏剣術、鎖鎌術、棒 術、抜刀術、薙刀術、十手術、砲 術、空 手、柔 術、水 練、捕手術、含針術、忍 術

Japanese archery, Horsemanship, Spear, Sumo wrestling, Swordsmanship, ・・・・・・

武 道 Budo

柔道、剣道、弓道、相撲、空手、合気道、少林寺拳法、なぎなた、銃剣道

Judo, Kendo, Kyudo, Sumo, Karate, Aikido, Syorinjikenpo, Naginata, Jukendo

武家政権
The warrior class had an unusual hold on political power.

塚原卜伝
Tsukahara Bokuden
1489-1571

宮本武蔵
Miyamoto Musashi
1584-1645

柳生宗矩
Yagyu Munenori
1571-1646

沢庵宗彭
Takuan Soho
1573-1646

Budo as Education

Lifelong Self Cultivation

嘉納治五郎
Kano Jogoro
1860-1938

山岡鉄舟
Yamaoka Tesyu
1836-1888

「武」の3つの意味 「武」の意味には、会意文字としての解釈から「戈を止める」「戈をもって止（あし）で進む」という意味であるとする説と、音から解釈して「武＝舞」であるとする説の3つがある。
古代　古代はシャーマニズムが支配する世界であり、呪術を行う際に武器をもって神々の前で舞を舞った。この時代の武は舞と同義であり「武＝舞」の時代であった。
中世　中世は戦国乱世であり、まさしく武は「戈をもって止（あし）で進む」時代であった。武芸は「武芸十八般」といって多く修練され総合武術であったが、特に弓がこの時代の武を主導していた。。
近世（江戸時代）　近世は戦いを前提としていながらも平和な治世であり、武は「戈を止める」ものであると主張されていた。この時代の武は、剣が主導し、文化として最も成熟した時期である。
近・現代　それまでの各時代における武の性格を引き継ぎ、長い伝統の中で培ってきた文化性を表現する「道」の語をつけて、「武術」「武芸」と言っていたものが「武道」となり現在に至っている。明治維新以後、戦闘の術として必要のなくなった武芸を、近代柔道の父である嘉納治五郎は教育の中に位置付けた。以後武道は、柔道が主導しているといえる。

There are three meanings for the interpretation of the kanji (character) of *Bu* (武). From the meaning of the compound ideograph, it can be interpreted as “Stop the weapon”, “Carry the weapon, continue with the feet”. From the sound it can be interpreted as Bu (武) martial = Bu (舞) ritual dance.
In Ancient Times, the world was governed by shamanism, the weapons were used for performance of magical dance rituals in front of the gods. In this era, Bu (武) “martial” was synonymous of Bu (舞) “ritual dance”. In Medieval Ages, there were constant wars. This period corresponds to the definition of warriors carrying weapons. There were many types of *Bugei* (Martial Arts), which is said “*Bugei Juhappan*”, that were generally trained but particularly the bow was mainly used by the warriors in this era.
The Early Modern period (Edo period) was for peace and stability for the region. For this period, Bu corresponds to the interpretation of “stop the weapons”. The warriors led this by the sword and culture wise it is considered the most mature period.
The concept of this character predominated from Early Modern Era to present. To express the cultural character has been a long-cultivated tradition. In the present has been add the word “way”, therefore *Bujutsu*/*Bugei* “Martial Arts” became *Budo* “Martial Ways”. After the Meiji Restoration, Martial Ways were no longer needed as a means of battle. Consequently, the father of modern judo, Jigoro Kano, placed them in education.

➢Topic 2

「猫の妙術」にみる日本的技術観と教育論

The Japanese Concept of Technique and Education Theory in “Neko no Myojutsu” (The Cat’s Eerie Skill)

Toshinobu Sakai　(University of Tsukuba)

「猫の妙術」は佚斎樗山が1827年の著したもので、日本武術の深遠な技術観を寓話形式で記述したものであり、山岡鉄舟が座右の書にしていたなど非常に有名である。
あらすじとしては、ある剣術家（勝軒）の家を舞台とし、難なく強い鼠を捕ってきた見栄えのしない古猫と、鼠の捕獲に失敗した猫たちとの対話を通して技術論を展開し、最終的には古猫が勝軒に剣術の奥義を諭すといったものである。
先行研究においては、『荘子』「木鶏」が原型となっていること、道家（老荘）思想の影響があること、修行課程論が提示されていることが指摘されている。いずれも各々の視点でこの説話に語られる日本武道の技術観を解き明かしているが、本研究はこれら先学の知見を踏襲しつつ更に議論を深め、最終的にはこれを教育論として位置付けようとするものである。

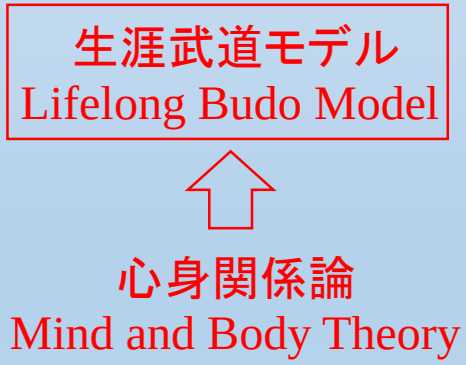
“Neko no Myojutsu” (The Cat’s Eerie Skill) was written in 1827 by Issai Chozan, and it describes a deep mysterious concept of Japanese Budo (martial ways) as a fable. It must have been the most influential book of Yamaoka Tesshu as it is very famous.
As a synopsis, the stage is set in the house of the swordsman Shoken where there was a strong rat difficult to catch. An old and poor-looking cat through the dialogue with the cats who failed in trying to catch the rat, transmit a technical theory and finally reveals the mystery to Shoken.
In previous research, there is a prototype of the wooden cock by Zhuang-zi writings. There is influence from the Laozi and Zhuangzi concept from Taoism and it is pointed out presently in the theory of gradually practices. This story has been disclosed in each point of view from the Japanese Martial Ways’ technique conception. However, this research includes previous knowledge and additionally, it is intended to deepen the discussion and finally to position it as an educational theory.

本論において明らかになったことは、以下の通りである。
・登場する猫が「若い気鋭の黒猫」・「虎毛の大猫」・「灰毛のやや年配の猫」というように少しずつ歳を重ねて描かれており、更に最強の猫は「古猫」と表現されているという点から、生涯にわたり修練する「生涯武道」の考え方が強く認められた。
・「技術」→「気」→「和」→「無心」→「無物」というように徐々に求める内容が高度になる段階的技術観が認められた。
・低いレベルであっても無用な段階はなく、その段階（年齢）でその内容に打ち込むことは次の段階に進むためには必要であり、各段階での修行が全て必要であるという考え方を明示していた。
・「我がいふ所を以至極とおもふべからず」（自らの境地とて究極の段階ではない）、「我また彼に、及ばざる事遠し」（私も彼に遠く及ばない）といって上には上があることを示し、無限の追及の必要性を示唆していた。
・「猫の妙術」の技術観は『荘子』「木鶏」が原型となっており、『荘子』の思想が著者である佚斎樗山に大いに影響を与えていることは間違いない。しかし生涯武道の意識は原型の「木鶏」より「猫の妙術」の方が強く、日本武道の大きな特徴と言える。

The points clarified in this paper are as follows:
・The cats appear gradually aging as the “young black cat with sharp face”, the “big cat with tiger’s hair”, and the “gray old cat”. Furthermore, the strongest cat is described as the “old cat” so it is strongly acknowledged the concept of lifelong Budo (martial ways) as a training for lifetime.
・It is recognized that the concept of the technique is gradually progressive from “skills” – “ki” – “ harmony” – mushin “empty mind” - mubutsu “non-existence”
・Even the lower levels are not useless stages, the contents at each stage (age) are necessary in order to continue to the next step. It is clearly stated that all training in each stage is necessary.
・The old cat said: “The current place must not be the ultimate place” “I am far from him” that indicates there is an upper-one stage, which suggests the endless need to pursuit up to another.
・There is no doubt that the thought of the author of “Neko no myojutsu” has a great influence in the concept based on the wooden cock recorded in Zhuang-zi writings. However, the awareness of lifelong Budo (martial ways) is stronger in “neko no myojutsu” rather than “the wooden cook”. It can be said that it is the major feature of Japanese Budo (martial ways)

・剣術論において「我あるが故に敵あり。我なければ敵なし」という究極の境地が示された。我がない状態とは「無物」と表現され心に何のわだかまりも蓄えない状態と考えられていた。
・この技術観は従来指摘されてきたように道家（老荘）思想の影響を受けつつも、根底に易の思想が潜在することが明らとなった。
・本史料は最終的に教育論として完結しており、「教えずに伝えるという」独特の教育論を展開していた。大きく俯瞰してみると、古猫が他の猫や勝軒に技術論を説くなど、この説話の内容全体が教育の書であるともいえる。
・この教育論には禅思想の影響が顕著に認められた。

・In the theory of swordsmanship “I am, therefore, there is an enemy too. If I do not exist, there is no enemy either”, the enlightenment is indicated. In the state where there is no “I” expressed by oneself (*“mubutsu”* non-existence), there is no state in the own mind.
・It became easily clear the latent concept of opposing principles and interdependence and its influence in the technique previously pointed from Laozi and Zhuangzi in the Taoism.
・This material was finally completed with educational theory, “transmitting without teaching” developing a unique theory of education. From a broader perspective, it can be said that the old cat explains to the other cats and Shogen. Thus, the contents of the whole story have an educational meaning.
・It is clearly recognized the influence of Zen in this educational theory.

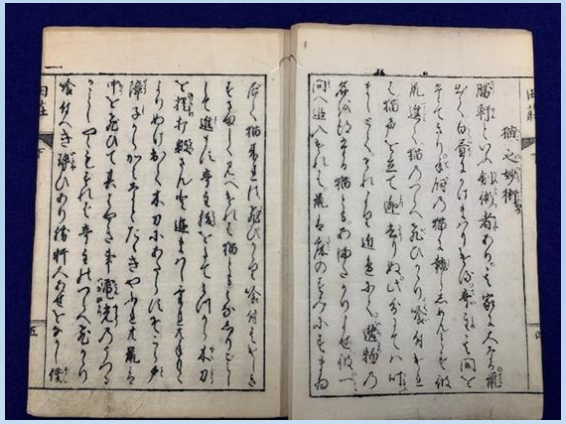


最後に、この書は平和な時代の剣術論であり、平和な時代における心のあり方を説く教育論を展開していることに注意すべきである。もはや技の向上に終始することなく、心に何のわだかまりも蓄えない「無物」になることを目指した自己追及に意識が向いている。これがひいては人間形成の道となるであろうことは容易に予想ができる。本論で取り上げてきた「猫の妙術」は、本来戦いの術であった武道が、現代社会において人間教育の材として位置づけられていることの経緯と理由を示唆するものであると考えられる。

この辺りに、日本武道のオリジナリティーの一端を見出すことが出来る。

Finally, it should be noted that this book is representative of *kenjutsu* theory in a time of peace, and espouses an educational process leading to cultivation of the required mindset in a peaceful era. Rather than concluding with points of technical mastery, the text opines the importance of seeking self-improvement by aspiring to reach a state of "nothingness" in which the mind is completely uncluttered. Essentially championing a Way of self-perfection (*ningen keisei*), *Neko no Myōjutsu* provides a window into how the techniques budo, originally used in conflicts to kill, have evolved to the point where they are posited as a vehicle for education in modern society.

This is where it is possible to discover elements of originality in Japanese budo.



➢Topic 3

現代武道における教育効果について
（剣道の寒稽古における心の成長に関する研究：武道における二系譜の精神性に着目して）
Educational Effectiveness of Budo
（Mental growth through kendo Kangeiko: Focusing on the two aspects of mentality in budo）

Junoko Oishi (University of Tsukuba)

剣道は、武道と呼ばれる日本の伝統的な身体運動文化の一つであり、その修練の主たる目的は、修練者の心身修養である。寒稽古は、冬季早朝に一定期間開催される剣道の伝統的な稽古法の一つである。伝統的に、剣道修練者は、しばしば、寒稽古を通しての修練が参加者の忍耐、精神力、倫理・道徳性を改善すると考える傾向がある。この信念は近代期に刊行された剣道書の記述に明らかである。本研究では、寒稽古を通しての修練によって剣道修練者の心のあり方に成長がみられるかどうかについて、3つの心理評価尺度を用いて検討した。研究は2つの手順で行われた。第一の手続きは、伝統的な武道の精神性について、及び寒稽古によって改善されると期待されている精神的な特徴について明らかにするための文献研究である。この文献研究を通して、道徳的側面と心理的側面という、武道における心の2つの側面があることを確認した。加えて、寒稽古の精神的な効果についての伝統的な考えとして、この2側面に影響を及ぼすとする見方が窺われたが、近代期剣道書での寒稽古にかかわる倫理や道徳に関する記述量は、心理的側面の記述よりも少なかったことも確認された。

Kendo is a type of Japanese traditional physical activity referred to as budo, and it is mainly practiced to develop one's mind and body. *Kangeiko* is a common style of traditional kendo practice that is held during the early morning in winter. Traditionally, many kendo practitioners have the tendency to think that *kangeiko* training can improve patience, mental energy, personality, and morality. This belief is described in published kendo literature from premodern Japan. This study examined whether kendo practitioners were able to improve their mental and moral states through *kangeiko* by applying three psychological scale tests. The research was conducted in two stages. The first involved a literature review to examine the traditional budo mentality as well as the associated features that kendo practitioners expected to develop through *kangeiko*. This review confirmed two aspects about the budo mentality. The first was related to morals and ethics, while the second applied to psychology. The literature review also confirmed that *kangeiko* was expected to improve both of these aspects. However, premodern kendo literature tended to place more emphasis on the psychological aspects as opposed to the moral and ethical.

第2の手続きでは、武道の伝統的な2側面の精神性が寒稽古を通して改善されているかを評価するために、3つの心理評価尺度を選択した。これらは、2017年1月6日から13日に実施された寒稽古に参加した大学剣道修練者に適用された。スコアは、対応のあるt検定による統計処理によって分析された。その結果、心的外傷後成長尺度の結果において、「他者との関係」「人間としての強さ」、「精神性的（スピリチュアルな）変容」、が有意に増加していることが明らかになった。この結果は、伝統的に考えられてきた寒稽古の精神修養効果の一端を支持する客観的なエビデンスとなりうる。

Three psychological scale tests were then conducted to evaluate any mental improvements achieved through *kangeiko* regarding the two mental aspects of budo. These tests were given to kendo practitioners who participated in *kangeiko* from January 6 to January 13 of 2017. Scores were analyzed using a paired t-test. Posttraumatic Growth Inventory results revealed that the factors of “Relating to Others,” “Personal Strength,” and “Spiritual Change” significantly changed as a result of kangeiko practice. This may support the traditional belief that *kangeiko* is a useful way to achieve mental improvements.

Table. The score change of Life-skills, Resilience, Posttraumatic Growth at Pre and Post *Kangeiko*

Psychological Scales	Scale Name	Pre	Post	
Life-skills in personal situation	Planning	8.1±1.8	8.2±1.6	
	Knowledge summarization	8.0±1.2	8.3±1.1	
	Self-esteem	7.5±1.4	7.8±1.3	
	Positive thinking	8.1±1.5	8.1±1.8	
Life-skills in interpersonal situation	Intimacy	9.1±1.4	9.4±1.2	
	Leadership	7.3±1.5	7.6±1.5	
	Empathy	8.7±1.5	8.9±1.4	
	Interpersonal manner	10.1±1.4	10.1±1.4	
Resilience	Innate resilience factors	41.8±6.6	43.2±6.8	
	Acuired resilience factors	32.2±4.1	32.8±3.2	
Posttraumatic Growth	Relationg to others	5.7±2.4	7.0±2.3	*
	New possibilities	6.0±2.5	6.8±2.6	
	Personal strength	4.7±2.1	6.7±2.5	*
	Spiritual change	4.7±1.4	5.6±1.9	*
	Appreciation of life	5.0±2.7	6.2±2.1	

Project 2

2020.4～

武道ワールド･イノベーション：
東欧向け段階的生涯武道モデルの文理融合型実証研究

Budo World Innovation:
Interdisciplinary Empirical Study on Lifelong Budo Model for Eastern Europe

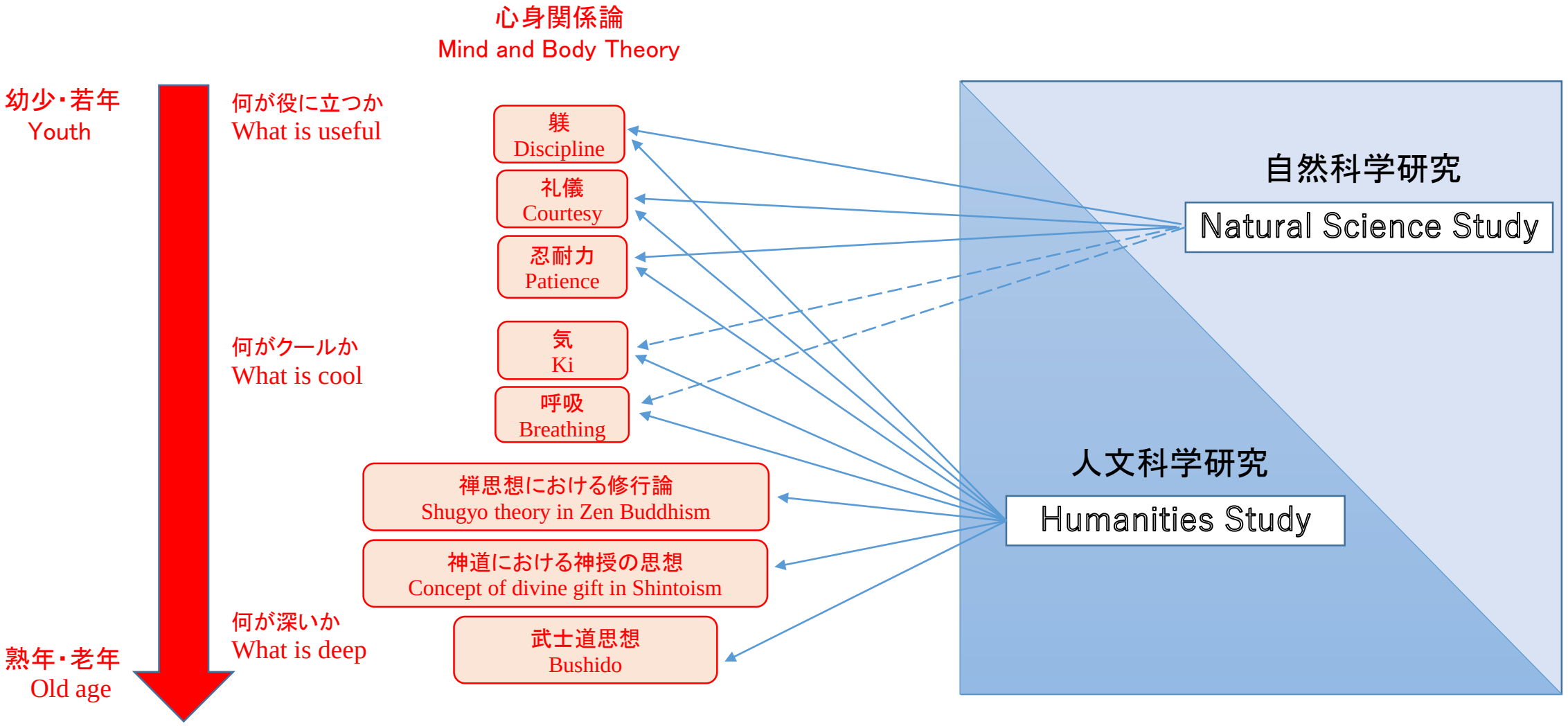
酒井 利信　　大石 純子　　松井　崇　　島　孟留
Toshinobu Sakai[*1] Junko Oishi[*1] Takashi Matsui[*1] Takeru Shima[*2]
*1 筑波大学 University of Tsukuba *2 群馬大学 Gunma University

「身体を通して心が変えられる」という人文科学的なロジックを、
自然科学で証明できるか？

Is it possible to prove the humanistic logic that the mind can be changed through the body by natural science?

生涯武道モデル
Lifelong Budo Model

学術的アプローチ
Interdisciplinary Study



人文科学研究
Humanities Study

➢佚斎樗山が著した「猫の妙術」や『天狗芸術論』をテキストとして分析・考察をする、古武術の「気」に関する研究
Study on traditional bujutsu “Ki” theory through reading “Neko no Myojutsu” and “Tengu Geijutsuron” by Issai Chozan.

➢沢庵が著した『不動智神妙録』や『太阿記』を分析・考察する、仏教禅の修行論に関する研究
Study on Zen Buddhism discipline theory through reading “Fudochi Shinmyoroku” and “Taiaki” by Takuan.

➢新当流剣術の伝書である『兵法自観照』を分析・考察する、神道の神授の思想に関する研究
Study on the concept of divine gifts in Shintoism through reading “Heiho Jikansyo”, a traditional book of Shinto-ryu kenjutu.

➢新渡戸稲造『武士道』・山岡鉄舟『武士道』・福沢諭吉『瘠我慢の説』にみる近代武士道の研究
Study on Modern Bushido through reading editorials such as "BUSHIDO" by Nitobe Inazo, "BUSHIDO" by Nitobe Inazo, "Yase gaman no setsu" by Fukuzawa Yukichi.

自然科学研究
Natural Science Study

非認知能力を高める武道神経科学

Budo Neuroscience in Enhancing Non-Cognitive Skills

松井　崇
Takashi Matsui
筑波大学　体育系
Faculty of Health and Sport Sciences,
University of Tsukuba

Details are Confidential