

序章 嘉納治五郎師範による柔道創設と人間形成論 1

第一章 嘉納治五郎師範における成長期の学び 9

第一節 嘉納家の概説と嘉納師範の幼少期 9

第二節 東京における嘉納師範の少年期の勉学 12

第三節 嘉納師範の大学時代 14

第二章 嘉納師範の柔術修行 17

第一節 柔術修行の動機 17

第二節 〈第一段階〉天神真楊流の学び 19

第一項 天神真楊流の八木貞之助・福田八之助・磯正智の各師範に師事 19

第三節 〈第二段階〉幕府講武所教授方・飯久保恒年氏に起倒流を学ぶ 21

第三章 講道館柔道の創設 25

第一節 講道館柔道草創期における嘉納師範の努力 25

第一項 学校柔道の正科体育への歩み 26

第二節 講道館柔道の目的 29

第一項 講道館柔道とは 29

第三節 第三節 講道館柔道における術技の集大成 33

第一項 講道館柔道の覇権——講道館柔道対古流柔術流派連合との大試合（大試合） 35

第二項 明治時代における講道館大道場の設立 37

第四章 嘉納師範の国際性、世界観の育成 41

第一節 嘉納師範の国際性、世界観に影響した要因 41

第一項 勝海舟伯の指導 41

第二項 勝海舟伯の心胆の錬磨 45

第二節 嘉納師範による孔子の儒教祭祀復活の事業 47

第一項 中国の古代・中世にみる孔子祭の概要 47

第二項 日本における孔子祭祀の概要 50

第三節 儒学者で東京帝国大学教授・竹添進一郎氏との学术交流 53

第四節 近代日本の代表的経済人、日本資本主義の尊父・洪澤栄一男爵との交流 60

第一項 洪澤栄一氏と嘉納師範の交流 60

第二項 洪澤栄一氏による洪澤柔道場の開始 64

第五章 日本中世にみる武士団社会の形成と戦術および武士教育 69

第一節 平安時代から鎌倉時代初期における武士団の勃興 69

第二節 鎌倉時代にみる武士団の戦術 70

第三節 源頼朝と北条時宗の武士教育 72

第四節 室町戦国時代・安土桃山時代の戦場組討 75

第五節 柔術発生の初期段階 76

第六章 徳川時代における柔術諸流の発生と発展 81

第一節 柔術発生の初期的段階における小具足・腰廻 81

第二節 主なる柔術諸流の内容と技術理論 83

- (一) 関口新心流(関口流) 84
- (二) 福野流 89
- (三) 洪川流 90
- (四) 直心流 91
- (五) 起倒流 92
- (六) 楊心流 98
- (七) 真神道流 100
- (八) 天神真楊流 102

第七章 徳川期の柔術と明治期以降の講道館柔道に影響した

古代中国思想『老子道德経』 111

- 第一節 『老子道德経』と著者・老子の概略 111
- 第二節 『老子道德経』にみる「道」の思想 114
- 第三節 『老子道德経』における重要な章立て 116
 - (一) 「道の道とす可きは」(第一章) 116
 - (二) 「道は沖にして」(第四章) 117
 - (三) 「虚を致すこと極まり」(第十六章) 118

- (四) 「孔徳の容」(第二十一章) 119
- (五) 「将にこれを歛めんと欲せば」(第三十六章) 120
- (六) 「道は常に無為にして」(第三十七、四十八章) 121
- (七) 「反る者は道の動なり」(第四十章) 121
- 第四節 『老子道德経』にみる「柔・弱」の精神 123
 - (一) 「上善は水の若し」(第八章) 123
 - (二) 「天下の至柔は」(第四十三章) 124
 - (三) 「人の生まるるや柔弱」(第七十六章) 125
 - (四) 「天下に水より柔弱なるは莫く」(第七十八章) 126

第八章 儒教及び仏教が古代日本の政治、文化、教育に及ぼした影響 131

- 第一節 飛鳥、奈良、平安時代における儒教の影響 131
- 第二節 飛鳥、奈良、平安時代における仏教の普及とその影響 134
 - 第一項 奈良仏教——国家仏教の普及と発展 137
 - 第二項 平安仏教の普及と発展 140
- 第三節 鎌倉・室町時代における社会世相と儒仏の思想 144
 - 第一項 鎌倉・室町時代の社会世相 144

第二項 鎌倉新仏教と儒教 148
第三項 南北朝から室町・戦国時代の社会世相 152
第四項 鎌倉・室町時代における儒仏の動向 153

第九章 古代中国の倫理思想である儒教（『論語』）の教えと柔道に影響した「易」の思想 163

第一節 孔子の幼少期の概略とその後の活躍 163
第一項 孔子の出生と青少年期 163
第二項 孔子の儒教普及における活躍 164
第二節 『論語』における「道」の思想 167
第一項 『論語』における「道」とは——その概略 169
第二項 『論語』の章立てにみる「道」の解説 170
第三項 「仁」の解説 176
第三節 柔術の術技に影響した「易」の思想 185
第四節 柔術の「柔」思想に影響した「易」の特性 187

第十章 講道館柔道の「柔」と「道」への歩み 197

第一節 講道館柔道が有する広義的理論（柔の哲理、倫理的・精神的柔の理） 197
第二節 講道館柔道の目的と勝負の理論 203
第一項 柔道勝負理論の重要性 205
第二項 勝負理論の内容 206
第三節 「柔道勝負の理論」から「術技における柔の理」論及び「精力善用」論の成立 207
第四節 「精力の善養」から「精力最善活用」を経て「精力善用」の完成 210
第一項 精力の善養 210
第二項 精力の善用利用 211
第三項 「精力最善活用」——「精力善用」から「道」への歩み 212
第五節 「柔道勝負論」「術技における柔の理」と『老子道德経』にみる類似性・関連性 213
第一項 柔道勝負の理論と『老子道德経』にみる関連項目 214
〔日常の心構えと実践時の要点〕 214
〔柔道勝負の理論——勝負に際しての日常の心構え〕 215
〔止まる所を知れ〕の重要性 216
第二項 「術技の柔の理」と『老子道德経』の類似点 218
・柔の理（一）「柔にして勝つ」 218

- ・柔の理 (二) 「逆らわずに勝つ」 220
- ・柔の理 (三) 「初めに相手が強い力を発揮する時」 221
- ・柔の理 (四) 「初めに相手が強い力を発揮する時、一時その儘にさせ、それに順応して」 222
- ・柔の理 (五) 「一時それを順応させて」 224
- ・柔の理 (六) 「相手の力を利用して、寸分の力を無駄にせず、最小の力で最大の効果を発揮する」 225

第十一章 「勝負の理論」「術技の柔の理」における身体鍛練の意義 233

- 第一節 『老子道德経』と嘉納師範による柔道原論の着眼点 233
- 第二節 柔道の真髄、広義の「柔の理」「自他共栄」 237
- 第三節 柔道原論と『老子道德経』の類似点 242
 - (一) 柔道の精神、術技に関する基本思想——「柔能く、剛を制する(剛に勝つ)」 242
- 第四節 「術技における柔の理」と『老子道德経』に関する筆者の検討 244

第十二章 総括 251

- 第一節 講道館柔道における「柔」と「道」の思想 251
 - 第一項 『老子道德経』が柔道の「道」の思想に与えた影響 252

- 第二項 柔道における「術技の柔の理」 256
- 第三項 柔道の「術技の柔の理」にみる『易経』や儒教の影響 257
- 第四項 徳川期の柔術各派における「柔」と「道」の表現 257
- 第二節 「柔道」と命名した理由 258
 - 第一項 「道」の思想 258
 - 第二項 「柔」の精神 264
- 第三節 宮本武蔵『五輪書』と『老子道德経』の共通点とその撰理 268
- 第四節 歴史上の聖人たちと嘉納師範の理念 272
- 第五節 古代ギリシア哲学者・プラトンの「運動の美」と嘉納師範の倫理哲学思想 275

本書は令和五年十一月に逝去された著者の遺稿を書籍化したものです。制作に際しては、明らかな誤記の修正や、記述の重複箇所を整理するなど一部に改変を加えましたが、故人の意向に添うよう極力遺された原稿に則った編集を心掛けました。

なお、本書刊行にあたって、筑波大学名誉教授・浅見高明先生、および著者の甥にあたる芳賀右幾様に多大な御尽力を賜りました。茲に篤く御礼を申し上げる次第でございます。

(雄山閣編集部)

序章 嘉納治五郎師範による柔道創設と人間形成論

嘉納治五郎師範は、徳川時代の万延元年（一八六〇）十月二八日、現在の神戸市灘区御影町にて出生。飛鳥・平安時代からの名家で酒造業を主とする裕福な家庭に、父は嘉納次郎作希芝翁^{まれしばおち}、母定子夫人との三男として生を受けたのである。

嘉納師範は幼少期（七歳時の頃）から儒学（論語）の勉学に取り組み、次いで書道にも精力を示し、十一歳頃からは英語塾に通い、一日も休むことなく、硬学習の猛烈な勤勉少年へと成長していった。

高校期相当の十六歳時からは、儒学の四書五経をはじめ、多くの関連図書の読書、及び暗唱に拍車をかけ、同時に英語においても、訳・作文・会話にと、より高度な学習に精力的に取り組んだのである。

しかしながら、明治維新の当時の世相として、学業の成績では最優秀の成績を保持し、何ら劣るところは全くないにもかかわらず、身体の優位なものが我が世の如く、威風を流していることに非常に大きな苦悩と義憤を感じるようになっていった。

十八歳となり、東京大学への入学を果たすと、この不適切な気風を打破すべく、その上、柔術こそが我が国の伝統武術文化財であることを強く認識するに至り、初めに天神真楊流柔術を、三十一歳からは徳川

幕府講武所の主要武術であった起倒流柔術を学び、武術的、護身術的技術や、体力の強化に鋭意努力を重ねたのであった。後に両流派の長所を取り入れ、また、他流派の柔術研究も続けて、明治十五年、「柔術」から新しく「講道館柔道」を創設し、「術」から「道」への大変革を果した。

「柔」と「道」の文字を用いて、「柔道」という名称にしたのは、「柔」については、安土桃山時代早期に、それまでの戦場組討の技術を「柔術」と命名した関口（新心）流柔術の初代流祖「関口氏心」の努力があった。関口流祖は紀元前から伝わる東洋思想、すなわち、古代中国の道徳思想である『老子道德経』に示される、「柔」の精神を尊重し、「柔術」と命名したとされる⁽¹⁾。

この思想は徳川時代、多く柔術流祖や流主等からも支持され、組討は柔術と改称され、すべての流派が「柔」の精神哲学を尊重したのである。

嘉納師範は改めてこの老子の「柔」の精神を尊重すると共に、徳川期の柔術各流祖、流主の古人の「心」に感謝の念と偉大な努力に尊敬し、加えて、師範特有の「柔」の思想を用いたのである。すなわち、嘉納師範による講道館柔道は、単に、素手、または短かき武器を持つ場合の武術としての技術を学び得るものではなく、嘉納師範の独自の思想により、日常を生きる生活上の規範や人間としての道徳や倫理を学ぶ「道」への修行と位置づけたのである⁽²⁾。

嘉納師範の思想とする「道」について、東京大学教授寺田透氏は、名著『道の思想』の中で、明治二十二年（一八八九）、大日本教育会での嘉納治五郎師範の講演に触れ、なぜ柔道と呼ぶのか、何故、講道

館という名を冠したのかについて、次のように明快に述べられている⁽³⁾。

すでに見て来たように近世、いくつかの武藝、技藝がその実際にたずさわる藝に「道」の語をつけ、それを一つの特立する、権威ある世界、部門として立てようとしてきたのは事実だが、それらはいづ、誰が何々道の名をつけたのかの確証がない。ところが、嘉納治五郎は、それを意識的にやった。

かれの言うところが、近世中葉の「道」にどんな形でか色合いでか照明を当てることを予想するのは、理不尽ではない筈だ。

五輪書の今見た件りでも「術」と「道」のかかわりにわれわれは近づいたが、嘉納の場合、それが非常に明瞭な形で上程されているのをわれわれは見ると「道」の定義を激賞している。すなわち、柔から柔道への見事な変遷をなし遂げたことを示している。

と「道」の定義を激賞している。すなわち、柔から柔道への見事な変遷をなし遂げたことを示している。本書はこの答えを本文で示しているものである。

嘉納師範は「講道館柔道の早創期の明治十五年から二十年前後に至り、遅くとも二十五年頃までの間に技術大系はほとんど完成の域に達した」といわれた。

他方、この時期は徳川時代の流れを受ける古流柔術流派の挑戦が二回行なわれ、十五人制で、一、三の引き分けはあったが、それ以外は全て勝利し、圧倒的な結果を示したのである⁽⁴⁾。

講道館柔道はその後において、若者にはもちろん、国民に爆発的に自信と勇氣と感動を与え、入門者の

激増を来たし、発展に続く発展を重ねていった。日本全体が文明開花の時代でもあり、その氣勢に大いなる弾みが生じたのである。

嘉納師範は柔道を学びたいと熱望する入門者に対して、講道館柔道の技術的指導について、柔道の基本原理として「柔の理」（柔道の技術的理論「柔道の理合」とも言う）を中心として、柔道の修行は身体の訓練、鍛練から入り、次第に高度な柔道理論や精神的真髓を理解させるといふ手法をとった。嘉納師範は最終的に、「道」の意義を理解させ、会得させる為には、柔道という身体訓練、身体鍛練から入ることを主導したのである。

ここで、筆者は時代を遡るが、鎌倉新仏教界の英僧・名僧といわれた道元禪師（曹洞宗開祖）の「悟り」について触れておきたい。

道元禪師は十三世紀頃、後鳥羽上皇の院政が開始された頃（約一二〇〇年）、京都の貴族の子息として出生した。詳細は不明であるが、後年の考証によれば、実父は土御門天皇の内大臣であり、実母は藤原基房の娘三女伊子との説がある。しかし、父には生後二歳で、母とは七歳にして死別し、十三歳で出家し、比叡山に入り、その後、栄西禪師（臨済宗）に学んだ。

道元禪師独特の仏教における「悟り」を会得する方法は「只管打座」であった。

この座禪の方法は座位をとり、背骨を床に垂直に保持し、微動だにせず、相当な時間維持し、心は無空にして放下することを繰り返す。身（肉）体は限界以上の訓練であり、精神的にも限界を超える修行であった。

道元禪師の著書に『正法眼蔵』がある。その一卷に「身心学道」があり、その一節は、「身学道」であり、身（赤肉団）にて学道するなり。身学道とは、身体で学習すること、肉体の学道と示されている。

身体は学道から来るものであり、学道から来るものはいずれも身体であるといい、「只管打坐」という内体の修行を行なうことは、身体への経験、体験、または身体の鍛練を通して、その中から「道」を学ぶのであると説得している。先ず、身体の鍛練を先に行ない、それによって心の悟りが得られることを強調している。

正に嘉納師範も同様の思想を述べ、門人たちを鼓舞したのである。

講道館柔道の確固たる倫理的、哲学的思想が構築されたのは、大正十一年（一九二二）の講道館文化会の時であった。師範が講道館柔道を創設し、ひたすら指導を開始した時から思考を継続し、約四十年の歳月を要した上での発表であった。

この時、嘉納師範が発表されたのは、講道館柔道の思想を総括した柔道の真髓の表明であった。すなわち、講道館柔道は人間形成を目指し、「道」を追求していくものであること、そのために「柔の理」を基盤理論とする「精力善用」論と、より高度な精神倫理思想の「自他共栄」論を柔道の精髓として発表したものである。

昭和の時代に入り、高齢となった嘉納師範は、最終的に世界平和、国際友好、戦争放棄、人種差別の撤廃などを強く主張し、同時に、昭和十五年（一九四〇）の第十二回のオリンピック大会を東京に招致すべく、日本の主席代表として努力され、昭和十三年の三月、エジプトの首都カイロでの第三十五回国際オリ



嘉納治五郎師範
(国立国会図書館「近代日本人の肖像」より)

ンピック委員会（IOC）総会に出席して、めざましい活躍を果し、アジア地区初の東京大会開催の決定に成功した事は、当時の日本の宿願であり、最大の国際貢献であった。しかし、その帰途、バンクーバーを出航し、洋上にあった日本郵船氷川丸船上において急性肺炎となり、幽明境を異にされたのであった。正に我が日本においては「巨星落つ」の事であった⁹⁾。

明治時代から昭和時代にかけて、日本の教育界にあり、東京高等師範校長や東京文理科大学の学長として、多大の功績、業績を重ね、他方、講道館柔道を創設し、日本人ばかりでなく世界の柔道愛好者において、柔道による人間形成をはかり、世界平和の為に誠心誠意の努力がなされた七十九歳の人生であった。

本書は、日本を代表する教育学者、嘉納師範の思想を探究し、同時に人生の軌跡を探訪し、二十一世紀を生きる青少年の指針として役立つことを念願している。

序章【註】

- (1) 桜庭武『柔道史攷（復刻版）』第一書房・一九八四年・四九頁
- (2) 丸山三造編『大日本柔道史』講道館・一九三九年・五四頁
- (3) 寺田透『道の思想（叢書身体の思想1）』創文社・一九七八年・一三四～一三五頁
- (4) 嘉納先生伝記編纂会『嘉納治五郎』講道館・一九六四年・三四五～三四六頁
- (5) 秋月龍珉『道元入門』講談社・一九六七年・一二頁
- (6) 『道元入門』一一五頁
- (7) 『道元入門』一三四頁
- (8) 『嘉納治五郎』三三五～三三七頁
- (9) 『嘉納治五郎』六三〇頁



著者 芳賀 脩光

◆著者紹介◆

芳賀 脩光 HAGA Shukoh (ハガ シュウコウ)

講道館柔道八段・筑波大学名誉教授・教育学博士（東京大学）

〈略歴〉

1940年（昭和15年）9月18日福島県生まれ。福島県立磐城高等学校在学時より本格的な柔道修行に入る。
1960年 東京教育大学入学、同大学柔道部に所属。大学1年次より講道館特別研修生に選抜され、大学2年次には四段に昇段する。
1963～1964年 東京教育大学柔道部主将を勤め五段に昇段。講道館特別研修生も継続し一般練習者への指導を担当した。
1964年 順天堂大学体育学部助手、同大学柔道部監督。
1964年 東京オリンピック柔道競技本部役員を勤める。
1968年 東京工業大学工学部助手、同大学柔道部監督。
1969年 東京大学大学院教育学研究科修士課程・博士課程に進学、スポーツ医科学

および運動生理学を専攻。

1969年には講道館国際部指導員となり、1972年以降は全日本柔道連盟オリンピック強化委員会体力強化コーチとして指導の第一線を担当する。

1972年 講道館柔道科学研究会委員。

1975年 名古屋工業大学工学部専任講師、同大学柔道部監督。

1975年 外務省・国際交流基金派遣日本文化（柔道）国際親善使節団団長として中南米6ヵ国を親善訪問。現地柔道指導者の昇段審査、模範演技、形の指導、技の解説などの指導を行なう。

1977年 筑波大学（体育科学系）助教授 兼 国民体力特別プロジェクト研究員。

以後、柔道の科学的研究に邁進するとともに、ヒトの老化予防に対する運動の効果について研究する。

1985年 日本体力医学会評議員。

1990年（平成2年）9月 東京大学より（教育学）学位を授与される。

（博士論文「有酸素性作業能力のトレーニングの可能性：各種身体特性を有する人々を対象として」）

1991年 筑波大学教授。

1997年 日本武道学会理事（1997～2007年 柔道専門分科会会長）。この間、国際柔道学会にて多くの発表者の指導にあたる。

1999年度 厚生労働省「老人保健強化推進特別事業賞」受賞。

2003～2005年 日本運動生理学会理事長、2006～2008年 同学会会長。

2004年 筑波大学名誉教授。

2005～2006年 日本体育学会副会長。

2006年 帝京平成大学教授、2007年 郡山女子大学教授、2009年 日本橋学館大学教授、2010～2018年 公益財団法人モラロジー研究所特任教授などを歴任。

2008年 警察庁関東管区警察局「局長賞」「地域安全・安心特別功労賞」受賞。

2015年 日本運動生理学会「学術功労賞」受賞。

この他、日本健康医学会理事、日本体力医学会評議員、日本パワーリフティング連盟副理事長、全日本高等学校パワーリフティング連盟理事長などを歴任した。

2023年（令和5年）11月27日逝去、享年八十四。

〈主な編著書〉

『柔道のトレーニング』（共著・1974年・大修館書店）、『図解 成人病に勝つ運動百科』（1983年・主婦と生活社）、『有酸素運動のトレーナビリティ』（1990年・真興交易医書出版部）、『トレーニング生理学』（共編・2003年・杏林書院）、『生活体力 健康長寿のキーワード』（共著・2004年・日本放送出版協会）、『生活体力を高めるエクササイズ』（2006年・日本放送出版協会）、『健康長寿力チェックノート 老いないための「心と体」ケア』（共著・2008年・日本放送出版協会）、『からだづくりのための栄養と運動』（共著・2011年・ナッパ）、ほか執筆論文多数。