

2. 柔道乱取の歴史について

—起源とその後の発展—

筑波大学 藤堂 良明

2. The History of *Randori* in *Judo*: the Origins and Development of *Randori*

Yoshiaki Todo (Tsukuba University)

Abstract

Where did *randori* (a way of practicing *judo*) come from? It is generally believed that Jigoro Kano developed it, but is that true or not? Examination of both the origin and development of *randori* yielded the following results:

1. One of the precursors to *randori* was *kitoryu-midare*, founded by Sensai Ibaragi, who was active during the days of Iemitsu, the third Shogunate of the Tokugawa era. Sensai Ibaragi placed a high value on agile motions in *kitoryu-midare* which he named *tai*, *sha* (throwing techniques), and *uke*.
2. *Randori* evolved as practice methods changed. An example is *nokori-ai*, a method of practice in which *uke* attacks *tori* unless *tori* succeeds in throwing *uke* in *kata-geiko*. Seibei Suzuki, the fifth master of *kitoryu* at the end of the Tokugawa era, originally used the term *randori*, and *randori* became the common method in *kobusho*.
3. *Tenjin-shinyo-ryu*, a style of *jujutsu* popular in the Edo era utilized *randori* as well as *kitoryu*. There were sixteen techniques including *nage waza* and *shime waza* in it. Because the uniform for practicing *jujutsu* had very short sleeves, techniques like *seoi nage* and *harai-goshi* could be practiced, where *tai-otoshi* could not be performed.
4. Jigoro Kano, the founder of *judo*, lengthened the short sleeves of the *jujutsu* uniform with the idea of increased safety. This improvement enabled Jigoro Kano to widen and vary the number of offensive techniques. For example, more *te-waza* and *ashi-waza* could be applied as there was more opportunity to off-balance an opponent with longer sleeves.

With grappling techniques, Jigoro Kano invented a new method of practice in which the students started by facing each other on the ground.

Jigoro Kano was not satisfied with *randori* in which students showed more strength than skill, and he insisted on *randori* with technique and agility.

Thus, looking back at the development of *randori* from the Edo era up to today, the lengthening of sleeves by Jigoro Kano stands out as a major improvement. After that time, *randori* became a major influence in a revolution of technical development.

I はじめに

柔道の練習方法には二つの形式がある。一つは形による仕方であり、他の一つは乱取による仕方である。とりわけ当身や逆技といった危険な技を省き、誰もが自由意志で攻防できるように開発された乱取は、柔道の世界的普及につながったといえるだろう。この乱取は一般的には、明治15年に講道館柔道を創始した嘉納治五郎師範が初めて創作したものといわれている。しかし『柔道史攷』で有名な桜庭武は「乱取が大いにその価値を認められ奨励されたのは、安政年間にできた幕府の講武所においてであったろうと推察される¹⁾」と記しているし、嘉納も自ら乱取の起こりについて「何年からということは明らかに分からぬが、自分らの師匠の二、三代前位からのことではないかと思う²⁾」と記し、乱取は柔術時代にも存在していたと説いている。しかし乱取の詳しい起源については、はっきりしていない。

そこで今回は、柔道乱取の起源及びその歴史について、次の三つの点から見ていこうと思う。第一に歴史上初めて乱取の「乱」の名称を使ったのは誰であったのか。その後起倒流柔術において、乱取の考え方が如何に捉えられ発展していったのか。第二に嘉納が学んだとされるもう一つの柔術流派、天神真楊流には乱取があったのだろうか、もしあったとすれば如何なる内容のものであったのか。最後に講道館柔道になってからの乱取の方法とその変遷について、近世の柔術伝書類や嘉納の著述、及び昭和期に書かれた柔道書を基に考察を加えたいと思う。

II 起倒流柔術の乱取について

歴史上初めて乱取の「乱」の名称を使ったのは誰であったのだろうか。徳川家光の頃に柳生新陰流の伝書に『乱のこと又左衛門工夫の目録』として「起倒流乱目録」がある。又左衛門とは、起倒流柔術開祖の茨木又左衛門専斎のことであり、寛永十四(1637)年に書かれたこの伝書には、次のように記されている。

「体直ぐなるなるにより、勝ある心なり。出て入る心持、車、敵に従いまわり居る身すぐなり、請拍子いきの大事。右の三つは体と身拍子と心の請けと、この三つの稽古をいう。前後左右、立っていても座っていても同意である。三つの碎きを裏という、わぎ多きなり、稽古なり。³⁾」とある。つまり茨木専斎の編み出した起倒流乱の「乱」は、今日の柔道の乱取の乱につながるものであり、体と車と請を基本に前後左右の動きや、反撃技までも認められていたのである。特に体とは今日の自然体のことであり、車とは回転技のことであり、古くから「乱」では、姿勢と自在な動きが大事であったことを物語っている。茨木専斎は技として体、車、請、前後、左右を基本に、次いで行連、行違、行当、身碎、谷の五種を「奥」、さらに外物として取合、引落、後詰、責、嵐、風車、楯合、拔身、生捕縄、坂、橋、水中、船、馬上、の十五所作に至るように構成した⁴⁾。ただ五つの基本の他は、生捕縄や馬上等、危険な技も多く今日の自由乱取とは余程違っていたものと

思われる。

ところで起倒流では二代吉村扶寿すけながの時に、表の形として体、夢中、力避、水車、水流、曳落、虚倒、打碎、谷落、車倒、鋳取、鋳返、夕立、滝落、の十四本、裏の形として身碎、車返、水入、柳雪、坂落、雪折、岩波の七本、又併せて小尻反、柄取、諸手取、二人捕、四人詰、戸入、鎧組、居合、早縄、中が作られた⁹⁾。こうした所作のうち、起倒流で最も重視されたのは表十四本、裏七本の「形」であった。この二十一本の形は鎧組討の形であり、また「当はいかほどの大力にても手一つの力也。投は敵の五体を以てする故甚だつよし⁹⁾」とされ、当身技よりも投技に重きを置いていた。そしてこの表十四本については「すべて十四形は本を務の意にして、我本体を堅固になし、手足屈伸進退を練せしむる形也⁷⁾」と記され、本体という押されても引かれても動じない姿勢を作るにあった、と説かれている。またこの本体は、後の講道館柔道の自然体につながっていくものであった。

ところでこの「形」の稽古中に、形を取る者（取）と形を取られる者（請立）との間に、次のような関係が生じてきた。徳川十代将軍の頃、宝暦十四年（1765）に書かれた起倒流『燈下問答』には「十四形の修行に、請立の残ると残らぬという事有り。残らぬ道有り哉⁹⁾」と記され、十四の形の修行中に請立（形を取られる人）の残ると残らぬということがあがるが、残るといのは如何なる道理か、との間を発している。これに対する答えとして「其道を論ずる事当流の本意にあらず。唯取形をする人、請立の人、同気になりてともに己を磨く分也。然共、折々其残るべき道理を見て勝気を制し、偏倚するところを顕し虚実を知らず取形也。一つの技を直す事一つの技を直すにあらず。一を以て一鉢を本性に至るの導也⁹⁾」と記され、形の修行の際に、請立（受）は形を取る者（取）の技が本当に利かぬうちは倒れぬ、又取る方が幼稚な未熟な取方をすれば、取られる方からかえって攻撃を加えるということであった。こうした稽古が江戸中期に起倒流では行われ、後に嘉納は「昔は柔術の練習は形のみによったものであるが、維新の少し前から残り合いということが行われ、それが発達して乱取というものが出来たのである¹⁰⁾」と記しているように、「残り合い」つまり「請立の残る」が発展して乱取が生まれたといえよう。

ところで、「はじめに」で述べたように、乱取が実際に行われたのは、嘉納の師匠の二、三代前位であった、とされている。そこで起倒流の系図を見ながら、乱取を実際に行ったのは誰であったのかを推測してみることにする。

これによると、嘉納の師は飯久保恒年であり、飯久保の師には二人おり、一人は幕府講武所柔術師範の鈴木清兵衛邦通であり、もう一人に竹中鉄之助くになかがいた。鈴木邦通は鈴木邦教の子であり、鈴

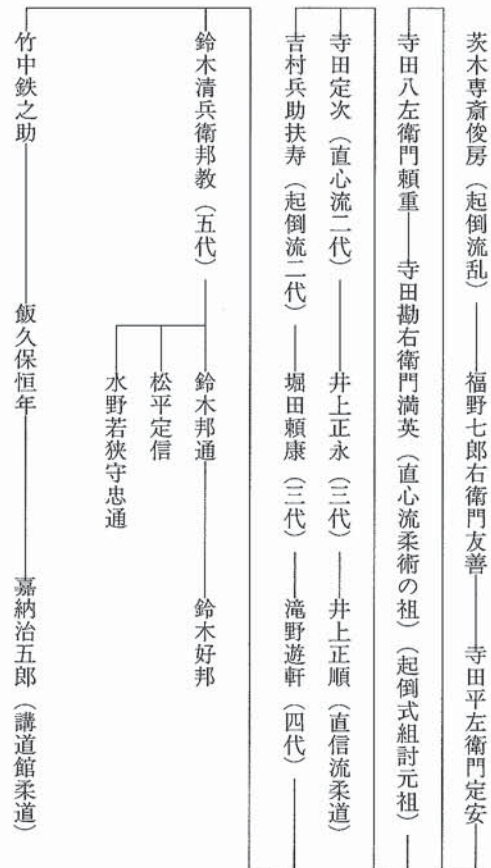


図1 起倒流の系図

Fig. 1 Genealogy of Kitoryu-Jujutsu.

木邦教は「乱取と見られるべき方法で松平定信を導いている様子が『御行状起料』なるものに見られる¹¹⁾」とすると、乱取は起倒流五代の鈴木邦教により正式に始められた考えられる。又一方、飯久保の師の竹中鉄之助も『起倒流組討心持目録』の中で「常々乱稽古の時浮木の如く身をつかふべし、敵に向かい胸騒ぎすることあり、よく心を沈緩と息をつき取蒐へき組時息を込勝て後込たる息をつくより早残心して後を詰ること安閑無事の極と思稽古すること肝要也。是は稽古の格也¹²⁾」と記し、乱稽古なる語を使用し、乱取の意味で使っている。

幕末になると、日本近海に外国船が頻繁に現れるようになり、それに対する国防力増強のため、安政三年（1856）に幕府は武士の子弟教育のため講武所を開設した。安政三年の講武所師範を見ると、砲術十六名、剣術十四名、槍術十名、弓術一名、柔術二名がいた。この時の柔術師範に鈴木清兵衛邦通がいた。翌年には、柔術形教授方として大久保久太郎、同世話心得・村山栄蔵、同乱取世話心得・中条金之助の名がみられる¹³⁾。この年の講武所の中に、乱取世話係が置かれていたことは注目し得る。このことは「乱取が大いにその価値を認められ奨励されたのは、安政年間に出来た講武所においてであったろうと推察される。その理由は講武所にては剣術等盛んに行われたのであるが、講武所では試合稽古の方法を採用している。そして形稽古と試合稽古では結果に格段の差がある。形稽古は到底試合稽古に及ばぬと考えられていた。それが同じ場所で同じ主旨のもとに練習される柔術に影響せぬはない。そんなことで柔術に於ても、形による修行よりも乱取による修行が中心的位置を占めるようになってきたろう、と想像される。¹⁴⁾」とされ、講武所では柔術に於ても、形よりも乱取を採用したものと思われる。

こうしてみると、起倒流乱の「乱」は乱取の萌芽といってよく、その後十四形の稽古中に「請立の残る」つまり「残り合い」が次第に乱取へと移り、鈴木邦教、邦通父子の頃から乱取が正式に登場した。そして幕末講武所において盛んに乱取が行われたといえるだろう。

III 天神真楊流柔術の乱捕について

比較的乱取が行われ、嘉納が学んだとされる幕末期に出来た天神真楊流柔術を見てみよう。天神真楊流は、磯又右衛門正足（1786～1864）が楊心流と真神道流を学んで作ったものである。諸国遍歴中、近江草津で百余人の武頼漢と争い「此時初めて当身の事を発明し、真当を請る事を工夫して、常に当を用いて修行し¹⁵⁾」両流を合して一派を立て、手数百二十四手を定めた。百二十四手の内訳は次の通りである。

- 手解十二手—鬼魔。振解。逆手。逆指。片胸捕。両腕捕。小手返。両手捕。気捕。天倒。扱捕。打手。
- 初段居捕十手—真之位。添捕。御前捕。袖車。飛違。抜刀目付。鑑返。両手捕。壁添。後捕。
- 初段立合十手—行違。突掛。引落。両袖捕。連拍子。友車。衣被。禁投。手髪捕。後捕。
- 中段居捕十四手—真之位。手巾捕。左胸捕。右胸捕。御前捕。袖車。飛違。抜刀目付。奏車捕。柄止。膳越。両手詰。左右シ曲。引立。
- 中段立合十四手—行違。向山影。後山影。腰付。小手返。頭捕。連拍子。廻込。柄碎。掃投。壁添拒。腕挫。諸別。大小捕。
- 投捨二十手—鐘木。刈捨。朽木倒。腰車。横車。片胸捕。手髪捕。小具足。腰刈捨。独钻。小手返。引落。手操。捨身。下り藤。腕緘。矢筈。両手捕。両柄取。後捕。
- 試合裏—試合口三手。別崩三手。横車崩三手。突込崩三手。真之位崩三手。居別崩三手。袖車崩三手。裸体崩三手。
- 極意上段立合十手—蹴返。面影。諸手碎。杉倒。大殺。浪分。猿猴附身。手拒捕。両非。天ぐ

勝。

○上段居捕十手—後鎖。後鎖。後捕。片羽縮。矢筈。突掛。無二剣。見刀曲。竜虎。暫心見附。この百二十四本の技は殆ど当身と逆技で占められており、稽古も「形」でのみやられたものであった。しかし、天神真楊流伝書『柔術極意教習図解』には、百二十四の技名の記載の最後に「乱捕」の項が設けられ、次のような十六の技が記載されている。この技を分類すると次のようになる。

○手技—小手引。背逐技。

○腰技—拂腰。腰技。腰技の入掛。腰入のケゲロ（釣腰）。股拂。相方の位捕

○足技—すくい足。足拂

○捨身技—捨身捕

○締技—胴締。ハダカ締。締込。強身締。

○関節—腕引（腕挫十字固）

こうした技には、後の講道館柔道の五教の技に含まれる幾つかの技の原型がある。また「乱捕」という名称には、乱れ捕りの意味があったものと思われ、天神真楊流の独特の使い方といえよう。ただ当時の柔術着は上衣も下ばきもともに短いものであった。そのため、袖をとっての引き手が利かず、体を密着させての腰技が多く、体落のような手技は施せなかったと考えられる。

なお、乱捕の際の心持として『当流大意録』には、次のような点が指摘されている。稽古の際の力の扱いについては「力を一向に嫌うにあらず。たとえば力のある人と力のなき人と同位に上手にいたれば、力の有にしくはあるべからず。然共、業未だ熟せざるに力を用ゆれば、心体石のごとくに成て、其流儀の業を覚ゆること成しがたきなり。先気の扱と力の扱との差別をいわば、業をなすところかろくやわらかにして、すらりとこだわりなきを気の扱といふて、好み用るなり。おもく剛気いたる気を、力の扱いとしては是甚しく嫌うなり¹⁷⁾」と記され、業が熟さぬうちに力ばかり付けると固くなるから、気の扱いといって、柔らかく自在に業を施せるよう工夫せよ、と説い

園 之 投 逐 背

圖 之 捕 位 ノ 方 相

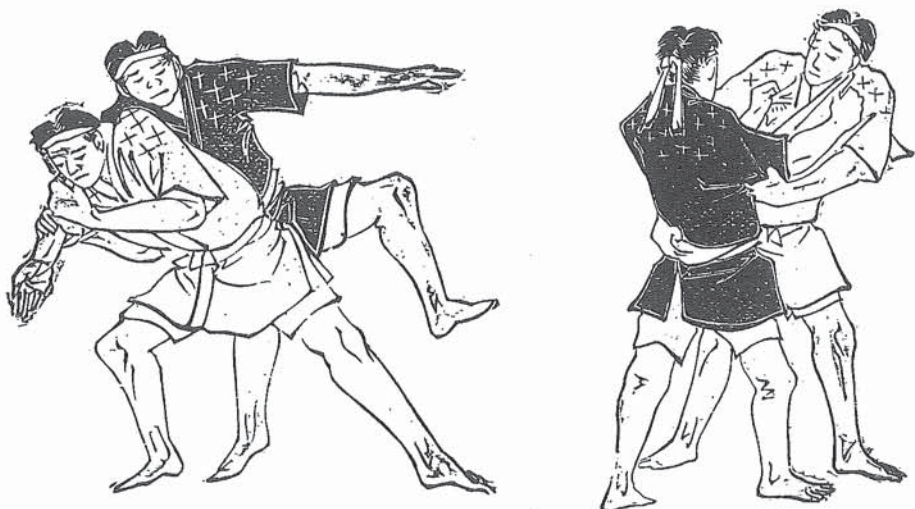


図2 天神真楊流柔術の乱捕

Fig. 2 Randori in Tenjin-Shinyo-ryu Jujutsu.

ている。姿勢については「人を倒にも投るにも、手のひらの石を大地に打込ごとくの心持、是気のはなれならずや。前体敵に向ふに歩行でも前ゆかず。ふみ止りても止まらず、形は柔にして肩を足の指先に納、気を付ければ臍下が満る也¹⁸⁾」と記され、「真の位」という姿勢が重んじられた。また投げに際しては「人を折るも投るにも、我身の矩守なり。先左の手にてつるには右の手足に心付、投るにも右の足ならば左守べし。向ひ行に直に行気を敵の身隅にかかる。敵に見せぬ心の向背なり。人の形は角なれば、其隅其隅へ投を専と修行いたすなり。息あらくしては勝事がたし¹⁸⁾」と記され、自分の真の位を守りながら、相手を隅へ隅へと崩して投げるようにせよ、と説かれている。

これまでは「嘉納師範は若年の頃天神真楊流と起倒流を学んだが、とりわけ起倒流に傾倒し、講道館にもその流儀の精神を多く取り入れてある²⁰⁾」とされてきたが、天神真楊流にも、乱捕なるものがあつたことは注目に値するだろう。さらに乱捕で使われた十六本の技は、講道館柔道の五教の技と大変似ていることから、天神真楊流の技の講道館柔道への影響は大変大きかったといえるだろう。

Ⅳ 講道館柔道の乱取とその方法について

嘉納師範は、起倒流と天神真楊流柔術を学び、さらに他の柔術諸流の長所を取り入れて明治十五年講道館柔道を創始した。天神真楊流の方は、幕府講武所で世話心得（助教授格）をしていた福田八之助に乱捕と形の両方を習った。一方、福田死後は起倒流の飯久保恒年に教えをうけた。飯久保には主に乱取の教授を受け、次の様な乱取の奥義を体得した。「多分明治十八年の頃とおもいうが、ある日のこと、先生と乱取をしていると、自分の投げがよくきく。これまでは随分先生から投げられたのに、その日はこれまでと違い、不思議にも先生からは一本もとられず、しかも自分のかける技が誠によくきく。一体先生は起倒流であるから投技の名人であつて、平素自分はよく投げられたのである。然るにその日は本当に珍しい結果を見たのである。これは全く、自分が相手の体を崩すことを研究して自得した結果であつたのだ。是までもなるほど崩しもした、又動きを見ることに苦心もしたが、崩すということに特に集中して、まず崩して後、技をかけること、之をてつとうてつび実行したのである。他日講道館において、六方の崩し、或は八方の崩しということを教えたが、この研究からである。²¹⁾」と記し、乱取において、相手を崩すことの大切さを体得したのである。

嘉納が天神真楊流と起倒流柔術を学んでいた頃は「最初はまず形の稽古をし後に乱取の練習をすることが常であつたが、講道館を開き教えるようになると乱取から始める²²⁾」ことにした。講道館柔道の乱取における嘉納の工夫は次の四つの点にまとめられるだろう。

①起倒流の中でも野田派や楊心流は乱取をやっていたが、その組み方は相手の腋下に手を差し入れる、多少自護体であつた。この自護体に組んだ場合は、施せる技が腰技とか捨身技に限られてしまい、足技、手技は容易に施しえなかつた。そこで講道館柔道においては、袖と襟を持ち、間合いを持った自然体の組方にした。

②柔術の指導法は、数をかければ判るだろうという体験体得主義で、学理的説明はあまり無かつた。しかし、飯久保恒年との乱取中に崩すことの大切さを知つた嘉納は、崩しと作りと掛けの合理的な指導法を編み出した。

③柔術時代の稽古着は上着は肘がでるほど短く、下ばきも膝が出るほどの短いものであつた。そこで講道館では、怪我を少なくし、どこを持ってでもなげられるようにということで、明治十九年頃には、袖が肘を越える長い柔道着にした。そして明治40年には、下ばきは膝下三寸（約10セ

ンチ)と定められた。

④固技では「古流柔術が相手を腹這いにして手の関節をとって極めていたのに対し、講道館柔道では互いが向かい合って攻防できる²³⁾」ようにした。こうしたことにより、体育の面でも効果を増し、精神的にも入り方や逃れ方といった面でいろいろと考え工夫させるようにした。

しかし、時がたつにつれ柔道乱取の仕方が崩れていった。その理由の一つは「柔道奨励のためには勝負を争わしめるが便法であるが故に、月次勝負或は紅白勝負を行って、修行者を励ましたということをあげなければならぬ。もとより勝負をさすには或規定のもとに審判をせねばならぬ。いつも師範が審判をする訳にもいかぬ。ましてや師範以外の種々な人がする際には、余り複雑でない、簡明なる規則に遵ふようにしなければならぬのである。そういう規定によって勝負を決するということになると、自然規程に泥むの弊として、勢い理想的の進退の姿勢とか、こなしとかということに遠ざかっていった²⁴⁾」と記している。またもう一つの理由として急に柔道が普及して、多数の人が稽古をするようになったが為「善い正しい方法で乱取を教える資格を有する者が欠乏したということを挙げ得る。此指導者欠乏の為、結局、修行者中本当の方法を習わず、互いに振じくりあいをする場合が生じ、講道館創設当初の乱取の仕方が十分には伝わらずに、力と力をねじあい、本当の方法にかなわない乱取がふえてきた²⁵⁾」と記し、指導者が不足し、力と力で振じくりあいをする柔道が増え、正しい乱取の方法とかけ離れてしまった、と説いている。

そこで再度、嘉納は体育と勝負の立場から、乱取のあり方について次のような注意を促した。

第一に「人が殊更でなく、自然に立っている時の姿勢が基本でなければならぬ。この姿勢は一番変化しやすくまた疲れな姿勢である。乱取の時は互いにこの姿勢をもって相対すべきである²⁶⁾」と記し、自然体の姿勢を重んじた。

第二に「乱取は体育としても武術としても、その目的に適うように練習せねばならぬのであるから何時対手が打ってきても突いてきても、敏速に身体をかわすことが出来なければならぬ。それには身体を重く沈めず、軽妙に動かし得るようにしていなければならない²⁷⁾」と記し、武術の点からも、相手の打突に対して軽妙に進退動作が出来るように説いている。

第三に「乱取を体育という方面から考えると、右利きのものは右のみ、左利きの者は左のみというふうに偏した身体の使い方を戒めなければならぬのみならず、また積極的に身体の各部をなるべく普遍的に動かすように技の選択にも注意しなければならぬ²⁸⁾」と記し、左右どちらでも技を施せるようにせよ、と説いている。

このように、体育の立場からは身体の凝り固まることなく、自在かつ敏捷にしかも強くなることを期し、勝負の立場からは、咄嗟に突いたり技を掛けられても巧みに動作しえることを求めたのである。要するに、講道館柔道は体育法として危険な技を省いて乱取を編み出したが、やがて軽妙自在な進退動作が少なくなり、再び武術の立場から、打突を受けても敏速に対処できるような心構えを乱取時にも持つように、と啓蒙していったのである。やがて昭和に入ると、修行者は増大し、乱取も益々盛んになっていった。永岡秀一らは乱取の際の心構えとして、次のように説いている。自分より強い者と稽古する時は「気の働き、体の働き、進退掛引など、専ら気力をつくし常に先を致す所を修行せよ²⁹⁾」と記している。自分と同等の者と稽古する際は「気で押されないように、真剣な気分で慎重に構え、ここと見込む所は死生を顧みず、踏み込み技をかけることが大切である。しかし五角の者は余り長時間やってはいけない。それは長時間やれば氣勢が薄くなり、惰気を生ずる恐れがあるからである³⁰⁾」と記している。また自分より力の弱い人とする時は「相手の位に従い、権衡を失わず、相手の鋭気を助け、かつ己の技を習うを要す。権衡とは相手の巧拙によりて胸中に軽重を考え定め、恰も天秤の平かになるが如き調子の相気をいう。この調

子を離れざるようにして、待ひ引立てざれば、後学の人の益を得ること少なし³¹⁾と記し、相手を引き立てながら稽古せよと説いている。こういった一部識者の三様の練習の仕方についての論も、結局は乱取は、自然体の構えから気力を充実させ、力づくでなく軽妙自在に技をかけ合い、臨機応変の能力を養うことにあったといつてよいだろう。

V まとめ

①徳川三代将軍家光の頃、茨木専齋は起倒流乱を編み出した。茨木は体と車（回転技）と受及び前後左右の動きを重んじており、起倒流乱の「乱」は、乱取の初期の形態であったといえる。

②起倒流柔術では江戸中期になると、形を稽古する際、取の技が利かない時は、受は倒れず逆に攻撃を加えるといった「請立の残る」つまり「残り合い」が行われ、やがてこれが乱取に発展した。幕末の起倒流五代目、鈴木清兵衛邦教から乱取の語が使われ、講武所では乱取世話係まで置かれ、乱取がかなり行われていた。

③幕末に作られた天神真楊流柔術にも、投技や締技等十六本を盛り込んだ乱捕があった。技の数、技の内容の面において、起倒流よりも講道館柔道への影響は大きかったと考えられる。しかし稽古着が短かったため、払腰や背負投といった技に限られてしまい、体落などの手技はできなかった。

④そこで嘉納師範は柔術の稽古着を長くすることにより、自然体の組み方と崩しを可能にして、手技や足技も自由に掛けられるように改良していった。また固技もお互いの攻防を可能にするため、向かい合ってできるようにした。やがて修行者が増え、試合が多くなると、力と力でねじあう乱取が増えていった。そこで体育の立場からは、自然体の組み方で体のこなしに留意し、武術の立場からは打突に対する心構えを乱取時にも忘れるな、として軽妙自在な動きを唱えた。その後永岡秀一らは、相手の技量に応じた三様の乱取を行えと指摘し、正しい姿勢から臨機応変に技を出すように説いている。こうしてみると乱取は、江戸時代の柔術にもあったがまだまだ不十分なもので、道着を長くし崩しと作りの原理を持たせ、自由に攻防できる乱取を編み出したのは嘉納治五郎からといつてよいだろう。

参考文献

- 1) 桜庭武, 柔道要義, 培風館, 289頁, 1940.
- 2) 嘉納治五郎, 嘉納治五郎著作集第二巻, 五月書房, 266頁, 1983.
- 3) 柳生三厳, 月之抄 起倒流乱目録, 寛永14 (1637).
- 4) 老松信一, 起倒流柔術について, 順天堂大学紀要六, 28頁, 1963.
- 5) 今村嘉雄, 日本武道全集巻5, 人物往来社, 372頁, 1983.
- 6) 入江康平, 柔術関係資料上巻, 筑波大武道論研究室, 226頁, 1992.
- 7) 渡辺一郎, 武道の名著, 東京コピー出版部, 201頁, 1979.
- 8) 綿谷雪, 続古武道文献の四, 起倒流組打問答, 11頁, 1970.
- 9) 同上.
- 10) 嘉納治五郎, 嘉納治五郎著作集第二巻, 五月書房, 266頁, 1983.
- 11) 桜庭武, 柔道要義, 培風館, 286頁, 1940.
- 12) 竹中鉄之助, 起倒流組討心持目録, 安政5 (1859).
- 13) 今村嘉雄, 十九世紀に於る日本体育の研究, 第一書房, 589頁, 1989.
- 14) 桜庭武, 柔道要義, 培風館, 289頁, 1940.
- 15) 今村嘉雄, 日本武道全集巻五, 人物往来社, 434頁, 1983.

- 16) 井口松之助, 柔術極意教習図解, 青木嵩山堂, 261~271頁, 1893.
- 17) 今村嘉雄, 日本武道全集巻五, 人物往来社, 436頁, 1983.
- 18) 同上, 437頁, 1983.
- 19) 同上, 437頁, 1983.
- 20) 桜庭武, 柔道要義, 培風館, 286頁, 1940.
- 21) 長谷川純三, 嘉納治五郎の教育と思想, 明治書院, 333頁, 1981.
- 22) 嘉納治五郎, 嘉納治五郎著作集第二巻, 五月書房, 267頁, 1983.
- 23) 佐々木武人他, 現代柔道論, 大修館書店, 11頁, 1993.
- 24) 長谷川順三, 嘉納治五郎の教育と思想, 明治書院, 335頁, 1981.
- 25) 同上, 335頁, 1981.
- 26) 嘉納治五郎, 嘉納治五郎著作集第二巻, 五月書房, 268頁, 1983.
- 27) 同上, 269頁, 1983.
- 28) 同上, 270頁, 1983.
- 29) 永岡秀一, 桜庭武, 要説柔道教本, 東京開成館, 249頁, 1938.
- 30) 同上, 250頁, 1938.
- 31) 同上, 250頁, 1938.