

## 土佐英信流研修会「古流」

平成14年9月15日～16日

高知 清風館道場 相模原支部

講師 教士七段（現八段） 池 清幸

教士七段（富 山） 廣瀬敏男

居合は自分の歩んできた人生を抜け、人生の味を抜け、齢に応じた

### 居合を抜け

#### 礼法の要点

- ・ 爪先で敵を攻める気持ちで歩を進めよ（爪先の攻め）
- ・ 袴の裾が床についたとき油断なく腰を垂直に下ろしながら袴捌きをせよ
- ・ 折り敷くとき二段坐りをしない（着座のさい腰の上下禁）
- ・ 腰を屈めたら足の甲を滑らかに床面に平行にさせる
- ・ 坐った際薄紙を挟んだように着座せよ
- ・ 下げ緒の結束を解く場合、左手を錨にかけておいて解く

#### 居合の業の要点

- ・ 腰を上げてから抜き始めては遅い。技の起りを敵に読まれてしまう
- ・ 切り下ろしたときは腰を沈めるくらいの気持ちが要る
- ・ 抜き付け、切り下ろし、血揮い、全て小指10・薬指7・中指3の力で順に締める
- ・ 足の踏み替えは居合腰にて爪先の下に落ちている100円玉を拾う気持ちで足を引く
- ・ 立ち上がるときは「よっこらしよ」といった感じで立たない
- ・ 8割方腰を上げたところで後ろ足を静かに引き寄せて立つ
- ・ 納刀のとき手の内に喜びを味わう残心を
- ・ 血揮いの際の左手は鞘を押す所作等が加わると居合に味が出る（裏の所作＝居合の隠し味）
- ・ 道場に入った時から闘いの場所、終っても気を抜くな
- ・ 5本の技を1本の技と心得よ

以上

#### 実技別途