

八光流柔術

挑まず、逆らわず、傷つけず



1 八光流柔術とは？

八光流柔術は、1941年（昭和16年）に奥山龍峰（おくやまりゅうほう）・初代宗家（1901～1986）によって創流された護身武道です。

初代宗家は、古流柔術や各種武道、東洋医学・活法の研究を重ね、年齢や性別、体格や体力に関係なく、誰でも短期間で習得できるように体系化しました。

戦後から今日に至るまで、日本国内にとどまらず、アメリカ、フランス、イタリア、ベルギー、ポルトガル、チェコ、ギリシャなど海外にも広がっています。

かつてはFBIの逮捕術に採用されたり、衆議院第二会館の道場で国会職員や国会衛視らが学んだ時期もありました。少林寺拳法の開祖にも八光流柔術を学んだ記録が残されています。

現在は二代・奥山龍峰宗家へ継承され、三代・奥山貴士本部道場長が先頭に立てて門人の指導にあたり、老若男女が学べる武道として発展を続けています。

チェコのセミナーで演武する
奥山貴士本部道場長

2 八光流柔術の特徴

八光流柔術は「挑まず、逆らわず、傷つけず」という理念のもと、相手の攻撃性を増長させることなく、「危険からの回避」「相手を傷つけない制御」を最優先にします。

身体構造・経絡理論・心的作用・生理反応を活用し、最小限の力で相手の攻撃力を跳ね返す「究極の護身術」といえるでしょう。

また、姿勢や体幹（骨格・インナーマッスル・体の芯）、心的作用（意識による操作）を活用し、心身の潜在能力を開花させていきます。

激しい乱取りは行わず、型（技の動き）を繰り返して、姿勢・脱力・呼吸・体さばきを無理なく習得できます。



八光流柔術で身につくこと



力に頼らず相手を制する技術



緊張しがちな場面でも落ち着いて動けるメンタリティ



健康な心身、凛とした美しい姿勢、無理のない身体の使い方

挑まず、
逆らわず、
傷つけず

八光流柔術の理念

稽古を体験して、もっと学んでみたいと思ったら、
ぜひお気軽に道場へお越しください。



一般社団法人 八光流柔術

<http://www.hakkoryu.jp/>

護身武道として、国内外で受け継がれる八光流柔術