弓道人の日常の心掛け

鴨　川　信　之

1．道場外で

①荷物を持つ時は、軽い方（弓）を左手で持ったほうがよい。(何も荷物を持たない時は、弓は右手に持つ)

→　弓手に重い荷物を持つと、行射の際に影響（震えなど）する。

②混雑するところでの移動は、弓を立てて持ち、肩に担いでは歩かない。

→　他の歩行者の邪魔にならないようにする。また、肩に担いでは不格好である。

③弓弦を持ち弓をブラ下げた格好で歩かない。

→　無作法である。万一弦が切れた場合、弓が撥ねて他人に危害を与える恐れがある。

④弓具は、直接日光に晒さない。

→　弓具を傷める。

⑤暑い時、ビニール製などの弓袋は使用しない。

→　弓が蒸れて、狂いが生じる恐れがある。

⑥弓は、中袋を使用して保護し、大切に扱う。

→　大切な弓を傷つけないように。

⑦乗用車に弓を乗せる時は、本弭を運転席の方に入れる。

→　上関板のほうが長く、破損の危険度が高いため、安全を考える。

⑧車の中に弓は放置しない。

→　暑気で変形する場合がある。

⑨電車・車などには、弦を張ったまま持ち込まない。

→　万一弦が切れた場合、弓が撥ね他人に危害を与える恐れがある。

⑩弓を飛行機に手荷物として預ける場合は、必ず上下額木（関板）と弓の本体を３０㎝くらい補強する。　→　弓の最も弱い部分である関板の首折れを防ぐ。

2．道場の出入りで

①道場で履物を脱ぐ時は入船に脱ぎ、式台で出船にするか、下足棚がある場合は必ず棚に収納する。

→　日常作法の常識であり、整理整頓を常に心掛ける。

②靴や草履を人に揃えてもらった時は、そのまま履かずに必ず履物に手を添えて履く。

→　手で揃えてくれたことに対し、手で受けて感謝の意を表す。

③道場に入る時は、オーバー・コートなどを脱いでから入る。防寒具を身につけたまま神拝などしない。　→　道場は室内であり、室外着は脱ぐのが礼儀。羽織は室内の制服であり、着用してもよい。(男子の羽織は正装である。)

3．道場内で

①神棚には神拝を行い、また国旗があれば拝礼し、何もない場合でも床の間（上座）に向かい一礼した後に先生や先輩に挨拶をする。

→　まず道場の場に一礼し、次いで先生・先輩などに挨拶するのが順序である。

②学校の体育会系クラブのように人の名を呼び捨てにせず、同僚といえども道場内では人の名には敬称を付けて呼ぶ。

→　各人の人格を尊重すれば、呼び捨てには出来ないはずである。先輩・後輩、また同僚同士の親しみの呼び捨てでもあろうが、道場は礼を尊び学び、『悟り』を得る場と考えれば、このことが理解できるであろう。

③一段高くなっている審判席（畳）に腰をかけることは避ける。

→　必要ならば正坐する。

④道場内で喫煙は絶対にしない。

→　行射している人に迷惑である。道場内は一服の場ではなく不謹慎である。

⑤弓を引く時は、指輪・ピアスなどの装身具はつけない。

→　弓を引くことに必要なもの以外は身につけない。

⑥道場内でみだりに声高に談笑せず、規律を守るように心掛ける。

→　他の人の練習の邪魔にならぬよう、静粛を心掛ける。

⑦道場内で立て膝はしない。体操座りもしない方がよい。

→　修練の場所として正坐が望ましい。

⑧部屋の出入りの際、敷居には乗らない。また、畳の縁を歩いたり、縁に座ったりしない方がよい。

→　敷居の歪みを早めてしまう。また、畳の縁の消耗を早める。

⑨的に載せた賞品をもらう時は、軽く的に触れ、感謝の意を表わし、賞品をいただく。

→　的を通して気を通じ、感謝の意を伝える。

4．弓具の取扱い

（1）弓・弦

①挨拶が終わったら、先ず弓に弦を張り、弓の姿を整えた後、胴着を着装する。

→　審査や試合の前は、少なくとも３０分くらいは張り弓で落ち着かせる。

②弓に弦を張る手助けをする場合は、足を踏ん張り、肩に両手で末弭を持ち、姫反りに手をかけて力で弓を押さえつけることがないようにする。

→　「手形」が入ると言って、そこからクセが生じる。

③弦かけ板などのないところでは、弓袋などを重ねてその上に弭をあて、壁などに傷をつけないように注意する。

→　施設を傷つけないように配慮する。誤って傷をつけたら、直ちに申し出て謝罪をする。最近は、傷をつけても知らん顔の人が多い。

④弦の伸び・掛かり具合・入木弓・出木弓などに注意する。

→　正しい成りの弓になるよう、常に手入れする。

⑤弓に弦を張って弦の掛かりを修正する時、足で下成の辺りを押さえて矯正することをよくするが、

大切な弓なので、足をかけたところはすぐぬぐうように心掛けたい。

→　心身を鍛える聖なる弓である。おろそかにしないという心の表れとしての行為である。

⑥弦が毛羽立っているのは、手入れが不十分の証拠である。マグスネをかける。

→　弓引きの心掛けである。毛羽立った分、弦の強度が低下し、切れやすくなる。古来は、「烏から鬼にかける」「地から天にかける」と言って、床に下弭を置き、一気に上から下へかけ下ろしたものである。

⑦新しい弦の場合、初めは一重がけ、次に双方一重がけにし、馴れて弦の伸びの修正の必要がなくなった頃に二重にかける。　→　最初から二重がけにすると、修正時に弦を痛め、破損を早める。

⑧弓は、矢摺り籐・握り皮・弦以外のところは握らない。

→　手垢・汚れを弓の本体にはつけないようにする。

⑨弦巻は、弦を張った弓に差し込んではいけない。また、弓と弦の間に弾を挟んだりしない。

→　無作法である。弓を大切に扱うよう心掛けたい。

⑩他人の弓具にはみだりに触らず、弓の肩入れなど決してしない。

→　人様が大切に育ててきた弓である。また、勝手に扱って弓を破損させる場合がある。

⑪審査・試合で弦切れなどにより進行係が替弦を張り替えた時、決して肩入れはしない。

→　使用者と矢尺も違うし、力も違う。選手の弓を破損させたら大変である。

⑫弓具店で弓の肩入れをする場合は、店主の許しを得るのは勿論、自分の矢尺までは引かず、右肩先（耳を越えるあたり）までとする。

→　好きに肩入れすると、弓を破損させる場合がある。破損させたら弁償する心掛けが必要である。

⑬弓に弦を張ったまま長期間置く時は、張り弦を二本かける。

→　一本が切れても、いま一本が撥ねるのを防ぐことが出来る。

⑭弓を床に寝かせて置いたり、置いてある弓をまたいだりは、決してしない。

→　最近、弓を寝転がして置いたり、その弓をまたいで歩いたりする人を見かける。弓は、心と体を鍛える神聖なものという考えを徹底したい。

（2）矢

①矢は、行射の時に使う順序を決めておくと、矢の癖がわかり、修理・手直しに便利である。

→　特に竹の矢は微妙な差が生じやすいので、管理が大切である。

②矢をあげる時は、外れた矢から先に、中り矢も的心より遠い矢からあげる。

→　的心に近い矢をあとに残しながら抜き取るのは、射手に対する配慮である。但し、的遠くにある矢を捌くため袴などで近くの矢を痛めないよう、そこは適宜適切に判断する。

③的枠に矢が射立ち、または射抜き、あるいは的の合わせ目に入った時は、両膝で的枠を押さえ、両手で矢の根元の方を握り、手で引かず、腰を伸ばすようにして抜く。

→　勢いよく抜けた反動で、矢を振り回してしまう危険がないように配慮する。また、腰で抜くほうが力が入りやすい。

→　容易に矢が取れない時は、的の合わせ目、または射抜いた部分を広げ、矢を取り出す。

④的から抜いた矢は、羽根がわを上にして上座に向け、矢の根を下にして手のひらで受けて、道場

に持ち帰る。矢をガチャガチャ音をさせてはいけない。

→　矢羽・箆を傷つけないよう、大切に扱う。

⑤矢取りはなるべく、師範の先生以外の下位の人が交替で行ったほうがよい。

→　上位者は下位者の行射に気配りするなど、作業を分担することの一つと心得る。

（３）弽

①他人の弽を差したり、弦受け（弦枕）などをみだりに触ったりはしない。

→　弽は微妙な感触を大切にする。勝手に触れることは、相手に失礼になる。

②道場内での弽の着脱は、（上座の方向を避け）　下座に向かい、正坐または跪坐して行う。

→　弽の手の内は、不必要に他人に見せないもので、古来「手の内は人に見せるな」との諺もある。

（４）的

①的の懸かり具合を道場から指示する時は、跪坐して行ったほうがよい。

→　道場において神聖（大切）なものである的に対する礼儀と心得る。また外見上も、立っての指示は不体裁である。

（５）その他

①弽・襷・弦すべり（胸当て）をしたまま矢取りをしたり、その他いろいろなことをしない。

→　右のものは、行射する時の用具であり、他の作業をする時は外すのが礼儀である。

５．行射

①公設の道場で、催物前（ものまえ）など、四つ矢を持ってまた団体で射込み練習をしている人達を見かけるが、稽古をする他の人達に失礼になるので遠慮すべきであろう。

→　催物前とは、各種の試合・大会・審査などの催しがある前ということである。但し、右の項も、その場の全員の了解があれば差し支えない。

②自分の所属する以外の道場に遠征した時は、決して四つ矢を引かず、一手（２本）とすること。

→　他の人々と申し合わせをしてお互いに了解している場合は別である。(昭和１０年代以前は、一手二本で矢払いをしていたものである。)

③射込みは決してしない。特に、師と同じ的には立たない。

→　矢に損傷を与えては大変である。但し、許しがあればそれに従う。

→　射手にとっては、大切な矢である。また、高価な、そして貴重な矢を用いている場合が多い。

④「何本うった」などの表現は使わない。「何本引いた」「何射した」などと言う。

→　弓の場合、「うつ（打つ)」という表現は弓を作ることである。

6．指導を受ける

①講習会などで指導を受ける時に、反論・言い訳は慎む。

→　講習会は、本来、講師に教わる場であり、議論する場ではない。また、他の受講生の迷惑となる。講師から受けた指摘それぞれ全てを持ち帰り、良否選別し稽古の糧とする心掛けが大切である。言い訳の多い者に良射をする人はほとんどいない。

7．指導する

①人に教えたがる者が多いが、みだりに人に教えたがらないこと。特に、上位者がおられる時は慎み、上位者の指示に従う。

→　指導者は、身体条件や力学的・経時的・多面的な観点から段階的に教えている、と考えたい。安易な小手先の教えは混乱を与える。

8．見取り稽古

①上位者の矢乗りを見ることはしない。但し、依頼された場合は、別である。

→　これは、上位者に失礼な行為である。

②師範（自分の師や範士クラス）の行射を拝見する時は、必ず坐して拝見する。この時、正面からは拝見しない。但し、特に許しがあれば、立ってでも正面からでもよい。

→　礼に即した見取り稽古をする。

9．心掛けとして、特に……

①「稽古を晴れにするとぞたしなみて、晴れをば常の心なるべし」

②弓は心で引くものである。会で心にゆとりが持てるようになりたいものである。

→　弓と喧嘩しては、心にゆとりは叶いません。弓の力を骨で受け止めるに従い、ゆとりが生まれるものである。

③稽古は基本を重視し、的中のみを考えた手技に偏らず、心技を一体として修練することを忘却しないように心掛けたい。

→　心は正しい技によって育まれ、技は心によって真技となるのである。

以上、先師からや先輩の方々から教わってきたことなど、後輩の皆さんにお伝えしようと思って記録しました。聞き捨てにしないで心に留め置いて下さい。また、次の世代へも伝えていって欲しいものと思います。