

## 松沢範士の弓道講座 (第1回)

### 審査を受けるに当たっての心得

#### 1. 心構え

修練の目的は、「礼法を心得た立派な弓道人となる」ことである。そのためには、

- (1) 武道の礼法を身につけること。礼儀作法は人を作る。
- (2) 射技の向上に努めること。射法八節の正しい習得があり、現在どのランクにあるか、手がかりの方法として審査がある。

#### 2. 服装について

服装は身につけている人の心の状態を表す。清潔でさっぱりと、清々しい感じがよい。

- (1) 弓道衣は、白色、下着は白物、袖は肘までとし、だぶだぶなものや、丸首の下着は避ける。和服(紋付きでなくても良い)は派手なものは避ける。
- (2) 袴は、折り目正しく、長さは踝まで、後ろの裾が前側よりあがるようにする。
- (3) 角帯は、派手な色合いを避ける。
- (4) 足袋は白色、清潔で汚れの無いもの、こはぜはしっかりと留める。

#### 3. 弓具類について

必ず事前の点検手入れを行い、万全を期す。

- (1) 弓は、極端に弣が低いもの、弦の毛羽立ったもの、汚れが目につくものなどは避ける。弦輪の端末の長いものは切る。また、<sup>こがかい</sup>箒を籐で巻いたような故障弓は使用しない。急な故障は、その旨届けると良い。
- (2) 矢は、矢の根のサビを取り、極端に羽の磨り減ったものは避ける。
- (3) 躰は、くすね等の汚れをよく落とし、かけひもの輪は小さく結ぶ。
- (4) 弦巻きは用意持参の方がよいが、腰などには付けない。

#### 4. 事前の準備

柔軟体操をして体をほぐし、素引きや巻き藁2〜3本で調整するとよい。狭い場所では他の人との接触にも注意すること。

#### 5. 控えでの留意事項

- (1) 心のあり方としては、あまり前から緊張すると気疲れするので、第三、第二控えでは気を楽に、第一控えになって集中力を高めると良い。
- (2) 先ず息を静かに吐き、吸って2秒、吐いて4秒の呼吸法を利用するとよい。

#### 6. 学科試験

- (1) 能力誇示のため早出しの人もあるが、何度も読み直して推敲し、時間は充分使う。
- (2) 解らないときは白紙にしないで、自分の

考え、心境などを書く。

- (3) 文字は、楷書ではっきり、崩し文字、誤字、脱字のないように。

#### 7. 面接(錬士・教士)

設問用紙により3問程度聞かれ、所要時間は10分弱である。

- (1) 面接会場の入退場礼は浅く、面接席では椅子の斜め後ろに立ち、主査の人(脇正面では向かって左、的正面では右)に気を置いてやや深い礼をし、自分の番号と氏名を伝える。
- (2) 勧められて初めて椅子に掛ける。掛け方・立ち方は礼法に従って行う。
- (3) 答えるときは姿勢を崩さず、はっきり。不明は不明で、回答できません、度忘れしました、など。
- (4) 最後に錬士・教士になっての心構えを聞かれるので、教本に基づく実践と指導を行いたい旨回答する。
- (5) 審査員の終了の声を聞いたら、最初に立ったところで礼をし、さらに一步後退して退場する。

#### 8. 結果の発表(合格・不合格)

合格したら、指導者やお世話になった方々への挨拶(口頭・電話・手紙など)を必ず行う。自分だけの力で合格したと思うのは不遜である。

不合格でも、自分の欠点を確認できるし、反省材料を把握できる。



#### 編集後記

岡田義助会長のもと新体制が発足しました。埼玉連だよりの揮毫は会長直筆です。表紙のイラストは元上福岡弓連会長の照下勝輔氏作成。世界遺産になった富士山をイメージし、長い裾野は弓道の「会」を表しているそうです。

所々にある弓道のカットは会員の松本 正さん(川越弓連)作成です。

新体制になって初めての埼玉連だより、花を添えてくださったのは、瀧上三郎副理事長の天皇杯受賞です。おめでとうございます。会員の励みになると思います。もうひとつ、松沢名誉会長の弓道講座です。皆さん次回も楽しみにしてください。

浅野有三編集長からバトンタッチし、不慣れな者同士で、なんとか発刊にこぎつけました。

より良い機関誌にする為、皆様のご意見をお願い致します。

編集委員

委員長 飯島千代子

委員 千葉 公 宮澤 梢枝