

奈弓連だより

通巻 181号

平成 29 年 3 月号

発行 奈良県弓道連盟

会長 西中 正

編集担当 土谷尚敬 野尻賢司

平成 28 年度称号者研修会

吉本範士、本多範士、川村範士を主任講師に迎えて開催

平成 29 年 2 月 25 日（土）、26 日（日）二日に渡り、橿原公苑弓道場に於いて、吉本清信範士九段、川村光良範士八段、本多政和範士八段、を主任講師にお迎えして、標記の研修会が行われました。今年は日本最高峰の三人が揃い、受講生にとって夢のような大変贅沢な研修会となりました。

講師三名は 25 年前にドイツで一つの射礼をされており、それ以来、お互いに刺激し合い、切磋琢磨し、仲間として高め合い、現在に至っている。今回はもう一度三人で一つの射礼をやりたいという思いもあり、来ていただいたそうです。

第1日目の内容

矢渡しは今年 2 月に七段合格された、吉本清巳先生が射手を務められました。一手行射の講評では、この研修会に向けて、それぞれ準備、予習をしてきたはずですが、入退場で国旗に正対する事や、本座に進む際の目使い、肌脱ぎ、肌入れ、射位で跪座する際は、弦が体の中心である事など、稽古を重ねていけば出来る事を指摘されてしまいました。

講師による実技研修

各先生がご自分で注意している点を一つ一つ細かく解説してくださいました。

川村先生：羽引きは最初の引分けであるという意識をもっている。細かいことはあまり意識しない。弓を握る事によって離す。振り込むと弓が落ちてしまう。

本多先生：弓手の親指は大三で二つ前、会で一つ前の的に付くと良い。弓構えでファニーボーン（肘下の当たると痺れる骨）を下に向けると羽引きになる。弓手の人差し指は会までは上に向け、離れで引き金を引くように握る。弓手人差し指の握り、胸の開き、妻手親指のはじきを同時に行い離す。

吉本先生：肘で取懸ける。肩を動かさないよう行射する。手首で引分けるとひねりが戻る。羽引きは肩甲骨を開く。物見で弓を動かさない。前に突き上げるように打起こす。

二班に分けての一つの射礼研修（川村先生班）

- ・ 三角形が小さくならないよう、本座の人より前で止まるようにする。
- ・ 一つの射礼は三人の間合い、息合い、気合いが一致し、協調性を持って行う。
- ・ 本座は一つ。必ず元の場所に戻る。
- ・ 弦切れは射位で恐縮の意を表し、開き足で的正面



本多先生の指導を熱心に聞く受講生たち

に向きを変え、そのまま立ち、本座に下がる。

- ・ 後ろに下がる際の一步は小足にしないと、体が崩れる。
- ・ 二人一つの射礼で、本座にいる一番は、二番の胴造りが終わり、乙矢を取り矢して、右拳を腰に取る頃に立つ。

夕食後の講話

講師三人の絆の深さを知り、一人の力は小さいが、人からの力は大きい。一人でなく、一緒に切磋琢磨出来る仲間を作る事が大切である事を教えていただきました。本多先生が言われた AKB=A（焦らず）K（腐らず）B（ビビらず）と ATM=A（明るく）T（楽しく）M（前向きに）を忘れずに弓を引いて行きましょう。

第2日目の内容

演武は講師による一つの射礼でした。二番の川村先生、甲矢弦切れ。失の処理、本座での待機、入場と違う立ち順での退場と、大変勉強になりました。

二班に分けての一つの射礼研修（本多先生班）

- ・ 肌脱ぎ、襷さばきを終え、向きを変えたら膝を生かす。
- ・ 引き終わり、向きを変える時は、お臍が的にしっかり付いてから、足を揃える。その際重心は前。
- ・ 妻手の手の内には、マシマロがあると思え。
- ・ 会で 60% の中で勝負し、離れで 100% にする。
- ・ 離すと同時にピストルの引き金を引くように、弓手の手の内を締める。
- ・ 弦が切れた弓は、張った時とは反対に握ると、他の人と成りが合い、替え弓を使う時も渡しやすい。

閉会式での講評：

川村先生は「必死でやれば何でも出来る。普段の稽古を本気でやる。心の持ち方、心の安定を稽古してください」と。本多先生は「目標を定め、研究を沢山して

ください。習った事は信念を持ってやる。やればできる」と。吉本先生は「今回の講習会は受講生にとって、非常に勉強になり、刺激を与えて下さった。受講生は見取り稽古をもっと真剣に、他人の指導を自分の事のように受け止めるように」と話されました。

今回の研修会は参加対象者が多いため、先輩方から、若いこれからの人材を優先して頂きました。先輩方の分まで今回教えていただいたことを吸収し、称号者としての心得を持ち、課題の克服と、指導力の向上に努めて行きたいと思います。

吉本先生、川村先生、本多先生、二日間のご指導ありがとうございました。来年も宜しくお願いします。
(指導部 松村 由喜子)

大和郡山市弓道協会強化練習会 「参加したことで、その成果を出すことが大切」

2月19日(日)、18名の参加のもと強化練習会(上級)が実施されました。開会にあたり、須田先生から「協会の発展につくすとともに、県弓道連盟にも寄与できるような人材になれるように修練をしてほしい」「強化練習会に参加したことで、その成果を出すことが大切である」とのお話がありました。

最初に佐藤央恵さん、高橋さん、安住さん、田中創一郎さんによる持的射礼があり、続いて全員で一手行射を実施しました。今回は手の内(角見)・会・矢線の離れを念頭に、相互チェックをしながら行射を行いました。

昼食のあと手の内について、須田先生のお話がありました。手の内について学ぶ際の参考書の紹介、弓道教本第四巻の福原先生の写真についての解説があり、また配布資料に基づいて角見の位置や弓を握るときに虎口を巻き込むことを試すのもよいなどの説明がありました。



強化練習会での研修風景

午後からは、各人それぞれの課題をチェックしながら班別研修を行いました。一人ずつ行射をする都度、皆から厳しい指摘や課題克服への提言があり、全員時間が立つのも忘れるほど、熱心に取り組んでいました。休憩のあと、仕上げ行射を実施して練習会を終えました。私個人としては、午前、午後の研修で教わったことに注意しながら行射をしようとしたのですが、思うようにできずこれからの練習でレベルアップを図

っていくしかないと感じました。

(大和郡山支部 斎藤文男)

地連審査講習会に47名が参加

3月5日(日)、橿原公苑弓道場にて地連審査講習会が行われました。主任講師の西中会長の先導により拝礼、続いてご挨拶を頂きました。開講の挨拶で大前の心得は、入場から矢つがえ動作まで、後ろがいることを考えて行う様にとのお話があり、その他に入場の向き・執弓の姿勢・弓倒し・目づかいを意識するようにと「注意点」を頂き講習会が開始されました。

今回の講習会参加者数は47名と多く参加されその半数近くは初めて審査を受けられる方もおられましたので、先に四段受審者より一手行射を行い、続いて参段・貳段・初段・級位受審者の順にて進行しました。すべての行射が終わり休憩を挟んでから入退場の練習に移り、各ポイントにて指導を受けみな熱心に受講されていました。途中、西中会長より動作の注意をそのままの形だけを直すのではなく何故そのようにしないといけないのかその動作の意味を考えて直す様にとお話しされました。

この講習会は半日の予定ですので時間としては短いですが終了時には、みなさん自信をもって出来ているような印象を受けました。最後に、審査では一つの立ちがそろい調和がされれば、その審査は中っても中らなくとも成功したと言えるのではないかと西中会長より講評を頂き無事終了いたしました。



熱心に受講する参加者たち (指導部 乾 光孝)

第二回大学連合会講習会に参加して、 基本動作への意識の薄さを痛感

3月12日(日) 橿原弓道場で行われた第二回大学連合会講習会に参加させていただきました。奈良大学、天理大学等、5つの大学の部員約30名が受講しました。午前は先生による矢渡しの後、一手行射し先生方の講評をいただきました。まず基本動作、間の取り方、タイミングなどについてご指摘を受けました。複数の大学が混ざった練習でしたので、礼射と武射また正面と斜面があり、皆さんは、間の取り方をなかなか合わせられませんでした。その後入退場の練習前に先生方による演武を見学させていただき(次頁下段に続く)

心に残る弓道家 — 志々目義宏範士十段

奈良県弓道連盟顧問 教士七段 須田三郎



私のような者が志々目先生の思い出を口にするのは身の程知らずで、過ぎたことなのですが、薩摩日置の豪快さに魅かれたことと、先生の温かい思いやりを忘れることができません。京都大会に出掛ける度に、「この先生の射技だけは拝見して帰ろう」と心に留めた諸先生のお一人が志々目先生でした。大きなお身体を活かした演武は入場から退場まで揺らぐことがなく、特に会から離れへ流れるように続くダイナミックな射技に目を見張りました。その後、講習会で先生の講話を伺う機会があり、「最近の弓道は綺麗になりすぎて、武道としての格に欠けるように思う」というお話から、先生の射技の本筋を理解できたように思いました。また、地方の講習会で数回ご一緒させていただく機会に恵まれ、お酒を好まれた先生と食事を共にしながら弓談義をさせていただきましたが、鹿児島島の例を挙げながらジュニアへの指導の大切さを諄々と説かれました。

昭和58年のわかき国体の準備の折、全弓連から派遣され、競技会場の視察で来奈されました。橿原神宮の森林公苑内に仮設の遠的射場が完成した時点で、競技経験に乏しい私はいろいろと助言をいただきました入場口の框を高くして弓が当たらないようにするとか的の後方の防矢壁についてなど、簡略

なお言葉ではありましたが、終始、地元にも協力的で、無理のない大会にするようにとのお話に心が安らいだことを思い出します。

最も感動したのは平成7年10月の吹田市立弓道場での中央研修会の折のことです。二日目、講師の志々目先生が矢渡の射手の担当でした。控えて躡を指しながら先生はいつもの明るい表情で私たち受講生に「一手土束ってくる」（注）と冗談を口にされながら入場口に向かわれました。そして型通りの体配から打起しへ。大三で縦線が活かされている様子が分かります。引分けから会まで矢が的方向へ伸びているようにさえ見えます…数秒後のマグマの大爆発、矢は的の心へ吸い込まれていきました。乙矢も甲矢の二重写し。後に鈴木三成全弓連会長が「私が感動を味わった5人の名射」の一つに上げられ、機関誌「弓道」（平成22年3月号）で「さすが名人の射、大胆豪快…」と記されましたが、あの射を目の当たりにできたことは幸せでした。その頃の私は悪癖の上に体力の衰えから、まともな弓を引けなくなっていました。目標の射技として心に焼き付くことになりました。平成18年に90歳で鬼籍に入られた後も、写真を眺めては先生の射を思い起こし、皆さんの指導・助言に役立てています。

注：土束る(どそくる)は甲矢乙矢とも掃き矢するの意味

ました。入退場だけでなく間の取り方がそろっており、非常に美しかったです。私はゆっくりすることが丁寧につながると感じていたのですが、そうではなく一定の呼吸をもち全員のことを考えることで美しい丁寧な動作へとなるのではないかと感じました。

午後は基本動作の練習を行い、再び一手行射を行いました。講評と練習で習った箇所を特に意識しながら、皆で呼吸を合わせられるように行いました。入場前には大前を交代し、本座まで何歩で行くのかを話あい呼吸を合わせました。午前より注意される箇所は少なくなり全体を見ても間の取り方もそろうようになりました。

その後射場を三つに分けて、3人の先生のもとで射技研修を行いました。それぞれの先生から指摘を受け、自分の射について考えるときに非常に参考になるアドバイスをいただいたと思います。射の形について、言葉は異なりますが、指摘していただくところは、すべて同じところでした。3人の先生方から同じところを指摘されるということは自分が最もできていないということです。これからの練習で改善していけるように精進していきます。

今回講習会に参加し特に感じたことは、練習での基本動作への意識の薄さです。入退場の練習も行いますが審査前にしか練習をしておらず、本番や練習で何度も同じ部分を間違えます。もっと普段の練習を見直していこうと思います。また、奈良市の弓道場を利用し、先生方に直接ご指導を受けることは非常に良い経験となりました。先生方の演武を拝見することもありませんのでとても勉強になりました。今回講習会で得た経験は、これから私が弓道と向き合っていくときの糧として生かしていきたいです。また機会があれば積極的に参加したいです。

(奈良大学弓道部：高岡裕実)

編集 | 後 | 記

お水取りが終わり、春がやってきました。2月後半から3月前半にかけて、まだ寒さが厳しかったなかで研修会、講習会が開催されましたが、今号ではその報告をしています。特に、吉本範士、川村範士、本多範士を主任講師に迎えて開催された称号者研修会については詳細に内容が紹介されています。ぜひ参考にしてください。また、大和郡山市弓道協会の機関紙に奈弓連顧問の須田先生が志々目範士についての随想を寄せておられましたのでご許可を得て、転載させていただきました。(編集担当 野尻賢司)