

# 修 技 錬 心

湯沢高校弓道部通信 No.5

文責：顧問 佐々木花純

\* 修技錬心とは … 技を修めることで心が練られる。湯沢市弓道場に掲げられている言葉です。

苦しいことがあっても必死になってやり抜こうとする中で、心も鍛えられていくことを表します。

日頃より湯沢高校弓道部の活動に大きなご支援をいただき、ありがとうございます。  
活動内容についてご報告・ご紹介したいと思います。



## ◎ “礼に始まり、礼に終わる”

よく聞く言葉の一つに、「礼に始まり、礼に終わる」がありますね。物事の始まりと終わりの節目を大切にし、雑念を整理して落ち着いた澄んだ精神で稽古に入ること、そして稽古させていただいたことや指導していただいたことへの感謝を表し、稽古を終えることなどが思い浮かぶのではないのでしょうか。こういった節目をきちんとすることは、人として、また弓道人として非常に大切だと考えております。冬季大会終了直後の稽古から、「湯沢高校弓道部 絶対厳守の四か条」と題して、礼儀作法や基礎練習に重きを置いた指導をしております。稽古始めや指導者に対する挨拶・返事、時間を厳守すること、仲間へ感謝を伝え応援しあうこと、基礎練習を重視して根本から自分の弓道を見つめ直すこと、的中しないことへのいらだちや何も考えていない無意識などから弓具をぞんざいに扱ったりしない、イヤホンをしたり飴ガムを食べたりしながら道場内に来てはいけないなど、「知っていて当然」の常識を徹底するよう改めて指導しております。こういったことも「修技錬心」の一つではないのでしょうか。ご家庭でもお声がけいただけたら幸いです。

人間力の向上なくして、  
競技力の向上なし



## ◎ 成田祐也選手(西目弓道愛好会所属)のインタビューより

去る令和元年 9 月に行われた、第 70 回全日本男子弓道選手権大会(天皇盃)において、本県西目弓道愛好会所属の成田祐也選手(錬士六段)が準優勝に輝きました。日本で最も権威のある大会で予選 4 射皆中、決勝 10 射皆中という快挙、その後の順位決定の射詰・遠近競射を経ての準優勝となりました。月刊「弓道」最新号にてその心境を振り返るインタビュー記事が掲載されておりましたので、選手の皆さんに紹介し勉強したところです。雲の上にいるように感じる成田選手ですが、大変気さくで私のような者にも親切に指導して下さいます。謙虚な人柄が、彼の弓道の根本にあるように感じました。一流選手は、心根も一流なのです。この熱戦の様子は YouTube にも多くの動画がアップされておりますので、一度ご覧いただくことをおすすめします。現代の「見取り稽古」は YouTube でもできます。「弓道ユーチューバー」も動画をあげていますよ!(\*^o^\*)/



「決勝の舞台に立たせていただいているだけで名誉なこと」「一喜一憂せずに最後までやりきることだけ考えよう」「集中して心を整えながら最後までやりきる」「誠を尽くして積み重ねてきたことをやりきること」「一切の欲を捨てることを考えていた」「職場の皆様、家族、弓仲間の皆様に心から感謝の言葉を述べたい」

## ◎ 東日本大会観戦ツアーは 3/21(土)に変更になります

第 4 号でお知らせいたしました東日本弓道大会観戦ですが、都合により 3 月 21 日(土)に変更させていただきます。(22 日に成年国体選手選考が入ったため) 参観希望者は 2 月末までに佐々木までお知らせ下さい。