

道場訓について

瀬戸 謙介

私は、日本空手協会の道場訓は協会の「宝」だと思っています。

私は今までに訪れた剣道、柔道、合気道などの道場には必ずそれぞれの「道場訓」が掲げられています。それらの「道場訓」には「我々が求めている人間育成はこれだ」と目指す目的と理想が書かれています。

日本空手協会の「道場訓」は「人格の完成」された人間の育成を目指しています。常に自分を磨く努力をし、礼儀正しく、正義を伴った勇気を忘れず、人には「至誠」を尽くす。これが空手協会の目指す道です。ですから「道場訓」を理解せずただ身体を動かしているようでは、日本空手協会の会員としては失格です。

空手協会で空手を学んでいる者は常に道場訓を意識し修行に励むべきだと思っています。

私はこれまでに日本空手協会の道場訓に勝る道場訓には出会ったことがありません。日本空手協会の道場訓は、格調高く、一つ一つが短く完結で、力強く、声を出して唱すると何か奥の深い知的な世界に誘い込まれるような気分になっていくのが特徴です。

稽古の終わりに、何のために空手の練習に励んでいるのかの確認と心を引き締める意味合いをもって、黙想し心を落ち着かせ道場訓を唱和しています。ここでもう一度道場訓のもっている意味合いを吟味したいと思います。

道場訓（名五条訓とも呼ばれる）

一、人格の完成に努むる事

一、誠の道を守る事

一、努力の精神を養ふ事

一、礼儀を重んずる事

一、血気の勇を戒むる事 の五条より成っています。

さてこの五条の教えの「人格の完成」とは、いったいいどのような人間形成を目指しているのか。

それは、まず第一に「正しい志を持った人間」の育成です。「正しい志を持って社会のために貢献したい」と言う気持ちを常に抱いている人間の育成です。

どんなに才能が有っても、どんなに能力、力量が有っても「正しい志」を持たない人間は決して良い人間とは言えません。かえってその者の才能が社会を害している例はいくらでも有ります。過去を振り返ってみても、独裁者と呼ばれるすべての者は「天才」と言われ、すばらしい才能と能力を持った人物であることは間違いのない事実です。しかし多くの独裁者は、権力に溺れ民衆を苦しめてきました。最近、新聞等をにぎわせている官僚達の数々の事件、彼らのほとんどは世間ではエリートと呼ばれている人達です。そういった意味では彼らは非常にすばらしい頭脳の持ち主であり、能力も才能も持ち合わせた人達だと思いますが、残念ながら彼らの心の中には利権、出世、名誉欲等は持っていて「世の中を正しく導く」と言った「志し」が無いが為にかえってその才能が世の中を害し歪めていることは間違いのない事実だと思えます。志が有ってもその志が正しくなければかえって世の中を害し、混乱へと導きます。

人はまず「正しい志」を持つことが、人格の完成への第一歩だと言えます。

しかし正しい志が有ればそれで良いかと言えばそれだけでは不十分です。そこには何が正しくて何が間違っているのかといった正邪善悪の判断ができる知性、思慮、分別が必要です。

例えば、道場訓の五番目に「血気の勇を戒める事」と有りますが、「勇氣」もその場その時によって何が真の勇氣か異なります。自分を抑制し我慢する勇氣も大切ですが、時には真正面から物事にぶつかって行く勇氣も大切です。

同じ出来事でも、YESと言った方が正しい場合と、NOと言った方が正しい場合とが有ります。その場に応じた正しい判断するにはやはり思慮がなければいけません。

人格の完成を目指す人間としてはやはり二番目には「思慮」を持たなくては行けないと思います。

「正しい志」と「思慮」を持ったとしても、そこに心の豊かさ、暖かさと言うものが無ければ人間味のある、血の通った判断、行動が伴いません。ですから三番目には豊かな「情操」を持つと言うことが大切な事だと思います。

そして我々は社会の一員である以上、空手の修行を通じて学んだことを社会に還元する事が大切です。

人間の生きる道は人それぞれですが、全ての人生において「正しい志」より始まる、何人をも犯すことのできない真理、人生哲学と言うものを空手道の道場訓は教えてくれています。

どんなに強い者がいようとも、それに屈しない心。強い者に対し、おべっかを使い、保身に走るなどは恥ずべきことだと言うことを教えてくれます。私利私欲を捨て、世の為人の為、志しの為に生きる事を一番だと言

うことを教えているのが「道場訓」です。

自我を捨て、真理に従う、そこに本当の人間としての自由と言うものが有ります。自分勝手な欲望が満たされないからと言って自分は不幸だと考える人やつまらない見栄にこだわっていろいろ苦労している人もいます。

こういった人達の苦しみや不幸は、自分勝手な欲望を抱いたり、つまらない虚栄心が捨てきれないと言うところから起きています。私欲や我がままなど、そのようなものから自己を解放する事によって真理が見えてきます。

自己を超越すると言うところに空手道の一番の根源が有ると思います。ですから、「自我を捨てる」と言うことが四番目に大切なことだと思います。

そして最後には、なんと言っても「健康」です。身体を動かし、血流を良くし、正気を体内に巡らし、邪気を発散し健康を保つ事が大切です。健康でなければ、気が萎えてしまい「正しく立派な志し」が有ったとしても実行することが大変困難な事となります。

つまり

「正しい志しを持ち」

「知性、知識にはぐくまれた思慮を持ち」

「豊かな情操を養い」

「自我を捨て真理に従い」

「健康である人間」

そう言った人間を空手道を通して育成することを我々は目指しているのです。理想的なことを描いてそれで良いと言うのではなく、そうなるようと努力する人間、死ぬまで「人格の完成」を目指してやまない人間、そう

いった人間を創っていきたいと日本空手協会は「道場訓」で述べているのです。突き、蹴りを真剣に学び修行し、道場訓で心を磨く。これが「空手の道」です。

道場訓の解説

一、人格完成に努めること

人間は何のために生きているのか。ただ自分の快樂を求め、そして子孫を残すためなのか。それだけなら他の野生動物と何ら変わりはありません。しかし、世の中にはそのような人は沢山います。自分だけの幸せを望んでいる人などもその部類です。「自分たちの家庭だけは平和で穏やかな日々を過ごせればそれで良い」という考えなどは、野生動物が腹一杯食べ、満足してゴロンと寝そべっているのと何ら変わりはありません。人生の目的は「人格の完成」を目指すものでなければいけません。

日本には、茶道、華道、武道（武道にも剣道、柔道、空手道）とさまざま道と付いたものがあります。これらすべての道は、そのものの技術を学ぶだけでなく、より格調の高い人間になるためには何をすべきかを求めるために生まれてきたものです。

手段、方法は違っていても目的は一つです。人間いかに気高く生きるかを求めているのです。

「皆さんは自分の空手は品格があると思いますか？」

このように聞かれると、ほとんどの人は戸惑うと思います。それは今まで、空手に品格を求めながら稽古をして来なかったからです。

空手を通じて常に「自分の空手は品格があるか」を考え、見つめ直すことが大切です。

品格は、人それぞれの心の置き所によって決まります。向上したいと常に心に思い努力している人、あるいはその日が楽しければそれで良いと日々遊びほうけ、刹那的に過ごしている人、など自分の人生の目的をどこに置くかによって自然と人間として品格の差が生じてきます。

品格とはその人の人生に対する心構えが表面ににじみ出てきたものです。

教育基本法の第1条にも「教育とは人格の完成を目指す・・・」とあるように、人は常に人格を高める努力をすることが生きている証だと思えます。

陽明学に「立志とは自己の生を自覚的に方向付ける意志努力である。それは決ず聖人を目標とするものでなければならない。君子の学はいついかなるところでも志を立てることを勤めとせざるをえない。身を終えるまで学問工夫は志を立てることだけである」と書かれています。

このような心がけで毎日を過ごしていたのならば、自然と品格が備わってきます。

一、誠の道を守る事

「誠」とは武士達が最も崇高なる徳として捉えてきました。誠とは五常の徳「仁義礼智心」が備わった人の心が行動として現れた姿をいいます。孟子は「誠は天の道なり。誠を思う人は人の道なり。至誠にして動かざる者は、未だこれあらざるなり。誠ならずして、未だ良く動く者あらざるなり」（誠とは天の道で有り、人として求める究極の道で有る。したがっ

て、誠心誠意、誠の心を持って接したならば、人々は信頼し、そこから生まれた行為に対しては、黙っていても信頼し、その人の目的を達成させてくれる）と説いています。

誠の道とは「善悪をはっきりと認識し、善に向かって進んで行く道」のことです。誠という字は、「言」と「成」と言う字から出来ています。これは言ったことは成る、つまり実行する。いったん口にしたことは命に替えても実行する。「言行一致」の精神であり。ここから「武士には二言は無い」と言う言葉が生まれた。陽明学の「知行合一」の考え方と同じです。

西郷隆盛、吉田松陰、山岡鉄舟など多くの人達が「至誠」こそが人としての究極の姿だと説いています。

一、努力の精神を養う事

船越義珍先生は努力することを空手道二十カ条の中で「空手は湯の如し絶えず熱度を与えざれば元の水に戻る」と説いています。

努力をすれば右肩上がりに実力は付くか

努力すれば、右肩上がりに実力が付いていくとは限りません。むしろ必ず壁と言うものがありいくら努力しても足踏み状態で少しも前に進まないことが多々あります。ほとんどの人はそうなったときに止めてしまいます。しかし止めずに続けているとある日突然これまで努力してきた全ての回路がつながり今まで出来なかったことが出来、解らなかつたことが理解できる様になります。その時、今まで見えなかつた別の世界が目の前にパッと広がってきます。

ほとんどの場合、右肩上がりではなく、階段状で延びていきます。

こつこつとあきらめずに努力する事が大切です。

人生において本当の喜び

本当に、努力をしている人は、不平、不満、妬みなど抱きません。あるがままの姿、これが自分だと言い切ることが出来るからです。

努力をしない人ほど言い訳が多いのは、常に後ろめたい気持ちがあるから、何とか自分を正当化しようとして言い訳を言うのです。

本当の人生の喜び、楽しさは苦しみの中にあります。安易な喜びや楽しみはその場限りのもので心の奥深くまでしみこんだ喜びとはなりません。享乐的、刹那的喜びは、その場では楽しいかも知れないが、後で虚しさだけが残ります。

日頃努力していればこそ、気分転換としての楽しみも、開放感に浸り、ホッとして喜びも増します。努力していない者が遊びほうけていても、無力感だけが残り虚しくなります。

人間の心の解放は、努力の中にこそあります。そして人間の本当の喜びは心が解放されたときに初めて心の奥底から沸き上がってきます。努力をし、それが報いられたときに真の喜びが有ります。

世間では、努力をすれば必ず報われる、だから努力をしろと言いますが、努力をしても必ず報われるとは限りません。むしろ報われないことの方が多いです。

だいたい努力をしても90パーセント以上自分の思ったようにはなりません。ならば努力は無駄かと言うとそうではありません。努力をしなければ100パーセント願いはかないません。これはたしかです。人は、努力しないでこうあったら良いな、こうならないかなと思うことが有りますがいくら願っても、願っているだけでは100パーセント願いはかないません。努力をすることによって初めて願いがかなう可能性が出来てくる

のです。

しかしそれよりも大切なことは努力をすることにより、その過程において様々なことを学び自分が向上していくことです。向上していく喜びを知ったとき、願いは願いとして例えそれがかなわなくても十分に心の満足を得ることが出来ます。その時、人間としての本当の喜びを感じ取ることが出来ます。

**努力するときに忘れてはならない最も大切なことは「正しい志を抱き」
努力することです。**

一、礼儀を重んずる事

礼儀とは、自分が礼儀をわきまえていると言うことを相手に伝えることにより、自分を理解してもらうための一番効率の良い手段です。

大切な物、壊れやすい物、刃物、など物の渡し方、受け取り方一つでその人の人間性、人柄が見られていることがあると言うことを忘れてはいけません。

「礼儀正しい人だ」と思われるのと、「なんて礼儀知らずの不作法な奴」と思われるのでは、相手の心の開き方が全く違います。

但し、相手に取り入ろうと言った気持ちから行う礼儀は、品のない礼儀であり、礼儀に値しません。

礼儀が生まれた理由

人が人と付き合う場合に自我のぶつかり合いだけでは上手く行きません。そこにはやはり一つのルール、約束事が必要と成ってきます。その約束事が「道徳」であり「礼儀作法」です。「どう接すれば、相手は安心し、

こちらの誠意が伝わるか」という事が礼儀の基本的な考え方です。

私たちが安心して日常生活を送る為に最も大切なことは、社会全体が秩序正しく平和なことです。秩序が乱れたならば社会が不安になり乱れてきます。その社会の秩序を保つ為の具体的な行為が「礼儀」です。

礼は過るな

あまり丁寧すぎる礼は気を付けなければいけません。必要以上に丁寧な礼は自分の心を卑屈にします。「礼に過ぐれば諂いとなる」と伊達政宗も過剰な礼に対して戒めています。

また、孔子も「巧言令色鮮仁」「言葉が巧みでお世辞の上手な人には人間としての最高の道徳であるところの仁を求めることは出来ない」と言っています。

ただ単に相手の機嫌を損ねない為、良く思われたい、取り入って美味しい思いをしたい、等と言った気持ちでの礼ならば、自分を卑しめるものであり、礼の本質から外れています。

礼儀とは、相手のもっている「真の価値」を認め、それにふさわしい尊敬の念を込め、その尊敬の念が形ちと成って現れたものでなければいけません。

この「真の価値」というのが大切なのです。世の中にはただ先輩と言うだけで存在価値が有るかのような錯覚におちいり後輩に対して威張り散らし、後輩が礼を尽くさないと怒る人もいます。しかし大切なのは、先輩が先輩としての価値があるかどうかと言う事です。先輩は常に後輩の鏡で有る事を意識し行動しなければいけません。そこに先輩としての価値が生まれ自然とその価値に値する礼儀を後輩から受けるようになります。

道場での礼儀

なぜ道場に入る時、稽古の初め、終わりなど様々な場面でお辞儀をするのは何故か？

道場は技を通して、心を学ぶ場所、つまり自分の内面を鍛える場所だからです。道場は自分を磨く修行の場所であり、神聖な場所ですから空手を学ぶ者は謙虚な気持ちでこれから自分を磨く場所に対して、「よろしくお願いします」と言った気持ちで礼を行わなければいけません。そして礼を行うことにより、「これから自分が修行に励む」と言った心の切り替えと覚悟をするために行います。稽古の終わりに行う礼は、自分の心を磨く場所に対し、感謝の気持ちを持って行います。

一、血気の勇を戒むる事

血気とは、はやる心、感情の高ぶり、興奮、つまり「血気の勇」とは感情のおもむくままにまかせた粗暴な行為のことです。広辞苑には「血気の勇」のことを「血気にまかせた一時の勇氣。猪勇」と説明しています。つまり「血気の勇を戒むる事」とは猪突猛進でむこう見ずに猛然と突き進む行為を戒めているのです。

「暴虎馮河死して悔いなき者はわれ与にせざるなり」

素手で虎に立ち向かっていたり、あるいは川の深さや流れの速さを確かめもせずに河を渡ったて、それで命を落としてもかまわないなどと思うのは本当の勇氣ではない。それはただ単なるような無鉄砲なだけで、私はこの様な者とは一緒に行動をしない。と孔子は言っています。

水戸光圀

「一命を軽んずるは士の職分なれば、さして珍しからざる事にて候。血

気の勇は盗賊も之を致すものなり。侍の侍たる所以はその場所を退いて忠節になることもあり、その場所にて討ち死にして忠節に成る事もある。之を死すべき時に死し、生べき時に生くと言うなり」

水戸光圀公は「前後の見境が無くなったときに一命を投げ出すことは盗賊でも出来る。しかし侍たる者は行動するにあたって「正義、節義」にかなっているかどうかの判断を的確にすることが大切だ。一時的な感情にまかせ「無駄死に、犬死に」してはならない「大儀の勇」と「匹夫の勇」の区別が大切であると説いています。

真の勇者は死に値しない事の為に命を落としたり、やみくもに危険を冒したりしません。いかなる状況に置かれても義を尊び、冷静沈着に行動することが出来る者を真の勇者といいます。

孔子の門弟に子路という者がおり、彼が孔子に「君子は勇を尚ぶでしょうか」と聞いたところ

孔子は 「君子は義を以って上と為す。勇ありて義なきは乱を為す。小人勇ありて義なきは盗みを為す」と答えました。

訳) もちろん君子は勇気を大切に考えている。しかし勇気の根本には義がなければいけない。つまり正義が常に勇気を支配していなければいけない。勇気だけで義をおもんじなければ世の中を乱し、小人(人格者でない者)で、勇敢だが義が無い者は、乱暴狼藉を働くようになり最後は盗みまで働くようになる。つまり勇気ある行動とは正義の為のものでなければいけません。

正義の伴わない勇気、これは「匹夫の勇」として蔑まれます。

しかし、義を貫くと言うことは口でいうほど生やさしい事ではありません。人はとにかく自分にとって楽な方を選び、自分の行動に対して言い訳を

し正当化しようとしませぬ。

「正義を貫くには、気合と覚悟。そして自律心」がなければいけません。この自分を律すると言う事はとても大変な事です。人間は欲望の固まりです。欲望には生理的欲望、精神的欲望、物質的欲望とがあります。

生理的欲望（お腹がすいた、眠たい等）はそれが満たされた時点で満足をしそれ以上は求めませんが、精神的欲望、物質欲は満たされれば満たされるほどどんどんとエスカレートしていき際限が有りませぬ。したがって、義を貫くためにはよほどの自律心を養わなければできぬものではありませぬ。其の自律心を徹底的に鍛える事によって初めて正義を遂行する事が出来るのです。

最後に、目黒支部が稽古の最後に毎回唱和している道場訓を紹介します。

道場訓

一、人格の完成に努むる事

偉人と言われている、楠木正成、中江藤樹、吉田松陰、二宮尊徳、乃木希典、勝海舟、などのように世のため人のために役立つ君子に成ることを志します。

心を磨き、自我を無くし、偉人に学び、世のため人のため
天下国家公に役立つ君子に成ることを志します。

一、誠の道を守る事

誠とは真心のこと。嘘をつかず、ごまかさず、口先よりも行動する人を目指し、約束を守り、人から信頼される人間になることを目指します。

一、努力の精神を養ふ事

辛い事があってもあきらめず、くじけず、目標に向かって最後までやり通す覚悟を持つことの大切さを学びます。

一、礼儀を重んずる事

全ての行動が美しく、気品が有り、周りを不愉快な思いにさせず、ご先祖様に感謝し、常に謙虚な気持ちを忘れません。

一、血気の勇を戒むる事

冷静沈着に行動し、弱い者には手をさしのべ、不正を許さず、常に正義を行う勇気を持つことを心掛けます。