

日本の礼儀作法の伝統

倉永 愛子

The Japanese traditional arts of etiquette and manners.

Aiko KURANAGA

1 はじめに

本学の建学の精神「礼節」「勤労」は、卒業必修科目として全学科の学生が入学後1年間履修している一般教養科目である。幕末の儒学者安井息軒が郷里清武の地に創建した「明教室」。その精神を引き継ぎ、「礼節」（自他の人間性を尊び、かつ己を律する精神）の教授の場として、この風光明媚な忍ヶ丘に建つ「明教庵」は学生たちに永く親しまれてきた学舎である。第一礼装である基準服を着用して身だしなみを整えた学生達は、ここ明教庵で人として嗜むべき修養的教養を身に付けるべく講義・演習に臨む。

本学に入学した学生の約4～5割の学生は「礼儀作法について学ぶのは初めてである」と回答している（筆者が担当する保育科、初等教育科、音楽科、人間文化学科7クラス計242名のアンケート調査結果）。また、履修内容の中で、「初めて知ったこと」としてあげた項目で注目すべきは「和室での立ち居振る舞い」「襖の開閉」「座布団の扱い」「上座と下座」そして「冠婚葬祭」「茶道」である。特に和室で正座し総礼後の黙想のひとつときは、学生達にとって新鮮な体験であるようだ。昔は朝の常として、殆どの家庭で子ども達は身支度を調えた後、畳に座りお辞儀をして家族に朝のあいさつをし、ご先祖様に手を合わせて、皆で食卓を囲み朝食を摂っていたものである。そこではお辞儀、あいさつ、姿勢、身だしなみ、言葉遣い、立ち居振る舞い、そして親や年長者を敬う心や感謝、気遣いや心配りなど多くのことを、祖父母や親兄弟、地域の年長者たちの姿から自然に学び身に付けることができた。だが、核家族化が進んだ現代ではどうであろうか。生活様式や価値観の多様化により学生達を取り巻く環境、生活の基盤そのものがその当時と比べて激変し近代化が加速してきている。おそらく学生の親の世代もまた同様のことが言えるのではないだろうか。家族が個々の携帯電話や端末機を所持し、各自が銘々の用件にすばやく対応できる便利な時代となったが、反面、家族の団欒とりわけ親子の会話や年長者からの教えや助言といった場面は少なくなってきているのではないだろうか。個々の家庭の生活様式そのものが殆ど洋式であるならば、従来の日本の礼儀作法、和室での立ち居振る舞いや襖の開閉、座布団の扱いなどを知らないのも決して不思議なことではないのである。では、知らなくても構わないものであろうか。身に付けなくてもよいものであろうか。

「自分に欠けている事はどんなことだと思うか」「これから一人の社会人として成長していく上で何が大切だと思うか」（上記と同様の学生に実施したアンケート）について、学生達は「教養（日本文化・茶道）」「TPOに応じた礼儀作法」「正しい言葉遣い、敬語の使い方」「あいさつ、お辞儀の仕方」「ビジネスマナー」「相手への気配りや心遣い」「相手を思いやり気働きができること」「心のこもった美しい丁寧な所作を意識して身に付けること」「感謝の気持ちや敬意を動作や言葉で表すことができること」「社会人としてのルールを身に付け、日常生活で活かしていこうと思う気持ち」「もてなしの心」「落ち着き」「実践力」と回答している。やがて社会人として本学を巣立ち次世代を担っていく学生達。「自他の人間性を尊び、かつ己を律する精神」を修得していく中で学生一人一人が如何に生きるべきか、人として大切なものは何かを考え、気付き、品性を磨き、社会に貢献できる人材として自己を成長させ、更にその精神を次の世代へと繋げ引き継いでいく役割を果たしていく。まさに、本学創設以来一貫して学生達がこの建学の精神「礼節」を学んでいる所以である。

江戸時代、会津藩五代藩主の時につくられた全国でも有数の規模の藩校「日新館」。十歳以上の藩士の子弟は入学が義務付けられ、入学前の九歳以下の子弟に対しては、七か条からなる「什の掟」があった。七か条のあとに記された「ならぬことはならぬものです」の一文は、印象深く心に残る言葉である。その幼児教育用『日新館童子訓』の冒頭には「人間はこの世に一人で生きているのではありません」とあり、「どんな人でも、生まれながらに三つの大きな恩を受け、その恩によって生かされているのです。その三つの恩とは、父母の恩、先生の恩、そして社会の恩です」と続く。子どもたちは日常生活の中での心得について具体的に繰り返し教えられていたのである。この種の藩校や寺子屋が、当時の日本には文字どおり、全国津々浦々に存在した。その数は一万五千を超え、武士の子供だけではなく、庶民の子供も皆学び、高い規範意識を身に付けていた（櫻井、2008）。

それから時代は下り、科学技術の進歩、社会構造の変化に伴い価値観の多様化という言葉が囁かれはじめて久しい。親子の会話にも敬語を使う場面は少なくなり、何を規範とし、どのような判断をしてどのように行動をしていけばよいのか、特に改まった場面や厳粛な儀式などでは戸惑う。その結果、意に反して誤解を招いたり、正しく相手に伝えられなかったり、迷惑を掛けてしまう状況に陥ることになる。今、大事なことは何か。これから考えていかなければならないことは何なのか。

これまで日本の礼儀作法に関しては、様々な角度から研究され論じられてきている。その中でも、礼儀作法やマナーに関する書物、雑誌類に於いて小笠原氏の名が挙げられていることに特に注目したい。本稿では日本の礼儀作法がこれまでの歴史の中で、どのような過程を経て今日に至ったのか時代を追いながら紐解き、小笠原流礼法に関する研究及び次世代に向けたこれからの礼節について考察する。

2 礼法の歴史とその背景

日本の礼儀作法を論じる上で、まず始めに有識故実について述べていかねばならないと考える。有識とは、先例に立脚する時宜相応の見識を意味し、指導者として批判するに足る見識を持つ博

識のことを指しその修得者を識者といったとあり、また故実とは、行事執行における正確な先例典故をいい、公家には公家故実、武家には武家としての故実があった、と記されている。明治維新以来、宮中の伝統的行事は改正され、欧風化することにより有識故実を実務とすることは基本的に消滅したが、わずかながら皇室の儀式として近年では平成の即位式、これに続く大嘗祭、また大喪、再興の春日・賀茂・石清水社のいわゆる三勅祭、伊勢の遷宮（2013年10月2日）などの祭礼行事にその面影を留めている（鈴木、1995）。我が国で礼法の概念が明確にされたのは、武家時代になってからであるといわれている。封建的身分制度を基礎とする武家社会に於いては、上下関係が固定化し、道徳的概念も強まり、礼節を基本とする礼儀作法の形成が求められた（鈴木、1995）。それ以前の平安時代には、年中行事の確立に伴い、宮中儀礼に関する有職故実が重要視され、小野宮流故実（藤原実頼）・九条流故実（藤原師輔）が確立する。たとえば「小朝拝」の宴会の場合には天徳元年（957年）正月七日の例を引用し、『九条流では廻転する時、剣が柱に当たらぬように清涼殿第四間より入って第五間に出ることになっているが、小野宮流では第五間より入って第五間に出るとする』など、細かに記されている（鈴木、1995）。

朝廷や武家の礼式の「礼」は、もともと儒教によって形成された道徳上の理念である。「禮」は示と豊からなり、豊は供物の高坏に盛った形を象るとされ、元来神に仕える宗教的儀礼を内容とした。また礼は体に通ずると解される。すなはち、礼の原義は、祭司の場合の行礼を内容とするが、これが人道主義を主とする儒教の立場から、礼とは、それに従って挙・進退・言語などを規制する客観的方式を指すと解されるに至った。『貞丈雑記』に「鎌倉將軍頼朝卿より武家の威勢強く、（中略）公家には公家の礼法を守り、武家には武家の礼法あり、京都將軍義満公の時に至りて、弥武家の礼法盛に備はり、公家の外地下の者ことごとく武家の礼法を守る事にぞなりける」と述べ、武家礼法は室町幕府の時に成立したとする。また、『南方紀伝』下に「小笠原清秀・今川範忠・伊勢貞行」の名が記され、「この三家のうち、特に伊勢・小笠原二流が武家礼法の家として行われた」とある（鈴木、1995）。

小笠原家は、源頼朝以来の御家人で騎射・弓術に秀でた家として著名である。室町幕府では武家故実の指導的地位を築いた。武家故実とは、武家の本務を達成するための行動を然るべしとする根拠となる例証で、多くは環境に即した先例であるが、後生の規範となる新規の内容も故実として取り扱われている。武家の本務は、治安の維持にあり、武器を整備し、武芸の修練につとめる弓馬・軍隊の道こそが、武家故実の中心である（鈴木、1995）。

この小笠原流礼法については、小笠原清忠氏がその著書（2008）の中で「小笠原とは清和源氏の流れをくむ氏族家名で、初代の長清が高倉天皇から賜ったと伝えられています。（中略）文治三年（1189年）、長清は二十六歳のとき源頼朝の糾法師範となります。これが小笠原流の始まりです。頼朝は『東国の武士礼に倣わず』では、武士の威厳を損ねると、有識故実に精通した三善康信、大江広元等を招聘し、さらに小笠原長清を指南役として迎えたのです。この年の八月十五日には流鏑馬が行われ、弓始、奉射、大的、百手、丸物、笹懸、犬追物などの儀式が制定されました。それまで儀式とは宮中で故実により厳格におこなわれるものでしたが、これらの儀式は省略できるものは省

略し、新たな時代考証の下に、武家の儀式として定められたものです。その後、惣領家は、いくつもの戦乱をくぐり抜けますが、信州松本から明石十萬石を経て、豊前小倉十五萬石の大名となります。」と述べている。

江戸時代になると、家伝の文書を献上して徳川家の儀礼に室町將軍家の伝承を伝えて功を成した。宝永5年（1708年）4月16日、松姫を松平吉徳に降嫁させるにあたり「その礼法を講すべきむね命ぜらる」とあり礼法の伝承に努めた。その後、徳川家茂・和宮との婚儀にも預かることになる。伝統行事と、実際の武具・装束・調度の類の故実に関し、特に深い関心を示して調査復活に努力したのは八代將軍吉宗である。古武術再興に力を尽くし、吉宗再興の騎射を小笠原平兵衛常春に預け師範を命じている。この流鏑馬・笠懸の復活様式を小笠原流の名の下に興行して近世の弓馬故実の本様とした（鈴木、1995）。

未熟だった武士たちに、弓術と馬術の技術や武器の取り扱いを修得させ、いつ起こるか分からない本番での戦い「いざ鎌倉」の時のために、日々怠ることなく心身を鍛えておく必要があった。

「このため、糾法の師範、つまり軍隊の教官としては、自軍の軍事力強化のために、強固な肉体作り、特に足腰の強化を重点課題とした訓練法を考える必要があったわけです。この命題に対して考え出されたのが、『日々の生活の中で、自然と身体を鍛えることのできる訓練法』です。しかも、実践で役立つためには無駄な動きは禁物です。極力、無駄を廃して人間の肉体的特徴に即した合理的な動きに重点を置く必要がありました。この、『身体の鍛錬を目的とした合理的で無駄のない動き、そこから生み出される心身の調和と美』これこそが、小笠原流の神髄であり、『日常における心身の鍛錬』を抜きには、小笠原流礼法を語ることはできないのです。」と述べている（小笠原、2008）。

「正しい姿勢の自覚」「筋肉の動きに反しない」「物の機能を大切に使う」「環境や相手に対する自分の位置を常に考える」この四点を大切な条件とし、すべての動作には裏付けの論理があり、正しい姿勢や立ち居振る舞い、歩き方、座り方などの実用的で合理的なその基本動作を意識して日々鍛錬することで、自然に背筋も伸び、首や足腰が鍛えられるしくみとなっているのである。そのことにより自ずと内面にも変化が生まれ、心身が磨かれ、美しい姿として写る。「礼法とは、一個人の考えではなく、また一時に考え出されたものでもありません。何百年もの間に紆余曲折しながら培われ、人間の身体機能と物の機能の理解の上に編み出された、いわば私たち日本人の叡智の結晶と言えるものです。」としている。

また、「互いの安全のために生まれた礼法」として武士の子供たちは、幼少の頃から武器を常に携行している武人ならではの、身を守るために覚えておかなければならない厳しい躰をされ育てられた。例えば、往来で馬に乗りながら互いにすれ違うときの作法がそれである。「鎧から足を外すこと。」なぜならば、もし鎧に足をかけていれば、すれ違う瞬間に相手を斬りつけることが可能な状況下にあることを相手に伝えているのと同じ事になるからである。鎧から足を外しているという姿は「あなたに斬りかかることは決してないです。」と伝えることを意味し、安全のための意思表示である。同様に、腰に挿している刀は落とさないように左手を添えても構わないが、「刀の鐔に指をかける動作はしないこと。」なぜなら、「攻撃」に通じる「鯉口を切る」その動作は、たとえ本人にその気が

なく、しかもその行為にどういう意味があるのかを知らなかったとしても、相手からすれば「いつ斬りかかってくるか分からない」身の危険を感じる動作であり、身を守ろうとして相手が斬りつけてくるかもしれない。つまり「知らなかったでは済まされない」重大な事態を招くことになりかねないのである。今日の訪問のマナーに、コートや帽子などは訪問先の玄関の外で脱ぐのが礼儀とされているが、これも元々は門をくぐる前に「武器を隠せるような外套や被り物などはこの通り外しています。武器は隠し持っていません。どうぞ安心して下さい。」ということを示すための武家社会でつくられた作法である。往来の行き来にしても、すれ違いの際には「左側によける」のが一般的な作法とされている。これなども、武士は刀を左の腰に挿していたので、右によけると互いの刀がぶつかり合って不便である。また無用のいざこざを避けるためにも左によけるのが作法となった。これに類似したことは、現代社会の作法に於いても説明できる。いずれも相手の立場に立った安全性や思いやりを大事にしたその気遣いが基本となっているのである（小笠原、2008）。

3 小笠原流礼法の伝書の教え

鎌倉幕府成立以来、八百年あまり武士のたしなみとして受け継がれてきた小笠原流礼法に関する伝書類については、小笠原忠統氏がその著書「日本人の礼儀と心—小笠原流伝書の教え—」の中で詳しく記している。「幸いなことに」と始まるその一語からは実に感慨深い筆者の思いが伝わってくる。「数多く残っているそれらの伝書の中には、足利末期の小笠原長時（信州松本城主）の裏書きや、足利中期の政康以来の伝書というものなど、その他秘伝とか口伝と称して書き残されたものが、『七冊』『九草紙』という形で残っている。また、足利三大將軍義満の命で今川、伊勢、小笠原の三家で編纂した『三議一統』あるいは『大冊子』のように室町の作法の背景を示す随筆的なものなども残っている。」とあり、詳しく見ることができる。ここでは、伝書の記述「気遣いと慎みの教え」の中から以下の（1）～（6）について注目し、「礼節」と照らし合わせ現代の有り様について論ずる。

（1）気遣いと遠慮

「時宜よきよう、気遣い肝要のこと、このことすべて及ぶべし」というような注意書きが、古い伝書にはほとんどの項目について、繰り返し書かれている。相手を思いやり、自分のおかれた立場なり、分なりを超えない範囲に身を引き締める節度を保ちながら、人にいやな思いをさせまい、人の好意を無視してはならない、人を善意に解釈しようというような他者への態度を示すためには、行動の前に相手に対する容認や許容、自己に対する抑制というような精神的な余裕が必要になってくる。礼儀は、このような気持ちの余裕のうえに、あるいは内面的準備のうえに成立する。あいさつやお辞儀の仕方、言葉遣い、敬語の使い方、歩き方や立ち居振る舞いまで、その人の心の表れとして相手の心に伝わることになるのである。気遣いとは遠慮することではない。むしろ、積極的に相手を思いやる気遣いであり、またその場の状況をあらかじめ適確に予測しさらにその先を判断して、それに対応すべき心構えや動作なりをつくりだしていく配慮ということまで含んでくる。従って、気遣いには「慎み」と「思いやり」と動作についての「予測」を伴うことになる、としている。

例えば、「礼節 21～24：訪問と応対 I～IV」の単位では以下の演習を行う。訪れた客が玄関で履き物を脱いで上がる際の気遣いである。亭主側は客に「お待ちしておりました。どうぞ、お上がり下さい。」と声を掛け、客が遠慮せずに上がりやすいように声を掛け、導く。客はそれに対応し、へりくだって下座の場所から相手に背中を向けないように配慮し履き物を脱ぐ。その後、客に気付かれないようにさりげなく亭主は客の履き物を、履きやすいように上座へ置き直す。また、寒い日には冷えきった客のために、あらかじめ座布団を陽に当て温めておき、その座布団を客にすすめる。その座布団に座った客は、「そこまでして自分のことを待っていて下さったのだ。」とほのぼのとした暖かい思いに包まれ、亭主の心配りに感謝する。さらにおいとまを述べ辞する際、玄関で履き物を履く時に亭主の細やかな心遣いに気付くのである。このような亭主の気遣いもその一例といえる。

(2) 静粛の気遣い

人につかえるときに心得るべきこととして「主人の御座近き処にて、高雑談、高はなをかみ、戸のあけたてあらく、足音高きは尾籠（してはいけない）のことなり。」とある。このような音に対して敏感な礼儀を尊ぶことで、言葉も動作も自然と静かになり、一つ一つの動作にも細かい神経がゆきわたってくる。スリッパを履いて廊下を歩く人の足音、階段を昇降する人の靴音、足先一つにまで神経をゆきわたらせて歩くか否かである。「これは、一足ごとに体の重心を前足の方に全部かけてしまうため、歩行の流れが一回ごとに途切れてしまうことからきている。」とし、歩き方について詳しく記されている。小笠原流の作法では、歩くことが一人前にできるまでが大変な修行であり、座り、立ち歩きまわり、お辞儀ができ物が運べるなど、百という動作が躰の基本となっていた。「自然に美しく歩くためには、踏み出した足は軽く力を入れずに、残った方の足に体重をもたせておいて、身体の運行につれて重心を移動していく。どちらかといえば後ろ足を前に運ぶことを中心に考えて歩いて行く。そんな歩き方をしていると、重心の移動が平均してあのドスンドスン歩きにならないのである。」運んできた物を置く場合、茶道では軽いものは重々しく、重いものは軽いように持つというような伝えがある。大きく重い物を置く場合は、向こう側の左、次に右、それから手前という順で、机や畳に置くような躰がされており、見た目も美しく、いかにも重い物を持ってきたのだという押し付けがましさを避けることもあろうが、このように丁寧に置くことで大きな音を避けることができるという心得であったようである。物を大事に扱う心の表れにも繋がる。確かに、演奏会に出かけた際、演奏の切れ間に緊張がとけると、今まで静まりかえっていた会場のあちらこちらから咳払いなどが急に聞こえ始めて、逆にそれまでの静けさに気付くことがよくあるものである。そういう場に接したとき、その場に居合わせた観客一人一人の気遣い、その品格に美を感じるものである。これこそが静粛の気遣いであり、互いを敬う心の表れといえる。

電車やバス、食堂などでの携帯電話のマナー、廊下を歩く靴音や椅子から立ち上がる際の音などもまた然りである。周囲への配慮、音を立てない工夫など、そのすべては相手や周囲へ気遣う心から発するのだ、ということは理解できても、それを意識して行動できるのかが問われるところである。頭では分かっている。知識としては知っている。だが、実際の日常の生活において果たしてあ

るべき姿・行動を伴っているのか、という点を意識して過ごしていくことが重要であるといえる。

(3) 我が心十分にならぬ気遣い

「御前に伺候の時、膝を組ぬき、入手すべからず。いかに可笑しきことありとも、声たてて笑うべからず。扇をつかうべからず。汗をぬぐい、鼻をかむべからず……」あぐらをかいしたり、懐手をしたり、もっとひどいのは、机に肘をついたり、横ずわりとかこのようなだらしのない行動や自分にとっては楽な姿勢をとることは、相手に対する緊張を欠くと見られたていた。また、いくら可笑しいことがあっても、人前で高笑いをすると相手は自分のことを笑われているように感じて不愉快になるのは当然である。さらに、目のやり場、目遣いなどにも言及している。「うかうかと、人の顔をまほり、座敷を見めぐる事しかるべからず」というような項目もあり、慎みの態度と視線のあり方について説いているのである。初対面の気の詰まる相手のときなど、目のやり場にこまったり、ついキョロキョロと部屋中を見まわしたり、また、初対面の相手の服装などをジロジロと見取ってしまう姿を目にすることがある。そのような落着かぬ視線のあり方も、やはり「我心十分」に近いものとして禁じられているのである。だが、すべて「べからず」としながらも、どうしてもくしゃみや咳が出そうなとき、鼻をかみたいときには相手に配慮し目立たないような気遣いをしながら、「時宜よきよう」にすることは差し支えないとしている。

TPOに応じた礼儀、あいさつ、言葉遣いができるということは、容易いことのように難しい。例えば本人はあいさつをしているようでも、人の目にはそのように映らない場合もあるのである。最近、店に入ったときに受ける独特な印象に戸惑うことがよくある。接遇マナーに首をかしげる場面を見かけることがあるのである。それは、「いらっしゃいませ」とあいさつの言葉は聞こえているが、客の方を向いて笑顔で対応しているのではなく、下を向き自分の仕事をしながら言っており、音声だけ発して機械的に言っているように映るのである。音声だけ聞くと、いかにも丁寧にやさしく感じのよい発声のやり方である。しかし、心が伝わってこない。残念な現象である。また、儀式や集会の場で隣同士や前後の人たちと話をしている姿、公共の場や職場などで自分の思いのままに振る舞い高笑いをしたり、ふざけあっているような姿は、「私は周囲への気遣いもできず、身勝手にマナーを知らない人間です。」と発信しているのと同じで、そのことに気付かないのは残念なことである。結果的に、誰しも不愉快な思いになる。相手に対してこのような不愉快にさせない気遣いの心は礼儀の基本である。

(4) 食事の場における慎み

我心まかせを避ける飲食の例としては「人の相伴すること」という、目上のものと食事をともにする心得が示されている。「箸をとるから、飯ならば汁をかけ、湯をのみ箸を置くまで、貴人を見あわせ、貴人よりさきにて有るべからず。」また、酒の方でも、「人をも見合わせ候わで、心まかせに呑むは狼藉なる事なり。」とある。食事の始めから終わりまで、酒を飲むにも常に相手を見合わせて、相手より先にならないこと、こちらだけの心まかせに酒食をしない慎みが要求される。さらに、飯の再進（おかわり）を食べる動作をも記されており、「再進を請ける時は次の上に一礼して、次の下

の請ける間は、少し待つ心して、菜などをいろいろ、下の者再進を請けてより喰うべき也。」ここでの慎みは、上位の者に対してだけでなく、自分より下位に対しても同様の慎みを持って食事を楽しむ心が大事であると説いているようである。飯の食べ方にも、お菜（おかず）に心を奪われて、あさましくみえるような態度を避けるいろいろな心遣いがみられる。「さて、喰いようは、何にても、そと（そと）喰える、よきなり。心にまかすべからず候。」と、静かな態度で食べるようにし食べ方の順序も主食である飯をいただくためにこそ菜があるので、菜に心を奪われてしまうことを、「菜を喰うとき、二色も三色も一度に喰う事、かつてあるまじく候。移り箸とて、大いに嫌うことなり。一色くいては、さて飯を喰い、その後また別の菜を喰うなり。能々心得べし。」として、必ず飯と菜を交互に食べること、菜から菜へと渡り歩かないように、移り箸の禁をつくり、さらには迷い箸も慎みのないいやしいものとしている。そして、単に食べるだけではなく、食べたあとの形にまで、歯形がそのまま残るような食べ方は避けるべしとし、「餅を喰うには一口宛喰わぬ物也。其故は歯あと月の輪のごとくにて、見苦しければ也。二口づつ喰は歯のあとなくなるなり。」と述べ、餅の食べ方を例に挙げていねいに示している。西洋料理のマナーの中にも、パンは歯形を残さぬよう一口大に手でちぎって食べる心得があるが、それと同様に慎みの心遣いが示されている。

箸の持ち方や配膳の仕方、そして食べ方などは子供の時から家庭で躾られてきたことである。毎日欠かすことのできない食事。美味しそうに食べている姿は実に良いものである。そこに、食事のマナーが備わればなお一層おいしさも増すはずである。慎み味わう食事でありたいものである。

(5) 目にたつならばそれも無躾

伝書の和歌より「足も手も みな身につきて つかうべし 離れば 人の目にや立ちなん」「無躾は 目にたためかば 躾とて 目にたつならば それも無躾」「仮初めの 立居にもまた すなおにて 目にかからぬぞ 躾なるべき」というような極意が示されている。室町武士の目にたため身仕舞いについて、「紋付きの紋の事、夏に着る薄物の事、三つえりの事、強い香りの事、年よりくすんだ色合いがよい事」などが記されている。その一時代後の茶道の教えにも、「よろず目に立ち候らはぬやうに。」という教えがある。自己を消し目につかないようにするなかで、美しい立ち居振る舞いや、相手に対するこまやかな心遣いから滲み出るその人の品性こそが美であるといえる。

我々は人と出会う時、或いはレストランや病院などを訪れたとき、視覚による感覚的判断つまり第一印象（非言語メッセージ：表情、身だしなみ、服装、髪型、姿勢など）でその人物、店、病院などの印象の善し悪しを判断する。清潔感や清々しさ、明るく品性のある姿は社会人としてのたしなみとして大事なことである。ここではそのことをすでに言及している。いずれもセンスのよいさりげない品性について論じているのである。現代では、価値観も多様化し、情報も素早く入手できる世の中となり、個性尊重の立場から個人の服装、化粧やアクセサリ、髪型などについてその善し悪しを言及することが難しい風潮になってきている。特筆すべきは、すでに室町時代には、紳士淑女の品格についてセンスを磨くようにと指南する人がこのように存在していたということである。

(6) 察し合う心の表現

よく日本の文化は「襖の文化」であるといわれてきた。「御主の御機嫌も知らず、物を披露するは然るべからず。よくよく時宜を伺い候て、何事も申す事なり。」「別人の物申し候はん時、何となきようにて、そのところをたちのくべし。耳立てして聞くべからず。」とし、相手の気持ちも察せず話しかけることを戒めている。また、何か話し合いをしているときには何となくその場をはずすべきで、「耳立てして」聞くような態度をとることを戒めてもいる。このように、相手の気持ちや、その場の状況を察せずに襖をあげたり、無断で入ってくるようなことは当然あり得ない。まして個人的な話をしているようなら、立ち聞きするどころか近づくこともしない。そういう約束が守られるという信頼関係があってはじめて、襖の意味が成立する。当時の家老などは、廊下など歩いていても足音一つせず、主人の部屋の近くに来て、かすかに袴の衣擦れの音がする程度であったという。家老は、襖際まで来ると、咳払いと言うほどではなく、軽くしわぶく程度の音を立てる。誰の咳かは判断が付くのである。部屋の内にいる主人は、その音で「ああ、あの家来が来たのだな」ということが分かる。そしていちおう迎え入れる態勢を取り、姿勢なども正したうえで、分かってはいても「誰か」という問いかけをする。そこで家老は、初めて「…でございます」と声を出して答える。そして内部の準備を見計らってから、襖を開けることになるのである。入る者は、まず、わずか手の先が入る程度襖を開く。三センチか五センチ位であり、これが、これから入ってくるという合図である。そして次に半分まで開く。ここまできると入ってくる者の体半分までは見えてくるがまだ目と目は合わせない。入る者には主人はまだ見えないが、相手をしている人や部屋の様子は大体のみこめるので、その部屋で処すべき態度などの見当が、一応つけられる。最後に全部開き、お互いに全身が見合わせられるという手順である、としている。

このように、いきなり一度に開けるのではなく、声を掛け合い、さらに三段階に分けて静かに開いていく間合いの美しさは日本ならではの所作であると言える。学生たちは、「礼節」の講義の前に廊下に座り、次の学友に「お先に」とあいさつをして、一人一人このように襖を開けて入室している。毎時間繰り返すことで自然に体が動くようになっている。頭で理解していても実際には美しい所作ができないことが多いが、それを「身に付ける」ためには、やはり基本的に忠実に丁寧にくり返しその度に心を動かして行くことだということを、学生自身が実感している一例である。

今の建物は襖や障子よりはるかにドアの場合が多い。家庭では襖をこのように三段階に分けて開ける作法はしないだろう。しかし、何らかの形で合図を送りドアを開ける。欧米でもノックをして入室するマナーがある。「失礼致します」「…です。入ってもよろしいでしょうか。」などと声を掛けて、相手からの返事を待って入室する。その間合いを大切にすることは相手を敬う気遣いの表れである。

伝書の中には、「盲人に合わせる作法」についての項目がある。室町時代の武士社会において、盲人の琵琶法師を招いて平家物語などを語らせる場合も少なくなかったようである。この盲人に合わせるための作法が細かく述べられている。「案内するときはその右の袖をとって間違いなく席に座れ

るように手引きし、貴人の席のあり場所、そこに居並んでいる人たちが身分の高下にしたがって、どのように座っているかなど、座敷の状況をよくいきかせてやれ。」とある。さらに茶を勧めるときは、「まず自分の右手で盲人の右手を持って、その手の上に自分の左手に持っている茶碗をのせてやれ。」という細かな配慮もされている。琵琶を渡すときも、盲人が受け取ってそのまますぐに弾き始められるような渡し方を想定して「初より座頭の弾くごとくにして持ち出る也。」とある。

ある会社の職員採用面接担当者が次のように述べていた。それは、机にペンを置いておき、やがて面接が終わりに近づく頃、「私にそのペンを取ってください。」と学生に投げかけるそうである。その学生が相手のことをどのように気遣うことができるのかを見極めるためとし、「まず、すぐにペン先を出して（ペンは文字を書くための道具である。相手は文字を書かれるのだと予測できる）、ややペンを傾け、相手の利き手の方に、すぐに持って文字が書きやすいようにして、両手で差し出せる（相手がペンを持ってすぐに文字が書けるようにお渡しすればよいと判断し対応できる）気遣い、気働きのできる人であるか。」を採用の一つの判断材料にしている、というのである。まさに、琵琶の渡し方と同様に、相手の立場に立って、相手を敬い如何に行動できるかということは大事なことである。他にも、「上下の秩序と気遣いの動作について」や「残心の礼儀」について具体例を挙げ、ていねいに述べられている。伝書を読みすすめる中で認識できたことの一つに、ただ形だけうわべだけの堅苦しい作法ではなく、場合によっては寛大な配慮が成されているのだということである。随所に弾力的な考え方も見受けられる。大事なことは、相手に対する心遣いであるということ。それさえ心の内にあれば、あとのことは要するに「時宜よきよう」「目にたち候わぬよう」適宜に考えて行えばよいのだということである。

4 考察

本研究のねらいは、日本の礼儀作法の原型がいつの時代にどのような過程を経て誕生したのか、さらにどのようにして今日までその伝統が受け継がれてきたのかを明らかにし、「礼節」を学ぶ学生一人一人に、所謂次の世代に如何にしてこの日本の礼儀作法の伝統を引き継ぎ伝えていくかということである。ここでは主に小笠原流礼法の「心」に視点を当てすすめてきたが、実際にその「心」を如何にして「形」として相手に示していくのか。美しい姿勢とは、心のこもったお辞儀とは、場に応じたあいさつとは、歩き方、座り方、立ち方、向きの変え方とは…。その点については、まず基本を習熟し、繰り返し演習を積み重ね、身に付けていく事になる。五感を働かせその場の状況を瞬時に判断し、ことさらに大げさな振る舞いは避け、相手への気遣いを第一にさりげなくしかもスムーズに動作を行うこと。それは実に無駄のない洗練された美しい所作であり姿である。実際に学んでみると、足腰の筋肉を鍛えておかなければ容易には行えない。まさに当時の武士達の心身の鍛錬から生まれた所作であり動きであることが分かる。

昔から一つ一つ語り継がれ今日まで大切に守り伝えられてきた日本の礼儀そして作法。「礼節」を学び一年後には本学を卒業していく学生達。やがて保育士や幼稚園教諭、医療事務、医療秘書、企業や会社の職員として、様々な人たちと関わりながらこれから生きていく人たちである。相手を

敬い気遣う「心」を意識し、「形：表情・言葉・所作」としてどのようにその心を伝えていくのか。

そこで、本研究のねらいを具現化するために、「礼節」で学習する各単元のねらいについて自ら意識付ける時間を設け、自ら興味深く取り組む環境・場の設定をすること、さらに具体的な作業や実践を通して、学生一人一人が互いに学び合える演習と評価を重ね自信に繋がられるような環境・場の設定をすること、以上の二点を試みた。

「茶道」の単元の終わりに、明教庵の和室で学生たちがしみじみと「心と体は繋がっているのですね。」と感想を述べていた。この単元を学ぶにあたり、事前に茶道の歴史、道具、茶室、亭主・客の心得の5つのテーマから一つ選び、それについて調べたことをレポートにまとめる課題を出した。学生はテーマごとに数名のグループになり各自のレポートを持ち寄って、何についてどのように伝えたいのかを話し合い、研究発表の資料を編集し作成した。その資料はクラス全員に印刷して配付し、その資料をもとに各グループ全員がそれぞれ研究発表を行い、学生同士が互いに学び深め合う時間を設定した。ただ、お茶の点て方やいただき方だけを学ぶのではなく、茶道の歴史やそこに関わった多くの先人達がいたことを知り、茶の湯の心とその精神、亭主・客の心得を調べることで、より主体的に取り組む興味深く内容を理解し、亭主・客の両方の立場を経験することで、その一服のお茶に込められた思いや感謝し味わうということがどのようなことであるかを体得し、より深く学び得ることができたのではないだろうか。授業外学習の課題を出し評価した。その結果、クラスの約8～9割の学生は「和敬清寂」「一期一会」について自分なりに深く解釈し記述できていた。このことから、学生達は茶道という日本の伝統文化に対して興味深く取り組み、一服の茶に込められた亭主の心遣いや、またその温かい心遣いに対し感謝の思いを伝える客の心得などを学ぶその過程で、「茶の湯とは、湯を沸かし茶を点てて飲むばかりなることと知るべし」という千利休の言葉の中に込められた意味に気づき、自分の内面をも成長させることができたと評価することができる。そのことは、学生の姿、所作からもうかがうことができた。

学生達が「次世代の子供たちに伝えたいこと」として挙げたのは、「日本ならではの礼儀作法（大人が手本を示す）」「元気よく気持ちのよいあいさつ」「茶道」「公共のマナーと配慮」「相手を敬う正しい言葉遣い」「思いやり」「気遣う心」等であった。

また、「現在、意識して実践しようとする」として挙げたのは、「場に応じた行動、言葉遣いをする」「授業・集会での礼（指先と足を揃える・椅子のマナー）」「正しい敬語を使うこと」「相手に失礼にならないように礼儀作法を身に付けること」「目配り・気配り・心配り」「立ち止まって礼をすること」「自分の方から笑顔であいさつをすること」「相手を思いやり行動すること」「相手の立場になって気遣いをする」「美しい立ち居振る舞い」等であった。（先述の学生を対象にしたアンケート結果より）

学生が日常生活の中で、自らが意識して周囲の手本となるレベルにまで高められるようになるために、各自が礼儀作法に関する具体的な意識付けを習慣化し、フィードバックし自己評価を行うプロセスは重要である。自己の行動目標を掲げてそれを達成できるように明文化する作業、そのためにはどのように実践していけばよいのか、実際に礼儀作法の基礎基本を繰り返し行う場を確保し、

学生が互いの姿から学び合う環境、自信に繋げ一人ひとりが次への更なる目標へと繋げていける場の設定を行い、それを評価・検証していくことが肝要であると考えている。本研究を行う過程で様々なことを明確にできたことは意義深い。

5 おわりに

本研究を行うにあたり最も注目したのが、和室での座礼の仕方であった。礼儀作法について文献を調べる過程で、立礼は「会釈、普通礼、最敬礼」の三段階のお辞儀が基本となるが、座礼はさらに細かく分類され「指建礼、爪甲礼、折手礼、拓手礼、双手礼、合手礼、合掌礼」と7段階のお辞儀があること、男性と女性では手の付き方に特徴的な違いがあることなどが分かってきた。そのことがきっかけとなり、実際に小笠原流礼法の教場に足を運ぶことができた。伝統ある礼儀作法を実際に学び実に感慨深いものがある。

礼儀作法は決して短期間で身に付くものではない。意識して繰り返ししっかりと所作を身につけていくこと、そして、その所作には必ず心が伴っていることを理解して行うことは大切なことである。礼儀作法を全く知らないまま社会に出ると、具体的に詳しく学び演習を積み重ね身に付けた上で社会に出るのでは、そこに大きな違いが出てくるのは明らかである。できることならば、幼少の頃から家庭や地域、保育園、幼稚園、そして小学校・・・と成長していく過程において、そこに関わる身近な家族、年長者、先生が、子供たち一人一人に人としてのたしなみや礼儀、優しさや気遣いの大切さ、そして場に応じたあいさつや心を伴う所作などを繰り返し具体的な手本を示しながら積極的に教え伝えていくことは重要なことであり、その責任と義務があるのではないだろうか。

学生一人一人が、本学で学び得た建学の精神「礼節」「勤労」を誇りとし、様々な場面で次の世代の子供たちに「気遣い慎む心」や「無駄のない洗練された美しい所作」について手本を示し教え導く存在となっていくことを期待し、更なる研究を深めていきたいと考える。

【参考文献】

- 小笠原清信、1975、『小笠原流礼法入門』婦人画報社.
- 小笠原清信、1985、『しつけの事典』東陽出版.
- 小笠原忠統、1986、『小笠原流 礼法入門』中央文芸社.
- 小笠原忠統、1988、『日本人の礼儀と心』ダン社.
- 小笠原清忠、2008、『一流人の礼法』日本経営合理化協会.
- 櫻井よしこ、2008、『日本の論点』文藝春秋
- 鈴木敬三、1995、『有識故実大辞典』吉川弘文館.
- 前田紀美子、2008、『やさしさが伝わる日本の礼法』玉川大学出版部