

# あ・うん

金剛禅総本山少林寺広報誌

vol.  
**68**

2020 睦月・如月

## 謹賀新年

金剛禅運動。

社会に求められるのは人の「質」。

慈悲心と正義感を養い

社会に役立つ人になる。

幸多き一年でありますように

皆様のご活躍を祈念いたします。

金剛禅総本山少林寺管長 大澤 隆

特集／新春座談会2020

新しい時代の金剛禅教団

……脚下照顧から未来へ

## 新春のごあいさつ



宗 昂馬 少林寺拳法三世師家

皆様に、新春のお慶<sup>よろこ</sup>びを申し上げます。

本年、1月1日付にて、私は少林寺拳法三世師家に就任いたしました。

これより経験を積み重ね、皆様のご支援を頂きながら、社会に役立つ人づくりを目指し、少林寺拳法を創始された宗道臣初代師家の志、また、二世師家が具現化された金剛禅運動を正しく承継するために、力の限り尽くす所存です。よろしくお願い申し上げます。

さて、少林寺拳法は、創始から73年目に入りました。「一年の計は元旦にあり」といわれますが、今一度、私たちの活動が社会にどのように伝わっているのかをしっかりと考え、皆様とともに歩み出す一年にしたいと思います。

また、ことしは東京オリンピック開催の年であり、にぎやかな年となることでしょう。一方で、日本が抱える社会問題は年々深刻になっており、掲げる理想や身近な目的と現実社会とのギャップを埋めようとする私たちの役割も大きくなってきているのではないのでしょうか。

自分の成長だけを目標とせず、人間力や社会とつながる心を養わなければならない時代です。人と人がお互いに理解し合い、協力して成し遂げる喜びや、自分が誰かに必要とされている喜びを実感することが何よりも大切だと思います。

少林寺拳法創始の目的でもある「人づくりによる国づくり」を具現化できる場として、地域社会のニーズに合わせられる道院による運動を最大限に生かして、他人との比較や競争ではない生き方を、金剛禅とともに一年間歩んで参りましょう。

最後に、本年も皆様の道院活動がますます充実することを心から応援しております。

# 新春座談会2020

## 新しい時代の金剛禅教団……脚下照顧から未来へ

去る1月12日、金剛禅総本山少林寺において、宗由貴二世師家より宗昂馬三世師家への承継式が執り行われた。そこで今回は、宗昂馬新師家と大澤隆金剛禅総本山少林寺管長、そして本法人の責任役員である須田剛、海鋒雅之、東山忠裕の各氏に、金剛禅教団の現状認識とその展望について語り合っていた。

## 人と社会にとって 価値ある活動

**管長** まずは、師家ご就任おめでとうございます。新しい時代に向けて、金剛禅の教えを守り伝えるために、これからも師家の下、教団を発展させていかねばなりません。そこで本日は師家をお迎えして、そのために何をすべきか、何が必要かを、改めて一緒にお話しただきたいと思えます。よろしくお願いいたします。



**師家** 師家としての元年にまず思うことは、門信徒以外の方たちにとりましても居心地のよい組織、「いいね」と言っていただけける活動でありたいということ。そのためにも、まずは本山内局の質をより高めていただきたいし、私もその方向を目指して脚下照顧していきたくと考えています。

**管長** 社会が必要としている人と人とのつながりやぬくもり、生きる力を育む活動というものが少林寺拳法の世界にはあります。本山としても、私たちが活動を通じて社会にもっと広く知っていただく努力をしたいと思います。いかねばなりません。



大澤隆金剛禅総本山少林寺管長

闘している。お金ではなく、人づくりに喜びを感じています。こうした活動が何十年と続いていることを、私たちはもつと誇りにし、その活動の本質と価値を改めて自覚しなければならぬと思います。また、本山はそうした価値が感じられるところ運営や管理だけでなく、道院や門信徒にとつての憧れ、指標でなければいけないと思えます。

## 宗門の行としての 修練

**海鋒** 広く正しく知ってもらうためには、まず道院長や幹部が金剛禅の教えを自分の中に落

とし込んで、さらに今の時代にあった言葉や行動でそれを表す必要があると思います。少林寺拳法は大切な修行法ですが、道院の活動が武道やスポーツと同じだと見られるとしたら、それはまったく不本意なことです。  
**東山** 人間的な成長というのは、技術の修得とは違って目に見えにくく、自覚もしづらいものです。でも、道院ではそれを体感することができます。先生や先輩に見守られて、人としての生き方を学び、修行をコツコツと長く続けながら、できなかったことができるようになり、いつしか自分の行動も変わる。すると周りの人たちの見る目も変わり、評価されるようになります。そこには、喜びや感謝、人との絆がある。それが本来の道院の姿です。  
**管長** そのとおりですね。人としての生き方ということでは、自分さえよければ、という世界はそもそも道院にはありません。心と体の調和、人と人との調和、それを求めることに価値があるということを意識して修練に取

り組まなければなりません。

師家 私は、修練に限らず、道院ではさまざまな活動、考え方や思いも調和していくように思います。道院での物事というのは、常に一つの方向に向かってつながっていると感じられるものでありたいですね。そう思えるようになるベースとして、少林寺拳法を皆と一緒に修練することの意味は大きいのです。

須田 そうですね。技が掛かれば痛いし、握られれば体温を感じる。そうして相手との関係を、体を通じて理解していくという修練になっています。体と心とをマッチングさせることを学んでいるのですね。そのことを正しく認識でき、指導できる人を増やさねばなりません。そして、



須田剛責任役員

本山はそうした修行体系を整備し、高め、維持しないといけない。これはこれで大きな課題の一つですね。

## 道院で得たことの実践とその広報を

海鋒 私たちの活動をもっと知ってもらおうという点では、武道としての少林寺拳法の魅力に甘んじるのではなく、大きく方向転換をする必要があると感じます。年代にもよりますが、多くの人々の関心は、もう武道ではなくなっています。人や社会に役立つ人づくりの傍らで少林寺拳法を行っている、くらいの気持ちが必要ではないでしょうか。

師家 修行はいわばインプットですが、その価値を感じるには、道院で得たことを実践し表現するアウトプットの機会を持つことが大切ですね。昇格や大会は、修得した技術のアウトプットの機会となりえてきました。では、修行という大きなくくりではどうかということですね。

東山 そうですね。特に地域社会での活動というのは、教団や

道院にとっても非常に大切です。例えば、月に一回の地域の清掃活動であっても、続ければ認められ、認められればその教えや道院活動についても皆さんに理解されやすくなるものです。

須田 そうした意味では、金剛禅で修行した人たちが、社会でどのように活躍しているかという広報がもっと必要だと思えますね。「信条」にある「平和と福祉に貢献する」ということが、それぞれの現場でこのように実践されているという紹介がもっとあるべきです。ボランティアにとどまらず、この組織にはいろんなリーダーや保護司、地域の世話役を務めるなど、本当に素晴らしい活動をされている方が大勢おられるわけですから。

管長 同感です。金剛禅の価値をしっかりと広めていくには、時代に合った適切な広報、今以上に道院が活動しやすくなる制度など、多くの課題や改善点があります。また、それらにスピード感を持って対応できる本山でなければなりません。師家も言われたように、本山内局の

仕組みや業務の質というものを、もっと高めたいと考えているところですね。

師家 多様化した社会でタイムリーにキャッチアップしていくためには、スピード感が欠かせません。そのためにも、グループ各法人内局の横のつながりを、もっと密にすべきと考えています。すでに法人横断での内局の委員会をいくつか立ち上げましたが、4月から有意義な活動ができるよう準備を進めてもっています。この取り組みが成果を出して継続していくようお願いいたします。



海鋒雅之責任役員

## 次世代の育成とネットワークづくり

海鋒 道院が活動しやすくなる

制度というお話がありました。それは教団の活動基盤を維持するためにも重要な課題だと思います。昨年9月の都道府県教区長会議で、道院運営費の見直しについて発表されましたが、それ以外にも、活動を広げたい道院や、設立間もない道院の活動を支援するために、例えば、既存の制度についてもさらに工夫が必要だと思っております。

**師家** 次の世代に、どう意欲を持たせるかが大事ですね。道院運営がやりやすいように、制度を一つつくるなら、一つ削るくらいの方針で環境整備することが必要です。また、道院長に対応をお願いするだけでなく、そのフイードバックも大切です。

**東山** 道院の後継者づくりは差し迫った課題です。かつて学生時代にこの道に入り、道院長になった人は多いはず。私もそうです。しかし今、大学の少林寺拳法部で修行しても、社会人になって継続する人が少ないということがとても残念です。一時代前は、道院とクラブの交流も盛んでした。卒業後も少林寺



東山忠裕責任役員

拳法を修行したくなる続けやすい環境を、グループとしてつくっていくかねばならないと思います。

**海鋒** 各地に、やる気のある若い人たちは結構いるのです。専有道場を次世代に継承していく制度などを整備すれば、道院は存続していきます。もともと若い人が活躍するチャンスをつくってあげないといけない。次の世代にうまくつなげないといけない。

**管長** 昨年、次世代ネットワークプロジェクトを立ち上げて、9月には本山下次世代ネットワーク交流会を開催しました。人との出会いやつながりによる新たな活力や魅力をつくり出していくための試みの一つです。私たちの教団は、多くのすばらしい人材を抱えています。試みはまだ

始まったばかりですが、金剛禅、少林寺拳法ならではの大きな可能性を感じています。

**須田** 若い人たちだけでなく、ご高齢になった道院長にどのような形で活躍していただくかも大事です。私たちも率先して範を示さないといけないですね。まさに生涯修行です。

**東山** 金剛禅の修行に引退はありません。たとえ体的には衰えても、技術以外に伝えたいものがあれば、死ぬまで修行者であり、指導者、布教者であり続けられますからね。年齢とともに教えの理解にも深みが出て、人生経験を重ねることで説得力も増す。

**海鋒** 開祖や諸先輩がそうだったように、私たちももつと言葉に出し、行動にも示さないといいけません。

**管長** さて、いろいろお話ししてきましたが、師家は冒頭に「脚下照顧」と言われました。やはり大切なのは、この活動の原点を見失ってはならないということです。人として生かされている、だから私たちはどう生きるか、

社会が幸せであるにはどうあるべきか、そんなことを少林寺拳法から学び、皆と楽しく修行するところが道院です。今のような社会だからこそ、「生きる力をサポートする」という道院本来のあり方、価値をもっと打ち出していききたいし、誇りを持って前進していきたいと思っております。

では、最後に師家からひと言お願いいたします。

**師家** どんな木も根や幹がしっかりしていれば、枝葉も青々としています。枝葉に元気がなかったり、おかしな病気になっていけるなら、今一度、足元である根や幹を再点検しなければなりません。個人も組織も、もちろん本山も、脚下照顧を忘れないようにしたいものです。金剛禅運動の原点、志がしっかりしていれば、柔軟に対応できるはずですから、この活動がよくなっていくな可能性はいくらでもある。ですから、やるべきことを今やる、やり続けていきたいと思えます。困難と思えば困難ですが、できると思えばできるという信念を持っていきましょう。



## 開祖語録 ダイジェスト

1976年3月  
大学合宿

「天下国家はかくあるべし」と言うところで、汚くない政治、本当に民衆の側に立った権力なんてありえない。

やはり、われわれ一人一人の考え方を  
変え、その力を集めていく中で一つ一つ  
変革させていくしかない。理想論のよう  
ではあるけど、「人が靈止としての自覚  
を持ったときの力」というものだ。だから  
私は本気で考え、君らのような若い人  
を集め、「半ばは他人の幸せも考えよう  
ではないか」なんて呼びかけを始めた。

本当に人間が幸せになっていくには、「半ば」という考え方を多くの人が持つ、これしかないんだと。だって、そうだろう？ 目先の利益ということではなく、人として自分を大切にできないようなのが、他人を大切にするなんてできないんだよな。たとえば、「恋人のためなら、愛する人のためなら死ぬ」と、口で言うことはできます。でも、「うそ抜かせ」

## いかに遠かろうと、 進むに値する道



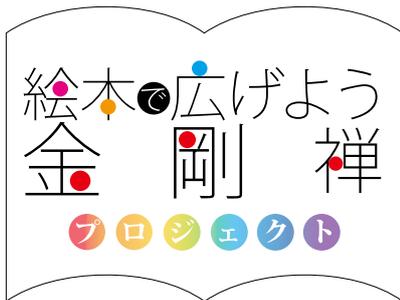
だ。そんなのは、せっぱ詰ったことのないのがたやすく言えるセリフでね、いよいよギリギリになったら、人間というのは自分をいちばん大切にすると、そういう動物。でも、ただ、そうしたときに人間らしくある、あった人がいるのも事実です。としたら、自分をこの世につくり、育ててくれた、一緒に育ち、あれこれ分かち合った親や兄弟姉妹、あるいは自分の周辺にいるいろいろな存在する友人や同僚、まずはその人たちのことからいいよ、われ以外の人の幸せも真剣に思いやり、そのために行動できる……そういう「人としての質」を、われわれも養い、つくりたい。

そして、理想の社会をこの世に実現させていきたい。  
……いかに遠かろうと、大切なのは、進むに値する、また行くしかない道、生き方じゃないかな。

始め、新たなコミュニケーションツールとして、拳士や保護者、地域の方々ともつながる有効性があることが確認できた」と報告されました。

後半には、岡山県内の所属長にステージ前へ来ていただき、会場にいた皆さんと一緒に「バンダなりきりたそう」を行い、子どもたちの戻った気持ちで、体を動かしたりひねったりと、笑顔あふれる時間となりました。

絵本プロジェクトからの報告後には、健康プログラムの報告もあり、両プロジェクトを活用した地域活性化の具体例が示され、今後のさらなる展開に期待が持てる発表になりました。(文：内局)



岡山県絵本プロジェクトメンバー  
伊達祐美子・薬師寺豊美(発表)

### 「絵本の読み聞かせから地域の活性化への繋がり」

10月27日(日)、武専本部地区の地区設定講座において、「絵本の読み聞かせから地域の活性化への繋がり」と題し、岡山県絵本プロジェクトメンバーが活動報告を行いました。報告では、岡山県内の道院単位や各地域合同での絵本の読み聞かせを通して、子どもたちの想像力や自主性を育み、積極的に人前で絵本を読んでもらうといった勇気を養うことの大切さを話しました。

また、昨年度より毎年春に、岡山県作東町で開催される少林寺拳法まつりにおいて、読み聞かせを行う活動を



## 死と向き合う

新年早々、死生観について書くとはいかがなものかとお叱りを受けるかもしれない。ただ、一休禪師が「正月は冥土の旅の一里塚めでたくもありめでたくもなし」というように、生きているということは、一歩一歩死に向かつて進んでいるわけで、正月だからこそ死を考えることに意義がある、ということでご理解願いたい。

最近では、死と向かい合う機会が少なくなつた。自宅で死を迎えることが少なくなり、葬式も葬儀社で執り行われることが多い。自分の死は知ることはず、他人の死を見るだけであり、それも、死にゆく過程を見ることがも少なくなつてきた。死を忌み嫌うことは人間の本能なのかもしれない。しかし、誰もが行きつく先である。

人は、死と対峙することによって、正しい生き方を学ぶのではないか。そこで、限りある人生をいかに生きるかを考える。死生観とは、死を通して生き方を考えることであると思う。

開祖の死生観は、「誰でも死ぬときは死ぬ。

生きている間は死んでいない。とにかく一所懸命生きる」というものであった。それは、白隠禪師の法祖父、至道無難禪師がいうところの、「生きながら 死人となりて なりはてて 思うがままに するわざぞよし」ということである。私欲がなくなつたときに、やることに作為がなくなり、自由自在に生きられるということであり、自我からくる欲望が調御されて、本当の自己が表れるということである。

金剛禪では、そのような心境で利那を生ききれという。それも、自分のことだけではなく、他者の幸せのために。そこで社会実践も求められるのである。

私の目の前に、災害ボランティアに駆けずり回っている道院長がいる。これまでも、彼は震災のたびに駆けつけていた。生き死に関わる病であることを告げられた今も、これまでと変わることなく被災地に駆けつける。私が、「体によくないから、休んでください」と言うと、「自分の余命が分かつたからこそ、やりたいこと、やらなければならないことが

鮮明に見えてきた。今は生きている。だから、自分がすべきだと思ふことを今しようと思ふ」と、彼は笑いながら言う。彼は、同志であり導師なのだ。

「随所作主 立処皆真」……どこにいようと周りに振り回されることなく、自分の信念に基づき、純粹な心で精いっぱい行動をなささい。そうすれば、人生の真実や、生きるという意味が分かるということか。

開祖の死生観に裏付けられた金剛禪の教え、「半ばは自己の幸せを、半ばは他人の幸せを」という自他共衆の教えが、自己確立によって、否、自己確立とともにしか成立しないことを、今頃になって気づかされているのである。「目の前に範となる同志がいるではないか」「お前は何も分かつていなかったのか!」と、開祖の怒り声が聞こえるような気がする。

人は人によって教えられ、人とともに成長するのだろうか。何を考え、何を学び、どう行動しているのか。生涯修行者として生きていく、その覚悟や在り方が問われている。

道院長

vol.50

## 元気の素



大分県・玖珠道院  
道院長 穴井 俊一 (54歳)

「縁」があつた方に、  
幸せになつてもらいたい

私を信頼して、玖珠道院に入門した門信徒。新規採用や転勤にて北山田郵便局で働くことになった局員。そのどちらの人たちにも幸せになつてもらいたい。そのために、道院活動の中で、仕事の中で金剛禅の教え(自己啓発)に自然に触れ、学べる仕組みをつくることを、私は常に考えています。

具体的な例として、郵便局では、朝のミーティング時間を使い、金剛禅の教えと自己啓発をミックスした話をさせてもらい、全員で「北山田郵便局社員信条」を唱えています。また、3年前からは、配達区内のことも園にて、月2回、1回約30分間、少林寺拳法の体験教室を開いています。特にこだわっているのは「聖句」。5歳児20人は、「おのれこそ、おのれのよるべ……」と、大きな声で唱和し、座禅をしています。いつの日か、この「聖句」を思い出してもらいたい。結果、幸せになつてもらいたい。そう思つて、こども園にて指導をしています。

多くの指導者にお世話になつた、  
自慢の子どもたち

「人様の子どもを預かり指導するならば、まずは身内を」との思いから、私の2人の子供には、物心がつくころには道衣を着させ、道場で練習をさせていました。長女と次女、思春期も何とか乗り切り、大学少林寺拳法部へ入部。長女は、北九州大学で、すばらしい指導者と福岡県教区の方々の応援もあり、夢であつた大分県警の女性警察官になりました。次女は、熊本大学の少林寺拳法部主将を務めた後、現在は福岡市内で高校の教員をしています。私が道院長を務めているため、娘たちは、福岡、熊本両県の指導者の皆さんにとってもよくしてもらい、感謝の気持ちと、少林寺拳法グループの組織には開祖が目指された、仲間を大切に相互(青幫)の考え方が息づいていると感じました。

無理なことなどない。停滞期があるだけ。そこに留まってはいけない

私は、地元高校のPTA会長として、大分県教育委員会を何度も訪ね、折衝をし、大分県初の県立高校少林寺拳法部を創部しました。最初は交渉が進まず、「当身の五要素」を活用することを思い出し、「地元の町長が県教委に直訴する」という方法で、ついに設立にこぎつけました。また、(二財)少林寺拳法連盟主催の全国大会を、大分県少林寺拳法連盟で主管した際、多くの困難や反対意見には、何度も何度も説得し、結果、大成功を収めることができました。これは、経験豊かな日本武道館の有志、そして、他

県の同志の強い応援と、開祖の「百度転んでも百一度立ち上がる」、この教えの実践が実を結んだ結果でした。私は、心に迷いが生じると、開祖が説かれた「行動する少林寺」、この言葉を口ずさみ、常に行動に移しています。

行動することについては、職場においても同じです。大分県で一局のみの新形態、統合局(配達、渉外、窓口)として先陣を切つて運営しています。どんなときも、金剛禅の教えを実践するのみであると考えています。

人間は2度死ぬ。  
肉体の死と、精神(他人の記憶)の死

最近読んだ本に、「肉体の死の後、現生に残つた人々の記憶に残る生き方がある」。記憶に残つた人が亡くなったときが、2度目の死だそうです。私の記憶が、この世に少しでも生き続けられるように、関わつた門信徒(拳士)をもう少し増やしたいと思えます。35歳で玖珠道院二代道院長になりました。私の師は、東京の祖師谷道院、故・内山滋先生の下で修行した方です。そ



して、私の兄弟子は、日本武道館武道学園支部長。弟子は、現・大分県連盟理事長。このような中、拳歴40年を迎えます。金剛禅の教えを広げるために、そして、この世に生きた証を残すために、今後も「新たなこと」に取り組んでみようと思える毎日です。

※プロフィールなど、金剛禅オフィシャルサイトもぜひご覧ください。

### 本山 開催報告

#### ● 本山公認教区講習会(派遣講師)

- [10月5日]北海道教区(竹田則幸)
- [10月13日]愛知県教区(迎田展孝)
- [10月20日]徳島県教区(濱崎哲也)

#### ● 教区研修会

- [4月28日]新潟県教区
- [5月5日]新潟県教区
- [8月4日]新潟県教区
- [9月8日]長野県教区
- [9月15日]香川県教区
- [9月29日]岐阜県教区
- [10月14日]大阪府教区

#### ● 小教区研修会

- [7月31日]山形置賜小教区
- [8月25日]沖繩小教区
- [9月1日]熊本南小教区
- [9月6日]兵庫西播第一小教区
- [9月7日]奈良桜井小教区
- [9月21日]山形庄内小教区
- [9月28日]東京第九小教区、東京第十一小教区
- [9月29日]東京第一小教区、東京第十四小教区
- [10月2日]東京第四小教区
- [10月5日]奈良桜井小教区、岡山備南・児島小教区
- [10月6日]青森南部小教区
- [10月7日]長崎島原小教区
- [10月20日]和歌山海南・中紀小

教区、茨城県南西小教区  
[10月27日]東京第七小教区、神奈川県西湘小教区

#### 静岡県教区

#### 第3回静岡県教区金剛禅易筋行大会

2019(令和元)年10月6日、「金剛禅総本山少林寺第3回静岡県教区金剛禅易筋行大会」が開催されました。この「金剛禅易筋行大会」も、無事3回目を迎えることができました。毎回、「どうあるべきか?」を模索しながら行ってきましたが、大会のイメージが定着しつつあり、「とても楽しみ」という声も聞けるようになりました。



今回の目玉の一つは、「少林寺拳法カルタ」。少林寺拳法の教義を盛り込んだ、道院長によるお手製のカルタで楽しみながら学びました。もう一つは、「阿羅漢の拳」。少年部と一般の拳士が、初顔合わせでありながら創作演武を仕上げ、発表するというものです。もちろん、皆で和気あいあいとした楽しいものでした。

秋晴れの中、志を一つにし、同志と一緒に過ごし、何物にも代えがたい一日となりました。

#### 福岡西道院

#### 福岡西道院設立50周年記念祝賀会

10月16日、福岡西道院設立50周年記念祝賀会を、盛大に開催することができました。

第一部は、道院長あいさつ、来賓祝辞、宗由貴少林寺拳法グループ代表・大澤隆金剛禅総本山少林寺管長の祝電披露に始まり、拳士たちによる元気いっぱいの演武を披露して締めくくりました。

第二部は、祝宴を開催。保護者、OB拳士をはじめ参加した関係者全員で、和やかに交流を深めることができました。

従来、周年記念においてはパンフレットを作成してきました



が、今回はDVDを作成し、「50年の歩み」として上映し、さらに祝賀会当日の模様を撮影し、後日、参加者宛てに送付しました。

#### 山口西小教区

#### 山口西小教区だるま祭・金剛禅大会

10月22日、小教区内の道院から約120名の門信徒が参集し、山口西小教区だるま祭・金剛禅大会を開催しました。「だるま祭」では、佐々木小教区長が法要の導師を務められ、達磨大師の話や金剛禅の教えを、子どもにも分かりやすく話法されました。



「金剛禅大会」は、「拳技錬成」「法座」「演武披露」の3部構成とし、道院の垣根を越えて、易筋行の交流や意見を交わし合う有意義な場となりました。中でも「拳技錬成」では、保護者の方にも易筋行を体験してもらい、共に体を動かすことで、充実した時間を共有することができ、「演武披露」では、兄弟の部や師弟の部といったカテゴリーを設け、和やかな雰囲気の中で演武を披露し、会場は温かい拍手に包まれました。

小教区の道院が一丸となり、金剛禅運動に邁進していく意識がさらに強まった、すばらしい大会となりました。

## 2019年11・12月度 認証

### ● 参与道院長

■ 2019年11月1日付  
八王子陵北道院

馬場 雄太郎

八王子陵北道院  
八王子陵北道院

中森 英勝  
小林 聡

■ 2019年12月1日付  
東京大塚道院

小林 博紀

### ● 設立

■ 2019年12月1日付

山梨桃の里道院

川植 悟

橋本紀ノ光道院

松田 千明

### ● 交代

■ 2019年12月1日付

郡山道院

佐久間 靖

中板橋道院

安倍 浩正

## 僧階昇任者

### 少法師

■ 2019年11月4日付  
駒田 裕(山梨峽東道院)

■ 2019年11月16日付  
山川 慶美(長井南道院)

船生 雅秀(栃木鹿沼道院)  
平山 一雄(東京浮間道院)

藤井 省吾(東京大塚道院)  
百百 邦廣(横浜星川道院)

草山 真紀夫(秦野東道院)  
車田 喜男(愛知梅坪道院)

宮地 峰樹(日進南道院)  
林 勝敏(松阪西道院)

中西 勝彦(伊賀名張道院)  
山本 進(京都春日道院)

服部 弘(大阪北道院)  
黒田 裕子(東大阪小阪道院)

馬場 辰巳(笠岡道院)

### 権大導師

■ 2019年12月1日付

白井 秀明(東京千代田道院)

### 中導師

■ 2019年9月1日付  
塩見 孔爾(精華下狛道院)

■ 2019年11月1日付  
宇田 善浩(伊達道院)

石堂 昌稚(名古屋高蔵道院)

### 権中導師

■ 2019年12月1日付  
花田 功(盛岡中部道院)

渡辺 朋房(須賀川道院)  
工藤 慎一(茨城千代田道院)

細貝 誠一(栃木白鷺道院)  
小田橋 武美(草加道院)

藤原 国之(草加道院)  
小林 正幸(埼玉越谷道院)

細谷 雪太郎(君津道院)  
清水 一志(千葉清見台道院)

森上 貴司(千葉宮野木道院)  
石川 新一(東京目黒道院)

老沼 護(東京平井道院)  
ヴェーバー・イエスパー  
(東京茶屋坂道院)

磯野 慈武(東京西品川道院)

黒岩 明彦(横浜鶴見道院)  
石合 克弘(海老名道院)

中村 謙吾(黒部道院)  
宮崎 拓(長野中部道院)

畑中 元(各務原東道院)  
平井 壯一郎(伊豆荏山道院)

稲本 卓也(三重津東道院)  
大河内 直人(三重津東道院)

秋田 ちひろ(三重津東道院)  
八木 克敏(大阪住吉道院)

三野 淳之(大阪茨木道院)  
柴田 敦之(児島西道院)

富田 みか(本部道院)  
後藤 真裕(福岡大野城道院)

田上 幸生(高千穂道院)

### 少導師

■ 2019年12月1日付  
一兜 信也(名寄ピヤシリ道院)

高橋 美喜男(千歳東道院)  
大野 靖治(千歳東道院)

宮澤 智子(旭川東道院)  
瀬野 裕(札幌円山道院)

坂本 幸博(札幌円山道院)  
小山 卓雅(札幌円山道院)

斎藤 一輝(札幌篠路道院)  
斎藤 桃花(札幌篠路道院)

西田 遼太郎(札幌篠路道院)  
池田 流尉(札幌篠路道院)

高木 龍輝(札幌篠路道院)  
西尾 友花(札幌篠路道院)

大槻 夏鈴(札幌篠路道院)  
前田 友吾(札幌篠路道院)

秋田 谷来(札幌篠路道院)  
細野 晴楓(札幌篠路道院)

樋口 悟(青森中部道院)  
福澤 晃至(青森藤崎道院)

亀谷 裕紀(仙台南道院)  
安部 照俊(仙台南道院)

二宮 洋一(仙台南道院)  
藤澤 恵美子(仙山西道院)

坂野 祐介(米沢道院)  
柚木 大祐(米沢道院)

安斎 重夫(いわき南道院)  
河原井 啓子(茨城竜ヶ崎道院)

長瀬 広樹(つくば中部道院)  
梶野 智史(つくば中部道院)

菅谷 隆男(茨城千代田道院)  
櫻井 健一(茨城千代田道院)

丸岡 諒太(埼玉深谷道院)  
嶋崎 俊作(埼玉鶴瀬道院)

ジェイムズ・ショート(埼玉鶴瀬道院)  
重吉 大悟(埼玉鶴瀬道院)

高野 隼希(埼玉平方道院)  
塩澤 健太(埼玉平方道院)

小林 竜一(埼玉平方道院)  
笹井 弘一(入間藤沢道院)

上永吉 宏樹(千葉山王道院)  
武野 雄一郎(浦安北栄道院)

林田 順(千葉小見川道院)  
宮崎 雄成(千葉小見川道院)

秋葉 一樹(千葉海匠道院)  
松井 茂樹(東京東小岩道院)

久能 混大(東京東小岩道院)  
宮脇 仁美(東京錦糸道院)

齋藤 正継(東京築地道院)  
小室 行央(八王子富士森道院)

平田 真介(八王子富士森道院)  
菅野 春雄(調布道院)

東山 秀之(調布道院)  
洲上 聡平(調布道院)

柴田 芳孝(調布道院)  
狩野 純一(東京蒲田道院)

北川 裕子(東京蒲田道院)  
宮本 隆昭(西東京保谷道院)

吉永 鮎美(西東京保谷道院)  
吉永 公(西東京保谷道院)

田邊 律希(国立道院)  
長谷川 恭子(国立道院)

中島 功(八王子陵北道院)  
小林 政尚(八王子陵北道院)

矢野 佳代(東京滝野川道院)  
野村 幸司(東京滝野川道院)

小川 拓也(東京滝野川道院)  
吉永 由里子(東京昭島道院)

緑川 真理(東京昭島道院)  
石川 悠太(秦野道院)

丹下 裕隆(厚木道院)  
武田 武司(横浜雲峰道院)

桂 礼(川崎西道院)  
蔵持 保英(横浜片倉道院)

伊藤 達生(綾瀬上土棚道院)  
若林 正美(相模林間道院)

小坂 美沙(富山婦中道院)  
永平 廣則(金沢東道院)

内堀 佑樹(箕輪中部道院)  
千葉 典胤(箕輪中部道院)

小池 克典(岐阜可児道院)  
須田 啓次(岐阜御嵩道院)

木下 陽裕(浜松神久呂道院)  
大樂 益章(浜松渡瀬道院)

川西 眞洋也(尾張瀬戸道院)  
高橋 聡(尾張瀬戸道院)

土方 政和(名和道院)  
阿草 太郎(名和道院)

後藤 琢彦(金山西道院)  
橋田 健太郎(金山西道院)

久野 公(東海大田川道院)  
川村 侑平(喜多山道院)

平野 美奈子(名古屋高針道院)  
小川 義史(名古屋高針道院)

齊藤 龍彦(名古屋中村道院)  
鈴木 葵(四日市桜道院)

高橋 弘次(京都修学院道院)  
高屋 智之(京都園部道院)

渡邊 賢登(京都明珠道院)  
本部 広樹(精華下狛道院)

白山 英明(大阪港道院)  
中家 教則(大阪港道院)

原田 俊宏(大阪新淀川道院)  
松田 剛明(大阪神宮寺道院)

川口 裕三(大阪摂津和道院)  
上山 学(大阪摂津和道院)

高橋 宏幸(大阪摂津和道院)  
後藤 隆志(大阪摂津和道院)

笹川 理菜(大阪摂津和道院)  
山本 潮榮(大阪摂津和道院)

蓬萊 一矢(小野道院)  
菅田 将汰(加西道院)

青山 碧(加西道院)  
櫻井 優輝(加西道院)

森口 美奈子(加西道院)  
宗接 智美(播磨山崎道院)

松野 瑠愛(播磨志方道院)  
嶋谷 優一(高砂南道院)

松浦 佑月(川西南道院)  
岡田 芳奈(川西南道院)

藤澤 慶大(川西南道院)  
長門 奈々(川西中部道院)

黎 徳誠(加古川水丘道院)  
山田 粧子(播磨南道院)

杉浦 政則(西脇南道院)  
布一 和也(西脇南道院)

島田 敬一郎(神戸垂水道院)  
吉岡 聖一(奈良中央道院)

山根 隆一(米子東道院)  
田邊 貴翔(米子東道院)

片山 一三(児島西道院)  
津山 秀春(岡山真庭道院)

和智 澄雄(備後新市道院)  
近藤 智和(備後新市道院)

関戸 昌次(福山東道院)  
得能 穂(尾道因島道院)

渡邊 伸二(宇部常盤道院)  
石丸 拓也(宇部常盤道院)

上岡 真依(鴨島道院)  
上岡 誠司(鴨島道院)

坂東 智樹(大麻道院)  
柏原 光太郎政實(坂出専修道院)

大西 蓮汰(坂出専修道院)  
平尾 栄吉(坂出専修道院)

河野 隼斗(坂出専修道院)  
西山 卓弥(丸亀極楽道院)

鈴木 翔貴(別子道院)  
小谷 基(高知安芸道院)

中島 拓郎(博多道院)  
眞崎 昌廣(博多道院)

山下 雄史(博多道院)  
山中 一真(博多道院)

宇那木 崇(博多道院)  
梶原 健(博多道院)

姉崎 秀生(福岡正法道院)  
竹田 隆彦(福岡正法道院)

山下 淳二(長崎浦上道院)  
岩木 浩(長崎浦上道院)

佐藤 友宏(長崎浦上道院)  
原 一文(湯布院道院)

※「法階昇格者」「お布施」につきましては、次号に掲載させていただきます。





宗門の行としての少林寺拳法

## 自己コントロール

人生を思いどおり生きるには、自分の体と心をコントロールすることが必要である。拳  
禅一如の修行は、そのための訓練でもある。

肉体と精神の修行を重ねることで、自分自身を自在にコントロールできるようになり、  
その行動の結果である人生は、みずからが望むものに変えられるのである。



### 龍王拳第一系 相対

金剛禅総本山少林寺オフィシャルサイトで  
動画をご覧いただけます。

撮影／志村 力 文／富田雅志 演武者／中川 純 正範士七段、富田雅志 大拳士六段



SHORINJIKEMPO  
少林寺拳法