

あ・うん

金剛禅総本山少林寺広報誌

vol.
75

2021 弥生・卯月



特集／広報の充実と道院の充実

——教区サイト・道院サイトの立ち上げにより
新入門の増加につなげる

特集 広報の充実と道院の充実

——教区サイト・道院サイトの立ち上げにより 新入門の増加につなげる

いよいよ新年度が始まるうとしている。依然、コロナ禍の中、日々の運営もままならないという道院も少なくないだろう。しかし、このまま立ち止まっていることは衰退を意味する。こんなとき、開祖ならこうおっしゃるだろう。「下向いて、うつむいとったらいかんぞ。前を向いていこうじゃないか」。今できることに真摯に取り組む。これがわれわれの基本姿勢である。本特集では、この認識に立って、事業方針に関する内容のうち、特にウェブサイトを立ち上げの意義と目的について取り上げた。

2021年度 教区事業の方針

今、世界が拍車をかけて変化している。その速度、そしてエネルギーの勢いは、ますます凄まじくなりつつある。そのような中、われわれ金剛禅運動指導者が認識すべき要諦は、まず、その不変の「教義」、すなわちダーマ信仰と、「金剛禅の主張と願い」、すなわち人間の心の改造と平和的手段により、地上天国を実現させることを、しっかりと中心軸に据えることである。そして、時代の変化にシなやかに応じられる、柔軟性ある組織体であるために、指導者同士の意志と行動を結

束することである。

その上で、このような理念の下、現状の課題を明確にし、その解決に向けて、一つ一つ取り組んでいかねばならない。

昨秋、全国9つの地方に分けて、3年目となる教区意見交換会が実施され、往年の教団の課題とコロナ禍により鮮明になった課題、また施策について確認し合った。それを踏まえ、2020年12月に、本山から教区に対し、今後の事業方針に関する通達を行った。

ここでは、一つ目の方針「広報の充実」について、話を進めていきたい。

(参考)

■ 2021年度 教区事業の三大方針

① 広報の充実

——教区ウェブサイトの全教区立ち上げ
(本山より支援)

② 僧階学習の充実

——教区研修会、小教区研修会の積極的
開催(オンライン開催可)
公認講習会の最低1回、目標2回の開催

③ 若手人材の積極的登用

——若手が発想する新しい企画案の採用
若手がもつエネルギーや機動力、ネット
ワークの最善活用
⇒将来の教区指導者の育成につなげる



教区サイト 立ち上げの構想

真っ先に取り組みたい事業が、教区ウェブサイト。ウェブサイトの立ち上げである。ウェブサイトが立ち上がっていない教区は、最優先で立ち上げていただく。なぜなら、ウェブサイトは、いわばその組織体の信頼性を社会に表示する「パブリック」的な存在、あるいは社会にお見せする「顔」であるからだ。

読者の中には、「教区サイトを立ち上げたところで、社会の関心は教区にはないのでは？」教区サイトの必要性

があるのだろうか？」と思われる方もいるだろう。

おおむねそのとおりで、社会の関心は、少林寺拳法が修行できる道院のほうにある。

2005年以降、少林寺拳法シンボルマークの制定とともに、少林寺拳法の価値と信頼性を高めるための「バリエーション」アップ活動の一環として、道院ごとにウェブサイト立ち上げることを推進してきた。これは現在も変わっていない。

しかし、現状では、1400の道院すべてが自力でウェブサイト立ち

上げることは、事実上不可能である。

道院長により、得手不得手があるからだ。そこで、教区内すべての道院を支えるべく、まず教区がサイトを立ち上げ「親」となり、「子」としての道院サイト枠を設けることによって、教区サイトの立ち上げと同時に道院サイトも立ち上げてしまおう。これが教区サイト立ち上げの構想である。

道院サイトは どうあるべきか

すでに道院サイトを作り、現在もその効果を感じている道院長にとって

は、今から述べることは十分に理解されていると思われるが、ここでは道院サイトをまだ立ち上げていない道院長向けの話となることをご了解いただきたい。

さて、道院長の視点から見れば、いかに道院に見学の問い合わせを頂くかである。現代は、チラシやポスターといった紙媒体による広報よりも、ネット検索のほうが効果が高い。そのためには、インターネットの検索エンジンにおいて、道院が所在する「地名(市区町村名)」と「少林寺拳法」の2語を入力して検索すると、その地域に存在する道院が上位に表示されることが必要条件となる。

これまで述べてきたことは、道院の存在を認知してもらえるか、ということであった。では、次に大切なのが、道院サイトの中身となる。道院サイトはいわばインターネット上の「顔」である。そのためには、少林寺拳法に関心を持ってネット検索する人の期待に応えられる「顔」でなければならぬ。それは、「どこで」「いつ」「どんな人たちが」「何を」やっているのかが最低限表示されていることである。

具体的には、道院の場所《どこで》や、修練曜日・修練時間《いつ》、そして、顔写真《どんな人たちが》や、道院運営のモットー・道院の活動の様子が



大阪市の道院一覧



大阪中津道院 **大阪市**

少年部 女性 高齢者

「和を以て競い、心を以て遊ぶ」がコンセプトです

你練日 / 木曜日 全曜日 土曜日 道院長 / 中井 啓

〒531-0072 大阪府大阪市北区豊崎4丁目7-1 豊崎会館

TEL 080-1456-9069 E-mail: dokanorikaisai@docomo.ne.jp

P 図 車 冷暖両光線 駐車場 (駐輪場あり) 市営地



大阪今里道院 **大阪市**

少年部

礼節を金に教へ、面白く空手道の練習です。

你練日 / 木曜日 日曜日 道院長 / 西 典隆

〒537-0012 大阪府大阪市東成区大平里1-31-2 専有道場

TEL 090-1140-0236 E-mail: nishi0467@yahoo.co.jp

P 図 車 冷暖両光線 駐車場 (駐輪場あり) 市営地



大阪伊吹道院 **大阪市**

少年部 男子 高齢者 高齢者

伊吹ファミリー倶楽部、O.R.法政塾生、その他家族

你練日 / 火曜日 水曜日 木曜日 土曜日 道院長 / 伊藤 道昭

〒552-0002 大阪府大阪市港区市田町2丁目11-5 伊吹会館 専有道場

TEL 090-5062-1529 E-mail: ise225@icloud.com

P 図 車 冷暖両光線 駐車場 (駐輪場あり) 市営地



大阪住吉道院 **大阪市**

少年部 高齢者 高齢者

経験者歓迎、心豊かに他人の痛みをわかる人になり！！

你練日 / 火曜日 日曜日 道院長 / 西村 萬寿雄

〒558-0011 大阪府大阪市住吉区住吉1-7-19 東よさみ幼稚園

TEL 090-1675-0752 E-mail: mirukusjin567@ruby.plala.or.jp

P 図 車 冷暖両光線 駐車場 (駐輪場あり) 住宅地



大阪北道院 **大阪市**

少年部 男子 女性 高齢者

女性や初心者にも優しい道院です。新塾、旧塾も大歓迎！

你練日 / 火曜日 全曜日 道院長 / 飯沼 弘

〒530-0015 大阪府大阪市北区中崎西1-6-8 中崎町会ビル

TEL 080-5314-4472 E-mail: kou@iris.eonet.ne.jp

P 図 車 冷暖両光線 駐車場 (駐輪場あり) 市営地

A group of approximately ten individuals, mostly men, are seated in a circle on a large green mat. They are all wearing white martial arts uniforms (gi) with black belts. Each person is wearing a white face mask. They are in a meditative posture, sitting cross-legged or in a similar seated position, with their hands resting on their knees. The room has light-colored walls and a wooden floor visible around the mat. The overall atmosphere is calm and focused.

検するとともに、運営の原理原則の確認と、2021年度計画の策定を行っていた。きたい。

2021年度の教区事業方針の筆頭が、教区ウェブサイトの全教区立ち上げである。そして、教区サイトに道院サイトを紐付け、新入門の獲得につなげる。その半円の部分が広報の充実、もう半円の部分が道院の充実。広報と道院の充実を図るべく、見通しを立てたうえで2021年度を迎えたい。



開祖語録 ダイジェスト

1975年4月
大学合宿



食うことで困ったことなく、ドラマや映画でしか戦争を知らない人たちには想像しにくいだろうけど、土壇場に来たら、人間は凄まじい姿を露呈する。私自身は、何人もの中国人に助けられ、無事に日本に戻ることができたが、その凄まじい人間の姿をいやというほど見る中で、逆にある確固とした価値観を持つことができた。「少林寺拳法教範」冒頭で、それを「人、人、人、すべては人の質にある」と括っているけど、別な言い方をすれば、「人としてどう生きるか」を本気で考え始めるようになったということです。

もちろん、何事もない日常にきれいなことを言うのは簡単。また、格好いいふるまいも、余裕のあるときならできましよう。けれども、いよいよとなったら本性が出る。ふだんなら思いもつかないことでも平気できる。自分だけの安全、自分だけの腹を肥やすために平気で他人を犠牲にできる。それが人間だし、誰もが五十歩百歩。でも、そういう人間の中に、知性だろうか、いや知性ではなく一種の徳性だと思ふけど、別の人間性を見せる人が確かにいました。またこれからだって、極めて少数ではあるうけど、そういう人が居続けるだろうと思う。

もつともつと「考え、

感じられる人」に

その少数の人に近づくべく、私はどうにかしたい。戦争で自分の力を増そうとする、そういう連中に手を貸さない。そういう人たちのために殺し屋になるのを拒む。無意味に殺されるのを拒む——ここを貫くべく、自分らの意志をはっきりさせたい。

私は自分にも、弟子である君らにもそう要求する。わずか20年余りで経済大国の道を走り出し、経済的成長と戦争のない戦後を過ごしてきたおかげで、瀬戸際の苦しみを知らずに、飢えを考えずに日本の若者は生きていられます。幸せて結構なことだよな。が、幸せすぎるせいか、日本人はますます他人の痛みに鈍くなっている。拳骨を鍛え、それで嬉しがり、けさの新聞記事も目に留まらないぐらいだから君らもしかして、徳のある人に近づくにはあまりに遠い。でも、何もかもが隠され、考えることさえもが許されなかった時代と違い、今は新聞記事一つ取っても時々刻々材料はいくらでも提供されている。君らが勉強し知ろうとする気さえあるなら誰も止めない。だったら、もつともつと「考え、感じられる人」になるべく、きょうから早速、せめて新聞ぐらい読む癖をつける。一方的に言わせてもらったが、それだけだ。



金剛禅総本山少林寺布教課
中川 純

この訓練は、相手が幼稚園児だけに反応が率直すぎて、時に手厳しいこともあります。それを真摯に受け止めることが大切だと感じています。

また絵本は、落語のネタと同じで、読み手(演者)が違えばまったく違うものになります。私のフィーリングに合い、子どもたちが喜びそうな絵本(ネタ)探し、駆け出しの私にとって今一番の関心事です。

コミュニケーション能力を磨く修行

絵本プロジェクトの三浦伸也顧問からの提案を受け、10月から近くの幼稚園での読み聞かせを、週1回のペースで行っています。

最初の2回は大ウケしたので気をよくしていたら、3回目はそれほどウケず、毎回試行錯誤の連続です。

私にとって読み聞かせは、絵本というツールを通しての対話であり、コミュニケーション能力を磨き上げていく訓練です。

最近読んだお薦めの絵本

◎す〜べりだい

作：鈴木のりたけ
出版社：PHP 研究所



公園のすべりだい、変な形になっちゃった！ すーすーべりだいに、すべりだいーに、するするべりべりだいーん！ すべりパイや、なが〜いすべりだい、さらには、空からすべりだいふってきて……？ こんなすべりだい、あったらいいな！ 声色を変えたり、抑揚を付けたり、読み方次第で楽しみ方が何倍にも広がります。読み聞かせにぴったりの1冊です。

初生の赤子

「教典」の誓願に、「我等一切の既往を清算し、初生の赤子として、真純単一に此の法修行に専念す」とあります。これまでの経験やこだわりはいったん置いて、素直な心で学び、修行することの誓いです。

一方、技がうまくならない人ほど、技へのこだわりは強く、経験が長いほど身についた体感覚や理屈も確固たるものです。そのためか、他人の技を否定的に見たり、どちらが正しいかで自説を言い張って譲らなかったりは、段位が高いほどあるように思います。技へのこだわりが、エゴイズムを助長するようでは困ります。

では、エゴイズムを助長しない、自他共楽につながる技へのこだわりとは、どういうものか。修練の原則的な過程を追って考えてみました。キーワードは「初生の赤子」です。

まず、習い始めのころは、誰もが「初生の赤子」です。先生の技をお手本にして、動きをなぞって真似ることばっかりです。眼中にあるのはお手本の形であり、自分なりの体感覚も理屈もまだ構築途中です。

それがやがて、形を覚え、動作がひとりでできるようになると、ようやくそれは自分の体感覚や理屈となり、仲間と意見を交わしたりする

ようにもなります。けれども、お手本の形が身についただけで、主役はまだ自分ではなく先生です。「私は下手だけど先生はすごいのだ」と信奉的でもあります。

ここまでは、「自分がこうすれば相手はこうなる」という定型の動きを覚えてきたわけです。そして、ここから先が大事です。

技のさらなる上達を図るには、「自分がいくらそうしても相手はそうならない」という修練が不可欠です。例えば、タイプの違ういろいろな人を相手にしたり、攻撃に幅を持たせた運用法(乱捕り)を行ったりします。

この段階の修練では、必然的に、どうすればいいかを相手の視点に立って考えたり、双方の関係性を基に動きを工夫したりすることの密度がより高くなります。護身の技術ですから、なおさら自分中心の視点だけでは通用しないのです。自分の上達を目指すほど、他者の視点を持つことの大切さを学び、その感覚を体感していきます。

とはいえ、そんな修練ですから、自分の技の未熟さが人目にさらされることも多々あります。立場やメンツにこだわるなら、できれば避けたい修練かもしれません。けれども、ここが分か

れ道のような気がします。この段階でも「初生の赤子」になれるかどうかです。

私もそうですが、有段者ともなれば、誰しも自分なりの技の捕り方や、考え方にこだわりはあることでしょう。けれど、その技や考え方にこだわって、未熟さを自覚させられる修練を避けるとしたら、それは、技へのこだわりというより、立場やメンツといった「自分へのこだわり」のように思えるのです。

一流のアスリートほど、自分の未熟さに向き合い、他者の優れた技術を認め、学ぶものだとされます。自分の経験を振り返っても、技術に対する理性的な理解が深まるにつれて、自分の技への偏狭なこだわりは薄れて、楽しく修練できるようになったように思います。

さて、私たちは、修練でのこうした話を、日常の対人関係に置き換えて考えることが大切です。発達心理学では、人は本来、自我が確立するにつれて、自我中心性(物事を自分の視点や立場からしか認識できないこと)から自由になるとされているそうです。自己確立と自他共楽が別々のものでなく、一つながりにあることの根拠のようにも思えます。問法も修学も、まだまだ奥が深いものです。

宗門の行



金剛禪の主たる行、易筋行とは何か

金剛禪の主たる行、易筋行^{えつきんぎょう}。私たちは二人一組で法形演練を繰り返すことで、人との関係性を学び、そこで得られたものを自身の生き方や日々の生活に役立てることを目指しています。とはいえ、その入り口となる技法は奥が深く、数もたくさんあるため、形を覚えてなぞるだけで手いっぱいということも現実にはあります。このコーナーでは易筋行が人づくりの手段たりうるために、また日々の修練と日常生活がリンクするよう展開していきます。具体的には、調和の思想やダーマ信仰、三徳(護身練胆、精神修養、健康増進)、修練方法、身心の用い方等を切り口として、易筋行とは何かを考察していきます。

トータルで行う

前号(広報誌「あ・うん」VOL.7)の「法を問い学を修める」では反復修練の効用について述べられていました。修練においては、相手と技法の巧拙や優劣の比較をするのではなく、互いに協力し合うことで、「技が掛かった」という成功体験が得られます。そして、そうした成功体験を何度も何度も重ねること、相手と協力することの楽しさや必要性が潜在意識に刷り込まれ、日常生活でも他者とよい人間関係を構築することにつながるのではないかと思います。そのためにも、たくさんの「反復」修練が必要となるのです。

ここでいう「反復」とはある法形の一部分のみを繰り返すということではなく、その法形の始まりから終わりまでの一連の流れをトータルで行い、それを何度も繰り返すということです。修練においては、その法形のポイントを確認する場面が多く見られますが、トータルで行う全体練習は少ないのではないのでしょうか。部分練習でうまくいかないうところ、ポイントとなるところだけを取り出して行うことも大事です。しかし、それはあくまでも点であり、その点をつなぎ合わせ、最後には一本の線に仕上げていく必要があります。部

分練習を否定するのではなく、部分練習と全体練習をバランスよく行っていくことが大切です。



トータルで反復して行う

止まらない

また、部分練習を多く行っていると、法形の各所で止まってしまふことがあります。逆小手を例とすると、鉤手^{かぎて}でいったん止まり、目打をして止まり、掛手^{かけて}をして止まり…、という具合です。動きが止まると、物理的な動きだけでなく、呼吸や思考も止まりやすくなり、精神的な作用である相手と向き合う意識も途切れてしまいます。言うまでもなく、相手は生きた人間であり、呼吸や心拍、血流はもちろんのこと、力の入れ具合、無意識で起こる反応、感情の機微など

一つとして同じ瞬間はありません。行において向かい合っているのは生きた人間です。ある瞬間だけではなく、トータルで対峙^{たいじ}しながら、人との関わりを学んでいきます。そして時間の流れとともに移り変わる相手の動きや意識に敏感に対応していくのが全体練習です。

全体練習で止まらずに動くことができるようになれば、相手との一体感も生まれやすくなり、心地よく反復して修練を行うことができます。反復の数が増えれば運動量も増えるため、体力も向上します。止まらずに動くことは技術の上達につながるだけでなく、身心の調和や相手との調和につながるため、行という観点からも大切なことといえます。(富田雅志)

DISCUSSION

さらに考察を深めるため

- 文中にある全体練習と部分練習のメリット・デメリットをそれぞれ3つ以上挙げてみましょう。
- あなたのふだんの修練において、全体練習と部分練習の割合はどれくらいか振り返ってみましょう。

道院長

vol.57

元気^の素福岡県・大牟田新世道院
道院長 大牟田新世 剛 (46歳)
おむ た しんせい
かなもり つよし
金森 剛

36歳という縁

武専の修了寸前、前道院長が亡くなり、同日に副道院長が脳挫傷で入院される、ということが起きました。悲しむ間もなく、同じ道院の門信徒から、「協力するから後を継がないか」と言われ、36歳のときに道院長になりました。開祖が金剛禅を開いたのも、前道院長が道院を開いたのも36歳のときだったということもあり、何かの縁を感じ、一念発起して道院を引き継ぎました。

彼らは私の鏡です

指導で心がけているのは、「まず真似させる」ということです。真似をするほうに気づきがあるのはもちろんですが、よくも悪くも、真似をされれば、されたほうにも気づきがあります。先輩が後輩を教えるとき、それぞれの門信徒の癖が出ます。体というなら拳の位置、姿勢、足の向き。もちろん態度や発言など、すべてにおいて癖が表れてきます。彼らは私の鏡であり、参考にすべき対象です。指導しながら、実は自分自身が修行していると感じています。



「私たちが力になりますから」

道院運営をしていて特に嬉しかったのは、小学校や中学校に進学し、クラブ活動で離れた後に、高校生や社会人になり、修行を再開してくれた門信徒がいたことです。また、前道院長が亡くなり、後輩から「私たちが力になりますから」と言われたときは、少林寺拳法をやっていたよかったとつくづく思いました。

豪雨被害で感じた道院長同士のつながり

私が住んでいる福岡県大牟田市では、2020年7月に、記録的な大雨により甚大な被害を受けました。私と同じく自営業をされている方々の中には、後継者問題、大雨の被害で廃業される方もいらっしゃいました。

私の仕事場も、大きな被害ではなかったものの床下浸水に遭いましたが、道院長の先生方から「大丈夫か」「何かあったら遠慮なく言ってくれ」と心配していただきました。道院長同士の温かいつながりを感じ、嬉しく思いました。

やり続ければ、必ず見ている人がいる

仕事の中でやりがいと感じ、喜びだと思うのは、人から喜ばれることです。少林寺拳法でも同じです。後継者に技法の楽しさ、金剛禅の教義のすばらしさを伝える技術を磨くうえで、私自身が楽しく修行しなければ、拳士には伝わりません。と考えています。また、仕事も少林寺拳法も、何事も断らずにやってみるといことは大切だと思います。やってみれば、必ず見ている人がいます。一生懸命にやり続ければ認めてもらえる。この一つ一つの積み重ねが大事であると感じています。



※プロフィールなど、金剛禅オフィシャルサイトの全文もぜひご覧ください。

研修会・講習会(地方)

開催報告

● 本山公認教区講習会(派遣講師)
 「11月15日」栃木県教区(野口雅司)
 「11月29日」東京都教区(前田保男・沖山聖徳)

● 教区研修会

「11月22日午前」新潟県教区
 「11月22日午後」新潟県教区
 「11月23日」新潟県教区
 「12月20日」奈良県教区
 「12月20日」新潟県教区
 「12月27日」新潟県教区

● 小教区研修会

「11月25日」山形置賜小教区
 「12月6日」鳥取西部小教区
 「12月13日」京都東小教区

大阪阿倍野道院

設立60周年記念法要

11月12日、大阪阿倍野道院設立60周年記念法要を執り行いました。

コロナ禍のため来賓の招待はせず、門信徒と保護者に限定して開催しました。限定的な開催ではありましたが、保護者に道院の歴史と想いを伝えることができ、門信徒の意識を高めることができました。特に文集を作成したことで、門信徒や保護者



の考え・想いを汲み取ることができ、有意義でした。

(道院長・美田暢紀)

松阪西道院

一年の活動を終えて

昨年は、新型コロナウイルスにより、生活様式が大きく変化しましたが、松阪西道院では、新春法会、開祖忌法要、宗道臣デー、達磨祭と、そつなく儀式行事をこなし、3回の入門式では14名(一般6名、少年部8名)の入門者を迎えることができました。復帰者や転籍者も入れると、増加は21名にも及びます。地道なPR活動を続けていることと、道院長として、また教



師として得た多くの信頼や人脈のおかげで、コロナ禍の中ではありますが、門信徒を増やすことができました。最近では、かつての教え子が子どもを連れて復帰したり、家族で入門をされたりするケースが目立ち、昔の活気が戻ってきています。

しばらくはコロナとの共存が続くでしょうが、さらに魅力あふれる道院にして、布教活動に力を入れていきたいと思っています。

(道院長・林 勝敏)

公認講習会

栃木県教区

11月15日、3密を避けるなど受講者の協力を得て、安全・安



準備、対策を施して開催いたしました。

このような時期ではありませんでしたが、昨年よりも受講者が増加し、「実のある内容で、横のつながりが広がった」などの意見もあり、開催してよかったと考えています。

(教区長・永井比佐志)

新潟県教区

11月22・23日、県内に感染者が出ている状況でしたが無事開催することができました。

パソコンで、理想境の「境」は「郷」と変換されますが、「なぜ開祖は『境』の文字を当てたのか?」など、抽象的ではなく、具体的に実現させる理想境について討議しました。

(教区長・伊東一男)

東京都教区

11月29日、コロナ感染防止を徹底するよう、十分な協議と



2021年1月度 認証

●交代

■2021年1月20日付

名古屋なるこ道院

佐久間 未来

須磨道院

中前 浩二

法階昇格者

正範士

■2020年3月15日付

伊内 章二(脇町東道院)

貞松 茂(佐賀中部道院)

■2020年9月27日付

松田 輝昭(佐賀小城道院)

牧野 博幸(観音寺西スポーツ少年団)

准範士

■2020年3月15日付

笹木 忠(富山宏徳道院)

浅山 泰幸(綾南道院)

■2020年9月27日付

畑中 元(各務原東道院)

丸野 俊一(川西中部道院)

山内 靖之(高知港道院)

僧階昇任者

権大導師

■2020年12月1日付

澤井 健(横浜戸塚道院)

西村 智裕(姫路花北道院)

中導師

■2020年12月1日付

鈴木 新(千葉野田道院)

権中導師

■2020年12月1日付

佐藤 桂司(札幌屯田道院)

和仁 泰造(札幌すみかわ道院)

菅原 修(仙台宮城野道院)

小林 則仁(茨城岩井道院)

石上 恭夫(茨城千代田道院)

山田 順一(埼玉深谷道院)

手島 守(埼玉深谷道院)

松井 章(入間藤沢道院)

横山 章則(千葉印西道院)

勝田 真也(杉並永福道院)

山田 真良(亀有道院)

古川 武(八王子南大沢道院)

渡辺 待男(東京月島道院)

南 佳典(川崎柿生道院)

渡辺 孝美(川崎小杉道院)

温井 朋和(富山宏徳道院)

山梨 道代(伊豆長岡道院)

森下 祥子(愛知東浦道院)

今井 常弘(三重津城北道院)

石山 晃一(滋賀守山道院)

清野 宏海(舞鶴道院)

塚本 敏博(西陣道院)

中田 良成(京都修学院道院)

古市 広志(鹿児島川辺道院)

少導師

■2020年12月1日付

新保 敏(札幌あかしや道院)

猪口 恵美(石狩花川道院)

猪口 浩志(石狩花川道院)

増田 智朗(岩見沢北道院)

富岡 剛史(北海道余市道院)

市ノ渡 真弓(旭川神楽道院)

山口 武揚(米沢道院)

込山 勝博(須賀川道院)

伊藤 忠幸(茨城取手道院)

深澤 睦子(渡良瀬道院)

謝 昕光(川越道院)

北野 雅史(埼玉深谷道院)

大野木 勲(埼玉鶴瀬道院)

榎原 寛久(埼玉鶴瀬道院)

永島 史晟(埼玉下戸田道院)

鈴木 拳太郎(入間藤沢道院)

枝窪 由美子(我孫子道院)

佐藤 馨(千葉印西道院)

浅見 康(千葉印西道院)

下之段 十三(千葉印西道院)

木村 淳一(千葉印西道院)

山本 雅弘(船橋宮本道院)

林田 克紀(八王子富士森道院)

黒瀧 正子(成増北道院)

小川 憲(東京大久保道院)

木村 和久(川崎西道院)

高田 和幸(川崎西道院)

金子 昂弘(横浜星川道院)

村上 洋輔(新潟坂井輪道院)

高島 更智(富山婦中道院)

浦崎 倫一(金沢東道院)

室作 淳一(佐久平南道院)

松岡 裕子(信州望月道院)

滝澤 信一(長野戸狩道院)

宮地 珠美(岐阜住吉道院)

野沢 真一(三方ヶ原道院)

下所 和弘(富士南道院)

下所 真奈(富士南道院)

藤原 僚太郎(浜松渡瀬道院)

加藤 靖博(熱田道院)

坪井 祐治(岡崎正名道院)

野口 司(名古屋桜道院)

鈴木 博之(春日井鷹来道院)

酒井 征代(愛知東浦道院)

田中 代子(愛知東浦道院)

豊田 瑠美(愛知常滑道院)

水野 幸子(三重箕曲道院)

森川 千夏(洛東道院)

佐田 健太(伏見道院)

子安 徹也(西陣道院)

永山 智貴(西陣道院)

松山 友直(西陣道院)

山尾 百代(京都峰山道院)

寺西 和男(京都修学院道院)

奥野 有輝(大阪一丘道院)

石上 雄一郎(大阪一丘道院)

内田 昭二(大阪都島道院)

田淵 雅敏(豊島西道院)

藤根 友也(茨木東奈良道院)

上杉 嘉紀(福岡道院)

青田 知大(福岡道院)

安西 優斗(上郡道院)

玉森 秀雄(三田南道院)

大枝 鍊一郎(萩道院)

松原 達夫(萩道院)

佐藤 綾起(大麻道院)

吉本 陽香(大麻道院)

小野 稔夫(徳島南道院)

伊藤 流星(坂出専修道院)

ムニョス 中田 牧(松山武南道院)

大森 尚行(伊予松前道院)

松本 みどり(高知南街道院)

小金丸 昌孝(筑紫野桜道院)

中島 清孝(御船道院)

お布施

布施

▷青森南道院 鈴木 彰

20,000円

▷豊田末野原道院 服部 俊美

10,000円

訃報

平井 敏夫 市川北道院道院長、第355期生、権大導師正範士七段、2020年12月6日逝去、満72歳

木下 光治 元板野道院道院長、第139期生、大導師大範士八段、2020年12月23日逝去、満79歳

立石 靖治 元大村三城道院道院長、第359期生、中導師准範士六段、2020年12月27日逝去、満80歳

編集後記▶今号の「特集」では、新年度を迎えるにあたり、教区および道院への指針が示されました。▶「広報の充実」と聞いて、恐らく大抵の道院長は、「うん、広報は重要だ」とおっしゃるでしょう。と同時に、「でも、どうやって広報したらいいんだろうか」とか、「パソコンは苦手だし、ウェブサイトを立ち上げるなんて、とても無理」という声も聞こえてきそうです。そのために、2021年度の三大方針の筆頭に、教区がウェブサイトを立ち上げ、教区サイトに道院サイト枠を設けることで、道院の広報の充実を図っていこうと考えているのであります。▶教区のウェブサイト立ち上げのためには、本山もしっかりとサポートしてまいります。教区執行部の方々、また、全国の道院長の方々、この趣旨にご賛同いただいて、一丸となって取り組んでまいりましょう。そして、新しい仲間を一人でも多く増やしていきませんか。どうぞ、よろしくお願ひ申し上げます。合掌(い)

表紙▶三野智大 北海道出身。専門学校札幌ビジュアルアーツ卒業。2016年3月より「ダーマ」をテーマに「あ・うん」の表紙撮影に取り組む。正拳士四段。

金剛禅総本山少林寺オフィシャルサイト▶

<https://www.shorinjikempo.or.jp/religious/>
管長法話をはじめ、「宗門の行としての少林寺拳法」を動画でご覧いただけるほか、誌面に掲載しきれなかった記事・写真も掲載されています。



2021年3月1日発行

発行人：大澤 隆

発行所：金剛禅総本山少林寺

〒764-8511

香川県仲多度郡多度津町本通3-1-48

☎0877-33-1010

<https://www.shorinjikempo.or.jp>

編集人：飯野貴嗣

印刷・製本：株式会社ムレコミュニケーションズ

広報誌「あ・うん」追加発送について ◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

現在、広報誌「あ・うん」は、道院の在籍門信徒数に応じて10～20部ずつ、一般財団支部は1部ずつ、毎号ご提供させていただいております。さらに追加をご希望の方は、本山布教課にお申し出ください。

TEL.0877-33-1010

e-mail : aun@shorinjikempo.or.jp

一期一笑



イラスト／大原由軌子

受講者Hさん

「よいしょ」の掛け声から笑顔へ

多度津町社会福祉協議会からの案内で、「多度津介護教室(少林寺拳法で介護ができる)」を受講しました。

正直「少林寺拳法で？」という思いはありました。今では両親も他界しておりますが、介護をしているときは本当に大変で、少しでも楽になりたいという思いは常にありました。そのときのことを思い起こし、どんなものか受講してみることになりました。

いすに座っている状態から立ち上がらせる方法や、ベッドから起こして立ち上がらせる方法、そこから車いすに乗せる方法……。『えっ』というほど楽です。あのとき一生懸命『よいしょ』と力を入れていたのは何だったのか。そのとき知っていたら、私の身心が楽になって自分の時間をもっと持てたかもしれませんし、少し違った生活になっていたかもしれません。大変さが軽減されることは、私にとっても両親にとっても間違いなく『優しさ』です。あとから

知ったという少し残念な思いはありましたが、これからの人たちは、介護をする側も受ける側も楽になり、「よいしょ」の掛け声が「大丈夫？ ちゃんと立てたねー」という言葉に変わり、家族に笑顔が増えると感じました。

他の受講者の方は、ほとんどが現在進行形で介護をしている方でしたので、うそのように楽に対応できることに驚き、次から次へと「こんなときはどうすれば？」と質問が出てきました。時間に限りがありましたので、すべての質問に対処できていなかったようですが、皆さん、このような時間が定期的に設けられることを期待しておりました。

少林寺拳法で介護といわれてもピンときませんでしたが、受講してみると、なるほど少林寺拳法ならではのことがよく分かりました。この取り組みが少しでも広がり、世の中に「よかった」とか「笑顔」が少しでも増えることを期待し、陰ながら応援しております。

投稿大募集 道場や拳士のちょっとした話を募集しています。※ペンネーム可ですが、必ず、名前、所属、連絡先もご記入ください。なお、原稿内容の整理・編集をさせていただく場合があります。原稿の選択はご一任ください。〒764-8511 香川県仲多度郡多度津町本通3-1-48 金剛禅総本山少林寺 広報誌担当宛 TEL.0877-33-1010 FAX.0877-56-6022 e-mail : aun@shorinjikempo.or.jp



宗門の行としての少林寺拳法

点をつなぎ合わせ、一本の線に

修練においては、動きをいったん止め、部分練習で法形のポイントを確認し、うまくいかないところ、ポイントとなるところだけを取り出して行うことも大切である。しかし、それはあくまでも点である。始めから終わりまで通しで行う全体練習を行い、点をつなぎ合わせ、一本の線に仕上げていくことが必要である。

→詳細は7ページ「宗門の行」へ



龍王拳 上膊拔(両手)

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。

文／富田雅志 演武者／富田雅志 大拳士六段・飯野貴嗣 准範士七段



SHORINJIKEMPO
少林寺拳法

 YouTube



 Instagram



金剛禅総本山少林寺のSNSも、ぜひご覧ください。