

あ・うん

金剛禅総本山少林寺広報誌

vol.
86

2023 睦月・如月

謹賀新年

善因善果、感謝と報恩の行動を軸に
素晴らしい一年を自らつくる。
皆様のご健勝とご多幸を祈念します。

金剛禅総本山少林寺管長 大澤 隆

特集 / 新春対談 2023
— 金剛禅の目指す未来



新春対談 2023

金剛禅の目指す未来

少林寺拳法創始80周年を4年後に控えた2023年が幕を開けた。宗 昂馬 少林寺拳法師家・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が金剛禅の目指す未来について語る。未だコロナ禍が明けきらず、先行き不透明ともいえる時代に、二人の瞳に映る未来とはどのようなものか。そして門信徒である私たち自身がこの一年をどのように歩んでいくかを考えるヒントを探っていく。

生きる軸を持つ

師家 大澤管長とは日頃からコミュニケーションを取る機会が多くありますが、本日はあらためて、『あ・うん』の新春対談ということでよろしくお願いたします。

管長 宗師家におかれましては、コロナ禍の中、精力的に活動さ

れており、大変心強く思っております。本日は、金剛禅教団の展望ということで、師家といういろとお話ができればと考えておりますので、よろしくお願いたします。

師家 昨年は可能な限り、少林寺拳法グループ内外を問わず、外に足を運んで、それぞれの世界で懸命に、そして希望や志を持って生きている人たちと交流することに努めてきました。その中で感じることは、私たちがいま社会の中でどのあたりに存在するのか、ということを自覚することだと思えます。私たちは普段から「半ばは自己の幸せを、半ばは他人の幸せを」と言い続けていますが、時に何となく自分ではでき

ているつもりになってしまいがちです。しかし、現在地としてはいまだ開祖が目指された理想境の途上にいます。金剛禅で学んだことをいかに人生に活かすか。自分自身の生きる軸にして、人としての質を高めていくことが大事だと考えています。

管長 何となくではなく、まずは足場を固め、自分自身の中に軸を持つことが大切ですね。金剛禅教団の理念にある、「人格を高める」、「幸福を追求する」などにおいても、一人一人が軸を持っていないと、具体的に何を目指すのかわからないまま進むことになります。

師家 軸を持つときに大事にしてほしいのは「思い」です。とかく少子高齢化、コロナ禍、時代の変化などと言わ

れますが、これらはすべて状況でしかありません。開祖が少林寺拳法を創始した時の「思い」は、「今の日本を何とかしたい」、「わし一人でもやってく」というものでした。0から1を生み出すには莫大なエネルギーが必要で、「思い」があったから多度津という小さな町からはじまったにも関わらず全国や世界にまで広がっていったのです。

管長 「思い」が届いたからこそ広がった。

師家 そうです。今はネット社会で簡単に知識や情報が得られます。でも、知識や情報以上に、自分の「思い」をいかに伝えられるかが大事です。私は常にそうあり続けたいと願っているのですが、日本国民が知識として





知っているというレベルを超えて、金剛禅とは何かを語れるぐらいい世の中に浸透させていくことです。金剛禅には、いつどの時代においても人々が幸福に生きるためのヒントがぎっしり詰まっています。どうか道院長や門信徒の方々には、私と一緒に金剛禅の教えや価値観を広めていっていただきたいと思っています。

自分が輝ける場

せて変えていく必要がありますが、思いを持って人を教化育成していくという基本形は今後も引き継がれていくと思います。

師家 未来像を語る上でそれぞれの人がこうあってほしいというものがあります。それは、自分自身の輝ける場所、生きる場所を見つけていくことです。それは修行をしながら見つけるのではなく、今からでもできることです。100メートル先のものは動かせなくても、1メートル先のものは何とかできそうですよね。壁にぶつかった時や悩んでいる時に切り口となるものは意外と身近なところにあるものです。ダーマからいただいた自己の可能性の一つでも気づくことができれば、その人の持つ未来はぐっと広がります。

管長 行住坐臥、寝ても起きても修行。その自覚があるかないかで大きく変わります。門信徒であることに誇りを持って、金剛禅の考え方を自分のものとして、

道院、地域に出ていき、活躍して行ってほしいですね。身近なところから自分の行動で人に幸せを与えられる魅力ある人間になっていくと、それ自体が金剛禅の価値を高めることになると思います。

師家 その人から金剛禅の教えがにじみ出てくる、金剛禅という言葉を使わなくても「あの人もそばにいたらワクワクする」と言われる人を目指してほしいですね。

金剛禅がつくる大会

師家 組織機構改革以降、コンプライアンスの問題もあり、やってはいけないことばかりが目立ってきましたが、本来、金剛禅が一番自由に活動できるんです。昨年は各地で、金剛禅の大会、易筋行大会が開催されました。金剛禅で行うからこそ、勝敗を決するのではなく、それまでの修行の過程が称賛されるものであったり、各地の特産物とのコラボであったり、地域の特色を思いっきり出すことができます。今後も金剛禅らしい大

会をぜひ広めて行ってほしいですね。

管長 大変心強い言葉をいただきました。教区の先生方からうちもやりたいという声が出ておりまして、教団、全国レベルでもやっていきたいと考えています。法衣を着た人達が全国から集まったら、凄く格好良いですし、自信にもなりますね。アスリートのように技能を突き詰めていくのもよいですが、一生懸命布教したり、人と人との縁を結んだりすることも称賛されるべきことです。そうやって門信徒同士が感化し合い、育つ場を作っていきたいと考えています。

新しい道

管長 今年、年賀状に「新道」と書かれておられました。この言葉に込められた思いをぜひお聞かせいただけますか。

師家 決して「新しいものを追い求めましょう」ということではありません。人は誰もが歳を重ねますが、その人にとっては初めてこの年齢を生きているということであり、すべてが新しい経験なんです。同じ見方をすれば



同じことの繰り返し返しですが、30度変えるだけでも、新しく見えてきます。少林寺拳法も新しい道を進んでいきたいと考えています。これまでやってきたこと、守ってきたこともありませんが、新しい道を歩くと違って楽しい気分になりませんか。人には新しい道を切り拓く勇氣、冒険心、探求心などが備わっています。せっかく持って生まれた命を、楽しみながらチャレンジすることに使ってみてはいかがでしょう。そして、それを継続すること、学び続けること、地に足をつけて、遠回りでもいいから

着実に歩んでいくことを忘れてほしいと思います。

管長 ワクワクする気持ち、希望を感じる言葉ですね。人が作った道を歩くのは楽ですが楽しくはありません。自分の人生という道も他の誰も歩いたことがない、新しい道と言えますね。

当たり前でないこと

師家 もう一つ大事なことがあります。「ありがとう」の対義語は何だと思えますか。それは「当たり前前」です。今ここに自分がいること、今当たり前前にできていることって実はかけがえのないものであり、それを感じ取れるかどうかって大きいと思います。たとえば当たり前のように食事をしますが、生産者、配送業者、小売業者、料理してくれた人、食べられる場所や環境、様々な要素が全部積み上げられた結果ですよ。私たちが今生きていることも、過去の人が積み上げてきた苦労の上に成り立っています。何事も簡単にできる世の中ですが、自分が生かされるから生きていることのありがたみ、これが当たり前でないことに気

づけるかどうかです。それに気づくことができれば、小さなことも大事にできますし、ほんの些細なことからも気づきを得られます。豊かな人生を送ることができ、私たちの日常は何となく過ぎていくように思えますが、当たり前でないことに気づけたら、毎日が非日常の連続に変わります。嬉しいこと、悲しいこと、成功も失敗も含めすべてが非日常であり、それが経験になります。当たり前だけど当たり前でない、やはり今あることに感謝することなのです。

管長 そもそも生かされていること自体が感謝ですね。人が生きていく上で非常に重要なことだと思います。時間軸で行くと、感謝は過去と今、そして先ほどのお話にあった新しい道はこれからの未来ですね。

師家 今までに対する感謝があり、それを私たちはすでに背負っているわけです。未来を思い描くときに、ついあれがないこれがないと、ないものばかりに目が行きますが、当たり前でないことに目を向けたら、自分にあるものがたくさん見えてきます。これまでの感謝を背負っ

て新たなことにチャレンジしていくことが大事なんです。

管長 チャレンジしてうまくいかなければ、反省してまた歩み始められたらよいわけですよ。当たり前でないことに目を向けたとき、見えてくるものがたくさんあると思いますが、その視点で私たちがこれまでに学んだ金剛禅を見つめ直してみると、金剛禅は宝の山と言えます。

師家 その通りです。ぜひ読者の皆さんも、目の前にある当たり前前でないことに目を向けて、今年一年、それぞれの新しい道を歩んでいってほしいと思います。





開祖語録 ダイジェスト

1975年4月
大学合宿



もちろん、何事もない日常にきれいな事というの簡単。また格好いい振る舞いも、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。普段なら思いもつかないことでも平気でできる。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、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。

地獄と向き合おうが天国にしようが徳のある人。じゃあ、そういう人が持つ徳とは、どういうことだろう。やさしく言うと、徳とは素直な良心に基づく行いを意味します。つまり、これは私の解釈だけど、知恵の知とは違う。もちろん一般には知の発達しているのはインテリ、頭がよろしく偉いみたいなの受け止め方があります。でも、知恵の発達したのほどエゴイストであったり、悪賢かったりする方が多い。だから、知と徳とは別ものだと理解するし、知性的ではありたいが、それ以上に徳のある人になるべく私は努力したい。

で、そう考えるに至ったのが、私の敗戦

での体験であり、今朝の新聞の写真を見ていて、また、このことを考えた。「一日、南ベトナムのニャチャンで、すでに満員の難民輸送機に乗ろうとする男にパンチを食わせて、機内に入るのを阻止する米人官吏」という説明文がついた写真が載っています。ここには米人官吏と書いてあるけど、このアメリカ人だけが醜いのも、残酷なものでもない。極論すれば、しょせん人間とは、人間のつくる世の中とは常にこうでしかないという一つの姿を、この写真が映し出しているということですよ。

が、さっきも言ったように、「そうでもない人がわずかであろうといた、いる」のも事実で、そのわずかに近づくべく、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。

自分らの意志をはっきりさせたい



金剛禅総本山少林寺
布教課 中川 純
(写真 唐津西道院)

学びの時間

唐津西道院では、毎週土曜日3時間の修練時間のうち、約30分間を「学びの時間」という取り組みに充てています。これは、子どもたちの持っている可能性を見つけ、そして自発性・主体性を積極的に引き出すことを目的に行われる、体験型の学習です。過去に行った内容は、「マッチの扱い方」「秋の七草を覚えよう」「竹とんぼ作り」等です。そして今回は「点字を知ろう」というテーマで池内一文道院長からの解説や発問の後、日用品の中にある点字を読んだり、紙幣にある点字を確認したり、また、中学生の門信徒が小学生に読み聞かせをしたりしていました。

門信徒は、この「学びの時間」を自ら積極的に取り組んでおり、単なる知識の詰め込みではない学習空間がそこにありました。

また、池内道院長は、易筋行や学科指導でも門信徒自ら学べるような仕組みをたくさん作り、活発で楽しく、しかもしっかりと修得できるような道院運営をされており、指導者にとっても学びの多い内容でした。

※唐津西道院の取り組みに興味のある方は、道院のサイトをご覧ください。 <https://shorinji-saga.jp/wp/112885/>

最近読んだお薦めの絵本

◎てとてとてとて

作・絵：浜田 桂子

出版社：福音館書店



手拍子をすれば手は楽器となり、身ぶり手ぶりは手話となって手をもって話すことができるし、点字をとおして手で読むことができる手。手は楽器、手で話す、手で読む、手のもつ多様な世界を描きます。また不安なときや悲しいとき、手を握ってもらいと心が落ち着きます。自分に寄りそってくれているという安心感を覚えるのだと思います。手で遊ぶ世界から、手もっている心の世界まで楽しく描いた科学絵本です。

開祖の教えに帰する

2023年が明けました。

アジア太平洋地区の軍事緊張、今や第八波のコロナ禍のなかで、世界は変化しています。これを不安とするのか、時を捉え真剣に考え行動するのか、開祖の考えられた幸福運動について再考します。

手元に、自作の日めくりがあります。

その一部(太字①～⑦)を記します。

①一緒に学ぶことは楽しい(行のあり方)

金剛禅は一人で行ずるものではありません。自他共榮。同志とともに学び共に成長することは楽しいことです。生き方、考え方を教え、学びあうことは人間教育の基本であるという認識です。

②自分だけが正しいと思うな(自戒)

これも人とともに学び、人とともに理想境を建設しようとしたとき、人の話をよく聞き対等の立場で意見を述べ合うことの自戒です。自分が正しいと思う人間は傲慢と言えます。どのような時でも同じ視線での思考は大事であるとの認識です。

③命のある間は死にはせん(不撓不屈)

死ぬまでは負けてはいない。信念を曲げることなく不撓不屈の精神で精進するとの認識です。

④肝心なところで与太るな(継続)

事を成すとき、最後の一押しは、それまでの何倍もの努力と知恵を働かせなければ成しえることができないという現実があります。若い時に経験した仕事上のことですが、自分ではわかっているつもりであるのに最後の一押しをどのようにすれば仕上がる

のかが理解できず長く悩みました。ただ、そのような時でも継続してその苦しみから逃げることなく、執着することなく、継続することにより、ある日突然目先がパッと明るくなりできるようになった経験があります。修行も同様であるとの認識です。安心も不安もいつまでも続くものではなくすべては継続により勇気を養っていくものであるとの認識です。

⑤人間以外にはない力、働き(信心)

人間の霊性は、人間以外にはない力であり、働きであると考えられています。現状認識と未来に対する希望や夢は人間のみが有する能力であると言われています。よって、そのことにより悩みが生じ、苦が生じます。これを苦とするのか、その能力により得たものを認識して努力を重ねるのかは、可能性に信心することでもあるとの認識です。

⑥自惚れでない自信を身につけよ(自学自習)

「自惚れ」これも、人が自戒すべきことです。自分自身を顧みて立ち止まり冷静にならなければ、上に立つ多くの人は、自信と自惚れの判断ができなくなっています。この自惚れでない自信を身に付けるのは、自学自習が必要であり、その中で新しいことに気づき自問自答により、自らを正すことであるとの認識です。

⑦忽然と変わることに大胆となれよ(行動)

開祖のお言葉のなかで、これを自分に言い聞かせて生きています。あきらめるな、死ぬまでは負けていない、悪念を断ち、反省を忘れず、常に忽然と変

わることを恐れない自己。この生き方が根底にあります。安定は不安を生じます。ピンチはワクワクします。これはチャンスだという感じがするからです。常に行動を心がけ前向きに変化を恐れないことだと自戒しています。

金剛禅の教えの根本は、開祖の教えです。教範、教本、読本の裏づけは、開祖語録が基本となります。開祖語録は道臣哲学の宝庫です。人のことを大切に考える、その根本は自己確立です。

自己確立とは、自らを新たにすることですが、これは実にシンプルに言動に現れます。知識があり、善悪の理解があっても、深層心理に左右される人の質において、性根が正されなければ知らぬうちに言動に現れ、自らの気づきがなければ正すことは難しいと言えます。

開法修学の基本は、開祖語録からその教えの根幹を感じることで、これはダーマ信仰につながる本道ではないかと考えています。

読者への問いかけ

心に残った開祖のお言葉をフレーズにしてマイ語録帳を作成してみませんか。
日めくりのように読み返すと日々の心情と相まって新たな気づきが生じるかもしれません。



チャレンジ①

チャレンジ②



「よい^{たいど}態度」と「わるい態度」
ってなんだろう。

しょうねんとくほん
『少年読本』p.29



あなたはなぜ^{しょうりんじけんぼう}少林寺拳法を^{はじ}始
めよう^{おそ}と思いましたが、今は^{いま}
なぜ^つ続けているのですか。

かんがえてみよう

道院長

元気の素



千葉県・松戸上本郷道院
道院長 植竹康夫(41歳)

道院長になろうとしたきっかけ

「少林寺拳法で得たものは少林寺拳法に返せ」という開祖語録を読んだ時から、少しでもお返しするにはどうしたら良いかと日々考えていましたが、修行自体が面白く、返そうと思っっているにも関わらずむしろ頂いてしまうばかり……という状況でした。

35歳の頃、「開祖は今の自分と同じぐらいの年齢の頃には少林寺拳法を創始したのだなあ」、「せめて道院を出すぐらい頑張らないとダメだ」と思い、道院を設立しました。

道院長になって良かったこと

道院長になって本当に良かったと思っています。まず、金剛禪としての修行のギアが明らかに上がったように思います。新しく門を叩いた人は、道院長である私の行動や言葉で少林寺拳法を判断するので、常に試されている感覚があります。道院長にな

り大きな責任の中で布教にあたれることは、自分にとって、負担である以上に喜びです。一拳士だった頃は、(自惚れもあり)少林寺拳法での修行に頭打ちに似た感覚がありました。道院長になるまではただの準備期間で、道院長として責任を持ち、人づくりに邁進することこそが金剛禪の修行なのではないかとすら、今は思っています。

指導の方針

「金剛禪としての修行であること」を常に意識しており、特に、組手主体の観点から「相手を上達させられる攻者になれること」を重視しています。相手の向上を願い、そのためにどのような行動をとるかを考えることが、社会で役に立つことに繋がるのではと思うからです。

また、道院長も修行者の一人です。道院という箱の中で自分が偉くなったと勘違いしないよう、道院の仲間とは互いに敬意を払い、対等な関係を構築するよう努めています。

家庭との両立

妻には本当によく支えてもらい感謝しています。交際は拳士ですらなかつた妻に對して、「少林寺拳法が最優先! 理解を示すだけではなく、拳士になって本気で取り組んでもらいたい。本当に大丈夫か?」と交際時・婚約時・婚姻時とあらゆる場面で念

を押し続けたことは、今思えば行き過ぎですが、それでも受け入れてくれたのは妻の優しさだと思えます。ちなみに、結婚記念日は10月25日(少林寺拳法創始の日)で、息子は誕生後すぐに入門しました。

全国の拳士へ

少林寺拳法は本当に素晴らしいものです。しかし、組織規模の推移を考えると、いつまでも今と同じ良さを保てるのか、後進に良い形でバトンを渡せるのか不安もあります。みんなが楽しさを享受するだけでは組織の維持はできません。「少林寺拳法で得たものは少林寺拳法に返せ」の精神で、1人でも多くの、特に若手拳士が道院長になってくださることを心から願っています。

そして、身を切る覚悟で少林寺拳法をやればやるほど、そこにはさらなる楽しさや待ち受けていることを、生気かもしれません。私が保証いたします。みんなで理想境を作っていきましょう!



松戸上本郷道院

検索

道院認証

認証おめでとうございます

●設立

■2022年11月1日付
横浜子安道院 中谷 茂城

●交代

■2022年10月1日付
刈谷中部道院 米田 正寛
■2022年11月1日付
函館美原道院 佐々木 憲一

苫小牧中央道院 高橋 哲夫
茨城取手道院 石渡 静夫
尾張旭道院 塚原 弘義
門司東道院 石川 亮
人吉道院 吉谷 克弘

●参与道院長

■2022年11月1日付
山陽網干道院 田中 猛
加古川氷丘道院 小林 克至
加古川米田道院 多田 敏郎

僧階昇任者

昇任おめでとうございます

少法師

■2022年11月13日付
伊藤 寿弘(須賀川道院)
阪井 聡司(西船橋道院)
中林 純一(亀有道院)
諏佐 一義(川崎柿生道院)
毛呂 文紀(横浜和泉道院)

佐藤 岩男(甲州大月道院)
武貞 裕文(神戸板宿道院)
田村 彰浩(紀州本町道院)
■2022年12月3日付
林 昌幸(埼玉早瀬道院)

中導師

■2022年10月1日付
細野 子成(盛岡城東道院)
■2022年11月1日付
安藤 晃(茨城阿見道院)
石川 新一(東京目黒道院)
難波 秀治(東京飛鳥道院)

高橋 宏(東京荏原道院)
石原 文頭(東京成瀬道院)
磯部 雅大(東京王子道院)
澤根 淳一(浜松中央道院)
山田 真嗣(京都衣笠道院)
額田 充隆(和歌山宮道院)
金子 茂(久留米南道院)

お布施

心より感謝申し上げます

達磨祭

▷名誉本山委員 田村 道明
▷名誉本山委員 山崎 博通
▷名誉本山委員 新井 庸弘
▷岡山県教区
▷香川県教区
▷徳島県教区
▷大阪高槻道院 北野 裕士
▷笠岡道院 馬場 辰巳
▷坂出専修道院 大西 修一
▷高松木太道院 鎌田 智
▷西陣道院 牧野 清
▷三重多気道院 山添 和重

▷水島中部道院 田中 正則
▷本部道院
▷本部道院OB会
▷香川県少林寺拳法連盟
▷タドツスポーツ少年団 國富 佑治
▷和歌山市和佐スポーツ少年団 前田 史雄
▷有限会社 貫田屋
▷山崎 高雄
▷少林寺拳法グループ職員互助会

本山修行研修

▷川崎稲田道院 綾邊 和彦
5,000円

公認講習会

▷栃木県教区 30,000円
▷神奈川県教区 30,000円
▷愛知県教区 30,000円
▷徳島県教区 30,000円
▷福岡県教区 30,000円

本山公認オンライン教区講習会

参加教区
▷岩手県教区 ▷宮城県教区
▷秋田県教区 ▷山形県教区

▷福島県教区 ▷新潟県教区
▷石川県教区 ▷山梨県教区
▷長野県教区 ▷奈良県教区
▷和歌山県教区 ▷島根県教区
▷山口県教区 ▷徳島県教区
▷香川県教区 ▷佐賀県教区
▷熊本県教区

その他

▷宇和島道院 50,000円
▷豊田末野原道院 服部 俊美
10,000円

訃報

謹んでご冥福をお祈り申し上げます

えぎき けん
江崎 健
やぶの みのる
藪野 実
はすいけ ひるみ
蓮池 洋美
かわはら ひろし
河原 弘

川崎南生田道院道院長、第328期生、大導師正範士七段、2022年10月8日逝去、満65歳
大阪藤井寺道院元道院長、第205期生、中導師准範士六段、2022年10月11日逝去、満76歳
淡路南淡道院元道院長、第158期生、大導師正範士八段、2022年10月19日逝去、満80歳
王寺道院道院長、第236期生、大導師正範士八段、2022年11月8日逝去、満82歳

大阪府警旭署から感謝状が授与されました。

今年8月、特殊詐欺を防いだとして大阪旭道院 水馬恭子門信徒に大阪府警旭署から感謝状が送られました。ご本人からその時の様子をお手紙で頂きましたので紹介します。

会社帰りに立ち寄った銀行のATMにて、携帯を持って話しながらウロウロしている高齢の女性がおられ、その様子が気になったので私はATMコーナーにとどまり様子を見ていました。高齢女性の肩をたたいて「詐欺では？」と声をかけたのですが、その方は、ATMの操作と、携帯の相手とのやり取りに精一杯でほかが見えない様子でした。そのうちに、数字の羅列がはじまり、数字を言いながら入力しているので、これは振込金額だと思い、ATMと高齢女性の間に入って操作を止めました。スピーカーになっていたのか、相手の声が聞こえてきて、「周りのいる人の言うことは聞かないで、私の話だけを聞いて操作して！」と怒鳴っていました。すでに私は110番をしていたので、すぐに警察が到着し、高齢女性の方に、「あなたは還付金詐欺に騙されるどころだったのでしょ……」と説明しても、高齢女性は、「私は一度も振り込んでとか、金額とか言われていないです……けど……」とっていました。確かに、そうです。金額ではなく数字の羅列、振り込みではなくATMの操作を指示しているだけです。今こんなに振込詐欺や還付金詐欺の注意喚起がされているのに、なぜ騙される高齢者が減らないのか、不思議だったのですが、詐欺を目の当たりにして何か納得、増えているのがわかる気がしました。それだけ犯人は巧妙なのですね。許せないです。世の中、老いも若きも助け合える世の中になれば良いです。



今回のことは、普通のことをしただけで、表彰していただいたり、褒めていただいたり何か照れくさいですが、何か背筋がピンと張る気がします。これからも人との繋がりを大切に、あたりまえのことがあたりまえに出来るように、歳を重ねていきたいと思えます。これも少林寺拳法のおかげです。ありがとうございました。合掌 大阪旭道院 水馬恭子

宗 昂馬少林寺拳法グループ代表が、
少林寺拳法テーマソングリミックス版について語る



新しく生まれ変わった 歌にかける私の願い

去る、11月19、20日に開催された（一財）少林寺拳法連盟主催の『2022年少林寺拳法全国大会 in OSAKA』において、少林寺拳法テーマソング『ひとりひとりの心に深く』の新バージョンが紹介された。

今回、少林寺拳法テーマソングのリミックスを手掛けてくださったのは、若い世代に人気のミュージシャンであり、YouTuberでもある虹色侍のずまさん。

時代の流れと共に変化し、それぞれの世代と共に寄り添ってきた少林寺拳法のテーマソング。このほど、令和の時代に生きる人たちのためにリミックスして誕生した。

かつて、春日八郎氏により唄われた「少林寺拳法」という歌謡曲がありました。

先達の皆さんは、当時肩を組みあい、唱歌しておられた思い出を樂しげに語ってくださいます。

近年では、大会や合宿などの終わりに「ひとりひとりの心に深く」を朗らかに唱歌する姿があります。これらのように「歌」に纏わる思い出や場面には多くの笑顔が登場します。

この令和の時代、いかに少林寺拳法の魅力をわかりやすく伝えるか……。第三世師家に就任する以前より、常に自問自答していたこの課題に対する一つの答え、それが「歌」でした。

「少林寺拳法を通して過ごす日々がより楽しく、鮮やかなものとなるきっかけとなってほしい。」今回誕生した、ひとりひとりの心に深く～REMIX～は、そんな願いから生まれています。

歌は身近な存在です。あるときは有線放送から聴こえてきた一曲に励まされ、またあるときは子どもたちが唱歌する姿にかつての自分自身を重ねて思い出に浸り、そしてまたあるときは逆境をバネに鼓舞するために、半ば叫ぶように仲間とともに歌う……。

私にとって、音楽とは人生のサウンドトラックのようなもので、自分を勇気付けてくれたり、悲しませてくれたり、喜ばせてくれたりと、数多の歌が私の人生に、鮮やかな彩りを与えてくれました。皆さんの中にも同様の経験をお持ちの方がいらっしゃるのではないのでしょうか。

さて、SNS等を使って容易に自己表現ができるこの時代に、私から皆さんにお願いがあります。

この楽曲をパートナーに様々な自分の姿を発信してください。道院の仲間と歌ってみる。リズムに合わせてダンスしてみる。演武と合わせた映像を作ってみるなど……。十人十色の表現のお供にこの楽曲をご活用いただきたいと思います。

皆さんにとって、この楽曲が楽しく充実した修練の日々を彩るものの一つになると共に、少林寺拳法を通じて新しい仲間と繋がるきっかけとなれば幸いです。



少林寺拳法テーマソングは
志道チャンネルにて



虹色侍のずまさんと

【お知らせ】『活動報告』のコーナーは紙面の関係で次号に掲載させていただきます。

行の門宗

うまくできないところは伸びしろ



法形修練と運用法

法形修練においては、決まった攻撃に対し、決まった防御・反撃をします。そして護身の技術であることから、法形は守者が有利になるように作られています。もし法形修練だけをしていけば、お互いの約束の中で行っているにも関わらず、さもどのような状況であっても毎回技がうまくできると錯覚しやすくなります。

言うまでもなく、技を覚えることと使えるようにすることは同じではありません。学んだことをどのような状況でも使えるようにするには、数をかけ、自分よりも大きな相手や力の強い者と練習したり、実際に対応できるかどうかを運用法も用いながら検証したりすることで、精度を上げていく必要があります。

失敗を避ける

しかし、この使えるようにするプロセスを省いて、法形修練、極端に言えば約束の中だけで修練を重ねた場合、その修練の中での自信はつくかもしれませんが、その自信を保持するために、同時に失敗を恐れるようにはなるのではないのでしょうか。さらには、武階・法階などの階級や、道院内での立場が上がるにつれて、プライドが邪魔をして、人前で失敗を見

せられなくなり、うまくいかない姿を見られないようにするために、修練そのものの回数が減っていきます。うまくなるためには、当然数をかけなくてはなりません。そして、数をかけるためには、失敗することを恐れずに挑戦することが必要です。

失敗は伸びしろ

失敗をしたくて練習をしている人はいないと思いますし、誰もが失敗を避けたいと思うものです。しかし、修練においては失敗はつきものです。ここで重要なのは失敗の捉え方です。失敗を自分に足り



DISCUSSION

さらに考察を深めるため

- あなたが失敗を恐れるのはどのような時ですか。
- あなたがこれまでの失敗から得た学びはどんなことですか。

ないもの、自分の不完全さを教えてくれるものだと考えてはどうでしょうか。失敗した状況を冷静に分析することで、失敗は伸びしろと捉えることができ、乗り越えた先には成長が待っています。つまり失敗と成長は同じ方向にあります。失敗したことを成長に向かうためのプロセスと捉えることができれば、全く失敗しない状況よりも、あえて失敗も起こりうる状況に飛び出して修練した方が成長につながると考えられます。

このような心境で修練を繰り返すことが、日常においても不確実性を受け入れながら挑戦する姿勢を養っていくことにつながっていくのではないのでしょうか。

(富田雅志)



宗門の行としての少林寺拳法

うまくできないところは伸びしろ

失敗は自分に足りないもの、自分の不完全さを教えてくれるサインである。失敗した状況を伸びしろと捉えることができれば、それを乗り越えた先には成長が待っている。

このような心境で修練を繰り返すことが、日常においても不確実性を受け入れながら挑戦する姿勢を養っていくことにつながる。

→詳細は11ページ「宗門の行」へ



龍華拳 両手押小手

金剛禅総本山少林寺公式 YouTube チャンネルで動画をご覧いただけます。

文/富田雅志 演武者/飯野貴嗣 准範士七段、中川 純 正範士七段



SHORINJIKEMPO
少林寺拳法



金剛禅総本山少林寺のSNSも、ぜひご覧ください。