

# あ・うん

金剛禅総本山少林寺広報誌

vol.  
93

2024 弥生・卯月

特集 / 仲間と共に

参加者800人超えの新春行事  
本山に活気が戻る！

# 特集

# 仲間と共に

本山に活気が戻ってきた。  
参加者800人超えの新春行事、  
門信徒ひとりひとりがそれぞれの  
思いを胸に本山に集う。  
そして決意新たにそれぞれの地へ。



16:00

表彰式

15:00

認証式

本山に活気が戻ってきた

雲一つない空にオレンジ色の朝日が四国山脈から昇った1月14日(日)、香川県多度津町にある本山において新春行事が開催されました。

この日の参加者は835名。ひととき賑やかな新春行事を迎えることとなりました。

特に、ここ3年間はコロナの影響で、遠方からの帰山者が少なく、少し寂しさの残る新春行事が続いていました。一転、今年の新春行事は、参加受付の締切日には既に全国から700名を超える申し込みがありました。昨年5月にコロナ感染症が5類に引き下げられたことが影響してか、「新春行事を本山で迎えたい」という熱い思いのあらわれだと思えます。

## 式典会場を

## 2会場に分けて

式典は立ち見を無くし835名の参加者の皆さんに座っていただけるよう、また、施設上の危機管理の面も考慮し、会場を本堂と講堂の2か所に分けました。本堂では新春法会が厳かに挙行され、講堂ではその様子を中継する形で行われました。朝9時、元日に発生した能登半島地震により尊い命をなくされた方々への黙とうに続いて、

宗昂馬師家が『年頭挨拶』をされました。

## 師家年頭挨拶【要旨】

一日、私たちに与えられた時間は、86400秒。この一秒一秒をしっかりと使い切って生かしましょう。また、幸せとは掴むものではなく、そばにあるもの。

大事なのは、今ある幸せを感じる心を育てることです。今あるものに感謝することです。命も同じ、命はかけがえなく、ありがたきものなのです。生かされた命をどうやって使い切るかです。今できることを一生懸命やりましょう。「必死に生きる!」「懸命に生きる!」このことを開祖は皆さんに伝えられました。皆さんの心の中には間違いなく、開祖の思いが残っています。「こんな時代だからやりにくいよな」とあきらめるのではなく、まずは行動することです。「現実はいのちの後についてくる」皆さんもこの言葉を信じて共に少林寺拳法を盛り上げていきましょう。

## 表彰式・認証式が

## 花を添える

前日の13日(土)には、『認証式』と『道院長勤続表彰式』が挙行されました。

『認証式』では、大澤隆管長よ

## 新春行事に参加された方に聞く『今年の抱負』

門信徒をひとりでも多く増やす。また、地域に根差した道院になるように働きかけ、自ら動くリーダーになりたい。



細野 子成 道院長  
【認証】(盛岡城東院)

昨年、道院長がご逝去されました。前道院長とは違う形の基盤を作っていかなければいけない。その始まりの年が今年だと思っています。昨年一年は道院長の面影だけでなくずっと走ってきましたが、今度は、新たな厚木道院として皆で力を合わせてやっていきたい。



佃 敏幸 参与道院長  
【認証】(厚木道院)

僧階学習の精進と、道院という現場での指導力の向上を目標にがんばっていきたい。



清野 宏海 参与道院長  
【認証】(舞鶴道院)



10:00  
新春法会

9:30  
物故指導者顕彰  
勤続表彰者顕彰

9:00  
師家年頭挨拶

**原宏総代 門信徒代表挨拶【要旨】**  
開祖の教えである金剛禪の価値を創造し、物心両面において調和のとれた、平和で豊かな社会づくりに貢献するという我が教団の理念を実現するため、昨日よりは今日、今日よりは明日、少しでも良い方向に変えるという小さな理想建設の積み重ねを、先ず自分の周りから展開してゆかなくてはなりません。門信徒の皆さん、人間本来の使命を自覚し、たゆまず自己変革を続けようではありませんか。そ

**教団の理念を胸に**

午前10時、開式を知らせる太鼓とともに『新春法会』が始まりました。  
導師献香、参列者全員による教典唱和、原宏総代による門信徒代表挨拶に続いて、大澤隆管長が年頭挨拶をのべられました。  
そして、翌14日、道院長勤続表彰者は、本堂で行われる新春法会にて名前が読み上げられ顕彰されるとともに、参列者より温かい拍手によって祝福を受けられ、新春行事にお祝いという花を添える形となりました。  
54名の道院長・参与道院長に辞令書が授与されました。続いて、『道院長勤続表彰式』では85名の道院長に表彰状が授与されました。

午前11時、『新春修練会』が錬成道場と講堂の2カ所に分かれて行われました。  
錬成道場では、一般の部310名が修練に参加され、指導内容を見学にいられた所属長も含めて道場は満員となり、盛り上がりを見せていました。  
道場の中心では、少林寺拳法連盟井上弘指導員の熱のこもった指導が展開され、参加者・見学者共に、熱心に聞き入る姿が印象的でした。途中、道衣姿の師家が訪れ、参加者とふれあう一幕も。90分間の修練会、皆さん終始にこやかに道場全体が明るい空気に染まっていました。  
一方、講堂では保護者達が見守る中、少年・少女拳士の元氣

**仲間と共に**

**大澤隆管長 年頭挨拶【要旨】**  
自分が変わることで相手も変わります。すべて自分が源です。そこに、自己確立と自他共榮が生まれます。「教団の理念」をご自身に置き換え、「こういう人になる」と個々が思うことです。「リーダーになる」「道院長になる」そういう人になり、金剛禅を広めてゆきましょう。

して社会変革に果敢に取り組もうではありませんか！

新春行事に参加された方に聞く『今年の抱負』

まずは初心に帰って、金剛禅運動を門信徒や保護者、地域に広げていきたい。また、現在門信徒が30名いますが、門信徒をもっと増やし、余裕があれば隣の町にも道院をつくりたい。



松田 輝昭 道院長  
【勤続30年】(佐賀小城道院)

コロナが落ち着き、『昇級』『昇段』『昇格』と普段の形に戻った修練をし、地域・社会に貢献しようという目標を掲げました。



石川 新一 道院長  
【認証】(東京中目黒道院)

門信徒をひとりでも増やしたい。小さいお子さんから上は60歳を超えてから入門される方もいるので、いろいろな門信徒の方と交流していきたい。



山田 真嗣 参与道院長  
【認証】(京都衣笠道院)

# 特集



12:30

## 新春のつどい

### 帰山された方の声

- ◆私自身の仲間が沢山いる中での修練がとても楽しかったので、少年部を増やし、仲間を増やしてあげたいと思っています。
- ◆金剛禅運動に貢献できるよう頑張っています。
- ◆コロナの前は毎年帰ってきていたので4年ぶりです。少林寺拳法に対する魂の浄化で帰ってきました。ここは原点として思いを新たにできる場で英気を養って地元へ帰れる場所。
- ◆毎年本山の新春行事に来ています。新年はここにきているいろいろな話を聞かせていただいて、今年も頑張ろうという気持ちを新たにいたしました。
- ◆年始早々辛い災害や事故の中、新たな気持ちで精進していきたいという気持ちで本山にきました。
- ◆本山に帰山するのは20年ぶりです。懐かしいです。
- ◆これから道院を背負っていくためにどうすれば良いか、気持ちを固めるために帰ってきました。



## ふるまい

な声が響きわたっていました。少年・少女の参加者は146名。少林寺拳法連盟の秋元宏介指導員を中心に若手職員たちが体と頭を使ったゲーム感覚でできるウォーミングアップやチームに分かれて団体演武を作るなど、楽しく修練できるプログラムが展開されていました。

参加された拳士達は、考えたりを動かしたり、時には動きがこんがらかって互いに笑い合ったりと、終始賑やかで、保護者の皆さんも、撮影をしたり、保護者同士で談笑するなど道場全体がアットホームな雰囲気になっていました。

その後、境内において、ぜんざい、豚汁、おにぎりなどの軽食がふるまわれ、参加者は仲間や家族と共に楽しいひとときを過ごされました。

11:00

## 新春修練会

参加者の声の中で多かったのが、『新春行事に参加し、一年を新たな気持ちでスタートしたい』というものでした。中には、数年ぶりという方も。

お話を伺う中で感じたのは、門信徒にとって本山は、リスタートの場(思いを新たにできる場所)であるということ。だから、山門をくぐる時、すべての人が笑顔になれるのだと。

それぞれの思いを胸に、本山に帰り、そして気持ちを新たにしたい。

新春行事はすべての門信徒がリスタートできる日。

一年後の新春行事も本山が沢山の笑顔で溢れることを期待します。

### 新春行事に参加された方に聞く『今年の抱負』

門信徒一人一人が笑顔で楽しめるような道院、その中で皆さんのためにできることを一生懸命やしていきたい。



高橋 康子 道院長  
【勤続10年】(江別大東道院)

次の世代の人達を道院の中で育てていく。今年26年目は節目の年になるので、精一杯育てていきたい。



西光 正博 道院長  
【勤続25年】(大阪長野道院)

やっとコロナが明けたということで、一般から少年部まで本格的に募集をかけて、体験入門などを開催し、門信徒を増やしていきたい。



山本 進 道院長  
【勤続25年】(京都春日道院)



上やら肩書きのあるのが指示してくれないと動けない、どうしていいかわからない。そんな兵隊みたいなロボット人間が日本にはようけているが、これもダメ。己の頭で物事を考えられない。己の意思で決断、行動できない、そんなのが数だけ集まって内輪でワアワア言ったところで、大きな一発食らえば全員で転ぶか、誤った命令でとんでもない方向にドーッと走り出すかのいずれかです。

『教範』の最初のところに、私は釈尊の言葉借りて、「己れこそ己れの寄るべ、己れを描きて誰に寄るべぞ、良く整えし己れこそ、まこと得がたき寄るべなり」という言葉を引用している。これ君らだつて練習のたびに唱和してらんだらうが、この意味、まともにも考えたことないんじゃないのか。だから、先輩やらの声のでかいのにガーツと言われると、サーッとそっちへひっくり返っちゃったり、異議申し立てするにしてもおっかなびっくり。また、発言したところで、まるで世間ずれしたおっさんみたいなのに、遠回しにモチャモチャ、モゴモゴ。本来なら澀刺として無謀であつてもおかしくない君らのような若い人さえもが、この体たらくになつてる。

でもどうだろう、こつちが多勢と見れば、「こつち万歳」、あつちが多勢とわかれば、

## 自分の人生は自分でつくれ



「あつちヨイシヨ」、そんな主体性のない、人間らしさを欠いた生き方、……君らは勇気出してきつぱり変え、やめなにか。そして少林寺拳法を通して知って考えたこと、心に記憶したこと、いつまでたつても同じレベルじゃ情けないけど、それを、最初はまず身の周りのことからでもいいから具体的行動にしてやり始めてみようじゃないか。いろいろ言い訳並べたところで、多少の良心があり、恥を知っているなら、心で感じ覚えたことはなかなか忘れない。ウジウジ悔いることはばかりしてたら、「後悔」なるイヤな思いが死ぬまでつきまとうぞ。

君らが長い人生になるのか短い人生になるのか、私にだつてわかりません。でも人生という物差しで物事を見たら、五回失敗しようとして十回頓挫しようというところないし、心を変えずにいたら、あるときポツとスツとできるかもしれない。やる前からサジ投げるな、考えることを放棄するなということ。そして最初の方で言った、偶然でも場当たりでもない「自分でつくる人生」、私みたいな男だつて何とかがやってきた。君らにだつてできるはずだし、思い切りよく挑戦してみたらどうだろう。



太田西道院 副道院長 関 緑  
(読み手: 深須 椰生 拳士)

### 《よかったね ネットくん》

前回絵本を読んでくれたななお君のお母さん、めぐみさんが読んでくださいました。読み終わった後、めぐみさんのところになお君が近づき、「この文章読んでなかったよ」とあるページを指さし……「でも、よかったよ〜」とめぐみさんの腰あたりに両手を回してピタッとくっつき……可愛い、なお君。めぐみさんもニコリ。なお君の「でも、よかったよ〜」の言葉で、私も「よかった」と思いました。

## 「でも、よかったよ〜」の言葉

交流スペースとして利用しているSlackに、太田西道院の関 副道院長より温かい書き込みがありましたので紹介いたします。

### 《いちにちうんち》

「誰か読んでくれますか?」と私。「はい!!」と なの君が手をあげてくれました! なの君にバトンタッチ。突然振つたのにも関わらず、楽しみながら読んでくれました。見守る保護者さまの表情も緩み、場の空気が変わった気がしました。絵を見て、「なおに似ているじゃん」と……なの君のお母さんが一言。最後に、なの君が「うんちを考える人」のポーズをとってパチリ★



### 最近読んだお薦めの絵本

#### ◎いちにちうんち

作: ふくべあきひろ  
絵: かわしま ななえ  
訳: PHP 研究所



子どもから大人まで人気の「いちにち」シリーズ! 擬音の面白さとユーモア満載の絵で、読み聞かせでも大好評です。うんちって、きたなくてくさいのになぜかきになっちゃうんだよね。なんでだろう? よし、いちにちうんちになってたしかめてみよう。

## 志の原点Ⅱ修行における直な心

「法を問い学を修める」の執筆も今回で16回目です。13号が初回、93号のこの回で私自身の区切りとなります。

17歳で門をたたき、武道としての少林寺拳法を修練しました。初段とともに武専別科に入学しそこから私が私にとっての修行であったと思います。

しかし、その修行も教えの根幹は耳があっても聞いておらず、眼があっても読んでおらずの状態です。11年を過ごしたと今振り返ります。

また、そんな状況でも継続して自分の志としてあった修行の根本は、開祖の示された「半ばは自己、半ばは他人」というまったく対等な思いやりの精神でした。

「自分も幸せになるが、一緒に君たちも幸せになろう」という偽りを感じない言葉に魅了されて今に至っています。

現在も私が修行している目的はこの教えの実践です。ここが私の志の原点です。自己犠牲ではなく、自分も他人も幸せになろうと考えることの実践は容易なものではありません。言うのは簡単です。

人それぞれに幸せの概念には相違がありますが、その相違がある中でも、幸せについての根本が、「自分も他人も同等に幸せになろう」という価値観を根底に抱くことによっ

て、自らの生き方が絞られてくると思うので、

人はそれぞれの人生を様々な背景の中で生きていますし、生きてきています。

また、それぞれの心のあり様は簡単に見えるものではなく、そう単純なものでもありません。

どの様な境遇で生きてきたとしても自分自身が幸せになりたいという「生きる希望」が根底にあり、その手段として「他人も同等に幸せに」という生き方を選択することが、開祖が示された「幸福運動」の実践であり、このことにより「すべては他人の為ならず」ということが実感できれば行としての少林寺拳法の実践と言えます。

我々の修行は、鎮魂行と易筋行(少林寺拳法の漸々修学)の道院修練が基本です。また、漸々修学は武階(技術)と法階(教学)を順序に従って修行を重ねることが、結果として身心鍛錬の行となつて示されています。

これが開祖が発見された新しい禅の修行形態、少林寺拳法(金剛禅)の修行法です。

生涯を通して漸々修学を重ね、志がより明確になり、金剛禅の目指す生き方を確立していくことが我々の修行の目的であり目標だと言えます。

鎮魂行で教典を1万回唱和しても、その言

葉を自分に返し、実践しようとしなければ気づきは浅いものとなります。また、技術もそれぞれの体力に合った形で真摯に修行し、羅漢練拳図から開祖が感じられた、半ばは自分、半ばは他人を思いやり、共に上達するという形態を実践しなければ、ここからも気づきは得られません。調和は自分とは違う他人との認め合いであり、押しつけではありません。今ここにある自分が結果であり、教えを垂れずともその背中が語ります。

「すべては自らのこと」との思いを忘れず修行したいと思つています。(感謝)

### 読者への問いかけ

大事なことは、志(Ⅱ直心)だと考えます。志が明確になることで受け取る内容も変化し、その志に伴う行動、すなわち立ち振る舞いを含めたその人格が醸し出す一連の姿勢こそが修行の真価なのではないでしょうか。

直心Ⅱ志でありここが原点。各々が自らの素直な心に問い続けることが大切なのではないのでしょうか。



### チャレンジ①



しよせい せきし  
「初生の赤子として」ってど  
ういう意味？

.....

.....

しょうねんとくほん  
『少年読本』p.48

### チャレンジ②



しょうりんじけんほう ふたりひとくみ  
少林寺拳法では、2人1組  
で修練します。なぜでしょ  
うか。

.....

.....

しょうねんとくほん  
『少年読本』p.33

## 道院長

# 元気の素



とうきょうにししながわ  
東京都・東京西品川道院  
道院長 かいぬまのみる  
海沼 実

### 道院長になろうとしたきっかけ

師匠(東京羽田道院/白尾國宗先生)から「道院長になることで少林寺拳法を通じた人生がより充実するし、何より道院長に向いている」と言われたからです。向いていたかどうかは分かりませんが、道院長になって得られた貴重なご縁や体験によって、人生は明らかに充実したと感じています。

### 道院での指導方針や工夫していること

少年部の拳士が多く在籍しているので、やがて社会に出た時に人々から信頼され、社会の役に立つ人物になるために必要なことを「少林寺拳法」という手段を用いて指導しています。指導に際して重点を置いているのは、とにかく声を出すことと笑顔で楽しむことです。我が道院の少年部による「鎮魂行」の音量は、恐らく国内屈指だと思います。

指導者不足で苦勞されている道院も多いようですが、東京西品川道院では後輩への指導が「最も大切な修行」と位置付けているので、基本的に年長者が率先して年少者たちの面倒をみてくれます。技術的な質の向上は「大器晩成」ということで、まずはコミュニケーション能力やリーダーシップの構築を優先していただきます。



### 道院長になって良かったと思うこと

少年部拳士を預けてくれた保護者の多くが、道院の指導方針を尊重し、信頼してくれることが何より有難いです。中には障がいを持つ子や、素行に問題のある子もいますが、道院の中で伸び伸び成長していく様子を見て、保護者の皆さんが口コミで仲間を増やしてくれそうです。病弱な保護者から入院前に「私に何かあったら、先生を頼るよう言ってもいいですか?」と言われた時は、これぞ道院長冥利に尽きると感じつつも責任の重さを痛感しました。

### 家庭との両立

妻と5人の子どもたち全員が拳士ですので、幼い頃は家族旅行を兼ねた帰山旅行をしたり、少林寺拳法を通じた楽しい時間を共有することができました。ただ、子どもたちに対し少林寺拳法を強要したことは一度もありません。長男など、高校時代にはラグビー部にどっぷり漬かっていました。大学では少林寺拳法部に入り、現在は学生連盟副委員長としてお世話になっています。家庭内で拳技や大会の成績ばかりに固執せず、生活の中に自然な形で少林寺拳法が溶け込んでいたのが良かったのかなと思っています。家族で食事をする際は、今でも末っ子(現在中2/少拳士三段)の発声で毎回「瞑目合掌…」とやっています。



### 設立時の苦勞

設立時は、当然のことながら門信徒は自分の家族だけでした。運営的には厳しかったですが、人気のスポーツに関する指導者と交流を深めながら、彼らのフィールドで護身術教室などを通じた布教活動を行わせていただき、徐々に拳士を増やしていきました。道院の中で待っているだけで

は、なかなか布教の効果は得られないと思います。

### 専有道場の確保について

東京西品川道院の専有道場は、音楽スタジオを兼ねた運用をしています。ですが、100名前後の門下生を扱うにはスペース的に手狭なため、修練は3部制で行っています。設立時には何もない空間でしたが、手作りで礼拝施設を仕上げ、師匠はじめ諸先輩の先生方から頂いた品々を飾るうちに道院らしくなってきました。コロナ禍でも門下生を殆ど減らさずに済んだのは、手狭でこそあれ、専有道場を主体とした運営だったからだだと確信しています。

### 道院長として、今後挑戦したいこと

大学の先輩であった浦田武尚前代表から「私も複数の道院を創設してきたが、あなたはさらに多くの道院を創って欲しいね!」と激励していただいたので、せっかくなら最も多くの道院長を輩出した道院長を目指したいと思っています。ちなみに、現時点では昨年ようやく1人目(東京旗の台道院/磯野慈武道院長)ですので、まだまだ先は長い道のりです。

### 道院長を目指す全国の拳士へ

禅問答のようですが「道院長になる」ことが目的になってしまつては本末転倒だと思います。道院長は「師家の代行者」ですから、誰もがその地域に於いて師家として恥じない振舞いをする必要があります。そのためには、自分の得意とするものを「少林寺拳法」という手段を用いて、社会のために発揮することが大切だと思います。私自身まだまだ修行の身ですが、一緒に理想境を目指して頑張りたいです!



東京西品川道院

検索



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)
[9月24日]香川県教区(宇都宮俊二)
[10月15日]徳島県教区(今井偉夫)
[11月12日]栃木県教区(冲山聖徳)、愛媛県教区(迎田展孝)
[11月18日]東北地方教区(青山昌伸・藤井省吾)
[11月26日]愛知県教区(浅井昌典)
[12月3日]滋賀県教区(齊藤政実)
[12月10日]奈良県教区(井戸家正旺)

● 教区研修会
[11月19日]静岡県教区
[12月3日]千葉県教区、岐阜県教区

● 小教区研修会

[10月28日]愛知西三河第一小教区
[10月29日]東京第七小教区、東京第十一小教区、熊本南小教区
[11月11日]東京第四小教区
[11月12日]京都東小教区
[11月13日]東京第六小教区
[11月16日]愛媛東予第二小教区
[11月19日]茨城県南西小教区
[11月26日]静岡西部第二小教区
[11月29日]山形置賜小教区
[12月3日]茨城中央小教区、栃木南部小教区、奈良中和小教区、東京第十小教区
[12月7日]静岡伊豆小教区
[12月9日]静岡西部第一小教区
[12月10日]東京第十五小教区
[12月14日]青森小教区
[12月16日]青森津軽小教区
[12月17日]三重伊賀小教区、三重四日市小教区

● その他
[12月3日]第一回火の国・だるま交流会(熊本県教区)

INFORMATION

道院認証

認証おめでとうございます

● 設立

■ 2024年1月1日付

盛岡西部道院 佐藤 正則

● 交代

■ 2023年12月1日付

東京中目黒道院 石川 新一
大阪摂津峡道院 赤井 三省

● 参与道院長

■ 2023年12月1日付

横浜片倉道院 三好 広高
横浜片倉道院 田中 海雄
横浜片倉道院 小池 紗知子

■ 2024年1月1日付

多摩豊田道院 加藤 剛晴
横浜片倉道院 大谷 友崇
静岡城北道院 武衛 篤

法階昇格者

昇格おめでとうございます

正範士

■ 2023年12月17日付

近藤 英樹(取手南道院)
藤田 竜太(我孫子道院)
堀内 誠(塩尻桔梗道院)
宮坂 修一(千曲南道院)
齊藤 政実(伊豆長岡道院)

准範士

■ 2023年12月17日付

根本 栄夫(平道院)
田中 猛(山陽網干道院)
嶋澤 義文(播磨新宮道院)
黒田 剛(尼崎西武道院)
吉野 雅文(播磨南道院)
坂田 誠(神戸板宿道院)

嶋田 弘人(箕島道院)

西山 弘明(紀州本町道院)

黒木 啓一(日向南道院)

平井 康道
(大阪府警察少林寺拳法会)

石廣 昭夫
(観音寺スポーツ少年団)

■ 2024年1月21日付

中山 英久(仙台中央道院)
富山 典昭(栃木城南道院)
山根 文親(埼玉中部道院)
森部 正昭(埼玉鶴瀬道院)
鈴木 新(千葉野田道院)
関博一(湘南葉山道院)

僧階昇任者

昇任おめでとうございます

大導師

■ 2023年12月3日付

松本 駿(熊谷道院)
橋本 崇(埼玉上尾道院)
小松原 哲雄(東京府中西道院)
宮原 健一(横浜戸塚道院)
池田 政俊(横浜都筑道院)
永井 聖二(横浜本郷道院)
滝波 雅文(大野城南道院)
鈴木 大忠(浜北道院)
山本 さと子(引佐道院)
工藤 恭史(岡崎道院)
齋藤 宏(名古屋伏屋道院)
石堂 昌稚(名古屋高蔵道院)
塩見 孔爾(精華下拍道院)
満田 隆三(大阪千船道院)

柳岡 文隆(群馬前橋道院)

吉田 晴一(東松山道院)

岡本 幹夫(東松山道院)

林 真弘(川西南道院)

麻本 浩司(愛知蟹江道院)

岩城 潤也(東吉野道院)

永田 敦子(有田東道院)

望月 翔太(清水袖師道院)

牧村 昌司(名古屋太子道院)

■ 2024年1月1日付

村上 雅恵(埼玉入間道院)

荒井 肇(横浜清水ヶ丘道院)

三林 義樹(嵯峨野道院)

権中導師

■ 2024年12月1日付

樋口 悟(青森中部道院)

佐藤 久子(前橋橋道院)

樋口 真理子(群馬北毛道院)

吉川 真稔(西船橋道院)

新堀 公章(横浜都筑道院)

小川 智和(相模原南道院)

窪田 一彦(横浜星川道院)

金子 昂弘(横浜星川道院)

小川 一弘(川崎稲田道院)

高熊 直人(立山道院)

内藤 健文(佐久平南道院)

小澤 俊哉(浜松神久呂道院)

野田 明伸(清水袖師道院)

平岩 昭(愛知幸田道院)

北出 祐介(愛知朝日道院)

吉村 宏起(洛南道院)

井上 雅也(京都春日道院)

福元 強一(大阪堺道院)

井上 肇(大阪池田道院)

那須 英長(紀州新南道院)

谷 聡士(本部道院)

藤川 敬(高松東道院)

浦谷 剣一(佐世保早岐道院)

濱本 親(八代道院)

少導師

■ 2023年12月1日付

福原 正泰(札幌豊平道院)

平中 卓哉(札幌屯田道院)

佐野 純希(札幌屯田道院)

佐藤 健太郎(函館美原道院)

菅谷 靖久(釧路北道院)

糠谷 龍汰(釧路北道院)

川崎 義晴(岩手釜石道院)

藤倉 琢哉(岩手釜石道院)

権大導師

■ 2023年12月1日付

本間 仁(札幌豊平道院)
重茂 雅宏(盛岡仁王道院)
伊藤 慎也(酒田中部道院)

土井 崇 (酒田中部道院)  
 増山 克久 (水海道道院)  
 増子 淳一 (茨城牛久道院)  
 高澤 誠 (栃木瑞穂道院)  
 松本 輝 (栃木瑞穂道院)  
 川村 優 (栃木瑞穂道院)  
 松井 虎太郎 (河内龍興寺道院)  
 富永 柚奈 (河内龍興寺道院)  
 秋庭 潤一 (前橋橋道院)  
 篠澤 武尊 (前橋橋道院)  
 佐伯 亨介 (埼玉中部道院)  
 紺野 一郎 (草加道院)  
 藤原 尚哉 (埼玉蓮田道院)  
 柏女 靈照 (我孫子道院)  
 久我 司 (千葉茂原道院)  
 中野 厚 (東京中目黒道院)  
 佐藤 晃将 (東京蒲田道院)  
 飯野 光彦 (三軒茶屋道院)  
 北岡 宗麻 (三軒茶屋道院)  
 植松 栄治 (石神井東道院)  
 二本柳 縁 (東京昭島道院)  
 玉置 尚子 (東京日本橋道院)  
 齊藤 文一 (横須賀馬堀道院)  
 渡慶次 道瑠 (相模林間道院)

小川 龍祥 (川崎稲田道院)  
 稲垣 誠 (富山宏徳道院)  
 日吉 真一郎 (富山宏徳道院)  
 田村 裕 (富山宏徳道院)  
 大倉 寛士 (大垣道院)  
 三宅 恭豪 (大垣道院)  
 濱 雅夫 (各務原東道院)  
 寺尾 孝宏 (浜松神久呂道院)  
 小林 美保 (浜松神久呂道院)  
 山口 稚佳 (浜松神久呂道院)  
 山本 亘祐 (浜松神久呂道院)  
 佐藤 華那 (浜松神久呂道院)  
 望月 梨帆 (清水袖師道院)  
 馬込 真紀 (伊豆荏山道院)  
 角田 健基 (伊豆荏山道院)  
 角田 遥音 (伊豆荏山道院)  
 中嶋 隆司 (名古屋瀬古道院)  
 伊藤 広江 (名古屋瀬古道院)  
 大橋 慶甫 (名古屋瀬古道院)  
 熊崎 智心 (名古屋瀬古道院)  
 熊崎 ゆかり (名古屋瀬古道院)  
 竹内 友菜 (名古屋瀬古道院)  
 高橋 一 (愛知幸田道院)  
 三野 チアゴ光 (名古屋伏屋道院)

齋藤 旭 (名古屋伏屋道院)  
 本山 智貴 (名古屋伏屋道院)  
 高木 謙一 (尾張小牧道院)  
 山岸 怜 (愛知朝日道院)  
 馬場 勇希 (名古屋高蔵道院)  
 一井 優澄 (滋賀新旭道院)  
 佐藤 影光 (滋賀瀬田道院)  
 大原 伸之 (滋賀瀬田道院)  
 沖田 華穂 (滋賀瀬田道院)  
 小栗 一也 (滋賀瀬田道院)  
 若林 由樹 (京山道院)  
 中谷 恒祐 (京山道院)  
 小池 知加子 (嵯峨野道院)  
 上野 楠夫 (京都春日道院)  
 後藤 吏志 (京都修学院道院)  
 石井 肇 (大阪北道院)  
 川原 邦生 (大阪北道院)  
 北野 仁 (尼崎潮江道院)  
 熊谷 秀史 (宝塚東道院)  
 中野 孝星 (宝塚東道院)  
 岩崎 芳之 (西宮今津道院)  
 松本 雅之 (川西南道院)  
 中谷 寧一 (川西中部道院)  
 安藤 義博 (姫路英賀保道院)

的場 弘恵 (姫路英賀保道院)  
 森下 文明 (姫路英賀保道院)  
 向井 良行 (西宮津門道院)  
 赤井 久益 (奈良中央道院)  
 森下 凌 (奈良信貴道院)  
 青木 敬 (木津道院)  
 中森 元啓 (大和針道院)  
 徳谷 禎洋 (奈良西の京道院)  
 伊良波 香南 (奈良宝来道院)  
 矢田 真裕 (紀州本町道院)  
 福本 弘隆 (紀州本町道院)  
 若林 英人 (境港道院)  
 小澤 史朗 (岡山中央道院)  
 坂田 義弘 (徳島津田道院)  
 足立 拓章 (本部道院)  
 曾我部 悟 (壬生川道院)  
 細川 憲生 (愛媛飯武道院)  
 塩田 健吾 (福岡早良西道院)  
 長浦 正成 (福岡早良西道院)  
 山田 巧 (福岡小笹道院)  
 西津 雄一 (佐賀小城道院)  
 松尾 和昭 (佐賀小城道院)  
 佐々木 えり夏 (島原城南道院)  
 宮崎 瑛太郎 (島原有明道院)

## お布施 心より感謝申し上げます

### 設立45周年記念 / 帰山記念

▷各務原東道院 青山 昌伸 30,000円

### 道院長勤続30年

▷東京上野道院 中田 秀弘 30,000円

### 顕彰施設礼拝

▷王寺道院 隈崎 倫夫 10,000円  
 ▷奈良斑鳩道院 藤山 武彦 10,000円  
 ▷奈良安堵道院 成瀬 有紀 10,000円  
 ▷大和郡山南道院 河原 章二 10,000円  
 ▷ 河原 芳子 10,000円

### その他

▷故藤田修治・大分府内道院長の奥様 藤田 久代 300,000円  
 ▷豊田末野原道院 服部 俊美 10,000円

### 新春行事

北海道教区、茨城県教区、埼玉県教区、千葉県教区、神奈川県教区、岐阜県教区、静岡県教区、愛知県教区、三重県教区、奈良県教区、徳島県教区、香川県教区、奈良県教区教区長 奥田 眞弓、本部道院、茨城守谷道院 米地 明彦、宇都宮北部道院 岡田 雅男、埼玉鶴瀬道院 大野木 憲三、津田沼道院 井形 真寿夫、東京飛鳥道院 村上 喜久、報徳桜井道院 柏井 伸一、報徳桜井道院 山伏 江利子、神奈川嶽之内道院 小磯 信一、横浜片倉道院 三枝 勝巳、川崎柿生道院 諏佐 一義、大和一之関道院 中村 袈裟巳、海老名東道院 五十嵐 好一、横浜星川道院 百百 邦廣、富山南道院 木戸 薫、福井西道院 高橋 敏一、静岡三島道院 青島 勉、富士西道院 安藤 隆、愛知東浦道院 水野 広春、名古屋東道院 山本 昭三郎、三重津東道院 濱崎 哲也、三重千種道院 中山 文夫、梅津道院 岡 寛、西陣道院 牧野 清、西陣道院 牧野 明美、京都明珠道院、大阪伊吹道院 伊瀬 道昭、大阪白鷺道院 佐々木 正、川西中部道院 丸野 俊一、明石道院 今井 明雄、奈良中央道院 今城 隆廣、木津道院 竹澤 光広、大和桜井安部道院 迎田 展孝、奈良大安寺道院 森本 勝也、奈良信貴道院 川口 宗勇、奈良宝来道院、岡山真庭道院 黒田 靖、本部道院 向田 弘之、高松木太道院 鎌田 智、中曾根道院 村上 茂、南国日章道院 氏次 五雄、熊本荒尾道院 宮崎 司、新井 庸弘、山崎 博通、阿達 美恵子、木村 弘史、田村 道明、

北海道少林寺拳法連盟、青森県少林寺拳法連盟、栃木県少林寺拳法連盟、群馬県少林寺拳法連盟、埼玉県少林寺拳法連盟、千葉県少林寺拳法連盟、神奈川県少林寺拳法連盟、愛知県少林寺拳法連盟、大阪府少林寺拳法連盟、岡山県少林寺拳法連盟、徳島県少林寺拳法連盟、香川県少林寺拳法連盟、奈良春日スポーツ少年団 川崎 敏行、京都府少林寺拳法振興会 中井 敏雄、京都翔英高等学校 堤 清彰、丸亀武道館支部、株式会社サンエイ、株式会社広告通信社、株式会社安心プランニング、株式会社牛田塗装、株式会社香川銀行、株式会社高松三越、株式会社合田工務店、株式会社瀬戸内海放送、株式会社前川商店、株式会社中央印刷、株式会社日本旅行大阪法人営業統括部、今治造船株式会社、富士建設株式会社、名鉄観光サービス株式会社、四国計測工業株式会社、四国旅客鉄道株式会社、大一電気工業株式会社、中讃ケーブルビジョン株式会社、和田興産株式会社、有限会社カー工房、有限会社光風社広告、有限会社西山印刷所、有限会社白光舎、東洋防蝕工業有限会社、香川記章有限会社、善通ステーションホテル、多度津ライオンズクラブ、お食事処まんぶく食堂、買田果物店、ホテルトヨタ、ウツミ整形外科医院、NPO法人 The Universe、学校法人利他学園、熊手八幡宮、江原文子、小山 政史、中川 英昭、宮野 義久、宮野 義昭、渡辺 美喜子、山崎 高雄、多羅尾 尚、田原 隆雄、武鐘 謙治

## 訃報 謹んでご冥福をお祈り申し上げます

しおだ まさえい  
 塩田 政栄  
 ふじた しゅうじ  
 藤田 修治  
 すながわ てつお  
 砂川 哲男  
 しのはら ただし  
 篠原 正  
 の まぐち まさのり  
 野間口 政則  
 くらた けんじ  
 倉田 健治

郡山開成道院道院長、第315期生、大導師准範士七段、2023年11月30日逝去、満76歳  
 大分府内道院道院長、第374期生、大導師准範士七段、2023年12月7日逝去、満61歳  
 元大阪東道院道院長、榛原道院元道院長、第126期生、中導師正範士七段、2023年12月18日逝去、満98歳  
 綾歌道院道院長、第43期生、大導師大範士八段、2024年1月8日逝去、満91歳  
 福岡早良西道院道院長、第375期生、大導師准範士六段、2024年1月10日逝去、満71歳  
 東松山道院元道院長、第135期生、大導師大範士八段、2024年1月28日逝去、満80歳

# 宗門の行

本稿で掲載の連続複数法形修練を下記のQRコードより動画でご覧いただくことができます。動画をご覧いただくによりイメージがつかみやすくなりますので、ぜひご覧ください。

ショートVer.  
(攻守交代なし、片方のみ)



ロングVer.  
(攻守交代あり、左右)



## 指導時の意識

前号のこのコーナーでは「修練時の意識」ということで、目の前の修練に集中する「修練モード」と、目の前の相手に指導をしたり・指導を受けたりする前提で向き合う「指導モード」について取り上げました。今回は、目の前の相手に指導をする前提で向き合う「指導モード」について考察したいと思います。

### 先輩と後輩の修練

易筋行の指導においては、道院長や幹部がそれ以外の拳士に指導を行う、立場が上の者(以下、「先輩」)が、立場が下の者(以下、「後輩」)に指導を行うという形が一般的です。その修練においては、先輩が積極的に攻者を務め、後輩が技をかけやすいようにスピードや力を加減することにより、後輩が技を覚えたり上達したりする過程をスムーズにしてくれます。そして、ある程度修練が進んでいくと、後輩のできていない点や課題を見つけ出すために、先輩はわざと反撃しにくい攻撃をしかける、わざと技がかからないように逃れるといったこともするようにあります。

しかし、どの修練においてもバランスが必要で、これが行き過ぎて、指導モードが強くなりすぎると後輩が先輩の攻撃をかわけられなかったり、全く技がかからないために、先輩からの指導に修練の大半を費やしたり、後輩が自信をなくしたりするという状況になります。

### 指導モードが強すぎる

後輩からすると「先輩は何で意地悪をするのか」と思うでしょうし、先輩からすると、後輩のためを思ってそうしているの

かもしれません。しかし、本当に後輩のためを思うのであれば、攻撃をする前に「少しスピードを上げて攻撃するぞ」「先ほどよりも強く攻撃しに行くぞ」等、後輩に一言予告してから行うなど、練習目的や内容を明確にしてから行うべきではないでしょうか。「少林寺拳法は護身術であるから不意の場合でも対応できないといけない」という意見もあるでしょうが、修練をする相手は敵ではなく、同じ道を歩む仲間であり、相手と良好な関係を築けなければ修練すらままならなくなります。



### 相手のためか自分のためか

また、先輩の指導が本当に後輩のためになっているのかを考えてみる必要があります。具体的には、後輩に対して自分が上であることを誇示するために、後輩のできない点や課題を探そうとしているのか。また先輩の指導を後輩は喜んで受け入れてくれているか、後輩は納得してくれているか等です。

## DISCUSSION

### さらに考察を深めるため

- 普段の修練において、あなたは指導をする側ですか、指導を受ける側ですか。
- 指導をする場合、「相手のため」に行っているか、それとも「自分のため」に行っているかを、第三者に聞くなどして客観的に振り返ってみましょう。
- 指導を受ける場合、指導を受けた後どのような変化が起きているかを考察してみましょう。

(富田雅志)

易筋行には、修練を通して自信を深めたり、自己の持つ可能性を高めたり、また人としての生き方を学んだり、人格的な向上を図ったりすることがあります。その効果を引き出すためにも、今一度、指導時の意識や自身の心の内を見つめてみてはいかがでしょうか。





## 宗門の行としての少林寺拳法

## 指導時の意識

易筋行により、修練を通して自信を深めたり、自己の持つ可能性を高めたり、また人としての生き方を学んだり、人格的な向上を図ったりすることができる。その効果を最大限発揮できるよう、指導時においても、自身の心の内を見つめることが大切である。

→詳細は11ページ「宗門の行」へ

### 【連続複数法形修練】

切抜(内) → 切抜(外) → 十字抜(片手)



ショート Ver.  
(攻守交代なし、片方のみ)



ロング Ver.  
(攻守交代あり、左右)



文 / 富田雅志 演武者 / 内藤大将 大拳士五段、富田雅志 大拳士六段



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。