

SHORINJI 会報 Autumn

2025年10月1日発行(年4回発行) 第45巻第3号 1981年7月31日 第3種郵便物認可
一般財団法人 少林寺拳法連盟

KEMPO

戦後80年 特別企画

戦争と少林寺拳法。



New Arrivals



ミニふせん
3色×20枚綴り/300円(税込)



ロゴシール
A5サイズ/440円(税込)

入荷情報
好評を博した缶バッジ!
人気上位4種が再入荷!

デスクワークにも。



ひと目で香川土産とわかる組み合わせー。 少林寺拳法 × さぬきうどん

本山限定販売
※地方発送応相談



半生麺 二人前 490 円 (税込)

お問い合わせ：一般社団法人 SHORINJI KEMPO UNITY
0877-32-2577



CONTENTS

特集 戦後80年 特別企画
戦争と少林寺拳法。

12 コーチングで現場が変わる!実践レポート

14 教えて!地元のスポット 横浜編 2025年全国大会企画

17 職員室の拳士 Portrait of an Educator
[兵庫・報徳学園中学校・高等学校 大西 清文 支部長]

18 修練法解説 『身を護る』

20 技法解説 『実に帰る』

22 FEEL THE ORIGIN 今すぐにはできなくても、考え方、見方、やり方を変えれば、不可能が可能になりえる

23 コラム 『うれしかった先生の〈ことば〉』
[早稲田大学名誉教授 菅野 純]

24 武道の可能性 [サトーカメラ株式会社 副会長 佐藤 勝人]

28 EDITOR'S REPORT

30 少年少女向けコンテンツ
少林寺拳法誕生前夜 / ZEN ZEN SYUGAKU 少林寺拳法ドリル



江戸時代から受継がれた
金魚の知恵と極意

YOSHIDA

株式会社ヨシダ
代表取締役 吉田信行
東京都葛飾区東新小岩5丁目14番7号 (〒124-0023)
TEL 03-3694-3751 FAX 03-3694-3753
info@kingyo-yoshida.com

戦争と少林寺拳法。

戦後80年 特別企画

文・写真 編集室



今を生きる十代が見た戦争
～中学生と知覧特攻平和会館～

去る8月1日から3日にかけて、宮崎県・都城市において「第19回全国中学生少林寺拳法大会」が開催されました。会場となった都城市は宮崎県のほぼ最南端。今回、編集部では、大会後、隣県の鹿児島へ足を伸ばし、知覧特攻平和会館を訪れる中学生拳士取材しました。



本記事では、以下のように用語を定義しています。

〔太平洋戦争〕太平洋地域で行われた、アメリカ(連合国軍)と日本(枢軸国)との大規模軍事衝突。

〔戦争〕日中戦争から太平洋戦争の終結までの一連の軍事衝突。

ご承知の通り、今年には戦後80年にあたります。少林寺拳法としても、戦争と平和をテーマにした企画は避けられないと考えていましたが、具体的な内容については大いに迷うところでした。

そんな中、今を生きる十代が知覧

特攻平和会館で何を感じるのかということに注目しました。以下は、一問一答形式で中学生拳士の皆さんに答えてもらったものです。

知覧特攻平和会館で印象に残っている展示は何ですか？

・ 特攻隊員の顔写真や遺書など。みんな若いことに驚いたし、顔が見えたことで思いが迫ってくるものになった。この方たちのおかげで今があるのかと思うと、感謝と感動でいっぱいになった。

・ 遺言状や家族への手紙。日本の未来に命を懸けるという気持ちと、家族を思いやる気持ちがとても切なかった。

・ 戦闘機のゴックピット。とても小さく作られており、窮屈に押し込められて特攻したのかと思うとゾッとします。

・ 数多くの特攻隊員を見送ってきた基地傍の食堂のおばさん。死を覚悟した隊員の様子が語り継がれている。(視聴覚映像)

・ 特攻隊員の名板。曾祖父の兄弟は特攻で亡くなったと聞いており、その名を探した。

・ 特攻隊員の装備品。今の私たちからすると、とても質素で心もとないものに見える。苦しい装備で戦っていたのだと想像すると、心が締め付けられるようだった。

特攻という行為をどう思いますか？

・ 「お国のため」と言いながら、実際は家族

や愛する人を犠牲にして命を落としに行く。10代・20代の若者が洗脳されている怖さを感じた。

・ 敵戦艦を沈めることと、人の命が天秤にかけられていることがおかしい。しかし、当時はそれが当たり前だったのかと思うと、恐ろしいと思う。

・ (特攻隊員とほぼ同年代だが)今の自分にはまねができない。命を懸けて祖国を守るというのはとても悲しい行為。

・ なぜ「これ以上死者を増やさないこと」を目的にできなかったのだろうか？

・ 30代の特攻隊員がほとんどいないことに驚いた。

当時の徴兵制度についてどう思いますか？

・ 自分の意志に関係なく命を捨てなければならぬ世の中だったことに悲しさが湧いてくる。女性も子どもも戦争に協力させられ、そのうえ無差別に殺されて。これが授業で習った「国家総動員体制」か。

・ 本人はもちろん、残される家族も不幸に



なる。
若くて頭が良い人から死んでいくのは、将来の日本にとって損失になる行為。

戦争はなぜ起きると思いますか？

・ 領土問題や宗教の違いなど、様々な理由があると思うが、根っこにあるのは「自分勝手な気持ちだ」と思う。「相手も同じ人間だ」という思いやりを捨てた結果。

・ 対話や理解をあきらめてしまい、力に訴えるしか方法がなくなったのが戦争なのだと思う。

平和についてどう考えますか？

・ 多くの考えがあることをお互いに認めることが大事。それができたときに平和が訪れると思う。

・ 身の回りで助けを必要としている人を援けることから始める。

・ 現代や、日本が完全に平和だとは思えない。世界では戦争や紛争が起り続けている。個人と世界、両方とも完全に平

和な世の中を表現したい。

・ ある国に足りない部分があれば、別の国が補う。そうやっていろいろなものを補い合えば平和に暮らせると思う。

同情で終わらせない

戦争とはどういうものか。この問いに、開祖は端的に答えています。「家族や友人、恋人など、愛する者を失うことだ」と。

特攻平和会館は、今もその悲しさ・苦しさを後世に伝えていきます。

「そのような思いを二度と繰り返さない」とは、誰もが感じるところですが、悲しい現実がどうして起こったのかを究明し理解しておかなければ、その思いを果たすことはできません。

戦後80年という節目を、少林寺拳法を修行する皆さんには、当時の悲しさ・苦しさを想像して同情するだけでなく、平和を脅かす要因とは何か、深く考えるきっかけとしていただきたいと考えます。本特集が

そのための一助となりましたら幸いです。

宗昂馬会長の見た知覧特攻平和会館

平和の楯、少林寺拳法。

知覧特攻平和会館にはいつか訪れようと思いつながら、この日まで機会がありませんでした。以前から、特攻で亡くなった方に関する情報を集め、関心を持って調べていたのですが、ようやく訪れることができました。

会館では、まず視聴覚コーナーで語り部の方の話を聞きました。それまでに知っていた情報とは違う、重すぎる言葉のひとつひとつに、いきなり頭を殴られたような思いがしました。その後も、特攻隊員の皆さんの遺書・絶筆・お手紙などに目を通しましたが、色々な思いに襲われて、まだ処理しきれないというのが実際のところですよ。

いくつかのエピソードを知ってはいましたが、それは臨場感のない情報でしかなかったと思います。例えば、隊員が人生の最後に食べた玉子丼。それは現在にしてどれほどの価値のものだったのか。隊員たちが得ていた給与は？当時の物価は？そういうことまで掘り下げていかないと、会館が伝える気持ちの全てを受

け止められないと思いました。これからまた勉強して、近いうちに再び会館を訪れたいと思っています。

一つだけエピソードを紹介したいと思います。特攻隊を指揮した士官の話です。

彼は何人もの部下を特攻に送り出しました。部下たちの命に対する責任感から、彼自身も後に特攻へ赴くことを決意していたのですが、軍部の許可が一向に得られませんでした。そのことは葛藤となり、彼を苦しめました。

苦しむ彼の様子を見かねた妻は、大きな決断をします。幼い子どもを連れて心中をはかったのです。自分たち家族に対する愛を断ち、彼が迷わず特攻に向かえるようにとの配慮でした。

すぐに彼は軍部と掛け合い、ついに出撃命令を勝ち取ります。そして、特攻死を成し遂げたのでした。

この士官と妻の、エネルギーのなんとすさまじいことか。

それが強い使命感によるものだった

たことは想像できます。しかし、何ともやるせない気持ちになってしまふのは、使命感の在り方にもエネルギーの矛先にも歪さを感じずにはいられないからでしょう。この歪さを美徳に変えてしまう怖さがこの時代の社会にはありました。

では、翻って現代はどうでしょうか。このように歪な使命感やエネルギーは存在しないと云えるでしょうか。

正直なところ私は、各種の報道を聞いて、これによく似た歪さを感じるものが少なくありません。SNSの吊るし上げや炎上、会社や公共施設の備品窃盗、常識と配慮を欠いた政治家の失言、組織的な凶悪犯罪……。そういったニュースの背景に歪みを感じてしまうのです。

そこには必ず「他者の犠牲を正当化する意識」があります。首謀者の姿を想像したとき、どうしても「誰かが犠牲になるのは仕方ないことだろ？」と白々しく考えている様子が思い浮かんでしまうのです。

つまり、時代が変わっても、誰かの

犠牲を見て見ぬふりをしている状況はなくなっていないということです。

少林寺拳法では、他者への思いや弱者の声を想像したり、聴いたりする力のことです。その力を持つ者だからこそ、誰も犠牲にしない行動を選択することが出来ます。これを積み重ねていくことが、いざれ国や社会に影響力を持つことにつながっていくはずですよ。

戦後80年の今年、戦争から生まれた平和の楯とでも言うべき少林寺拳法が、どこまで戦争と平和を深く真剣に考えられているのか、自問自答は絶えません。間もなくやってくる創始80周年で示すべき姿を思い浮かべ、責任感をひしひしと感じています。

少林寺拳法の在り方を一人でも多くの方と確認し合っていくこと、誰も犠牲にしない行動を選択し続けること、そして、この思いを未来に引き継ぐこと。これらを知覧の慰霊碑に誓ってききました。



解説

【特攻】

太平洋戦争末期、本土に迫るアメリカ軍に対抗するために、恐ろしい作戦が立案されました。それが「特攻」です。特攻は、飛行機などの機動兵器に爆薬を積み、兵士が操縦して敵機動兵器（主に艦船）に体当たりを行うというもので、操縦する兵士の命を犠牲にすることが前提となる作戦です。飛行機での特攻はよく知られるところですが、魚雷や滑空型爆弾、潜水艇などを用いた特攻も立案されました。

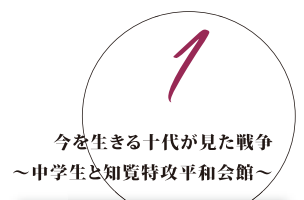
知覧の飛行場は、当初、パイロット養成を目的に使用されていましたが、先の経緯で特攻作戦が立案されてからは、各地から特攻要員が集められ、日本最南端に位置する陸軍飛行隊による特攻の拠点となりました。最多の特攻隊員がここから出撃したことも知られています。

なお、国家が正式な軍事作戦として、組織的かつ大規模に特攻（自爆攻撃）を実施した例は、第二次世界大戦末期の日本軍以外には確認されていません。

【特攻の成功率】

日本軍の航空特攻の実際の成功率（＝命中率）は、作戦開始初期の1944年フィリピン戦ではおよそ27%、沖縄戦など終戦に近づくにつれ10～17%程度まで低下しました。米国の統計でも、おおむね通算で15～18%前後とされます。当初は周到な準備と搭乗員の高い練度により命中率も高めでしたが、米軍の対策強化や日本側搭乗員・機体の質低下により、次第に成功率は下がっていききました。

全国中学生大会を終えて、九州での滞在を一泊延長し、知覧特攻平和会館を訪れた宗馬会長。



戦後80年 特別企画
戦争と少林寺拳法。

開祖の代表的な著書に『少林寺拳法教範』があります。少林寺拳法の指導者ならば必ず開く重要な書籍ですが、本文の書き出しは「昭和二十年八月九日午前四時」のエピソードから始まります。そこから、終戦前後の開祖の体験を振り返りつつ、少林寺拳法創始に至るまでの気づきと心の動きが語られていきます。

2

宗道臣の祈り

～平和を託す呼びかけの数々～

少林寺拳法教範

少林寺拳法の創始と戦争の終結は、切っても切り離せない関係にあります。「少林寺拳法創始の動機と目的」にある通り、少林寺拳法創始の背景には、宗道臣開祖が戦争の中で得た強烈な気づきと、敗戦後の日本と日本国民を心から憂う気持ちがあつたからです。その「気づき」と「憂い」に共感しようとするならば、「戦後」までの歴史を反芻することは拳士にとつて避けて通れないことなのです。

「当時私が住んでいた東部満州の国境の町綏陽には県公署があり、日本軍の某師団（特に名を秘す）が駐屯していたのであるが、ソ連軍の参戦が知らされた頃には、警察の兵事係に命じ日本人の民間人男子を非常招集させ、これに木銃を持たせて軍事施設や橋などの警備を命じておいて、師団は司令部はじめ各部隊共、朝のうちにソ連軍とは一戦も交えることなく、後方の第二線陣地で抗戦するのだと称して何もかも捨てて退却してしまつた。そして街に残されたのは、一般から臨時招集された少数の男子と逃げおくれた地方人の女や子供達ばかりで、正午前には憲兵隊はじめ正規の軍人はその家族と共に一人残らず消えてしまつたのである。」

（解説）
開祖は満州から敗走する日本軍兵の動きに、極限状況下で剥き出しとなつた人間の浅ましい本性を見ました。そこに気高い軍人の姿はありませんでした。平時、どれだけ立派なことを言つていても、このような緊急事態には本性が明らかになるものです。
一方で、別のエピソードでは自己を犠牲にしても他人を援けようとする気高い本性を見たことも振り返っています。
人間の本性とは、国や政治、文化・宗教・学歴などの違いとは無関係であるという開祖の気づきが、後の少林寺拳法創始に繋がっています。
「国境の町に、ソ連軍の戦闘部隊が入るのを見届けてからやっと脱出した私は、それからの約一年間をソビエト共



東部満州、ソ連国境の街。

産軍の軍政下にあった満州に於て生活し、敵地における敗戦国民の惨さと悲哀を十二分に体験した。イデオロギーや宗教や道徳よりも、国家や民族の利害の方が優先し、力だけが正義であるかのような、きびしい国際政治の現実を身を以て経験した。そしてその中

から知り得た貴重な経験は、法律も軍事も政治の在り方も、イデオロギーや宗教の違いや国の方針だけでなく、その立場に立つ人の人格や考え方の如何によって大変な差の出ることを発見したことである。満州で政権を握っていた頃の日本人の場合も同様であったことを改めて思うかべて、私の人生観は大きく変り今後の生き方に一つの目標を見出したのである。」

(解説)

ここで言う「その立場に立つ人の人格や考え方の如何によって大変な差の出ることを発見した」は、後に「人、人、人、すべては人の質にある」という言葉に収斂されます。凄惨な環境や状況をただ悲嘆したり、考えるのを止めたりするのではなく、そのような環境や状況が生み出される真因を「リーダーの資質」と喝破したところに開祖の慧眼があります。少林寺拳法が人の質を高め、周囲に良い影響を与え、リーダーの育成を目指している所以です。

「万一生きて帰国出来たら、私学校でも開いて志のある青少年を集め、これ

に道を説いて正義感を引き出し、勇気と自信と行動力を養わせて、祖国復興に役立つ人間を育成しよう」と決心するに至ったのである。」

(解説)

「万一生きて」という言葉は、当時、開祖が置かれていた環境のすさまじさを滲ませています。現にシベリア抑留からの帰還は、多くの日本人にとつて困難を極め、約一割(5万人超)が帰国前に命を落としたと言われます。そのように苦勞して帰国した祖国・日本でしたが、その荒れ果てた様子がますます開祖の志を駆り立てることになります。

「夢にまで見た祖国は戦火に荒れ果てており、敗戦直後の混乱期であったとはいえ、道義も人情もすたれてしまつてあとかたもなく、日本人同志が互いにかみ合い傷つけ合つて、自分達だけの幸せを願ひ、他人の不幸は見ても見ぬふりをする事にならされていった。(中略)不正と暴力が白昼横行し、道義も秩序もない弱肉強食の修羅場が現出していたのであった。(中略)青少年の多くは、将来に対する希望を失ひ、苦しい現実から逃避するために、目前の享楽に我を忘れようとしたり、或は反動的に過激な外国思想を受け入れてそのとりこになり、祖国を見失つて、日本人であることを忘れかけ

ている者が増えていた。」

(解説)

帰国後、開祖が見た日本は物質的にも精神的にも荒れ果てていました。物質的な荒れようは誰の目にも明らかなこと、これを反動に奮起した経営者によって、戦後のどん底から日本経済を支えるまでに成長した企業も数多くあります。一方で、精神的な荒廃まで見抜いて憂慮し、行動に移したところには、開祖独特の感性がすどく働いているように思えてなりません。

この後、開祖は試行錯誤を繰り返しながら、今日に至る少林寺拳法の歴史をスタートさせます。1947年、戦争の終結から二年後のことです。

戦後80年 特別企画 戦争と少林寺拳法。

2012年に文藝春秋より発行された新書『「強さ」とは何か。少林寺拳法創始者・宗道臣 70の言葉』は、開祖に最も近しかった宗由貴相談役と鈴木義孝 金剛禪総本山少林寺元代表によって編纂されたものです。手に取りやすい書籍サイズで、法話のエッセンスを抽出した親しみやすい語録(解説あり)となっています。



宗道臣の祈り

～平和を託す呼びかけの数々～

戦後80年 特別企画

戦争と少林寺拳法。

「強さ」とは何か。

少林寺拳法創始者・宗道臣70の言葉

「平和で公正な社会、そんな人類社会の建設はあまりに遠いにせよ、「他の犠牲において自己の幸福を得ようとする心を捨て去り、相互の信頼と愛情を深め、理解し合い助け合い、手を握り合って理想の楽土を確立すべく個々の人間が己の人格を高める努力をする」——ことを心に留め、日々生きる際

の基準にする。大変でも、それぐらいはできるのではなからうかと。そして、そのように私たち一人ひとりの考え方を変えていこうとするのが幸福運動なのです。」

(解説)

理想境建設は遠大な目標ですが、法話の節々では噛み砕いた理想、すなわち聞く者に「これなら実現できるのではないか」と思わせる姿を語ることも少なくありませんでした。

「他の犠牲において自己の幸福を得ようとする心」について、別の法話では「殺人」「奪略」「差別」という三つの具体的な言葉で示されています。開祖は徹底して、幸せのためには多少の犠牲もやむなし：という考え方を否定しています。このような「やむなし」が積み、無尽蔵に拡大して戦争が起こつたのだという開祖なりの総括でした。

「人類の幸せにつながる道というものは、他を一方的に否定する道ではありえない、調和の道であるという、ここを間違えるなど言いたい。調和とは単なる同調や妥協ではないんだぞ。反対するものが存在する、まずこの認識が必要。そしてその上で相互の良さを見出し、持ち寄って、より良いものを育てる考え方、これが調和です。」

(解説)

ときに平和への道筋として「統一」という言葉が用いられることがあります。しか

し、開祖の考える平和への道筋は、この「統一」とは異質なものでした。

むりやり一つにすることは何らかの歪みを生むものです。ここに西洋的二元論の限界があります。しかし、開祖の考えには、もともと別々のもの・複数のもの：という大らかな前提があります。違いを前提として相互に良いところを認め合おうという思考は、極めて懐が深く、実態を捻じ曲げないために歪みの生じようがありません。「殺人」「奪略」「差別」の意識から切り離されるためには欠かせない要件でもあります。

「自分を大事にしないという人間があったらおかしいのであって、己がまず第一だ。しかし己がすべてではない。相手があるのである。半分で相手との立場でものを考えてあげる。まして相手の幸せを願うようになったら、戦争なんか起きるはずがない。」

(解説)

開祖の言葉は、人並み外れた高尚な理屈や理想論ではありません。誰もが自然に抱く気持ちを受け入れながら、そこにもう一つ、「こう考えてみたらどうだろう」と提案でもされているかのような、受け入れやすい言葉がほとんどです。

この語録においても、「自分を大事にしたい」という人間の自然な気持ちを肯定しています。そして、他人も同じように自分を大事にしたいと思っているのだから、そのことを想像して思いやりなさいと、もう一歩先に考えるべきことを易しく論じています。

思いを託された私たちは、 どのようにしてその責任を 果たすべきか。



人の手によって

開祖が思い描いた理想境（物心ともに平和で豊かな社会）は、一朝一夕に実現できるものではありませんでした。生前の開祖自身もそのことを認めています。だからこそ、『幸福運動』として組織化が推し進められてきました。

長い時間を要するこの運動の本質は、思いを託すことの繰り返しにあります。開祖の抱いた思いは数多の指導者・拳士の手を介して、創始から80年を経ようという今、私たちの手に託されています。

では、託された私たちは、どのようにしてその責任を果たすべきなのでしょう。

歴史を俯瞰してみると、20世紀初

頭から終戦までの間、日本では徐々に報道に偏り（のちに統制）が生じていたことが解ります。それに合わせて、他国侵出や大国との無謀な開戦に政府が独自の大義を紐づけた思想教育も加速しました。このような情報伝達の歪みが戦争拡大・犠牲者増加の大きな一因となったことは明らかであり、開祖も法話の中でその恐ろしさにたびたび触れています。

では現代ならば、そのような懸念はないのかと言うと、そうとは言いきりません。むしろ、情報伝達の歪みは現代社会の方が起りやすいとすら思えてくる部分もあるのです。とかく現代社会は便利になりまし

た。知りたい情報は端末に尋ねれば瞬時に答えてくれます。そして、思考をAIに委ねられる時代もすぐ目の前に来ています。

しかし、これらのツールはビジネスを動機に動いているため、そこには必ず利潤追求の原理が働いています。「情報を閲覧者の好みに合わせ」「滞在時間を伸ばす」という風に、システムを動かしているアルゴリズムには一定のバイアスが加わっており、それに促されるままの情報取得には偏りが生じる可能性が大きいのです。

超情報社会に生きる私たちは、こうしたツールを活用しても、依存してはいけない。そういう緊張感が必要です。

生身の人間として心が反応すること常々に大切にし、感じ・考え・行動する。体温や息遣いを五感で感じながら試行錯誤する私たちの修行はいかにもアナログですが、生身の感性を養っているのだと思えば、その価値や存在意義は一層際立ってきます。

逆説的に言えば、人々が、感じ・考え・行動することに蓋をして（されて）しまったとき、平和に向かうエネルギーは一気に消え、世界は争いへと傾いていくのだと、ここに挙げた開祖の言葉が物語っている気がします。

思いを託された私たちは、一人ひとりが悩み・考え続けながら、また次の拳士たちに思いを託していかねばなりません。

3

平和への大道

戦後80年 特別企画 戦争と少林寺拳法。

環境が人を歪め、時に
狂気じみた価値観や判断
を正当化させる――。

美德とされた自己犠牲

知覧特攻平和会館には、特攻隊員の遺言や絶筆、家族へあてた手紙などが数百点にわたって展示されています。そのほとんどに共通しているのは「皇国」や「天皇陛下万歳」などの国家的な表現で、文章の節々は特攻死を美化する言い回しで溢れています。

また、『火垂るの墓』や『はだしのゲン』などに代表される戦時下の物語では、兵隊や戦備調達のために働く人々が優先・優遇され、一般市民が自らの地位や生活を後回しにする自己犠牲の描写が見られます。

美化された特攻死、軍事優先の自己犠牲……。これらの姿を、現代に生

きる私たちはどのように理解すれば良いのでしょうか。現代の価値観からすれば、俄かには信じがたいものであることは間違いありません。

果たして、それらが本心から来るものであったのかは今となっては解りません。当時の特殊な統制の中では、個人では抗いがたい同調圧力のようなものもあつたようにも見受けられます。

異常な判断

広島と長崎に投下された原子爆弾は、直撃した人や街を殺傷・破壊するだけでなく、発生させた放射線によつて生存する人々の細胞やDNAまでも傷つける恐ろしい兵器です。そ

の影響は細胞死や遺伝子異常を引き起こし、正常な新陳代謝を妨げたり、ガン化リスクを高めたりします。被ばく量によつては次世代以降の命にも深刻な影響を及ぼす凶悪な兵器でした。

原子爆弾の開発段階から、その桁違いの殺傷力と人体への悪影響は予測できたはずですが、それを人間が人間に使用するという判断が実際に起こりました。この判断もまた、現代の我々からすると常軌を逸した判断であつたように感じられてなりません。

人を歪めるもの

戦時下では、このように狂気じみた価値観や判断が台頭しました。その

結果、多くの人々が犠牲になりました。

歴史を振り返るたびに、私たちは「こういうことが起きるのが戦争だ」ということを嘔み締めなければならぬのではないのでしょうか。

戦争の経緯や背景は歴史として知ることができません。しかし、その知識を得ただけで学びを止めず、経緯や背景の中で生まれた環境が人を歪め、時に狂気じみた価値観や判断を正当化させる――。そこまで思いを馳せることが重要なのではないのでしょうか。

そこに思い至ったとき、第一に「人を翻弄する悪質な環境を生まないうためには社会・集団のリーダーの資質が

高い精神性を人類規模で 手にする。



大事であること」、第二に「環境に翻弄されない本当の人間性を確立する必要が「あること」の重要性が染み渡ってきます。つまり、開祖が少林寺拳法を通して目指したものが何であったか、それが本当に大事なことである、とより強く・はっきりと理解できるような気がするので。

また起こるかもしれない

開祖の語録を振り返ってみると、一貫した特徴的なメッセージが強く印象に残ります。それは「また戦争が起こるかもしれない」という警鐘です。

開祖は世界の動向に敏感で、見聞する情報の奥底を想像しながら発言

される方でした。法話の際、よく時事を紹介しながら、その先に起こり得る懸念についてご自身の考えを述べられています。戦争と平和に関連するテーマに絞ってみると、その「懸念」はいつも「また戦争が起こるかもしれない」というメッセージでした。

片目を瞑ってはいけない

1945年の終戦以後、日本が直接参戦したものがなければ、世界中で戦争・紛争は起こり続けています。

そして、どの戦争・紛争も、常に日本に影響を及ぼしてきました。(具体的に、特需やオイルショック、食料・エネルギー価格の高騰など)

貿易や為替などで複雑に関係性が絡み合った国際社会では、戦場がどこであろうとその影響は不可避です。ならば、その「影響」が国家・会社・個人にとつて都合の良い方向に働くことを期待したり望んだりする人がいるかもしれないということは想像に難くありません。

開祖の「また戦争が起こるかもしれない」という警鐘は、そういう人の存在を言い当てたものでした。

本特集に取り上げた語録の中にもある通り、自分を大事に思うのは人間の自然な姿です。しかし、そのために誰かが泣いたり害を受けたりすることに片目を瞑ってはいけないのです。ま

して、その涙や不幸を望む・願うことなどあつてはなりません。

この「落とし穴」に気づく感性と、そこに陥らない高い精神性を人類規模で手にすることができたとき、競争のない世界が到来するのだと開祖は見抜いて少林寺拳法を創始したのでした。

「人類規模」とは壮大な話です。しかし、少しずつ歩を進めれば近づくことができます。さて、私たちはどれほど、進むことができているでしょうか。本特集がよき刺激となり、皆さんの歩みを更に伸長させるきっかけとなることを願って筆を置きたいと思えます。



ありたい姿を思い描くと
ありたい自分に近づける



未来のインタビューで想像力を掻き立て、課題に気づく力を引き出す。

**金沢中村
スポーツ少年団**



■ヒーロー・ヒロインインタビュー

大会前のように不安や緊張に包まれているとき、「ヒーロー・ヒロインインタビュー」というチームコーチングを行うと、コンディショニングに役立ちます。

現実の大会を迎える前に、大会終了後の自分を思い浮かべてもらい、「大会で自分の目標を達成した後のインタビューの時間」という設定をします。

目標達成した自分になりきってインタビューを受けることで、「こうありたいと思う未来の姿を思い描く意識」に切り替えることができます。

インタビュアーが、「目標達成おめでとうございますー今どんな気分ですか？」そう聞くと、みんな笑顔で答えてくれます。インタビューする側もされる側も笑顔になり、大盛り上がりです。

「目標達成まで、辛いこともあったと思いますが、どんなことがありましたか?」、「その困難をどうやって乗り越え

大会後にワープして、



ヒーロー・ヒロインインタビュー



金沢中村スポーツ少年団 副支部長
コーチングマイスター

嶋 美意子

コーチング指導者育成コースで学んだことを日々楽しく実践しています。

Shorinji Kempo COACHING

「誰に感謝していますか？」などとインタビューを受けて、目標達成までの過程を振り返ってもらうことで、実際は大会までの自分自身の課題を発見し、取り組み方を模索することになります。

最後に「次の目標、課題はなんですか？」と、さらに次回に向けた課題設定を思い浮かべてもらいます。

「その目標・課題に向けベストを尽くしてください。応援しています」と締めくくると拍手が沸き起こり、一体感が生まれます。

自分のありたい姿を思い描くことで、ありがたい自分に近づきたいという思いが湧いてきます。

ぜひ大会前などに、「簡単に盛り上がる」「ヒーロー・ヒロインインタビュー」を、明確な状況設定と役者になり切って行ってみてください。

■コーチングの活用

私はコーチングを学ぶ前は、拳士のできていないところばかりに目が行き、足りていないところを指摘してイライラしていました。

コーチングを学んでからは、拳士のできているところや頑張っている過程を見るようになり、拳士の良いところをたくさん見つけられ心に余裕を持っています。拳士も認められ褒められることで自信がつき、楽しく修練しています。

また、以前は「こうしたらいいよ」と答えを教えることが多かったのですが、現在は「どうしたらいいと思う？」と質問し、拳士自身で考え気づくことで主体性が育まれてきたと思います。

コーチング指導者育成コースで学んだ指導技術を日々楽しく実践していると、拳士の前向きな心を作ることができ、拳士も指導者も共に幸せになれるように思います。

2

盛りだくさんのウォーターフロント

大会会場の程近くには、歴史ある港町・横浜の象徴であるウォーターフロント「みなとみらい21」が広がっています。

みなとみらい21は、横浜市西区・中区に広がる約1.86平方キロメートルの再開発地区です。オフィス、商業、文化施設が集積し、年間約8,000万人が訪れる賑わいある街を形成しています。1983年の開発開始以来、横浜の都心を一体化し、市民の憩いの場や経済基盤の強化につながるエリアとして発展しています。



- 横浜赤レンガ倉庫
明治末期から大正初期に国の横範倉庫として建設されたレンガ造りの歴史的建造物を再活用したイベント・商業施設。
みなとみらい線「馬車道」駅、「日本大通り」駅から徒歩6分
JR京浜東北・根岸線／横浜市営地下鉄ブルーライン「関内」駅、「桜木町」駅から徒歩15分
- 帆船日本丸
重要文化財である「帆船日本丸」のレトロな船内展示。年12回しかない帆の展開日が、幸運なことに大会二日目(11月16日)に当たっている。
JR京浜東北・根岸線／横浜市営地下鉄ブルーライン「桜木町駅」より徒歩5分
みなとみらい線「みなとみらい駅」、「馬車道駅」より徒歩5分
- 他の施設
コニカミノルタプラネタリアYOKOHAMA、カップヌードルミュージアム横浜、よこはまコスモワールド、横浜美術館など、多くの施設が集合している。

3

異国情緒を味わえる街

大会会場から徒歩20分程度の場所に、かの有名な「横浜中華街」があります。

横浜中華街は150年以上の歴史を持つ日本最大の中華街です。度重なる震災や戦争を乗り越えて復興を遂げ、現在では500以上の飲食店やショップが軒を連ね、世界各地の中華料理や独自のスイーツ、華やかな祭りを楽しめる観光地となっています。近年は風水を取り入れた牌樓門や「媽祖廟」「関帝廟」といったパワースポットも人気で、多彩な文化体験が魅力です。



- 横浜中華街
みなとみらい線「元町・中華街」駅から徒歩1分
JR京浜東北・根岸線「石川町」駅から徒歩5分
JR京浜東北・根岸線／横浜市営地下鉄ブルーライン「関内」駅から徒歩7分
- 各店舗の営業内容については『横浜中華街』公式HPを参照のこと。



『横浜中華街』公式HP
リンクQRコード

2025年少林寺拳法全国大会 in かながわ
神奈川県・横浜市

開催期間 11月15・16日(土・日)

会場 横浜武道館

絵になる街

Y O K O H A M A



©Yokohama City Visitors Bureau



©Kanagawa Prefectural Tourist Association

I

歩くだけで絵になる街、横浜

大会会場となる横浜武道館は、JR根岸線と横浜市営地下鉄ブルーラインが乗り入れる関内駅を最寄りとし、横浜スタジアムや中華街そばの、横浜の街並みを堪能するには絶好の立地となっています。近くには歴史ある商店街も数多く、少し足を伸ばせば港も一望できます。

古くから港町として発展し、1859年の開港以降、商業や国際交流の中心地となった横浜。伝統と文明開化が織りなした独特の街並みは、通りを進むごとに違う趣きを見せてくれます。

本大会は会場定員の都合で、入れ替え制となりますので、大会時間外はぜひ、歩くだけで絵になる街・横浜を散策してみてください。

- YOKOHAMA AIR CABIN(ロープウェイ)
桜木町駅:JR「桜木町駅」から徒歩約1分
運河パーク駅:みなとみらい線「馬車道駅」から徒歩約7分
片道料金:中学生以上 1,000円/小学生以下 500円
- 大観覧車「コスモクロック21」
JR「桜木町駅」から徒歩約12分
みなとみらい線「みなとみらい駅」から徒歩約8分
YOKOHAMA AIR CABIN「運河パーク駅」から徒歩約4分
利用料金:1,000円
- 三溪園(国指定名勝)
JR「根岸駅」から横浜市営バス「本牧」(約10分)下車、徒歩10分
JR「桜木町駅」からぶらり三溪園BUS(土日祝限定)「三溪園」(約26分)下車すぐ
入園料:高校生以上 900円/中学生以下 200円

上達のためのたしかなツールをお届けしますーFSK 富士スポーツ工業

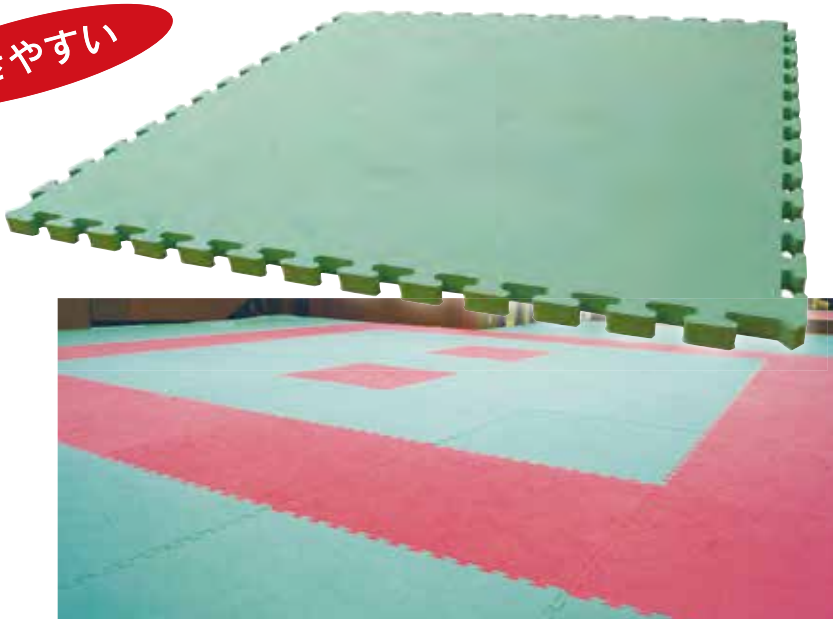
少林寺拳法連盟公認柔法マット&薄型マット。

優れた耐久性と 動きやすさが特徴です。

高い耐久性

動きやすい

もはや少林寺拳法の練習には欠かせないものとなった柔法マット。安全性、機能性、耐久性に優れた他にはない独自のフロアマットです。すり減りや破れの心配がない耐久性、動きやすい適度な堅さ。とくに柔法の稽古には欠かせません。



少林寺拳法連盟公認 柔法マット

① 1~10枚 11,550円 ② 11~50枚 11,220円
③ 51枚~ 10,890円 (税込、運送費含む)

■サイズ/1025 x 1025 x 40mm ■重さ/5kg
■材質/ポリオレフィン系発泡体 ■日本製

少林寺拳法連盟公認 薄型修練マット

① 1~10枚 7,150円 ② 11~50枚 6,930円
③ 51枚~ 6,820円 (税込、運送費別)

■サイズ/1025 x 1025 x 20mm ■重さ/3kg
■材質/ポリオレフィン系発泡体 ■日本製

商品のお申し込みは電話かFAXで下記まで。

0299-45-0208

FSK 富士スポーツ工業有限公司 担当：箱田 〒319-0202 茨城県笠間市下郷 4834-7

FSK presents 少林寺拳法連盟公認防具

ファールカップ

本体価格 5,969円 (税込)

※連盟事業課、株式会社オザキにて取扱中です。

上達の
つよ~い
味方です



職員室の拳士

報徳学園中学校・高等学校 大西 清文 支部長

師や先輩、仲間とともに日々積み重ねる。

私は父の教えで、幼少期から空手や柔道、器械体操を習っておりました。兄の影響で報徳学園高校に入学し、部活動紹介で少林寺拳法部の演武に出会いました。その力強くも美しい動きに心を奪われ、「これだ!」と直感し、少林寺拳法部の門を叩きました。その結果、未経験の分野に挑戦したとしても、自らの努力によって物事を成し遂げることができるという実感を初めて得ました。

大学卒業後、教師の道を志す一方で、「もつと世の中を理解したい」という思いから一般企業に就職し、社会人として多様な経験を積みました。

追手門学院大学の監督として指導に携わる中で、教育の奥深

さとその意義を改めて実感し、教師としての夢を再び強く抱くようになり、2019年4月より、母校である報徳学園にて教師として実践を重ねています。

報徳学園は、二宮尊徳翁の思想を教育理念に掲げる男子校で、スポーツの盛んな進学校として「文武両道」を重んじています。その教育理念の根幹には、「積小為大」という教えがあります。これは、「小さな努力や善行を積み重ねること、やがて大きな成果や徳につながる」という意味であり、生徒一人ひとりの日々の積み重ねを尊重する姿勢に通じています。また、宗道臣先生が語った「人、人、人、すべては人の質にある」という言葉は、教育の本質を突くもので

あり、一人ひとりの成長が社会全体の質を高めるという考え方は、「積小為大」の精神と深く共鳴しています。私はこの理念のもと、生徒たちの小さな成長を丁寧を支えながら、未来を担う人材の育成に尽力しています。

最後に、私が人生の節目で師からいただいた言葉を紹介します。結びといたします。

「良き友と共に学び、良き友と共に励み、良き友と共に生きて行く。これが道のすべてである。(釈尊)」

「努力する者は常に希望を語り、怠けるものは常に不満を語る。」
人生の歩みの中で、どんな時も希望を忘れず、良き友と語り合える時間を大切にしたいものです。



大西 清文

国語教師。報徳学園にて少林寺拳法を始める。卒業後、追手門学院大学に進学し少林寺拳法部に入学。卒業後に母校の報徳学園に帰り、少林寺拳法部の顧問として7年目、追手門学院大学の監督として15年目を迎えている。

修練法解説

身を護る

執筆者 志村 力

正しく修めれば護身練胆・精神修養・健康増進の三徳をもたらすのが少林寺拳法です。本コーナーでは、ケガや事故から身を護りながら、効果的に上達する方法を研究していきます。



攻者の肩をどの程度送るかのさじ加減は、経験によって掴んでいくものです。ここでは、あくまで目安として写真で示しますが、実際には攻者の体格や体質、力の入れ具合や互いの位置関係などで少しずつ変化する微妙なものです。攻者に感覚を確かめたり、第三者視点で見てもらったりしながら、感覚を磨いていきましょう。

なお、極端に大きく肩を送ってしまうと、攻者がバランスを取り直したり、力の入れ方を変えたりしますので、技の継続が難しくなる可能性があります。そのような場合には、変化・連絡技へ移行することになります。

POINT OF VIEW ▶▶▶ 肩を送る。



変化・連絡

写真は肩を送りすぎて、相手が背中を向けている状態。送善天秤や吊落など、送小手からの変化・連絡技は多岐に及びます。送小手を基点に、状況を整理して覚えるようにしましょう。

守者の視点。

皆さんは、相対で修練を行うとき、どこを見ているでしょうか。また、指導する先生や先輩の動きの、どこを見ているでしょうか。今回は、ご自身の「目の付けどころ」について考えてみてほしいと思います。

主な題材は送小手を取り上げてみます。

送小手の極め

送小手において、親指から手首にかけて関節炎になる事例をしばしば耳にします。講習会などでも、親指や手首を痛そうにさすっている姿を時折目にします。

これは、守者が腕刀部を使って攻者の親指を強く切りつけたたり、手首関節をきつく攻めたりすることで起こるものだと思います。

崩しが先

送小手の名称の由来とも言えるのですが、本部では送小手を行う際に「肩を送る」と形容してきました。これは、掴まれた手首

攻者の空いている手、肩の動きなど、広く視野に収める。



八方目を絶やさない。

POINT OF VIEW

攻者は手首関節を掴んで動きを封じ、突く・打つなどの攻撃をしかけてきます。これらの攻撃を見極めるうえでも、肩が送られたことを見届けるうえでも、法形の最後まで八方目を絶やさないようにします。



切小手

他の柔法でも同じことが言えますが、基本的には攻者の安定感を崩すことが先で、関節を極めるのはそのあととなります。この順序を間違えないように、法形ごとの崩し方をしっかりと学ぶことが重要です。

POINT OF VIEW

痛みは倒れるきっかけに過ぎない。

しかし実際は、極める前に攻者の肩が送られているかどうかを見極めることが重要なのです。そのためには、守者が攻者の全体像を見渡す視線が大事です。深刻なケガや故障を回避するためにも、手首や極めだけに執着しない守者としての視点を養いましょう。

崩しを見極める目線
逆に、肩が送られていない状態では、攻者の体勢は安定していますので、床に倒すことは非常に困難となります。このように困難な状態のとき、極めを強くして攻者の手首を痛めようとしがちです。

部分を操作して、攻者の肩を前方へ振り出すことを意味します。初め、手首を掴んだ状態は、攻者にとって万全の体勢と言えます。足腰が安定し、力の入りやすい状態です。しかし、守者の操作で肩を送られることにより、攻者はその安定感をわずかに失います。その隙をつくように、手首関節に痛みを与え、同時に体捌きを行って攻者の腰を折り、床に手や膝をつかせる…というのが送小手の流れです。



攻者の体勢を崩しながら極めを行う。崩し→極めの順番を意識することで、攻者に余計な負担をかけずに済む。

技法解説

実一に帰る

少林寺拳法修行の要諦のひとつ、拳の三訓。そのなかでも最も大切とされる「守」。道を学ぶ者全てが「師の格に至る」ことをまずは目標とすべしと開祖は言われます。この観点から、本コーナーでは様々な法形について触れていきます。

執筆者／荒井章士



■諸手巻抜と状況が違う

科目表では、諸手輪抜・諸手巻抜ともに攻撃は一本背投が指定されています。しかし、同じ攻撃であってもそれぞれ状況が違う法形として、創始期より龍王拳に編成されています。

諸手輪抜について、少林寺拳法教範では「両手で片手を順に上から握り、接近して両肘を張って内から外へ捻じんとしたり、かつがんとしてきたようなときに抜く方法である。」と記述されています。また、1955年昭和30年版の教範には「相手が両肘を張って巻抜が出来ないように殊更ら肘を立ててきたような場合」と記述されています。

教範の記述は変化していますが、輪抜をすべき状況は現在まで変更されていないので、まとめると次のようになります。

- ◎ 攻撃(共通)・・・一本背投
- ◎ 諸手巻抜・・・攻者の腕が伸びている場合。(写真1)
- ◎ 諸手輪抜・・・攻者の肘が曲がって上下に立っている場合。(写真2)

なお、肘が曲がって立ってしまう理由は、巻抜をさせないようにするか、鉤手をきれて攻撃動作のバランスが崩れた等、いくつかの理由が考えられますが、そこに定めはありません。



写真2：諸手輪抜。攻者の両肘が曲がり立っている



写真1：諸手巻抜。攻者の腕が伸びている

ちなみに輪抜の輪とは、攻者の両肘が曲がって立ち、輪のようになっている状態を指しています。

■寄抜と小手抜を同時に行う心持ち

守者は、背投の動きに逆らわず右へ体を捌き、攻者の正面へ動きます。鉤手守法は、脇を締め、右手掌をやや下向きにした鉤手をします。(写真4)

そして、当身をして、攻者の動きを止めます。右足を前寄足しながら、鉤手の位置を動かさずに、「輪」の中に向かって、肘打をするようなイメージで右肘を入れていきます。(写真5)

このように鉤手守法から右肘を入れていく一連の操作によって、攻者の左手首を寄抜のように、右手首を小手抜のように殺すことができます。(写真6)そして、結果的に寄抜と小手抜を同時に行ったような抜き方、つまり教範に書かれている「寄抜と小手抜を同時に行う心もち」と言うことになります。

諸手輪抜

寄抜と小手抜を同時に行う心持ち

動画視聴はこちらから



抜き手のサポート



攻者の掴み手の力が強く、抜きづらいと感じた時は、教範に「相手をけんせいし、その手を返して握られた方の手の先をかるくにぎり」と書かれている通り、私の左手で抜き手をサポートすることもできます。(左写真)

ただし、このサポートは必須ではなく、あくまで状況に応じて行ってください。

今すぐにはできなくても、考え方、見方、やり方を変えれば、不可能が可能になりえる

努力を怠らず苦勞を重ねて事を成し遂げる精神を讃えた言葉に「愚公、山を移す」というのがあつたけど、私はこれ好きだな。愚公というのは、昔昔、中国のあるところに住んでいた老人のことです。で、このおじいさんの家の前に高い山があり、出入りに不便でしょうがない。ついにたまりかね、子供と孫の三人がかりで山を切り崩しました。もちろん、山に立ち向かうなど愚かだと笑う人もいました。でも、じいさんはまるで動ずることもなく、「私のところにも子供がいる。子供はまた孫を生み、孫は曾孫^{ひまご}を生んで子々孫々絶えることはない。皆で時間を掛けて切り崩せば、山はこれ以上大きくはならないのだから、平らにできないわけがない」と答えたとき、こういう話です。

どうだろう、示唆に富んでいると思わないか。今すぐにはできなくても、考え方、見方、やり方を変えれば、不可能が可能になりえるということですね。しかも愚公の話には周囲や後々の人たちのことも思いやる、そういう人に何かをしてあげる、何かを与えようとする心遣いがある。「与える喜びを知らなければ人生というものはずまらない」と私よく君らに言うが、これは本当だぞ。自分だけで存在する世界なんてものはありえないということ、どうぞわかれよ。

(1975年3月 大学少林寺拳法部本部合宿)

開祖語録

FEEL THE ORIGIN
SO DOSHIN ARCHIVES

文 編集室

近年、「時短」「タイパ」といった言葉が当たり前に使われています。無尽蔵にある情報の中から、自分が欲しいもの、素早くアクセスするというのは、なるほど、超情報社会の現代を生きる上で重要なスキルであることは納得できます。

ただ、ものごとの全てがすぐに答えの見つかるものばかりではない、というのを忘れてはならない事実です。「時短」や「タイパ」が優先されるあまり、じっくりと時間をかけて向き合ったり、考え続けたりすることが後回しにされ、軽視されるようなことがあつてはいけません。

上の語録に登場する「愚公」の「愚」は「愚直^{ぐちく}」の「愚」でもあります。愚直とは、利口さに欠け、効率の悪いことをがむしやりに続ける様ですが、転じて「正直で素直」「まじめで誠実」といった要素を強調する、前向きな文脈で用いられることの多い単語でもあります。

「こんなことを続けるのは馬鹿げている」と思ってしまうこと、誰にだってあるものです。でも、全てが馬鹿げた結果につながるわけではありません。そう思うと、愚公のようにずっと先の未来まで俯瞰して考え直す習慣はあつてよい気がします。

人生の中に一つや二つ、愚直に続けられるものを持つている。それは無駄ではなく、豊かさなのではないでしょうか。

うれしかった
先生の〈ことば〉早稲田大学名誉教授
菅野 純

執筆者/菅野 純

1950(昭和25)年、宮城県仙台市生まれ。早稲田大学卒業後、同大学院修了。発達心理学・臨床心理学専攻。東京都八王子市教育センター教育相談員を経て、早稲田大学人間科学術院教授を2015年3月まで務める。現在も、不登校、いじめ、非行など、さまざまな子供へのカウンセリングに加え、学校崩壊をはじめとする学校のコンサルテーションに取り組む。〈心の基礎〉教育を学ぶ会会長。著書は『武道——心を育む』(日本武道館出版)など多数。

中学校を卒業したばかりの労働力が「金の卵」と呼ばれ、さまざまな地方から集団就職列車に揺られて大都市に向かった時代の話です。当時、私は中学三年生。これまで一緒に歩んできたクラスの仲間十人程が高校進学せずに中卒で就職することになりました。

クラスでは高校入試に向けて追い上げの時期に入っていました。教師によっては就職組を露骨に差別し、授業中指名をしなかったり、彼らだけ回答を飛ばしたりすることもありました。就職組の何人かは授業中、廊下でおしゃべりしたり遊びだす生徒もいました。彼らは教師から注意されることもなく、放任状態でした。

クラスの中では教師だけがピリピリし、一向にやる気のないだれたムードの生徒たちに向かって怒鳴りどばし、体罰も普通におこなわれていました。いま思うと、自分とは異なる道を歩む何人かの存在をうまく受けとめきれなかったクラスメートもいたに違いありません。

たまたま教育意志を持った家庭に生まれたか、経済的にゆとりのない家庭に生まれたかの違いによって、歩む人生が大きく異なってしまうことに、私は何とも言われぬ

気持を抱いていました。「不条理だ」と感じたのです。

ごく当たり前のように高校進学できる自分に対して罪悪感さえ抱いていました。あまり家族に反抗したりすることのなかった私でしたが、この時ばかりは自分も「集団就職する」と強く言い張ったのです。すったもんだの末に家族と妥協したのは、第一志望校のみを受験し、滑り止めは受けない、受験不合格だったら集団就職する、というものでした。

教室でも、就職組を無視したり差別したりする教師に抵抗することがありました。クラス全体が受験に向かう自覚が足りないとい叱り飛ばす教師が「自覚するとは何だかわかるか」と言った時「字を書くこと」と返答し、思いつき頭をたたかれたこともありました。毎日が憂鬱で悶々とした日々だったのです。

そんなある日、クラス担任の山崎先生が英語の授業のはじめ、私を含めて男女数名の名を呼び、前にくるようにはいりました。

集められたメンバーを見るとクラスの中でも成績のよいものばかりです。「元はやくぎ」なんて噂されている山崎先生は、ポケットに

手を入れて足をまきやくぎのようには揺らしながら、私たちにこう言ったのです。

「おめたちや(お前たち)俺はあいつらを(と言つて、廊下で遊んでいる就職組の何人かを指さして)中学校二年までの英語ができるように教えるから、おめたちはあと自分でもやれよな」一緒に呼ばれた中には戸惑った表情をした者もいましたが、私は目の前がぱっと明るくなり、一人だけ「はいっ」と大声で答えました。先生も悩んでいたので、自分の教え子がまだ十分な力も身につけぬまま大都会で働こうとしていることに先生なりの「不条理」を感じていたのだ。私の中にうれしさがこみあげ勇気すら湧いてきました。

山崎先生は私が大学生の頃、病を得て若くして亡くなりました。お線香をあげに伺った折り、奥様から、クラスの生徒の境遇があまりにも苛酷なのに、自分が何もう来ないと悩んで、勤めに行けなくなったこともあった、と伺いました。「元やくぎ」と噂された強面の内側に、山崎先生のやわらかでやさしい心が隠れていたことを改めて知ったのです。

23

武道の可能性

インタビュー VOL. 1 (二部構成)

少林寺拳法で得た気づきを経営に生かす。

地域に根ざすカメラ店の秘密



はたと考えた。「なんで、うちの先生は僕のことをあんなに褒めてくれたのか?」と。

佐藤さんは若い頃、少林寺拳法を修行
されていたんですよ。

はい。宇都宮東道院※の東花^{そっか}一郎先生のも
とで。20歳から始めて、20年弱通いま
したか。二段まで取らせてもらいました。

東花先生とはどのような出会だったの
でしょうか。

それが、最初に知り合ったのは剛柔流空
手の師範の方なんです。で、その方に僕
もやりたい。って伝えたら、連れていかれ
たのが少林寺拳法の道場だった(笑)。「こ
こは最近できた道場で、先生がいい人だ
から」って。

そうなんですか(笑)。

最初はやっぱり技術に興味があったんで
す。でも人つてみると、まず「自己確立」
という言葉が響いた。カッコいい言葉だ
と思いました。当時、自分に対して「中
途半端な人間だ」という自覚があったん
ですね。人の質を高めなきゃいけないん
だ、ということにはすごく納得したわけ
です。だから友達や親戚と兄も一緒に巻

き込み、私に子どもができてからは息子
も一緒にやりました。

ほかに印象的なことは。

道場ではよく先生が褒めてくれました。
一つ新しいことができるようになる、と。
「素晴らしい」「お前は変わったな」って。
ただ内心では、そう言われることに少し
違和感がありました。道場では「素晴らしい」と褒められても、一歩社会に出ると、そこら辺にいる「ただのあんちゃん」なんです。当時の私は、それがイヤになりました。これは何か、社会でもきちんとしてないといけない。そういう思いに駆り立てられて、父親がやっていたカメラ店を兄と一緒に事業拡大することにしました。

経営者への道を踏み出されたのですね。
その後、著書も出され、コンサルタン
ト業などもされています。どのように会
社を運営されてきたのでしょうか。

最初は、社員に言うことを聞かせようと
必死でした。でも、辞めていく人が多かつ
た。そこではたと考えたんですね。「なん

で、うちの先生は僕のことをあんなに褒
めてくれたのか?」と。

なるほど。

まず拳士同士だと、どこを褒めたらいい
か解らないことも多いと思うんです。お
互いに修行中の身で、ライバルのような
部分もあるでしょう。そう考えると、
人の成長を見つけてあげられるのは先生
しかいなかったんだよね、と気づいて。
自分が社員に向けるまなざしも同じじゃ
ないかと気づいたんですね。先生はよく
「お前は変わった」と言ってくれました。
だから私も、社員に対して「キミは、こ
こが変わったね」と口に出すようにしま
した。すると会社の雰囲気が変わり始め
ました。大事なことは、人を褒めること
ではなく、自分が変わることだったんだ
とその時学んだんです。人の変化を見つ
けたり、承認したりするのは経営者の仕
事なんですよ。

一方で、褒める・認めるばかりでは社員
が育たない可能性もあるのではないで
しょうか。教わることや失敗することも
必要だと思います。

※編集部註…宇都宮東道院は現在は廃止

Katsuhito SATO

サトーカメラ株式会社 副会長。日本販売促進研究所 経営コンサルタント。作新学院大学 客員教授。宇都宮メディアアーツ専門学校 特別講師。経営者養成塾「勝人塾」塾長。1985年少林寺拳法に出会い東花一郎先生に師事、自分自身も社会に影響を与える人間になろうと決心。1988年、23歳の時、家業に入り事業展開を社員ゼロから兄とスタート。「想い出をキレイに一生残すために」という企業理念のもと、栃木県エリアに絞り込み専門分野に集中特化することで独自の経営スタイルを確立、現在4度目となる経営改革に挑戦中。栃木県民のカメラ・レンズ年間消費量は全国平均3倍以上で1位(総務省調べ)。実務家でありコンサルタントという実践的な育成法が評価され、日本商工会議所新聞にて「佐藤勝人の地域一番店高法」連載。人間学の致知にて「佐藤勝人快刀乱麻を断つ」連載。ビジネス書作家として12作目「地域密着店がリアルメネットで全国繁盛店になる方法」(同文館出版)。YouTube公式チャンネル「佐藤勝人ch」「サトーカメラch」でも情報発信中。

確かに若い社員は学ぶべきことも多いし、失敗することもあります。中でも、社会人として最低限のルール・規律を守ることは前提となります。ただ、最近の若い人たちは、その辺の常識はすっかりしていると感じています。私たちが若いころとは違って（笑）。社員に成長してもらうために気をつけていることは、「この人は何を考えているのかな？」と考えることです。

具体的にどういうことでしょうか。

これは息子に気づかされたことです。ある時、息子から「親父は普通の人の気持ちには解らないんだろう」と言われました。普通の人は、ラクしたい・サボりたい・お金だけ欲しい……って考えるんだよと。それで、若い頃の自分を思い浮かべてみました。そうすると「確かに……」と思っただけですよ（笑）。社員の気持ちにもそういうことがあるのかも知れない、って思えたんですね。そう考えると、自分が押し付けばかりしていたことに気づいて。受け取り手の社員の気持ちがどうなっているのか、よく見よう・よく聴こうと思うようになったんです。

相手に合わせようとされたわけですね。

道場でもそうじゃないですか。自分が高段者であっても、相手が級拳士なら級拳

士のレベルに降りていって相手するでしょう。ただ、そこには「甘え」が生じる危険性もあります。長年、遅刻を繰り返す社員がいました。ずいぶん長いこと注意を重ねました。そしてある時、また注意するために彼と向き合いました。彼は「理由がある」と言いました。私は「もう聞き飽きた。聞かんでも解かる」と答えました。すると彼が「じゃあ、どんな理由か答えてみてくださいよ」と聞き直った。私は一瞬止まりましたが、「一言一句までは解らないよ」と返しました。そしたら彼は「ほら、解らないじゃないですか」と言っただけです。それで私は彼に懇々とこう話したんです。「私は君に合わせて話そうとしているが、まだ足りないんだな。もっともつと降りて、君を持ち上げるまですなきゃいけないんだな。『理由があったのに、ちゃんと出勤して偉いね』と。それで彼は少し気づいたようです。どれだけ相手に合わせようとしても、相手に甘えがあったら伝わらないということです。

私も大事なことが伝わらないジレンマを感じることがあります。よくよく学生と話してみると、自分の言葉が意図とは全く違って伝わっていることが解り、ショックを感じることも少なくありません。

例えば道場で、先生がスマートフォンを

息子から

「親父は普通の人の
気持ちは解らない
んだろう」

って言われて。



武道の可能性



見ているとします。それは、重要な連絡の確認かも知れないし、必要があつて情報を検索しているのかも知れない。でも、見ている方が「先生、サボつてる」つて思うこともあるわけですよ。人は表面的な部分がよく目につくものなんです。会社でも、上司の動きから裏にある何かを察して、次の準備なりをしてくれる社員がいたら最高なんですけど、それはかなりレベルの高い人の話です。そもそも、レベルを高めるために社員教育をしているわけ。なのに、どこかで自分と同じかそれに近いレベルを、こちら側が一方的に期待してしまうということ、あると思うんです。指導する側にも、こういう学びが必要なんですよ。

佐藤さんがご自身と向き合う努力をされてきたことがよく解ります。一方で、社員の方が自分と向き合うことについて何かサポートされているのでしょうか。

特に最近の若い人についてですが、自分では「よくできている」と思っている人が多い気がします。しかし、客観的に見ると「それほどでもないよ」と思えて、ギャップが生じていることがあります。そこをすり合わせることに時間を割いているかも知れませんが、うちの仕事で言えば、お客さんに向ける「外面おもて」はいいんだけど、社内の人間関係では問題が起きているよ

ね、つていうことです。でもこれは、人間ならば誰でもそうです。外に対しては背筋を伸ばしていられても、内に向くとだらしなくなる。それはやはり甘えがあるからなんです。それで、よく話し合つて「お客さんにやつてみようよ、社員や家族にもやつてみようよ。だつて、お客さんに対してはできているわけなんだから」という風呼びかけています。それは、甘えをなくす訓練なんです。

身近な人間に対する態度を見直すことはなかなか難しいですね。

ただこれも、息子から言われて気づいたことなんですよ(笑)。ある時、

息子を連れてコンサルタント先を訪れた後、息子に「なんでウチでもあんなふうにしないの?」と言われました。それでよくよく考えてみると、支援先はたまにしか行かないから、よく話を聞かないと様子が解らない。それで、支援先でするように、社員からもよく話を聞くように切り替えてみたら上手くいったというわけです。「何年も一緒にやつてるんだから、俺のことを解つてくれよ」という甘えが私の中にもあつたんです。それ以来、お客さんに対しても、社員に対しても、同じ姿勢で向き合うようにしています。

(次号に続く)



Masaharu KOUSAKA

国際武道大学 体育学部武道学科教授。兵庫県神戸市出身。報徳学園で少林寺拳法と出逢う。少林寺拳法グループ職員、中学校教員を経て現職。少林寺拳法七段。国際武道大学少林寺拳法部監督。

熱狂 酔狂

スポーツ観戦

文・谷 聡士

■聖地巡礼

先日、あるラジオ番組で『スポーツを生観戦するならどれがいいか?』ということが話題になっていた。

サッカーやラグビーなど前半後半が分けられている場合、ハーフタイムになるとトイレと飲食店が混む、野球は攻守交代時に分散できるが、その時間が短いため、トイレなどが混雑していれば時間内に席に戻ることができずプレーを見逃すことがある、モータースポーツは目の前を通り過ぎるのが一瞬で、1周数kmに及ぶサーキットではその大半が見えない、同じく駅伝やマラソンも一瞬目の前を通り過ぎれば、周回コースでなければもう目の前には戻って来ない、バスケットやバレーなどの室内競技は臨場感があるが開放感が無い: などなど言えばキリが無くなり、結局は家でTV観戦した方がいい、という笑い話であった。

それでも、現地での生観戦はコアなファンにはとても重要であろう。推しのチームがあれば、ホームタウンでの試合は当然に熱くなるであろうし、またその競技の

“聖地”で行われる試合を見に行くことは、とても胸が高鳴る特別な感情になることだろう。有名なところでは、高校野球の甲子園、サッカーの国立霞ヶ丘陸上競技場(旧国立競技場)。日本に限らないのであれば、テニスのウィンブルドン、ゴルフのセントアン・ドリュース:といったところか。

聖地と言われる場所は、他の会場よりも歴史が古く、数々の伝説が人々の記憶となつて積み上げられているからこそ、特別なのであろう。

■武道の聖地は日本武道館?

少林寺拳法に聖地はあるだろうか?

“聖地”という表現に賛否両論

はあるかもしれないが、武道という括りでいけば、日本武道館がその一つなのかもしれない。今年になって一度演武をさせていたのだが、日本武道館で演武をするときは、やはりいつもとは違う感覚に襲われる。緊張もあるが、天井に掲げられている日の丸を見ると、得体の知れない空気に身体が包まれてくる。いざ演武コート中央でお互いに合掌礼をするとき、そういう気持ちは吹き飛ばすが、演武を終えると、しみじみと「ああ、日本武道館で演武したんだなあ」と変な高揚感が湧き上がってくる。しかしながら、聖地に飲み込まれているようではまだまだ修行が甘いということか:と、反省もするところである。

私もそれほど多くのスポーツ観戦に行ったことがあるわけではない。それでも聖地・会場が湛える独特の雰囲気というのは感じる。ここで流されたであろう多くの汗と涙に思いを馳せると、失礼な態度では観戦できないと思うが、お酒だけは許してくれ、と心の中で天に向かって許しを乞い、ビールカウンターの列にいそいそと並ぶのである。

多様性を極める死の捉え方に 真っ向から向き合う。



イェール大学で23年連続の人気講義

「死」とは何か

〔日本縮約版〕

シェリー・ケーガン著／柴田裕之訳 文響社刊

文・編集室

には、心臓、呼吸、脳の機能が停止した状態を指します。しかし、死をどのように捉えるかは、哲学や宗教、個人の価値観によって異なる、単なる生物学的な現象以上の意味を持つこともあります。」

『死とは何か』：インパクトのある題名が書店を歩いていると目に入った。

そして表紙には「いかにも」といった雰囲気のある先生らしき人が写っている。ふと目次を開いてみると興味深い見出しがいくつも並んでいた。

あなたは「死」を意識したことはあるだろうか？ 私は子どもの頃、「明日の朝、目が覚めなかったらどうしよう」と焦燥感に駆られて眠れなかったことがある。親戚の葬儀やテレビ、映画等の印象に引っぱられていたのかもしれない。

その焦燥感は、大人になるにつれ徐々に臨場感を増している。著名人や仕事仲間、友人や家族の訃報を耳にする機会が増えてきたからだ。

AIに、死について尋ねると次のように返ってきた。
「死とは、生物の生命活動が不可逆的に停止することです。医学的

模範的な回答ではあるが、深刻かつ重大な問題だけに、これを聞いてもさらに大小の疑問が湧き出てくる。そしてまた、本書も「死とは何か」という問いに完全な答えをくれるわけではない。

むしろ、著者の言い回しに心は掻き乱され、内にくすぐられていた疑問の数々を浮き彫りにされてしまいかも知れない。著者の言う死に関する論理を二つのものさしにしながらも、読み手なりの死の捉え方を深く考えていくことになるだろう。

日本の文化には、東洋的なものから西洋的なものまで、よくも悪くも混在している。近年では極端な片寄りを嫌うリベラリズムの風潮もある。「死」の捉え方はますます多様性を極めていくだろう。

生きている限り避けられぬこの問いに対して、あなたが自分なりの答えを見つけるために、本書が一助になるのではないかと期待して紹介したい。

少林寺拳法誕生前夜

しょうりんけんぽうたんじょうぜんや

文・編集室

『少林寺拳法五十年史(正史)』をもとに、少林寺拳法の歴史を少年部のみなさんにもわかりやすい言葉で再編集してお伝えします。

第十一回

もう一人の師との出会い

三度目に渡った中国大陸で、開祖はふたたび陳良老師を含む仲間とともに大陸の各地に旅をしながら仕事をするようになりました。当時、満州(中国東北部)に足がかりを得ようとしていた日本の作戦を、間接的に支援するためだったようです。

こうした旅の途中で開祖は、陳老師より紹介されて、老師の中国武術の師にあたる文太宗という人物に出会います。文太宗老師は70歳を超える老人でしたが、若い頃に嵩山少林寺で僧となつて拳を学び、北少林義和門拳の師父となつた人物でした。

開祖は文老師の直弟子となることが許され、数ある中国武術の中でも歴史と伝統のある少林武術を教わる機会に恵まれたのでした。もともと、陳老師のもとで基礎的なことは学んでいた開祖ですから、文老師の教えも素早く吸収できたようです。

昭和11(1936)年、西安まで行く仕事ができたとことを開祖が文老師に伝えると、次のように言われます。

この頃の時代背景

【嵩山少林寺】河南省登封市の山岳群(嵩山)の中、少室山の山陰にあって大量の樹木に覆われていることから「少林寺」と名付けられたと言われる寺院。西暦495年、北魏の孝文帝の名で建てられたと言われ、インドから渡来した菩提達磨が滞在し、禅の教えとインドの拳法を伝えたと言われる。少林武術発祥の地であり、中国武術全体の一大中心地。

【少林武術の南北】北少林義和門拳の「北」は、清の時代に華南(中国の南方)の地に広がった南方の少林武術に対し、北方の少林武術であることを意味している。

【達磨大師】菩提達磨のこと。5〜6世紀の人で、インドより中国を訪れ、仏教の正

「ちようどよい機会だから、私が河南まで同行するので、嵩山へ行って祖師（達磨大師）の遺跡を見よう。ついでに伝法の儀式を嵩山少林寺でしようではないか」

こうして、開祖は二人の老師とともに三人で嵩山少林寺を目指し、旅に出たのでした。

開祖への影響

この頃の開祖は、20歳から25歳ぐらいの年齢です。精神的な意味合い以上に、技法の面白さに惹かれるのが当然の年頃だったと考えられます。

開祖の武道・武術遍歴は、14歳のころ、祖父に鍛えられたところから始まりま
す。祖父は「ひとかどの武道家」と言われていますので、その指導は本格的なものであったと想像できます。そうした下地のうえに、体力・体格と良師との縁に恵
まれ、開祖はめきめきと腕を上げていったようです。その様は、文太宗老師のも
とにいた兄弟子を短期間で凌駕するほどであったと回想されています。

しかし、文太宗老師から「伝法」、すなわち跡目を譲ると言われても、20代前半
の開祖にはピンとこなかったことも容易に想像できます。この時から開祖には、
武道・武術の先生になろうという思いはまるでなく、伝法の儀式を受けたのも師
を喜ばせたいという思いからであったと、後に自ら語っています。

形式や肩書、利害などにこだわったり、また囚われたりすることなく、人としての
思いやりや誠実さを大切にする開祖の人間性が垣間見えるエピソードです。

しい在り方を伝えたと言われる。その教
えと修行法は「禅」と呼ばれ、今日、世界
に広がっている禅宗の祖でもある。開祖は
達磨大師ならびに禅について深く学び、少
林寺拳法の創始にあたっても大きな影響
を受けている。



(イメージ写真)

第十一回

何のために少林寺拳法を
修行するの？

しかく

級
段

月 日

なまえ

点
/100

1 空欄に正しい言葉を書こう！

各5点×3問＝15点

よみかた
じこかくりつ

自己
立

よみかた
じた

自他共楽

よみかた
しゅぎよう

(3) 少林寺拳法の修

立

2 「自己確立」の説明について、()に入る

る言葉を選ぼう！

各5点×5問＝25点

少林寺拳法を通して () と勇
気と () を身につけ、()
(思いやり)と () を持った
本当に () 人間になること。

ア技 イ正義感 ウ行動力 エ魂
オ慈悲心 カ自信 キ強い ク心
ケたくましい コ厳しや

3 「自他共楽」の説明について、()に入る言葉を選ぼう！

各5点×6問＝30点

他の人が () ときや、
 () ときは、それを ()
 あげる。そして相手の () ()
 を自分の喜びにかえるというのはずば
 らうことだ。

開祖はわかりやすく「半^{なか}ば
 は () () の幸せを 半^{なか}ばは
 () () の幸せを」という言葉で
 説明している。

- | | | |
|---------|---------|--------|
| ア喜び | イ苦しんでいる | ウ自己 |
| エ楽しんでいる | オ他人 | カ仲間 |
| キ悲しみ | ク助けて | ケ困っている |
| コ怒り | サ友だち | |

4 開祖が修行の「行」の字に込めた思いについて、正しい語句を空欄に書こう！

各5点×6問＝30点

修行の「行」の字は、
 立場の人を背負って
 あっている姿をしめしている。

少林寺拳法は強い人が弱い人を
 ながら、お互いが
 につくることを目
 指している。

NO! スポハラ

スポーツ・ハラスメント（暴力、暴言、ハラスメントなど）に、
みんなが『NO！』と言う社会を目指して

『スポハラ（スポーツ・ハラスメント）』とは？

「スポハラ（スポーツ・ハラスメント）」とは、スポーツの現場において、「暴力」、「暴言」、
「ハラスメント」、「差別」など“安全・安心にスポーツを楽しむことを害する行為”のことです。

指導者と指導を受ける者との関係のみならず、スポーツの現場における関係者の誰によっても、
また誰に対してであっても、スポハラは起こりえます。



この活動は、スポーツ振興くじ助成金を受けて実施しています

12月6～7日・大阪堺市にて開催!

少林寺拳法インクルーシブ

交流会2025のご案内

昨年、大盛況のうちに閉幕した少林寺拳法マイシード交流会を、今年から「少林寺拳法インクルーシブ交流会」と名称を新たに実施いたします。

【インクルーシブとは】

インクルーシブ(インクルージョン)とは、障がいの有無や国籍、性別などの違いを認め、すべての人を排除せず、共に支え合いながら社会の構成員として包み込む理念を指します。既存の壁や障害を取り除こうとするボーダレスやバリアフリーの概念に対し、インクルーシブは「初めから排除しない設計や運営」を意味します。

【行事概要】

日程 12月6日(土)正午～7日(日)正午
会場 国際障害者交流センター Big i
大阪府堺市南区茶山台1-8-1

主催 少林寺拳法インクルーシブ交流会
実行委員会

協力 一般財団法人少林寺拳法連盟
内容 ①日 昼食交流・技術修練交流・夕食交流・レクレーション交流

②日 学科・意見交流・その他

【費用】

①参加費用
2日間:2,000円(初日昼食費込)
1日目のみ:1,500円(昼食費込)

※夕食交流会は別途1,800円
2日目のみ:1,000円

②宿泊費用

【各種障害者手帳保持者】

大人7,000円/小学生6,200円

【手帳なし】

大人8,000円/小学生7,100円

【申し込み】
10月30日締め切り
以下のQRコードより
お申し込みください。



【お問合せ先】
shorinjikempoumyseedkouyukai@gmail.com

寄付・寄贈 (敬称略・順不同)

【本部修練 お礼】

京都廣学館高等学校
京都廣学館高等学校 教育協力会
防衛大学校

【大会・記念行事】

名誉本部委員 木村 弘史
飯野 貴嗣
大阪府連盟 理事長 大場 健七郎
熊本荒尾道院 宮崎 司

【寄付】

郷原スポーツ少年団 小濱 慎之介
大場 健七郎

計報 謹んでお悔やみ申し上げます。

喜田 良延 氏 6月11日ご逝去 満90歳
名誉本部委員

77期 大範士九段

初野 好 氏 6月21日ご逝去 満95歳
元和光高校少林寺拳法部 部長

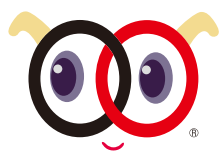
元ソフィア支部 支部長
177期 正範士八段

内藤 勲 氏 7月21日ご逝去
元関西学生OB連盟同友会 副会長

ZEN ZEN SYUGAKU 少林寺拳法JBL

夏号 32・33ページの答え合わせ

いくつ正解でき
たかな?



1 急所の位置について正しい説明は○を、そうでないものに×をマークしなさい。

○ 急所とは、押されたときに他の場所より特に痛むところ。

× 当身は「たて」に当たっても痛むので、「たて」でもいから相手は相対して「たて」。

× 急所はすべて、正中線上に集まっている。

○ 相手の姿勢に応じて急所の位置を見極める。

× 少しの急所を外れても効く目玉は変わらないので、正確よりも力強さの方が大事。

3 当身の角度について、()に入る言葉を選ぼう。

○ (オ)にようやく(効く)角度がある。

○ (カ)をたたく(たたく)角度によつて効くことも、効かないこともある。(ク)は角度で(コ)をたたく。

○ 急所 イ頭 ウ有効 エ正中線
オ急所 カ呼吸 キ無効 ク当身

4 当身の速度について、()に入る言葉を選ぼう。

○ 少林寺拳法の当身は、相手を(キ)の力でひたす、相手の(カ)を失わせ、自分を(オ)にするのが目的。(ク)がなくても当身の速度が早ければ(コ)が出る。

○ 効果 イ得意 ウカ エ優秀
オ優位 カ戦意 キ打ち受け
クいたわる ケのゆるみ

2 当身の腹について正しい説明は○を、そうでないものに×をマークしなさい。

× 2-3動作で相手に有効な打撃を与えられる距離は1m。

× 連発攻撃を補えないので、定められた当身が届かなくても効く。

○ 強くてはやく突きも、距離がわずかに足りないと効果がなくなる。

× 防壁を潰すには、まじり、滑りになる。

× 問題は近ければ近いほど良い。

5 当身の虚実について、正しい語句を空欄に書いてみよう。

「虚」とは**スギ**や**くすれ**のことで**油断**している状態のこと。

「実」とは体に**力**が行き渡り、**集中****力**が高まっている状態のこと。

相手の**虚**に対して、自分の**実**を当てる**力**が重要。

【ポイント】
当身の五要素は、五つの条件のどれか一つ欠けても効果は**弱い**。

これらを相手と確かめながら修練することが大切。

お詫び: 回答欄に適切な用語がありませんでした。補足してお詫びいたします。適切な回答は「よく効く角度」です。

SHORINJI KEMPO

会報 Autumn

◆今夏も各地で記録的な猛暑となり、本誌が皆様の手元に届く頃には残暑が続いているのか、「秋」が到来しているのか、暦の上だけでは測れないようになっています。一部地域では少雨による干ばつ被害があった一方、豪雨災害もあるなど極端な天候が続いており、被災された方々には心よりお見舞い申し上げます。◆戦後80年の夏、考えさせられることが多くありました。印象に残っているのは、インターハイ総合開会式における秋篠宮殿下のお言葉で、「戦後80年の節目となる本年に被爆地・広島を幹事県として本大会が行われ、ここに集う人々が共に過去を振り返り、未来に向けて平和への思いを新たにできる機会を得ることは、非常に意義深い」と述べられたことです。この後、地元高校生が演じた圧巻のパフォーマンスは、スポーツの目的や喜びを再発見していくストーリー仕立てとなってお

り、心打たれるものでした。この時代に生きる意味、仲間と一緒にスポーツ・武道をする意味を考えさせられ、目頭が熱くなり視界がぼやけてしまいました。◆夏は運動・文化の両面で多くの催し物が開催されます。そこに結集する若い力が呼び起こした感動が、未来永劫継承され、彼ら彼女らが希望を持てる未来を創っていきたいと、一つ一つのシーンを見るたびに感じました。◆私自身も今年、広島原爆ドーム・知覧特攻平和会館・沖縄のひめゆり平和祈念資料館を訪れました。筆舌に尽くし難い思いとともに、平和を祈るだけではなく行動で変えていかなければならないと強く感じています。◆秋が短くなってきたと言われて久しいですが、平和とともに、日本の春夏秋冬も後世に残していかなければなりません。身近なところから、できることから一緒に行動を起こしていきましょう。

会報少林寺拳法

2025年10月1日発行（年4回発行）

発行人：宗 昂 馬

編集人：谷 聡 士

発行所：一般財団法人 少林寺拳法連盟

印刷・製本：株式会社ムレコミュニケーションズ

※本誌掲載記事の無断転載を禁じます。

※本誌に関するお問い合わせ、ご意見・ご要望等は下記までお寄せください。

一般財団法人 少林寺拳法連盟 振興普及部 会報編集室

〒764-8511 香川県仲多度郡多度津町本通 3-1-59 TEL 0877-33-2020 E-Mail : hensyusitsu@shorinjikempo.or.jp

【少林寺拳法ホームページ】 <http://www.shorinjikempo.or.jp>

一般財団法人 少林寺拳法連盟は、暴力・体罰・各種ハラスメント、違法薬物問題など、コンプライアンス違反を根絶することを目指します。以下の窓口にご相談いただいた事項は当法人の定めに基づき、適切に対応いたします。

【相談窓口】一般財団法人 少林寺拳法連盟

TEL 0877-33-2020

メール soudan@shorinjikempo.or.jp

※専門の担当者が対応いたします。

※ご要望がある場合、女性職員が対応いたします。



富士交通株式会社

〒114-0005 東京都北区栄町 3-1
TEL.03-3913-1181 FAX.03-3913-1186



〒121-0813 東京都足立区竹の塚 7-12-1
TEL.03-3858-6666 FAX.03-3884-0604



君津モータースクール

〒299-1131 千葉県君津市下湯江 9-1
TEL.0439-50-1212 FAX.0439-50-1616



高崎モータースクール

〒370-0081 群馬県高崎市浜川町 1329-1
TEL.027-344-2411 FAX.027-344-2431



SHORINJI KEMPO
少林寺拳法



OZAKI

THERMSTOCK® 冬季修練用道衣

サーモストック® 道衣 (裏起毛・保温)

好評発売中!

ブラックラベルに比べ
約1.5倍
温かい
*Q-MAX数値計測

吸湿発熱・保温加工 KOLEDAN® 生地使用

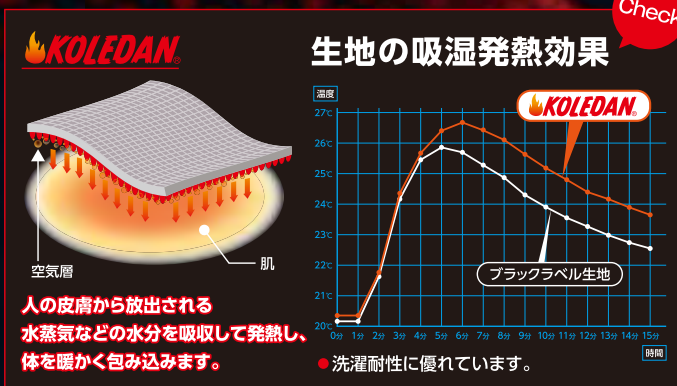
素材提供: shikibo



シキボウの発熱素材サーモストック®加工、更に裏起毛加工により保温力が向上します。

綿100%のブラックラベル生地をベースに 裏起毛加工&サーモストック®加工し、 柔らかく温かい着心地を実現!

ゴールドラベルと
同様のサイズ展開!
¥14,000(税込)~
[1号上下セット]



少林寺拳法オフィシャルサプライヤー

株式会社 オザキ

〒764-0016 香川県仲多度郡多度津町東浜7-4

ご注文は、インターネット・電話・FAXで

Tel.0877-33-3567 Fax. 0120-30-5860

www.ozaki-sk.co.jp

メールアドレス info@ozaki-sk.co.jp

少林寺拳法 オザキ

検索

OZAKI 公式Instagram

