

勤儉尚武 勤儉尚武

Vol.32

2012年2月

1月には、恒例の「大寒呼吸の行」という寒修行を行いました。今年は例年より寒い冬ですが、子供たちは元気にほぼ全員が参加してくれました。残念ながら、一般の方々は仕事が忙しくて時間の都合がつかない方が多かったように思われます。

寒修行というのは、いつもの稽古の最後に行う呼吸法を1時間行うものですが、普段の呼吸法と違うのは、上半身裸になり（女子は半そでのTシャツ着用）、窓を全開して、1時間静坐して行う点が違います。

上半身裸になるのは2つ理由があります。第一に、暖房のある部屋でぬくぬくと育っているのは、心が育たないからです。人生一寸先は何が起こるかわかりません。逆境に直面した時、困難に打ち勝つための強い心を育てるために、身体に苦痛を与えて心を鍛えるのです。第二に、世の中にはお金持ちもいれば貧しい人もいます。社会的地位の高い人もいれば低い人もいます。しかし、生まれたときは皆裸でした。裸になれば皆平等です。こんな時こそ、いろいろなしがらみや肩書を捨てて、我欲を捨て、子供も大人も一緒に心を鍛えるチャンスなのです。

特に、最近政府は子供は社会全体で育てようと言っております。大人の方も寒修行に参加して、将来を託せる子供たちを育てる一翼を担おうではありませんか。来年を期待しております。

【健康が最高の幸せ】

5月に昇段審査を受けられる方のために準段審査を昨年12月から行ってありますが、その際『勤儉尚武 vol.31』を読んで、感想文を提出していただいております。その中に大変感銘を受けたレポートがありました。どなたが書かれたかは文面からではご本人以外にはわかりませんので、皆さんで共有したいと思います。

勤儉尚武いつも楽しみに拝見させていただいています。

知人の妹さんが病に侵され、知人が病院に連れて行く途中に車の中から外の景色を見て普段だったらあまり思わないようなことでも感動し感激していたという話を聞いたことがあります。私の友達も病と闘っている方がいます。とても前向きで頼もしく、明るく時には逆にこちらが勇気をいただくことさえあります。身につまされます。私だったらとてもできません。些細なことでもよくよしたり落ち込んだりしていた自分が情けなくなります。

病だけでなく、いろいろな環境や境遇と闘っている人たちから見れば、何を情けないことを思っるとのと言われたりしそうです。自分は生かされているという当たり前の事に、感謝し喜びを感じながら前向きな気持ちでいかなければいけないと思います。思わなければ、罰が当たります。

今生かされている時間を大切に、有意義な人生を送りたいと思います。

これからもご指導よろしく申し上げます。
(引用)

天地より自分に与えられた無限の力を信じ、どの様な逆境も乗り越えてほしいと思います。

日常では、生活をするために、また経営を維持するためにお金が必要ですので、仕事をすることは当然です。しかし、必要以上に「欲する」のが人間ですが健康を害してはいくらお金があっても幸せにはなれません。幸せというのは心の中にあるものです。持っている物や住んでいる家やお金で決まるものではありません。財産はなくとも、健康でありさえすれば、考え次第で幸せになることは誰にでもできることです。心身の健康維持のために、週に1回以上は時間を見つけて、稽古に顔を出す努力を惜しまないでください。昇級・昇段審査は最も身近な目標ですが、それが終わるとモチベーションが下がる人がいます。更に高みを目指すことが修行なのです。そして、健康になることも大変大きな目標です。そのことが医療費の抑制にも

貢献できるのです。若い人たちが病気になるリスクは低いですが、若いころに心身を鍛え、その喜びを知っていれば、何かの事情で稽古から離れても復活する可能性はより高くなります。長い目で見て、今できることを一生懸命することが、将来の生き方につながると思います。

【食りをやめる】

人間には108の煩惱が有ると言われますが、除夜の鐘を108回衝くのは108の煩惱を滅するためと言われます。

$$(4 \times 9 + 8 \times 9 = 108)$$

シク ハツク

漢字では四苦八苦と書きますが、四苦とは通常、生老病死を指します。生まれる、老いる、病む、死ぬという、人間ならば誰でも避けて通れない宿命を、苦と捉えているわけです。この四苦に次の4つの苦が加わると「四苦八苦」と言いう言葉になります。

1. 愛別離苦

愛する人ともいつかは離別しなければならない

2. 怨憎会苦

イヤな奴や嫌いな人でも会わなくてはならない

3. 求不得苦

欲しいものが得られない

4. 五陰情苦

食欲や性欲が過ぎて自制が利かず心が乱れる

日常さまざまなことでも悩んだり、願いがかなえられなくて落ち込んだり、欲しいものが手に入らなくて不満を抱いたりして「四苦八苦」していませんか？その背景には必ず煩惱が有るのです。今、この世に生かされていることに感謝することを忘れてはならないと思います。

さて、煩惱の根源（人間の諸悪の根源）は次の3つと言われます。

1. 貪欲（とんよく）【どんよく】

2. 瞋恚（しんに・しんい）【怒り】

3. 痴（ち）【真理に対する無知の心】

これをあわせて三毒と呼びます。煩惱は、我執（自己中心の考え、それにもとづく事物への執着）から生じます。

まず、「貪」という字を分解すると、「今貝が欲しい」と読めます。貝は、貨幣の原型ですか

ら「今すぐお金が欲しい」となります。貪によく似た字で「貧」があります。これは「貝を分ける」と読めます。一つのを十に分けると十分の一になるから、これは貧しいけれど貪るよりはずっと健全です。

また、次の言葉を考えてみてください。

“欲深き人の心と雪は積もるほどに道を忘れる”

雪が降り積もってどこが道路だかわからなくなる、それと同じくどん欲だと正しい道が見えなくなるのです。

次に「怒り」というのはどこから来るのかというと、「おのれの心に背くことあらばすなわち怒る」というように、自分がこうだと思っていて、違うことをされると腹が立つものです。だから、「他人が何をして、何をしていないかを言っははいけない。自分が何をし、何をしていないかを考えるべき」です。

「戦場に出て千人の敵に勝つより、己一人に打ち克つ者こそ真のつわもの」といわれます。最も強いのは己の心に勝つことのできる人だということです。

私たちの合気道の教えには、これらの事が随所に盛り込まれています。その事を理解し、稽古を通して人格を磨いていって欲しいと思います。また、段位を取るということは、その事を実践して初めてその段位に値するものです。

『勤儉尚武 Vo.31』で「上質の酒のようにまろやかな人格を熟成したいものです」と述べましたが、次の言葉も参考にさせていただきたいと思います。

「春風（しゅんぷう）をもって人に接し、

秋霜（しゅうそう）をもって自

らをつつしむ」

春の風のように暖かい気持ちをもって人に接し、秋の霜のように厳しく自分を見つめよという意味です。この言葉は、吉田松陰など明治維新の原動力となった若者たちの師である江戸時代の儒学者佐藤一斎の有名な言葉です。

現在の日本では、人間関係が希薄に感じられたり、時には相手の気持ちを踏みにじるような言葉を浴びせられたりすることがよくあります。心の修行をしている私たちは、佐藤一斎のこの言葉のような生き方ができるように努めなければならないと思います。自らがそのような生きざまを示すことによって、周囲も少しずつ感化されることを期待しています。

【弟子は師の半芸】

どの武道や芸道でも、師から技を盗み、磨き、自らの技法を高めていかなければなりません。しかし、どんなに師の技を盗んだとしても、師匠の半分しか到達できないということです。何故なら、師匠の人生と弟子の人生は全く異なる人生で、異なる影響を受けているからです。武道や芸道は人生そのものなのです。

では、孫弟子たちは四分の一かといえばそうではないのです。残りの半分は他の師匠に習ったり、自分で磨き、工夫して何とか一にするのです。

私たちの合気道は私の師である藤平光一先生に教わった合気道が基本です。先生は、お若いころに合気道開祖植芝盛平翁に支持され、現合気会本部の師範部長を務められました。故あって会を離れることになり、(財) 氣の研究会を設立されましたが、心身統一合気道と命名され、多くの人々に多大なる影響を与えられました。そこには、合気道と同時に先生がお若い頃修行された中村天風先生と山岡鉄舟の高弟小倉鉄樹先生の禊、更に先生が愛読された『菜根譚』『言志四録』など多くの書物からの影響があります。これで開祖の合気道とは一味違う合気道になったのです。

現在私がお仕えしている大島先生も藤平光一先生の内弟子をされたのですが、弟子たちの体型や文化の異なる海外での生活が長く、人生経験の内容も異なるゆえ、藤平光一先生の合気道とはまた一味違う合気道になりました。

また、2010年に松阪で開催しました『合気道フレンドシップセミナー』にお招きした、合気道唯心会会長の丸山維敏先生は藤平光一先生の(財) 氣の研究会二代目会長をされた方

ですが、故あって会を離れられ、合気道唯心会を設立されました。丸山先生は10年間禅寺で修行されたこともあって、やはり藤平光一先生とは一味違う合気道になりました。ここで12年前に地獄の境遇から私を救ってくれた合気道唯心会の会員心得をご紹介します。禅の思想と中村天風先生の教えが融合したものだと思います。

吾れとは 心である

心に善いことを思えば、善いことが起きる。

心に悪いことを思えば、悪いことが起きる。

故に たとえ身に病ありといえども、

心まで病ますまい。

たとえ運命に 非なるものありといえども、

心まで悩ますまい。

常に 心に思うことは

「よろこび」と「感謝」と「希望」である。

そして「明るい」「楽天的な」心をもって

今日一日を生き抜こう。

大丈夫！なんとかなる。

私も師の半芸です。不足を補って、何とか「一」にするため、日々精進しております。皆さんも大島先生や私から技を盗みながら、技と人格を磨いて、更に不足を補う何かを見つけてください。

【本部道場】

第12回順心会合気道発表会のプログラムでもご紹介しましたが、この度私の母の酒店を改装しました。6月に完成予定ですが、ここに会員が老弱男女を問わず集える場所にするという思いで決断しました。稽古はそれぞれの教室で行いますが、この店で様々な行事を企画し、交流を深め、お互いを高めていく、また助け合える仲間づくりをすることができる場所にすることを目指しています。

本部道場建設には莫大な費用が必要ですので、私には不可能です。そこで、ここを私たちの「本部道場」と位置づけをしたいと思います。

稽古日程表に「飲み会」「ワイン会」などの文字をご覧になったと思いますが、これからはお酒を伴わない行事も企画する予定です。順心

会の発展のために、皆様のご協力を賜りますことを心よりお願い申し上げます。

【お知らせ】

3月17日（土）・18日（日）：集中稽古

5月3日（木）～5日（土）：昇段審査

審査を受けない方も大島先生から直接指導を受けることができる年に一度のチャンスです。ぜひ参加してください。

昇段審査を受験される方をお願いします。

昇段審査にレポートが課題となっております。

以下の規定をお願いします。

【順心会合氣道】

すべての段位に共通です。

この『勤儉尚武 vol.3 2』を読んで、感想をお書きください。

A4サイズ 1ページ以上

文字サイズは12ポイント

【弘道会合氣道】

それぞれの段位の課題に則したレポートをお書きください。

初段：「合氣道」

弐段：「稽古」「審査」「合宿」「演武」

参段：「日常生活における合氣道」

四段：「修行」「指導」「合氣道の未来」

インストラクター：「弘道会合氣道」

A4サイズ 1ページ以上

文字サイズは12ポイント

提出期限は平成23年3月25日です。弘道会合氣道用のレポートは、米国に郵送しますので、期限を厳守してください。

よろしく申し上げます。

平成24年2月

順心会合氣道師範 橋本順武