

入門の動機はそれぞれ 門信徒の数だけ喜びや成長があります。

小学生

- ★学校以外の友達が増えたい、先生や友達に会えるのが楽しみ。
- ★最初は親に連れられてきたけど、皆が声をかけてくれてすぐに溶け込めた。
- ★人前に出るのがいやだったけど、好きになった。
- ★大きな声であいさつできるようになった。
- ★先に始めた〇〇君のようにかっこよくなりたい。
- ★中学生になっても続けたい。
- ★弟や妹とも仲良くできるようになった。
- ★2年生の時はいじめられていたけど、3年生になっていじめられなくなった。いじめてきた子とも仲良くなれた。



中学生・高校生

- ★塾や部活との両立が大変だけど、その大変さがまたいい。
- ★ついつい休まず来てしまう。(笑)
- ★色々な教えや技が学べるだけでなく、後輩の指導など責任を持たせてくれるのがいい。
- ★同じことがんばる仲間がいるから続けられる。
- ★学校のことや恋愛のことで相談できる仲間がいる。
- ★親友と呼べる友達ができたら。
- ★中学に入ってしばらく道院に行っていなかった。高校生になってまた通い始めましたが、皆が前と変わらず迎えてくれたことが嬉しかった。
- ★大人の人達と一緒に練習できるのが楽しい。



20代~30代

私は高校で先輩方の演武に惹かれて、少林寺拳法を始めました。大学でも続けましたが、就職をしてしばらくは、忙しくて休眠をしていました。ある日、高校の後輩から誘われたのをきっかけに、もう一度少林寺拳法をやりたいと思い、地元で道院で修練を再開しました。道院では様々な年代の人と楽しく交流しながら、技術を深めていくという魅力があります。運動をする習慣が付いたので、ただ仕事をしている時に比べて健康になっている実感があります。また、子どもと関わる仕事をしているのですが、道院の子どもたちと修練していることが、仕事の質にも良い影響を与えています。

40代~50代

4歳の娘とともに道院に通っています。娘のけが防止のために、そして私も体を動かしたいと思ったのがきっかけです。無理なトレーニングもなく、女の子にとってやりやすいところが魅力ですね。親子で始めて良かったことは、まずスキンシップの機会が増えたことです。道院だけでなく、家でも練習することで、身体に触れながらコミュニケーションを取ることができます。共通の話題ができたことで、親子関係も良好です。少林寺拳法のおかげで、娘の姿勢が良くなり、「同じ年の子どもたちに比べて落ち着いているね」と言われるようになりました。私自身も、身体が動くようになったのを実感しています。娘とともに、長く続けたいと思っています。

60代~

医者から「何か運動をしたらどうでしょう」と勧められ、職場の人の紹介で67歳の時に少林寺拳法を始めました。ジムに通うことや、ランニング、水泳はなかなか続けられなかったのですが、少林寺拳法はやればやるほど身体が変化していき、できる技がどんどん増えていくので面白く、いつの間にか71歳になる今まで続けていました。家族も健康に良いことだからと応援してくれています。入門してからは、何でも地道にコツコツと、あきらめないでやるようになり、仕事でも役に立っていると感じます。もうすぐ初段を受験しますが、黒帯を取るだけで満足せず、三段になることを目指して、修行に励みたいと思っています。

新型コロナウイルスで、修練がないときでも、近況を心配して道院長さんから声をかけてくれていました。孤独を感じないのが嬉しいです。

子どもたちの元気な声を聞くと元気がもらえます。身体は昔のように動かなくても自分なりの楽しみ方ができて、人生に張り合いが持てました。

初段、20年ぶりの復帰です。仕事でなかなか行けない日があっても道院へ行くと道院長や誰かがいる、そんな繋がりが嬉しいです。

見習いです。仕事や家庭が落ち着き、自分の時間ができたので道院へ見に行ったら、老若男女ごちゃ混ぜで楽しそうと思ったが、やってみてやっぱり楽しい。道院長の「自分なりの楽しみ方でいいです」の言葉は救われました。

若いころに比べて体力は落ちましたが「若いもんには負けん」という気持ちになれます。

気分転換。嫌なことがあっても忘れられる。とにかく楽しいです。

自分が元気になったこと、自分の時間が持てるようになったことで、夫婦関係が良くなった。(笑)

色々な年齢の人たち、職業の人たち、色々な価値観に触れることができてクヨクヨしなくなった。

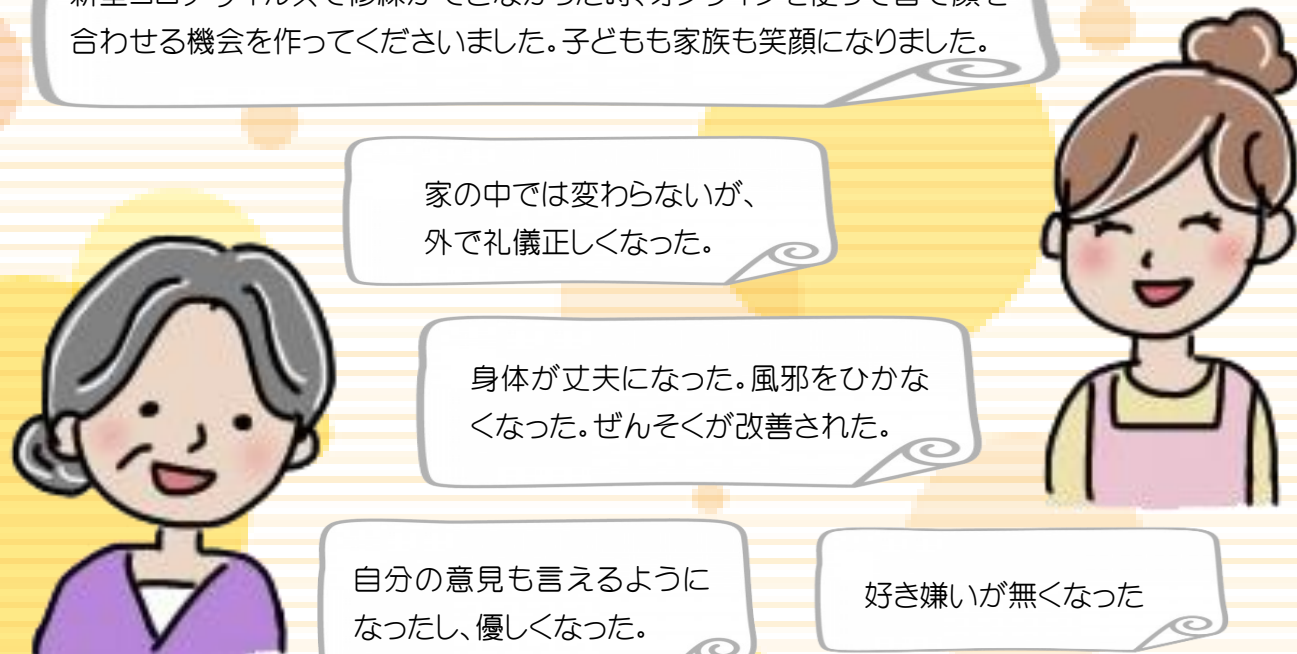


4歳と6歳の子供が入門したばかりの母親です。「少林寺拳法」と聞いて初めは、「難しそう」「厳しそう」と親子揃って少し緊張しながら体験に参加しました。そこで驚いたのが、皆さんの礼儀正しさと、修練が始まると同時にガラッと変わる真剣な表情と気合いの凄さでした。正直、幼いわが子にできるか心配でしたが、意外にも子供たちの目はキラキラと輝いていて、先生や年上の皆さんが優しく手を引いてくれるので、すぐに慣れることができました。子供たちは修練をとて楽しんでいて、道衣を着るとキリッと引き締まった顔になり、やる気に満ち溢れています。これから子供たちがどんな風に成長していくのか楽しみです。

息子が思春期を迎えた頃、親の意見に反発してばかりしていたことがありました。しかし、道院長や先輩の言葉は素直に聞いてくれていたので、先生に頼ってしまう事も多かったように思います。時には叱ってくれたり、時にはとことん話を聞いてくれ、その頃、道院の存在が本当にありがたかったのを思い出します。幼い頃から入門し、子育ての節目節目に手を差し伸べてくれていた道院の存在は大きく、本当に感謝しています。今、息子は社会人になり、そして父親になりました。

娘が少林寺拳法を始めて一番良かった点は、集中力が身に付いたことです。人と競うのではなく、自分自身の修練が必要な少林寺拳法だからこそ集中力が育まれたと思います。これまで一生懸命何かに取り組んだ経験はありませんでしたが、少林寺拳法を始めてからは向上心が芽生え、うまくなりたいうようになったようです。また、勉強や友達とのコミュニケーションまで良い影響があり、楽しめることをする大切さを親も学んでいます。

新型コロナウイルスで修練ができなかった時、オンラインを使って皆で顔を合わせる機会を作ってくださいました。子どもも家族も笑顔になりました。



家の中では変わらないが、外で礼儀正しくなった。

身体が丈夫になった。風邪をひかなくなった。ぜんそくが改善された。

自分の意見も言えるようになったし、優しくなった。

好き嫌いが無くなった

