

少林寺拳法は、身心共に健全で、頼れる自	身に付けることが出来ます。	身錬胆「精神修養」「健康増進」の三徳を	修行により、心と体を鍛えることで、「護	一の目的は本当に強い人間になることです。	ことが目的ではあります。少林寺拳法の第	仲間と共に向上することなので、勝負に勝つ	れることもありますが、大切なのは修練する	そのため、単なるスポーツのようには考えら	頃の修練の成果を発表する大会はあります。	のようには試合はありません。そのかわり、日	て始められた日本武道ですが、剣道や柔道	少林寺拳法は開祖である宗道臣先生が考え	士全員で行います。	強したりしています。ほかにも作務を必ず拳	拳法の事やどんな人間になるべきかなどを勉	く、鎮魂行で経典を唱えたり、学科で少林寺	少林寺拳法の道場では、技を学ぶだけな			少林寺拳法って何だろう
---------------------	---------------	---------------------	---------------------	----------------------	---------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	-----------------------	---------------------	---------------------	-----------	----------------------	----------------------	----------------------	--------------------	--	--	-------------

[illegible]

		た	が	相		れ	協	ら		練	の	ど	場		あ	り	あ				組
		い	ら	手	僕	も	調	、	そ	す	加	ん	合	少	る	ま	り	少			手
		で	修	の	は	組	性	修	し	る	減	な	は	林	と	す	ま	林			主
		す	練	事	こ	手	を	練	て	こ	な	タ	必	寺	い	が	す	寺			体
		。	を	を	れ	主	養	す	、	と	ど	イ	ず	拳	う	、	。	法			
			し	き	か	体	い	二	少	が	を	ミ	相	法	こ	二	基	の			
			て	ち	ら	の	、	人	林	最	身	ン	手	は	と	人	本	特			
			技	ん	も	良	人	で	寺	も	に	グ	が	護	で	一	な	徴			
			が	と	組	い	格	互	拳	良	つ	で	い	身	修	組	ど	の			
			上	考	手	と	の	い	法	い	け	技	ま	の	練	で	一	一			
			達	え	主	こ	向	協	は	か	る	を	す	技	す	修	人	つ			
			で	て	体	ろ	上	力	人	で	に	使	。	術	る	練	で	一			
			き	、	の	で	を	し	づ	す	は	え	動	で	こ	す	修	つ			
			る	友	意	す	目	合	く		、	ば	く	す	と	練	練	に			
			よ	達	味		指	い	り		二	よ	相	が	こ	す	す	「			
			う	と	を		し	な	の		人	い	手	、	と	る	る	組			
			に	協	忘		ま	が	行		一	か	に	技	が	こ	こ	手			
			頑	力	れ		す	ら	で		組	や	対	を	原	と	と	主			
			張	し	ず		。		す		で	、	し	使	則	も	も	体			
			り	な	、		こ		か		修	力	て	う	で	あ	あ	「			
																	が				

来	回	も		二、		ま	れ	痛	で		一、		う	注	み	っ			
る	の	、	突			す	ま	い	は	当			に	意	や	て	当		
適	動	届	き	当		。	す	部	な	身	急		な	し	た	突	身		
切	作	い	や	身			。	分	く	は	所		り	て	ら	いた	と		
な	で	て	蹴	の			最	に	、	初	の		ま	行	に	たり	は		
間	相	い	り	間			初	正	「	は	位		。	う	行	蹴	、		
合	手	な	を	合			は	確	急	正	置			こ	う	っ	技		
い	に	け	正				は	に	所	し				と	の	た	の		
が	有	れ	し				正	当	」	く				で	で	り	中		
大	効	ば	く				し	て	と	急				、	は	す	で		
切	な	意	急				く	こ	言	所				正	な	る	拳		
で	当	味	所				急	と	わ	に				し	く	こ	や		
す	身	が	に				所	で	れ	当				い	、	と	ひ		
	を	あ	当				に	、	る	て				当	次	で	じ		
	行	り	て				当	効	当	も				身	の	す	、		
	う	ま	た				て	果	た	い				が	五	が	足		
	こ	せ	つ				る	が	る	い				で	つ	、	な		
	と	ん	も				と	生	と	わ				き	の	む	ど		
	が	。	り				特	ま	特	け				る	事	や	を		
	出	一	で				し		に					よ	に		使		

修	で			分	す	す		五、		い	争	も		四、		有	に		三、
練	す	以		が	。	。	体			速	い	の	少			効	よ	急	
を	。	上		「	相	反	に	当		度	を	で	林	当		な	っ	所	当
行	一	の		実	手	対	力	身		で	止	は	寺	身		角	て	は	身
い	つ	五		」	が	に	が	の		当	め	なく	拳	の		度	効	体	の
ま	ひ	つ		で	「	ス	満	虚		身	る	、	法	速		で	く	の	角
す	と	が		当	実	キ	ち	実		を	も	相	の	度		当	角	色	度
	つ	当		身	」	が	て			行	の	手	技		身	身	度	々	
	が	身		を	で	あ	い			え	で	の	は		を	を	と	な	
	欠	を		行	は	る	状			ば	。	戦	相		す	る	効	部	
	け	行		う	なく	状	態			効	強	う	手		こ	こ	か	分	
	る	う		こ	、	態	を			果	い	気	の		と	と	ない	に	
	こ	た		と	「	を	「			が	力	持	体		も	も	角	あ	
	との	め		が	虚	「	実			出	が	ち	を		大	大	度	り	
	無	に		大	」	と	」			ま	なく	を	壊		切	切	が	ま	
	い	必		切	の	言	と			す	て	失	し		で	で	あ	す	
	よう	要		で	時	い	言				も	わ	ま		す	。	り	、	
	に	素		。	自	ま	い				速	せ	す				ま	急	
							ま										す	所	

、

。