

あなたとFUJIを見つめるLIVE MAGAZINE
2008.NOVEMBER

Face to Face

「フェイス対フェイス」
笑顔でつなぐコミュニケーション

望月さん 武士道とは何ですか？

静岡県剣道連盟 専務理事
剣道教士八段 **望月照夫**

お気に入り SHOP

FUJI

で見つけた素敵なお店

GOURMET

グルメ

なお店がたくさんあります

ユニー富士吉原店

働く女性は輝いていました

Book information

読書の秋ですね お薦めの本がありますよ

Smile3

石川さんのご家族を紹介します

Happy present

ゆらぎの里 入浴チケット



剣道 教士 八段

望月 照夫 もちづきてるお

富士市大淵在住 62歳

ステンレス・アルミ・チタンといった非鉄金属の溶接継ぎ手メーカー、富士アセチレン工業(株)専務取締役。剣道は54年のキャリアをもち、現在は静岡県剣道連盟専務理事、富士市剣道連盟副会長を務める。剣道の指導にあたる他、国際的な活動や、富士市に武道場をつくる活動などその活躍の幅は広い。



「如富士 — ごとしふじ —

みんななろう(3776)富士山のように

「武士道とは相手を尊重し敬うもの。ですから日本武道は礼に始まり礼に終わります。昨今の剣道をはじめ柔道や相撲など日本の国技では武士道精神よりも勝負を選ぶ傾向があります。よく見かけるのが勝利したときにガッツポーズする光景。しかもまだ終わりの礼をする前にポーズをとるなど本当に残念です。相手の選手に対して大変失礼な行為だと思います。勝負の世界なので勝つことも目的の一つですが、勝ち負けよりも本当に大切なものがあります。勝負は相手がいるから出来るものであり、相手なくして勝負はできません。剣を交え相手に打たせてもらった、また相手から打ってもらった、教えてもらった、と勝負してくれた相手を尊重し敬いおかげ様と感謝をする気持ち忘れてはいけないと常々指導しております。私が教えた剣道はまさに武士道精神なのです。」

望月さんのもつ教士号とは、武芸者優遇を目的として制定された称号で、最高位の範士号とともに制定された称号である。八段は、剣道の奥義に通暁、成熟し、技倆円熟なる者とされ、七段受有後10年以上修業し、全日本剣道連盟の選考を経て、会長より推薦された者のみなることができる。年に2回ある審査には1400人ほどが受けにきて合格する人は、10人から15人。実に合格率は1%程度になるそうだ。

望月さんは国内のみならず、世界にも剣道を発展させようと、尽力を尽くしている方。海外からの剣士を富士市に招き稽古をつけ、日本の文化、礼儀、武士道を伝えている。今年の12月にはイタリアから要請を受けて、現地の剣士の指導にも行くそうだ。「剣道は『気剣体一致』で初めて1本となります。剣の打つ箇所、姿勢、声『気』全てが揃わなくては1本になりません。勝負を重視する現代の剣道には、この『気』が足りないと思います。今、非常に悲しいことは、この武士道精神を日本人より海外の剣士のほうが重んじていることです。特にヨーロッパでは柔道の競技人口が日本より多いと聞いています。世界から注目を受けている武士道の精神文化を、もつと我々日本人は誇りに思い、重要視してほしいと思っています。」

望月さんの座右の銘「如富士」は、幕末の剣豪「山岡鉄舟」(1836-1888)が三島の龍沢寺で修行し、大悟をした際に詠った詩「晴れてよし 曇りてもよし 富士の山 もとの姿は 変わらざりけり」に感銘をうけたことから思いついたそうだ。龍沢寺は「白隠 慧鶴」(1686-1769)が1763年に開山した寺。白隠は五百年に一人の名僧とまで言われ「駿河には過ぎたるものが二つあり 富士のお山と原の白隠」などと謳われた。この白隠が初めて世に広めたという「丹田呼吸法」。この呼吸法を望月さんは推奨している。「丹田呼吸法は心身をリラックスさせるだけでなく血のめぐりをよくし、体を元気にすることが出来ます。幸せな気分になれます。忙しき現代で忘れられている武士道精神。もう一度、ゆっくりと考えてみたいものだ」



YAUKO
～やうこ～

Fuji 2008

みんなでつくるコンサート

12月17日(水) ロゼシアター

今回のコンサートは、私の生まれ故郷である富士の方たちに、生の「やうこを知ってもらいたいという願いで企画しました。地元の応援者の方たちにもご協力いただき、みんなで作りあげたいと思っています。必ず「来てよかった」と思っただけのコンサートにします!



やうこ最新アルバム

Pink or Black

¥2,800 (税込) 全作詞・作曲:やうこ

富士市出身のアーティスト「やうこ」。現在、日本のみならず世界に活躍の場を広げている。アルバム収録曲である「アジアの花」が有線インディーズチャートで4位にランクイン。独創的な世界観を表現した音楽は「生きる」ことへの強いメッセージを訴えている。



やうこ携帯ファンサイトオープン!

もっとやうこのことを知ろう
最新の情報やメルマガが届くよ

PC HP <http://www.yauko.com/>

やうこコンサート

日時: 2008年12月17日(水)

会場: ロゼシアター 小ホール

入場料: 3,000円

開場: 18:30

開演: 19:00

主催: やうこコンサート実行委員

問合せ先: アドイズム 0545-38-0088



毎週木曜日は望月さんの指導を受けたいと志願する有段者の方たちが集まる。

中村 彰斗 富士市大野新田在住
なかむら あきと



電機関係の商社に勤務する営業マン。映画鑑賞が趣味で、よく行くレストランは「ボーイズ」(富士市厚原)。15年ほどのキャリアを持つ、剣道二筋の男性だ。

「近所に住む剣道の先生に誘われ始めました。今では先輩や後輩が多くでき、仲間同士で飲みに行ったりもします。先輩に礼儀などを教えていただき、社会人になつてから役立っています。冬の寒稽古では、何ごとも最後まで諦めない、我慢してやり抜くことを学びました。今後は更に練習を積み、皆から信頼される大人になれるよう努力していきたいです。」

丹田呼吸法とは

「丹田呼吸法」は、お釈迦様が心身を丈夫にされ、悟りを開くもとなった呼吸法です。当時としてはかなりの長寿である80歳で亡くなるまで、この呼吸法を続けられたといわれています。

丹田呼吸法は、深い呼吸と同時に、内臓の血行、体の血行をよくします。さらに体の中心線の表と裏にあるツボにも、直接的あるいは間接的に刺激を与え、ツボを活性化するものです。

丹田とはだいたいおへそから握りこぶし程度下がった所です。この丹田部分に軽く両手を添えて丹田を意識しながら呼吸するのです。姿勢は立ってでも座ってでもどちらでもかまいません。最初は口を尖らせてこの丹田からしほり出すような気持ちでゆっくりと息を吐きます。息を吐き出すにつれてお腹が凹み腹筋が少し固くなって来ます。お腹と背中をくっ付ける気持ちでゆっくりと最後まで息を吐き切ります。次に息を吸う時は添えた手を軽く意識しながら丹田を膨らませるようにして、鼻からゆっくり大きく吸い込みます。丹田呼吸法とはこれの繰り返しですが、息を吸う時はどうしても身体に力が入りがちなので肩の力をストンと抜いて、リラックスして行うのがコツです。少し慣れてくると両手を腰にやって意識だけを丹田に持っていくやり方も良いのです。この場合は息を吐く時に少し腰を垂直に落とすと丹田に力がほどよく入り、より効果的です。現代人は忙しく、なかなか時間がとれませんが、パソコンに向かいながらなど、工夫をしているうちにうまくいくようになり、効果も出てきます。

中学2年生の息子さんをもつ保科さん。仕事と主婦を両立しながら稽古に励む。

「どんなスポーツをしても長続きしなかった息子でしたが、小学3年生のときに剣道を始め、率先して自分から行くようになりました。その姿を見て興味を持ち、私も剣道を始めました。今では息子と励まし合い頑張っています。親子の関係も剣道を始め、変わったと思いますね。たまに、言葉がなくても相手の気持ちが解りすぎるくらい、通じるときがあります。これからも一緒に切磋琢磨していく仲間として、共に頑張っていきたいです。」



保科 俊子 富士市元町在住
ほしな としこ

竹刀を打つ音
床を踏みつける足音
気合いを入れる声
迫力のある
練習風景に圧倒される



クローズ
アップ フジ

CLOSE-UP Fuji

Information (連絡先)

0545-35-1247 (望月)