

——人類の健康と幸せに多大な貢献「少林寺気功」——

嵩山少林寺の釋永信館長、全日本少林寺気功協會の秦西平
会長が「少林寺気功」の使命、役割、未来について語る



釋永信館長（右）と秦西平会長

このほど嵩山少林寺の釋永信管長が来日した。そこで2月16日夜、ホテルニューオータニーで全日本少林寺気功協會の秦西平（釋延平）会長と対談、少林寺気功の使命、役割、未来などについて語っていただいた。

秦西平会長：「少林寺気功」は長い歴史がありますね。

釋永信館長：「少林寺気功」とは現在の言い方ですが、昔は「少林寺内功」と言いました。少林寺武術の特に高いレベルになると、必ず「内功」で支えなければなりません。1500年の昔から「少林寺功夫」とともに「内功」としてあるのです。

一般に皆さんがよく知っている易筋経・洗髓経は達磨大師から伝えられたと言われています。また、少林寺七十二芸は少林寺の代表の形であります。外部（肉体）と内部（心）の訓練が同時に行われます。

秦西平会長：「少林寺気功」は少林寺功夫や禅の修行にどのような役割（立場）を果たしていますか？

釋永信館長：先ほどお話しした通り、武術の最高の状態は「禅」の修行です。しかし、「禅」の修行とは、「心」のことです。“心を絶つ”ための手法です。一方、武術は“肉体の動作”になります。心と肉体をつなぐということは、たとえば、心の力を肉体に与えるということになります。その場合、そこにすべて「気」が通ります。



釋永信館長の元に駆け付けた少林寺気功の関係者

秦西平会長：中国のどの流派でも、外練（「筋肉」「骨」「皮」）、そして内練（「精」「気」「神」）を重視しています。これを実現するため少林寺の“六合”即ち外三合と内三合があります。外三合は手と足、肘と膝、肩と股関節の3つを合わせます。

内三合は、「心」から「意」に合わせる、「意」から「気」に合わせる、「気」は「力」と

合わせるとというのが少林寺の内三合であります。これが最高の精神のレベルになりますね。

釋永信館長：そうです。武術の最高の状態は精神が大きな役割を果たします。しかし、つながるためには「気」が大切になります。

秦西平会長：「少林寺気功」の現状についてお聞かせください。

釋永信館長：「少林寺気功」の現状ですが、少林寺功夫、あるいは「禅」として世界に広まっています。特に武術については、映画などでよく浸透しています。また、「禅」も「武」も歴史がありますから、皆さんはよくご存知ですね。

昔はやはり「気」について理解している人が少なかった。それを外部に伝えるとなるとさらに少ない。しかし、現代になると「禅」と「武」の広がりにより、「少林寺気功」も広く認知され、世界へと大きく広がりつつあります。

特に現代社会における「少林寺気功」は、「武」と「禅」と同時に人類の「健康」に大いに役立っています。特に先進国では「健康」に対する関心が高まっています。当然、どのような方法で「健康」になるか、さまざまな角度から模索しています。「健康」は人類の永遠のテーマです。そこで「少林寺健康法」も今後は世界に大いに普及していくでしょう。



秦西平会長のご家族と記念写真

秦西平会長：確かにそうですね。「少林寺気功」は昔、内功で武術と禅の修行だけでしたが、

次第に独立したシステムとして中国国内にとどまらず、日本にも広まってきました。これまで開催してきました「世界大会」でも「少林寺気功」は、すでにブランド価値を大いに高め、多くの方に認知されています。特に東京で開催される少林寺健康世界大会における「少林寺気功」は、さまざまな健康法（気功法）の中にブランド価値をしっかりと確立。気功界で揺るぎない存在感を放っています。世界大会を主催して大いに顕彰してきたことが何よりの証左です。

秦西平会長：「少林寺気功」の将来について伺います。今後、世界からどのように注目をされていきますか？

釋永信館長：今後、平和な時代が続いていくと、人々は精神と身体の健康をますます強く意識、または向上させようとしています。少林寺は1500年の歴史がありますから、「禅」と「武」を基礎（土台）として、少林寺の気功法は昔のように「武」の達人のための練習や、「禅」の修行の手段だけでなく、健康法や能力開発として大きな役割を果たしていくでしょう。「少林寺気功」はまさに現代人の修行法として大きな期待を背負っていきます。とても明るい未来が広がっています。「少林寺気功」は社会で不可欠な存在として、その地位を確固たるものにするでしょう。

秦西平会長：そうですね。そのためにも全日本少林寺気功協会は25年間で1000名の指導員、気功師、高級気功師、師範を育ててきました。昨年秋に東京で「第5回世界健康気功武術大会」を開催し、「少林寺気功」の素晴らしさを日本から世界に発信しました。世界のさまざまな健康法の中に「少林寺気功」はしっかりと根を下ろしています。老若男女、年齢問わず、最も効果的な「健康法」として高く評価されています。今後もより一層、人類の健康と幸せに貢献していきたいと決意しているところです。

【無料指導員コース説明会】全日本少林寺気功協会：0362738889 メール info@shaolin-temple.jp

（特約記者：篠原功）