

私の指導法

【第二十三回】 合気道八段

小林保雄

『一人でも多くの人に合気道を』



最初は分かりやすく
あとは見守ること
技は繰り返し返し行えば
誰でも上手くなる

段々に 段をのぼれば 段々の

段は段々 険しかりけり

段々に 願いをかけて 段々の

段々高き 段にのぼらむ

この言葉は草地区貞吾氏（元関東軍参謀、元全日本銃剣道連盟会長）の書かれた「段位私考」の中にあつた言葉です。私はこの言葉が好きで皆さんに話すので、合気道小林道場の会員で詩吟の指導者が節を付けて吟じてくれるようになりました。

稽古は人と人の触れ合い、交流から始まります。特に合気道は「技の上で勝ち、負け」がありません。合気道創始者・植芝盛平翁先生の提唱する「万有愛護」「正勝、吾勝」の実践です。全てのものを慈しみ、人間の持つ争いの心をなくし、与えられた自己の使命に打ち勝ち、正しいことを行うことです。私はこの気持ち大切にしながら日々の修行に励んでいます。

私の経歴

生い立ち

私は昭和11年（1936）9

月に東京都千代田区九段で生まれました。靖国通りを武道館の方に曲がらずに登り切った所から3軒目の家です。「先生、今何段ですか」とよく聞かれますが、「生まれた時から九段の上よ」と冗談をよく言っています。私は8人兄弟姉妹の五男です。戦前から父は米屋「村田屋」を開業していました。私が生まれる頃には、近衛師団の米も扱う東京でも指折り数える米屋になっており、子供たち一人一人に「乳母」や「女中」が付く生活でした。

このような恵まれた環境が一変したのは戦争です。日米開戦と共に米は配給制になり、商売ができなくなりました。通って

いた「千代田区富士見国民学校」も東京大空襲で焼けて、山梨県富士吉田に小学校ごと集団疎開に行かされました。

やがて、終戦と同時に、父は九段で新しく雑貨屋を始めましたが、家族が多いので雑貨屋だけでは生活できず、昔の米屋の経験を生かして、闇米を扱うようになりました。父は私を連れて大宮駅や赤羽駅に行き、闇米を買い入れて九段の雑貨屋で売りました。大宮駅や赤羽駅での闇米の売買は情報が何より重要です。戦後直ぐですので電話はない時代です。父が如何に米を安く買うかの手伝いをしました。11、12歳でしたが、父がいない時は大人に交じって闇取引をしました。子供ながら段々と商売の駆け引きを覚えました。父はそのような商売のかたわら、焼け野原になった東京で誰

も見向きもせずに打ち捨てられていた銅版の屋根板や雨樋あまどいを拾ってきても、家の周りに溜めて積み上げていました。そんな中、昭和25年（1950）6月25日、朝鮮動乱が勃発しました。米軍・国連軍の補給基地となった日本の工場は一気に活気づく

と共に、鉄、アルミ、銅などの値段は高騰しました。俗に言う金偏景気かねへんです。父はその銅版を売却し、家を建て替え、商売を拡充しました。生活は急に楽になりました。さすがに戦前、米相場で勝ち抜いて一代で財を築いただけあり、その相場感覚は衰えていませんでした。

合気道入門の動機

私は、闇米を扱っていた11歳の頃に、柔道を習い始めました。初めは、麹町警察に習いに行きました。皆から遅れての入門

でしたが、皆から遅れての入門だったので、指導警察官が私だけ別に受け身から教えるのが面倒だったらしく、「お前は才能

プロフィール

昭和11年（1936）9月20日生
76歳 東京都出身
都立一橋高等学校を経て、昭和30年4月、明治大学工学部入学。大学在学中に合気道部を創設し、学生合気道連盟結成にも尽力する。

昭和34年4月より合気道本部道場指導部員となり、本部道場のほか、防衛庁（現防衛省）、NHK、国宝社、米軍朝霞基地、明治大学、東洋大学、埼玉大学、東京経済大学合気道部で指導。

昭和44年、東京都小平市に合気道小林道場を開設。47年、本部指導部員を辞任。以後、小林道場にて多くの指導部員を養成、東京郊外の三多摩、埼玉県、神奈川県、千葉県を中心に稽古場を開設する。海外各国にも合気道の普及を図る。

現在、合気道小林道場総師範、明治大学体育会合気道部名誉監督、埼玉大学合気道部名誉師範、東京経済大学合気道部名誉師範。

合気道八段。

▼主な受章歴

日本武道協議会・武道優良団体表彰（昭和61年度）
日本武道協議会・武道功労章

（平成16年度）

がないから帰れ」と言われ、泣きながら帰ったのを覚えていません。ここで終わっていたら現在の私はなかったと思います。父（は）「講道館が水道橋駅前（当時）にあるから習いに行きなさい」と教えてくれました。子供の足でも歩いて20分もあれば行けます。私は講道館の子供クラスに入門し、暇がある限り講道館に通いました。

麹町中学校、一橋高校と私は勉強より柔道の稽古に熱中し、講道館に通い続けました。その講道館で居合道連盟会長の壇崎友彰師範のご子息と友達になりました。高校3年生の秋に壇崎君から、不思議な武道があるから見学に行こうと誘われました。それが合気道でした。

当時は合気道本部道場といっても木造の塀は倒れかけていて、道場内の畳は擦り切れてボロボロで、薄暗い灯りで10名ぐらいたちが投げたり投げ合ったりしていました。柔道をしていましたので簡単に人が倒れ

るはずがないと不思議に思いました。指導されていたのは多田宏師範でした。私たちに話しかける訳でもなく、黙々と稽古されています。私たちが帰り掛けると、「気に入ったら来なさい」の一言でした。この一言が私の人生を変えるとは思ってもありませんでした。

その後も柔道を続けていましたが、合気道が不思議と気に入っていました。そして、「気に入ったら来なさい」との言葉を思い出し、大学に入学した昭和30年（1955）4月末に合気道本部道場に入りました。

当時はまだ植芝吉祥丸先生が証券会社に勤めていたために、本部道場の稽古は、朝6時30分〜7時30分と18時30分〜19時30分のみでした。私は柔道を止める気はなかったので朝に合気道を学び、夜は柔道を稽古しました。

合気道本部道場に入門して間もなく、道場に小柄なあごひげ

をはやした老人が突然現れて指導されました。そして、私には分からない古事記や神様の話をされたこの方が、合気道を創始された植芝盛平翁先生だと知らされました。

合気道本部道場

場と稽古にいられた方々は年齢層や職業も幅広く、社会経験も豊富な人々です。自分に持っていない教養や知識を兼ね備えた人々でした。住み込みの内弟子たちは個性豊かで、この人たちと一緒に稽古し、仲間になるにしたがって、合気道に一段と惹かれていきました。いつの間にか、講道館には通わなくなり、合気道一筋の道を歩み出して行きました。

合気道本部道場の朝稽古に来ていた人たちは、修養団体の天



旧合気道本部道場（昭和30年頃）

風会の方、西式健康法の会の方、二木謙三氏の玄米食の会の方、禊の修業の一九会の方々などです。その人たちが植芝盛平翁先生を尊敬しているのだから、偉い人だと感じました。夜の稽古は20〜30代の人たちが中心で、空手、柔道、剣道などの有段者が主でした。各時間の稽古人数は10名前後でした。

昭和30年9月末から10月の始めにかけて、何日間か日本橋高島屋の屋上で合気道が初めて一般公開されました。私は入門し



旧合気道本部道場にて植芝盛平翁先生の受けを取る様子（右端に立っているのが筆者、昭和31年頃）

て間もなくでしたので下働きで
した。畳運び、会場整備をし
ました。この公開演武は、植芝
盛平翁先生の存在と、当時ほと
んど無名だった合気道を世間に
知らせたことで、宣伝効果は抜
群でした。戦前、合気道を翁先
生（盛平翁のこと）に学んだ人
たちが上京の折、訪ねて見える
ようになりました。新しい入門
希望者も増えました。

合気道本部道場 指導部

昭和34年（1959）3月に
大学を卒業しましたが、合気道
の稽古に熱中するあまり、学校
から紹介された会社の就職試験
を忘れ、就職できずにいまし
た。卒業後も学生時代のように
本部道場で稽古を続けていまし
た。すると、植芝吉祥丸先生か
ら暇なら指導を手伝えと言わ
れて、何時の間にか指導部の一
員になっていました。当時合気
道本部道場といっても小さな町

道場の一つのようなもので、私
は指導部員という辞令をもらっ
た覚えもありません。

昭和40年代になっても、日本
では合気道で生活できる状態で
はなく、住み込みの指導部員た
ちはヨーロッパやアメリカなど
海外からの指導要請に夢を託し
て出かけて行きました。当時、
ビルマ（ミャンマー）の軍隊に
派遣されていた山口清吾師範やまぐちせいご
の助手として、私も派遣される予
定でした。しかしクレーダーが
起きて派遣は中止となりました
た。その代わりに軍人5名が、
合気道と柔道の習得のために日
本へ派遣されてきました。私は、
2年間、ビルマの軍人を世話し
ました。

海外に渡った指導部の人たち
全員が、合気道普及のために苦
難の道を歩みました。その先人
たちの努力が合気道発展の礎を
築いてくれました。現在では100
カ国近くにまで合気道の環が広
がっています。



植芝盛平翁先生の杖の演武（翁先生の隣りが筆者、昭和35年頃、日比谷公会堂にて）

合気道小林道場の発足

私が小平の自宅に道場を創ろうと決心したのは、昭和40年代の学園紛争の時期でした。大学も閉鎖され、合気道部員でも賛成派、反対派の対立など学生たちの生活が荒んでいくのを見過ぎることができませんでした。

自分ができる合気道の指導で、若い学生たちに、夢と希望を与えるために、自宅の庭に道場を建てる決心をしました。しかし、資金がなかったので自分で建てることにしました。仕事を始めて3日もしないうちに分かったことは、合気道道場という頑丈な建物を素人が作ることに如何に無謀かということでした。自分でも1年かかってもできないと思いました。しかし、「為せば成る」と、自分を奮い立たせるために、年賀状に「4月に道場開きをします。来てください」と書くと共に、会う人々

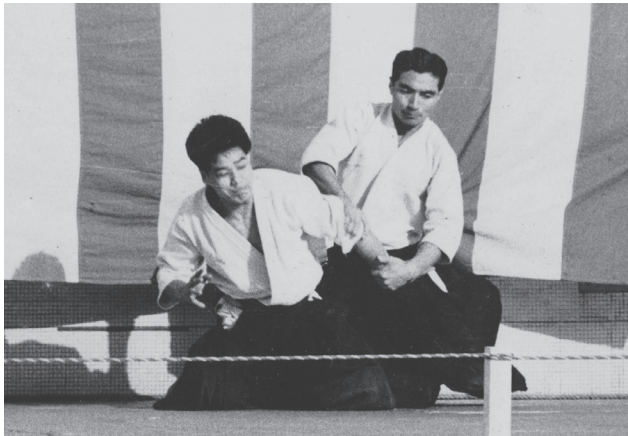
にも4月に道場を開くと話し、自分を追い込んでいきました。

幸い、本部道場で、私が個人稽古の指導をしていた高野耕作氏（後の麻布道場道場長）が、

大工の棟梁でしたので、彼の助けと、年賀状を見た各大学合気道部OBや本部会員有志の人たちからも寄付金をカンパしていただき、昭和44年（1969）4月6日に植芝吉祥丸先生、本部道場関係者、各大学合気道部のOB、現役合気道部員が集まり、盛大な道場開きができました。人の縁の尊さ、有難さをつくづく思い知らされました。

残念なことに道場開きをした20日後に、合気道創始者・植芝盛平翁先生が入神されました。私にとっても大きな衝撃でした。そして心に深く合気道の普及を誓いました。

念願の道場も開くことができ、学生たちとの真剣な稽古が始まりました。毎週土・日の稽古が終わると、一杯飲みながら食事です。食べ盛り、飲み盛り



多田宏師範(右)の受けを取る筆者
(昭和32年頃、池袋のデパート屋上にて)



フィンランドで演武する筆者(右)(昭和52年頃)

は、人数も少なく、稽古が終われば、車座になってお茶を飲みました。先輩が買ってきたお菓子を食べながら、武道論や世間話に花を咲かせて意思の疎通や何気ない会話から生じる勇気をもたらっていました。

翁先生は技の指導に関して、細かいことは一切言わず、ただ回数を重ねれば自ずから上達するという指導法でした。技は繰り返し行えば、誰でも自然に上手くなります。あまり細かいことにこだわり過ぎるとやはり窮屈です。道場には老若男女いろいろの人が来ますから、一つの粹を採用してそれ以外は認めないという方針を私は好みません。実際、合気道がこのよう

技は強制しない

の大学生が10〜20名と集まりません。家内の経済的なやりくりが大変でした。そのうち、通りかかった人たちが我々の真剣な稽古を見て、子供に稽古させたい、自分が稽古したいという申し出があり、この人たちから多少の会費を納入してもらい、学生たちの費用に充てることになりました。これが合気道小林道場の第一歩です。そして「一人でも多くの

に合気道を」の原点になりました。昭和47年(1972)11月に、二番目の道場を埼玉県所沢市に開くと同時に、本部道場指導部員を退職し、植芝吉祥丸二代道主の許可の下、合気道小林道場として東京の三多摩、埼玉、神奈川、千葉を中心に合気道の普及に専念することになりました。

指導の原点

合気道小林道場の基本理念は「一人でも多くの人に合気道を」です。

私が昭和30年代初めに経験した新宿の本部道場での稽古

した。植芝盛平翁先生のお世話、道場長・植芝吉祥丸先生、先輩師範の指導稽古の時の鞆持ち、道場の事務、掃除など、武道家としての基本を徹底的に教育され、小林道場を持つことができました。この経験を私の指導の原点としています。

私の指導法

に多様化し、大勢の人に受け入れられたのも、翁先生が自分の技を強制しなかったからだと思います。

良い指導者とは

指導する際も、稽古で技が進歩している時は、あまり声をかけません。いわゆるスランプや技が伸びず、足踏み状態で苦しんでいる時に、「こうすればよいのではないか」程度のことをアドバイスします。

何でもそうだと思いますが、そのレベルに達すれば、自ずから気が付くと思います。そのレベルに達していなければ、他人がアドバイスしても混乱するだけです。指導者は待つことが大切です。相手がそのレベルになるまで見守ってやれるのが、良い指導者だと思います。

初心者の指導

それから、初心者をいかに指

導するかも重要です。まったく何も知らない初心者に合気道を指導するのは大変難しいことです。初心者は合気道の基本用語も知りません。その人たちに合気道はどういうものかを、まずは手取り足取り教え込み、その面白さを感じてもらわなければなりません。

本部道場時代、私の担当クラスは初心者や年配の方々が多く来ていました。「分かりやすい」と評判だったためです。私はせっつかく合気道を始めた皆さんに続けてもらいたい一心で、できるだけ分かりやすく説明しました。

指導者の役割

また、初心者のみならず稽古の時はケガのないように気を遣います。中には乱暴な人もいますので、あまりに荒っぽい人には注意をします。投げ技の時など、投げる方向や、どう組ませるかなどにも注意を払います。

スペースに対して人が多すぎる時などは、3人一組や4人一組などの機転を利かせるのも、指導者の役割だと思っています。

子供の指導

子供クラスの指導にも工夫が必要です。合気道本部道場では昭和40年頃まで子供クラスはありませんでした。当時師範部長だった藤平光一師範が海外の指導体験から子供クラスを教え始めました。

私も自分で道場を持った時に3歳半の息子・弘明と近所の子供たちを5〜6人集め、稽古を始めました。子供を指導したことがなかったのも、最初は大人と同じように指導しましたが、子供たちは一つの技に直ぐ飽き、勝手に話をしたり、遊び始めたりと稽古になりませんでした。親たちは子供を連れて来て私がどう教えるのか見学しています。最初のうちは本当に当惑しました。

そこで、見学している親たちに何のために入門させているのかを聞いたところ、

1. 礼儀を教えてほしい。
2. 元気で体力が余っているので発散させたい。
3. 体が弱いので鍛えてほしい。
4. 内気で性格がおとなしいので。
5. 落ち着きがないので、団体行動ができるようにしてほしい。
6. 運動が苦手なので、こしでも体を動かしてほしい。

など、合気道の技そのものに対する要求があまりないことが分かりました。

そこで道場では合気道の技はもちろん指導しますが、基本的な「躰」を重視するようになりました。自転車で来れば自転車の置き方、靴を揃える、出席簿の自分での記入、更衣室での自分での着替えなどです。今はマ



第 50 回全日本合気道演武大会において家族三代での演武を実現
(写真左は長男・弘明、右は孫・香穂との演武、平成 24 年 5 月 26 日、日本武道館にて)

ジックテープなどで靴のひもも結ぶ必要はありません。小学生高学年になっても、稽古着のズボンが結べない子も結構います。帯は自分で早く締められるように、道着は自分で畳めるように指導しています。

特に力を入れているのは、先生に対する挨拶です。「おはよう」「こんばんは」「ありがとう」「さようなら」

など、しっかりとできるようなことが重要です。畳の部屋がない家庭も増えているようですが、正座の習慣がなくなった昨今、畳に座って挨拶することは大変良い経験です。

幼い時から英語を学ばせることも必要かも知れませんが、子供には基本的な日本人の習慣をしっかりと身に付けさせるべきです。

私から伝えたいこと

私の使命

合気道開祖・植芝盛平翁先生に直接指導を受けた現在では数少ない一人として、植芝盛平翁

先生の教えを「一人でも多くの人に伝えていく」のが私の使命と感じています。

私が道場を開設して今年で 44 年になります。受け身から育てた人たちが昇段し、国内・海外

で指導者になり、それぞれ自分で道場や組織を持ち、活躍している人たちがたくさん出ています。私の基本理念である「一人でも多くの人に合気道を」を実践してくれています。

私はこれからも国内、海外での指導稽古に精進し、大いに皆さんと一緒に、稽古で汗を流して修行していくつもりです。