

# 会長挨拶

## 心身統一合氣道会

会長 藤平 信一



9月10日（土）に放送されたNHK総合「助けて！きわめびと」という番組に出演いたしました。

「お悩み解消の発想のヒントを、きわめびとが  
『体感』伝授します」

実際に悩んでいる人と、各分野の最前線の人が一緒に取り組んで悩みを解決していく番組です。出演依頼を頂き、まずは番組を見てみることにしました。私が見た回は、「女性としてみてもられない」と

いう深いお悩みで、きわめびとは美容家のIKKOさんでした。番組が進むうちにIKKOさんは本当の問題を見つけることになるのですが、「自分をさらけ出さなければ伝わらない」とメークを落として話し合いに臨んでいました。悩みを解決するためには、そこまでする必要があつたのでしょうか。IKKOさんの本氣度を見て、私はこの番組の趣旨をはじめて理解しました。

撮影において、いわゆる「やらせ」や「筋書き」は一切なく本当の変化を記録していくこと。実質のドキュメンタリーです。大きなチャレンジではありますが、依頼をお受けすることにしました。私に依頼があったのは「人間関係についての深いお悩み」でした。

鳴かず飛ばずの三人組の女性芸人による悩みで、「三人の人間関係はどうしても上手くいかない」とのことでした。心身統一合氣道の稽古を通じて「何か」を体感し学び取り、彼女たち自身の力で解決することが目的とのことでした。そこで天心館

道場（栃木）で3日間、合宿をすることになりました。しかし、冷静に考えてみれば、人間関係が悪くなってしまった人が合宿に参加するくらいで良くなるなら、世の中は苦労ありません。性格から生じている問題であれば尚さらです。女性3人という関係性も氣になりました。

「どんな人間関係でも良くする魔法のメソッド」は存在しません。出口がない迷路に足を踏み入れるわけにはいきません。

そこで、私は二つのことを土台に考えました。一つは、「(三人が)本当に関係を良くしたいと思っているか」、つまり、これからも本当に三人でやって行きたいかどうかです。場合によつては、別々の道を歩む方が良いこともあるわけです。もう一つは、「何が問題か」を私が正しく理解することです。

何が問題かを捉え間違えると、問題は絶対に解決しません。それには、私が彼女たちのことを良く知らなければいけません。

そこで私は彼女たちの発信する情報や映像をひた

すらチェックし、合宿前の顔合わせの日を迎えました。直に話を聞き、日頃のネタ合わせの様子も見せて頂きました。不安は残つたものの、二つの土台については確信を得ました。

そして数日後、運命の合宿を迎えることになります。ひと言ではとても語り尽くせない合宿となりました。この3日間、三人が号泣する場面が何度もあつたか分かりません。実際に接してみて、三人がコミュニケーションを取れない理由は幾つかありました。コミュニケーションにおいて重要なことは沢山ありますが、「聴く」「伝える」「反応する」を3要素と置いています。それらは「心を静める」ことで磨かれていきます。

相手の話を「聴く」、この当たり前のことが決して簡単ではないのです。「自分のことを理解して欲しい」「相手を説得したい」という状態だと、相手のことを全くみておらず、話が耳に入らなくなります。

自分のこと・相手のこと・周囲のことも全く分からぬ状態ですので、適切な行動を取れなくなってしまうのです。

これは技の稽古と同じです。「相手を投げたい」「自分の思い通りに動かしたい」という状態だと、相手のことを全くみておらず、結果、導き投げることは出来ません。臍下の一点に心を静め、心身一如で相手と向かい合うことで、話の内容は勿論、相手の「思い」も理解することが出来ます。たとえ、相手の意見を否定し、却下しないといけない場合でも、ひとたび相手の「思い」を受け入れることが重要なのです。

相手に「伝える」ことも、「聴く」と同様に簡単ではありません。何かを伝えるとき、例えればイライラして心の状態が乱れていると、そのイライラが先に相手に伝わってしまい耳を閉ざされます。伝える側の心がネガティブな状態でも、同じことが起きます。特に「思い」のように形する」が放送されていました。

対してすぐに反応せずに済みます。相手が過激な言葉を使ったとしても、「どうかしましたか?」と相手を氣づかう心のゆとりが生まれます。これは本当に大きいことです。番組では主にこの「反応する」が放送されていました。

「聴く」「伝える」「反応する」それぞれを訓練しておくことで、相手や周囲とコミュニケーションを取れるようになって来ます。人間は一人一人異なる考え方や意見を持つているのが当たり前です。だからこそ、話し合うことで良いものが生まれます。「聴く」「伝える」「反応する」という基本が出来てさえいれば、変な表現ですが、安心してぶつかり合うことが出来ます。そこから素晴らしいものが生まれます。この基本が出来ていないと、相手や周囲から拒絶されるのを恐れて、お互に傷つかない適当な距離を取るようになります。その結果、何も生まれなくなります。

のないものを伝えることは難しいものです。

そもそも伝えるには、相手と「信頼関係」があるのが前提です。その上で臍下の一点に心を静め、身心一如で向かい合うことで、本当に伝えたいことが伝わるようになります。ただし、順番は「聴く」→「伝える」で、逆は上手く行きません。したがって、「伝える」訓練より「聴く」訓練が優先されます。

「反応する」は、大抵は無意識のうちにしていることでしょう。相手が過激な言葉を使うと、その刺激に無意識に反応してしまって、さらに過激な言葉で応酬することになります。あるいは、その反応を無理に抑えようとすると大きなストレスになり、心に過度な負担をかけることになります。刺激そのものを止めるることは出来ませんので、刺激が生じた後に、どのように対処するかが重要です。

このとき、最も良い方法の一つが「ひと呼吸おく」です。氣の呼吸法で息の吐き方（静まり方）を訓練している方であれば、ひと呼吸おくことで、刺激になるのでしょう。

不器用ながらも一つ一つのことに一所懸命取り組む三人の姿に、いつの間にか私も彼女たちに情が移ってしまいました。合宿の結果、今後も三人でやつていくことになりました。これからも彼女たちを応援して行きたいと思います。

ところで、このたびワニ・プラスから『心と身体のパフォーマンスを最大化する「氣」の力』という本を出版することになりました。10月25日に全国の書店やオンライン書店で発売されます。私が執筆する初めての「氣」の本で、これまで公表して来なかつたLAドジャースでの指導の様子を詳しく書きました。詳細につきましては本誌28頁をご覧下さい。皆様に手に取つて頂けましたら幸せです。

## 山藤賢様

医療法人社団昭和育英会理事長

### 藤平信一 会長 心身統一合氣道会



藤平信一 会長 (以下、藤平)

山藤

さんは「なでしこジャパン」のチームドクターとして活動され、現在は医療経営者、現役の臨床医としても患者さんと向き合いつつ、昭和医療技術専門学校の校長としても学生の教育に携わっております。山藤さんはどのようなご縁で心身統一合氣道をお知りになつたのでしょうか。

山藤賢様（以下、山藤） 私は以前から山田博さん

凄く喜んでいましたよ。のりさんからは多くのことを学びました。最初の出会いは、まだのりさんがコーチのときでした。本当に気さくな方で、人との距離の縮め方が上手でしたね。メディカルルームで選手の情報をいろいろと聞かれました。

藤平 選手のことを深く理解したかったのですね。

山藤 のりさんが監督に就任するときは、私はタイミングとしてチームドクターを退くことを考えていました。チームの状況も悪かったのですが、のりさんからは「山ちゃん、僕が監督やるからチームドクターをやつてくれないか」と頼まれ、その後のオリンピックまで務めることにしたのです。のりさんは選手のこともコーチ時代から良く見ていて、いざ監督になつたときに、澤選手にポジションエンジをお願いしたり、キャプテンをお願いしたりしたときも「チームが勝つためなら」と快く受け入れられしていました。

藤平 なでしこ時代、山藤さんにとって最も印象に残つたことは何ですか。

と懇意にさせて頂いていました。山田さんが『無意識の整え方』に登場したことと心身統一合氣道のことを知りました。藤平信一 会長と前野隆司先生の対談が余りに面白くて押しかけてしました（笑）。

藤平 そうでしたか（笑）。「なでしこジャパン」のチームドクターは、どの様なご縁でなられたのですか。

山藤 もともと私は整形外科医として病院に勤務したのですが、サッカー経験があつたことからチームドクターを頼まれることがありました。最初はJリーグのチームドクターから男子の各世代の代表チームなどに帯同し、なでしこジャパンから依頼を頂きました。

藤平 そして、なでしこジャパン前監督の佐々木則夫さんとのご縁があつたわけですね。先日、心身統一合氣道の体験で佐々木さんに指導させて頂きましたが、氣さくなお人柄がとても印象的でした。山藤さんにとって、どのような監督さんでしたか。

山藤 のりさん（佐々木則夫さん）も先日の体験を

山藤 「監督一人が変わることによつてチーム全体が変わる」ことです。これは後に私が医療経営・学校経営をするにあたつて大きな財産となりました。のりさんが監督になつてからは、コーチを一人補充しただけで、メンバーやスタッフを一人も入れ替えませんでした。正直いって私は「アジアで一番にもなれなかつたチームが、同じメンバーと同じスタッフで世界一になれるはずはない」と思つていたのですが（笑）。

藤平 普通はそうですね（笑）。

山藤 監督が交代して「誰も変えなくていい」と言つたのはのりさんくらいでしょ。「山ちゃん、大丈夫。これで世界一になれるから」と言つていまし。監督には自分で総て指示を出す人が多いのですが、のりさんはコーチやスタッフ自身にさせます。選手に話をするときも、最も大事なことだけはのりさん自身で話しますが、ほかは總て人に任せます。とても懐が深い人だとは思いませんでしたが、これで組織がうまくいくとは思つていませんでした（笑）。

結果として本当に

世界一になつたの  
で、こういつた懷  
の深さが必要なの  
だと感じました。

藤平 澤選手の  
話が出来ましたが、



指導を受ける佐々木さん

山藤さんから見てどのような選手でしたか。

とても印象に残つた会話があつて、あるとき澤選手に「どういう感じでプレーしているの?」と聞いたところ、「私は、どこにボールが来てどこにボールを出したら良いかは、鳥のように上から見えてるよ」と言うのです。普通の選手はボールに執着してしまい周りのことが見えなくなるのに、澤選手は違うんですね。

藤平 常に周囲と「気が通つている」ということですね。

山藤 そうです。気が通つている。ワールドカップの時の最後のゴールも「なぜかは分からぬけど、

あそこしか無いと思った」って言つんですね。

藤平 先ほどの佐々木さんの話と本質的に繋がつていますね。チーム全体として力を發揮するには、チームの中で気が通つていなければいけない。選手として良いプレーをするには、周囲に気が通つていなければいけない。どちらも「部分」の話ではなく「全体」の話をしているように感じます。

山藤 調子の悪い選手の首を切るというのは「悪いところは取り除けばいい」という考え方で、「部分」でとらえた話です。実際に、のりさんは誰も首を切らなかつた。チームを「部分」ではなく「全体」で捉えていたのだと思います。

藤平 そのお考えは山藤さんが経営する学校に活かされていますね。先日、山藤さんの著書『社会人になるということ』を拝読しました。久しぶりに心から人にお奨めしたくなつた本でした。

山藤 有り難うございます。私は「社会人になること=自立すること」と考えていました。そして「自立」の根底には「自律」があると捉えています。

藤平 光一宗主は「律する」には「自律」と「他律」があると説きました。法律や規則を守ることは重要ですが、他律の教育ばかりに偏ると、悪いことをしているのに「法的には問題ない」と開き直る人間が育つてしまいます。自らを律すること、すなわち自律を教えることが、教育においては極めて重要ですね。

山藤 その両方が備わつて「自立」といえるのだと思ひます。

藤平 「自律」を山藤さんの学校ではどの様に養つてているのでしょうか。

山藤 私は学生の本分として「出席」「提出物」「挨拶」「ゴミ拾い」「素直であること」とおいています。これは規律というよりも「人としてのあり方」として行っています。私や職員も例外ではありません。こういったことを学生時代にしつかりやつて社会に出れば、職場や社会から本当に必要とされる人材になると考へています。

藤平 社会人としての基本ですね。自分を律する

ことが出来なければ、能力は高くても本当のところは信頼されません。おそらく卒業生は感謝していると思いますが、入学したばかりの学生は「何でこんなにうるさいことを言うのか」と反発しませんか。

山藤 勿論、あります(笑)。ただ、目の前のことだけでなく長いスパンで物事を考えるようになっているので、いずれ学生が「あのお陰で今がある」と思えるために、嫌な顔をされるのを恐れずに辛抱強く伝えています。

藤平 私も若手の指導者を多く育てていますが、山藤さんと同じように習慣づくまで辛抱強く接するようにしています。ときに本人にとつて嫌なことも伝えないとけませんが、いつか必ずこの子の為になると心を決めて行っています。ときどき瘤瘻を起こしそうになるときもあるのですが、そこは「心を静める」ことを教える指導者ですから。自分の修行として捉えています(笑)。

山藤 会長にもそういうことがあるのですね。

何だかホッとしたしました（笑）。

**藤平** 山藤さんの学校は国家試験の合格率が全國トップレベルです。さらに、学業だけではなく

「人としていかにあるべきか」も徹底的に教育なさっています。しかも、大部分の学生が卒業式で皆勤賞・無遅刻・無欠席・無早退で表彰されると聞いています。世の中には「人としてのあり方」と「学業」は関係ないと考える人が大勢いますが、これらはどの様に繋がっているとお考えでしょうか。

**山藤** ある時、他の大学教育者から「挨拶などは社会人になつてから教えないとお考えでしようか。私は、それなら教育そのものが要らないことがあります。でもないかと思います。

**藤平** 確かにそうですね。

**山藤** 臨床検査技師という医療職で全国平均70%台の合格率の国家試験ですが、この4年間、私の学校では合格率が100%です。さらに、最高学年である3年生からは一人も留年生を出していません。多く

の学校では合格率を上げるために受からなそうな子を切ることがあります。

**藤平** そういう情報操作があるのですね。

**山藤** 本校でも、過去には成績の足りない子は受験できずにいたのですが、それでも必ず一人か二人、落ちる子が出ます。しかし不思議なことに落ちる子は必ずしも「成績が比利の子」ではないのです。あるとき一人の生徒がいて、何とかこの子を合格レベルまで出来ないかと全職員で考えました。最終的に、落ちても良いからと教員全体で腹をくくつて受けさせました。その年に初めて全員が受かりました。

**藤平** 受からなそうな学生を留年させても不合格が出来るのに、受からなくとも良いからと全員を何とかしようとしたら不合格が出なくなつたということですね。

**山藤** 人を切つたから良い結果が出るのではなく、「全員で何とかしよう」と心を一つにすることでも良い結果が出ることを学びました。それからという

もの、全員卒業・全員合格を目標に掲げて来ました。

だから、挨拶も礼儀も掃除も全員でやることにしたのです。

**藤平** なるほど、ここで佐々木さんのお話と繋がるのですね。「なでしこジャパン」で佐々木さんが体現したことを、今度は山藤さんがご自身の学校でしているわけですね。私も教育に携わる者として感じることが多くありました。

最後に、会員の皆さまにメッセージをお願いいたします。

**山藤** 習い始めの私がメッセージなんて、とんでもない話です（笑）。本当は稽古に毎日通いた

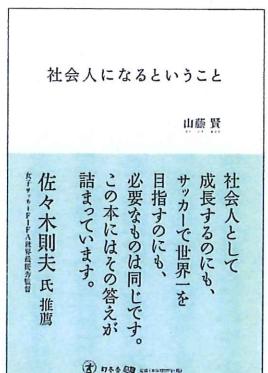
いのですが、仕事があつてどうしてもそれが出来ません。その分、道場で学んだことを学校でも家庭でも活かすようにしています。藤平信一先生と出会つてからは、学生と職員に「心を向ける」ことの大切さを伝えるのが私のブームとして（笑）、共に歩ませていただいております。

**藤平** 藤平光一宗主は「生活の中の合氣道」と説きました。道場で学んだことが生活に活きなければ意味がない。道場で学んだことを日常生活で実践することが重要です。

今後もぜひ一緒に稽古して参りましょう。



## 山藤賢様の御著書



山藤賢著  
幻冬舎刊