



黒帯への道

Road to the black belt

中心道武術2022

【昇級・昇段審査審査基準】

中心道の昇級・昇段では以下の3つの要素を複合的に評価して行います。

『座学・稽古・互師互弟』

『座学』

座学では中心道の基本的考え方となる法則「空の法則・中心の法則」の理解度と実践度を評価します。

また理解度と実践度は座学でのフォードバック力と実生活での法則の実践度をもって測ります。

『稽古』

武術稽古を実践できる基礎体力と武術稽古中の身体操作技術及びコミュニケーション武道力を基準として評価していきます。

身体操作技術は基礎稽古の習熟度を測り、コミュニケーション武道力は組み手、組技での対人対応力である見極め力と誘導力を測ります。

『互師互弟』

互師互弟では互師互弟中の立ち振る舞いを通して、人財としての成熟度を評価していきます。

立ち振る舞いの中から視座と人間力を推し量り、また社会的成功の状態と社会への影響力も同時に推し量っていきます。

以上3つの要素を次ページ以降の基準を基に日々のあり方と言動から評価していきます。

また、それぞれの評価は総合力を測るものであって各基準全てを完璧にクリアする事を昇級・昇段の目標とはしていません。

概ね総合力の8割程度を目安に相対評価をもって判断していきます。

座学	法則の理解	座学でのフィードバックカ
黒帯	法則に基づいて指導し育成している	場全体の状況に応じたフィードバックで場の気づきを押し上げることができている
茶帯及びゴールド	法則について正しく伝えることができている	自身の経験や体験を通して得たフィードバックにより他者への気づきを促すことができている
緑帯	法則を実生活に活用できている	自身の生活に当てはめた気づきをフィードバックできている
黄色帯	法則を理解し実践できている	稽古の体験に当てはめた気づきをフィードバックできている
青帯	法則を理解できている	自身の理解をフィードバックできている

稽古	基礎体力	身体操作技術	コミュニケーション武道力
黒帯	20人組手を実施できる持久力を有している（腕立て静止5分以上・三点倒立5分以上・重カスクワット3分100回以上）	中心の使い方を指導できている	組手・組技のデモンストレーションができ、指導ができている
茶帯及びゴールド	10人組手を実施できる持久力を有している（腕立て静止3分以上・三点倒立3分以上・重カスクワット3分70回以上）	中心力を発揮できる稽古になっている	組手・組技を通して相手のあり様に変化を生み出すことができている
緑帯	組手・組技を長時間実施できる持久力を有している	中心を使った動きで稽古ができている	組手・組技から相手のあり様を感じ取ることができている
黄色帯	武術の稽古についていくことができる持久力を有している	中心を意識した基礎稽古ができている	組手・組技から自身のあり様の変化を生み出すことができている
青帯	武術の基礎稽古について行けている持久力を有している	1人で基礎稽古ができている	組手・組技から自身のあり様を感じることができている

互師互弟	視座・人間力	社会的成功・影響力	立ち振る舞い
黒帯	視座を最大に高め利他の精神のもと地球人類の恒久平和のために活動することができる	自身の中心を元に業界や日本へ影響力と社会的価値を生み出すことができる	互師互弟の主軸となり場を生み出し、また誘導力を活かして人材の育成ができる
茶帯及びゴールド	自分ごとから離れてより広い社会で自身の価値を持って周りを活かすことができる	自身の中心を元に自身のコミュニティに影響力と社会的価値を生み出すことができる	互師互弟の場作りと色帯への指示指導ができる
緑帯	自身の価値を持って周りを活かすことができる	自身の中心を元に身近な人へ影響力を生み出し、社会的価値を還元することができる	率先模範を示すことで色帯へ背中を見せることができる
黄色帯	活かすべき自身の価値を見つけ磨くことができる	自身の中心を社会的価値に変換を図ることができる	互師互弟内の役割を実践することができる
青帯	自身の人間力の基礎を磨きながら自己を学することができる	自身の中心を見つけることができる	互師互弟内での動きと役割を知る