



松尾心空(まつお しんくう、1928年 -)は、真言宗の僧侶、西国三十三所観音霊場 29 番札所 真言宗醍醐派青葉山 松尾寺名誉住職、舞鶴文化教育財団理事。

放送界、種々講演会、出版で活躍。徒歩巡礼の会「アリの会」主宰で西国三十三所の古道巡礼道を徒歩で何度も巡っている。「徒歩で札所を巡ることは、『心の田を耕すことだ』という。大阪府堺市生まれ

1949年・旧制第三高等学校卒業

1953年・京都大学文学部哲学科卒

1955-2008年真言宗醍醐派青葉山松尾寺住職

1987年・徒歩巡礼の会「アリの会」主宰

1993年・財)舞鶴文化教育財団評議員

1999年・財)舞鶴文化教育財団理事

2008年・真言宗醍醐派青葉山松尾寺名誉住職

XXXX年・特定非営利活動法人 西国古道フキ
ングサポート顧問

内容（「BOOK」データベースより）

臍下丹田に意識を集め足の裏から息をする!15年間に6000キロを踏破し、なお歩みつづける

巡礼の達人が、“呼吸”と“歩行”の極意を説いた。同行三人の対話形式を借りて、瞑想と巡礼の

具体的方法とその意義を懇切丁寧に指南する。

内容（「MARC」データベースより）

歩いて何かいいことがあるのか。呼吸はなぜ吐く息が大事か。どうして今、ここに生きることが重要なのか。呼吸のくふうと歩く意義を、語り合う対話形式で実践・裏付けの両面から懇切

丁寧に指南する。