

第3号
平成3年(1991年)1月発行
[稽古仲間を結ぶ支部報]

— △ ○ □ —
精武館通信

支部長・山端一夫/(078)521-3343
〒652神戸市兵庫区石井町8-2-12
〔財〕合気会神戸支部・精武館



〈写真は遠藤師範・佐久合宿および第6回神戸支部合宿（新舞子）にて撮影〉

随筆

それはビルの屋上で始まった	道場長・横田金典	2
精武館第二道場の近況	中尾眞吾	4
合気道が「わかる」「できる」とは	吉田順一	5
痛快技	去舟	6
私の合気道と性格	佐々木喜多朗	6
昇級試験の子ども達	佐治孝雄	7
合気道つれづれ	小坂君子	7
私と合気道との出会い	釜谷哲二	8
ライバル登場	魚橋俊補	8
合気道と子ども達	内田陽子	8
◎めざせ7級	竹内ゆう子	10
◎中尾先生と村上先生のちがい・パートⅢ	竹内亮介	10
◎合気道に入って	釜谷 龍	10
◎友だちがふえたよ	高村昌幸	11
◎楽しい合気道	田村典子	11
◎もっとがんばるぞ!	内田哲平	11
◎じょうずになりたいな!	内田 文	11
◎特集・女性と合気道		9
◎平成3年・今年の抱負		9
◎基本技を考える②・「入身投げ」		12
◎精武館瓦版		14
◎事務局だより		14
◎合気道について（入門を希望される方へのご案内）		15
◎編集後記		15
◎神戸支部及び関連道場案内		16

それはビルの屋上で始まった

道場長・横田金典/七段

- 32年前、神戸支部発足当時の模様が今、道場長より明らかにされる -

神戸支部も、支部長の御好意に甘え続けて30年を過ぎる。今ともなれば、神戸で稽古を始めた頃の事に関わりをもった人も、支部長と私だけになってしまった。

勿論当初の頃は、支部長も御多忙な時間をさいて(当時支部長は新進気鋭の事業家として、神戸で事業拡大に自信と勢いが溢れておられた)、生き生きと稽古に顔を出されていたが、面倒見の格別なお人柄を見込まれて益々御活躍の範囲が拡がり、最近では滅多とお会い出来る機会も少ない。変らぬ御厚情に感謝しつつ……。

昭和33年5月頃の事であったろうか。米持(ヨネチ)さんという方(現新日本証券常務、当時その前身の大商証券神戸支店に御在勤)から電話があった。

「あんた合気道やってたんだってなあー、一緒にやろうか……」

昭和33年4月から神戸に就職する事になり、学生時代始めた合気道の稽古を何とか続けたいと思っていた矢先であったので、「これで続けられる」と喜んだ。

確か朝日会館の近くのさるビルの屋上に、どこかの宿直室でも使っていたものか煮しめたような畳を30枚ばかり敷いて、大商証券のお客さん筋らしい人々が十数人見守る中で、現役時代柔道五段、精力的でやや若禿気味の大兵の米持さんの受けを取り、彼の気合いとも呼吸ともつかぬ「はあー、さあー」の声と共に掛ける大技で、汚い畳の上に投げられたのが当地での稽古の始まりであった。

後から考えてみて、現支部長もそこに居られたのではないかと思う。とにかく道場を探そうという事で、各区の警察署巡りをしたが、当時は合気道などあまり知られておらず、柔道や空手の教室で余裕がないとか体よく断られた。しかしなんとか当時の生田警察署で、逮捕術にも役立つので署員の方にも如何ですか等と粘りに粘りやっと週2回借りる話がついた。これでやっと足場が出来たので、同年秋頃から稽古らしい

稽古を始めたように思う。

今はすっかり町の風景も変わってしまったが、現在京町筋とバス道路が交差するあたりに当時の生田署はあった。電車通に面した古臭い3階建ての建物の、入口の石段を5～6段上がる。右手に階段があり、それを昇ると2階に柔道場があり、60畳ばかりのビニール表の畳が裸電球の陰気な灯りの下で湿っぽく光っていた。稽古に来ると男子は道場の端の方で着替える。女子だけは狭い更衣所を使わせてもらったような気がする。

さて当時の会員は先述の様に大商証券の社員の方や、お客筋ならびにその家族、それに私が同期入社の中を何人かたぶらかせて誘ってきた人達など素人ばかり(といっても柔道、空手などの経験者が結構居られたが)の混成集団であったが頭数だけは賑やか、かつ誠に楽しげな雰囲気ですタートした。勿論殆どの方が合気道は初めて、一方教える側といえは米持さんと私だけ、しかも米持さんは例によって「はあー、さあー」の気合いと共に誰彼のとん着なく存分の大技で動きまわられることが多かった為、何となく不本意ながら手ほどきは私が受持つといったパターンになっていた。米持さんは熱心な方ではあったが、何といっても本業があるため片手間気味、私は自分の稽古が出来ればいい位の気持ちであったから、道場というよりも同好会程度のものであったわけだが、たまたま米持さんが本部、ひいては現道主と格別御昵懇(シツコ) (勿論現在もそうと思うが)の間柄であった事から、現支部長に無理矢理(?)支部長を引受けて貰い、御自分が道場長ということで、当時正式の支部になるには色々格式もあったような中で、特別に神戸支部として認めてもらうことになり、ここに他支部とは全く異色の支部が誕生した。

それからというもの米持さんの御才覚と支部長の御理解のおかげで、大先生(創始者、当時の道主)をはじめ、現道主、高名な本部師範の方々が相次いで御来神、あるいはお招きすることとなり、他支部では到底考えられぬ御指導を直接いただく機会に恵まれた。

御高齢な大先生などは階段を上られるのが大変で、内弟子の人が後から押上げるように介添えされて来られたが、いざ稽古となるときりつと腰が伸び、烈迫の気合い



で道場中が震え上がった。しかしややお話が長く、難しく、素人衆の会員にはいささか酷な膝のシビレが残ったが・・・。

米持さんが突然名古屋に転勤される事になった。昭和38年頃の事ではなかったか。今日が最後の稽古というその日、溢れ出る涙を拭おうともせず、精一杯稽古をつけておられたお姿は忘れられない。

残される私どもにとっては、突然放り出されたの感であったが、これだけは仕方がない。なんとか我々で続けるしかないという事態におちいった。ただ会員も、それなりに出入りはあったが、続ける人は定着してきており、濱崎さんの様な猛者をはじめ、そろそろ有段者も出はじめていたし、神戸の話を本部を通じてなどで聞きつけて、新しく就職したり、すでに在住していた各大学での経験者や、他の支部に行った事のある人などが結構入会され、それなりの厚み、そして独特の雰囲気が出かけていたと思う。

しかし支部の異色性故に、特に米持さんが去られてから、他支部あたりから直接、間接に圧力や干渉、はてはクレームじみたものまで何度かあったようだが、その都度表面立たぬよう支部長に解決していただき、

おかげで今日まで支部独自のスタイルを守り得ている。このことの正否は別にして支部に所属する我々にとっては極めて幸運であったといえる。

「そのうち、ええ道場が出来るよ」と半ば冗談のようにいっておられた支部長が、本当にあつという間に現在の精武館を自宅の敷地内に建てられた。日時の正確な記憶がなくて申し訳ないが昭和42年頃であったろうか。しかし、生田署が通勤帰りに割と足の便が良いという事で、その後も生田署で稽古を続けたが、昭和45年頃何故か忘れたが何やら世情が騒がしくなり、要人の警備隊員の為に道場も宿舍に使うとの理由から、道場の使用中止を丁重に申し出られ、生田署での稽古の幕を閉じた。いわば神戸支部の第1期が終った。

今憶えば懐かしい人々の顔が脳裏をよぎる。例えば故人となられた井上文(フミ)さん。独特の風格をもった技を身につけられ、合気を愛し死んだら経帷巾(キョウカビウ)の代りに道着を着せてくれと言っておられたが、今ごろは地獄の鬼どもを相手に稽古、それとも酒盛を楽しんでおられるだろうか・・・。

精武館第二道場の近況

中尾眞吾/四段

— 創立満3周年が過ぎた第二道場の近況をレポート

月曜日の夜7時に和田君のクラスが始まる。当初誰一人として来ない寒い冬の日、一人で黙々と木刀を振っていた彼の姿が忘れられない。そんな和田君が気の毒で、近くの中学生をおだてダメし連れてきて、なんとか動き出したものだった。誰が気の毒なのか分からないが・・・越っちゃんとの婚約者コンビだけの稽古もあったな。もっともこれはアホらしくて他の人はこれられないか。

今では廖さんはじめ、魚橋さん、北川さんの製麺業おぼっちゃまコンビ、元明大ラグビー部副キャプテン浜田さんと英一君の父子たち7～8人のメンバーが定着し、一教や「斬り落とし」、腰投げ、転換技に汗を流し「肉体派」合気道を楽しんでいる。

このメンバー達の奥さんは何故か皆な実力者揃いである。来たれ愛(恐)妻家!

(注:月曜クラスは'91より、18:30～20:00に変更します)

精武館の人達にはなつかしい・・・打越さんは水曜日。多くの人時間が前に受身や苦手な技の稽古をしている。かれこれ3年が過ぎ、水曜クラスの常連は打越さんの技によく似た動きをする。

山崎君、濱本君の新婚コンビ。そしてアフター合気道の女王―田中母娘。動く事が嫌いなのに技をかけるのが上手な真里ちゃん。山部さんは涼しげな顔で動き、休んでいる。そしてここには、アイアンマンレースにも出るという小坂「女」三段もいる。そうそう、珍しい顔―佐治君の姿も見かけるようになった。

このクラスは遠藤先生の鷲掴(ワッヅ)かみ一教が正課でもある。打越さんの人柄の魅力か技への魅力か、人数も多く道場が手狭である。道場を改造し畳の数を増やそうと思っている。

火水木の朝稽古は私の担当。早朝の6時半または7時から8時までの一時を寝ぼけ

眼でやっている。

来れるときは彼女よりも合気道優先の池内君、性格そのままの真面目な技を繰り返す。正寿君は猫の如く音のしない受けを得意とする。三木さんもボチボチとマイペースでやっている。廖さんは運動神経の良さを随所に見せ、団塊世代の希望の星だ。転勤やら第2子誕生で公私共に忙しい山下君、たまに現れると2～3日は身体中が痛く、稽古量の少なさを嘆いている。ストレッチ合気道待望か? 稽古量の多さでは我が妻が頑張っている。継続は力なりの明子だ。ベネズエラからのエドガーも残り少ない日本での生活を合気道に集中している。先日も4日間で13時間の稽古を東京の本部でやってきたという。敬服!

朝はどうしても身体がほぐれないままに稽古をするので、ほぐす事を念頭において日々励んでいる。(早朝稽古はええぞおー。1日が長く使えるし前日は飲まないし・・・)

土曜日の稽古は週休2日制の普及と共に人数は増えつつある。

最多出席者は土田君。不器用で悩み多き青年だが、会社と司法試験と合気道に正面からまともに四つに取り組む青春だ。おっとなくてはならない人―松平君を忘れていた。それに近澤さん―御存知「牛若丸垂希子」、初段を取ってから稽古量は減ったなアー。日本にいる時は中さんも欠かさず顔を見せている。最近は濱崎さんが時々見えらるので大助かりだ。

この道場は宿舎も完備だ。田中君や池内君の様に夜の稽古に出てそのまま泊り、朝稽古をして勤めに出る人達もいる。船が神戸に着いた時の船長も心待ち顔の一人だ。

神戸以外の人達の出入りもある。6月には浦和の藤田さん御夫婦、8月には東京都庁合気道部の宮内さん。そして先日は消防庁の浅見さん、針先生の高伝館の帰りだ。久しぶりの手合せを楽しんだ。

これからも多くの人と多くの合気道と接していければと思う。

もっともっと多くの人精武館出張所―第二道場に出入りし、神戸の合気道が少しでも嵩(か)上げされればと願っている。

(平成2年11月19日記)

合気道が「わかる」「できる」とは

吉田順一/四段

— 茶道を通じて見た合気道。ゼロから
育てたオーストリアの合気道

右の手を扱ふ時はわが心
左の方にあるとしるべし

これは開祖が残された合気道歌ではない。茶の湯を始めた千利休が伝えた「利休百首」の一つである。日本の「道」というのはすべて相通じるところがあるようだ。合気の稽古にも大きなヒントになる。いくつか紹介してみよう。

点前には重きを軽く軽きをば
重く扱ふ味ひをしれ

点前とは強みばかりを思ふなよ
強きは弱く軽く重かれ

何にても道具扱ふたびごとに
取る手は軽く置く手重かれ

茶道はまったく初心者なのだが、合気道のおかげである、これらの歌が何を意味しているのか、何となく体の中に“感じ”が伝わってくる――。

合気道が「わかる」ということは、決して頭の中で理解することでもなく、また、フィーリングにまかせた経験学習でもない。理屈だけでもない、感性だけでもない、両方のバランスにかかわる問題のようである。

私は、'69年春に入門して20年が過ぎたが、今だに合気道は「わからない」と思い続けている。それなのに「お茶の心には共感できる」と言えば、ますます話がわからなくなる。

ところで、合気道が「わかる」ためには入門後の3年間の稽古法が最も重要。つまり、初段を取るころまでに形成されるその人の合気道観で、合気道になるかならないか、すべてが決ってしまうと言っても過言ではないだろう。

私のオーストリアでの経験からすれば、とくに欧米人はそうなのだが、先ず先に技

術を理論で理解しようというタイプの人が初心者が多いことである。理屈が頭の中に先に入っていないければ、身体がまったく動かさない。大抵こういう人たちは、自分勝手に合気道のわかったような定義をしてしまう。思い込みは日常の稽古にもっとも危険。テクニクの習得に終始してしまって、いつまでたっても上手になれない。

かといって、ガンガン考えずに稽古に励めばよい、というものでもない。合気道というのは素晴らしく合理性に裏付けられた知的な武道でもある。頭だけでもない、体だけでもない、調和のとれた稽古のプログラムを作るのは実に難しい課題であった。

'77年からオーストリアの合気道をゼロから育てる立場にあって、いかに偏りのない正しい合気道を指導すればよいのか、ということ常々考えるチャンスがあったことは、私にとっての最高の稽古であった。

オーストリア時代、本部では道主、在仏の田村信喜先生をはじめ多くの師範から、受けを取らせていただくことによって、直接御指導を受けた。ここから教わったことは、私には合気道は「できないなア」という失望感だった。

合気道が「できる」というのは、①ころがわかり、②技が磨かれ、③体が鍛えられている、そしてこの3つが同時にシンクロナイズされているという状態なのである。

一昨年、日本に帰国して以来、稽古がほとんどできなくなってしまった。それまで、オーストラリアでは5都市、20近くあった道場での指導、そして週末は講習会と、ほとんど毎日稽古だったから大変な変化である。

稽古とは一より習ひ十を知り
十よりかえるもとのその一

また、正面打ち一教から始めよう。合気道は「できない」し「わからない」のだが、その楽しみ方だけはわかっているつもりである。

「神戸の同門の皆さん、どうかよろしくお願ひ致します」

痛快技

去舟/三段

— 受身は痛さと快さを伴う、一つの技である

私が独断と偏見で、受身を「痛快技」と変名しました。即ち受身を取る時の爽快さと苦痛と、互いに相反した状態を技にしてみました。受身は技の一種と思います。どの様な状態で技を掛けられても、最大限に衝撃を柔らげるように受身が取れる事が最高でしょう。

前受身、後受身共に体を床面に接する時、体を叩く様な状態で刺激する事になり、大変血行を良くし健康に最適ですが、急激にやりますと身体への負担が大きくなり、回復に時間がかかります。

投げによる前受身、又は腰投げの受身などかなりの快さがあります。連続の受身など頭の中が空となり、自然に受身を取る境地となります。

合気道でも受身を数多く取って覚えろと云われます。無理のない受身を取ることが、投げ技にも生かされると思います。合気は愛気です。相手を見て無理のない技を掛けてみて下さい。

私の合気道と性格

佐々木喜多朗/三段

— 苔蒸(コケムス)合気との声を背にしつつ
突き進む一筋の合気の道

私は、合気道について深く考えたことがない。これからのないであろう。何故なら考えれば悩みが一つ増えることになるからである。近年、白髪がとみに増えた。特別な場合を除き、精神的なものより肉体的、とくに体力と関係が深いそう。

私は賭け事をしない。嫌いだからしないのではない。自分には運がないからやっても勝てない、と決め込んでいるのだ。合気道も自分が「これ」と決めた合気道をやる。やってみて良かったか悪かったかは、後の

話だと思い込んでいる。その時は何年、何十年後になるかわからない。

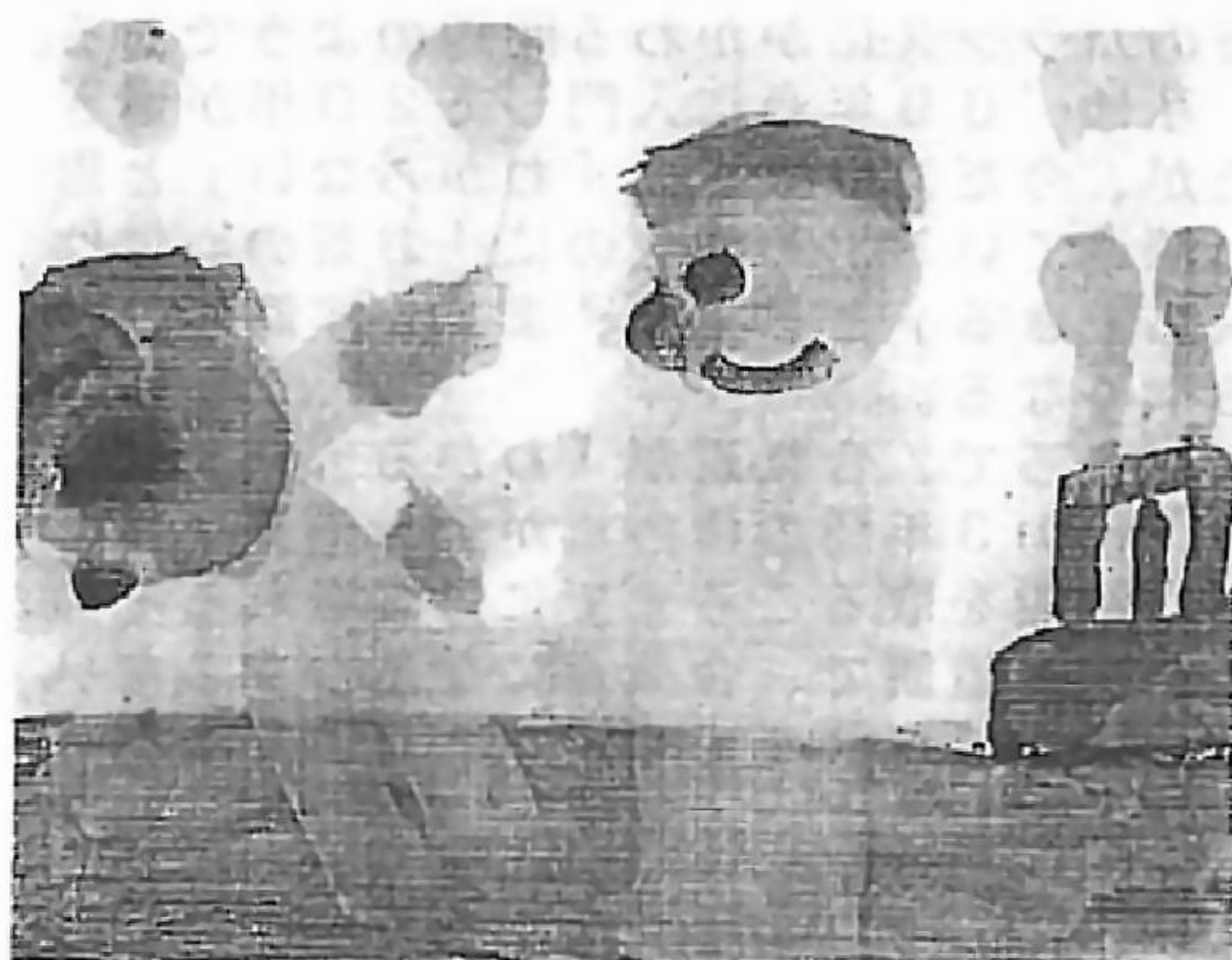
現在進行中の「これ」とは、精武館で出会ったものだ。「これ」は今のところ何であるか、自分自身よく分からない。「これ」をもとめて更に道場に通いたい。その為には他人の迷惑など顧みない。だから皆様方にはこれから付き合ってください、わかるまで付き合ってもらおう・・・と言いながら近年の稽古不足は目を覆うものがある。武産(タケムス)合気ではなく、苔蒸(コケムス)合気だとの声もあながち外れてはいまい。

私は幼い頃より、身体がたいへん柔軟性に欠けていると思い込んでいる。(実は本当である)そのため稽古においては気配りをいつも忘れない、だから大きなケガをしたことがない。思い込みはよくないが、正しく自分をみつめることは大切である。と、理解していながら、本当は出来ていないのが現状である。

合気の道は聞くとところによれば、奥の深いもののようである。男は単純明快であればいいと思っている、合気道も然りである。そんな私がどこまでやれるか、やるかまで決めていない、考えていない、思い込んでいない。

ここまで書いて混乱してきた。いったい私の性格はどうなっているのだ！ 私の合気道はどうなっているのだ！ そうだ標題は「私の性格と合気道」にすべきだ。いやいや、考えるのはよそう。苦悩がひとつ増えることになるから。

(平成2年12月8日深夜記)



昇級試験の子供達

佐治孝雄/三段

— 子供達一人一人が個性を発揮する昇級試験の模様を親の目から見ると

去る11月24日、子供クラスの昇級試験が行なわれ、私も同席させて頂きましたので、その様子を報告いたします。

当日は、日頃から中心になって指導されています中尾さんの、「合気道がちょっとぐらい上達しても何の自慢にもならない。約束事を守ることの方が大切だ」と子供達に教えていることが浸透してか、定刻4時30分には全員が整列しました。

- ① 前受身
- ② 後ろ受身
- ③ 一教抑え
- ④ 天地投げ
- ⑤ 自由技
- ⑥ 座り技呼吸法
- ⑦ 姿勢・態度

以上7項目を課題に、2名ずつ順次進められました。

稽古では出来ていない前受身が突然出来る、一発屋の我が息子孝輔、5歳。自由技において後ろ取りを要求したところ、後ろ取り後方投げの高度な応用技を見せ、審査にあたっている者同士に顔を見合せさせる、小学2年の田村君。何も技が出てこないで首だけを捻っている、同じく小学2年の某君。喋りながら突然腰投げを掛けて、受けを怒らせる小学4年の竹内君。稽古年数8年、余裕でこなすベテラン(?)中学2年の鄭(テイ)君。——等々の練習成果を発表しました。

以上の結果と稽古出席率が70パーセント以上であることを加味して、全員が後記の通り進級いたしました。

最後になりましたが、指導、審査にあたられました中尾さん、村上さん、お忙しい中有難うございました。今後ともよろしくお願い致します。

(現級留り寸前の孝輔に、満点近い高下駄をはかして頂きました村上さん、息子に成り代りましてお礼申し上げます)

合気道つれづれ

小坂君子/三段

— 天気のいい日に薄暗い室内で畳を叩くナウいスポーツの正体は

今やミーハーギャルに大人気の柴門ふみ。その人の著書「恋愛論」という本の中に、こんなことが書いてあった。

「知人の編集者で柔道一筋の男性がいた。ところが彼女ができて、とたんに趣味が柔道からテニスにかわった。その理由は、彼女に『二人で一緒にスポーツを楽しみたいもの。でも、まさか、私に柔道やれ、なんていうんじゃないでしょうね』の一言。そこで彼は、少年時代から慣れ親しんだ柔道を捨て、テニスを選んだというわけである。

いまや、柔道、合気道はずたれ、かわって若者たちのするスポーツは、スキー、テニス、スキューバ、ゴルフである。“カップルでできないスポーツははやらない”のである。はやるスポーツは“ウェアがおしゃれであること”“二人以上で楽しめる”、これが人気のポイントであるらしい」

たしかに、スキーウェア、ゴルフウェアなどは、どれもカラフルで、おしゃれで、一人ひとりの個性が表現できます。又、体力の無い現代の若者には、お金を使う「ゴルフ」の方が合っているのかもしれませんが。

カップルでできない(ごくまれに夫婦でやっているところもありますが・・・)、そしてウェアは白一色もしくは白黒ツートンカラーで、どなたも同じ。没個性の象徴であるかのような道着に身を包み、天気のいい日でも、建物の中にこもって、ドットン、ボタン畳を叩いて、ほこりたてて、その中でする合気道は、決してナウイとはいえませんか。合気道に若者が増えないのは納得です!

若者にうけない合気道をしている私は、もはや若者ではないのかしら・・・?なんて考えてしまいました。

私と合気道との出会い

釜谷哲二/6級

— 黄金の天馬と大八車とギックリ腰の
関係が今、明らかにされる！

小生が合気道と言う武道を目にしたのは、市立長田図書館であった。その本の名前は今も強烈に記憶にある“黄金の天馬”という小説であった。植芝翁の合気道創始への道程を垣間見る物語であったが、武道に不敗というものがあるものかと、不思議な気持を抱いたものでした。

それと同時に、一度自分の目で実際に合気道を見てみたい、という気持ちで電話帳を繰ってみて、神戸にも1ヶ所、石井町に道場があるのがわかり、早速拝見させていただきました。それが実に柔らかく見え、これなら小生にも出来るかもしれないと話すと、子供達までと一緒に習うという次第になり、皆様の御指導を受けるようになったのです。なにせ田舎の百姓出なもの、大八車を押す要領で技を習うものだから一向に上達せず、いまだに6級ではあるものの合気道は楽しい。

今はギックリ腰で道場は休んでおりますが、治り次第、皆様と楽しく合気道をさせていただこうと思っております。頑張るお父さんが再び登場出来る日をお楽しみに。
“乞う御期待！”

皆様くれぐれも怪我のないように頑張ってください。

ライバル登場

魚橋俊補/無級

— 第二道場で稽古を始めて約半年、突
如現れた宿命のライバルとは

去年の10月、第二道場で一教を教えてもらった。それが合気道との出逢いだった。6ヶ月位までは満足な受身が取れず、打身でアザが消えない毎日だった。でも楽しくて一所懸命だった。

稽古の時間は仕事の都合上、月曜と水曜

の2回、少ない時間だから一所懸命練習した。やっていたはずだった。

でも何度か彼の相手をして気付かされた。自分でも知らない内に、稽古に慣れ流されていることに恥かしくなった。それ程、一所懸命で熱心な彼の動きと態度だった。新鮮な驚きだった。見習おうと素直に思う。

ちなみに彼、29歳、独身、堅物で通っている眼科医。稽古に熱心のあまり、翌日の眼の手術の担当医であるにもかかわらず二教を繰り返し、稽古後のビールを持つ手が震えていた。その手術が成功したかどうかは、未だ聞いていない。

合気道と子供たち

内田陽子

— 兄弟4人揃って子供クラスに入門。
皆揃ってガンバレ！

中尾先生に声をかけて頂いて、恐る恐る(?)習いだした合気道。精武館に行きだして1年余りになりました。小学6・5・3・2年生と兄弟4人が一緒に自転車に乗りながら、長い往復もなんとか通っているようです。初めのうちはあまり行きたがらなかった弟の方も、今では土曜日には行くものと覚悟して、時間前にはさっさと用意をしています。

合気道を習うというよりは、あの広い広い道場で友達と思いきり暴れるのが楽しくて面白いようです。

去年11月には4人揃って10級を頂き、大喜びで帰ってきました。随分励みになったようで、今でも居間の壁にべたべたと貼ってあります。この免状が4枚ずつ1級1級増えていくように……。

先生方のように、大人になってからもいつまでも自分の道として、楽しみながら進んでいってほしいと願っています。

最後になりましたが、少しずつたくましくなる子供たちを見て、いつも先生方に感謝しております。これからもどうぞよろしくお願い致します。

特集・女性と合気道

- ♂ 女性は素直なので上達が早い。積極的に大きな動きを心懸けてほしい。(横田金典)
- ♂ 老若男女、誰も彼もが合気道と親しみ楽しむことはホンマええ事やで。大歓迎！しかし嫁ハンまでがするのはどうもネ、こりゃ悲劇！！(中尾眞吾)
- ♂ 女性の合気道は優雅であってほしい。きれいに動くことが真の合気道。舞の様に重心を低く安定した動きで。(去舟)
- ♂ 女性が合気道をするのは賛成。ただ、男性と体力が違うのでどうしても大変だろうと思います。女性特有の柔らかい動きは、我々男性にはなかなか出来ないので参考になる。(松平秀利)
- ♀ ピッタリの関係だと思えます。(でないと、今まで続いていないよー)(小坂君子)
- ♀ 性の違いによって合気道が何か変わるわけではない。合気道が性の違いに何らかのものをもたらすものではない。性の違いは本来的には性殖上のことである。それ以上のことは後で付け足されたものである。(森益美)
- ♀ 女性でも大の男を投げられる。何も筋肉トレーニングをせずとも、素直に宇宙と一体になれば……。これぞ女性の武道と思うのだが、現実には女性の数が少ない。技をかけるだけでなく、受けも同じ様に練習しなければいけないからだろうか。もっと増えて下さいー！(中尾明子)
- ♂ 合気道をしている女性は美しい。袴(ハカマ)は女性を特に美しく見せてくれる。宝塚の生徒、神社の巫女(ミコ)さん……。女性や年長者にもやれる武道があるのを知った。両者とも増えてほしい。(井関一生)
- ♀ はっきり言って、この頃の男の人って軟弱な人が多いと思います。背ばかりひよろひよろ高くってさ。頼りないのだ。こんな男の人を鍛え直せるくらい強い女の子になりたいな。外見はすごく女ばくって、実は強い人になりたい。(片山瑞穂)
- ♀ 合気道が強かったら、かっこよくていいと思う、女はやっぱり強くなっちゃ！(片山摩耶)
- ♂ 男女差がないスポーツなんて、そうザラにはないのでは。酒量も差がない(?) (北川幹仁)

平成3年・今年の抱負

- ♂ これからも合気道の縁によって知り合った人達と、もっともっと仲良くやっていきたいものだ。又、第二道場も手狭になっているので30坪ほどの土地があれば、良い道場が出来るのにな、と叶わね夢を追っかけている。(中尾眞吾)
- ♂ 平成2年の年頭の抱負に週2回以上ときめたが、1回がやっとでした。平成3年は目標週2回以上、道場以外の合気道を工夫したい。(去舟)
- ♂ 昨年は週2～3回の稽古をすることが目標だったが、なんとか週2回位はできたと思うので、今年も出来る限り稽古を続け、“あなたと稽古して良かった”と云われる合気道をしたいものです。(松平秀利)
- ♀ 今まで通りマイペースでやっていきたい。(小坂君子)
- ♀ 今していることを続けることー「快食、快眠、快ベン」。国も人も望みもせぬのに八方拡がり。マネする事の無きに坐る。(森益美)
- ♀ それぞれ短いけれど、週に5回も稽古着に着替えて、汗かいて、転がって、投げて、投げられて、ホンマに合気道が好きになってしまったようです。平成3年も楽しくやるしかなさそうです。(中尾明子)
- ♂ 腰も手首も痛めず、ひたすら無事に稽古を続けたい。(井関一生)
- ♀ 中尾先生を負かすこと、ただこれのみ、はははははー。Some day 合宿に行きたい。(片山瑞穂)
- ♀ たくさんの技をできるだけ覚えるようにしたい。(片山摩耶)

めざせ7級

竹内ゆう子/7級

- 子供クラスの内幕をレポートする -

私が合気道を始めてから1年ほどたったころ、私の友達が入ってきて、合気道がよけいに楽しくなりました。そのころから合気道を始める子が多くなってきて、広くみえた道場が、急に小さくなったような気がしてきました。

私の友達は、「中尾先生のいる時の合気道がいちばん楽しいと思う」と言っています。私もそのほうがいいです。中尾先生は、時々いたいわざや、むづかしいのをやるけれど、その方がはり合いが出るから、やる気になれます。

今度のしけんに合格したら、私は7級になれます。練習をもっとがんばって、7級になりたいです。

中尾先生と村上先生のちがい・パートⅢ

竹内 亮介/7級

- 評判のこのシリーズもパートⅢへ

僕が初めて合気道をやった時は、中尾先生も村上先生もこわくありませんでした。僕はその時、2年生でした。合気道的人数も10人ぐらいでした。2年生で11月に、しけんをうけました。僕は、級なしだったのが、10級になりました。

3年生になったら、村上先生はこわくありませんでしたが、中尾先生はずいぶんこわくなりました。合気道的人数もふえて20人以上になりました。3年生で11月に、しけんをうけました。そして、今まで10級だったのが、一気に8級になりました。ひょうしょうじょうをもらった時、すごくうれしかったです。

4年生になったら、村上先生はかわらないけど、中尾先生は3年生の時よりもすごくこわくなりました。合気道的人数も30人ぐらいになりました。

もうすぐしけんです。今度も級が上がったらいいと思いました。

合気道に入って

釜谷 龍/7級

- しんどくても休まない理由は

ぼくが合気道に入って、二年以上たちました。初めのころは、遠くて、しんどいなあと思っていましたが、今では、そんなにしんどくはありません。しかし、帰りは、のぼり坂が多いので、今でも帰りはしんどいなあと思います。

けれど、いくらしんどくても、特別な時以外は、あまりやすみません。それは、合気道に、何かひかれるものがあるからです。その一つは進級です。年に一度しか、しけんがないので、よけいに、上りたいという気持ちが強くて、合気道にひかれるのだと思います。

これからも、よろしくお願いします。

友だちがふえたよ

高村昌幸/8級

- 合気道する→友だちが増える→...

ぼくはあいきどうがすきです。あいきどうをすると、友だちもふえていきます。ぼくは、あいきですきなのは、かたてどりとか、りょうてどりとかです。どうやってふえていくのかというと、「いっしょにれんしゅうしょ」といつてくれるのです。そして、友だちがふえていくのです。どんどん友だちがふえてくるのです。

それだし、せんせいだってやさしいし、いろんなことや、いろんなことや、こまかいところまでおしえてくれるし、すごくいっぱいわざをおしえてくれるから、ぼくは「すごい！」とおもいました。

ぼくは、ようちえんからはいったけど、せんせいにおしえてもらったから、うまくなったとおもいます。でも、ぼくはじぶんでも、「まだうまくないな」と、おもいます。ぼくがへただった、てんちなげは、うまくなりました。

楽しい合気道

田村 典子/8級

—子供クラスで一番楽しいのは

わたしが4年の時、竹内さんにさそわれてはいった合気道。最初は、うけみでかたの所にあざができたけど、1カ月半ほどでちゃんとうけみができるようになり、わざもちよっとおぼえました。

合気道に行って一番楽しい時は、先生の自転車に乗って帰る時です。先生の自転車は大きいから、4人乗りぐらいまでできてとても楽しいです。

合気道は、一年に休みがあまりないから、休みたくなる日はあまりありません。

一回も休みなしで合気道に行きたくて、合気道がある日にかぜとかをひいたら、すごくいやです。土曜日に合気道がないと、なんとなく土曜日というかんじがしません。

私はいろいろならいごとをしているけど、合気道は、そのなかでいちばん楽しいです。

もっとがんばるぞ!

内田 哲平/10級

—ようちゃんが来ないと淋しいけど

ぼくは、合気道はぜったいに休みたくないです。いっぱいわざがあつてたのしいし、

おもしろいです。ぜったいに休みたくないです。

じてん車でいくときもおもしろいです。じてん車でつうこうしているとき、ときどき、ようちゃんがこない時があると、ぼくはさみしいです。

でも、合気道をしていると、ぼくは楽しくなります。そんな合気道が、ぼくはだいすきです。これからも、休まないようにがんばって、合気道をもっともっとうまくなるようにがんばります。

じょうずになりたいな!

内田 文(アヤ)/10級

—力が強くなったなあと思うこの頃

わたしは合気道がすきです。だからこれからも、できるだけ休まないで、合気道をつづけたいと思っています。そして、もっともっとうまくなるように、どりよくして、合気道をはなします。

わたしは合気道を始めてから、ほんとうに力が強くなったなあ、自分でもかんじるほどです。今でも、本当に合気道にはいついてよかったなあ、とか、合気道っておもしろいなあ、とか思います。

わたしは、これからも合気道のけいこをいっしょうけんめいして、合気道がうまくなるようにします。



基本技を考える②「入身投げ」

最初に世に出た合気道の解説書である「合気道」(道主著・開祖監修、光和堂、S32発行)には、入身投げについて以下のように述べられています。

「入身投げとは、半身に構え、相手の線を外して相手の力を捌き、或いは制しつつ、相手の側面に入り投げる技を言う。これは、掴んだり、ひっかけたりして投げるのではなく、瞬時一指も触れずして、行き違いに相手のあばらを一撃し、更に右に左に投げるため、その効果たるや大きく、その早きこと、道主の言を借りれば『電光石火と言うような感ではない』というぐらいである。これは最も合気道の特徴を生かした技であり、これ亦基本技であると共に、極意技の一つに数えらるべきである。

過ぎし年、入門した或る武道家が道主に向い、『私は過去6ヶ月先生について教えを頂いたが、残念なことにまだ極意の技を教えて頂かない。先生、極意技とは如何なるものか形だけでも見せて頂けないでしょうか』と、言ったことがある。道主は呵々と笑いながら『君は何を言っているのか。日々極意の技をやっているではないか。今日教えた入身の投げ技などは、極意中の極意だ。奇想天外な極意などというものは、武道に於いてはあり得ないよ』と言ったことがある。

この一事を以てしても、極意は日常の教えの中にあり、基本技法の中にこそ深く蔵せられていることが判る」

さて我が神戸支部の皆さんの声を聞いてみよう。

[注：♡ = 入身投げが大好き、♥ = 好き、☺ = 普通、☹ = 嫌い、☹☹ = 大嫌い、☹☹☹ = その他]

- ♡ 首ねっこを押えて四つん這いにさせてから、起こして投げるのが気持ち良い。(去舟)
- ☺ 相手の攻撃をさらりとかわし、側面に入って投げる入身投げ。このかわすタイミングが難しいけど、好きな技です。日常生活においても、嫌いな人とは入身投げのようにさらりとかわせたらいいですね・・・。(小坂君子)
- ☺ 「好き」と思って付き合っていると、いつか上手になるのではないか、と思うから。「好きこそものの上手なれ」ともいいます。続けているうちにいつか「大好き」になっていたら最高です。(井関一生)
- ☺ 別にこれと言って理由はない。大好きな技は片手取りだよ。(片山瑞穂)
- ☺ 前うけみが好きだから。(片山摩耶)
- ☺ わりと体捌きが簡単(?)なんで、ワザがきまりやすいのでは。受けるのも後ろ受身で、僕のような初心者向けだと思います。(北川幹仁)
- ☺ 相手の側面に入る時、踏み込むタイミングが難しいー特に正面打ちの場合。(松平秀利)
- ☺ 難しい! 「入身投げ」というより、“入身”の位置になかなか入れない。難しい。受けもしんどい。でも合気道らしい技なので、もっと練習をしたいと思う。(中尾明子)
- ☺ じょうずになげれないから。(高村昌幸)
- ☺ 始めたばかりなので、好き嫌いをいわず、なんでも吸収できたらと思います。(佐野早苗)
- ☺ 好き、嫌いと言える程稽古をしていない。(森益美)
- ☹ むずかしいから。(竹内ゆう子)
- ☹☹ 四つん這いにされるのがしんどい。(去舟)
- ☹☹ むずかしい。(竹内亮介)
- ☹☹☹ 相手により、その日の気持ちにより、好きになったり、嫌いになったり、悩んだり、悩んだり・・・。極意技といわれるが、真似だけではこれほど様にならぬ技はない。(横田金典)
- ☹☹☹ 合気道を始めた道場(灘区にあった)では、稽古の初めはいつも「入身投げ」だった。相手に近付き、首ねっこを強引に掴み、あごを思いっきりこすりあげ、頭を畳に叩きつける・・・なんと荒っぽくなんと合気道と懸け離れた稽古をしていたのだろうか。しかしあの後のビールも、今と同じ様に大先生の贈り物だ。(中尾眞吾)

「入身投げ」について

浜崎 正司/六段

入身投げは、合気道の基本技のなかでも最も大切な技です。互いに触れあう一瞬（出合い）、半身の構えから相手の動きの延長線を外して、その動きとすれ違うと同時に、相手の死角に入るのが「入身」なのです。ここで大切なポイントは、その時の足の動きをスムーズに行なうことです。

この動きを会得すれば、他の多くの技へと応用でき、一瞬の擦違いで、攻守ところを変えることができます。

相手の動きを充分注意しながら、稽古をして下さい。



みんなの伝言板です

精武館 瓦版

メッセージ待ってます！

中尾眞吾さんより

もっともっと稽古をしましょう。それと第二道場の木・金の夜の稽古が空いていますので、誰か責任を持ってやってくれませんか？

北川幹仁さんより

灘屋さんへ。あまりおいしい酒と料理を置かないで下さい。ついフラフラと寄ってしまいます。酒量と稽古量は比例する??

た。練習中に上手な人が「いっしょにしょっ」と声をかけてくれますが、その後にもう一言つけくわえます。「この子とやったら楽やからなあ」 うー！すごくくやしい一言です。こんなこと言われたいくらい早く強くなりたいです。先輩方、この未熟者をよろしく。

小久保宏さんより

明石道場へもどうぞ大勢来て下さい。

小坂君子さんより

編集担当の皆様。いつもお世話様です。楽しい通信を期待しています。

片山瑞穂ちゃんより

①中学生の人たちも大人の部に来てみたらいいのに。おもしろいよー。

②大人の部に通い出して8ヶ月になりました

事務局だより

1. 平成2年度 遠藤師範 神戸支部御指導スケジュール

① 3/31(土)～4/1(日) 精武館および王子スポーツセンター

② 7/7(土)～7/8(日) 精武館および甲南大学武道館

※ 9/22(土)～9/24(月) 長野県佐久合宿(神戸支部より16人参加)

③ 10/6(土)～10/7(日) 精武館および甲南大学武道館

※ 12/23(日) 豊中響(比'キ)道場講習会(神戸支部より22人参加)

2. 第6回合宿

恒例の秋の合宿が下記の要領で、去年と同じく新舞子で行なわれました。

日時：平成2年11月10日(土) JR網干駅15:30集合、11月11日(日)13:00現地解散

場所：御津町体育館 & 美津和荘 (TEL:07932-2-1212) 兵庫県揖保郡御津町新舞子

スケジュール： 11/10 16:00-18:00 稽古 19:00-21:00 夕食、宴会

11/11 9:00-12:00 稽古 稽古後、美津和荘にて昼食

参加者：横田、村上、中尾(眞)、中口、川端、小久保、西嶋、佐々木、佐治、松平、小坂、草野、河元、麻植、中尾(明)、阪野、土田、浜田(一)、浜田(英)、神井、佐伯、中、田中 (以上23名敬称略)

3. 昇級おめでとうございます！

平成2年度の子供クラスの昇級審査が11月24(日)行なわれ、以下の皆さんが昇級されました。なお、一般クラスの昇級・昇段審査は平成3年1月に行なわれる予定です。

6級：西田耿栄、鄭成裕、菅原久志

7級：竹内ゆう子、竹内亮介、釜谷龍

8級：高村昌幸、佐治孝輔、田村典子

準8級：鈴木貴也、鈴木朋之

9級：田村政人、永田晴夫、中村かおる、中村健一郎、有本央子、有本太郎、内田正太、内田阿蘇彦、内田文、内田哲平、野上陽一郎

準9級：片島宏介、廖健大

合気道について(入門を希望される方へのご案内)

合気道は昭和の初め、今から約66年前に不世出の武道家・植芝盛平によって創始され、戦後一般にも急速に普及されてきた武道です。植芝盛平開祖を道主として昭和23年に組織されたのが財団法人・合気会で、現在は子息である植芝吉祥丸現道主に引き継がれています。(財)合気会は国内に300以上の支部、道場と世界約50ヶ国の支部に、約120万人の登録者を持つ、合気道の正統的かつ最大の組織です。

精武館はこの合気会の神戸支部道場で、今年で創立32年の伝統を持ち、自由で明るい気風を特色としています。

合気道について創始者の植芝盛平は次のように述べています。

- ・合気とは、敵と闘い、敵を破る術ではない。世界を和合させ、人類を一家たらしめる道である。合気道の極意は、己れを宇宙の動きと調和させ、己れを宇宙そのものと一致させる事にある。合気道の極意を会得したものは、宇宙がその腹中にあり「我は即ち宇宙」なのである。
- ・合気とは「愛」であり、天地の大愛を心として、あらゆるものを愛護することを自己の使命としなければならない。真の武は自己に打ち克ち、敵の闘う心をなくす・・・いや、敵そのものをなくしてしまう絶対的な自己完成への道なのです。
- ・合気道においては常に相手がなく、相手があっても、それは自分と一体となっていて、自在に動かせる相手なのです。

合気道練習上の心得

合気道開祖・植芝盛平

- 一、合気道は一撃克く死命を制するものなるを以て 練習に際しては指導者の教示を守り 徒に力を競ふべからず
- 二、合気道は一を以て万に当るの道なれば 常に前方のみならず四方八方に対せる心掛けを以て練磨するを要す
- 三、練習は常に愉快に実施するを要す
- 四、指導者の教導は僅かに其の一端を教ふるに過ぎず 之が活用の妙は自己の不断の練習に依り始めて体得し得るものとす
- 五、日々の練習に際しては先ず体の変化より始め 逐次強度を高め身体に無理を生ぜしめざるを要す 然る時は如何なる老人と雖も身体に故障を生ずる事なく 愉快に練習を続け 鍛練の目的を達する事を得べし
- 六、合気道は心身を鍛練し至誠の人を作るを目的とし 又技は悉く秘伝なるを以て 徒に他人に公開し或いは市井無頼の徒の悪用を避くべし

以上

編集後記：昨年は東西ドイツの統一、ソ連の自由化の動きなど世界史に残る様な転換の年であったようです。バブルは弾け、本来のものが求められる・・・。

合気の心酔者を増やすに理屈はいらぬ、気持ちよく投げ飛ばしてやればよい。合気の本質は、やはり合気の技に具現された合気の心ではないでしょうか。創始者植芝盛平翁が生涯を懸けて求め残された合気の技の鍛練を通して、私たちも一人でもよい、その心が伝えられたらと思います。

今年も皆さんにとってよい一年でありますように。

〈精武館通信編集グループ： 小久保宏、和田越子、和田正志(編集・文責)〉

神戸支部および関連道場案内

〔財〕合気会神戸支部・精武館

所在地：〒652 神戸市兵庫区石井町8-2-12

☎(078)521-3343

支部長：山端一夫

交通手段：JR神戸駅より神戸市バス7系統「三ノ宮」行き
に乗車(約10分)「石井町」下車、山側すぐ

稽古時間：〔一般クラス〕火曜日 18:30-20:00

土曜日 18:30-20:00

日曜日 10:00-12:00

〔子供クラス〕土曜日 16:30-17:30(合同練習)

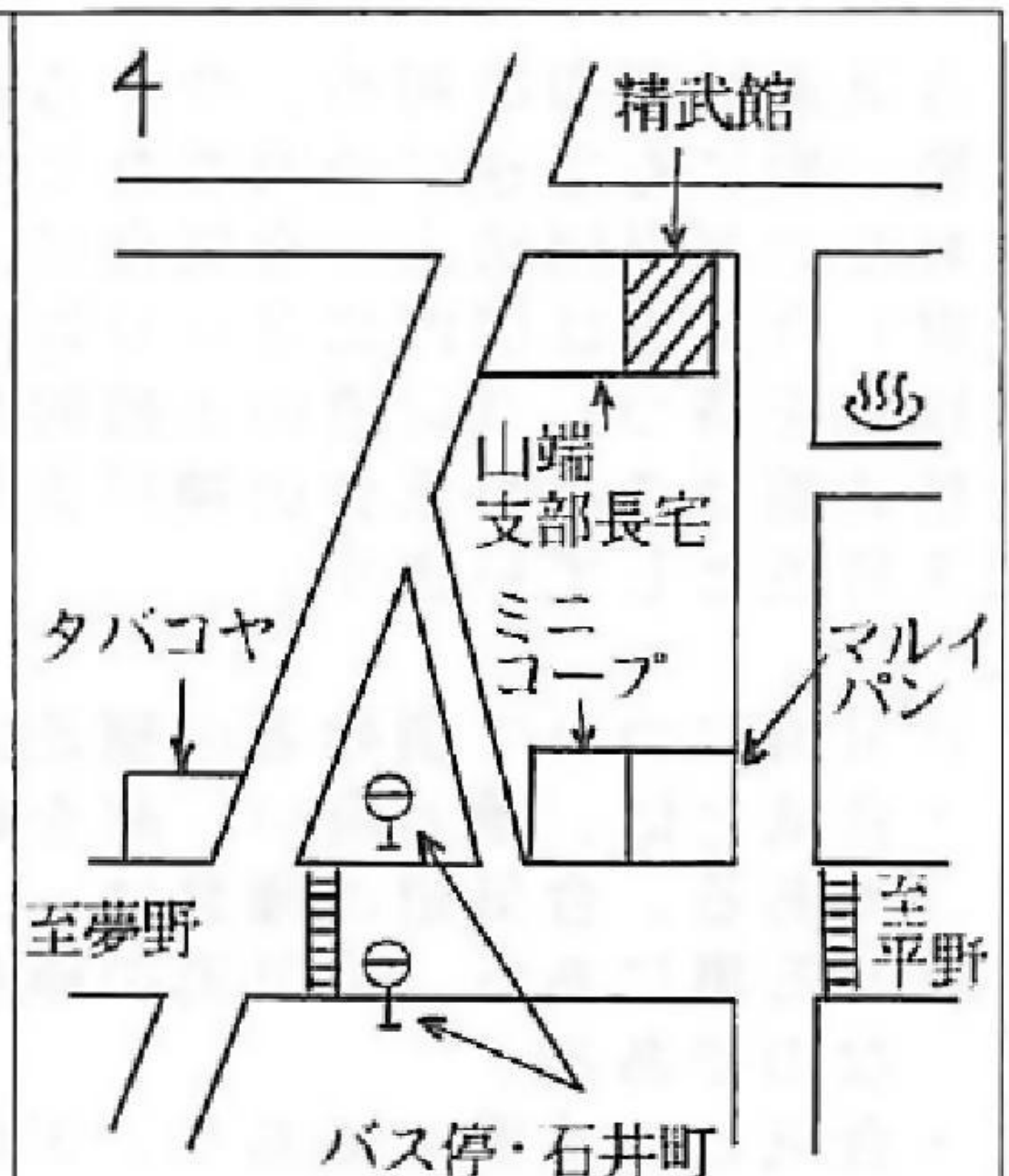
// 17:30-18:00(中学生)

入会金：一般クラス 2,000円

子供クラス 2,000円

会費：一般クラス 2,000円/月 (スポーツ保険含む)

子供クラス 1,000円/月 (//)

**精武館・第二道場(中尾道場)**

連絡先：〒650神戸市中央区北長狭通8-1-1

☎(078)341-3980(自宅)/341-6395(酒之灘屋)
/382-1659(道場)交通手段：JR神戸駅または阪神電鉄・西元町駅を北へ、
宇治川商店街 藤内商店の西側すぐ

代表者：中尾眞吾

稽古時間：月曜日 ----- 18:30-20:00

火曜日 7:00- 8:00 -----

水曜日 7:00- 8:00 18:00-19:30

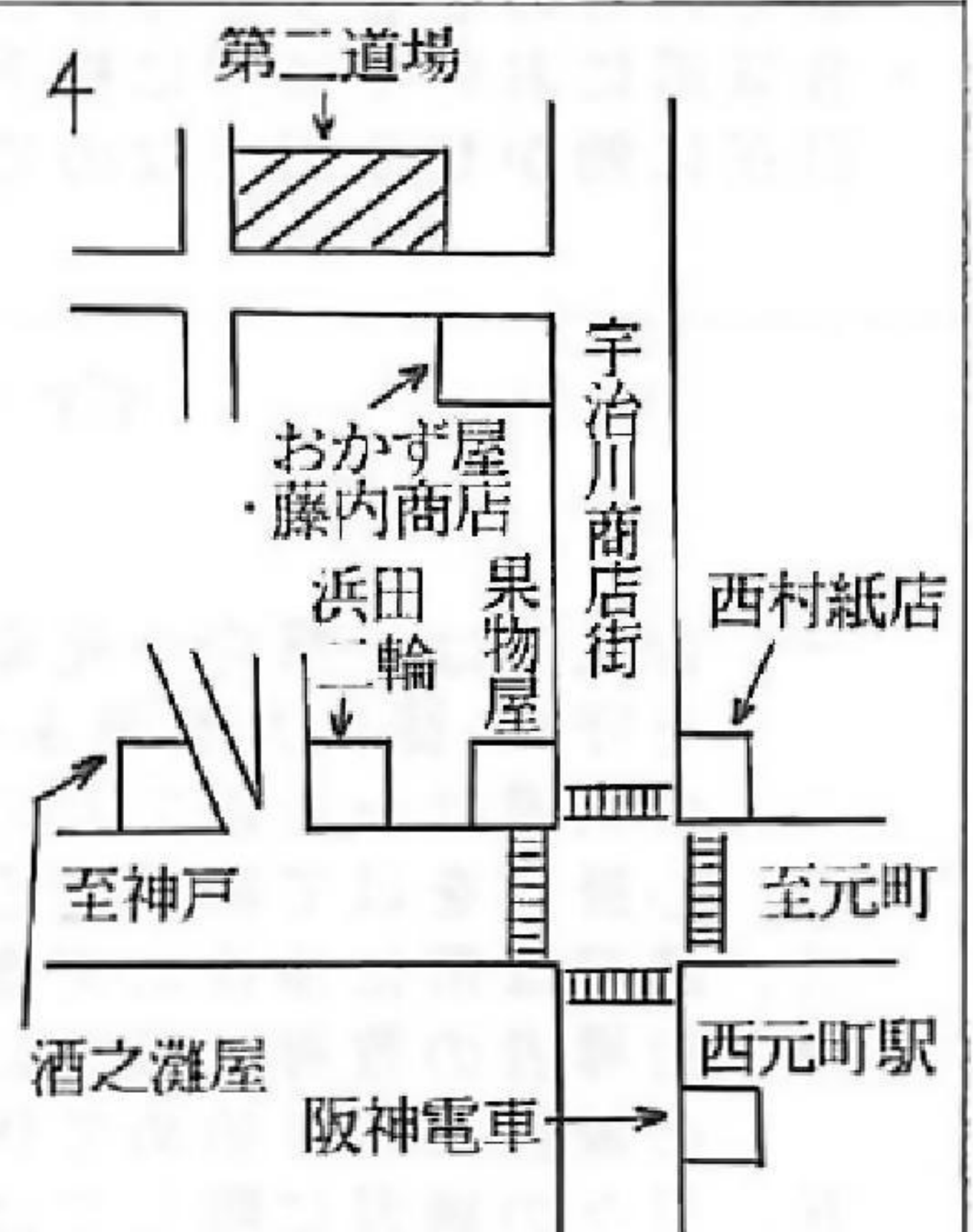
木曜日 7:00- 8:00 -----

土曜日 10:00-11:30

入会金：不要 (但し会費5ヶ月分前納)

会費：2,000円/月 (スポーツ保険含む)

(但し神戸支部会員は1,000円/月)

**明石道場(大蔵コミセン・合気道サークル)**

所在地：明石市西朝霧丘4-7 大蔵中学内

大蔵コミセン1階

☎(078)912-3620

交通手段：JR明石駅東口ステーションデパート前より、
明石市バス「明舞団地行」「朝霧駅行」「松ヶ丘
5丁目行」「朝霧2丁目行」のいずれかに乗車
(約5分)、「明高下」下車、徒歩2分

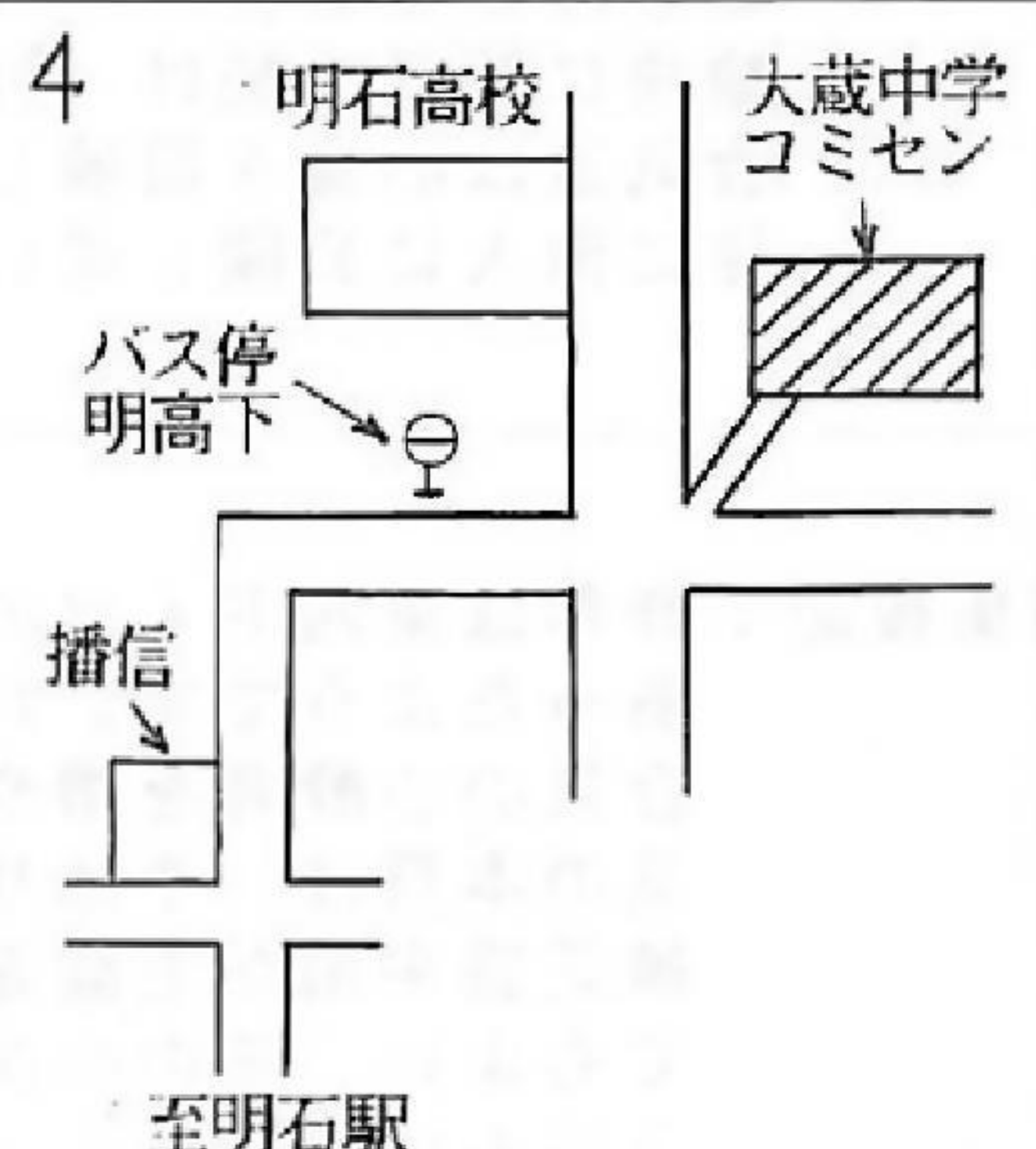
代表者：小久保宏

講師：濱崎正司

稽古時間：水曜日 18:30-20:00

入会金：1,000円

会費：1,000円/月 (神戸支部会員は無料)



☆ '91年10月 神戸支部・加古川道場 オープン予定! ☆