

せいぶ館通信

第7号(通算13号) / 1998年10月 / 発行: (財)合気会神戸支部せいぶ館 / 道場長: 濱崎正司 支部長: 中尾眞吾
編集: 和田正志 林英美 春名美穂 宮野真紀(イラスト) / ☎650-0011 神戸市中央区下山手通8-20-17 えぬビル 3F
白蔵林内 ☎(078) 382-1659 FAX (078) 341-3980 URL: <http://www.ne.jp/asahi/aikido/seibukan/>

なんとなしに いつもの どっちでもええ話・・・

中尾眞吾支部長 / 五段

JR灘駅の近くに「武徳館」という道場があった。佐治君や佐々木君が稽古仲間だ。稽古後には、今と同じ様に、のどの渴きを癒しにビールのある所に行く……。猛烈に食べ、猛烈に飲み、よくシャベッタ……。一教がどうの、入身投げがどうの……。性懲りもなく毎日毎日合気道の話だ。その道場も十三に移り、通うのにはちょっと遠いので、自分達で西代にあったスポーツ会館(今の県立文化体育館)で週に1度の稽古を始めた。そこでも、近所に「お誂え」のぎょうざ屋があり、お好み屋があった。石井町の旧精武館に入会後も、東山商店街の食堂とか、寿司屋とか、ラーメン屋へ出入りしたものだ。打越さんや和田君や越ちゃんやら、10人ほどの人達と連れ立って三宮まで遠征をしたのもこの頃だ。

思い返せば合気道のある所、いつもアルコールが付き物だった。よくもまあ30年もの間、身体を壊さずに酒も合気道も続けてこられたものだと思う。合気道のお蔭で、元気においしくアルコールとも親しめたのだろうけど、合気道をしていなければこんなに飲まずに済んだのかも知れない……。酒のお蔭で、いや合気道のお蔭で、こんなに多くのええ人達と仲良くなれたのだろう。やれ四方投げだ、やれ小手返した、と2時間も3時間もコーヒーだけではこうもいかない! ウン! 昨日も田中君、嶋田君、春名さんと、吟醸酒の店に行き、焼鳥屋に足を延ばし、居酒屋でクダを撒いてきた。帰ったのはもう深夜を過ぎていた……。アホやなァ……。

これからも、私と合気道と酒とは縁が切れないと思うが、もうちょっとホドホドに稽古をして(と違う違う。酔うて来たかな?) もうチョット酒をほどほどにして、宮本武蔵の「鍛錬」の「練」の「万回の稽古」を生涯の目標に合気道を楽しみたい、と思う。又何年か前に山口先生がおっしゃられた「酒の毒を稽古で出すのではなく、稽古の後でアルコール」でありたい、と思っている。[98/10/10記]



平成10年9月度 昇級・昇段おめでとうございます

初段：桃山浩明 ラッセル・トロット

1 級：松田和手

3 級：衛藤謙二

4 級：藤原柏佳 久河浩也 ゲイボー・フレデリック

橋本博文 ランディ・ボルク 宮野真紀

5 級：玉置恵穂 藤原一茂 香名美穂

秋口勝剛 坂井達也 坂本昭仁 石田史雄



昇級昇段審査について

濱崎正司道場長／六段

平成10年度の第2回の審査を9月27日に審査基準に基づき稽古日数を受験資格の第1要件として行いました。日頃の稽古の結果を披露することが出来たことと思います。

受験者は初めて受験する方が主力であったため合気道の基本の動き、体捌きを中心に審査が行われ、それぞれの方に日頃の努力の結果を見ることが出来ました。

相手との姿勢・間合い・技のリラックス度・タイミング・スピード・バランス・呼吸力等について、3名で審査を実施しました。

- ・全体的には姿勢は良い。(相半身・逆半身の構えが十分でなかった)
- ・間合いは、初めての方が多いためか形にとらわれて十分とは言えない。これからの練習で注意し、心掛けることが大切である。
- ・技のリラックス度に関してだが、審査で「力の入った人」が多く見受けられた。肩の力をぬき柔らかな動きの中で、タイミングを計り、スピードを要求される。
- ・級を受験した人達にバランスが崩れた人が多く見受けられた。
- ・1番大切なことは、呼吸力を使っているかという事。まだ力に頼っている人が多く見受けられた。(座技の呼吸法の最後は足と背筋を伸ばした姿勢のこと)

受験者の皆様にはそれぞれ段位・級が与えられたが、この段・級はこれから稽古を積む出発点であることを十分認識し、日々の稽古に精進されることを心より願うとともに、怪我のない楽しい稽古が続けられることを希望します。

初段を頂いて

徳山浩明／初段

この度は、初段に昇段させて頂き、ありがとうございました。

旧第二道場に入門して以来5年間、週に1、2回のペースで稽古をし、途中、足が遠のいた時期もありましたが、こうして黒帯を絞めることもできるようになり、続けて良かったと実感しています。

この1年間、私は稽古をしっかりとやり、色々な行事にもできる限り参加して、熱心に合気道に取り組むたいと思っていました。

そして、5月には日本武道館での演武会、モスクワ合気会の人たちや、トライアルウィークで中学生の子たちと接し、神戸支部40周年の記念行事、そして先日の合宿に参加する等、自分なりに充実した1年でした。

多くの人たちと稽古して感じたことは、人間も技も、人それぞれ個性があり、世の中には上手な人がたくさんいるのだから、せいぶ館の中だけでやるのもいいが、違う道場に行ってみることも必要だな、ということです。

これからも、袴をはいているからといって気負わず、人の良い所を吸収して技の上達に努めると共に、誰とでも気持ち良く、笑顔で稽古できる人間になりたいと思います。

合気道

ラッセル・トロット／初段

I started aikido almost 5 years ago in France. At that time I was training for the national rowing championships, but I enjoyed aikido so much that I practiced whenever I could.

In France there are 7 kyu grades. In my first test I enjoyed to 5 kyu and felt very proud of myself, until my teacher said, "You only really begin aikido after Sho dan." That brought me back to earth with a thump. I thought I could see the how long the road would be, but I never expected it to bring me this far from home. since then I have practiced in 4 other dojos, 2 in England and 2 in Japan.

One of my goals in coming to Japan was to pas my Sho dan here. It is still hard to believe that I have done it, especially on the days when I feel that I know nothing (and there are lots of those). I am very happy to take step in the Seibukan dojo. Not only can

I practice every day, but the people we can practice are very friendly.

There are also a lot of opportunities to practice and socialize outside the dojo, such as the training camp in Tnbaso. I have one question. Was that a training camp for aikido or for drinking? I went to a training camp in France where I practiced for 3 hours in the morning and 2 hours in the evening everyday for a week. There was very little drinking (I think we were too tired for anything other than aikido). On the other hand, in England there was a party after the training camp, but that party didn't last longer than the training session!

I would like to thank everyone who has helped me to get this far and congrtulate everyone who took their test in September. Let's all keep practicing and maybe in 20 years we'll be able to do it right.

(参考) 私は5年ほど前に合気道をフランスで始めました。当時私はボートの全国大会に向けてトレーニングをしていましたが合気道がとても楽しいので、できるときはいつでも稽古をしました。

フランスでは、7つの級があります。初めての昇級試験で5級になり、ちょっと有頂天になっていた時、私の先生がこう言ったのです。「初段になってからが本当の合気道の始まりだよ。」この言葉にハッと目が覚めました。それと同時にどんなに合気道というものの道が長いのかを分かることができたように思います。それにしても、合気道のために故郷を離れこんな遠くの国、日本にやって来るなんて考えてもみませんでした。私はこれまでに4つの道場で稽古をしたことがあります。2つはイギリスでもう2つは日本です。

日本に来る目的の1つは、ここ日本で初段を取ることでした。まだ何も合気道というものを分かってないと感じている(こう思っている人は沢山いると思いますが)、そんな時に初段になるという快挙を成し遂げたことまだ信じられません。私はせいぶ館に出会えたことをとても嬉しくおもいます。ここは毎日稽古ができるだけでなく、一緒に稽古する人々は親切、友好的です。

せいぶ館には稽古をするための機会が沢山あり、道場以外での社交的イベントもあります。例えば、たんば荘での合宿などです。1つ尋ねたいことがあります。あのたんば荘での合宿は合気道の稽古のためのものだったの

でしょうか? それとも宴会でお酒を飲むためのものだったのでしょうか? 私はフランスでも合宿に行きました。そこでは1週間、毎日午前中3時間、午後に2時間の稽古をしました。お酒はほとんど飲みませんでした。(あまりにも疲れすぎて合気道以外のことは、できなかったんだと思います)。一方、イギリスでは合宿の後パーティがありました。それも稽古時間より長くは続いていません!

ここまで私を助け導いて下さった皆様に感謝しますと共に、今回、昇級昇段された皆様におめでとうを言いたいです。みなさんこれから稽古を続けていきましょう。多分20年もすれば、上手くできるようになるでしょう。

合宿の歌

Show me the way home
I'm tired and I want to go to bed
I had little drink about an hour ago
And it's gone to right my head
Wherever I may roam,
overland or sea or foam
You'll always hear me singing this
song
Show me the way to go home.

今、合気道が出来ることに感謝

松田和子/1級

この度は、昇級させて頂きありがとうございました。こんなに続くとは思いませんでした。今では、合気道は大切な生活の一部です。うん? どんな生活をしているのかって!? 仕事、合気道、杖、エアロビクス、サウナ、酒ですねえ……。

合気道はちっともうまくなりません。この前も、濱崎先生に「松田さんは、女らしく、触れただけでも倒せるように頑張ってください。」とのお言葉を頂きました。身にしみましたぜ!

合気道と平行して、杖道も習っています。あっ、小畑先生すみません! こんな、いいかげんな生徒いませんよね。いつもご迷惑おかけしております。杖を始めたきっかけは……。あれは1年半前、ある人に言われた一言でした。

「まっちゃんは、真剣なことから目をそらせて、笑って済まそうとしてるんじゃないの……。」

まさしく大当たり、図星で涙が出そうなくらい衝撃的でした。相手の目を見て、真剣に相手と(自分と)向き合うのが怖かったんだなあ……。

杖をしている時は、ごめん。ヘラヘラーでは許されませんものね。ここだけの話……「ある人」というのは、某東京に在住していらっしゃる、男前で、酒が強く、杖の達人のM先生なんですよ。

私の夢は「合気道の臨機応変な柔軟さ! と、杖の研ぎ澄まされたキレ!」を持っている人間になること。同級生は、主婦として母親として頑張っている人がたくさんいます。私は、なんと恵まれた(?) ことか、武道に時間を費やすことが出来る環境にあります。初段をもらえるまで、頑張るぞお!!!
オー!

せいぶ館の皆様、これからもよろしく仲良くして下さいね。

最後になりましたが、道場を提供して下さいの中尾(眞吾、明子)先生には感謝しています。ありがとうございます。

やれば、できる。

衛藤譲二/3級

突然ですが、最近私は「お腹が出てきましたねえ。」とよく人から言われます。自分では余りそうだとは思っていませんが、周りから言われるのなら、本当の事なのかも分かりません。原因を考えてみると、納得できる原因がありました。

私には合気道の前からやっていて、合気道にも持久力の点で十分役に立っている自転車の趣味があります。ロードレーサーと呼ばれるトライアスロンでも使われるドロップハンドルでタイヤが細いタイプの自転車に乗って毎週日曜日に坂道を中心に約60km走っています。そして、その練習の延長として8月30日に鈴鹿サーキットでの自転車レースに参加してきました。

結果はともかくとして問題は、そのレース前1週間の食事にあります。レースで速く走る為には軽い自転車と良いエンジンが必要なのですがそれは短期間ではどうにもならないので、せめてもの努力として、体重の減量を試みる事にしました。月曜日から土曜日までの6日間、禁酒をして夕食を例えばスイカだけというものにしてみました。合気道の稽古には普通どおり通いましたが、そのあとでビールが飲めなかったのはかなり辛い修行でした。

しかし、レースを走り終えた後で待ってましたとばかりに飛びついたビールのなんと旨い事。「体も調子いいし、ああ禁酒してよかった。」そしてそれから前の週の分を取り戻すべく毎日旨い旨いとたくさん飲み続けたのでした。たぶん、こんな所が原因となって初めの指摘を受ける事になったのだと思います。

今回、3級をいただきまして、ありがとうございます。目先の事にとらわれずに、普段から一步一步着実にがんばろうと思いますので、皆様よろしく願います。

4級に昇級させて頂いてゐるぞい 〇〇

篠原伯佳 / 4級

この度は、4級に昇級させて頂いてありがとうございます。わたくし、しのら一は、今年の4月から晴れて学生になる事ができ、稽古も働いている時よりも少なくなりました。(あかんがな)。でも働いている時には行けなかった朝稽古に行けるようになりました。朝稽古が、こんなにいいとは知りませんでした。朝、ええ汗を流して、昼間、学校で寝る。こんな気持ちいいことがあるのでしょうか？ 学生最高っ。さて、今回の昇級試験は学校の前期試験と重なっていましたが、わたくし、しのら一は、学校の試験よりも昇級試験を優先し、試験稽古に専念しました。その結果、4級に昇級させて頂いてほんとにうれしかったです。なんと学校の試験も、1つも単位を落すこと無くパスすることができました。これも、わたくし、しのら一の見えない努力の賜物だと思っています。これからは、文武両道の道を歩もうと思います。それではみなさん、こんなしのら一ですが、末永く長い目で見守って下さい。さようなら。



Studying AIKIDO ㊦

ゲイボー・フレデリック / 4級

It is difficult for me to write about aikido because I am a beginner and I don't know much about it. Anyway I am going to try to explain why I am studying it.

Seven years ago I came to Japan to study karate at that time I was a kickboxing student. I was deceived by karate. My house was near an aikido dojo so I visit it. I didn't understand what they were doing but they looked like having fun. So I enter the dojo and study 2 month there. Since then I study aikido whenever I can. I want to study martial art all my life so I study arts in which technique is superior to muscular power and in which there is no risk of injuries.

I studied judo for three years and I liked it very much because you can use 100% of muscular power so it is a good workout. Also the technique are beautiful and efficient but I noticed that in my dojo nobody was older than 40 years old and many have to stop because of injury. I began to have lower back pain and I quit.

I never saw anybody get injured practicing aikido. Also many old people study aikido and they are better than the young. It is encouraging not to worry about losing a bit of power if I can compensate with experience technique and sensitivity. One thing I don't understand about aikido is sometime I am tired before the lesson but when I finish I feel "GENKI". It is strange. It should be opposite.

When I first began aikido I couldn't imagine how deep it is. It seems that the more I improve the more I realize how far I am from having a good understanding of it.

Anyway improvement depends on practice and I enjoy aikido practice.

I'm like an ant climbing Mount Everest very happy to be 15 meter higher than when it started.

(参考) 私は合気道の初心者であり、合気道をあまりよく知らないので私にとって合気道について書くのは難しいことです。それでも、なぜ私が合気道を学んでいるかを説明してみようと思います。

私は7年前に空手を学ぶために日本に来ました。その時私はキックボクシングの生徒でした。私は空手に思い違いをしていました。私の家は合気道の道場に近かったので訪ねてみました。私はみんなが何をしているのか分かりませんでしたでしたが楽しそうだったのでその道場に入門して2ヶ月学びました。それから私はできる時はいつでも合気道を学んでいます。私は人生のすべてを通して身体の芸術について学びたいので、筋肉の力より優る技をもつ怪我の危険のない芸術を学んでいます。

私は3年間柔道を学びました。柔道は100%筋肉の力を使いよいトレーニングなのでとても好きでした。またその技は美しく効果的だったのですが、私の通っていた道場には40歳以上はいませんでしたし多くの人が怪我のために稽古を止めなくてはならない事に気付きました。私は腰の痛みを感じたので止めました。

私は合気道の稽古をしていて怪我をした人を見たことがありません。また多くの中年以上の人達も合気道を学んでいます。若い者達よりも上手です。この事は私が技の経験と感受性で補えば少々力の衰えを思い悩まなくてよいという励みであります。1つ合気道をしていて理解できないのは稽古前は疲れていたのに終わったら「元気」になっている事です。変ですね。ふつうは逆です。

合気道を始めたとき、その奥深さを想像することは出来ませんでした。上達すればするほど理解すればするほど、合気道をちゃんと理解しているというのとほど遠くなるように思われます。

とにかく上達は稽古次第であり、合気道の稽古を楽しんでいます。

私はちょうど登り始めから15メートル高い所にきたといってとても喜んでいる、エヴェレスト登山中の蟻のようなものです。

合気道を始めてから役立ったこと

橋本博文／4級

合気道を始めて役立ったことは、人混みの中や狭い所を歩くのが早くなったことである。自然と入身でササッと歩いているのに気づいて自分でもびっくりしてしまった。狭い台所のテーブルと壁の間の通路を、体を横に入身で足早にスッと通り抜けている。でも、人から見ればゴキブリのようにガサガサッと歩いているのかも知れないが。また、ある時は、公園で2人の子供がブランコで遊びたいと言うので乗せた所、どちらも押して

欲しいと言うので、2つのブランコの間をブランコに当たらないように、体の転換や入身でうまくかわしながら2人の子供が退屈しないように両方のブランコをうまく押している。我ながらびっくりしてしまった。また、ある日、息子の小学校でバザーがあり、お父さん方は餅つきを手伝って下さいと言われたものの、生まれてから1度も餅つきなんかしたことがない。でも、杵を頭上に高く上げて臼の中の餅をめがけてスーッとうまくブレもなく振り降ろせた。それも合気道で木刀を振っているお陰であまり力を使わずにうまく杵を使えたのだと思う。

日頃の考えにしても、以前は、乱暴な運転をする人間を見たら、えらい剣幕でどなったり、追いかけていって殴ったこともあったりで危ないこともしていた。でも合気道を始めて1年が過ぎた頃から、以前のように扇風機を止めるのに、扇風機の羽根に手を突っ込んで強引に扇風機を止めるような無謀なことをあまりしなくなった。そうすれば自分の手も扇風機も壊れてしまうという当たり前のことに気づいた。相手との調和、すなわち合気の精神が少しは心に根付いたのかな、と思う。何度もやめようと思いつながらなんとか稽古が続いているのは、せいふ館の持つ和気あいあいとした雰囲気のお陰です。今後共みなさん、僕には特に優しくして下さい、お願いしま〜す。

稽古する、つもり、です

宮野真紀／4級

人前で何かをするというのは、たとえ自分の知っている人達の前であってもとても緊張します。審査となればそれはなおさらのことです。でもせいふ館の人達は、口では緊張するなどと言っていますが、言っている顔はとても笑顔です。きっと審査ですら楽しんでらっしゃるのでしょう。私は若輩者ゆえ笑顔なんてとてもとても。青い顔をして自分の番を待つのみです。

しかし、審査前の練習は好きです。基本的な技を(もちろん、まだ私の級が低いからなのですが)今の自分なりに、できるようになるまで頑張るからです。基本を繰り返し何回もすることはひょっとこの私にとってとても有り難いことです。周りの方々も、自分の稽古時間をさいてまで一生懸命教えてください(ありがとうございます)。ですが、今回私は審査前にあんまり稽古に来ていなかったも

ので全然この自分にとってのよい点を活かせていませんでした。審査でも無様な姿をさらしただけ。恐ろしくてビデオなど見られるはずありません。今度審査でへなちょこ合気道をしたら級を落とされるそうなので精進する、つもり、です。

Aikido

ランディー・ボルグ / 4級

The last time I wrote an article it was a bit long. This time I promise to make it short. First of all, I'd like to thank everyone at Seibukan for helping me make it to 4 kyu. I appreciate your help and advice, and enjoyed the practices with you.

I'm still trying to understand the similarities and differences between Aikido and Karate and although both the similarities and differences are becoming more clear, there is of course much more to learn. Training continues to become even more interesting with new challenges--learning new techniques and trying to improve on the old--and even more enjoyable as I gain some sense of improvement, at least for a few techniques anyway. Mae ukemi still remains a challenge however, and so, during training I may still have to ask, "Shall we ukemi?" I'd like to understand and learn much more about "Ki", so if anyone has any ideas, advice, or techniques that would help, I would appreciate it. I'm looking forward to learning more in the future, and to practicing with and getting to know everyone better at Seibukan, and again, would like to say thanks for all your help.

(参考) この間書いた作文は少し長かったので、今回は短くします。まずせいぶ館の皆様のお蔭で4級になれたことにお礼申し上げます。皆様のご指導やアドバイスに感謝して皆様との稽古を楽しませて頂きました。

以前よりは合気道と空手の似ている所と違いがはっきりしてきましたが、勿論まだまだ学ぶことがあるので今でも私はそれらを理解しようと努力しています。稽古は新しい技を学んだり習った技を改善したりといった新しい試みでどんどん面白くなり続けます。そしてもっと面白いのがとにかく少なくともいくつかの技で上達したという感じをつかんだ時です。しかしながら前受身は今もなお課題の

ままです。稽古中に「受身ですか？」と聞かなくてはなりません。私は「気」についてもより深く理解し学びたいので、どなたでも助けになる考え、アドバイス、技がありましたら感謝いたします。これからももっと学んで、せいぶ館の皆様と共に稽古をしてより親しくなれることを楽しみにしています。皆様のご指導にもう1度お礼申し上げます。

昇級試験を終えて

島田友弘 / 5級

♪ 身体に十分、注意をするのよ

お酒もちょっぴり控え目にして♪

のつもりで始めた私も、どうにか5級を頂戴する事ができ、大変嬉しく思っております。

これも、日頃より優しく御指導して下さいる諸先輩方の御蔭と感謝の限りです。

試験は何をどうして、どう見せれば良いのやら全く分からず、あまりにもぎこちなく自分自身途中で吹き出しそうになりました。

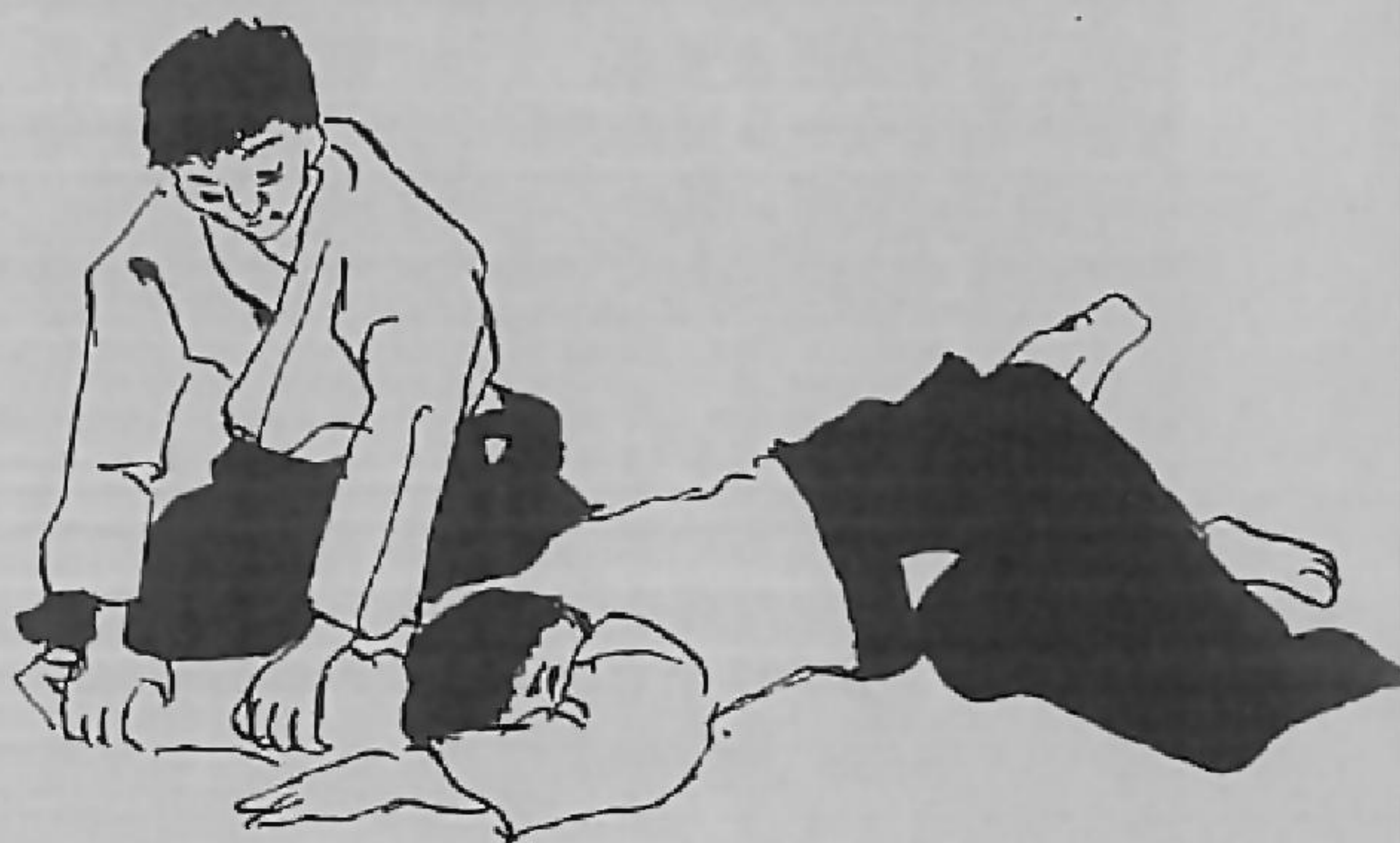
他の皆さんの動きに比べると合格はいただいたものの、自分の中では駄目出しといった感があります。徳山さんのように場内を唸らせるようになりたいものです。「流麗な動きの中にも力強さがある」、それが私の目標とするところです。

さて、合気道を始めて約3ヶ月ですが、思わぬ効能に人知れず喜んでいる私です。まず、以前ほどの肩コリがなくなった。早く床に就いてもすぐに眠れる。区切りをつけて仕事に集中できる。洗濯をさらに小マメにするようになった。等など、暮らしに新しい泉が数多く溢れています。

そんな風ですから、今や、すっかりハマッテいる私なのです

” 合気の心は母心、押せば命の泉湧く ”

仕事と両立しながら、更に精進したいと思っています。



合気道を始めるということ

藤原一茂／5級

私は10歳で水泳を始め、20歳でジョギングを始めた。目標を掲げてその達成に向けて努力をする自己満足の形ではあるが今だに続いている。30歳になる時に何かを始めたいと思って数年過ぎると大阪への転勤が決まった。関西は、会社への入社当時大阪府高槻市に数ヶ月済んだことはあるが、住む目的で住むのは初めてで期待半分不安半分。いっそのこと神戸でも住んでみよう、ということで1年たった。毎朝ジョギングをしているがある日元町駅のそばで合気道の看板を見てその晩入会申し込みに行った。以来4ヶ月、週2～3回通っている。私は物事にあたっては好き嫌いがはっきりしている上、飲み込みが遅い。学生時代、社会人、今もそうである。反面、相性が良いと長続きしおのずとモノになっている。氣負うことなく肩の力を抜いていつの間にか何十年続いていた、合気道とそんな関係になりたいと思う。

5級をいかにで

玉置恵啓／5級

平成10年7月29日に入会し、2ヶ月間、47日程度の練習でしたが、5級をいただきました。全て諸先輩方のお陰と感謝しております。

初めのうち、受身が取れず、体のいろんな所を打ち、肩といわず腰といわず体中が痛かったものです。又朝起きると体は鉛が詰まったように重くなっていました。しかし受身が取れるようになり、練習に慣れてきたことと暑さが和らいでくると、体の痛みが取れ、疲れなくなりました。50歳を過ぎ始めたものですから、覚えが悪く、昔は、思考と体の回路が直結していたものが、今は、こうするんだと考えて、一呼吸置いてからではないと、体は動きません。1つの事を覚えるのも若い人の4～5倍の日数がかかるんじゃないかと思えます。従って、時間の許す限り、練習に出るようにしています。幸い今仕事は暇なものですから、週5日ぐらいのペースで参加しております。中尾先生には「無理しないで下さい、休んで下さい」と言われましたが、あと何歳くらいまで、練習が出来るかを考えると、勿論無理をするつもりはありませんが、のんびりやっていることが出来ないような気がして、体の続く限り、練習しようと思っております。

お気に入り場所

春名美穂／5級

いつも頭のどこかで合気道のことを思っているみたい、突然、むしうにお稽古をしたくなったり、「今日はお稽古どうしようか・・・?」と迷いつつも足は道場に向かい結局「今日も来て良かった!」と満足。時には友達との約束までをもすっばかすことになってしまう——合気道は今まで生きてきた中で1番不思議なもので、1番夢中になってしまったものです。淡々と流れてゆく日々の中で何か夢中になれるものが見つかったことはとても喜ばしいことです。そしてせいぶ館に出会い、せいぶ館の皆様と出会えたこと本当に嬉しいです。幸せです。私を温かく迎え入れて下さって有り難うございます。

人の命は儚い。でもやるべき事はやって、あとは気のむくまま足の向くまま今夢中になれること(合気道)、やりたいこと(合気道などなど)を思う存分したい。最後に、いろんな人が沢山いて、楽しくて、居心地が良くて、人の温かい愛・合があって、そして合気道のお稽古ができる場所——せいぶ館。ここは今私の1番のお気に入りの場所です。

合気道との出会い、

合気道での出会い

秋口 勝則／5級

この度は、5級を頂き有り難うございます。

誰に聞いたのかは忘れてしまったが、幼い頃「合気道は、新聞紙にくるんだ竹を気合いで新聞紙には傷を付けず、竹だけを割る」と聞き、結構長い間それを信じていた。何か手品っぽいものだと思っていた。

中学生の頃、TVで塩田剛三先生が大の男5、6人をポンポン投げているのを見て思わず釘付けになった。そして、この武道が合気道だと知った。これが合気道との最初の出合いだったのかも知れない。

ある年の夏、知人に合気道を勧められ、自宅に近い道場を電話帳で調べた。「せいぶ館」を見つけ、電話で練習の曜日、時間帯を教えて頂いた。1度見学させて頂こうと10月の土曜日、住所を頼りに訪ねた。建物の新しさに驚きつつ、3回に昇ると扉が閉まっていた。ノックした。返事がない。練習中で聞こえなかったのかと思い、ワクワクながら扉を開けると、誰もいなかった。ただ1人、植芝盛平翁が私を睨んでいた。(その日は恒例

の合宿だったらしい。)

別の日に見学させて頂き、早速入門した。やってみると見た目以上に難しかった。先生、先輩方が簡単にやってみせる中、何も分からない自分に良く腹を立てた。一朝一夕で出来るはずがないと思いながらも、まねごと程度は出来るようになってきたと思う。やる間に少しずつ楽しみになってきて、道場に通う内に多くの人に出会える楽しみもできた。私にとってふれあう場「せいぶ館」。私はそんな「せいぶ館」に恋をした。(ん?どこかで聞いたけど・・・。)

まだスタートしたばかりだが、途中息切れせず、これからも楽しんでやって行きたい。そして、早く本当の合気道が出来るように頑張りたいと思う。

季節が巡って

坂井達也 / 5級

この度は5級を認定していただき、ありがとうございました。これでやっとせいぶ館の一員になれました。

今年の1月から合気道を初めてから、9ヶ月が立ちました。入会当時は真冬の時期で、道着に着替えるのがあまりにも寒くて、道場の中が冷蔵庫のように思いました。とにかく寒くて道着の下にTシャツを着て稽古をしていました。その時打越先生に「寒くても、道着の下にシャツを着てはいけない」と言われたことを昨日のように思い出します。

一日一日と過ぎるごとに日が長くなり、暖かくなり体もほぐれてきて稽古がしやすくなりました。しかし、初心者私の合気道は、春の訪れはまだ遠く凍り固まっている。

頭が分かっている体も思うように動いてくれません。

夏になってからの道場での稽古の暑さは、ハンパじゃありませんね! 汗をかくと言うよりも、体中の水分が一気に吹き出してしまいます。稽古が終わった時は体の中が、カラカラに渴ききってその後で皆で飲むビールは最高ですね。

乾燥した砂漠に水をまくように、全身にビールが染み込んでいくのです。

今までにこんなおいしいビールを飲んだことがありませんでした。これからもうまいビールが飲めるように稽古を頑張ります。

また、ビールばかりではなく、上級者を目指して技術も磨いていきますので、皆さんご指導のほど宜しくお願いします。

拷問

石田史雄 / 5級

この度、昇級させていただき、ありがとうございました。7月に入会し、30回の稽古を9月までの間に駆け足でこなし、私にとっては密度の濃い3ヶ月間であったように思います。

試験も終わり、のんびりしておりましたところ、作文を書けという言葉。学校卒業以来書いておりません。ハッキリ言わせてもらえば拷問です。ですから、今回はこのへんで許して下さい。

これからも一步一步地道に頑張ります。

編集後記

今回も皆様の個性溢れる作文を読むことができ嬉しかったです。有り難うございます。拷問に耐えて下さったことに感謝しています。私は普段共に稽古をして頂いている方の違う一面を見れたり、より深く知ることが出来たり、様々な刺激を受けることができるせいぶ館通信が大好きです。ですから、皆様これからも大切な時間をいっぱい割いてどんどん原稿を書いて下さい。お願い致します。

今回このせいぶ館通信を編集するに当り、和田編集長より大変親切な御指導を頂き、編集においての心遣いや工夫等について非常に多くの事を教えて頂きました。改めて何かをする時にその道により長けている方が身近にいて丁寧に教えて下さることの有り難さ、素晴らしさ、喜びを感じました。私にこのような機会を与えて下さったことに深く感謝しております。

私は、せいぶ館、合気道の技に純粋に引き付けられると同時に、共に笑い、喜び、教し、信じ、高め合う事のできる人の輪を広げてくれるせいぶ館、合気道に強く引き付けられています。私にとって合気道は目的であり、手段であり、結果です。総ての事とそのような関係でありたいです。じゃじゃ馬の私の成長を見守って下さっている、両親、中尾先生、明子さん、兄姉、親友、せいぶ館の皆様、その他全ての方に心より感謝申し上げます。どうか懲りずに引き続きご指導のほど宜しくお願いします。(林美美)

第6号発行後のせいぶ館主要行事

9/19(土) 遠藤師範講習会 せいぶ館

9/20(日) 遠藤師範講習会 甲南大学

9/27(日) 昇級昇段審査

10/3(土)~4(日) 合宿<たんば荘>

参加者(敬称略): 濱崎、中尾、打越、松平、佐々木、小久保、山崎、井坂、小畑邦生、山下秀夫、草野、山下裕士、榎本、片山瑞穂、古殿、野田、嶋田、田中、古林、西垣、阪野、神井、ラッセル、徳山、菅原、新堂、福長、河村、小嶋、北芝、松田、楠本、衛藤、春名、久河、島田、香崎、宮野、玉置、林

これからの主要行事

12/19(土) 遠藤師範講習会 せいふ館
 12/20(日) 遠藤師範講習会 甲南大学
 忘年会 食蔵
 12/27(日) 大掃除・餅つき
 1/10(日) 稽古始め・鏡開き

坐禅会についてのお知らせ

阪神大震災以後、永昌寺の本堂が潰れた為にせいふ館で行われていた坐禅会(日曜日、朝7時～8時)は、無事お寺の本堂の工事が終了しましたのでこの11月より永昌寺にて行われています。興味のある方は1度参加してみてはいかがでしょうか。

永昌寺：☎ 652 兵庫区荒田町3-74-10
 (曹洞宗) ☎ (078) 511-2743

合気道の精神 植芝盛平開祖

合気とは愛なり。天地の心を以て我が心とし、万有愛護の大精神を以て自己の使命を完遂することこそ武の道であらねばならぬ。合気とは自己に打ち克ち敵をして戦う心無からしむ、否、敵そのものを無くする絶対的自己完成の道なり、而して武技は天の理法を体に移し霊肉一体の至上境に至るの技であり、道程である。

■合気道とせいふ館道場について

合気道は昭和の初めに、不世出の武道家といわれた植芝盛平(1883-1969)によって創始された武道です。植芝盛平開祖を道主として昭和23(1948)年に組織されたのが財団法人・合気会で、開祖逝去後、子息の植芝吉祥丸現道主がその跡を引き継ぎ現在に至っています。合気会は国内外に約150万人の登録者を持つ、合気道の正統かつ最大の組織です。

昭和33(1958)年に神戸支部が発足して数年後、山端一夫・初代神戸支部長により兵庫区の「精武館」道場が支部道場として提供され長く支部会員に親しまれてきましたが、平成7(1995)年1月の阪神大震災で閉鎖のやむなきに至りました。その後の旧・精武館第二道場を使った期間を経て、平成8(1996)年12月、中尾支部長により現在地に建設された「せいふ館」道場が、神戸支部道場として提供されて現在に至っています。せいふ館は精武館以来の長い伝統と共に、アマチュア精神に基づいた自由で明るい気風を特色としています。年4回、合気会本部道場の遠藤征四郎師範(七段)が指導に来神され、秋には師範を迎えての合宿も行われています。

■気持ちよく稽古ができるように心がけましょう

- ・道場内外は、来た時よりも美しくするよう心がけましょう。
- ・道場内は原則として、禁煙、禁酒、禁飲食です。
- ・道場内には私物を置かないで下さい。もし私物を1週間以上放置している場合は、道場で処分します。

■稽古時間 <レディス・子供・初心者各クラスに一般の方も参加できます>

月			18:30~20:00
火	7:00~8:00	14:00~15:00	18:30~20:00
水	7:00~8:00	(Beautiful Ladies♡)	18:00~19:30
木	7:00~8:00	17:00~18:30	18:30~20:00 (初心者クラス)
金		(子供クラス)	18:30~20:00
土	10:00~11:30	14:00~15:30	18:00~19:30
日	9:30~10:30	(子供クラス)	
	10:40~11:40		

杖道部<神道夢想流杖道> 土 8:30~10:00 12:00~13:30

はくろりん

白蘆林のこと

少年や若者が合気道を通じて強く逞しく、優しい思いやりのある人間になれるように。
 また、大人もそうあり続けられる、そんな青少年健全育成の場でありたい。
 そういう思いから、下村湖人の「次郎物語」を基に「白蘆林」と名付けました。