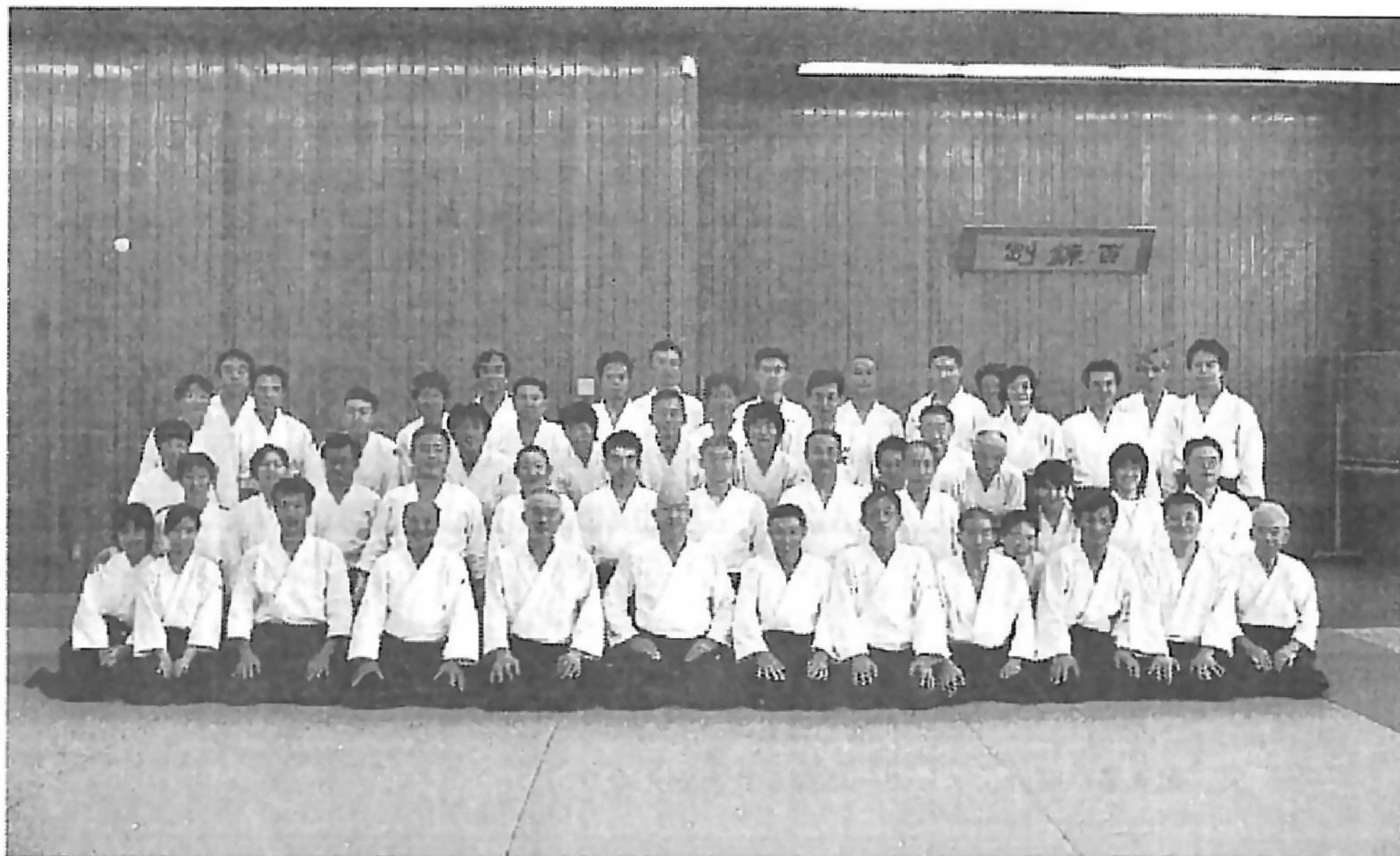


せいぶ館通信

第27号/2005年(平成17年)11月/発行:(財)合気会神戸支部せいぶ館 編集・文責:玉村淳子・佐藤彰雄
支部長:中尾眞吾 道場長:濱崎正司/〒650-0011神戸市中央区下山手通8-20-17 えめビル3F白蔭林内 Tel(078)382-1659

せいぶ館は今…

最近、規則的に稽古に来る会員の高齢化が噂されるせいぶ館ですが、合宿の写真をしているとたくさんの若者の姿があります。高齢化、というとちょっと暗いイメージですが、実際のところ、せいぶ館、そして合気道とともに歳を重ねてきた人々が、それだけたくさんいるということではないでしょうか…



せいぶ館通信第27号

- | | | | |
|-----------|-------|----------------|--------|
| ・ DVD | P2 | ・ 行事予定 | P10 |
| ・ 昇級昇段者 | P3 | ・ 新阜夫妻結婚お祝い会報告 | P10 |
| ・ 土用稽古完遂者 | P3 | ・ たんば荘通信 | P11~13 |
| ・ 昇級昇段感想文 | P3~10 | ・ せいぶ館入会案内 | P14 |

D V D

中尾真吾／六段／支部長

遠藤先生が、精武館にお見えになって、数年後、昭和54・5年？…先生の動きをじっくり見たくて、「清水の舞台から飛び降りるつもりで」、大枚をはたいた。ビデオカメラを買った。カメラとビデオデッキが別々の、でっかい道具だった。

精武館の連中はもちろん、甲南大学の学生とかも、映っている…。その頃は、ハゲや白髪の人が大手を振って、稽古をしていないんですよ。文字通り、今よりも25歳は若い道場だ。

遠藤先生は、「受け」をどんどんとってくれている。横田さんも健在で、越ちゃんも「樋口可奈」の時代。みんなしなやかで、美しかった頃！ 濱崎さんが転がっている。打越さんも、小畑君も、受けをとった後の立ち上がりの早い事！ 小久保さんも、元気、よろめかない。「誰？ 可愛いな、この子？ へええ松平君？！」草野さんは白帯。貴美ちゃん（今、松平君の嫁はん）が、涼しげに強力な二教を佐治君に決めている。何故かしら、顔を見るより、受身を見れば、誰だか分るのです。

ちょっと時代が下ると、津山の石田さんとか、仁木君、本部指導員の難波君の姿が見える。和歌山の川崎さんとか白神さんとか、大阪の小嶋さんとかも大汗をかいている。

2年ほど前、先生が、「昔のビデオをダビングして欲しい」との事。

これからはDVDの時代やろうと、わざわざ新しい機器を買い、テープからDVDに移す作業をした事を憶えている。なんせ、使い慣れない最新の道具やから、なかなか思うようにダビングが出来ない…。説明書を熟読し、詳しい人に聞き、ダビングをしようとするのだけど…出来ない。（こういう時は、うちの嫁はんは、何の役にも立たない）電気屋に説明を求め、その度に実行し…しかし…出来ない…マニュアル通りにしているのに…。電気屋に再三再四、電話…。挙句の果てに、レコーダーに不備があるのだろうと、機器を交換。…しかし…出来ない…。メーカーからも再度訪ねて来てくれて、実際にしてくれるのだが…出来ない。又、機器を交換！ 3台目！

やっと、ダビングが出来た時は、嬉しかったなあ…。

それが…先日。

遠藤先生から、お電話。「中尾さんから送ってもらったDVDが映らない。そういうものに詳しい人に見てもらっても写らない」と…？（もちろん、先生の言葉は東京弁でっせ）映っているのを確認して、お送りした筈やけど…？！

—— なんでやねん！！ だいぶん前の話やで？？？

—— 又、電気屋に聞き、メーカーに聞かなあかん？

—— 何故見られないのか？ 何人かの道場の人に聞いたが、分らない。

「そういえば、中尾さんからのDVD、見られへんかった」と角田さん。新阜君も、「そういえばそうやったかな？」

佐藤君が、「ファイナライズをしていますか？」と。「なんや？ それ？？」



教訓その1 分らない事は、「若い 物知り」に聞くこと。

教訓その2 光陰矢のごとし（くろかみの 時代は すぐに過ぎ去る）

‘05. 9. 30



平成17年9月度昇段・昇級 おめでとうございます



参段	有本ひろみ 久河浩也
貳段	栗山明久 八尾 崎 平尾重雄
初段	角田リサ 松延 馨
1級	アレックス・ギルモア 田中一成 ボロトフ・ディーマ 松本知之
2級	坂本幸子 谷本健一 渡邊晴美
3級	古手川路子 白井大祐 益田和芳
4級	大塚 肇 杉山義隆
5級	亀井ルミ 坂田美穂子 高田宏明 中嶋いと子 永山恵美子

第4回せいぶ館土用稽古完遂者(4名)

中尾眞吾 有本ひろみ 鳴嶋保雄 角田リサ



《昇段昇級感想文》

おかげさまで

有本ひろみ/参段

このたび参段を頂きました。皆様有り難うございます。

駄目でもおかしくない出来でしたが、温情と、皆様と一緒に楽しく稽古をさせて頂いたことが何とか救ってくれたのでしょうか。多々ある反省は先生方が個々にアドバイスして下さいました。今後の稽古に生かして、頂いた参段に少しでも近付きたく思っています。

今年になって、合気道の稽古そのものが、ますます楽しくなってきました。うまく出来る日も出来ない事もあるけれど、今までの様な後の爽快感だけではなく、何かふつふつと沸きあがってくる、楽しさと喜びを感じるようになって、これは何なんだろうと思ひながら、暑い盛りにも汗を流していました。

今テストが終って思うに、きっとせいぶ館に集まってくる人達がほんとにいい気を持った仲間、私は稽古の度にそれらを頂いているからではないかと…。感謝です、喜びです。嬉しいです。

そのせいぶ館に少しでもお役に立つよう、又、自分自身の喜びを他の人にも分かち事が出来るように、良い加減の稽古を続けていけたらと思

っています。

一緒に稽古してください。課題がたくさん見つかりました。

よろしくお願い致します。

良きパートナーになるために…

久河浩也/参段

最近、受けの人(パートナー)の役割として、「受け」と「受け身」を分けて考えるようになりました。「受け」は相手である取りの人のため、「受け身」は自分の身を守るためのものだと思います。

合気道において、取りの人が輝き、カッコ良く、美しく見えるのは、受けの人の力量による部分がとても大きいと思います。受けの人の「受け」としての適切な攻めが取りの人を引き立てているのです。

このことは、受けの人が誰であるかによって、取りの人がきれいに見えたり、不細工になったりする事実を見れば明らかです。

同じ取りの人が同じことをしているのに、パートナーによってこんなにも変わってしまう事実は無視できません。

せっかく稽古しているのだから、相手である取りの人には、カッコ良くなってもらいたいし、

美しく輝いてほしいと私は思っています。

アイツと稽古して楽しかった、良かった、うれしかった、気持ちよかった、そう思ってもらえる「受け」ができるパートナーでありたいです。

日常生活においても、アイツに仕事を頼んで得をした、アイツと付き合っ楽しかった、アイツと一緒に過ごして良かった、そんな風に思ってもらえるパートナーになりたいです。

「受け」を研究する値打ちは、ものすごく高いですね。

昇段審査を終えて

栗山明久/三段

初段をいただいてから約20年を経て三段をいただくこととなりました。ご指摘を受けるまで自分でもまったく意識していなかったのですが、確かに20年もかけて、というのは珍しいケースなのかも知れません。審査が終わった今になって、「20年か、ずいぶん遠回りしたものだな…」などと自分自身、感慨にふけっている始末です。

これも、就職して神戸に来るときに、なぜか「合気道はもう十分やった。」という気持ちになり、長らく合気道から離れていた結果なのですが、そのなかで、せいぶ館という道場にめぐり合い、再び合気道に接することができたのも「縁」あつてのこと、と勝手ながら考えております。

このような私に、合気道をする「場所」「時間」「仲間」を与えてくださった先生方をはじめ、道場の皆様に御礼申し上げます。また、今は、「生涯、合気道を続けられたら。」と思っておりますので、今後ともご指導のほど、どうぞよろしくお願いいたします。

「受け」を取り続けるまで…

八尾 嶠/三段

春には、還暦のお祝いに道着を頂きありがとうございました。

この度は、昇段審査を受けさせていただきました。

予想外の課題に動転、流れが分らず、日頃の動きがとれずに反省。

不甲斐ない振る舞いに赤面の至りです。回数はもちろん、稽古姿勢に再考を促された猛省の一日でした。

20歳の頃から合気道を習いたいと思い続け、平成7年に50歳で入門、目標を「袴姿」に定めてまいりました。この度三段を頂く事が出来ました。大変有り難うございます。夢見ごこちです。

これからは、皆さんの稽古に迷惑をかけることなく、「受け」がとり続けられるまでと、目標を変更させていただき、頑張り続けさせていただきたいと思います。

評価の視点が、点→線→面→上層(向上)→下層(根・土台)となるそうです。小生の合気道も点から線、そして、少しでも、面に手が届くように、力まずに、力を出す努力をして参りたいと考えています。

「せいぶ館」での日々の稽古は、諸先生方の探求と熱意に敬意を表し、先生・先輩の皆さんが『楽しく』練習できる、雰囲気作りに努められておられる賜物です。そして、礼儀正しさをモットーに、稽古しております。大変すばらしい「せいぶ館」です。

これからも、ご指導どうぞよろしくお願いいたします。

5年後の参段に向けて…

平尾重雄/三段

お蔭様で入門当初は夢のように思っていた初段から、この度三段に辛くも合格させて戴きました。まずは稽古に付き合ってくださいたせいぶ館の親しい皆様、そして穏やかに時には厳しくご指導くださった先生方に心からお礼を申し上げます。有難う御座いました。

当日帰宅した夫に「どうやった?」「うん合格や!」「ワーおめでとう!」「オマケの合格や」「エッオマケなん?」…とは云え会社勤めをしながら月10回以上は稽古を真面目に続けてきた夫へ“これからも頑張ってください”と云う合格で有ったと思います…お蔭様でその夜は何時よりもより会話が弾んだものです。3日後出勤時に道着入りのリュックを背負った夫が「さあ今日から参段や」「えエッ三段でしょう!」「5年後の参段に向けての出発や」…「確かに」…我が夫ながら前向きの姿勢は凄いです。と思いました。

合気道&皆様との出会いは夫にとってより人生を楽しめる場になりました。これからもせいぶ館では和やかに心地よい汗を流し、その後は美味しい料理と適度のお酒を飲みながらの会話を楽しみ健康に留意して細く長く続けて欲しい

と願っています。

今後とも主人とお付き合いの程よろしく願い致します。(文:平尾早紀子)

花も嵐も踏み越えて…?

角田リサ/初段

常日頃、道場で稽古をしている時だけが合気道でない、普段の生活の中でも合気道はある。と言われていますが、入門して3年目でなんとなくですがそのとおりだなと思えてきました。年齢のせい? もあるのでしょうか。対人関係で大いに感じています。取りだけの人、受けだけの人、両方がバランスよく存在している人、エゲツない取りの人、受けを全く取らない人等等。

最近、自分自身が傷つくのを極端に恐れるあまり耳に心地よい言葉ばかりを口にする人しか相手にしない、本気で対峙する者を疎んじる。表面上は波風なくおだやかに見えるが、本気で対峙しないので、摩擦もないが、成長もない。それでいて、相手の心は汲み取ろうとはしない。そんな人間関係の人(特に若者)が増えていることに危機感を抱いています。人里離れた山奥で仙人のように暮らすわけじゃあないのだから、人は一人では生きられないって本当ですぜ。

などとエラそうなことを言いましたが、私だって凡人の身、つまらぬ事でしょっちゅう頭に血をのぼらせてばかり…。

願わくば、お釈迦様の仰る「即是道場」←(この言葉好きなんです)の精神で毎日をほほえみながら過ごしたいものです。

初段ありがとうございましたっ!!

受身について

松延 馨/初段

私は、受けを取るのが大好きです。

特に、大ベテランの先生方や、高段者の大先輩達の豪快な投げ技を受けた時には、ちょっとした快感すら覚えます。別にマゾっ気がある訳ではないのですが、ブン投げられて気持ちイイなんて思えるのは合気道くらいじゃないかなあ、なんて思ったりします。素敵な武道ですよ、合気道。

私は、白帯の時から、特に受け身の練習には力を入れてきたつもりです(自分なりに)。今でも、稽古の後にY崎四段やS川四段を掴まえては、思いっきり投げ込んでもらっています。その甲斐あってか、今では、怪我をすることはも

ちろん、怖いと思うことも殆ど無くなりました。さすがに、ヒヤッとすることはまだまだ何度もありますが、それすら楽しめるようになりました。もちろんまだまだ未熟ではありますが…。

私がせいぶ館に入門した頃の頃、ある高段者の大先輩から次のようなアドバイスをもらいました。

「初心者のうちには、技のことより、とにかく上の人にバンバン投げてもろたらエエねん。」私は、「う〜ん、なるほど…」と思い、それ以来、ずっと受け身に拘ってきました。そして、その大先輩というのが、他でもない、初段審査の時に私を投げ殺そう? としたS伯四段その人だったのです。思えば不思議な因縁? ですよ(笑)

最後になりましたが、この場をお借りして、これまで私の稽古に付き合ってくださった全ての方々に感謝の意を表したいと思います。本当にありがとうございました。そして、これからも宜しくお願い致します。

忍耐と鍛錬

アレックス・ギルモア/1級

ついに私の長年の目標である黒帯の一步手前、1級になりました。私は合気道の利点について英国人の先生が書いたものを読んだことを覚えています。彼は、合気道は人を変えるが、必ずしも自分が考える方向にではないと言っていました。これは私にとって間違いなく真実でした。

合気道が私に教えてくれた最も大切なことは、忍耐と鍛錬でした。そしてこれらは私が合気道を始めた時に想像したものではありませんでした。まるで一滴一滴落ちる水でバケツを一杯にしようとするように、ひどくゆっくりとしか進歩しないために、これらを得ることが必要なのです。本当にゆっくりでその変化を見ることで出来ない、だから続けていくためには他の何かを見つけることが必要です。私にとってその「他の何か」は、自分の最終的な目標を見て今そこにたどり着きたいと願うことをやめ、忍耐を学んできたことでした。

数年前、私は道場である合気道家に会いましたが、彼が話すのは審査の準備と黒帯を取ることにについてばかりでした。私は彼が合気道を長くは続けないだろうと感じました。というのは、そのような動機を、ほんの少しずつしか上達しないという現実の中で持ち続けることは出来ないからです。案の定、彼は数ヵ月後には来なくなり二度と

戻ってきませんでした。

私が学んできた鍛錬は忍耐と一対のものです。なぜなら、もし自分に進歩が見えない時には、毎週毎週、自分が稽古を好きだと感じられない時でも稽古を続けるために、何かを必要とするからです。私はいつも稽古をしないための上手い言い訳を見つけることが出来ます。例えば、疲れている、忙しい、病気だ、暑い、寒い…。これらのネガティブな影響に対抗するために、私は自分がやりたくてもやりたくなくても、ただ稽古をするという鍛錬を学んできました。そしていつも、稽古した後で嬉しくなるのでした。

私が合気道を通じて学んできた忍耐と鍛錬は、今のところ私の人生において、他の二つの大きな計画、即ち博士号のための勉強と、フランスにある400年前の家を修繕することの助けになりました。合気道のように、これら2つは長期間の努力と、たとえゴールがはるか遠くでも続けていくという力を必要とします。

So, finally I've made it to 1st kyu, just one step away from my long-term goal of that elusive black belt. I remember reading about the benefits of Aikido from a British sensei; he said that Aikido changes people but not necessarily in the way they expect. This is without doubt true for me. The most important thing Aikido has taught me is patience and discipline and that's something I didn't expect in the beginning. You need to acquire both of these because progress can be painfully slow, something like watching a bucket fill with water drop by drop. It can be so slow, you can't see the changes and it is at this point that you need to find something else to keep you going. For me, the 'something else' has been learning to be patient, to stop looking towards my final goal and wishing I could get there now. A few years ago, I met another aikidoka at the dojo and all he could talk about was preparing for his test and getting to black belt. I knew he wouldn't last long because that sort of motivation can't sustain you through the slow, drop by drop, changes which occur in reality. Sure enough, after a few months, he was gone and has never come back. The discipline that I have learnt is a necessary companion of patience since if you can't see progress, you need something else to keep you training, week after week, even when you don't feel like it. I can always find a good excuse *not* to train; I'm too tired, too busy, too sick, too hot, too cold... to counter these negative influences,

I've learnt the discipline to just train whether I feel like it or not. And, usually, I'm glad I went afterwards. The patience and discipline I have learnt through Aikido have helped me with two other big projects in my life at the moment; studying for a Ph.D. and renovating a 400 hundred-year-old house in France. Like Aikido, both of these require a long-term commitment and the ability to continue on even when the goal seems very far away.

成長意欲

田中一成/1級

この度は、1級を頂き有難うございました。朝稽古でフラフラになりながらも、通った甲斐がありました。そして今回受けてくれた相方、ぐいぐい攻めてくれた(汗)久河さん…感謝です。

題にもありますが、30歳になった頃から「成長意欲」が少しずつ湧いてきました。20代の頃は「しんどい」「邪魔くさい」「だるい」などの気持ちが先行して、自分の興味があることしか前向きにやってなかった様に思います。

30歳になってあれこれ考えて、合気道を始めたり、禁煙を成功させたり、仕事の取り組み方を変えたりしているうちに、「まだまだ自分は変われる、成長できる」と思える瞬間が多くありました。今までとは逆に、しんどい環境・不利な状況に身を置いてそれをどうにかこうにか切り抜けたときの快感を楽しめるようになってきました。

合気道の稽古中にも、これまでの型通りの稽古ではなく自分から動きを作っていくことで「これは!」と思える瞬間に出くわすことがあり楽しく稽古をやらせてもらってます。仕事もプライベートも「自分から動く」をテーマに少し頑張ってみようと思います…そんな事を学んだ32歳の夏でした。

最後に、いつもアドバイスをくださる先生・諸先輩方、技を受けてくださる全ての方に感謝します。

これからも

ボロトフ・ディーマ/1級

この度は1級をいただきありがとうございます。飛び級して、めっちゃうれしかったです。

これからも合気道を長く続けたいと思います。

みなさまこれからもよろしくお願いします。

マジレンジャー

松本知之/1級

久しぶりの作文ですが、今回は私に代って息子の瞭平がインタビューに答えてくれます。

「瞭平くんは何歳ですか」
 「3さい」
 「将来何になりたいですか」
 「マジレンジャーひびき」
 「ん？ マジレンジャーですか？ それとも仮面ライダーひびきですか？」
 「ひびきの靴こうて〜」
 「ひびきになりたいんですね」
 「マジレンジャーレッド！ とう」
 「おお、レッドですね」
 「とうさん、とうさん。シャッキンシャッキンしよ〜」
 「しゃっきん？ 借金はどうしなくていいですよ」
 「手裏剣、とう」
 「物は投げないように」
 「ご本よんで〜」
 「で、瞭平くんは将来何になりたいですか」
 「マジレンジャーひびき！ とう」
 以上、今日も元気な瞭平くんです。

悪魔の微笑みめざして稽古!

坂本幸子/2級

毎度のことながら、審査1ヶ月前になると緊張してきて、道場の雰囲気も審査のために皆もそわそわしている。

毎度のことながら、苦手な入り身投げができるかどうか心配するのだが、今回はほとんどやったことがない首投げを筆頭に、できないことが多いので、入り身投げの心配をする暇がなかった。

特に…これから

受けが上手になりますように
 入り身投げができますように
 一教が上手になりますように
 それから…結局は全部や。

稽古 稽古 稽古 その前に3度の飯がないと…

がんばります。

受け

谷本健一/2級

皆さんとの繰り返しの稽古のおかげでこの度2級をいただくことができました。

朝の稽古のみなさんからは特に濃〜い内容をいろいろ教えていただいていることと、気持ちよく稽古ができることにとても感謝しております。今までたくさんの種類のスポーツをやってきましたが、稽古が終わった後の、周りの世界が鮮やかに見える、この独特の感覚は合気道ほどは感じられませんでした。

この度の審査では、これまでと同様普段どおりの動きが出せましたが、予想外のことがひとつありました。審査のひと月ほど前から、審査が終わったらあの場を借りて、勉強に専念するために稽古を中断する、とすることに決めていました。足のつめの先から頭の髪の毛まで医療に委ねることにしたのにずいぶん中途半端な感じがしていたからです。それなのに…言えませんでした。

…人から受けを頼まれるというのは正直言ってとても嬉しいものですね。後のことを何も考えていなかったのも、途中でバテてしまいましたが、「受け、ありがとうね」と終わってから言っていたいたときには、おそらくはその倍以上、こちらこそありがとうございました、と心から思いました。ただ相手の技を受けとったのではなく、もっと別のものを受け取っています。文字の砂漠（最近はかなり緑化が進んでいます）で彷徨っていたはずが突然オアシスを見つけた、そんな感じです。受けで呼んでくださった皆さん、本当にありがとうございます。

全託すると決めた以上けじめはつけなければなりませんが、せいぶ館では本当にいろんなことを学ばせてもらっています。

はじめまして

渡邊晴美/2級

2年前に、広島から西宮に越して来ました。せいぶ館にお世話になって1年半ほどがたちます。水曜のお昼をメインに（土日は行ける時だけ）稽古しているので、審査で初めてお会いした方も多かったと思います。

道場には老若男女、さまざまな職業、学生や主婦、外国人などなど、合気道に出会っていなければ、お知り合いにならなかつたらう、色々な人がいます。稽古内容だけではなく、色々

な話題や意見が、色んな世代の人から聞けるのも、又おもしろいです。

この度は、なんとか2級を頂く事が出来ました。受身を取って頂いた杉村さんや、文字通り、手取り足取り指導して下さいた皆さんのお陰です。50代60代の方もたくさんいらっしゃる合気道。のんびりと長く続けて行きたいと思っています。

貴重な時間

白井大祐/3級

七転び 八起き秋風 合気道。

このせいぶ館通信が出来上がる頃には、旬の季節が到来している事でしょう。しかし私は一身上の都合により、9月を以ってせいぶ館を退会させて頂く事になりました。

せいぶ館に入会して2年間延べ100日200時間。貴重な時間を過ごす事が出来ました。

ありきたりな言葉ですが、この場を借りて皆様に対して感謝の意を伝えさせて頂きます。ただ私はせいぶ館の中で死んだわけではなく、忘れた頃にヒョコッと現れたいと思いますので、その時はよろしくお願いします。

最後に私の好きな言葉を書かせて下さい。
天時不如地利。地利不如人和。(天の時は地の利に如かず。地の利は人の和に如かず。) 孟子

未永く

古手川路子/3級

先日、ふとしたきっかけでインターネットの古いせいぶ館通信をのぞいてみました。

のぞくだけのつもりがついつい読み進み、自分の入会前の号まで一気に読んでしまいました。どうして今まで読まずにいたのか…。

当たり前なのですが現在先生をされてる方や有段者の方々も白帯だった頃があったんですね。それぞれが悩みながらもずっと合気道を続けてこられたのだと思うと目頭が熱く…というのは大げさですが感動しました。

ただそれは一部で、私が入会後に退会された方や初めて見る名前が紙面のほとんどを埋めていました。仕事や結婚、病気やケガなど、私達の誰にも起こりうる理由で仕方なくやめていかれた方がほとんどだと思います。中には飽きたり辛くなってやめた方もいらっしゃるでしょう。

私も何度か合気道をやめようと思ったことが

ありましたが、今は体が動かなくなるまでずっと続けていきたいと思うようになりました。

最後に、神戸と名古屋で稽古の相手をしてくださった方々、今回の審査で受けを取ってくださった田中さんに感謝したいと思います。

3級ありがとうございました。これからも末永くよろしくお願いします。

もう一人の自分

益田和芳/3級

この1年色々の事がありました。それはさて置き、なんとか3級を頂きました。有り難うございます。今回は落ち着いて出来、自分では満足のいく内容でした。

しかし、審査も終わり、日々の稽古をしていると改めて自分の下手さが前にも増して思い知らされ、なぜあの時満足したのか、只今自己嫌悪に落ち込んでいます。

出来なかった事が出来る喜びをこつこつ重ねてきたこの2年間、ちょっとはましになったつもりでした。でも2年間やってきてそんな程度かと、稽古の度に、もう一人の自分がささやいています。

色々考え悩んだ挙句、自分にとっては「やっとの2年」が、諸先輩方にとっては「たったの2年」に過ぎないのだと、又もう一人の自分が励ましてくれました。

これからもジグソーパズルの1ピースを一つずつ埋めて行こうと思います。何ピースで完成するのか分からない答えを求めて。

これからも無理せず...

大塚 肇/4級

5年前、五十肩と左ひざを痛めて永年親しんでいたテニスを辞めざるを得なくなった。その時以降、デスクワークから来る、肩こりや眠りの浅さに、何か運動をしたいと考えていた。

数年前、妻と「灘屋」さんで食事をする機会があり、隣の席で交わされている合気道談義に、一度合気道もやってみたいと思っていた。

少し時間に余裕が出てきたので、1年前せいぶ館の門を叩いた。

当初、稽古から丸1週間は首がカチカチに腫れ、身体中筋肉痛で「続けられるかなっ!」と思ったが、先輩の会員から「3ヶ月頑張れば何とかなるよ」と励まされ、何とか稽古に通い続けた。

5級の審査時はトップバッターだった事もあ

り、途中で次に何の技をしなければならないのか、全く忘れてしまう緊張ぶりであった。

4級審査に当たっては、途中で技を中断して立ち往生する事だけはすまいと密かに心して審査に臨んだ。その甲斐あってか、モタモタしながらも何とか規定の技をなぞる事が出来た。

生来関節が硬い方であるが、稽古に通うようになって、短時間でも、寝る前に軽くストレッチをする習慣がついたのは収穫だ。稽古の度に何点か新しい発見があることを楽しみにしている。これからは無理をせず続けていこうと考えていますので、先輩諸氏のご指導をよろしくお願いいたします。

まだまだ始まったばかり

杉山義隆/4級

この度は4級をいただき、誠にありがとうございました。これまでご指導をいただいた皆様方には、大変感謝しております。

今回の審査では、いささか緊張したこともあり、二教をし忘れるところでした。途中で思い出して事無きを得ましたが、人前で演武を披露することの難しさを痛感しました。

私もせいぶ館に入会して1年がたちましたが、合気道という新しい世界に触れ、そこで出会った多くの方々と新しく充実した稽古をさせていただいています。まだまだ素人臭さも残る反面、荒削りながら大まかな形は出来てきたように思います。これからは一つ一つの動きをより正確に行えるよう心がけてゆきたいと思います。

私の合気道ライフもまだまだ始まったばかり。よりいっそうの上達を楽しみにしながら、稽古に励みたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

出会い

亀井ルミ/5級

出会いって、いいものですね。スポーツクラブに明け暮れて、日・祝は山々に明け暮れて、昼間は暇を持て余していた所、山の仲間が合気道の話をしてくれました。

インターネットで「神戸・合気道」を調べたら、せいぶ館に昼・レディースがあることが分かり、嬉しさを感じ一日体験をして、すこし怖かったけれど入会しました。1ヶ月か2ヶ月くらいで音を上げるのではないかと思ったのですが、明子先生の教えが私をとて勇気づけてく

れました。特にうれしかった事は合気道には定年が無いこと(?)です。

還暦を迎えて5級をとれるとは夢にも思いませんでした。これからもつづけて行こうと思います!

よろしくお願いします!!

楽しい合気道教室

坂田美穂子/5級/県立武道館

この度は5級をいただきありがとうございます。

県立武道館の教室に通い始めて約1年、最近ようやく「目を開けて」前受け身ができるようになり、運動嫌いの私がよくここまで進歩したものだと、我ながら感心しています。稽古では、毎回決まって、姿勢が悪い、腰がひけている、などの指摘を受けつつも、優しく、丁寧に教えて下さる先生や先輩方のお陰で、毎回笑いのある楽しい時間を過ごさせていただいています。また9月に入ってから、試験対策と称し、一教、入身投げ、四方投げ、に時間をかけた稽古をしていただき、先生をはじめ、お付き合いいただいた皆様には感謝いたしております。

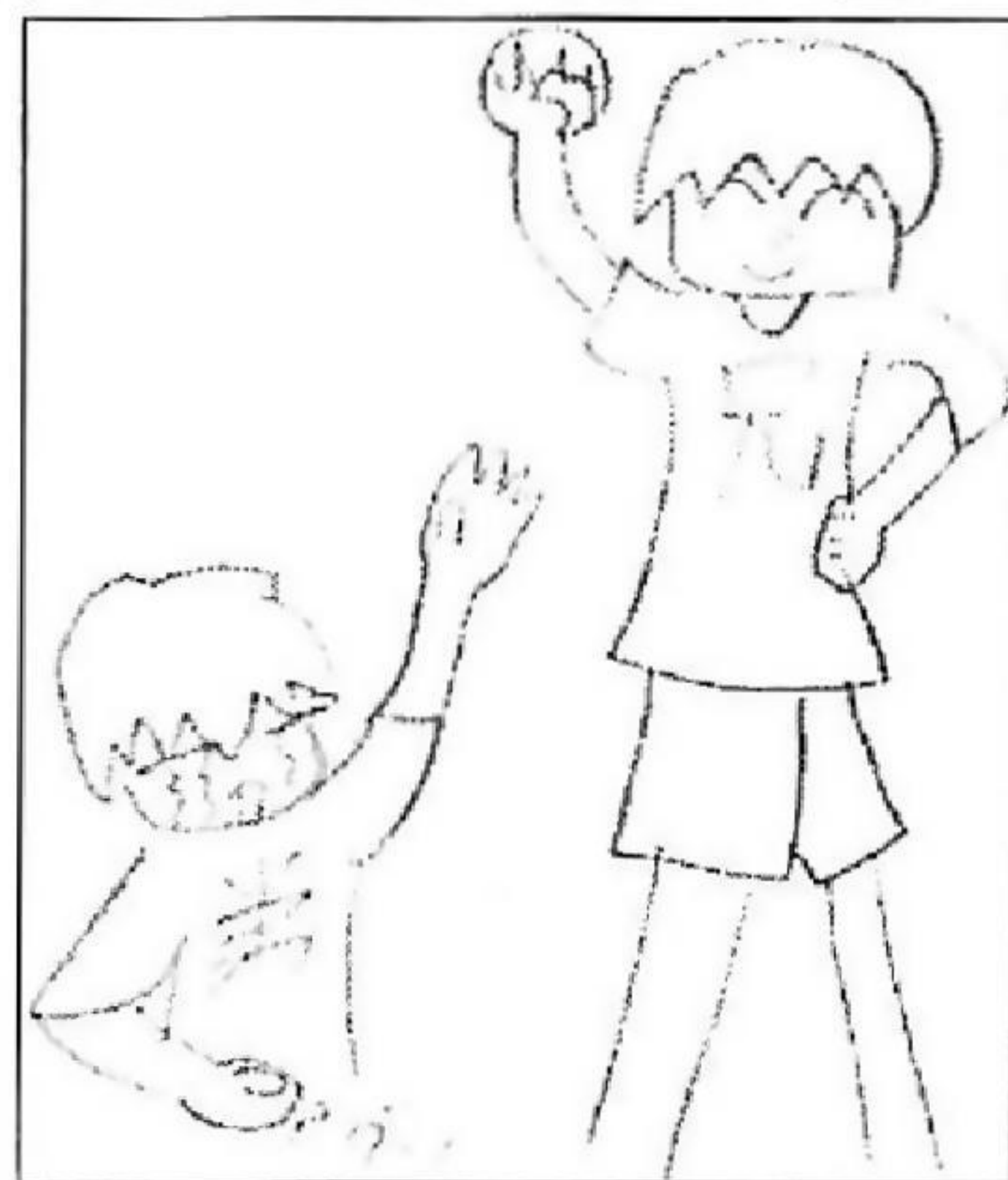
これからも楽しく合気道を続けていきたいと思っていますので、今後とも宜しくお願いします。

お兄ちゃんへ...

高田宏明/5級

お兄ちゃんがぼくより、先に5級にあがってしまって、残念です。次は僕が4級になって追い抜きたいです。それまで頑張って早く追い抜きます。

まあ、お兄ちゃんおめでとう! 弟より



感謝

中嶋いと子/5級

初めての審査で、よく分らない事も多かったのですが、合格する事が出来てとても嬉しかったです。

入会して1年と少し経ちますが、まだまだ動きもぎこちないし、技もあまり覚えていないので、合格できるか不安でした。審査当日はとても緊張していました。そんな私に周りの人が送ってくれた声援は、大きな糧になりました。

今までの稽古で色々と丁寧に教えてくれた先生方、下手な私に親切に接して下さった皆さんには、本当に感謝しています。5級を頂く事が出来たのは皆さんのおかげです。ありがとうございます。

これからも稽古に励んで、ゆっくりでも上手になっていきたいです。よろしくお願いします。

娘と共に...

永山恵美子/5級/県立武道館

いつも中尾先生と明子さんに姫路県立武道館の女性教室で教えて頂いてます。5級の審査で初めて訪れたせいぶ館はすごい熱気でした！

昨年娘が神戸女学院大合気道部に入部し、いいなあ私も！と始めたのですが、せっかくこの度めでたく5級を頂いたのに娘はあっさり1級になっちゃいました。いいんだも〜ん！私は合気道と言う高い山を、敢えてゆーっくりと味わいながら登るんだも〜ん。

またせいぶ館の稽古にもおじゃまさせて下さい♪ 中尾先生の太い手首は掴むのが大変ですが、頭で考えるよりも身体での感覚で覚えていく稽古は大好きです(^-^)

—これまでの行事—

6/25(土) 新阜君・由美ちゃん結婚式
7/9(土) 安野師範講習会(旧京都武徳殿)
7/19(火)〜8/2(火) 土用稽古
7/31(日)〜8/4(木) レイ&グビット(フイビツ)
8/14(日) 土用稽古完遂者を囲んで(一心)
8/21(日) 新阜夫婦お祝い会(桃李門)
8/27(土) 綾部市で演武会(濱崎道場長演武)
9/11(日) 昇級昇段審査
9/17(土)〜19(祝) 絃武館30周年記念行事
10/2(日) 関西地区合同研鑽会(ひびき道場)
10/8(土)〜9(日) 合宿(丹波荘・栗林師範)
10/8(土) 野倉夫妻(上海国際)来神

10/10(祝) 栗林師範特別稽古
10/16(日) 昇段者許可状授与式&お祝い
10/23(日) 流通科学大学学園祭で演武

—これから行事—

11/3(祝) 兵庫武道祭(県立武道館)
12/4(日) 横田初代道場長追悼演武会・総会・忘年会
12/17(土)〜12/18(日) 遠藤先生講習会
12/25(日) 稽古納め・大掃除
12/30(金) 餅つき
1/4(水) 初稽古
1/8(日) 新年会
2/26(日) 県連合同研鑽会(県立武道館)

新阜夫妻結婚お祝い会

日時：8月21日(日) 場所：桃李門

6月25日(土)にめでたくご成婚された、せいぶ館会員の新阜さんと日高さん(旧姓)を囲んで、8月21日にお祝い会が催されました。たくさんの会員が集まり大盛況でした(写真左)。

ええ嫁さん
もろて...
ふふふ



たんば荘通信

2005年10月8、9日実施 幹事：久河浩也 スーパーバイザー：松平秀利

指導：栗林孝典師範 場所：県営新たんば荘 〒669-2341 篠山市郡家練兵の坪451-4 (079) 552-3111

合気道好きが集まるせいぶ館ですが、さて我々の合気道人生は合気道を始めてからどのように変わって行くのでしょうか…。今回の合宿報告は合気道歴のそれぞれ違う3人の方に書いていただきました。皆様も自分の過去を思い出し、また自分の未来を思い描き、参考にしていただけましたら幸いです。

「合宿」

佐治孝雄/五段

先日、編集員の玉村さんに「佐治さんはせいぶ館通信に一度も寄稿してませんね。今回の合宿感想文を5～6行でいいですから書いてください」と言われました。実は十数年前に一度寄稿しましたが、物事には有効期限があり記憶にある人を探すのは無理でしょう。支部長ならともかく玉村さんの要望なら断る訳にはいきません。5～6行書くことにしました。

第1回の合宿は精武館25周年記念として村上さんと私が幹事となり昭和58年に篠山町旧たんば荘に一泊して行いました。当時福知山線は全線電化になっていなくて宝塚より2時間に一本位の電車に乗り、篠山口からバスを乗り継いで田んぼの中を通り抜けて行った記憶があります。しかし、今は複線となり、高速道路の開通により大阪から1時間余り。大阪、神戸の通勤圏となり篠山市内(町村合併により)はすっかり様変わり、情緒が良いのか便利が良いのか、情緒で生活出来ないからこう変わるのかな、と詰まらないことを考えながら今年も電車、バスでスポーツセンターに向かいました。

今年の参加者は宿泊者38名、当日参加者延べ約30名せいぶ館以外に地元篠山市、豊中、津山、名古屋、福井から参加されました。本部よりお招きしました栗林師範の指導のもと土曜日、日曜日の二日間を篠山で、月曜日はせいぶ館に戻り同師範の特別稽古が行われました。栗林師範には人使いの荒い支部で申し訳有りませんでした。たいへん有難うございました。

感想は68名がそれぞれ持っていることで一人のちょうちん文(自分をてらす)を書いても詮無いこと、知りたければぜひ来年参加してください。

最後に幹事の方々ご苦労様でした。

追：古い写真を探し出しました。第1回合宿の記念写真です。

前列右から3番目が故横田金典前道場長、写真のセンターがずれているのは悪きせいぶ館の伝統なのか…



合気会神戸支部25周年記念合宿稽古

於 丹波総合スポーツセンター 昭和58年9月18日

「好きな時間」

勝地由佳/初段

私は合気道が好きです。稽古がとっても楽しいです。合気道が好きな理由はたくさんありますが、今最も魅力的に感じているところは合気道が私にくれる時間です。

合気道はいろんな人といっしょにできて、稽古をしているとその人らしさを感じることができます。そして、年齢も育った環境も価値観も合気道に求めているものも人それぞれであるにも関わらず、取りと受けがぴたり合って『いい』技ができる瞬間があります。そしてお互いに思わずにっこりしてしまうそんな時間があります。それが今私にとって合気道の最大の魅力で、その瞬間相手とつながった気がして、嬉しかったり楽しかったりします。そして、その時間を作るのがとっても難しいことだと感じます。実際そんな『いい』技ができる機会はめったにありませんが、どうしたら『いい』技ができるか、また感じられるかを自分なりに考えたり、教えてもらうことも大好きです。もっと上手になったら相手の合気道をもっと感じることはできるのではないかと、好きな時間が増えるのではないかと、もっと上手になりたい、もっと稽古をしたいと思ってしまいます。

そして稽古の後の時間もとても好きです。直接的には稽古をすることができなかつたとしても同じ空間でいっしょに合気道をすることができ、「お疲れ様です!」とお互いに笑って言い合えることが嬉しいです。その人のことをよく知らなくても稽古をした後は、相手のことを少し知ることができたような、自分のことを分かってもらえたようなそんな気がします。合気道でつながった気持ちがその後もずっと続いているような感じが私は好きです。そして、またいっしょに稽古したいなあ次会えるのが待ち遠しく思います。

合宿では、栗林先生の稽古がとっても楽しくて本当にあっという間に終わってしまいました。いい稽古であった分だけその後の時間も心地良かったです。稽古以外でもいろんな話を聞いたり、道場内では分からなかった一面を垣間見たりすることができ、嬉しくて楽しくて笑ってばかりでした。合宿はたくさんの好きな時間を多くの人と共有することができ、気持ちのつながりをずっと感じられた幸せな二日間でした。

「あっという間に」

高瀬裕規/無級

せいぶ館に入会して以来、早一ヶ月。私も立派なAIKIDOバカです。今回は初めて合宿というものに参加させて頂きました。せいぶ館の方々は皆暖かく、今回もお世話になりました。合宿は稽古をして夜は宴会、翌朝稽古という流れで、稽古ではみなさんの美しく、鋭い技を堪能させて頂きました。宴会はかなりハードだったのか、部屋のメンバーは、「今日は稽古やめようや〜。」とお疲れだったのですが、稽古が始まるとびしっと技を始めているあたり鍛えられていると感心しました。ちなみにどんな宴会だったのかと言うと、それはもうにぎやかで、飲めや歌え。モノマネ、モノボケなんでもあり。つつこみが飛び交うとても楽しいものでした(お笑い芸人合宿ツアー?)。今後もこの師匠の方々と共に励んでいきたいと思っています。

5、6行と言いながら20行もサービスしてくださった合気道歴35年の佐治さんも、文章の端々から合気道への愛を溢れさせている6年目の勝地さんも、入会1ヶ月にして早くも自称「AIKIDO馬鹿」の高瀬さんも、皆等しく合気道好き…。どうやら始めたばかりでも、6年経っても、35年経ってもせいぶ館の人々は変わらないようです。少しは皆様の参考になりましたでしょうか?

《編集後記》

最近私自身はあまり稽古に行けていないのですが、せいぶ館通信の編集をしていると、寄稿して下さる皆様の合気道への思いに「自分も稽古…」と思います。コレが合気道の良いところ♪(玉村)

大人の方が子どもより1年が早いのは、過ぎる1年が「人生の何分の1」にあたるか、その割合が小さくなるからだと言います。6歳の子の1年は人生の6分の1。私は…。時間を大切にしたいと思います。(佐藤)

《合宿写真館》



合宿スケジュール

〈一日目〉

午後集合

稽古

夕食

宴会

〈二日目〉

午前稽古

昼食・ビール工場見学

午後解散

※ 今年は合宿のあくる日に
栗林師範特別稽古があり、
約45名が参加して更に
汗を流されました！！

皆様、お疲れ様でした！

～夜の宴



栗林師範と若者たち…



注：お風呂屋さんの休憩室…ではありません
(念のため)

[せいぶ館道場 入会案内]

■会費

- ・入会金 5000円
- ・会費 なるべく3ヵ月分以上を前納してください

一般	5000円/月 (一括払いの場合: 28000円/半年 50000円/年)
小～大学(24歳以下)・65歳以上	3000円/月
ビジター料金 (1週間有効)	1500円/一般 1000円/小・中・高・大学生(24歳以下)・65歳以上 2000円/本部師範およびそれに準ずる先生にご指導頂く日程の場合

- ・休会時は事前に届を出すと、500円/月になります 会費の滞納が6ヵ月以上続いた場合は退会とみなします
- ・会費を銀行振込する場合: 日新信用金庫・宇治川支店 普通No. 340076 せいぶ館佐治孝雄(セイブカン サシタウ)
- ・会費を郵便振替する場合: 口座番号: 14340-56119711 加入者名: せいぶ館佐治孝雄(セイブカン サシタウ)

■稽古中のケガ、その他事故については会員個人の責任とします

- ・紛争は当事者同士で解決してください
- ・スポーツ安全保険に加入してください (団体保険は毎年3月末切換えです 掲示にご注意ください)

(財)スポーツ安全協会 〒650-0011神戸市中央区下山手通4-18-2 兵庫県健康公社内 Tel (078) 232-9651

■気持ちよく稽古ができるように

- ・道場内外は来た時よりも美しくしましょう 道場内は原則として禁煙・禁酒・禁飲食・禁携帯電話です
- ・道場内には私物を置かないでください 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 <2005年5月現在/祝祭日・年末年始等は掲示にご注意ください/★マークのクラスに一般も参加できます>

	朝のクラス	昼のクラス	夜のクラス
月	7:00～8:00 中尾		18:30～20:00 ラッセル
火			18:30～20:00 (初心者クラス)★ 佐伯
水	7:00～8:00 (初心者クラス)★ 中尾	14:00～15:30 (レディース)★ 明子	18:30～20:00 山崎
木		16:45～18:00 (子供クラス)★ 有本	18:30～20:00 佐治
金	7:00～8:00 中尾		18:30～20:00 (初心者クラス)★ 澤辺
土	9:30～11:00 中尾	14:00～15:30 (子供クラス)★ 佐藤	18:30～20:00 松平
日	9:30～11:00 中尾 11:10～12:10 濱崎	— [毎月第2日曜: 藤井]	I [毎月第2日曜前日: 藤井]

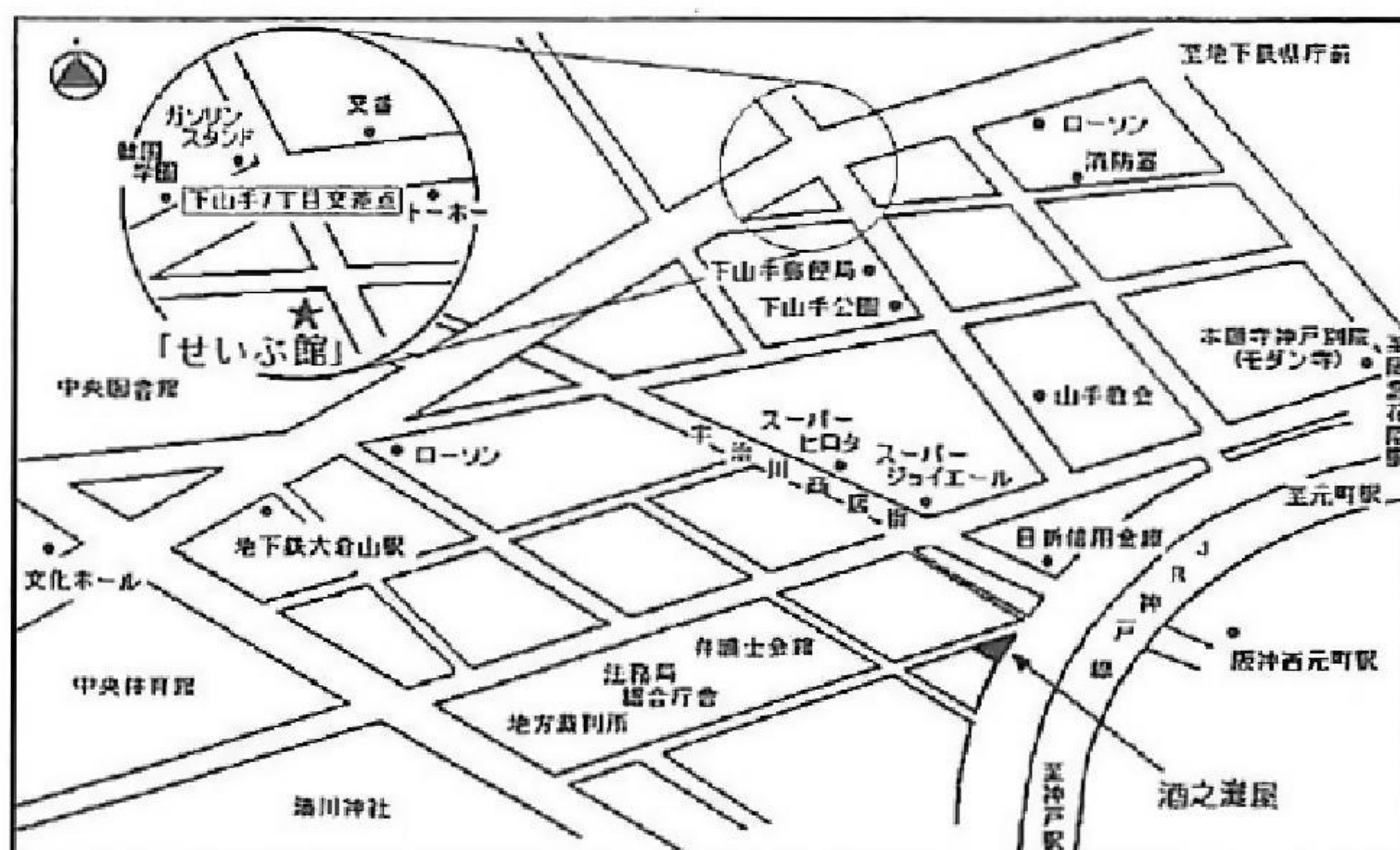
明石道場 水: 19:00～20:30 (草野)

杖道部 (神道夢想流) 水: 13:00～13:50 (明子) 土: 11:30～13:30 (小畑) 毎月第1日曜 (古流&自主稽古): 13:00～15:00 (小畑)

会費: 1000円/月

■道場への最寄り駅 (徒歩時間)

- 地下鉄 大倉山駅から3分
- 地下鉄 県庁前駅から5分
- 阪急 花隈駅から5分
- 阪神 西元町駅から7分
- JR 神戸駅から12分
- 高速 神戸駅から12分



(財)合気会神戸支部 せいぶ館 支部長: 中尾眞吾/道場長: 濱崎正司/副道場長: 打越明夫

〒650-0011 神戸市中央区下山手通8丁目20-17 えぬビル3階 白蘆林内 Tel (078) 382-1659 / FAX (078) 341-3980

<インターネットにせいぶ館のホームページがあります... <http://www.ne.jp/asahi/aikido/seibukan/>>

— 白蘆林(はくろりん)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、下村湖人著「次郎物語」より「白蘆林」と名付けました。