

【気和会主催・佐原先生講習会】

日 時：2024/7/14(日)、15(月)

場 所：長崎市立諏訪体育館(長崎市上西山町 19-15)

内 容：7/14(日)13:30 受付開始 14:00～16:00 講習会

7/15(月) 9:00 受付開始 9:30～11:30 講習会

※参加者からのレポートがありますので会員投稿をご覧ください。

会員投稿

村里さんからの投稿です

佐原先生講習会参加レポート

7月14日、15日気和会主催の清心館・佐原文東先生の講習会に参加したので、その内容、感想を投稿したいと思います。

佐原先生はあの高名な山口清吾師範に長年師事し現在合気会7段、合気道の他にも柳生新陰流、鹿島神流等の古流剣術、八極拳、八卦掌、太極拳等の中国拳法も極められており、体術だけでなく禅の修行もしておられて現在の合気道界の中でも有名な先生です。

そんな偉い先生でありながら、穏やかで話好きなどとてもフレンドリーな先生で講習会も和やかな雰囲気で行われました。

北星館からは14日に浜田館長、笠井さん、酒井さん、西坂さん、小生の5人、15日は浜田館長、酒井さん、小生の3人が参加しました。

14日の参加者は約40名、佐世保や佐賀方面からの参加もありました。

冒頭、先生の自己紹介、お弟子さんの紹介等があり、合気道は結びや接点が大事、結んだところを大事にするというお話があり、砂泊先生と同じだと思っていたら思いがけず砂泊先生のお話になり、お会いしたことはないが砂泊先生も同じことをされていたのだと思うと話され、砂泊門下の我々としてはなかなか嬉しかったです。

講習会では1日目は自身の重みで相手を崩すやり方をやりましたが、こちらの手の平の上に先生の手甲側を乗せるだけでこちらが崩れ、しかも手が離れないという呼吸力を習いました。西坂さんはこの技に感動していました。

1か条も教わりましたが、1か条の極意は「相手の中心軸をとらえて固定化させる感覚を養う」というものでした。中心軸をとらえるためには相手と中心軸を合わせることで、相手を固定化させるためには相手の肩を動かさないようにすることと教わり、これはかなり納得できる内容でした。

ちなみに相手と中心軸を合わせることで、これを少しずらすと入り身になるということで、入り身ができるためにはまずは軸を合わせることで大切とお話されていました。

1か条に限らず、技をかけるためには相手の固定化が大事ということで、これは目から鱗の言葉でした。今からの稽古に応用したいと思いました。

2日目は1日目より人間が増えている感じでした。

2か条の抑え等をやりましたが、痛さで崩すのではなく、シーソー(梶子)の原理で崩すといわれ、確かにあまり痛くなくそれでもアレアレと崩される感覚は今までにないものでした。

入り身投げも教わりましたが、昨日の続きで少しだけ軸をずらして相手と同じ方向を向くと少し上から力を加えられただけでオオーというくらいに崩れます。これも目から鱗でした。

言葉ではうまく説明できないので、興味ある方は道場で説明したいと思います。

また最後に大東流でよくある合気上げを特別にお願いしてかけていただきました。

これはお互い正座で向かい合ってこちらが相手の手首を上から抑えるのを上げる稽古ですが、物理的に考えてなかなか難しく本当にできるのかなと思っていましたが、こちらが力いっぱい抑えても苦も無く上げられました。何回目かの目から鱗でした。

まったく先生の体に力が入っておらず、なかなかこのレベルに行くには難しいと正直思いました。

二日間通じて先生の技の素晴らしさはもちろんでしたが、普段会ったことのない他の道場の人たちと稽古することは、とても有意義なものでした。

軽くとる人もいれば力いっぱい取る人もいる、ガチガチの人もいればすごく柔らかい人もいる、そのうで自分の実力が通用するか、自分の実力はどこら辺にあるのか等とても勉強になりました。

皆さんもこういう機会があればぜひ参加することをおすすめします。

編集後記

猛暑が続いています。連日のように熱中症で倒れる人のニュースをよく目にします。

道場の中も非常に暑く、「道着に着替えただけで稽古したような気になる」等の声が聞こえます。

岩屋中学校の武道場にあった温度計には運動する目安が刻まれていましたが、長与武道館にはそれがありませんので自分たちで注意する必要がありますね。

会員の平均年齢も上がっておりますので、皆様、これからも無理せず、楽しく活動していきましょう。