



通信

VOL.4

令和元年12月1日

作成:長岡正宏

合気道は 丸く捌いて、三角に入身して、四角に固める。



参道の百垣



展望台より合気神社を望む



愛宕神社本殿



神社へ向かう開祖(77歳)



境内での間稽古



本殿に飾られている天狗

合気の旅
合気神社から西へ行くと標高約300mの愛宕山がある。愛宕山には天狗伝説で有名な愛宕神社が鎮座している。参道に百垣と呼ばれる長い階段があるが、車で上がった。開祖は愛宕神社がお気に入りによく出かけられたそう。映画「合気道の王者」のロケ地でもある。愛宕神社境内での間稽古シーンが有名だ。間稽古のシーンを何度も再生して技を研究したものだ。現在の私の技の発端になったと云ってもいいだろう。したがって、是非訪ねてみたい場所の一つだった。



秦 裕子



川口 隆司



鳥谷 健治



國廣 正信

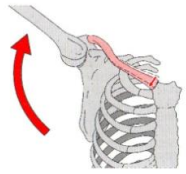


長岡 正宏

11月2日(土)に県立体育館武道場で合気道広島会演武会が開催された。7道場、総勢30数名が参加された。広島東警察署道場からは川口さん、鳥谷さん、國廣さん(広島北道場として参加)、秦さん(クレド教室として参加)、長岡が参加した。

日頃の稽古と違い少々緊張されたことだろう。また、連続して行う各技の緩急や間合いの変化、技に入る角度の違いなどを感じたのではないだろうか。今後の稽古に活かして欲しいと願う。

ワンポイント・アドバイス



腕を上げると鎖骨も動く

腕は何処から何処まで？
腕は指先から肩までではない。鎖骨も含む。鎖骨は意外によく動く。腕の一部だ。また、鎖骨は胸骨柄と胸鎖関節を作っている。ということは、腕は正中心にある胸骨とダイレクトに繋がっていることになる。上半身の動きが腕へ、あるいは腕の動きが上半身へと影響しあっていることが想像できるだろう。



手は胸骨の前にある



身体の動きを腕に伝えている



鎖骨も連動して動かす



道心探究
当身技。この写真は私の師である柴田師範である。大変お世話になった合気会本部道場の師範だった。現在、渡米して道場を開いている。

強烈な先生だった。転換の稽古をしていたら何が気に食わなかったか分からないが、いきなり当身が飛んでくる。正面打ち入身投げをしていてもしかり。いつどこから当身が来るか分からない。間違っって当身を避けたり手で払ってしまうと、どうなるかは想像にまかせ。兎に角、当身を受けなければならぬのである。何度も受けていると、当身を受ける直前に体を浮かせば衝撃が弱くなるのが分かった。また、着地さえ上手くやれば技を受ける時も体を浮かせた方が安全だった。ほんの少し余裕が出てくると、その時の師範の気分や動作を探れるようになっていった。すると不思議に当身が見えてくるし、技の理解も深まっていった。それ以来、技の探求や相手の状態を探ることが容易になっていったのである。学びの要諦を体に教え込まれた気がする。



画像はYouTubeより引用



～先人の言葉～

自分の動きを整える。自分の体の動き、自分の気持ちを一つにしていく。投げることが目的ではない。
遠藤征四郎本部師範

