養心

第5号
2008年7月31日発行
楊家養心太極拳
発行人 楊　麻紗
事務局
〒164-0003
東京都中野区東中野
1-11-16-508
TEL 03-3365-5868
FAX 03-3365-5118
ホームページ
www.taikyokuken.jp
題字　楊　名時 先生

養心会三つの心
争わない心
拘わらない心
焦らない心

感謝と祈りの気を込めて

■楊名時先生を偲ぶ太極拳交流大会

野田　久子

楊名時先生がお亡くなりになって、三年になります。三回目の追悼大会が六月十四日(土)一時より、京橋プラザ区民館で百三十数名の参加で行われ、当日は梅雨どきとは思えない素晴らしい晴天でした。

楊家養心太極拳に変わって初めての交流大会、木村鎮夫師範の司会で開会、楊名時先生の遺影に向かい黙祷。続いて、麻紗先生のご挨拶「本日は晴天なり、本日は晴天なり。楊名時先生が今日もお天気にして下さいました。本日は大勢の方々に参加して頂き、本当に有難うございました」と感謝の言葉で始まりました。

お話しの中で楊名時先生と帯津良一先生の共通点である気功の原点は祈りであり、楊名時先生の大好きな言葉の一つで、夏になるとよくおっしゃったという「葉々起清風」(一枚一枚の葉っぱが清い風を起こす)その意味は、一人一人がより気を出して他の人を癒すことであり、これが祈りに通ずる。この自覚を持って太極拳を稽古して欲しいという楊名時先生の教えを楊麻紗先生がお話し下さいました。

演舞に進み、前半の八段錦(一段～四段)と楊名時太極拳二十四式を参加者全員で行い、ゆったりとした気持ち良い太極拳が出来ました。

休憩後、とても多忙な帯津先生のご講話となり、いつもにこやかで穏やかな先生の楽しい語り、楊名時先生とお酒を呑み交わしたこと、いまは一人で呑むことが多く、その時にしみじみと楊名時先生を想い出しながらお酒を味わっていることや、メタボリックのお話、老年についてのお話などユーモアたっぷりでした。

また、ある日予備校の講演で、一人の生徒に十年後に先生のお話しをもう一度聞きたいといわれたことで、将来医者になった彼と会う希望を持ち、目的を見つけ、生きる楽しさができ、十年先が輝いて見える。そのため太極拳もおろそかには出来ないとおっしゃり、軽妙で楽しい心暖まるお話で、あっという間の一時間でした。

後半は、全員で不老拳を舞い、師範だけの二十四式、その他の方の二十四式と続きました。

麻紗先生は動きを羊羹に例えて「師範は練羊羹でその他の方は水羊羹」といわれましたが、「皆さんの動きは違和感が無くとても良かったです、きっと楊名時先生も天上で”太好了!!“とお喜びになっていることと思います」と講評して下さいました。

そして各教室の先生と「同学」の紹介があり、遠方からは愛知県常滑より杉江満寿夫師範ご夫妻、名古屋から長谷川房子師範の教室から十名の方々、新潟からは一名の参加者があり、また近県の埼玉、千葉、神奈川などからも多くの仲間が参加して下さり、養心会の輪の広がりを感じました。

最後に、高橋裕子師範の養心会の発展を願って心ある閉会の挨拶をし、田村久夫師範の音頭で会場一杯に響き渡る”一本締め“で終了しました。

三時間余りの清々しい和やかな楊名時先生を偲ぶ会でした。

講話される帯津良一先生

正面の楊名時先生

堂に入っている師範の「収勢」の姿勢

「葉々起清風」
葉々起清風の出典は、中国の禅僧虚堂和尚の偈の一節によります。

誰れか知らん三隠寂寥の中
話しに因って盟を尋いて鷲峰に別れんとす
相い送って門に当たれば脩竹あり
君が為に葉々清風を起こす

師と弟子の別れを惜しむ心情と清らかな交流が感じられる、味わい深い語です。

■水俣市健康祭りに参加して

山名　暁美

五月二十五日(日)、水俣市立武道館に於て、「太極拳健康祭り」が開催されました。当日は前日からの雨も上がり、風と光と緑の心地よい会場に百五十名の皆さんが集まりました。

水俣市長を始めとし他の方々のご挨拶、祝辞の後、全員による八段錦と太極拳はとてもゆったりしていました。昇段審査を受けた同学の皆さんの演舞ものびやかで、大変気持ちのよいものでした。麻紗先生を中心にした師範による模範演舞は、さらにゆったりとしていて、呼吸に動きをのせていく静かな指先や足の運びに、静寂で柔らかな十五、六分の時が流れていきました。

講演会では麻紗先生が「太極拳の品格」についてお話されました。太極拳を十四、五分かけてやるには意識、呼吸、手の動きなどあらゆる所に神経を使わなければならないこと、ゆっくりで流れをこわさないこと、間が入らないような太極拳を目指すこと、自分の我を捨て気持ちの良い太極拳を素直に楽しくすることが品格につながる。ゆえに「太極拳は人なり」であると熱弁されました。

前田篤宏師範のご指導による「座位式太極拳十二式、体幹運動」は、座ったままで体をほぐせる優れものです。姿勢や体の軸(幹)を意識する大切さ、健康にまさる宝なしの言葉をあらためて思いました。その後の懇親会は健康で元気一番、楽しくと、皆さんのパワー炸裂でした。

■繁栄を願う大凧

春日部市旧庄和では、5月5日の端午の節句に男子出生を祝い、子供の名前や紋章を書いたミニ凧を作ります。毎年5月3日～5日に行われる祭りの大凧は有名で、その大きさは日本一です。縦15m、横11m、重さは800kgもあります。赤は太陽を、緑は大地を表しています。江戸川の河川敷広場で、大歓声とともにゆつくりと大空に舞い上がる大凧は、雄大で素晴らしいものです。

この伝統ある庄和の百畳敷の大凧を、楊家養心太極拳に贈らせていただきました。養心会のご繁栄と、楊麻紗主宰及び会員の皆様の健康・幸せを願い、そして楊名時太極拳に出会えた幸せに感謝し、天国の楊名時先生にも大凧が見えますように、高く高く大空に舞い上って欲しいとの祈りを込めております。

春日部市庄和睦時会　酒井登美子

■とこなめ 養心太極拳合宿交流会案内

陶都&りんくう”とこなめ“に楊家養心太極拳主宰・楊麻紗先生をお迎えし、楊名時太極拳の真髄に触れることのできる、有意義で楽しい交流会です。誰でも気軽に参加できます。多数の方のご参加をお待ちしています。

1・日　時	2008年11月15日(土)、16日(日)
2・会　場	アリーナ体育館（常滑市新開町1-100　☎0569-35-4611）
3・宿　泊	ホテルAU常滑（常滑市新開町3-174-1　☎0569-36-1600）
4・懇 親 会	やまに旅館（知多郡美浜町野間字東畠ヶ544　☎0569-87-0039）
5・参加募集人数	150人
6・参 加 費	3000円
7・日程概要	11月15日(土) 13:00～17:00 太極拳交流会 アリーナ体育館(ホテルから徒歩5分)
	交流会内容：全体稽古、楊麻紗先生模範演技＆講話、師範審査、
	グループ毎による演舞披露、など盛り沢山です
	18:30～21:30　懇親会　やまに旅館
	11月16日(日)
	7:00～8:00　早朝稽古
	観光と陶芸体験　10:00～12:00やきもの散歩道散策
	13:00～14:30 陶芸体験教室　～世界で一つしかない自分の陶器を作ってみましょう～
8・申込み方法	別紙「とこなめ 養心会合宿交流会参加申込書」に所定の事項をご記入
	のうえ、9月末までに教室ごとにまとめて、幹事(杉江)まで連絡下さい。
代表幹事　杉江満寿夫　☎0569-34-7580	

■各地から

大　阪　第11回なにわ友の会一泊研修会が、4月19日～20日高野山で行われました。霊山での演舞は、心身が清められた格別のもの。また、翌日の早朝稽古は、若い修行僧と同じく寒さと眠気をこらえての修行でした。

草　加　埼玉草加市の小川睦子師範の研修会。5月15日は晴天で、楊麻紗先生のポイント指導と、ご家族3人による演舞が好評でした。

日　野　東京日野市の河原達教室の研修会が、5月22日に開かれました。楊麻紗先生をお迎えした初めての会でしたが、予想以上の参加者があり成功を収めました。師範2人が誕生しました。お目出度うございます。

宮古島　沖縄県宮古島で6月7日、21世紀養生塾が開かれました。養心会からは楊麻紗先生を含む7名が出席し、帯津良一先生のご講演と「時空」「香功」を楽しく学びました。

沖縄の養成塾を主催されている奥田清志先生は、楊名時太極拳を沖縄と宮古島で指導されています。コバルトブルーの海と、宮古島の方々の心づくしに感動しました。

長　岡　残雪の遠山を望む新潟長岡で、6月15日林三重教室に楊麻紗先生が招かれました。梅雨入り前の薫風が会場の体育館に入り、気持ちよい稽古ができました。参加者の多くから「来年も是非開いて欲しい」との要望がありました。

奈　良　7月9日、奈良で頑張って下さる中村二可師範(82歳)教室の研修会に、楊麻紗先生が出席し、参加者との絆を深めました。11月下旬頃に審査のため、再度奈良を麻紗先生は訪れます。

※行事の詳しい様子は、養心会のホームページをご覧ください。

■癒しの風景

蓮華升麻
日本の特産で山地の林下に自生。晩夏に清らかな花が咲く。下向きに咲く花は蓮の花に似ているので、この名が付く。
東京多摩の御岳山にて。
(写真/土肥昭治)

(絵／杉崎昭子)

お知らせ　定例指導者研修会

場所が変わりました！

9月、10月の指導者研修会の場所が、シビックセンターに変わりました。従来の場所が狭くなったためです。これからは、当場所で行います。(但し抽選にはずれた月はお休みになります)

日 時	第11回 9月14日(日) テーマ:中国人の好きな数字 第12回 10月26日(日) テーマ:楊名時太極拳と儒教 13:30～15:30
場 所	シビックセンター　地下1F　多目的室 文京区春日1-16-21 (東京メトロ丸の内線・南北線後楽園駅 都営地下鉄三田線・大江戸線春日駅 JR総武線水道橋駅) TEL 03-3812-7111
会 費	2,000円　当日受付
服 装	道着、又はTシャツとズボン
資 格	奥伝以上

ホームページ用原稿募集！！

ホームページを更に充実したいと思います。各地の行事、情報、レポート、写真等、事務局までお寄せ下さい。

●ホームページアドレス●
http://www.taikyokuken.jp

寄付を頂きました。

茶木　康晴	5万円
水島　幸	1万円
宮本　智子	1万円
宮川富美子	4.5万円
磯部　タエ	1.3万円

【編集後記】
楊名時先生が読まれた太極拳経のテープが私の宝物です。亡くなられる二ヶ月前、ご自宅へ治療に伺ったとき録音しました。立派な太極拳経の御本もサイン入りで賜り、太極拳経は弟子の服部さん、西武の木村師範と広がりました。(高橋裕子)