

和剣

和歌山県スポーツチャンバラ協会
〒640-8441 和歌山市栄谷535 観音寺
TEL 073-452-3880
FAX 073-452-3880

VOL. 35

2008年 11月 21日

1. 第5回和歌山大会の結果。

第5回和歌山大会へは59名の選手が参加。役員・審判団・運営委員・観客など、総数で百数十名が結集する盛会でした。大阪府・奈良県からの参加者が大会を盛り上げてくれる中で、試合も順調・円滑に進行しました。役員をはじめ皆様方の協調と結集の賜物です。特に大阪協会からは大会準備や選手・審判員の派遣等々、大会運営の全般に亘る多大な支援を頂きました。今回大会での入賞者・チームを紹介します。

- ☆ 小太刀(小学3・4年)……3位 水波真悟(大友館)・吉田 蓮(自灯館)
- ☆ 小太刀(小学5・6年)……3位 丸山航平(自灯館)
- ☆ 小太刀(中・高・一般)… 3位 小倉克己(近鉄カルチャー)
- ☆ 長剣(小学3・4年) …… 準優勝 瀬藤真征(自灯館)・3位 水波真悟(大友館)
- ☆ 異種 …………… 3位 奥本智士(自灯館)
- ☆ 団体戦 …………… 3位 大友館(水波真悟・小川拓海・水波早恵)

参加選手の皆さんの健闘を心より祝福致します。今回大会での試合経験は、きっと次回大会でより良き果実を結ぶ“黄金の種”になることでしょう。

2. 太田小学校講習会のお知らせ。

- 日時……………11月29日(土):午前10時~12時。
- 場所……………太田小学校体育館
- 参加人数……子供50名・大人15名
- 講師……………石上・福森・柚岡(太)・瀧本・由良・安田
- 進行……………午前9時30分受付開始。

※他の役員・会員の皆さんも余裕が出来れば、会場を覗いてみて下さい。

3. 当面の行事予定。

- ①11月29日(土):太田小学校講習会
- ②11月29日(土):泉南市大会
- ③12月7日(日):第17回大阪選手権大会
- ④12月14日(日):第10回奈良県スポーツチャンバラ大会

☆「濁」を吐き「清」を吸う☆

禅では「吐故納新」(吐納、あるいは吐納運心)といいますが、これと反対に、まず吸い、そして吐き出す人が多勢います。しかし、よごれた体内の生暖かい息を先に口から吐き出すのが正しいのです。これが「濁を吐き」です。それから「新鮮な空気は鼻から入れる」—これが「清を吸う」です。だから体操などの深呼吸とは違ってきます。<中略>「あ」(阿)と口を開くとき、空気は口から腹に通じ、横隔膜の上下運動を活発にします。それから「咩」(うん)と口を結ぶ……これを「あうん(阿咩)の呼吸」といいます。

(簀内宗一 著・森 庸年 編「武道鍛錬術」砂書房 発行より抜粋)