

サムライ企画 第10弾

目に見えない「気」というものをコントロールし、心身両面のコンディションを整える気功とは一体何ぞや!? 毎度おなじみ出たがり編集者・サムライ森山が、横浜の「ゆるみ気功教室」に潜入取材!

初めての気功体験で武者修行

←最初に丹田を意識した呼吸を行いながらウォーミングアップ



↑簡単に踏ん張れる程度の力でもしか押されてないのに、なぜだかマットにぶつかるまで止まらない! この感覚、決して不快ではなく、むしろ超気持ちいい!!

前 氣功は格闘技などのスポーツにも応用できます。では試しに、その刀(玩具です、念のため)で私に斬りかかってきてください。待よいのでござるか? 拙者も武士、いくら師範といえども遠慮はせぬぞ。いざ勝負! アツ(まさに斬りかかろうというその直前、小手を払いのけられる。)

前 相手の「攻撃するぞ」という氣を察し、仕掛けられる前に攻撃を防ぐのです。また、攻めかかってくる相手の氣を利用して、相手

氣功で飛ばされるのは、実はかなり気持ちいい! サムライ森山(以下・侍) 本日は武者修行の一環として、氣功とやらを学びたく、参上した次第でござる。ということで前島師範、よろしくお願い致します!

氣功師の前島さん(以下・前) 今日では体験取材でしたね。では論より証拠、まずは感じてみてください、これが「氣」です(侍の掌を挟むように両手をかざす)。

侍、むむむ、何やら熱っぽいというか、びりびりした感覚が伝わってまいりました!



↑攻撃の氣配を読まれ、サムライ森山は師範に一太刀も浴びせることができなかった...

ゆるみ気功教室

☎090-6134-6491
http://www2.odn.ne.jp/them/

簡単な呼吸法、瞑想、体操を通じ、セルフヒーリングの方法を学べる。横浜、福井、山口の教室のほか、日本全国出張で短期集中講座や氣功療法を展開中。

主催の氣功師
前島豊さん



に触れずに倒すこともできません。侍 ふむ、なるほど。実は以前、氣で人が吹っ飛ばされているのをテレビで見たのだが、あれはこの教室でもできるのでしょうか? 前 うちでは毎回最後に参加者全員が飛ばされるのですが、これが楽しみで通っている方もたくさんいらっしやいます。お侍様も、ぜひ体験してみてください。

侍 うむ。しかし、様々な武術の修行を積んだ拙者を飛ばすなど容易ではないと思うが!

前 (強い氣を放出するとともに軽く侍の肩を押す)

侍 あれ? ア、アーツ!(踏ん張ろうという意志に反し、スルスルと後方のマットレスに吸い寄せられるように飛ばされる)

前 どうです、体内に滞っている負のエネルギーが抜けていく感覚はありませんか? 氣功というと飛ばしなどの派手な部分はヒーリング、癒し効果の方にこそあるんですよ。ストレスがたまりがちな方などには特におすすです。

侍者のみなさんにも、ぜひこの氣持よさを味わってほしいですね。