

松林の中で

太極拳を

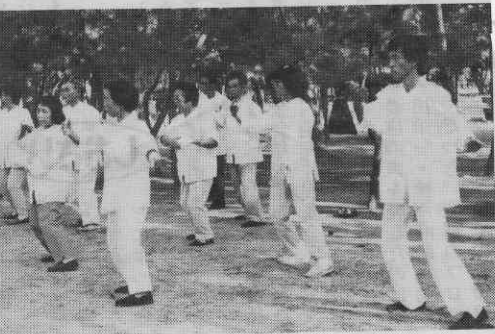
今、太極拳は健康にも美容にもよいというので、静かなブームを呼び、あちこちで集まりがもたれていま

す。
ここ、国鉄舞子駅の南の松林の中でも、毎土曜日の午後四時すぎ、潮風をうけながら、三十人ほどの老若男女が、ひととき太極拳のさばきに精神を集中させている光景をみます。移情閣友の会を足場に発足した会



太極拳のさばきに精神をグッと集中

神下新聞 垂水区PR版
186.9



みなさんなかなかキマッてますネエ

なので。
先生は若い頃から空手、柔術をものにし、六十歳をすぎてこの道に入ったという村田智則さん(66)です。
「今やっている太極拳は、中国では医療体的に改造された国家制定拳で、格闘技ではありません。この特長は、気血の流動を活発にするということです。ですから、内臓の若返り、老化をおくらせる、おまけに糖尿病の予防、肝臓のためにもいいんですよ」といわれる先生の脈拍は六十、心臓は二十歳並みとか。
「運動もきつすぎると早く体力をおとすし、必要以上エネルギーを使うことは自分を早くおとろえさせてしまう。その点でも太極拳はだれにでもできるものではないでしょうか」
熱心に体を手をうごかしている会員のみなさんは、「身が軽くなりました」
「肩こりがすっかりなくなってます」
みなさん、各々、心身共にあつているようです。
気持を一点に集中させて、先生の言葉をかきとると、天地の法則にそって、エネルギーを吸収する静かな動き、そんな中をながれているのは、みている者も自然にとけこみたくなるなごやかさでした。

お問い合わせは移情閣、
電話783・7172まで。
(山本禎子レポーター)