

## 内弟子ヘンリック ヘンリック・アーゲッツ



二ヶ月半の内弟子の冒険から戻って二週間が過ぎました。

実は十年前に半年ほど滞在したことがあり、今回は二度目なので内弟子生活の内情はよくわかっていました。

十年前は、小林道場の合気道を基礎から徹底的に叩きこみたいと思っていました。

たっぷりと時間があつたので、基本的な合気道の技を良く観察しようと思ったのです。

これから内弟子を目指す人は様々な目的があるでしょうが、合気道に対するどんな先入観も捨て、教えられたすべてに心を開く事がとても重要です。

今回の旅は、既に持っている合気道の認識を新たにすることではなく、学んだ技の上達、そして勿論できるだけ多くの新しい知識も獲得したいというのが目的でした。

最近は弘明先生の家でもある素晴らしい所沢道場で、凍える夜やゴキブリに噛まれる心配もなく、内弟子生活はより快適になりました。それでもこの先も決して変わらないこともあるでしょう…。

滞在してほんの数日で、稽古の影響が出始めます。

どんなに熟練した人も、あちこちが痛くなり、激しい稽古のせいで筋肉や体の色々な場所に支障をきたします。

日本で一月から二月に滞在するということは、極寒の朝稽古に耐えなければならないということですが、切り抜けるいい手などありません。

体は、「そんなに無理するなよ」という声を発するかもしれませんが、それは許されません。より一層厳しい稽古をし、怪我を避けるためにできるだけ早く体をあたためなければならないからです。

どんなに疲れようが、足や指先が氷のようになろうが、黙々と稽古を続け、温かくなるよう沢山の受け身を取らなければなりません。

これから内弟子を希望している人もそうでない人も、肝心なのは稽古が好きだという気持ちです。

もしあなたが、豪快な腰投げの受けを心から楽しみ、小手返しを待ち望み、きつい抑え技さえ気持ちのいいマッサージのように感じるのなら、内弟子生活はまさにあなたのような人のためにあります。

内弟子生活には温かさとユーモアもあり、小林先生、弘明先生そして、そのほかの素晴らしい先生方と出会い、稽古の一つ一つが宝物となりま

す。

長年続けている人は厳しい稽古はもういいと思うかもしれませんが、しかし厳しい稽古を続けてのみ、より精進しようという気になるのです。

もちろん様々な形で日本に出会える多くの機会がありますが、中でも内弟子として一番のお薦めは（日本の美味しい食べ物はさておき）温泉でゆっくりくつろぐことです。

今回は、山脇先生のご自宅の孀恋へも訪れる機会に恵まれ、2日間は本当に深い感銘を受けました。

前回の来日の後、ご自分で建てたログキャビンの隣に道場を開かれました。

私は様々な道場で稽古できるという役得がありましたが、その道場自体が見事な出来栄えだけでなく、今まで訪れた道場で最も美しい場所の一つでした。

二度目の滞在から戻り、旅立つ前に立てた目標を思い返さずにはられません。

そして素晴らしい内弟子生活を通して、目標の全て、いやそれ以上の事を成し遂げたと本心から言えます。

滞在中、お世話になった皆さんに心よりお礼申し上げます。

全ての先生そして道場生が私の目標を達成させてくれたのです。

十年前、まだ十九歳だった頃は全て初めてのことで、少し怖かったのですが、今回は日本の合気道の家族のもとへ帰ってきたようでした。

この感謝の気持ちはどんな言葉でも十分に表わしきれません。



十年前に一緒に住み込み修行をした中根さんと小手返しを「楽しんで」いるところ。嬉しい再会でした。