

∞気流法公開講座 2017年・秋

〈息〉に目覚める

呼吸×動作法 〈あまつかぜ〉

時 9月16日(土)午後1時～3時

所 たま・スペース

(新宿から特急28分「京王永山」駅/小田急多摩線「小田急永山」歩3分)

講師 坪井香讓(∞気流法創始者)

参加費 3,000円(学生1,500円)

息(イキ)は生きる力の源。けれど息は、ヤス(休)む、とか、イコ(憩)うとも読む。鋭敏な集中と深いリラクソスのリズムを息が支える。

シンプルなラセン状の動作と呼吸を合わせる工夫によって、自らの息に潜むすばらしい可能性に気付ける。息を深め、息のリズムを活かす、それが〈あまつかぜ〉です。

数千年の伝統を誇るヨーガや気功や禅、そして合気道の呼吸と動作と形の智慧を尊重して含みながらも現代、未来を見据えた発想で、今を生きる私たちに身近なものにした〈あまつかぜ〉。この度、ここに焦点をあてたワークショップを行います。

(体力に自信のない方、普段体を動かすことの少ない方も参加できるプログラムです。)



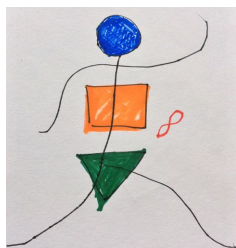
欠伸せる口中に入る秋の山
虚子

∞気流法とは？

〈気〉は、ヨーガでは〈プラナ〉と呼ばれる生命エネルギーのことです。しかし〈弱気〉とか〈病いは気から〉とも言うように心の働きとも関わります(東洋医学や伝統の武道や芸能などでは体験知として大切にされます)。

気の身体術といわれる∞気流法は、坪井香讓の創始によるもので、この三十年余、研究を重ね、日本の他、フランス、ドイツ、オーストラリア、中国等々で、様々なジャンルの人々が行なっています。

健康・養生法、芸術、スポーツ、武道、瞑想...を裏付ける、と、注目されてきました。実践法であると同時に、身体を通して人間と自然を探求する方法です。



坪井香讓(本名・繁幸)プロフィール

早大哲学科(心理学専修)卒。呼吸、瞑想、武道等様々な身体技法を経て「身体の文法」を発想し、∞気流法創唱。フランスパリ国立舞踊研修所、朝日カルチャー新宿、相模女子大(非常勤)講師歴任。人体科学会学術会員。「武道・やわらげ」最高師範。主著:『気の身体術』(工作舎)『メビウス身体気流法』(平河出版社)『精神と肉体のドラマ・武道 極意』(潮文社)。ブログ『文武随想録』連載中。

【申込・問合せ先】 ∞気流法の会 東京都稲城市向陽台2-11-113

ホームページ <http://www.kiryuho.com/>

TEL 090・8683・0456 (佐藤) メール lab@kiryuho.com

※公開講座・進展コース — 9月17日(日)午後1時～3時半 「〈あまつかぜ深息〉—知性と感性のむすびへ」(予定)