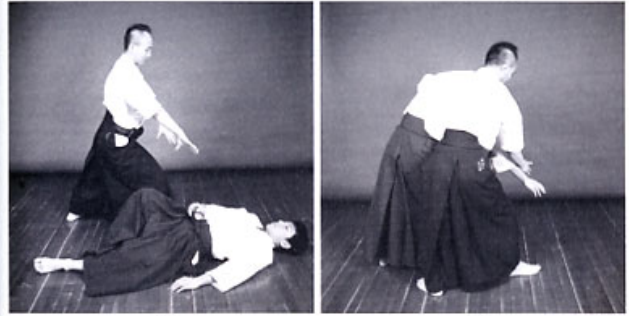
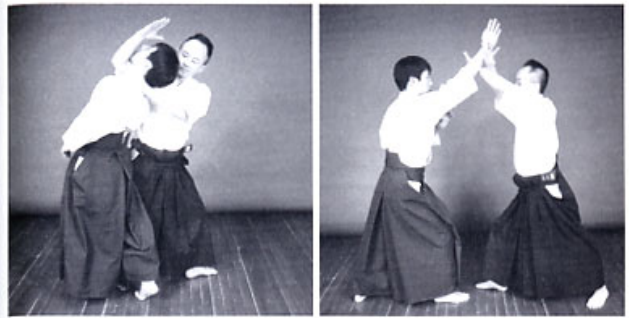
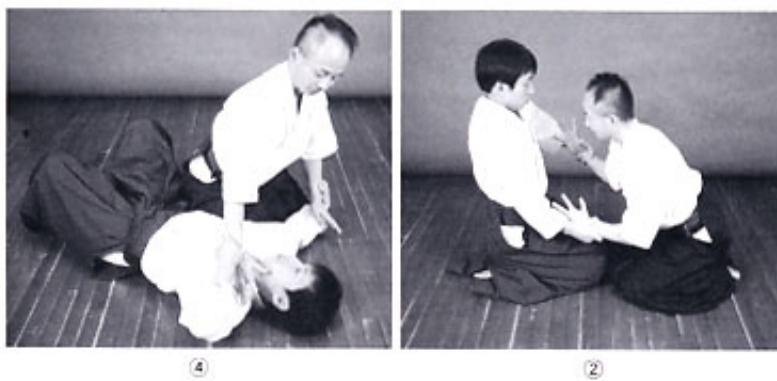
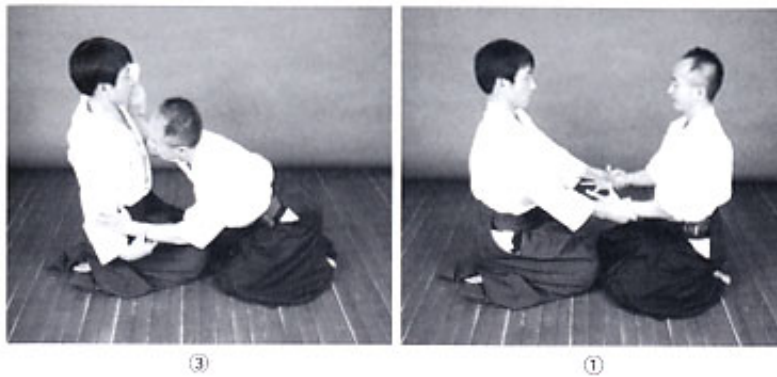


左旋、右旋の組み合わせによって技が変化する例。「入身投げ」(①～⑤)と「四方投げ」(①'～④')。



[開祖 植芝盛平の合気道2へ](#)



藤平光一『心身統一合気道』で解説される「呼吸動作」の再現。藤平師範はとくに「氣」という概念のもと、「膝下の一点に心を鎮め」た状態からなる呼吸力に言及している。

[開祖 植芝盛平の合気道3へ](#)



吉祥丸師範が解説する「手首振動法」。  
吉祥丸師範が『合気道入門』において解説する「手首振動法」は、関節柔軟運動の一つとして紹介されているが、振魂との共通性を感じさせるものである。

これを数回行ない、手を握ったまま両腕を軽く伸ばし、臍下丹田せいかたんでんに気持ちを静め、全身の落ち着きを求める。

と、烏船に伴って行なうと記されており、「この運動は、創始者が日本の古書にある故事にならない、練習の初めに、この動きで心身を清め、練習中に、誤ちがないよう天に祈ったところから始まった」と続けて記されている。また昭和四十七年に出された同師範の著書『合気道入門』（光文社）には、振魂の動作は省かれて、そのかわりというわけなのだろうか「手首振動法」というものが記されている。

これは「両腕を万歳するように垂直に上げ、そのまま、手の先を前後に細かく振り動かす。両腕が疲れば、ただちに腕の力を全部抜いて両腕を下げ、腕の関節を細かく振り動かす」と説明され、「関節