

3月11日(日)
13:30~15:30
講 堂

シンポジウム

～簡化24式太極拳制定50周年に太極拳のあり方を考える～

劉 莉 (知音太極拳研究会理事長・関西大学非常勤講師)
宮本知次 (中央大学教授) 谷 祝子 (神戸女学院大学教授)

◎太極拳への再考

1. 太極拳の流れ

太極拳は内外ともに修練する身体運動として古くから愛好されてきた。時代の変動と社会の需要によって、追究されるものも変化する。つまり武術的技法から健康を目的にと変化してきた。それに拍車をかけたのは簡化24式太極拳である。

「国民の健康を増進せよ」というスローガンの元で簡化24式太極拳が作られてから50年を経て、日中国交や交流活動にも太極拳はなくてはならない役目を果たしてきた。

1978年鄧小平氏の訪日の後、当時の衆議院副議長の三宅正一氏が日本文化代表団一行を率いて訪中した際に、鄧小平氏は「太極拳好」と命題した。その後第一太極拳ブームが日本に訪れた。50周年を期に、日本と中国の各地でイベントが開催され、盛り上がりを見せている時と同じくして「日本養生学会」の「ようせいフォーラム2007」大会開催に際して、太極拳の変移などについてお話し、また、見直す部分があるのか、あるとすればどういふところなのかを考えてみたい。

2. 口伝から授業式へ

太極拳は非常に文化性の高い身体運動であり、宇宙の原理と人間の身体機能を結合させ、人間の心理身体反射機能をうまく利用している身体運動文化である。これらの身体運動文化を伝える方法は先生から弟子へ、身を以って口伝により伝えられてきた。その場合は相手の体の条件や適性を見て、その人にとって最適な内容と方法で伝授することができた。

「国民の健康を増進せよ」というスローガンの元、簡化24式太極拳の重要な役目とは、老若男女誰でも、何処でも、何時でも簡易にでき、健康を増進できる健康体操であることが主要な目的である。この時点から以心伝心の個人対個人のやり方から一人の先生から大勢の生徒への授業方式に変わった。勿論、簡化24式太極拳の目的は、それまでの太極拳(伝統太極拳)と目的は違うが、この伝授方式の変化により中身が大きく変わった。つまり職人仕事から大量生産へと変化したことにより、質の低下を引き起した原因の1つではないかと考えられる。

3. 普及と競技

中国国内では何千万人の愛好者人口がいるといわれ、日本でも十年前に百万人を超えていると言われていた。華僑により伝授した場合もあるが、近代において競技太極拳の普及と発展により世界中に広がり、アジアに留まらずヨーロッパやアメリカ諸国にも普及しつつある。異文化への

理解の不十分が質の低下を引き起こしたのも原因の一つである。もともとは「重在拳意、不限形式（套路）」（拳の理や道を重視するものであり、形にとらわれない）から、もの差しで計りやすい形がメインになってきたのが現状ではないだろうか。外形を重視する結果が質の低下を引き起こしたもう一つの原因である。

4、スポーツ的身体運動と伝承的身体運動の違い

スポーツ的身体運動と伝承的身体運動の違いについては、一言でいえばプラス的思考とマイナス的思考との違いだろう。「より強く、より早く、より高く」するために心身ともに鍛える結果においてスポーツ文化が生まれた。その代表として筋力トレーニングが挙げられる。いかにからだを動かすために筋肉のパワーをアップさせるかという方法である。

反対に伝承的身体運動は筋を求め過ぎず、余分な筋作業を排除させることで、洗練された無駄のない動きを求める方法である。

西洋文化を深く受け入れている先進国において、スポーツはなくてはならない存在である。つまり私たちのからだは、スポーツをするための身体感覚や神経伝達回路が常にできている。このような人達は伝承的身体運動を求めたとしても、からだの動き方はスポーツ的である可能性が非常に高く、それに気がつきにくいともいえるのではないだろうか。

5、身体運動に起きる勘違い

より強くより速くというスポーツ的身体運動は、我々の日常的な身体運動の延長方向へと一致し、身体能力をのばすことに着目し、パワー全開を目指すことはからだにとって、もっとも違和感が少なく受け入れやすいものである。それに対し無駄な動きを省くマイナス的思考は、日常的な身体運動により身体能力をのばす必要を感じながらも無駄な動きを省くことにより、よい質のパワーを目指すことは我々のからだにとってたいへん大事なことであり、感じる、悟るしかできない感覚である。これは西洋文化の影響ではなく、我々の身体反応（感覚）によるものであって、もっとも気づきにくいものである。このような受け入れやすいものと感じにくいものが存在していることさえ気が付かず、動く時に遂にスポーツ的身体運動になってしまう可能性が非常に高い。

太極拳論の最後に「差が僅かであるが、その違いは千里にも及ぶ」と言及されたので、このような勘違いは昔からあったと思われ、現在を生きる我々にとってもっと起きやすい勘違いかもしれない。

6、より理解し、レベルアップするための見直し（落とし穴）

見直すということは、今までの太極拳が間違っているということではない。太極拳は非常に広い意味を持っている拳術であること、求め方によっては返ってくる結果も大きく違うことを理解しておく必要がある。普及してきた太極拳をさらに次へのステップを求めること、或いは違う求め方で求めてみることも必要であろう。太極拳の理論や技術を伝承するために見直す必要もあろう。太極拳という伝承的身体運動文化を保存し、継承していくために、また、社会の変化と需要によって見直す必要があるのではないかと思われる。