

トピックス 第19回太極拳祭盛大に開催

中野完二先生一門による第19回太極拳祭は、さる4月30日(月)、台東リバーサイドスポーツセンター体育館で、41教室から435名が参加して、盛大に開催されました。参加者のうち75歳以上が150名と報告されましたが、93歳の最高年齢の方をはじめ皆さん元気に楽しく交流しました。

清新鶴の会・ふれあい祭で表演

江戸川区・清新鶴の会(指導・薮澤徹師範)はさる5月13日(日)に開催された第36回清新町・臨海町ふれあい祭に参加して、舞台表演を行いました。あいにく小雨がぱらつく天候でしたが、今回は後列の男性が百華拳を、前列の女性が不老拳をと、息の合った演舞をお見せして、周りを囲んだ観客から盛大な拍手をいただきました。

【写真は観客の田巻誠さんの提供です。】



閑人閑話 『パンと牛乳止めてます！？』の経過報告

今年1月のこの欄で発表しました『パンと牛乳止めてます！？』については、読者の皆様も大変関心が高かったようで、いろいろ質問を受けたり、その後どうですか？と聞かれることもよくありますので、その後の経過と今後の対応についてご報告します。

そもそも、これを始めたのは、8月の健診では昨年並みの67.2キロだった体重が、10月末には70キロを超えるようになったためです。11月3日から始めて、4月20日現在では、11月3日に比較して体重3キロ減、腹囲4センチ減ですので、効果は確かにありました。とくに腸の調子が良くなったことは特筆できます。やはり、著者の内山葉子先生のご指摘は正しいのだと確信できました。原因不明の胃腸の不調にお悩みの方は、トライしてみはいかがでしょうか？

という結果を5月号に掲載しようとしていたところ、4月18日に急性胃炎になり、数日絶食を余儀なくされたため、体重はさらに3キロ以上減り、63.5キロまで落ちました。これが4月末での最低体重でした。現在また徐々に増えてきて、5月20日現在66キロです。

ということで、パン食は週に1度ぐらい、ただし調理パンは避けて、フランスパンと食パンに限り再開しました。牛乳もその時は飲むこととしました。いずれまた経過をご報告いたします。



左顧右眄 第22話 『太極拳とは何か (再編集・再掲版)』

～趙匡胤の「探馬勢」から太極拳の「高探馬」にいたる軌跡をたどる～

前置き；12年前のこの欄で、『太極拳の源流をたどる』『太極拳この深遠なるもの』を20回にわたって連載いたしました。その後各教室とも、新しい入会者も増えてきましたし、その後に開いた教室もありますので、再度掲載することとしました。

ただし論旨、記述内容も新しい知見に基づいて適宜修正、変更しました。また、大幅に短縮いたしました。おおむね1年ぐらいの連載を予定しています。

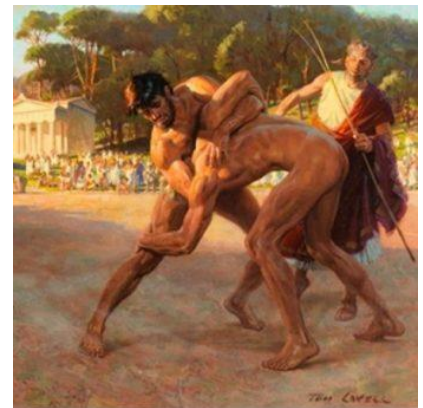
はじめにお断りしますが、中国の武術や太極拳の歴史ということになりますと、いろいろな、あるいは意図的な、異説もありまして、なかなかこれが定説だと断定できないケースが多いのです。入手可能な文献、資料などを見た上であくまでも私個人の理解と見解であることをお含みおきのうえ、お読み継ぎいただきたいと思います。

1) 武術、格闘技は太古のむかしから

「太極拳」というものは本来武術ですから、その源流を辿ることはやはり「格闘技」というものの長い歴史をまず辿ることになりますが、このような“闘う技術”は当然のことながら、世界のあらゆる地域で、あらゆる文明で存在していたものです。

日本では『相撲』が一番古い格闘技なのでしょう。日本相撲協会のホームページによると、「日本書紀」にある、垂仁天皇（第11代天皇、BC66～AC70?）が当麻蹶速と野見宿祢の「^{すもう}拵力」を天覧した記述などを挙げて、これをもって現在の「相撲」の起源としています。中国でも前漢時代の文献には「^{かくてい}角抵」という名前が残されていますし、朝鮮半島の高句麗遺跡にも「すもう」の絵が残されているそうですから、日本の「^{すもう}拵力」も他の文化とともにこうして伝来してきたものなのでしょう。

紀元前776年から約1200年続いたという「古代オリンピック」でも、当初は『競走』競技だけだったものが、次第にレスリングやボクシングなどの格闘競技が加えられるようになりましたが、なかでもBC648年の第293回オリンピックから「パンクラチオン」という禁じ手のまったくない素裸で戦う格闘技が加えられました。敗者は時として死に至ることもあるという、たいへん過激な競技であったということです。【右画像】



もちろん中国では先に挙げた「^{かくてい}角抵」以外のさまざまな武術が古代からあったことは、文献や遺跡の壁画などから認められております。あらゆる時代を通じていろいろな武術が生成し、興亡を繰り返してきたことは当然なことです。

2) 「中国武術」とは？

これからしばらく「中国武術」の歴史についてお話ししてゆきますが、はじめに「武術」という用語をちょっと整理します。日本ではあえて「中国武術」と呼んでいますが、もちろん中国では単に「武術」(ウーシュー)と言います。「武術」とは各種の「武器術」(器械術とも言う)と「徒手格闘術」(拳法)との総称です。元来戦場における戦いの技術から発展したことを考えれば、武術の本質は武器術であり、最後に素手で闘うことに備えての拳法、或いは武器術を習得するための身体強化、

訓練法としての拳法と考えることも出来ます。『太極拳』もこの「徒手格闘術」のひとつに分類されています。「武器術」には剣とか刀とか棍とかいろいろあるのはご承知のとおりです。

ということで、武術の種類、流派も無数にあります。それぞれ目的とするところ、得意とするものがさまざまなことは当然ですし、歴史的にも幾多の興亡、変遷がありました。唐から宋にかけて、とくに今日に繋がる武術の原型を見ることが出来ます。

3) 「嵩山少林寺」

中国で今日の「武術」に繋がるものとしてとくに有名なものは、一つは嵩山少林寺武術であり、もう一つは宋朝の太祖「趙匡胤」(927～976)の兵法であるといわれています。

河南省嵩山少林寺は北魏時代の495年に創建された禅宗の古刹(達磨大師が始祖との俗説もある)ですが、打ち続く戦乱政変により破壊されたり、移転したりの歴史を繰り返したあと、ようやく唐の太宗「李世民」(第2代皇帝)にその“武功”を認められて、現在地で再建され有名になりました。いわゆる自衛のための僧兵軍団を抱える寺だったので、ですからこの唐時代から明代までは、少林寺の武術の表看板は「拳法」ではなく「棍術」(上画像・棒ないし槍を使う武術)だったとされています。

ところで、『少林寺拳法』というものがありますが、これは日本独特なもので、『嵩山少林寺武術』とは全く違う組織です。『少林寺拳法』は、1947年(昭和22年)に中国から帰国した、宗道臣氏(1911～1980)が日本の香川県多度津市で創設した拳法の流派のことです。1951年(昭和26年)には「金剛禅総本山少林寺」として宗教法人の認証を取得していますので、あくまで禅の修行の一環としての拳法ということです。世界各国にも支部を置いていますし、中国の嵩山少林寺とも交流しているようです。



4) 宋の太祖「趙匡胤」

「趙匡胤」【右画像】は、大唐帝国崩壊のあとの、いわゆる五代十国時代の乱世を制して中国を再統一し、北宋の太祖(初代皇帝)(在位AC927～976)となった武人です。軍法や兵法、民政にいたるまでいろいろな面で改革、革新を行なったとされています。いま各派の太極拳の套路に残っている「探馬(勢)」は、その「趙匡胤」が編み出した技であることが、明代の武将「戚繼光」が編纂した「拳経」に『探馬は太祖より伝う…云々』と右下の図のように絵入りで紹介されています。拗勢で相手の顔面かあごを突き上げる技のようです。



5) 拳法の多様な側面

ところで、宋の時代の拳法といえば『水滸伝』を見逃すことは出来ません。北宋の徽宗(1082～1135)の時代の反体制派盗賊たちの戦いを描いたたいへん雄大で面白い小説です。拳法や角抵の名人達人たちの戦いが随所に出てきます。

話は変わりますが、清朝時代の義和団なども「義和拳」を表看板にする実は秘密結社で、清朝末期に諸外国に弱腰な政府に反逆し、キリスト教の進出に公然と反旗を翻したのです。いろいろ紆余曲折は有ったものの、外国軍隊から攻められ、



また清朝政府軍からも弾圧されて壊滅、そして清朝自体も間もなく滅亡したことはご承知のとおりです。【右画像、義和団の兵士】

ここに中国の拳法のもう一つの重要な側面があります。つまり反体制派、ときには犯罪集団（何れも秘密結社ではある）など、何れも強力な武器が無い、または少ないのが常ですから、どうしてもまずは素手で戦う拳法で闘わざるを得ない宿命に有るわけです。修練も拳法なら人目につき難いですね。つまり拳法にはいつの時代でも『目立たないように、門外不出、弱く見せかける、健身法に見せかける』などという隠微な面があったようです。何れにしても、重要なことはそうした軍事教練というか武術が、広い中国の各地方で、豪族や軍事リーダーの指導のもとに伝承され、訓練されてきた歴史があることです。これはまた農民などの自衛手段でもあったわけです。

また、拳法、太極拳のほとんどが宗教の影響下にあったことも、そうした神秘性や隠匿性とは無縁では有りません。例えば、「八極拳」は回教徒（イスラム教徒）の拳法として有名ですし、「少林拳」は禅宗の少林寺に伝わる武術ですし、易経にあやかって命名された太極拳の拳理は、実際には、道教の思想、とくにその養生法に深く影響されています。ですから、道教の本山のひとつである、武当山（湖北省）が、太極拳の発祥の地であるというような異説も出てくるわけです。（以下次号）

新連載 一品・一葉・一会

我が家に残るガラクタや、思い出の写真などをご紹介する形で、さまざまな国での出会いや印象などを、語らせていただく欄です。しばらくの間お付き合いください。

第1回 砂漠のバラ（アルジェリア・1972年入手）

砂漠の中で水に溶けていたミネラル分が結晶化して成長したもので、“砂漠のバラ”と呼ばれているものですが、大変珍しいものでしたので、アルジェリアの首都アルジェのバザールで1972年に購入したものです。

ところで、アルジェはマツタケの知られざる産地で、現地人は全く食べないので、ただ同然に手に入るわけです。現地駐在員のお宅で、マツタケの焼いたのを腹いっぱい食べたこともまた当時ならでの思い出です。パリあたりの日本料理屋がこっそり仕入れに来るとも聞きましたが、今はどうなっているのでしょうか？

この時の旅ではチュニジアにも寄りましたが、首都チュニスのヒルトンホテルの部屋で、同行の諸氏とウイスキーを呷りながら、“カスバの女”などを絶叫した一夜を懐かしく思い出します。

いずれも遠い昔の話となりました。



旅をうたい拳を詠む

季節の雑詠

はやばやと桜が散れば次々につつじや藤も咲き急ぐなり

“猫あるき” 観ればあまりの可愛さに“猫中毒”にかかった思いす
思い出の一品一葉捨てかねて“終活”遅々と捗らぬなり