

古典研究会 研究発表

是為論これ ろん な～是を論と為す～①⑥

『打手要言』第2段(その1)

今回から『打手要言』第2段落目をご紹介します。これは別名『太極拳解』とも呼ばれており、意(心)、氣、神、発勁の方法などについて言及しています。まず今回は、本文と意訳文を掲載します。

～本文～(「郝和本」を底本とする)

解曰。身雖動。心貴靜。氣須斂。神宜舒。心為令。氣為旗。神為主帥。身為驅使。刻刻留意。方有所得。先在心。後在身。在身則不知手之舞之足之踏之。所謂一氣呵成。捨己從人。引進落空。四兩撥千斤也。須知一動無有不動。一靜無有不靜。視動猶靜。視靜猶動。內固精神。外示安逸。須要從人。不要由己。從人則活。由己則滯。尚氣者無力。養氣者純剛。彼不動己不動。彼微動己先動。以己依人。務要知己。乃能隨轉隨接。以己粘人。必須知人。乃能不後不先。精神能提得起。則無双重之虞。粘依能跟得靈。方見落空之妙。往復須分陰陽。進退須有轉合。機由己發。力從人借。發勁須上下相隨。乃一往無敵。立身須中正不偏。能八面支撐。靜如山岳。動若江河。邁步如臨淵。運筋如抽絲。蓄筋如張弓。發筋如放箭。行氣如九曲珠。無微不至。運筋如百鍊鋼。何堅不摧。形如搏兔之鵠。神如捕鼠之貓。曲中求直。蓄而後發。収即是放。連而不斷。極柔軟。然後能極堅剛。能粘依。然後能靈活。氣以直養而無害。筋以曲蓄而有余。漸至物來順應。是亦知止能得矣。

～意訳文～

解いて曰く。体は動いていても、心は静かに落ち着き、氣を背に収め、精神はゆったりと緊張がないようにする。心は軍令、氣は軍旗、神は統帥、身は駆使される兵卒のようである。常にこれらのことに留意して習練すれば、正しい方法が習得できる。まず心があり、後から身が動く。動きの流れが身に到達すれば、まるで自然に手足が舞うように動き出す。これはつまり一氣呵成、捨己從人、引進落空、四兩撥千斤という要求の体现である。一つ動けば皆動き、一つ静まれば皆静まることを認識

すべきである。動の中にも静の要素があり、静の中にも動の要素を含んでいる。体の内側では精神が集中している状態で、外側はリラックスしている。相手の動きに従うべきで、自分から動いてはいけない。相手の動きに従うことで滑らかで快活になり、自分から先に動くと動作が滯る。氣を尚ぶ者は力無く、氣を養う者は純剛となる。

相手が動かなければ自分は動かず、相手が僅かに動くとき自分はすでに仕掛けている。相手のペースに合わせて動くとき、自分自身を知るべきで、そうすれば相手の転換や接触到スムーズに従うことができる。相手に粘着する際、必ず先に聴勁し相手を知る。そうすれば相手の動きに付随し、適切に対応できる。

精神が高度に集中することで、双重の誤りを避けることができる。虚靈を得て粘着することができれば、まさに相手のバランスを崩す妙技を生む。往復は陰陽を分けるべきであり、進退は転合を有すべきである。自ら機を得るが、相手の力を借りて利用すべきである。

発勁のときは上下相隨にする。そうすれば向かうところ敵無しである。偏りなく立身中正であれば、どの方向にも隙なく安定して対応できる。静かなときは山のごとく安定し、動くときは江河の流れのように滔滔としなやかだ。

歩の進め方は、深淵を歩くように慎重で落ち着いており、勁の運びは、まるで蚕が糸を吐くように途切れることはない。蓄勁は弓を張るがごとく、発勁は箭を放つがごとく。運氣は九曲珠の中を通すがごとく、ほんの僅かも行き届かないところは無い。勁の運びは鍛えられた鋼のようで、堅いものでも打ち砕けないものはない。姿勢は兎をつかむ隼のようで、様子は鼠を捕らえる猫のようである。曲中に直を求め、蓄えて後に発する。

収めることは即ち放つことで、連なって途切れない。極めて柔らかくすることで、のちに極めて堅固になれるのである。黏と依を習得すれば、のちに生き生きと機敏に動けるようになる。氣を正しく養えば害は無く、勁は曲を以って蓄えれば十分で尽きることはない。次第に順應して熟達するに至る。これもまた留まることを知り、よく得るところとなる。

※次回は『打手要言』第2段(別名『太極拳解』)の内容を解説します。

協会ホームページには過去の回もすべて掲載しています。QRコードを読み込んでご覧ください。

