

編集後記

『浜太極』第38号が皆さまの手に届く頃にはさすがにコロナも終息へ向かっているだろうと、前号の編集後記を書きながら思っていました。

ところが、確かにその後一時、落ち着きかけた時期もありましたが、「Go To キャンペーン」以降、明らかに事態は悪化に転じ、暮れには新規感染者数が信じがたいほどに急増。期待とは裏腹に、このウイルスは執拗に人類をさいなみ続けています。

こうした中で皆さまの中には、感染を恐れて、長く太極拳の稽古を自粛されていらっしゃる方もいることでしょう。年齢が高くなるほど重症化しやすいというこのウイルスの特徴から考えても、そのように判断されるのも当然のことかと思えます。

ですが、本号の誌面に多くご紹介いたしましたように、こうした状況下でも、数多くの仲間が、なんとか工夫を凝らしながら、太極拳の活動を続けているのも事実です。

どちらが良いのか悪いのか、そこに正解は、もちろんありません。

ただ、この時こそ、楊名時師家が繰り返し語ってきた言葉をちょっと思い出してほしいのです。

——私たちは「大宇宙」の中におり、私たち自身の体の中に「小宇宙」がある。そして、太極拳とは、その大宇宙と小宇宙の融合を求めるものだという、師家の訓え。

新型コロナウイルスも、大宇宙の中の一つの存在です。しかもそれはとても強い。いわば「強者」です。それに対して私たち人間は、どんなに威勢のいいことを言ったとしても、この大宇宙の中ではちっぽけな存在、「弱者」です。

太極拳が中国で生まれた時代も、戦乱や疫病が絶えない中、外部から襲い来る圧倒的な強者に対して、いかに打ち克つかを模索した在野の民衆である弱者の中で育まれていった養生術、それが「以弱勝強」を標榜する私たちの太極拳です。

その太極拳の発展過程で、私たちの先達が、弱者が強者に屈せず大宇宙と調和するための大切な要諦として見出したものが、「しなやかな感性としなやかな身体」ではないでしょうか。——自然体で「放鬆（ファンソン）」し、強者からの攻めを受け流す。

今、この「コロナ」という強者に対しても、私たちにはそのような向き合い方が求められるのではないかと、ふと思う今日この頃です。

「感覚を研ぎ澄ます = 3密回避その他の感染防止対策を徹底する」と同時に、身体のしなやかさも失ってはならない。

申し上げたいことは、今、密になることを恐れて太極拳の教室に行きづらいと思われている方も、決して「動くこと」をやめないでほしいということです。たとえご自宅にあっても、立禅・甩手・八段錦そして套路の部分稽古——スペースに限りがあってもやれることは必ずあるはずです。

「不怕慢只怕站 = ゆっくり進むことを恐れるなかれ、ただ立ち止まることだけを恐れよ」です。

ぜひ、ご自身の可能な範囲で続けてください。そして、いつの日かまた、必ず皆様とご一緒に、楊名時八段錦・太極拳を舞いましょう。その日は、決して遠くはないと思います。

(結城 記)

投稿先は以下の通りです。

- メール k.hiroko@aurora.ocn.ne.jp
 - 郵 送 〒252-0222 相模原市中央区由野台 2-7-3
 - F A X 042 - 758 - 9838
- ※宛名はすべて「『浜太極』編集部」でお願いします。