

「和」の太極拳

—— 楊名時の太極拳思想について ——

蒲生 諒太 京都大学大学院教育学研究科*

Tai Chi Chuan of *Wa*:

Philosophical Study of Yang Ming-Shi's Tai Chi Chuan

GAMO Ryota

はじめに

(1) 楊名時と彼の業績について

楊名時（1924-2005）は戦後日本の太極拳普及に尽力した一人である。中国に生まれた楊は、戦中日本に留学生として渡り、戦後は中国語教師として活躍、中年期以降、「健康法としての太極拳」の普及を行った。彼は幼少期に学んだ伝統的な太極拳（「伝統拳」）の素養をもとに、中国政府が編纂した「制定拳」を軸として、太極拳を日本人向けにアレンジし、日本独自の「健康太極拳」（「楊名時太極拳」）を確立した。

彼は10代で来日して以後、80歳で亡くなるまで日本で暮らした。太平洋戦争と戦後の国共内戦を挟んでいたこともあり、来日後から日中国交正常化までの長らく本国との交渉が難しかった。それもあり彼が確立した太極拳は本稿で議論するように中国の太極拳と異なる特徴・発想を有している。

京都帝国大学を卒業し、いくつかの職に就いた後、楊は中国語教師として東京で生活してい

た。そんな楊が太極拳の指導者として世に出たのは中年期、40歳を過ぎてからである。

1960年代後半に「日本太極拳協会」に参加し（三浦, 1980）、その後、1975年に「楊名時八段錦・太極拳友好会」を設立、この友好会を母体に1999年にNPO法人「日本健康太極拳協会」を立ち上げ「健康太極拳」という独自の太極拳を確立するにいたった。

2005年に80歳で亡くなるまでの40年近くが太極拳指導者としての活動となる。中年期以降の活躍ということもあり、1960年代後半に楊が世に出たときからその主張は一定の一貫性を持っていた。そのため、楊の思想が変化し続けたというよりもその考えが言葉を変えて深化していったと言えるだろう。

現在、楊が設立した「日本健康太極拳協会」（楊名時八段錦・太極拳友好会）は日本の太極拳普及の一翼を担っており（李, 2009）、「伝統拳」や「制定拳」=「武術太極拳」¹⁾とは一線を画した普及活動を行っている。この「健康太極拳」の創始者として、彼の業績は今も日本の太極拳に残されている。

また、日本における「気功」のパイオニアとして、中国政府が編纂に関わった「健身気功」の日本語版では監修者として名を連ねるなど（中国・国家体育総局健身気功管理センター, 2004）、気功普及においても大きな業績がある。

* 〒606-8501 京都府京都市左京区吉田本町 京都大学大学院
教育学研究科 教育人間学・臨床教育学研究室気付
7r.lss001@gmail.com

現代日本の太極拳・気功の分野に功績を残した人物であるにもかかわらず、楊の人生や思想について検討された研究はこれまでほとんどない。楊自身が著した自伝やそれをもとにした日本健康太極拳協会の資料があるものの、記述が曖昧であったり記録が不十分であったりと検討の余地が多い²⁾。制定拳の日本での普及を検討した李(2009)も楊と日本健康太極拳協会の動向についてはフォローしきれていない。このように現代日本の太極拳・気功の分野に功績を残した人物がどのような思想を持ち、自身の太極拳を確立させていったのか不明瞭なのである。

以上の問題意識のもとに、本研究では楊名時が残したテキストに依拠しながら、彼の書物に記された太極拳をめぐる思想体系³⁾を整理することを目的とする。

(2) 楊名時と「新靈性運動」

太極拳の指導者・実践者である楊名時という人物の思想を研究するのは、一般的な思想研究者や理論家を取り扱うのとは異なるアプローチが必要になる。方法論的な検討を行うために、まずは彼の思想を他の思想と関連付けてどのように位置付けられるか確認してみたい。

楊の活動を見ていくと、実は彼がトランスパーソナル運動などを含む「新靈性運動」に連なる人物であったことが分かる。島藪(2007)の言う「新靈性運動」は世界的な靈性をめぐる「新しい宗教文化」である(p.46)。これは、「個々人の『自己変容』や『靈性の覚醒』を目指すとともに、それが伝統的な文明やそれを支える宗教、あるいは近代科学と西洋文明を超える、新しい人類の意識段階を形成し、靈性を尊ぶ新しい人類の文明に貢献すると考える運動群」(同, p.51)である。

90年代の気功ブームを牽引した津村喬はこの「新靈性運動」の担い手の一人として考えられている(同, pp.280-284)。津村は少年期に

中国で気功を体験した後、再び気功を学ぼうと志す。その際、日本で最初に師事したのが楊である。6ヶ月学んだ後、弟子になるかとの楊の申し出を断っているが(津村, 2014, p.4)、その後も交流は続いた。

津村気功の集大成『実践 伝統四大功法のすべて』(津村編, 2004)では楊の八段錦が中国の大家焦国瑞の功法とともに記載され、「日本で一番親しまれ、実際にたくさんの人にやられてきた気功」として評価されている(p.38)。さらに楊は同書において、津村、医師の帯津良一とともに鼎談を行っている(津村編, 2004, pp.8-13)。鼎談の後で掲載されている帯津との対談で、津村は「あのゆったりとした風格はとても素晴らしいもので、非常に大きな影響を受けました」と述べ(p.14)、津村自身、楊の影響があったとしている。

このように見ると楊は津村を経由して「新靈性運動」に連なる人物であることが考えられる。それに伴い彼と「新靈性運動」の間で類似した思想的側面が見受けられるのではないかと予想される。

島藪(2007)は日本の「新靈性運動」の系譜の一つとして「中国を源泉とする東アジアの気の伝統の継承を説く流れ」を挙げている(p.61)。島藪は湯浅泰雄の「気」の理論を引きながら、津村が牽引した気功の流行と「新靈性運動」の共有部分として「通常の意識を超えたりアリティへの注目」、「ボディワークによる心身の変容の追求、とくに癒しへの強い関心」、「心身変容の体験を通しての聖なるものへの接近」、「靈性的な体験や感性と科学的知識の統合の可能性の提示」(同, p.207)を挙げている。

楊のテキストを点検すると「ボディワークによる心身の変容の追求」という側面は見られるものの、それらが「聖なるものへの接近」に通じることはあまり感じられない。そのため、「新靈性運動」に連なる人物であったとしても

思想的な共通点はそれほど多くなさそうである。

それでは楊の思想において「ボディワークによる心身の変容の追求」が「聖なるもの」ではなく、何に通じていたのか。そもそも楊がどのような思想体系をもとに自身の太極拳を確立させていったのか。

このような彼の思想体系の解明は「新靈性運動」に隣接した養生思想を理解することに役立つと考えられる。また、前述のような彼の太極拳での功績を考えると、楊の思想体系は太極拳思想の中にも位置付けられ、検討される必要があると考えられる。

(3) 研究手続きについて

さて、楊の思想体系を研究する上でどのような手続きが必要となるのか。

そもそも楊は思想研究者として教育を受けたわけではなく、また、確固たる教典を編み出した理論家でもなかった。そのため、「思想を研究する」と考えた場合、そのアプローチ方法について改めて考える必要が出てくる。

彼は生涯、機関誌や一般書を通じて自分の考えを書き記していた。しかし、思想研究者や理論家のように、引用を明確に議論したり、語の定義を厳密に行ったりすることはほとんどなかった。たとえば、後述するように楊は太極拳と禅の共通性を述べているが、そこで登場する議論は仏典や研究書をもとにしたものではなく、言及内容についても人口に膾炙した理解に基づくものと考えられる。

楊の思想を理解するために、一般的な思想研究のように彼が援用する概念を原典に立ち返り紐解くという方法はそれほど意味がないと思われる。また、彼自身、用語を明確に定義せず、むしろ、個々の用語を大雑把に関連付けて利用しているため、1つの語の定義や用法にのみ絞って彼の思想を紐解く局所的なやり方も重要

な収穫は得られそうにない。

それよりも楊が見聞きした考えをつなぎ合わせて完成させた「思想体系」そのものに着目し、未だ整理されていない全体性を提示する方が「楊名時」という人物を理解する上では重要である。その際、個々の概念がどのような全体像を描き出しているのかについて注目して議論することになるが、このとき、彼の言う「禅」や「仏教」、「道教」などはあくまでも彼の思想体系の中で意味のある言葉であり、既存の理論体系との関連性はそれほど重視されない。ただし、彼が引用する概念について読者の理解を手助けし、筆者の認識を提示するために必要に応じて説明を加える。

以上のように、本稿では個々の概念に着目したミクロなアプローチよりも、彼に関わる太極拳や「新靈性運動」などとの思想的関連性を議論するために、ひとまず、全体像を整理するマクロなアプローチを採用する。

以下、本稿の構成を示す。

第1章では「楊名時の太極拳思想」の基本である「太極拳」と「無心」との結びつきを検討しながら、彼の太極拳が「禅」の用語や概念を利用して構築されたものであることを示しつつ、一般的な太極拳（武術太極拳）と異なる独自性を持っていることを指摘する。

第2章では彼の言う「無心」が、同じく彼の言う「和」と連結され、彼の議論が他者との「和」の問題へと広がることを述べる。このようにして「和の太極拳」という「楊名時の太極拳思想」の全体像が示される。

第3章では「楊名時の太極拳思想」と彼自身の人生の関係を考えながら、「和」の問題が「世界平和」へと拡張される中で、楊が到達した「宇宙の政治」の構想に触れたい。

最後に本稿で示した「楊名時の太極拳思想」=「和の太極拳」と「新靈性運動」の関係性を検討する。

1. 「無心」の太極拳

(1)「無心」³⁾の太極拳としての「気功太極拳」

楊は著作等を通じて、自身の「太極拳」の根底に「無心」というものがあることを示してきた。本章では楊の太極拳思想を整理する端緒としてこの「無心」に注目する。

彼は「無心」を太極拳の効用として考えていたようである。初期の著書『太極拳』では太極拳の医療効果として、新陳代謝の促進と同じように精神（「神経系」）への効果が挙げられている（楊, 1971, pp.185-186）。

この事例として、楊のもとを訪れた浪人生が太極拳を通じてノイローゼを克服し受験に成功した話が掲載されている。この中で楊は浪人生に「道場にきたら何も考えるな。からだをやわらかくして、ただ自分の意識のままに心がけよ」と強調している（同, p.184）。この「何も考えない」ことが楊のいう「無心」という精神状態である。

さらにこの「無心」は単なる精神的な効用のみならず、「人生」の問題ともつながる。

楊曰く、私たちは「頭にわずらわしいことがあると、体が持たない」。楊は日常のわずらわしさによって体調が崩れるようなことのない、「一生懸命に」咲き「無心に」散る花を羨む。楊は「無心」の花を理想的な姿と捉えていたようである（楊, 2004 [1987], p.148）。

私たちはわずらわしいことにより体調を崩すなどして、「懸命に」生きられなくなる。「無心」は、この事態を避けるために必要なものである。

この「無心」は、私たちの心の中に「日常のわずらわしさ」がない状態を表す。「無心」は特定の精神状態であり、日常生活一般の有用性と結び付けられている。

楊から見て、「無心」は「懸命に生きる」た

めに必要な「日常のわずらわしさ」を追い払った精神状態であった。そして、この「無心」は「懸命に生きる」ことを可能にする条件でもある。

このように楊は「太極拳における無心」を強調するが、そもそも、一般的に太極拳で「無心」は重視されるものなのか。「制定拳」の編纂者の1人であり、有力な太極拳指導者である李天驥のテキストを見てみよう。

まず、李が言うには、太極拳の諸流派が「全て一様に求めている考え方は、心の安定ということであり、意識によって動作を導くということ」である。この「心の安定」に注意を向けたい。李は続けて、「太極拳を行なうのに最も基本的なことは『心を落ち着け』『体をリラックスさせる』ことである」（李, 1992, p.43）と言う。

このような「心の安定」は楊の「無心」とほぼ同じ精神状態を指している。ともに頭にあるわずらわしいこと＝雑念を払った状態を示す。

注目したいのはこの「心の安定」が先の引用のように「意識によって動作を導く」ことにつながる点である。つまり、「心を落ち着かせることは思いを集中させることであり、いかにして太極拳の要領に従い動作を導き、意志を伝えていくかということに専念しなければならない」（同）ということになる。

「意識によって動作を導く」とは、太極拳では「意念」の問題として提示される。李においては「太極拳を行うものにも先ず意識があって、その後の動作があるのであり、意識で形式を導くこと、形式と意識の合一（形意合一）が求める」として示される（同, p.35）。これは、身体の動きは意識によって導かれるということ、身体運動は自動化＝無意識化されてはいけないということである。

李は「心の安定」と「意識によって動作を導く」を結びつけたが、このことは身体の動きに

専念するために、心が安定し、雑念がない状態である「無心」を作り出さなければならないということを示唆している。ゆえに「無心」になるための「放松（リラックス）」が太極拳の基本的な練習（「功」となる（同, p.43）。

つまり、李において「無心」は太極拳に専念するために重要な条件なのである。自分の身体を「意念」で導くために心に雑念があってはならない。それは武術的な成就である「勝利」のための前提条件でしかない

このような「無心」に対する理解に比して、楊は「無心」を「懸命に生きる」ことに接続されたもの、つまり、日常生活を営むためのものとして理解している。実際、楊は「意念」に代表される、身体運動のための意識の動きをそれほど重視していない⁴⁾。

たとえば、楊は「酔いなさい」と言うが⁵⁾、自分自身の動きを対象化することなく、それに陶酔するというのは「意念」の発想から外れる。つまり、楊の考えは李を始めとする一般的な太極拳の発想、思想とは一線を画していると理解できる。

楊自身、普及当初より太極拳を「健康法」と定義しており、一般的な「武術」とは明確に線引きをしていた。彼は初期の著作で次のように語っている。

私の専業は、教師です。／太極拳・八段錦は、私の専門ではなく、むしろ健康法、あるいは、人生哲学としてひそかに愛好してきたものです（楊, 1973, p.182）。

彼は自分を武術家ではなく、「教師」とし、自身の太極拳を「健康法」あるいは「人生哲学」として捉えている。

この記述に沿って考えれば、「武術」のために必要な「意念」の条件である「無心」よりも、「懸命に生きるため」に必要な「無心」を

重視したことは理解しやすい。彼にとって太極拳は武術というよりも「健康法」・「人生哲学」だったからである。

この「無心」の強調は太極拳よりも「気功」に近い。近代気功では「放松」、つまり、リラックス状態が重視される（劉, 1991, pp.79-81）。そのため、身体の緊張や精神の乱れ、雑念が第一に消去されるべき対象となるのである（馬, 1990）。

「生きる」ために「無心」が重要な意味を持つとき、楊の太極拳は武術というよりも気功的な特徴を持つことになる。彼が気功的側面を強調し、健康太極拳がときに「気功太極拳」とされることを考えると⁶⁾、このような議論の整合性が確認される。

(2) 「立禅」と「無心」の太極拳

前節でみたように「懸命に生きる」ことを目標とする楊の太極拳思想はその根本に「無心」という精神状態を置く。この構図を楊は「禅」を利用して語っている。

楊が「禅」や「仏教」に親しみを感じていたことは健康太極拳で用いられる「立禅」という瞑想法を重視したことに現れている。

「立禅」は直立したまま、しばらく瞑想する方法であり、健康太極拳の稽古の最初と最後に行うことになっている。

この瞑想法は一見、中国武術の「站椿功」を日本風に読み替えたものに思われる⁷⁾。しかし、「立禅」という瞑想法が仏教的なものであるか、「站椿功」であるかは判断が難しい。楊の母親が熱心な仏教徒であった点（楊, 2001, p.37）、楊自身、日本に渡った年の参禅経験、その後、日本各地の寺をめぐる点⁸⁾などを考慮すると、「立禅」の起源が「站椿功」であったとしても、「立禅」という呼称の変更は太極拳に「禅」（仏教）的なエッセンスを盛り込もうとして行ったものと考えられる⁹⁾。

楊は「立禅」を「立ったままで禅を行なうもので、無我無心に内面の静けさをもとめ、いっさいの雑念を取り払うことを原則とする」とし(楊, 1971, p.94)、精神的な側面を強調している。

このような禅からの引用は稽古の一部だけではなく、その思想体系にも見られる特徴である。ただ、引用と言っても仏典を提示してそれを説明していたわけではない。あくまでも「仏教(禅)ではこのような考え方が重視される」というかたちで考えを述べている。このとき、重要なことは楊が禅の用語や構図を援用して何をしようとしたのかということである。

楊が禅を自身の思想体系に援用したことを検討する手始めとして、彼が太極拳の重要項目として挙げた「調息」、「調心」、「調身」に注目したい¹⁰⁾。80年代、楊は禅へ言及する中で、これら禅修行の要点を太極拳でも重要であると高く評価した(楊, 2004[1983], p.78)。

楊は普及初期より姿勢や精神の状態、呼吸についての注意点をまとめてきた(楊, 1971, pp.141-146)。その後、稽古要諦を説明する文脈で「調息」、「調心」、「調身」を引用し、禅修行が太極拳にも通じること、つまり、太極拳と禅が「地続き」¹¹⁾であると提示したのである。

90年代、楊はこの「調身」、「調息」、「調心」を解きほぐすように、太極拳における姿勢、精神、呼吸の重要性を「心息動」と表現し、「この三位一体が健康な人生の要諦」(楊, 1995, p.33)と述べた。

楊は自身の太極拳に禅の修行要諦を挿入させ、これをのちに「心息動」と表現し、「健康法」である太極拳の根本として提示する。この3原則のうち、「調心」が「無心」を意味すると考えられるだろう。

こうして「懸命に生きる」ための「健康法」である楊の「太極拳」は「心」、「身体」、「呼吸」の三位一体を目指す実践として、「禅」の

モチーフを利用し整理されるのである。

2. 「無心」から「和」の太極拳へ

(1) 「無心」と「和」の接続

前章で示したように楊は太極拳における「無心」を重視した。この言葉は心に雑念がないという精神状態を指すが、同様の状態を彼は「和」という言葉で表現した。この「無心」と「和」の接続は、「太極拳」が持つ「仏教」と「道教」、それぞれの特徴を議論する際、示された。この「和」という言葉は精神状態を指示するだけではなく、彼が自身の太極拳を「和の太極拳」と呼んだように(楊, 1987)、より奥行きを持ったキーフレーズとなっている。

「無心」と「和」の関係を、楊の記述に基づいて整理したい。

楊は、太極拳には中国精神文化の影響があると指摘する。このうち「仏教」と「道教」への言及について注目したい¹²⁾。

まず、楊は「自分の精神と肉体という小宇宙をいかにして大宇宙と楽しく調和させていくか」という発想が太極拳にあるという(楊, 2001, p.256)。「宇宙との調和」(「和」)、これが「道教」的であるという¹³⁾。この「宇宙との調和」は、自己と宇宙(自然)に共通の法則性があると考え、その調和を目指す「陰陽五行説」¹⁴⁾など、道教的発想を暗示している。

そして、「仏教」との関係を「無心という言葉に象徴されるでしょう」としている。

無とはこだわらないこと、とらわれないことです。雑念を払って無の世界に三昧することが太極拳の極意です。それは座禅にも共通しています。ただ座ることが座禅の極意ですが、それは生きるがごとし、死ぬがごとしで、その境地は生死の境目にあつて

生死を超えています。……それは個人の「生命」を超えた宇宙の「いのち」を指向するものです（同, pp.255-256）。

「雑念を払って無の世界に三昧することが太極拳の極意」として「無心」（「無」）が重要であることを述べ、その境地を「生死の境目にあって生死を超えています」という。そして、その境地に達したときに「個人の『生命』を超えた宇宙の『いのち』を指向する」としている。この「個人の『生命』を超えた宇宙の『いのち』」という考え方に、先にあった「宇宙との調和」が読み取れる。

「無心」へと至ることで人は「宇宙との調和」を果たす。その方法として「太極拳」が存在するということである。ここに彼の言う「仏教（禅）」的な「無（無心）」と、「道教」的な「和」が接続される。

このような分析が指し示すものは、「太極拳」が「仏教」や「道教」の要素を持っているということでも、楊が「太極拳」という営みに「仏教」や「道教」の要素を発見したということでもない。あくまでも楊が自身の思想体系において彼が言う「仏教」なるものと「道教」なるものを連結させたということを描いているのである。「仏教」なるものと「道教」なるものを連結させることは彼の思想体系で「無心」と「和（調和）」を接続することであったのである。

(2) 他者との「和」

改めて、この「和」とは何か、考えたい。「和」は普及当初から「調和」や「平和」、「和平」として強調されていた。80年代中頃には「五和貴」という稽古要諦として提示されている。

「五和貴」は聖徳太子の「以和為貴」（「和を以って貴しと為す」）を下敷きに作られた言葉

である。楊は各太極拳教室の「指導者には、和を貴ぶということを大事にしていきたい」と前置きしつつ、5つの項目を挙げている。それぞれ整理すると、「目が柔和かどうか」、「やさしく柔和な顔つきであるか」、「言葉遣いは穏やかであるか」、「体の和がとれているか」、「心が豊かであるか（他人様の、仲間の健康と幸せを祈ること）」である（楊, 2004 [1984], pp.88-89）。ここでいう「体の和」、「心の豊かさ」は先に示した「心息動」と重なるものである。

ところでこの「五和貴」が聖徳太子の「以和為貴」を念頭に置かれているとするなら、このとき、「道教」から導かれた「和」の用語が聖徳太子の「以和為貴」として、つまり、日本的な概念としての「和」へとスライドされていることが理解できる。

それでは日本的な概念としての「和」とはどのようなものだろうか。ここで言う「和」は、「他人様の、仲間の健康と幸せを祈る」というように、他者との関係性や集団での「和」というニュアンスも持つ。

この点は「宇宙との調和」として強調された「道教」的「和」とは異なる意味合いを持つだろう。なぜなら、ここでの「和」は「宇宙」や「自然」という概念的なものではなく、「人間関係」という極めて日常的な問題に転換されるからである。

楊が強調した「無心」は、「日常のわずらわしさがなくなる個人の精神的な安定を意味していた。「和」は、日常という点では「無心」とも共通するものの、個人を越えた「他者との関係」の問題ともなっている。

楊によると太極拳の稽古で重要なことは、「無我の心境に近づき、太極拳の仲間とともに喜びを感じること」である。彼はここでも「無心」（「無我」）に至ることの重要性を強調する（楊, 2004 [1982], p.71）。

その上でストレスとの関係性に言及する。スト

レスを取り除くためには我を捨てる必要があり、無我から出発しないといけない。続けて宇治の萬福寺に掲示されていた「自らを生かそうとするならば／他と共に生きる事である／他を生かさずして／自らを生かす事はできない」という言葉を引用する。この言葉は「講道館柔道の創始者の嘉納治五郎先生が、柔道の理念とした『自他共栄』と相通ずるもの」だという(同, p.72)。こうして楊は「無心」を「自他共栄」につなげる。

ここでの「無心」は心の中の雑念を払うことだけではなく、「無我」、つまり、「自分だけがと肩肘張っている」こと＝「我」を張るのをやめることである。楊は「我」を張るなら「人間関係もうまく行かずに顔も柔和でなくなる」という。重要なのは「自分も他人も栄えるという気持ち」であり、「みんなの健康や幸せを願うこと」である。このような気持ちであれば稽古が「自分の健康や幸せにもつながると信じられるようになる」という。こうして「心も豊かになり、おおらか」になり、「太極拳のいい仲間ができ、なごやかに稽古ができ、体調もよくなり、輪が広がってうれしくなる」(楊, 2004 [1987], p.140)。これこそが「自他共栄」なのだという。

つまり、「無心」になることで「我欲」を抑え(「無我」になり)他者の健康を祈ることで、自分も他人も健康になるという「自他共栄」が達成できるというのである。

この原則を破り「それぞれがおれがおれが、では和の気がなくなってしまう」(同, p.141)。

こうして、「無心=和」の問題は自己と他者の健康を祈る「自他共栄」へと接続されるのである。このとき、楊の太極拳は単に自分が「懸命に生きる」ためだけのものではなく、「みんなの健康と幸せ」を目指すものへと展開される。

こうして楊の思想体系を整理すると、彼が

「仏教的「無心」と「道教的「和」を接続させ、日本的「和」に至ることで、「懸命に生きる」ための「無心」と「みんなの健康と幸せ」を目指す「和」が結ばれたことが分かる。

端的に言えば、「無心」になりストレスを軽減させれば人間関係も良好になるということであるが、楊の思想体系ではそれは「仏教」と「道教」が「無心=和」の構図において連結されて、成立するものなのである。

(3) 「競技」との対比の中で

このような「無心=和」を重視して自身の太極拳を確立していった楊は「和」を乱すものを回避させていった。その1つが太極拳の「競技」という側面である。

1987年、日本武術太極拳連盟準備委員会の設立にあたり、楊は体育学の学術誌に「和の太極拳」という記事を投稿している。そこで彼は自身の太極拳を「武術としての太極拳というよりも、健康と幸せに役立つ太極拳」であり、「だれでも、いつでも、どこでもできる太極拳」、「日常生活に欠かすことができない、友だちのような存在としての健康法、気功太極拳」であると言う(楊, 1987, p.32)。

このとき、自らの太極拳の対として念頭におかれているのは日本武術太極拳連盟が標榜する「競技化された太極拳」である。この太極拳と自己の太極拳との違いを強調する際、用いられたモチーフが表題の「和」であった。

別のテキストで楊は「競技」という問題を次のように検討している。

「競技、試合は大事ではあるが、私どもにとっては二次的なものである」(楊, 2004 [1989], p.170)。重要なことは「どうすれば人々のために健康のうえで役立つか」ということであり、「私どももできるだけ協力して、健康に役立つうえの力になりたい」という(同, pp.170-171)。

このように楊は競技を二次的なものとして健康を目指す太極拳へと突き進むのであるが、その背景にはこれまで見てきたように個人・集団の「幸せと健康」の基盤である「無心=和」が存在することになる。

それではこの「和」の視点から「競技」がどのように理解されるのであろうか。楊は次のような文章を残している。

試合は一時の花である。毎回美しい花を咲かせることができるとは限らない。……優勝することももちろん大事であるが、優勝しなくても日々、健康の増進に役立ち、健康につながる動きのほうが、長い人生では、もっとたいせつなことではないだろうか（楊, 2004 [1994], pp.258-259）。

「競技」を志向する太極拳では、稽古の目標が「優勝」になってしまう。それに対して、楊は稽古の目標を「健康」と考えた。楊が言うには、競技に出られない年齢や体調の人でも健康太極拳なら行なうことができ、体調が良くなる。そのためには毎日「目立たず」に稽古を繰り返すことが重要であると言う（同）。

楊は「優勝」を目指す太極拳では「健康」を達成することが難しいと説く。「健康」そのものを志向する太極拳においてこそ、目立たぬ日々の稽古を繰り返し行うことができると考えるのである。

他者と切磋琢磨して目指す「優勝」よりも、楊は他者と「健康としあわせ」を目指す「和」を重視したということである。

こうして精神状態の安定としての「無心」は、他者との「和」の問題へと接続・展開された。このような「無心=和」のコンセプトは「優勝」を目指す「武術太極拳」との対比により、さらに鮮明になっていったのである。

3. 「宇宙の政治家」としての楊名時

(1) 達成しがたい「和」

ここまで楊の太極拳思想を「無心=和」の観点から整理してきた。武術やスポーツを志向する一般的な太極拳と比較して、彼の目指した太極拳は「懸命に生きる」ために「健康としあわせ」を目指したものであった。

このような太極拳思想はどのような背景の中で構築されたのか。この章ではこの点を検討すべく、楊が直面した出来事について見ていきたい。

その端緒として改めて、「和」という問題に注意を向けたい。楊は稽古場での仲間同士の「和」を重視した。

愛する仲間の友情をたいせつにする。友情を大事にすることの第一番めの条件は、いいお友だちの悪口を言わないこと。それがまた、私どもの和を保つ、裏づけになる（楊, 2004 [1989], p.178）。

ここでは稽古場での「和」を守るために「悪口を言わない」という、実際的な注意事項が提示される。一見、安直な指摘であるが、これには彼の体験がオーバーラップする。

楊は「健康太極拳」を確立させていく中で二度、大きな組織分裂を経験している。

初期からの弟子である楊（渋谷）麻紗は普及当初、日本武道館にあり、楊が師範であった「日本太極拳協会」での稽古を回顧する。それは、弟子に楊が叱責された出来事であった。

手塩にかけて育ててきた某弟子から、心ない暴言を吐かれたために楊名時先生は武道館を去る決心をされたのです。／その暴言とは、／「私たちが学ばなければならない

のは、中国政府の制定した太極拳で楊先生の太極拳はそれと違う。本当の太極拳ではない」と。／暴言が稽古の後に吐かれたのならまだしも、皆のいる稽古中にその暴言は吐かれました。その時の楊名時先生の心中を思うと、今でも居たたまれない気持ちになります¹⁵⁾。

この弟子の叱責の理由は、楊の太極拳が「制定拳」と特徴が異なるということであった。日本武道館を去る際、楊は弟子たちに「和して同ぜず」とだけ告げたという¹⁶⁾。

日本武道館の稽古が「和」が乱されるような終わり方をした後、名古屋の医師、吉田誠三らのサポートもあり、楊は「楊名時八段錦・太極拳友好会」を立ち上げた。これによって彼は独自の路線を鮮明にしていく。

吉田は自身が実質的なオーナーであった雑誌『健康と長寿』の読者の会「健康と長寿の会」の全国大会に楊を招き、共著（楊 & 吉田, 1977）も記すなど、両者の間には蜜月関係があった。しかし、1981年、楊の太極拳の独自性や組織人事の問題によって、両者は袂を分かち、『健康と長寿』は「楊名時批判」の特別増刊号を刊行した（蒲生, 2016）。

楊の団体「楊名時八段錦・太極拳友好会」はすぐに「健康と長寿の会」と「別行動」に移るが、その際、楊は吉田を「今後も友としたい」としつつも「和して同ぜずでゆきたい」と語ったという（健康と長寿の会, 1981, p.11）。

これらの出来事は楊に「和」の難しさを痛感させるものであったようである。後に、

[筆者注：和という]ことは、日本武道館で指導していた頃から痛感してきたけれど、一心同体に、「同心協力」できる指導員は、一朝一夕に、にわかにつくるものではない。長い努力の積み重ねが必要である

（楊, 2004 [1990], p.181）。

このように楊は集団の「和」を維持することの難しさを感じていた。だからこそ、「仲間内では悪口を言わない」などという具体的な注意事項を提示したのである。つまり、楊の「和」は抽象的な概念ではなく、実体験を伴った戒め、あるいは求めるが成し遂げがたい理想なのである。

(2) 「和」を通じた自己の確立

一方でこの「和」を通して、彼自身は太極拳指導者としての自己を、あるいは自己の組織を確立していった経緯がある。

楊は中国大陸の太極拳家や気功家と頻繁に交流している。とくに前出の李天驥との交流を重視していた。1986年に自身の組織の会合に招待し講演を実現したり（楊, 2004 [1986], pp.119-128）、息子の楊進を内弟子として送り出したりしている（楊[監修]／楊進・橋逸郎[著], 2000, p.16）。また、初期の著書『太極拳』の改訂版（1986年版）の表紙では李と楊が握手している写真を用いている。

中国大陸の太極拳グループとは日本武術太極拳連盟に連なる人々が強いパイプを持っていたが、一方の楊も独自の交流を行っていた。1992年の日中国交正常化20周年記念では自身の団体から訪中団を出しており、このとき李とも交流している（楊, 2004 [1992], p.232 及び中野完二＋広報・機関誌委員会[編], 2010, pp.164-165）。

このような中国大陸側との交流の一方で、武術太極拳の人々とも、楊は友好的な関係を築こうとしていた。

今後も、くれぐれも私どもが健康、友好、平和を目標に、私のもっとも尊敬する中国の周総理の好きな言葉のひとつ「求大同、存小異」（小異を残して大同につく）をた

いせつにしていきたい。／日本には私どもの願っている健康太極拳と、もうひとつの日本武術太極拳連盟の皆さまとも同じ兄弟のようなものだから、仲よく協力しあって、さらに太極拳を大きく、広く、日本、世界に発展、普及していくことを願っている（楊, 2004 [1989], pp.178-179）。

楊は「求大同、存小異」というスローガンを掲げ、「競技」を志向する日本武術太極拳連盟を「兄弟」と呼んでいる。実際に楊は1988年の日本武術太極拳連盟立ち上げの際には顧問に就任している¹⁷⁾。

このような交流活動は結果的に「太極拳指導者としての楊名時」、そして、「健康太極拳」の正統性を高めていった。楊独自の太極拳について非難された歴史を考えれば、このことは重要な意義があった。

李との交流は中国の太極拳から「健康太極拳」がある種のお墨付きをもらえたこと、さらに「武術太極拳」との友好的な関係から「健康太極拳」の独自の立ち位置を確立したこと、それぞれに貢献したと考えられる。

楊はこのように他の団体や太極拳の系統と平和な関係性を築くことで、相互承認を高め、自身の太極拳、そして、自身の団体を確固たるものへとしていったのである。

(3) 宇宙の政治家

「和」の難しさを体験する一方で、このように「和」を用いたある種のしたたかさを楊が発揮した背景には何があるのか。

楊はもともと政治を志ざし、日本にやってきた。国家間の争い、そして中国の内戦の中でその夢は断たれた。しかし、前項で検討したように彼自身、互いの利害調整としてのある種、したたかな「政治」的態度を持ち続けたという可能性は考えられるだろう。

「政治」を可能にするためには、自律し、協調し合う主体の存在が必要となる。日本太極拳協会、健康と長寿の会との別離を通して語られた「和して同ぜず」。この言葉に注目したとき、楊が「和」という言葉で目指したものが持つニュアンスが見えてくる。「和」は集団の「和」のために個人の信念を曲げて達成されるものではなく、主体性を持った個人同士が調和して成し得るものなのである。「調和」を目指す「同化」はしないということである。この「調和」こそ、彼が目指した「政治」のあり方なのだろう。

楊は時折、政治について言及している。彼は政治の「根本は健全な心と健康な体」（楊, 2004 [1993], p.246）と述べ、「無心=和」の重要性を説いている。

この視点は国内政治のみならず国際平和へと広がっていく。

彼は、私たちは「世界中の国々、人々を暖かく迎え、心からすべての国の人々をたいせつにして、やさしく育て、お互いに尊敬し合って、愛し合っていく道をとるべきである」として、この理想は健康太極拳と同じであることを述べている（楊, 2004 [2004], pp.394-395）。

そして、このような世界平和に通ずる太極拳の基本として「和」を配置する。

「健康・友好・平和（和平）」を願う心は、和の心である。和の心は、「健康・友好・平和（和平）」すべてに共通している。／健康であるからこそ和の心が生まれ、和の心が人間を健康にしている。和の心は精神の安定にもつながるし、ひいては健康に結びつくのである。これは、友だちどうしでも、世の中全体でも、国と国との関係でも言えることである（楊, 2004 [2003], p.388）。

「健康・友好・和平」とは彼が自身の太極拳のスローガンとして提示したものである。この

スローガンの基本には「和」の心が存在し、この「和」が彼の太極拳の基礎となる。「友好」や「和平」に楊は先に示した「自他共栄」の精神を見出し、その範疇を「家庭」、「社会」、「国家」と、広域な人間関係全般に広げていく（楊, 2004 [2002], pp. 384-385）

このような楊をある日本人が「宇宙の政治家」と呼んだ。楊はこのことを自伝に記している（楊, 2001, p. 209）。彼は続けてこう言う。

実際の政治や外交は、ときとしてお互いの国の利害関係や矛盾から争いの種になることがあります。健康という普遍的な価値観に根ざした宇宙の政治においては争うことがありません。健康になろうとする意志において、争いの種はないのです（同）。

このように楊の思想は「健康」を下支えする「無心=和」によって成立する構造であり、これこそが「和の太極拳」なのである。「健康」を達成するためには「和」が必要であり、この「健康」という普遍的な価値のもとで世界は国境が取り払われ、宇宙から見つめたマクロな視点が現れてくる。「宇宙」というテーマは道教的「和」の議論で用いられたものであり、楊は太極拳を通じて、個々人の「小宇宙」と、「大宇宙」の調和を目指すのである。

このとき、「和の太極拳」を普及しようという楊は、人々の「健康」を達成するために「宇宙」と人々を調和させることで、健康という普遍的な価値に根ざした「宇宙の政治」を目指す「宇宙の政治家」になるのである¹⁸⁾。

おわりに

ここまで楊名時のテキストをもとに彼の太極拳をめぐる思想体系を「和の太極拳」として整理してきた¹⁹⁾。

この「和の太極拳」は心の中の煩わしいことや自分自身の欲望（我）を無くすことで心の調和（「和」）を目指し、健康を達成することを志す。そして、この「和」は個人の精神的な調和から他者との調和、そして、最終的には世界レベルの「平和」まで広がっていく。

このような「和の太極拳」は楊が生きてきた道のりと重なるものであった。

世界大戦に翻弄され、その後の混乱、組織の分裂が彼を襲った。波乱に満ちた人生を生き抜くため、心身の健康や他者との関係性を調和させる「健康法」として「太極拳」があったのである。

このように考えると、彼の太極拳は彼自身の体験に裏打ちされた技術であると理解出来る。彼の体験が独特な太極拳思想を形作るとともに、彼を単なる武術家ではなく、「宇宙の政治家」と称される太極拳指導者へと押し上げたのである。

さて、本稿冒頭、楊は「新霊性運動」に連なる人物であるものの、思想的関連性は薄いとされた。本稿で検討していた「無心=和」の言及は島菌のいう「気功」と「新霊性運動」の共有部分である「ボディワークによる心身の変容の追求」に該当しそうである。しかし、楊における「心身の変容の追求」が「新霊性運動」特有の「聖なるものへの接近」（宗教的実存的問題）に通じることはあまり見られなかった。むしろ、楊の思想は「懸命に生きる」という現実的実践的な方向を指し示し、言うなれば「俗なるもの」へと向かったと理解することもできる。

このことはそれぞれが位置した歴史的状況を考えてと説明がつくかもしれない。「新霊性運動」の背景に合理主義的あるいは物質主義的な「近代」のあり方への疑念があるなら、それは合理主義的、物質的なものへの反発として「聖なるもの」へと向かったことは理解出来る。

他方の「楊名時の太極拳思想」は楊が直面し

た個別具体的な出来事への応答として形成されたものであり、「懸命に生きる」という現実的、実際的な方向へと向かったと考えることができる。そこにはある種の楊の「したたかさ」としての「和」が提示されており、合理主義的な側面も垣間見られる。

このように考えると、楊の思想は「宗教」や実存的「超越」への志向性よりも、国家間の混乱や組織分裂の危機の中で自身の心の平安を求めたという点で「日常の問題解決」を志向するものであった。

この点は、彼の太極拳が広く日本で普及したことと関連があるかもしれない。つまり、「太極拳」を通じた養生の面を重視することで、日常生活に疲れた人々に癒しを提供していき、実存的な問題に狭めない、間口の広い普及活動が行えたということである。

同時に楊の「俗なるもの」の方向性は「武術」や「競技」に限定されない、「生きる」という広い視点であるとともに、「個人」のレベルから「集団」、そして「世界平和」をカバーした非常に広大な構想を持っていた。

「楊名時の太極拳思想」はこのように日常での生の次元において展開された独自の体系だったと評価することができる。それは「新靈性運動」と隣接関係を持ちつつも、微妙に異なる養生の思想体系が存在したことを示唆している。

以上の「楊名時の太極拳思想」と「新靈性運動」との議論は暫定的なものでしかない。というのも、本稿自体、あくまでも楊の思想体系を整理することを目的としており、「新靈性運動」やその背景にある「癒す知」（鳥蘭, 2003）の系譜との関係など、広く吟味しきれていないからである。

今後は「新靈性運動」で指摘される「気功」ゲームの全体像をフォローしながら、楊の歴史的な位置付けを改めて検討したい。本稿ではさしあたり、これまで研究されてこなかった太極拳指

導者の思想体系を整理し、「新靈性運動」との暫定的な関連付けを指摘するにとどめたい。

注

- 1) 「武術太極拳」自体は「太極拳」の他に「長拳」などの中国拳法も含まれている。詳しくは、「日本武術太極拳連盟」ホームページ（<http://www.jwtf.or.jp/home/index.html> 2016年12月22日 確認）。「伝統太極拳（伝統拳）」の歴史については笠尾（1994, 2000）を参照。また、「簡化太極拳（制定拳）」については中華人民共和国体育運動委員会（1977）や李（1994）を参照。
- 2) たとえば、東京中華学校の校長在任期間について。楊は校長になって「1年ぐらい経って」大陸での国共内戦の影響で辞任することになったと自伝に書いてあるが（楊, 2001, p.108）、東京中華学校の記録では1953年10月から1956年12月となっており、4年度にまたがる在任期間が認められる。
- 3) 楊は初期の書籍より「無心」「無我」「無」という表現を用いている。一般書籍であることもあり、厳密な定義はされておらず、個々の語の違いというのも明瞭ではない。本稿では「無心」を取り上げて検討しているが、引用箇所によっては「無我」「無」という表現もあり、その文脈での意味・用法については必要に応じて織り込んで検討する。「無心」については西平（2014）の比較思想研究があるが、本稿では楊の「無心」のあり方を「無心」の系譜に位置付けたり、他の「無心」論と比較したりする作業を必要以上には行わない。というのは、あくまでも本稿は楊の思想体系を整理することが目的であり、それは他の太極拳や養生、「新靈性運動」との関係で読み解かれることを念頭に置いているからである。ここでの「無心」はあくまでも楊の思想体系を描き出す上で重要な要素であり、それは本稿が比較対象としているもの、とくに他の太極拳思想との比較の中で楊の思想体系を特徴づけるものとして理解されるのである。
- 4) 楊のデビュー作『太極拳』では「太極拳トレーニングの特徴」として「筋肉をゆるめる」、「静（精神統一）」と並び、「意識的に動作する」と「意念」の問題が取り上げられている（楊, 1971, pp.144-145）。ただし、李の記述と比較すると、それほど詳しくなく、一般的な要諦をまとめた印象がある。「伝統拳」に目をやれば、『陳氏太極拳図説』では足を床につける際の重心の移動について事細かに定義するなど、「意念」の問題は元来、太極拳の中心的課題であり、秘伝であった。これと比較すると、楊はあまり「意念」の問題について強調すること

- がなかった。(『陳氏太極拳図説』については、2016年5月1-4日のNPO法人神戸太極拳協会研修での資料を参照した)。
- 5) 以下参照。「私はまず自分自身が太極拳酔い、そして周りの愛好者、観衆をも酔わせたいと念じている」(楊, 1999, p.111)。
 - 6) 以下参照。「私の太極拳は健康太極拳であり、気功太極拳である。争うこともなく、万民の健康を願う」(楊, 2004 [1989], p.178)。
 - 7) 「站椿功」は中国武術の秘伝とされていたが、形意拳から意拳を創始した中国の武人王薊齋 (1886-1963) が一般に公開したと言われる (津村, 2011, pp.52-53)。この王の弟子であり、日本で意拳をアレンジした太気拳の澤井健一 (1903-1988) は「站椿功」を「立禅」と称したが、王や澤井の影響を楊がどの程度、受けたのかは不明である。
 - 8) 以下、参照。「私は、お寺が好きでした。自分が五台山という中国の仏教の聖地の近くに生まれたことや、仏教に信心の篤い母親の影響があったでしょう。日本にきた最初の年の夏休みに、静岡県三島市にある禅宗で有名な竜沢寺で一高の生徒たち二、三十人の座禅会に加えてもらい、そこで二週間を過ごしました」(楊, 2001, p.75)。
 - 9) 楊とともに中国を旅行した河野太通は街角で立ったまま瞑想をする人物を目撃しており、中国に「立禅」と類似した瞑想法がある可能性がある (楊・河野, 2010, pp.67-68)。ただ、河野が目撃したものが「站椿功」であったかもしれないので、この点は不明瞭である。
 - 10) 「調息」、「調心」、「調身」は『天台小止観』において、五法の調和として「飲食」、「睡眠」とともに「身を調えること」、「氣息を調えること」、「心を整えること」として提示されている修行要諦である (関口訳, 1978, p.39)。ただ、楊が『天台小止観』を引用したというわけではないし、楊の記述を追う中で彼が禅のどの宗派に影響を受けているかという点も明確ではなく、このテキストと彼の言及を結びつける根拠はとくにはない。「調息」、「調心」、「調身」自体、禅修行の要諦として伝統的でポピュラーなものであることを考えれば、楊のいう「禅」の理解は人口に膾炙したものとと言えるかもしれない。
 - 11) ここで「地続き」と表現したのは、「太極拳」という武術と「禅」という宗教実践が関係したものであるという事実を提示するものではない。そうではなくて、太極拳と禅を接続して作り出される「地続き」の地平=楊の思想体系の姿を示すために用いる表現である。そして、ここで接続された「太極拳」と「禅」も楊の理解、主張の中で意味を持つ概念として考えておきたい。
 - 12) 楊は他にも「儒教」との関連について言及しており、それは「忠恕あるのみなり」としている。「忠」は偏らない心を持つこと、「恕」は他人に対する寛大な心であることを意味する。
 - 13) 太極拳では仏教よりも道教との影響を指摘されることが多い。楊式太極拳などでは開祖に神仙をおくことがあり、また、道教との関係性を強調することがある (黄, 1986など)。ここでいう「道教」は老子や荘子の思想というよりも、老荘を源流と標榜しながら発展した神仙思想と理解した方がよい。要は、「神仙が太極拳を生み出した」と示すために道教との関係を提示することが多いのである。この点は「宇宙との調和」を導くために「道教」を引用する楊と一般的な太極拳思想との相違点として興味深いものである。
 - 14) 「陰陽五行説」は現在、中医学の主要概念として定着しているものである (戴, 2000, pp.43-82)。もともとは漢民族の民間信仰である「道教」やその周辺の「道教医学」の中で育まれてきたものであり、中医学・道教、両者の古典である「黄帝内経」では陰陽五行説が基本となっている (吉元, 1989)。「道教」自体は老荘思想と中医学の伝統が合わさりながら育まれた民間信仰であるから、楊自身は特定の宗教の教義というよりも中国の文化や精神風土の1つの考え方に言及していると考えた方がよいだろう。
 - 15) 楊家養心太極拳 (<http://taikyokuken.jp/topics.html>) より。2016年12月22日確認
 - 16) 注15参照
 - 17) 1988年5月22日付1988年総会選出、日本武術太極拳連盟の役員名簿より。理事には楊の息子で独自に中国武術を研究実践してきた楊進の名前もある。また、理事には「楊名時八段錦・太極拳友好会」より中野完二も就任していた。
 - 18) 楊と政治の問題を考える上で中国政府の「制定拳」編纂や毛沢東「体育の理論」に対して、楊がどのように反応したのか、興味が向くかもしれない。しかし、ともにほとんど考慮すべき点は見受けられない。楊にとって太極拳は本稿でも指摘したように健康法として行っていたものであり、「制定拳」の編纂について伝統武術の観点から批判を行うということはなかった。むしろ、仲間内で手に入れた「制定拳」の掛図をもとに簡便な功法であるとして実践し独自にアレンジしたものが彼自身の太極拳であり (楊, 2001, p.141)、彼が「制定拳」を対象として中国政府に反発したり過度に迎合したりしたわけでもなかった。また、毛沢東論文についても楊が反発や共感を強く示すような記述はなく、彼の思想を考える上で影響も接点もほとんど

ないと言っている。

- 19) 本稿での議論はあくまでも「楊名時」についての議論であり、現状の「健康太極拳」のあり方へ言及したものではない。現在の「健康太極拳」はNPO法人「日本健康太極拳協会」の理事長に楊進が就任し、「伝統拳」の要素も一部で取り入れも進んでいる（楊進は「太極拳」一般の参考書籍を著しており、「武術太極拳」にも一定の影響を持っている。たとえば、理論書として楊・橋、2011や中国の太極拳事典として余編著、2013の翻訳を監修している）。一方、副理事長で楊名時の娘の楊慧は「健康法としての太極拳」を普及する活動に尽力している（楊、2007; 楊・楊、2015）。また、初期の弟子である楊（渋谷）麻紗は「楊家養心太極拳」を主催し、普及活動を行っている。このように残されたものたちがそれぞれに「楊名時の太極拳」を引き継ぎ、発展させている。

引用文献

- 中華人民共和国体育運動委員会運動司[編]／日本太極拳協会[訳](1977)『太極拳運動』不昧堂出版
- 中国・国家体育总局健身氣功管理センター[編]、楊名時・帶津良一[日本語監修](2004)『健身氣功新功法シリーズ』(『六字訣』林茂美訳・『八段錦』橋逸郎訳・『五禽戲』津村喬訳・『易筋經』楊進訳) ベースボール・マガジン社
- 戴毅[監修]・淺野周[翻訳]・李徳新ら[編委](2000)『全訳 中医基礎理論』たにぐち書店
- 蒲生諒太(2016)「吉田誠三の予防医学思想と『健康と長寿の会』」『統合人間学研究』(1), pp.105-118
- 笠尾恭二(1994)『中国武術史大観』福昌堂
- 笠尾恭二(2000)『中国拳法——新たなる拳法史観のために』福昌堂
- 健康と長寿の会(1981)『健康と長寿』昭和56年特別臨時号(1981.10)
- 黄耐之[著]・永富博道[訳](1986)『古伝太極拳——張三峯と彼の太極拳』ベースボール・マガジン社
- 李天驥[著]・李徳芳[訳編](1994)『簡化24式太極拳』ベースボール・マガジン社
- 李天驥(1992)『太極拳の真髓——簡化24式太極拳編者の理論解説と歴史』BABジャパン出版局
- 李自力(2009)『日中太極拳交流史(スポーツ学選書)』叢文社
- 劉貴珍(1991)『氣功療法実践』李敬烈訳, 新泉社
- 馬濟人(1990)『中国氣功学』淺川要監訳, 東洋学術出版社(馬濟人編著『中国氣功学』陝西科学技術出版社を底本に翻訳)
- 三浦英夫(1980)「日本太極拳15年のあゆみ」(全国太

- 極拳協会『太極』1980薫風号, pp.2-4)
- 中野完二+広報・機関誌委員会[編](2010)『楊名時太極拳五十年史』日本健康太極拳協会(楊名時八段錦・太極拳友好会)
- 西平直(2014)『無心のダイナミズム——「しなやかさ」の系譜』岩波書店
- 島菌進(2003)『〈癒す〉知の系譜——科学と宗教のはざま』
- 島菌進(2007)『精神世界のゆくえ——宗教・近代・靈性』
- 津村喬(2011)『健身氣功入門——こころとからだを養生する』春秋社
- 津村喬(2014)「ヘルシンキでの津村氣功活動——50周年記念講習での記念講義」(『氣功文化』2014年8月20日号, NPO法人氣功文化研究所, pp.1-12)
- 津村喬[編]・帶津良一[監修](2004)『実践 伝統四大功法のすべて』学研パブリッシング
- 余功保[著]／楊進[監修](2013)『中国太極拳事典』ベースボール・マガジン社
- 吉元昭治(1989)『道教と不老長寿の医学』平河出版社
- 楊慧(2007)『DVDで覚える健康太極拳 楊名時24式』新星出版社
- 楊慧・河野太通(2010)『太極の心——楊名時の志を継いで』二玄社
- 楊慧・楊玲奈(2007)『DVDブック だれでもできる楊名時太極拳』山と溪谷社
- 楊名時(1971)『太極拳——中国八億人民の健康体操』文化出版局
- 楊名時(1973)『中国式健康術——太極拳入門：八段錦』あひるブックス
- 楊名時(1987)「和の太極拳」『大学体育13(3)』pp.31-32所収
- 楊名時(1995)『太極の道——中国五千年の生きる心と叡智』海竜社
- 楊名時(1999)『太極拳のゆとり——柔らかく静かに第二版』楊名時太極拳事務所
- 楊名時(2001)『太極——この道を行く』海竜社
- 楊名時[著]・中野完二[編](2004)『〈太極〉巻頭文集』日本健康太極拳協会(機関誌『太極』の巻頭言を集めた文集。引用[]内は初出の『太極』の年代)
- 楊名時・吉田誠三(1977)『まさつと呼吸健康法』文化出版局
- 楊名時[監修]／楊進・橋逸郎[著](2000)『健康太極拳規範教程——楊名時太極拳実技テキストI』ベースボール・マガジン社
- 楊進・橋逸郎(2011)『新版 健康太極拳規範教程——楊名時太極拳実技テキストI』ベースボール・マガジン社

謝辞

本稿執筆に際して、資料をご提供・お貸しいただきました次の皆様に心より感謝申し上げます。

楊名時太極拳事務所さま、中野完二先生、新井隆一郎先生、村上巖先生（以上、日本健康太極拳協会）、石原恒治先生（カルチャースペース元氣！）丸山至先生（日中友好協会）

抄録

「楊名時」(1924-2005)は、日本での太極拳普及に尽力した一人であるとともに本邦独自の太極拳である「健康太極拳」の創始者である。また、彼は「気功ブーム」の牽引役であった「津村喬」の初期の師であり、本邦の「新霊性運動」につながるものであったと考えられる。本稿では「楊名時の太極拳思想」を「和の太極拳」として整理し、健康のために太極拳を通した「無心」=「和」の達成が彼の思想の根底にあること、この「和」が他者と「調和」、そして「世界平和」につながるものであることを示した。この「和の太極拳」の発想の背景には楊名時が体験した戦中の混乱や組織分裂など、「和」の危機があったことが推察された。このような「和の

太極拳」の思想は「新霊性運動」の特徴とは重なる部分が少ないものの、今後、「新霊性運動」に連なる「気功」実践のあり方を検討する中で楊名時の思想を改めて歴史的位置付けを行う必要が課題としてあげられた。

Abstract

The aim of this study is to describe the system of thought of Yang Ming-Shi (1924-2005), founder of Yang Ming-Shi –Tai Chi Chuan and pioneer of Tai Chi Chuan in Japan. Because he was the first teacher of Tsumura Takashi, the innovator of Qigong in Japan and the new spirituality movement, Yang Ming-Shi likely was related to this movement. This study organizes Yang Ming-Shi's system of thought in "Tai Chi Chuan of 和 Wa," which seeks peace of mind, group and world. I will address the historical development of his thought with respect to the Qigong movement in Japan in a future study.

Keyword

Tai Chi Chuan, Qigong, Martial arts, historical study