



BABジャパン 最新刊太極拳書籍

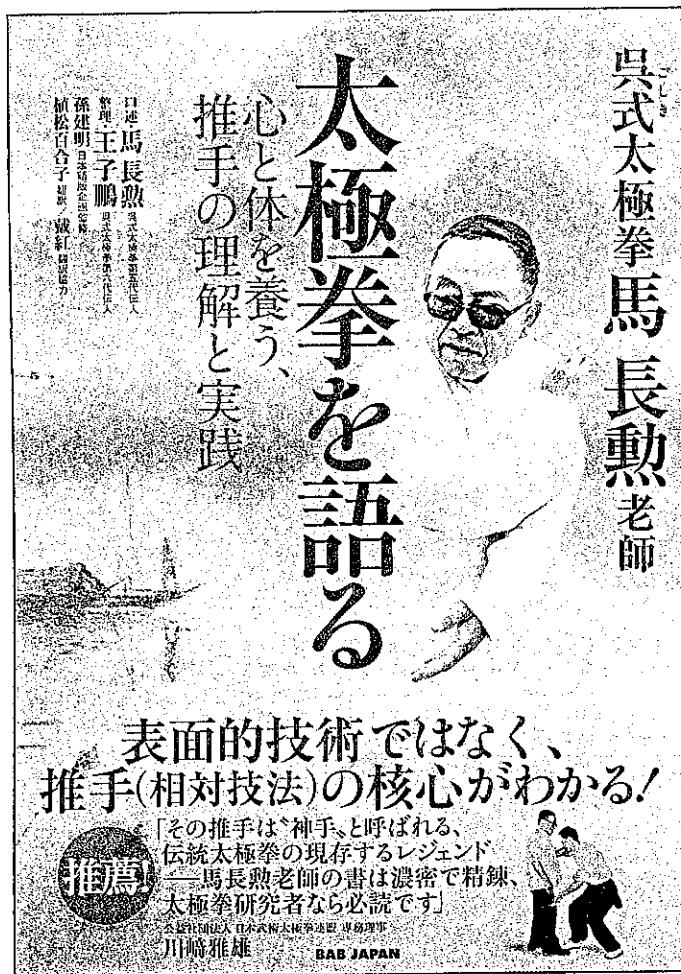
好評
発売中!

相手の勁を引き出して外し、
機に乗じて変化—。

放鬆 (ファンソン=脱力、リラックス) を極め、心気を順にする!

呉式太極拳・太極拳を語る

馬長勲老師 心と体を養う、推手の理解と実践



北京の南湖公園にて、馬老師が信頼した弟子に伝えた先人の故事、伝統拳論、歌訣の解釈、自身の修業経験など、貴重な話を収録。攻撃を仕掛けてきた相手が、なぜか尻もちをついてしまう!? 武術と健身の奥深い真理は「家常話=よもやま話」の中に。

目次

- 序文1:武縁…呉彬
- 序文2:真理はよもやま話の中に…王振川
- 自序…王子鵬 日本語版発刊にあたって…馬長勲
- 日本語版読者の方へ…訳者 日本語版凡例 用語集
- 南呉北王
 - ▼王茂齋編 呉門立雷/開演/呉式太極拳を修めた10年間/掌中の鳥、飛び立てず/ふいになった北京ダック/二百五/蘇松林/袁良市長との付き合い/練習は食事付き
 - ▼呉鑑泉編 呉式第一の名手/著対杆/上海での技比べ
 - ▼王子鵬編 元氣虎/いとこの腕試し/不打不相識/同門は仲が良い/互いに敬い尊重する/断背剣/人生の悲しい出来事
- 劉晚蒼老師一門の故事 病を抱えて入門する/正式に弟子になる/相得益彰/快手劉/初めて太極拳の純功を知る/密かな行動/無理矢理のお願ひ/王家で芸を学ぶ/推手を専門とする/名門派/君子の徳
- 呉門の優れた先輩たち 張繼之/李文傑/楊禹廷/他門の名人/呉式の源流/呉式は人を飛ばせない?/武芸の境地/拳、の一字が人生を譲らせる/口で伝え心で授ける/推手練習の3規./守位中定往開打./開手/双重と虛実/陰陽相濟/陰懷円均/中正安舒/赤子でいられるか?/立如平准/換力/站/玄關際開/「脚」で拳を練習する/三位一体/「脚展」/寸勁の功夫/六防六攻/六法三功/懂勁/窮手/打輪/無形無相/《瘦秘歌》/《八字歌》及びその他/《打手歌》/《乱魂訣》/太極總手——騰雀尾/その他
- 結び/付録:馬老師太極拳歌・呉式太極拳身法歌

表面的技術ではなく、
推手(相対技法)の核心がわかる!

「その推手は、神手と呼ばれる、
伝統太極拳の現存するレジェンド
——馬長勲老師の書は濃密で精練、
太極拳研究者なら必読です」

推薦

本誌特別対談 日本太極拳太極拳道 専務理事
川崎雅雄 BAB JAPAN

■馬長勲、王子鵬 著/孫建明 企画/植松百合子 訳
■A5判 ■288頁 ■予価:本体1,800円+税

◎馬長勲 まちようくん
呉式太極拳第五代伝人。1933年11月河北省張家口に生まれる。北京武術協会委員、北京呉式太極拳研究会名誉副会長、中國民間中醫藥研究開發協會武術醫療研究会名誉副會長を歴任。伝統太極拳健身推手研究社社長。國家一級武術審判員。
◎王子鵬 おうしほう
呉式太極拳第六代伝人。1971年2月河南省廣昌縣に生まれる。1994年鄭州大学政治学部卒業。「北京晨報」「經濟觀察報」「北京娛樂情報」「中国房地產報」「搜狐(訳注:中国の検索サイト)」等のメディアで、記者、編集者、主幹、編集長などを務める。