



勝浦市太極拳サークル

新規会員随時募集

# 美心会だより

## 仙道修行の理論 連載 1

太極拳練功会 師家 山岸定男

はじめに

中国古代の人々は、人間の体を生きた有機体のままにとらえようとした。その結果、固定的な物体としての臓器や消化管・骨格といったものは、重要であるにせよ、医療の主たる目標には入っていない。より正確に言えば、臓器や消化管・骨格は入れ物や管にすぎない。その中を流れるものこそが、人の体にとって本質的なものであると考えた。

そして医療の主たる関心は、人体を流れる流体、すなわち「気」にむけられることになった。

この理論編では仙道に限らず、気功や太極拳を学ぶ際に知っておいた方がよい中医学の基本となる考え方を記述する。これをある程度知ることにより、修行の助けとなるばかりでなく、指導する際にも有効である。

### 【気とは】

気は見ることも触ることも出来ない生命エネルギーであり、行を積むことにより体得していく以外に認識することは出来ない。次は練功家に伝わる古い詩の一節である。

天に三宝あり、日、月、星  
地に三宝あり、火、水、風  
人に三宝あり、精、気、神

ここでいう精、気、神は気の形態を表し、気の三宝とも呼ばれる。精はエネルギー、気は物質、神は意識をさし、三位一体のものである。

### 【精】

精は西洋医学で性エネルギーと解釈されていることから判るように、生殖をはじめとする生命体のさまざまな活動のもととなる力である。精の強弱は性欲にまぎれ現れる。性欲の旺盛な人ほど、行動力もあり、健康

体であることから、理解できることと思う。

精には先天の精と後天の精があり互いに依存し合っていて、根本となる先天の精は後天の精によって絶えず補充されている。

#### 1、先天の精

生まれながらにそなわっている力を言い、人の行動力の源となる力である。

#### 2、後天の精

飲食により摂取した栄養分によってもともと無形・無液である先天の精が有形・有質化したものである。

## 勝浦市文化祭 日程発表

平成29年度勝浦市文化祭が、11月26日(木)の短歌大会・俳句大会(会場 勝浦集会場)を筆頭に、11月5日(日)の小中学校児童・生徒作品展(会場 キュステ)まで11日間にわたって開催される。

本会が参加するのは、11月3日(金)に開催される



芸能発表会(会場 キュステ)。当日は、舞踊・コーラス・箏曲・詩吟・ダンスなどの間に太極拳を披露する。

芸能発表会は、10時開催で、開演間もない10時35分から10時45分までの10分間で発表する予定。

(集合時間9時30分)

生け花の作品(2016年) 前日の11月2日(木)13時にキュステの北側入り口に集合後、13時25分からキュステで、事前のリハーサル(15分間)を行う。このリハーサルでは、照明・音出し・音量・ナレーションなどの最終打ち合わせが行われる。

文化祭発表に参加される方は、リハーサル・発表当日共に、ステージは太極拳シューズに履き替えステージを汚さないように注意しましょう。