

## 11集 徐憶中社長 単独インタビュー

2023年6月10日午後4時、室内にて、鄭曼青宗師の直弟子である徐憶中老師へのインタビュー動画です。老師は今年100歳を迎えられました。思考明晰で筋道の通った話をされました。(11分35秒)

| 第11集                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 徐憶中社長 単独インタビュー | 8月6日追加 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|--------|
| <p>動画は李理事長が徐憶中老師にインタビューした内容です。最初の一分間は時中学社の本部内の映像です。</p> <p>(李理事長): 民国85年(1996年)に撮影された教学選集(ビデオ)を各式ごとに分けて、ネットで放映しましたところ、非常に好評で多くの方が視聴されています。老師はこれらを見てどのようなことが思い出され、どのようなご感想をもたれたか、お聞かせください。</p> <p>(徐憶中老師): 時間がすぎるのは早いものです。このビデオが作られて27年たちました。撮影にはいろいろと大変だったことが思い出されます。私は今年100歳になりました。時間がたつのが本当に早いものだと感じます。太極拳を通して人々へ貢献できたと思います。</p> <p>(李理事長): 鄭子太極拳についてその特色と精髓を見ている方をお願いします。</p> <p>(徐憶中老師): 鄭子太極拳は楊式(楊家)太極拳、つまり楊氏の太極拳です。楊式太極拳は陳式と同じ道のりを歩んでいて、発祥は道家と言われています。道家は老子から始まり、「無為」とは健康であることだと思いますが、その後、張三丰、王宗岳、陳家、楊家、さらに進んで鄭曼青、そして私たちが第五代になります。私がまだ学生だった頃、中山堂樓の頂上で太極拳を学びました。5、60人いたと記憶しています。現在はその中で私一人生存しています。私は台湾では最も早く鄭曼青老師に太極拳を学んだ一人ですが、その中で今は私だけになりました。</p> <p>太極拳の良いところは、学び易く、習得しやすく、複雑でないことです。百を超える動作は必要ありません。何故なら鄭曼青老師が今の時代に合わせて、精華を残しながら、(百式を超える楊式太極拳の)重複の部分を除き、37式太極拳を作り上げました。37式は、実際は易しくありませんが、鄭曼青老師が良い太極拳をと練り上げてあります。37式は他の太極拳のように長い時間がかかりません。早朝に7分、晩に7分間の時間でできます。場所はどこでもよいです。お金がなくてもできます。どんな仕事の人でもできます。最もお金のかからないものです。野球をするならバットが必要です。ゴルフをすればもっとお金がかかります。太極拳は中国人の宝であり、国家健康の宝です。時間が経って世の中が変わっても太極拳は永遠に続きます。例えば麻雀のように続きます。</p> <p>鄭子太極拳は、簡単で明瞭で学び易く、習得し易い太極拳です。</p> |                |        |

(李理事長)：有難うございます。次にお尋ねします。鄭子太極拳を学んでいる方にどのようなことを期待されますか。また、鄭子太極拳についてのお考えをお話してください。

(徐憶中老師)：鄭子太極拳は人類が誇る芸術であり、さらに健康や長寿をもたらします。私たちは全力で広めていきます。これは人を助けることになります。中国の諺に「人を助けることは快樂の根本である」とあります。お金や物で人を助ける必要はありません。太極拳を学んでもらえばよいのです。身体は健康になり、長寿となります。これは大変必要なことです。

私が若い人やこれから学ぶ人に言いたいことは、時間の過ぎるのは早いということです。私たちが太極拳を学んで30数年、私が学び始めて70年経ちました。私が中山堂で学んでいた頃は仲間が数十人おり、私は20幾歳でしたが、今は100歳になり、仲間は全て亡くなりましたが、私は健康です。

私は鄭曼青老師に大変感謝しております。老師は私たちに多くのこと残してくれました。私は今身体が有り余るほど健康です。頭はハッキリしており、新聞を読むことができ、電話も聞こえます。あなたの話す声も聞き取ることができます。歯で咀嚼することができますし、クルミも食べられます。全く正常な状態です。

だから、太極拳は中国の宝なのです。この宝を皆さんと共に享受したいし、また世界中の人に広めていきたいと思っています。

(李理事長)：宗師が言われ、私の心に深く残っている言葉で「善與人同 達兼天下」があります。これは私たちがこれからずっと心に留めておくものだと思いますが？

(徐憶中老師)：そのとおりです。これは常にそうするだけでなく、良いことであり、けちらず、皆さんと享受するものです。「善與人同」は良いことであり、みなさんのものであり、享受するべきです。「達兼天下」は一人でできることはありません。私たちが世界中の人たちに広めていく必要がありますし、みんなが等しく享受できるものです。鄭子太極拳は既に世界中に広まっています。鄭子太極拳は台湾が発祥の地であり、中山堂がスタート地で、その後続いており、私の代は第5代であり、李理事長の代は第6代で、正統な伝承をなしています。皆さんがこの体系の中で能力を伸ばされることを期待します。鄭曼青老師は5芸（詩、書、画、拳、医）に長じ、それぞれが素晴らしく、その思想体系は孔子、孟子など偉大な人たちと同じく、鴻のごとくである。宗師の道に従っていけばよいのです。かれの太極拳には、行・立・坐・臥だけでなく、規範があり、超越的なものではなく、みんなができる太極拳です。皆さんには、これを広めて、多くの人が享受できるようにお願いしたい。鄭曼青老師には本当に感謝しております。

(李理事長)：徐憶中老師が言われている言葉で「福があってこそ太極拳を長く享受することができる」は、非常に重要な言葉だと思いますが、

(徐憶中老師)：そのとおりです。多くの人は太極拳を練習する時、無味乾燥の気持ちになり、足がだるい、痛いなどと、耐えようという気持ちが薄いように思います。鄭曼青老師は「三無畏」について書かれています。一つ目は「苦しいことを恐れてはいけない」、二つ目は「損することを恐れてはいけない」、三つ目は「凶猛を恐れてはいけない」です。ぜひ読んでください。理解できると思います。辛いことがあるかもしれませんが、それから良いことが生まれてきます。

大事なことは、お金ではなく、あなた自身の体の健康です。励むことであなたに良いことがあります。

(李理事長)：福があるんですね。

(徐憶中老師)：そうです。そして世界中に広めてください。

(李理事長)：ありがとうございました。感謝いたします。