

〈研究報告〉

「趙長軍武術学院」視察報告

樊 孟* 松本孝朗**

"Zhao Changjun Wushu School" inspection report

Meng FAN* and Takaaki MATSUMOTO**

2014年9月20日(土)から2014年9月23日(火)まで、筆者(樊孟)が8才~18才までの10年間学んだ趙長軍武術学院を交流のため訪問した。この訪問には筆者が日本の文化センターやスポーツクラブで中国武術・太極拳を教えている20代から70代までの生徒で希望した者も同行した。本稿では武術学院の概要と訪問の様子を報告したい。

9月20日の朝、中国東方航空 MU292 便 08

時50分発で中部国際空港から上海浦東国際空港を経由して西安国際空港へ向かった。中部から上海までは2時間半、上海から西安までも2時間半かかり、14時に到着した(図1)。西安市の総面積は10,108km²、総人口は約862.75万人で、そのうち市街区の人口は約626.44万人である。かつての唐の都で、当時の史跡が多く残されている。到着した日と翌日は市内を囲む城壁と兵馬俑、陝西省歴史博物館を見学し、

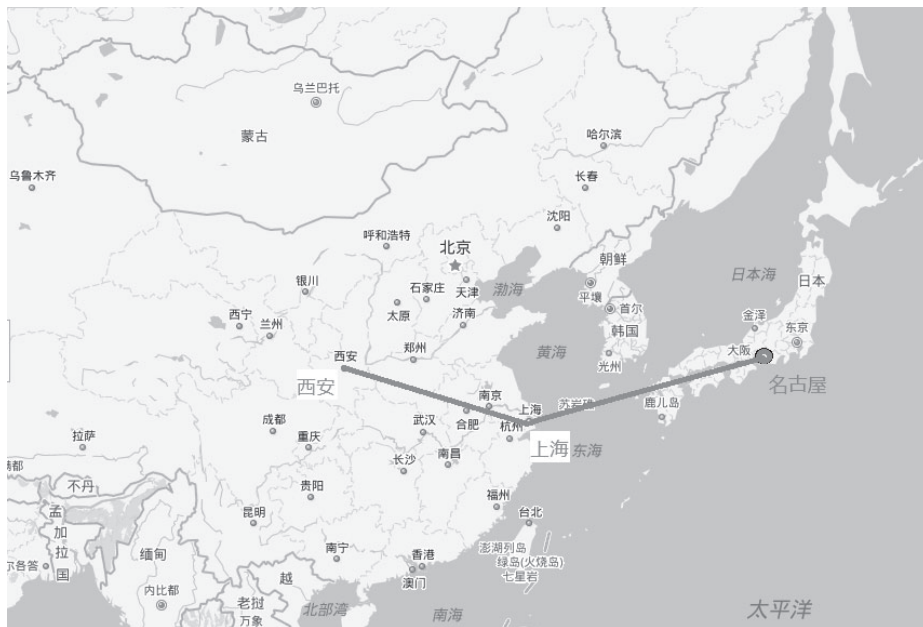


図1

* 中京大学大学院体育学研究科、** 中京大学スポーツ科学部



写真1 城壁（門の内部）



写真2 城壁上部



写真3 兵馬俑



写真4 後方の山は始皇帝陵、広さは東西と南北に350 mほど、高さ76 m

3 日目に武術学院を訪問した。

城壁は、唐の長安城を基に明の時代にレンガを積み重ねて築いたものである。長さ13.7km、高さ12m、上部の幅12-14m、底部の幅15-18m、面積11.32m²。その規模は中国一を誇る。街の中心地の四方を囲んでおり、東西南北4つの門には、物見櫓である城楼や、矢を射る窓などが設けられている。西門と南門（明德門）は現在観光スポットとなっており、城壁の上ののぼって市内を一望することができる（写真1、2）。

兵馬俑とは西安から東に30キロ離れた臨潼県にある秦の始皇帝陵の副葬坑で、7,000体以上の等身大の武士と馬の俑（人形）が埋葬されており「世界八大奇跡」と絶賛されている。1974年3月に地元農民が早魃（かんぼつ）のために井戸を掘っていたとき、地下2.3m地点で変わった陶器の破片を見つけ、その後の考古学者の鑑定により始皇帝の地下禁衛軍団が配置されているものとわかったのである（写真3、4）。

1. 趙長軍武術学院

1-1 趙長軍

中国の武術界には「70年代は李連傑（ジェット・リー、映画世界でのアクション俳優）、80年代は趙長軍」なる言葉が存在する。趙長軍は1960年陝西省西安市生まれの回族（少数民族の一つ）で6歳のときに武術を習い始めた。1971年にプロチームである陝西省武術隊に選ばれて入隊し、1978年から1987年まで、連続10年間国内外の大会で金メダル54個を獲得した。1972年から陝西省代表として全中国大会に出場するようになり、今も「陝西省体育界の顔」と呼ぶべき存在でもある。引退後に、「趙長軍武術学院」を設立。現在中国武術協会委員、陝西省武術協会副主席、陝西省青年連合会副主席、陝西省武術チーム総監督、中国西安趙長軍武術学院院长などを務めている。

1-2 趙長軍武術学院概要

趙長軍武術学院は私が在学していた当時は西安の街の東にあったが、今回訪問したところ、灞橋新区という街の中心から南へかなり離れたところへ移転していた。宿泊したホテルからは

バスで1時間くらいかかった（写真5）。学院の敷地面積は14万 m^2 、総建築面積12万 m^2 。この中に、教室棟、管理事務所、学生寮、食堂など、学習、訓練、生活や娯楽のための施設が揃っている（写真7－写真16）。屋外トレーニ



写真5 学校周囲の風景



写真6 校門（德州職業技術學院、陝西廣播電視大學と共用）



写真7 趙長軍武術学院事務室



写真8 グラウンド：バスケットボールコート12面ほどの広さ。常に学生がこの運動場でランニングしたり、休みの時間はバスケットボールやサッカーをしたりしていた。



写真9 教室棟



写真10 小教室



写真 11 大教室



写真 12 学生寮



写真 13 学生寮 (6人部屋)



写真 14 学生寮 (4人部屋)



写真 15 食堂



写真 16 卓球台

ング施設は 8000 m² 以上、屋内トレーニング施設は 1000 m² の広さを持っている。学校は 1991 年に設立された。6 才から 18 才の生徒が学んでおり、生徒数が最も多かったのは私が在学していた 1998 年頃で、1000 人位の生徒が学んでいたが、その後、生徒が減って行ったようで、現在では 200 人位となっている。

そのため広い校舎が必要なくなり、2012 年

に現在の場所に移転したとのことであった。規模縮小に伴って、德州職業技術学院、陝西広播電視大学と同じ敷地を共用している (写真 6)。

1-3 毎日の生活

全寮制で月曜日から土曜日の午前中まで、全員が学校内で生活している。土曜日の午後からは学校の外に出ることができるが、日曜日の午

後6時が門限となっており、あまり自由な時間はない。

毎日の生活は表1のように朝5時半に起きて、22時30分の消灯まで活動する。朝はまず5時40分から6時40分まで朝トレーニングを行う。この練習内容は主に体力づくりで、多くの場合、メニューは10分間の準備運動をし、その後約30分間ランニングをする。ランニングは最初に無理のない速さで走り、その後徐々にスピードを上げていくようにする。そして、最後の10分間は全力で走るとしている。その後2、3分休憩をした後、次は二人ずつ競争で走る。その後はカエル跳び、ウサギ跳び、鴨歩き（鴨歩き（かもあるき）は運動選手（アスリート）のトレーニング方法の一種である。両手を背中に組み、深くしゃがんだ姿勢で股関節を開いて、片足を横後方から伸ばし、素早く正面まで滑らせ、それから、もう一方の足を横後方から正面まで滑らせ、これを休まず繰り返す。上半身が上下することは許されない。）などをして、最後に整理体操をし、朝トレーニングは終了となる。

次に、洗顔をしてから、朝食の時間となる。

表1 一日のスケジュール

時間	活動内容
5:30	起床
5:40-6:40	授業（朝トレーニング）
6:40-7:00	洗顔
7:00-7:40	朝食
8:00-8:50	授業（朗読）
9:00-12:00	授業（武術実技）
12:00-12:40	昼食
13:00-13:50	午睡
14:00-18:00	授業（学科）
18:00-18:40	夕食
18:40-19:50	娯楽時間
20:00-21:10	自主学习
21:10-22:00	入浴
22:30	消灯

朝食の時間は40分しかないが、列に並んで食事が出てくるまでに遅い時では30分位かかるような場合もよくある。このような環境で育てている為、生徒の食べる速さはかなり速い。朝食後は朗読の時間となる。小学生が読む内容は主に国語と漢詩である。中学生と高校生は英語で書かれたものを読んだり、歴史について書かれたものなどを読んだりする。

朗読が終わると中学生以上の生徒は午前の授業（武術実技）が始まり、9時から12時まで練習する。学年によって、練習内容が違い、1、2年目は武術の基本を学び、3、4年目は武器を使った練習が始まり、大会に出場が可能な程のレベルになる。5、6年目になると、授業内容は毎日先生が決めた科目をし、多くの生徒は武術全般ができるようになる。7、8年目に入ると指導の仕方も学習する。

午前の授業（武術実技）が終わると昼食の時間になる。昼食後は昼寝の時間がある。この昼寝は「少し休む」という意味ではなく、しっかりと寝ることで、なかなか眠れない人でも横になり私語禁止である。朝早くから体を動かすため、午後の勉強に向けて体を休める時間ということである。（ここではできれば寝ておかないと午後に勉強をするとき確実に眠気が来る）。午後の授業（学科の学習）時間は14時から18時までの4時間ある。内容は普通の中学校や高等学校と多少違うところがある。それは普通の中学校や高等学校よりも勉強時間が少ないため、国語、数学、英語は同じようにあるが、美術や音楽などの科目は削られている。逆に、武術の歴史や武術に関する知識の科目が設けられている。

夜は食事の後に娯楽時間があるが、その後にもた1時間自習（学科の学習）をする。21時10分から入浴し、22時30分の消灯となる。

1-4 卒業後の進路

この学校は全寮制であり、両親が自営業で忙しく、子供の世話があまりできないために、入学させている場合が多く、卒業後は6割程の学生が両親の家業や会社を継ぐ。1、2割は大学

に進み、特に優秀な成績を収めた1、2人は省隊という省代表として大会に出るための育成チームに進み、給料をもらいながら更に練習を続けることができる。その他では映画の世界でスタントマンから始め、有名になる人も何人かおり、映画俳優に武術のアクションを指導する仕事に就く人もいる。もちろん武術教室の教師として各地に赴任していく人が多くいる。その他ボディガードや警備員、軍隊などにも就職している。

2. 趙長軍武術学院の学生との交流

学校に着くと全校の教師と学生が通路の両側に立って、我々を歓迎してくれた(写真17)。はじめに、この学院の教師と学生の武術の実演を鑑賞してから、武術(八極拳、太極拳)を演技したり、教わったりして交流した。



写真17 室内訓練場へ向かう



写真19 棍術

2-1 演武の見学

以下の6種類の武術を趙長軍武術学院の生徒・先生方が実演してくれた。

演武1。基本功：武術学校に入るとき、基本として習うもの。柔軟性や筋力などを鍛えるための技(写真18)。

演武2。棍術(棒の術)：器械の武術の中の一つで、棒を使う武術の総称。西遊記で孫悟空が使う如意棒を使った技も棍術である(写真19、20)。

演武3。散打：簡単に言えばキックボクシングである。二人一組になり、攻防の技を使って蹴ったり、殴ったり、倒したりする。また素手で相手を制圧するような練習もする(写真21、22)。

演武4。八極拳：八極拳とはイスラム教を信仰する回族の居住地であった孟村を起源とも言われており、細密な歩法と独特の震脚動作を伴う重心移動や体勢の急激な展開動作を行う



写真18 基本功(室内訓練場)



写真20 棍術



写真 21 散打



写真 22 散打



写真 23 八極拳



写真 24 八極拳



写真 25 刀術



写真 26 刀術

ことを主な攻撃力（勁力）の源とする拳法である。接近戦を重視する戦法をとり、肘や肩、背部で敵を打ち付ける攻撃など、体当たり戦法的な技法もよく使われる。投げ技や関節技など様々な応用技法もある（写真 23、24）。

演武 5。刀術：中国の刀を使った術である。中国の刀は刃の面で切るだけでなく、その他に刺す、断ち切る、受ける、巻き付けるなどの術も

ある（写真 25、26）。

演武 6。酔剣：酔剣とは中国武術の中でまるで酒に酔っ払ったかのような独特な動作を特徴とする拳種全般につけられた名称のことである（写真 27、28）。

2-2 練習

演武を見た後、我々、日本からの訪問者も一



写真 27 酔剣



写真 28 酔剣



写真 29 太極拳



写真 30 太極拳



写真 31 八極拳



写真 32 八極拳

緒に練習を行った。今回同行した日本の生徒は20歳から77歳と年齢がまちまちで武術の経験もばらばらであったが、学院の趙艷芳先生ほか、学生達がそれぞれのレベルに合わせて指導してくれた。

高齢の生徒は「24式簡化太極拳」(写真29、30)を、若い生徒は「八極拳」(写真31、32)を教わった。

3. まとめ

本稿では、2014年9月末に、筆者が日本で指導している武術教室の生徒達と共に訪問した趙長軍武術学院について紹介した。中国武術は映画などではおなじみで、太極拳やカンフーの名前もよく知られているが、実際の技術やその学校の実態は日本ではほとんど知られていない

のが現状ではないだろうか。本稿で述べたように、日本では一般的に知られていない武術についても学んでおり、映画の中で見られるような厳しい練習もある。しかし、基本的な体力づくりは普通の学校の体育科ですのようなものとあまり変わらない面もある。

帰国後に、今回の視察に同行した生徒らにアンケートを行った。全体的によかったという回答がほとんどを占めた。理由としては、「本場の中国で武術ができてよかった」や「中国のいろいろな先生に教えてもらえてよかった」、「普段見られない演技が沢山見られてよかった」などがあった。他にも「映画で見ていた武術学校

に実際に行けてよかった」といったものや「古都西安にある武術学校で、かつての中国の歴史も感じられ、これからの練習へのモチベーションが上がった」という人もいた。

筆者は趙長軍武術学院在学中に、今回の我々と同じように欧米諸国や韓国、日本からの訪問団に演武を見せていた。しかしながら、日本からの訪問者は多くはなかった。本稿を通じて、中国特有の全寮制武術学校への理解が深まること、そして、日中の学生間での訪問・交流の機会が増える事を期待する。このような交流が増えれば、民間レベルでの日中友好の架け橋の一助になるのではないかと考える。



写真 33 集合写真