

太極柔力球の研究—中国のニュースポーツ—

A study of Taiji soft strength ball as a new sport in China

1K05B084

指導教員

主査 志々田文明先生

黒田 未来

副査 寒川恒夫先生

はじめに

本研究では、日本でまだ知名度の低い中国のニュースポーツ「太極柔力球」を研究対象として取上げた。その目的は、太極柔力球とはいかなるスポーツであるか明らかにすること、太極柔力球を支える思想を考察すること、中国人および日本人の健康観を考察することである。中国語書籍『太極柔力球と小球運動』(李恩荊,2007)および日本太極柔力球協会関係資料を主な参考文献とし、また日本太極柔力球協会主催の太極柔力球普及講習会に参加し、研究を行った。

結論を要約すると以下の通りである。

(1) 太極柔力球について

太極柔力球は 1991 年に中国の白榕によって、誰もが楽しめるようにと発明されたスポーツである。

専用のラケットと柔らかいボールを用いて、演技、フィットネス、競技として行うことができる。中国における競技人口は 300 万人いるといわれる太極柔力球であるが、まだその歴史は浅い。しかし、その名前に含まれる「太極」には易経からの古い思想が存在する。太極をはじめとし、天人合一思想や合和思想という太極柔力球を支える思想は、太極柔力球が円を描くような動きを基本とすることや左右対称の動きをすることなどに表れている。

(2) 日本における普及状況

太極柔力球が日本に初めて紹介されたのは 2002 年であり、競技人口は現在約 6000 人である

という。主な普及活動団体には、日本太極柔力球協会と日本太極柔力球連盟がある。また地域の実践状況について、日本における太極柔力球のルールブックのようなものが発刊されていないことから実感できるように、まだ「いつでも、どこでも」が実際に実現されていないのが現状である。その一つの例に春日部市を挙げ、一方で太極拳のクラブにおいて太極柔力球が取り入れられつつある現状を述べた。

(3) バドミントンとの比較

太極柔力球とはどのようなスポーツなのか友人に尋ねられたとき、「簡単にいうと、太極拳とバドミントンをあわせたようなスポーツ」であると私は説明している。それは、専用のラケットで専用のボール・シャトルのラリーを続ける様からである。しかし、決定的に異なるのが、シャトル・ボールの返し方である。

(4) 中国人の健康観と太極柔力球

中国では、人体および宇宙の気の平和状態が崩れることで病気になると考えられていた。中国思想のひとつ、道教では、「不老不死」を目標に修行がなされ、修行の一つに導引・医療体操があった。ここから中国では、古くから健康のために運動を重視していたことを理解することができる。

中国では現在も積極的に公園で太極拳や太極柔力球を行っていることから、その姿勢は継続されていることがわかる。

(5) 所感と今後の課題

太極柔力球とはいかなるスポーツなのかが本研究の目的であった。具体的には、太極柔力球の歴史や特性を明らかにすること、それを支える思想を考察すること、中国人および日本人の健康観を考察することを課題とした。そこで問題であると感じたのは、日本で圧倒的に知名度が低いことである。太極柔力球は、もともとは誰もが楽しめるようにと発案されたスポーツであり、さらには日本の高齢社会、またトータルヘルスを目指す現代社会においても、太極柔力球は心身の安定をもたらすのに有効なスポーツのひとつであると考

えられる。つまり太極柔力球を行うにあたって、「太極」という言葉にみえる難しい思想は必ずしも必要不可欠なものではなく、スポーツを楽しむことやトータルヘルスを目指すという動機で太極柔力球は十分に実践可能なのである。日本では主な普及団体が二つあるが、全国的な普及を目指すならば、全国で統一されたルールを作り、地域のスポーツクラブや小・中学校の体育の種目として導入されるよう具体的に働きかけなければならない。本研究の成果として、私もその一役を担いたいと考える。