昭和52年12月25日印刷・昭和62年5月2日第三種郵便物認可
昭和63年1月1日発行(毎月1回1日発行)通巻第37号

武術 うーしゅう

TAIJI/ PIGUA/ TANGLANG
BAJI/ XINGYI/ CHA QUAN
BAGUA/ TONGBEI/ FANZI
SHAOLIN QUAN/ QIGONG
XIANGXING QUAN/ ZUI QUAN
LIUHER QUAN/ HUA QUAN
CHANG QUAN/ NAN QUAN
YANQING QUAN/ PAOCHUI

武術と太極拳の専門誌
ULTIMATE MAGAZINE OF KUNG-FU

MONTHLY
JANUARY
1988
1

特集❷
白熱のサザン・フィスト 南拳

特集❶
松田隆智の拳郷行
再び"武術の郷"
滄州をゆく

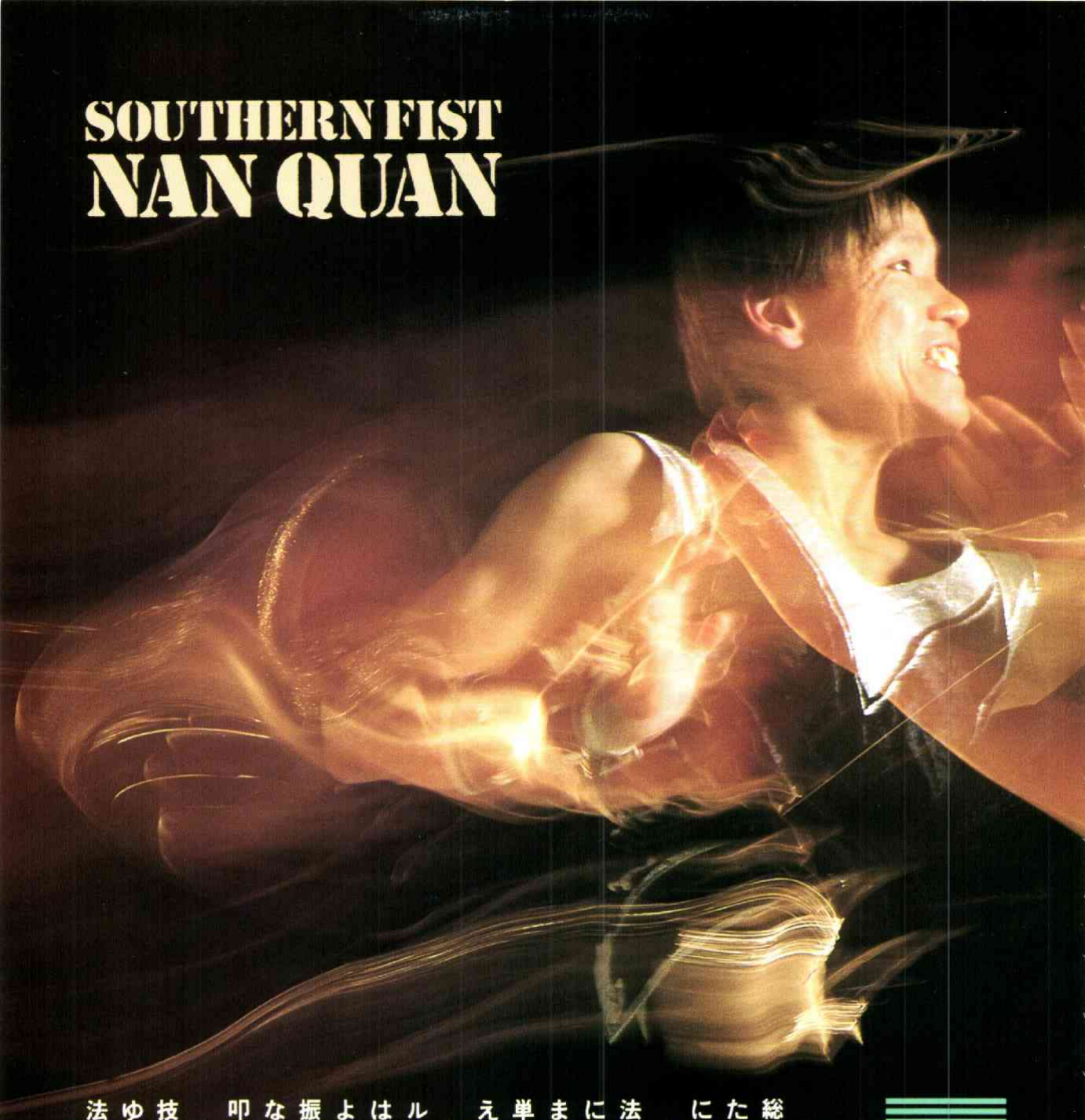
新連載 太極拳の聖典 **陳氏太極拳図説**

(文武双全対談) **松田隆智vs小島章司**
ジプシーの神・ドゥエンデに魅入られたフラメンコの戦士

定価550円

武 [うーしゅう] 術 1988年1月号 ●松田隆智の拳郷行●白熱の南拳●陳氏太極拳図説 37 福昌堂

SOUTHERN FIST
NAN QUAN



高い戦闘力を誇る実戦拳法

南拳とは中国南方に伝わる拳法の総称。力強く、独得のリズムを持った各種の拳法が、広東、福建を中心に数多く伝えられている。

太極拳、八卦掌といった高級な技法が特徴の拳法が目立つ北方の拳法に比べ、南方の拳法のイメージはあまり高級でないようだ。力まかせ、単純、原始的、といった印象でとらえられているのが現実のようである。

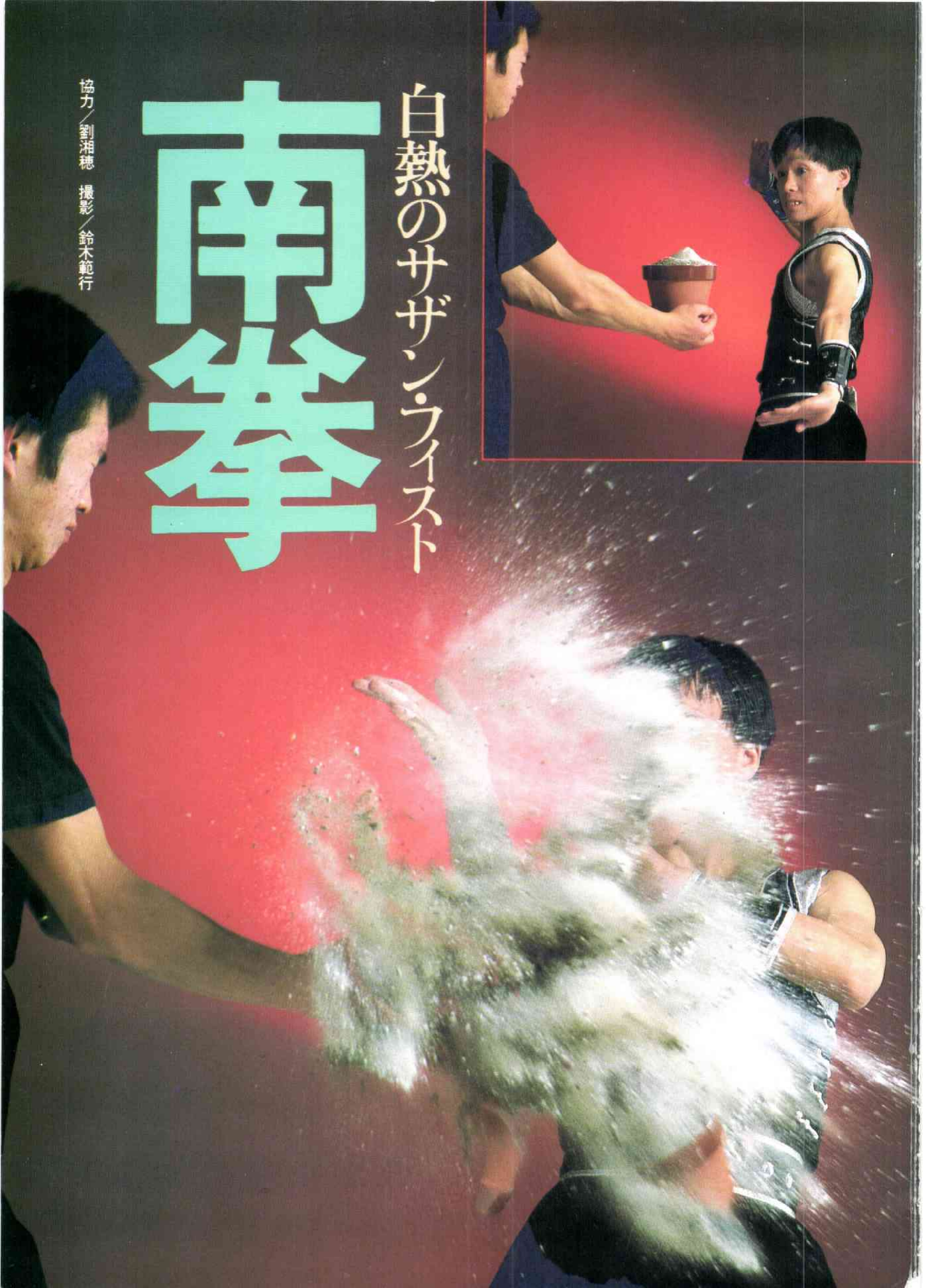
しかし、力と力のぶつかり合うフルコンタクトの散打試合では、南拳は大きな威力を発揮する。練功法によって鍛えた筋肉で、思い切り腕を振り回す豪快な攻撃の前には、高級な拳法であろうとも実力がなければ叩きのめされてしまう。

上達すればこのような威力満点の技に、さらに巧妙な技術が加わってゆくのだから、実に戦闘力の高い拳法である。南拳恐るべし、と言えよう。

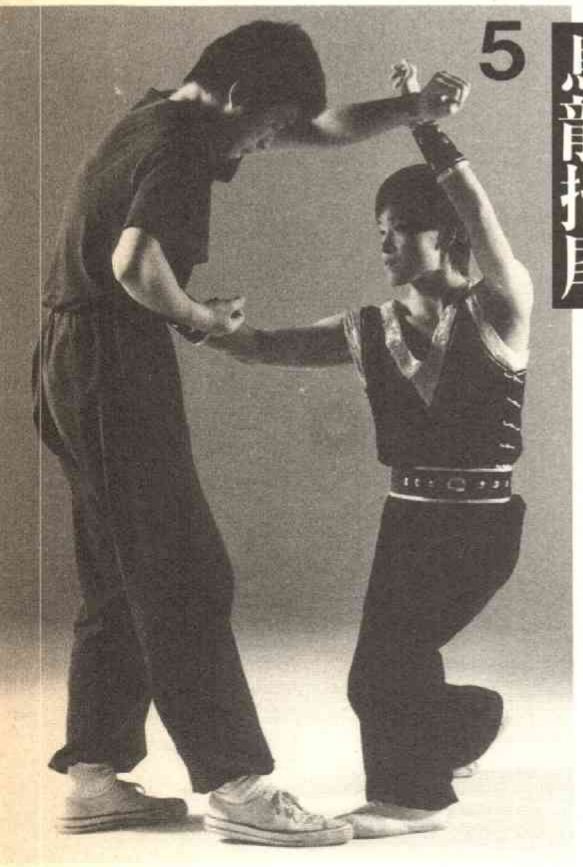
南拳

白熱のサザン・フィスト

協力／劉湘穂　撮影／鈴木範行



むき出しの力で敵を打ち砕く、迫力満点の南拳。
そのエネルギーと破壊力は、小手先だけの拳法を寄せつけないパワーを持つ。



烏龍擺尾

SOUTHERN FIST
NAN QUAN

白熱のサザン・フィスト

南拳

白熱のエネルギーを持つ、実戦武術・南拳。今まで知られることのなかったその実態を、日本で初めて詳しく紹介する。

南拳とは何か？

広州出身の武術家・劉湘穂老師に問う

劉湘穂●りゅうしょうほ

一九五九年、中国広東省広州市出身。広州市武術協会理事、広州市武術館教練。七歳より祖父の劉星健より洪家拳、先天功など家伝の武術を学ぶ。後に多くの老名拳師に師事し、内家拳、南拳、北拳等多くの武術の研鑽に励んだ。広東省、広州市の多くの大会で優勝した他、散打にも非常に優れている。

現在は九十四歳になる著名な南拳拳師・李堯山に師事。

劉湘穂氏とその師・李堯山氏

南拳とはどのような拳法ですか？

劉　南拳とは特定の拳法を指すものではありません。中国南方の拳術を総称してそう呼ぶのです。また、表演の試合に出てくる南拳は、洪家拳などの拳法を中心に派手で見ばえがするようにアレンジしたものです。

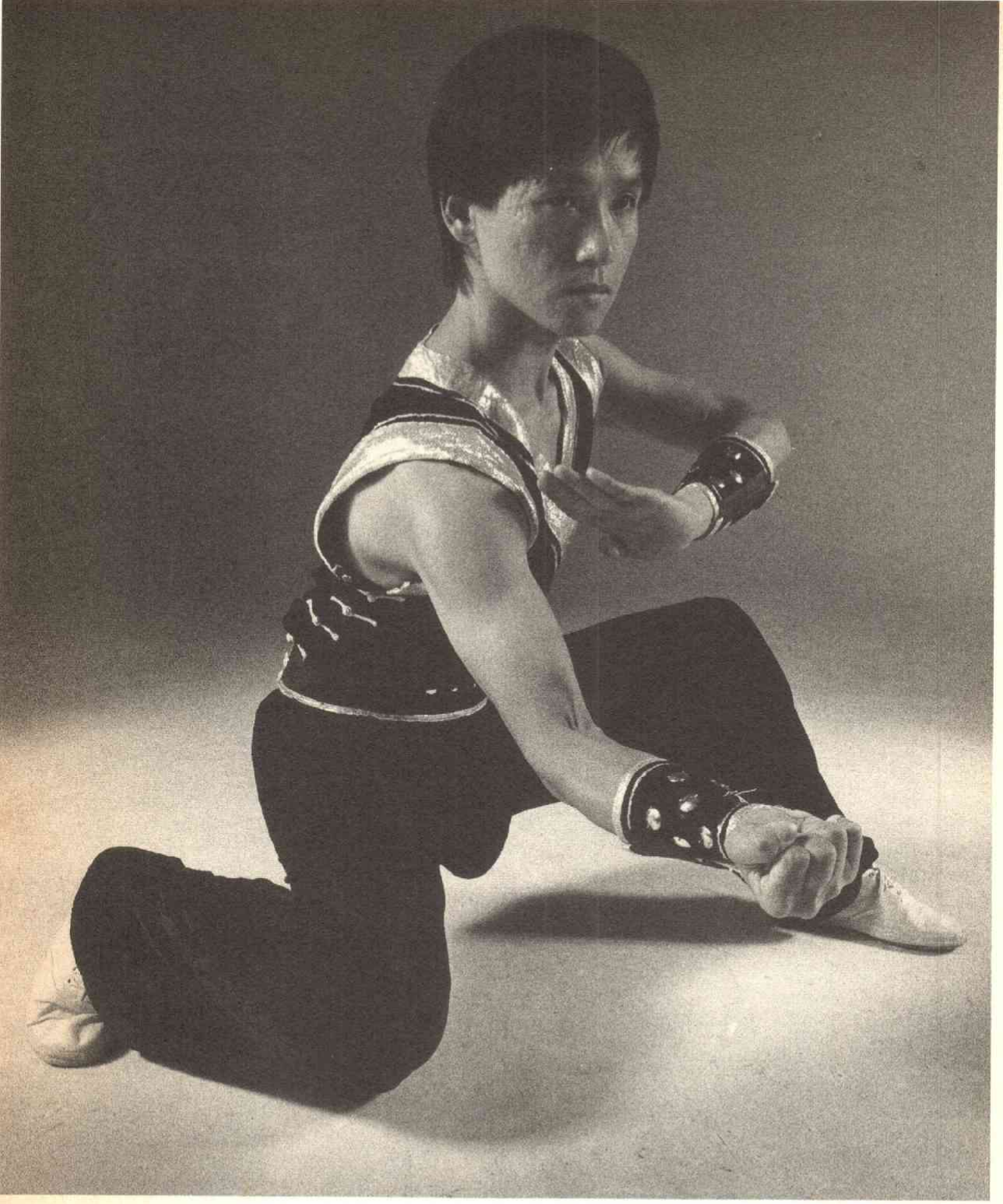
私自身は祖父に家伝の洪家拳や先天功などの武術を学びました。私の家は代々武術を伝える家系で、家族の中だけで保守的に教えられるものなのです。

家伝の武術をひと通り身につけた後は、他の武術家と交流したり、実力ある師を訪ねたりして蔡李仏拳、侠家拳、扇子功、陳式太極拳、螳螂拳などを学びました。

洪家拳とはどんな拳法ですか？

劉　洪家拳は洪拳ともいい、広く普及している南拳です。普及しているだけに、教える人によって異なる点が数多くあるのですが、〝拳勢剛勁〟というように、非常に力強いのが特長です。しかしただ力強いだけでなく、〝以横克直〟〝以小撃大〟といったように、角度や方向の工夫によって相手の攻撃を受け流し、死角を攻める、といった巧妙さも備えています。

套路には、虎鶴双形拳、鉄線拳、単工伏虎拳、双工伏虎拳、五形拳などがあります。本来は一、二套しかなかったのですが、後に発展して増加したのです。有名な虎鶴双形拳も、香港で本を出版した著名拳師・林世栄が創出したものです。これは前半が洪拳、後半が蔡李仏拳の技術より成り立っていて、洪拳の小さな動作と、蔡李仏の大きな動作がうまく組み合わされています。この套路は、今では基本套路とされ、最初に学ぶことになっています。



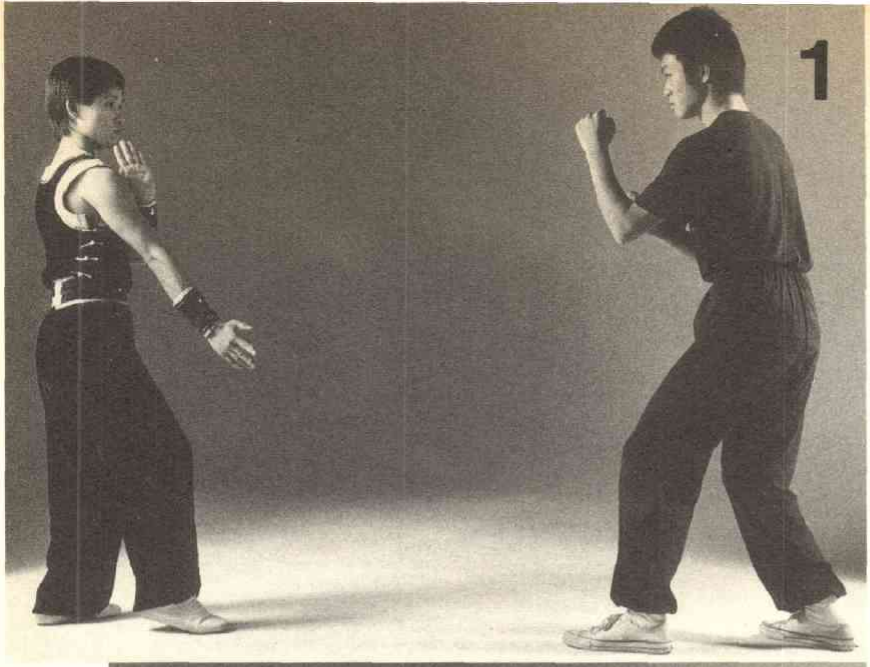
協力／劉湘穂　撮影／鈴木範行

SOUTHERN FIST
NAN QUAN

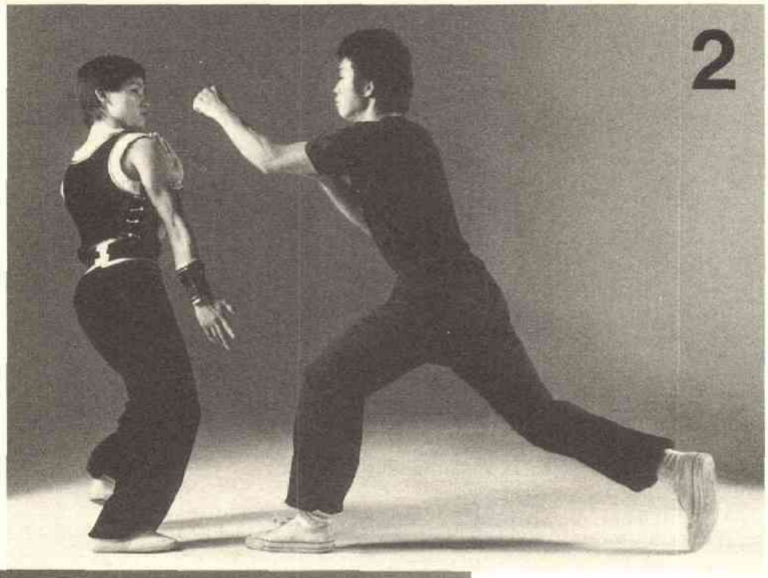
南拳の実戦用法

南拳の中でも最も完備している、と言われる洪家拳。力強く、大きな動きを特長とする、南拳の代表的な存在である。

この洪家拳の代表的な套路・虎鶴双形拳の技法の、実戦用法を紹介しよう。虎鶴双形拳とは、近代の洪家拳名人・林世栄が従来の洪家拳の套路に蔡李仏拳の要素を加味して創編した套路で、現在では中国、香港を始め、東南アジア一帯に広く伝えられている。

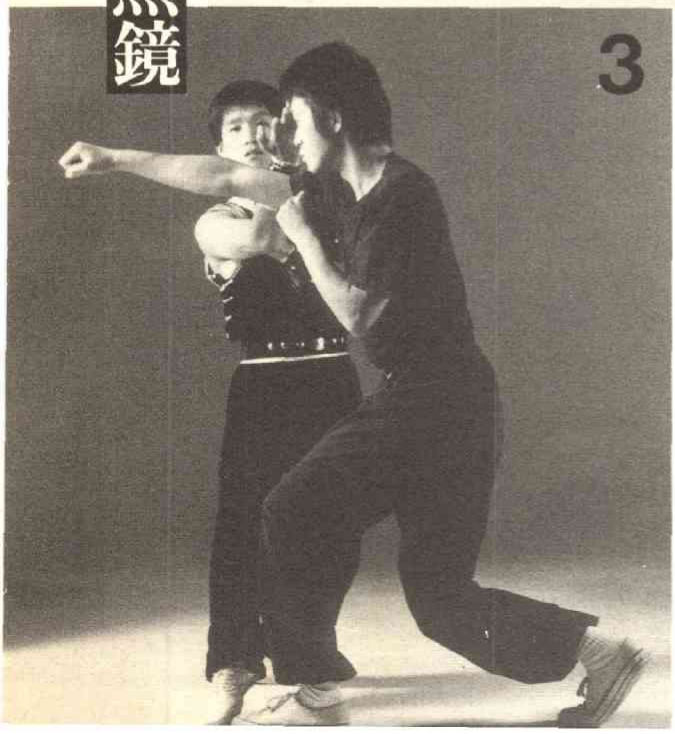


1



2

美人照鏡

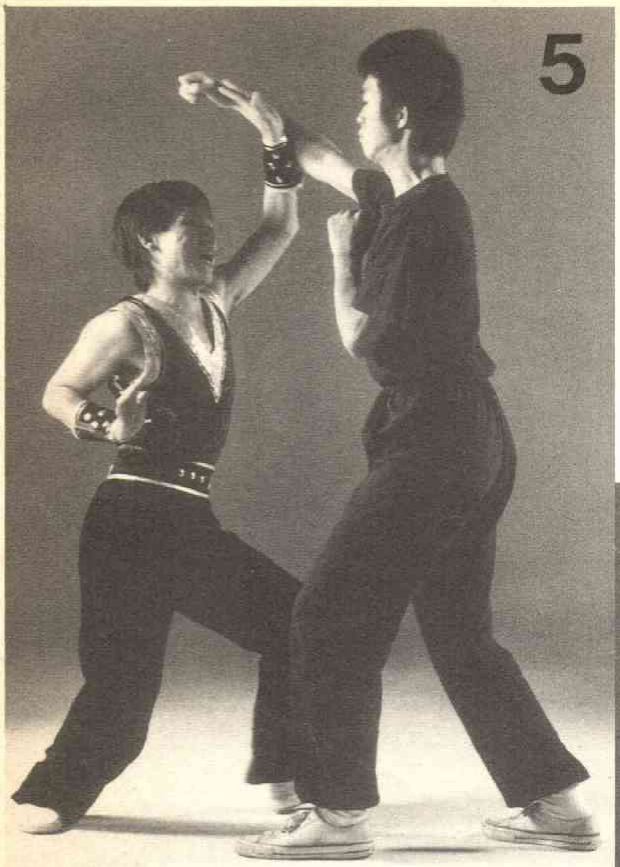


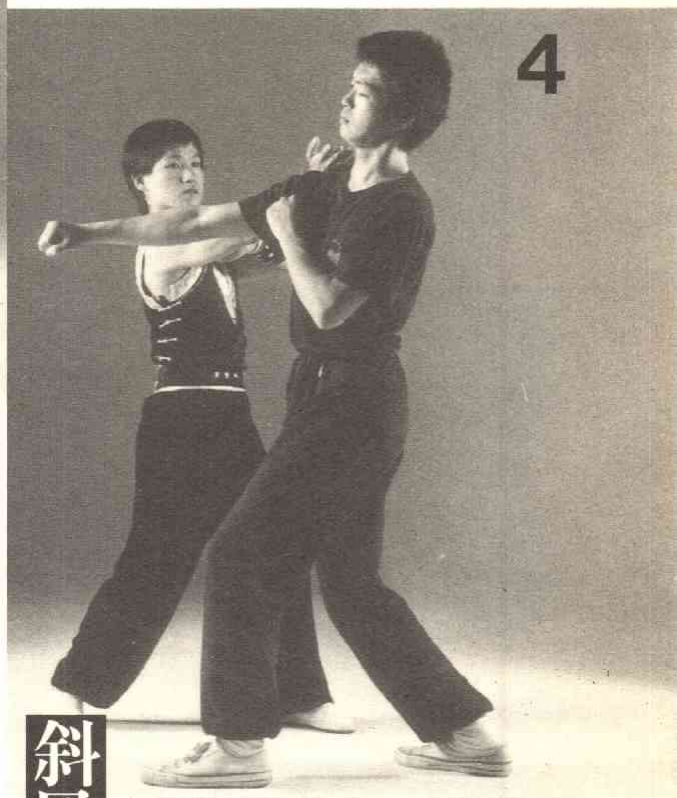
3

PATTERN 1 対ワンツー！パンチ

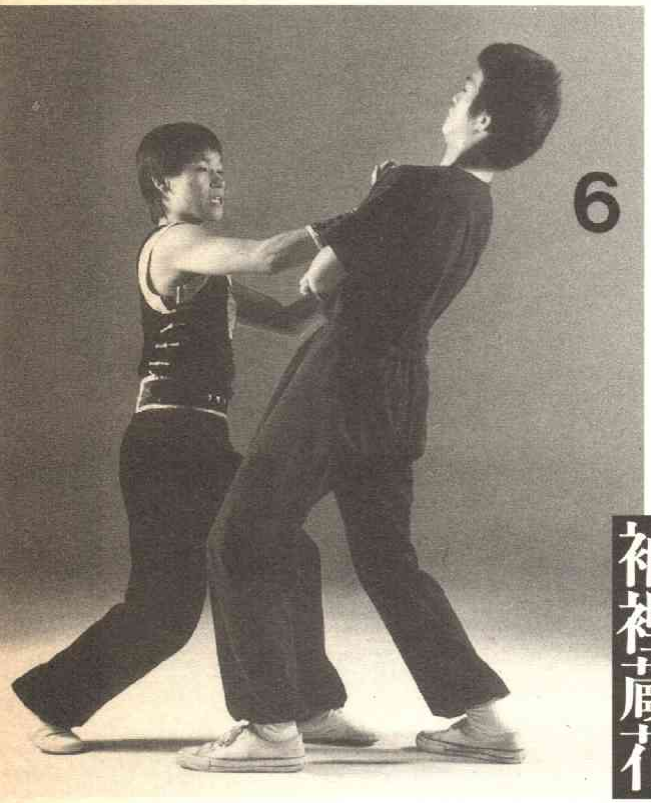
SOUTHERN FIST NAN QUAN

1、向いあった姿勢から、
2、相手が飛び込んで突いて来たら、左方に身を躱し、
3、相手の二撃目を、右手で受ける。前腕で相手の肘を思い切り叩きつけるように受け、戦闘力を奪う。〔美人照鏡〕
4、受けた右腕を相手の腕に沿ってすべらせ、ノドを思い切り打つ。〔斜風擺柳〕
5、左腕を相手の右腕の下からさし入れてガードを開き、
6、右掌で相手の胸を強打する。〔袖裡蔵花〕

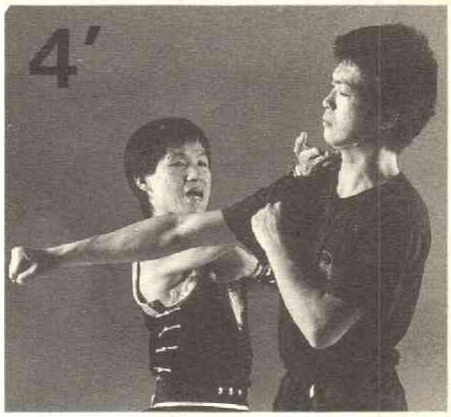


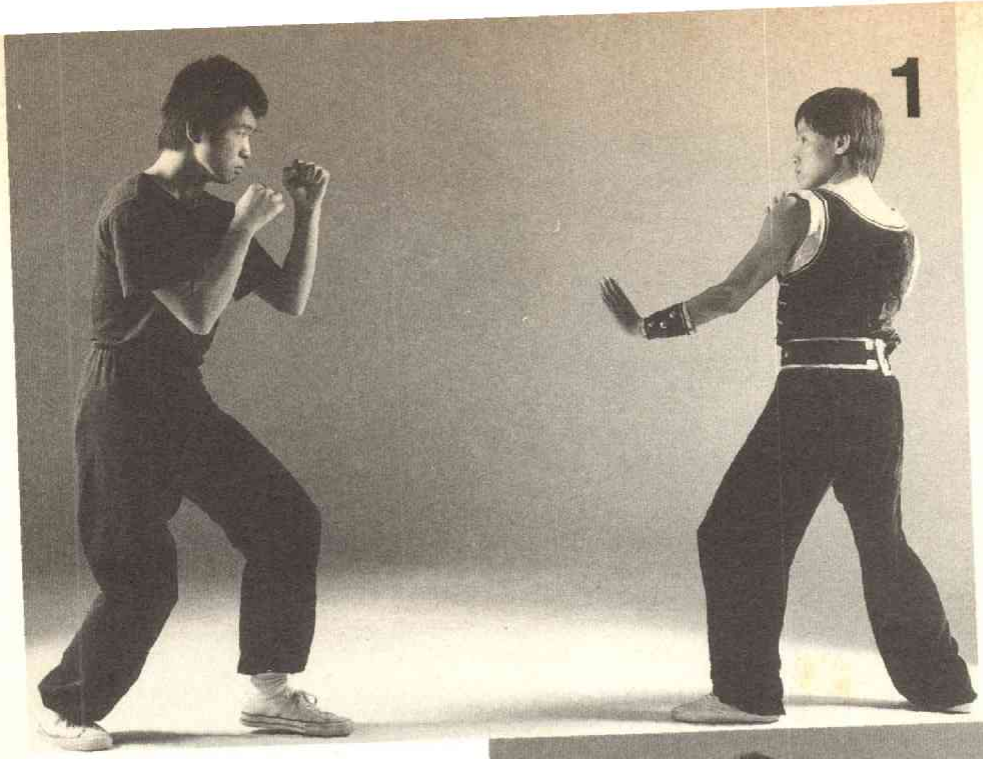


斜風擺柳

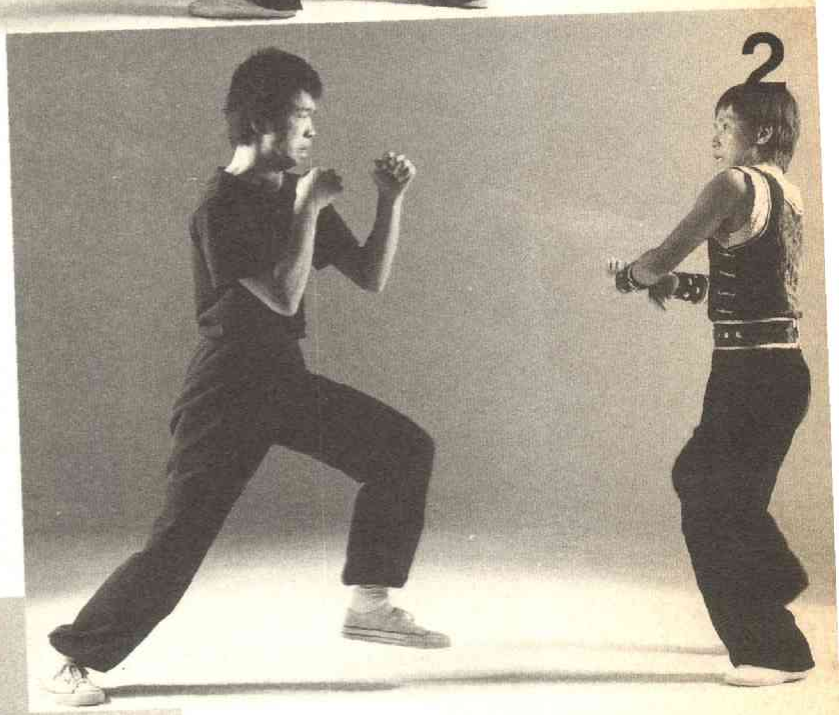


袖裡蔵花





PATTERN 2
対左ストレート

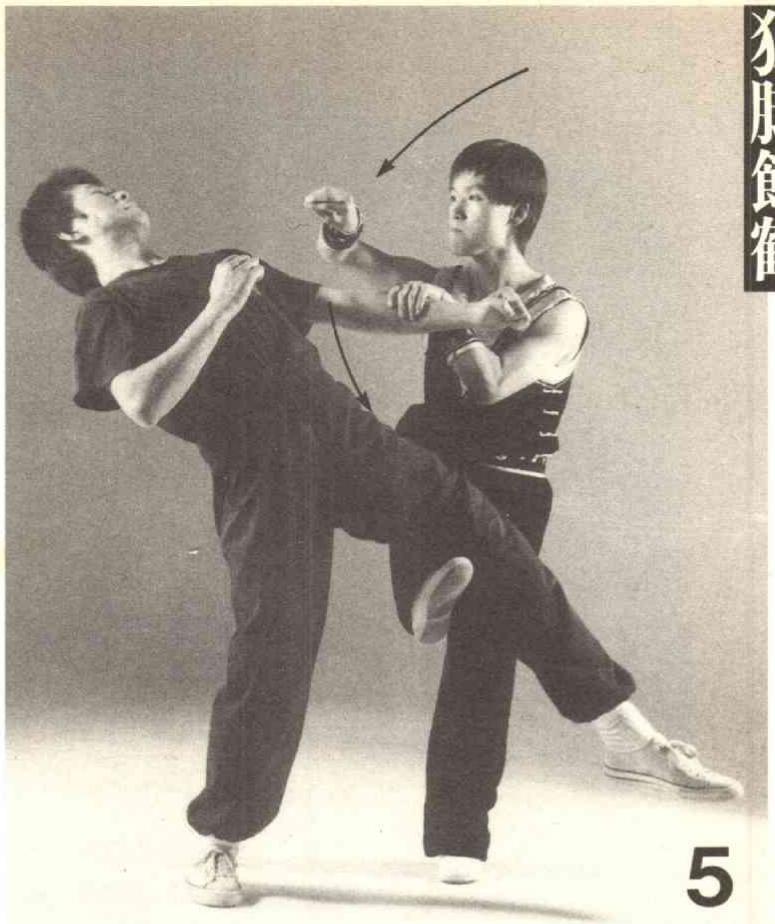


鶴嘴沈脛

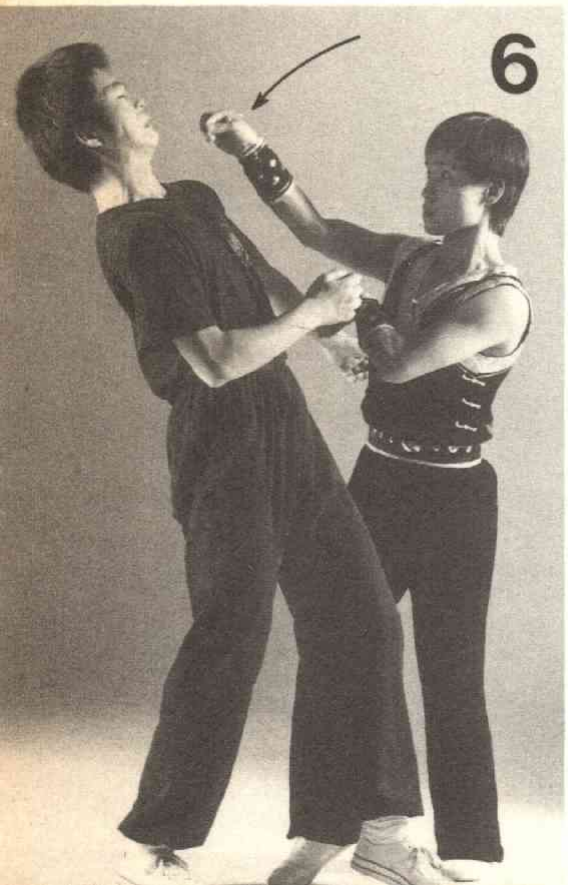
SOUTHERN FIST
NAN QUAN

独脚餓鶴

1、構えた姿勢から、
2、相手が飛び込んで左ストレートで攻めてきたら、
3、右に体を開いてかわしながら、左手で攻撃を受け流し、同時に右手の鉤手（指先をそろえてカギのようにした手）で耳の後ろの急所を突く。〔鶴嘴沈睜〕
4、さらに右足で相手の足をハネ上げ、
5、右鉤手で相手の左手を下方外側へハジキ出し、同時に左鉤手で上から胸の急所を突く。〔独脚餓鶴〕
6、突いた左手をおろしながら相手の左手を押さえ、右手を上から回して鉤手で胸を突く。この左、右の鉤手による連続攻撃は、両腕を風車のように回転させて防御と攻撃を同時に行なう猛烈なものである。


5

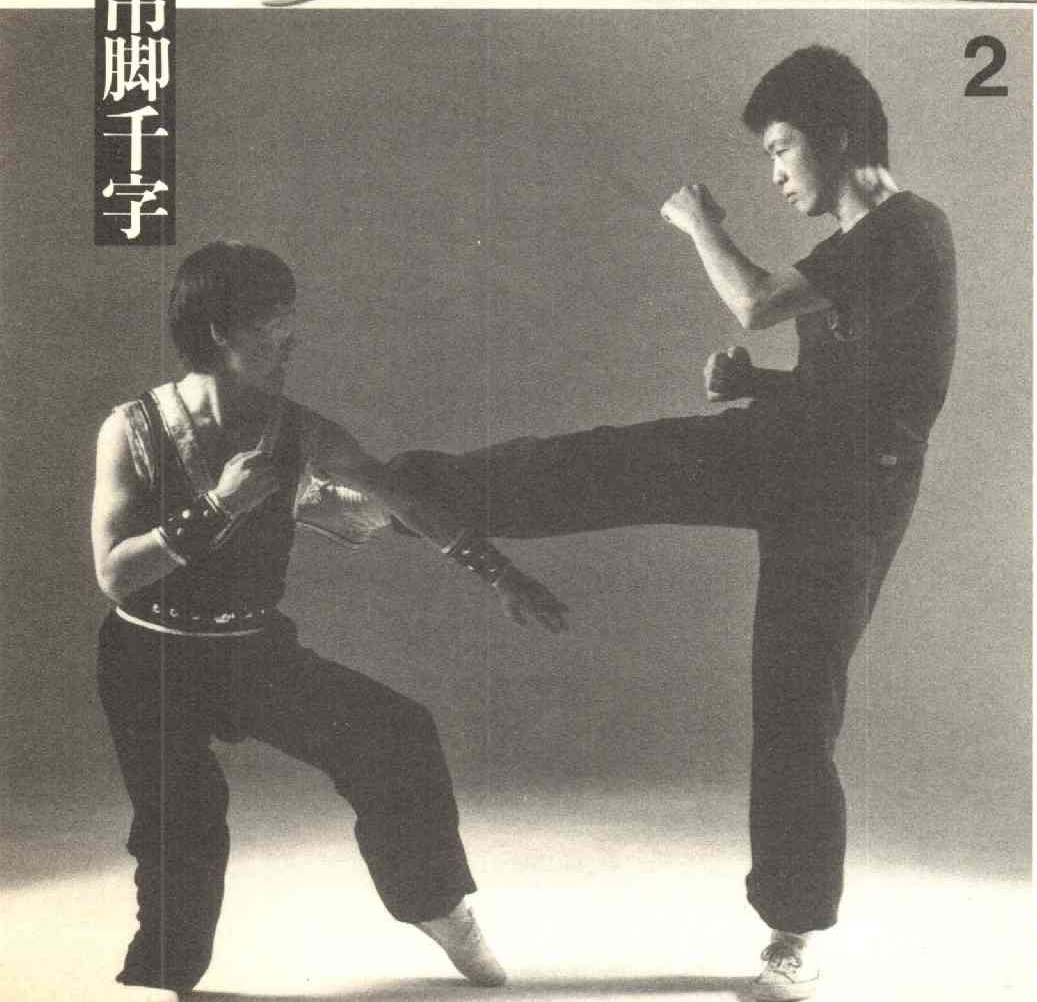
4


6

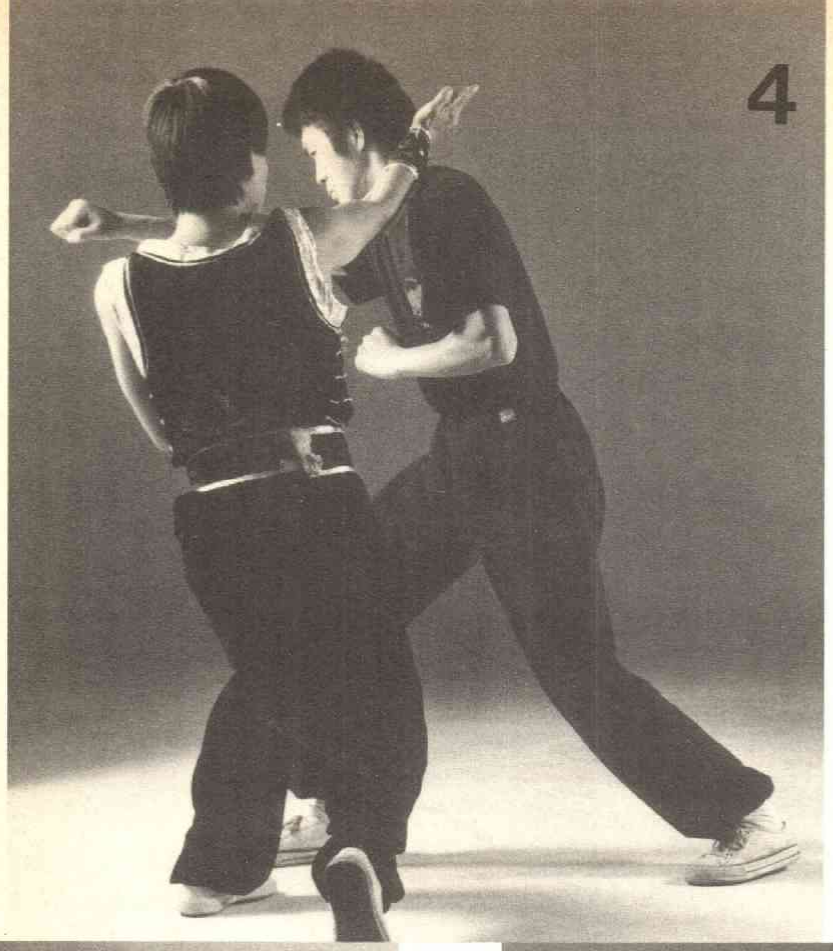
PATTERN3
対ミドル・キック

吊脚千字

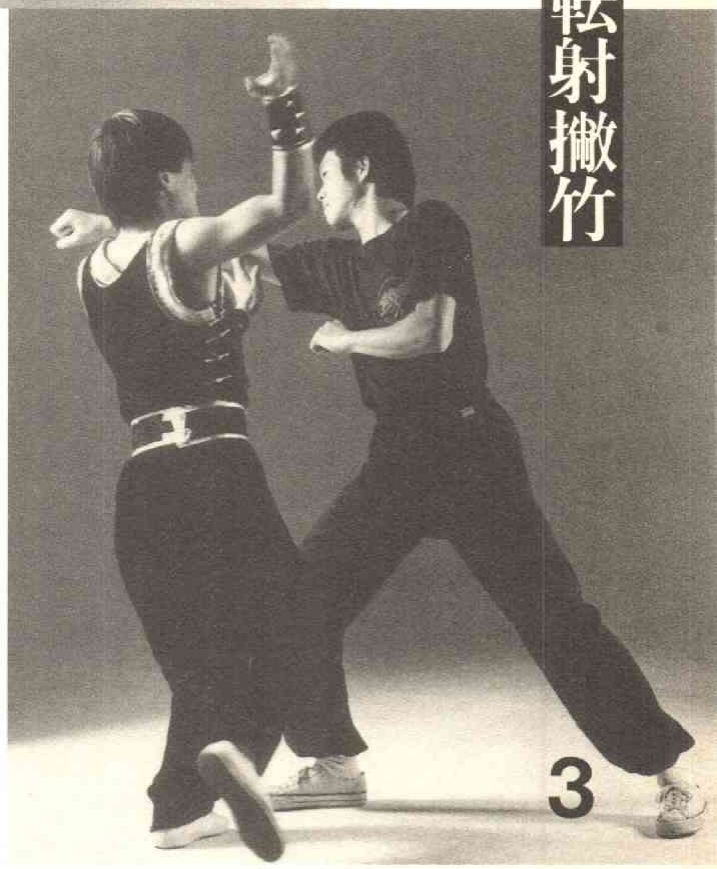
1、構えた姿勢から、
2、相手が回し蹴りで脇腹を攻めてきたら、自分は体重を後ろに移し、体を縮めてインパクト・ポイントをずらしながら、左腕でナナ



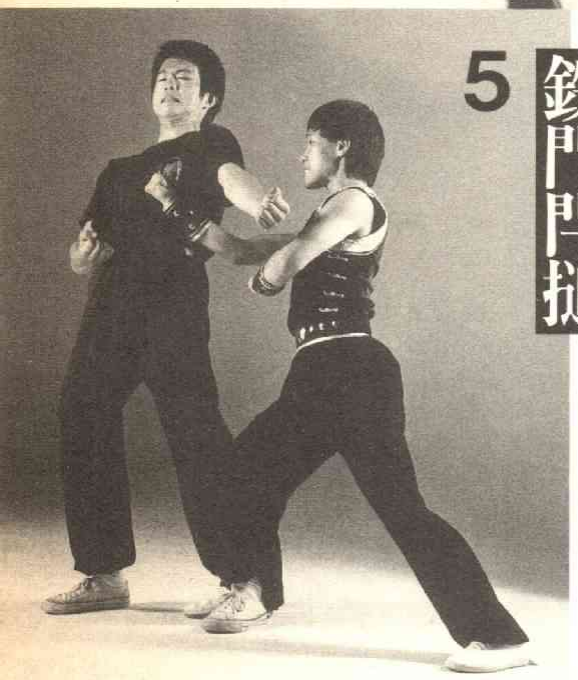
メに蹴り足を打ち払う。〔吊脚千字〕
3、相手は蹴りのあと必らずパンチを出してくるので、右方に足を踏み出して体を変えながら、左手で突きを受け流し、
4、右手刀で相手の首筋を打つ。〔転射撇竹〕
5、さらに右、左の順に足を進めて側面に回り込み、右拳の上部で胸を打つ。〔鉄門閂搥〕



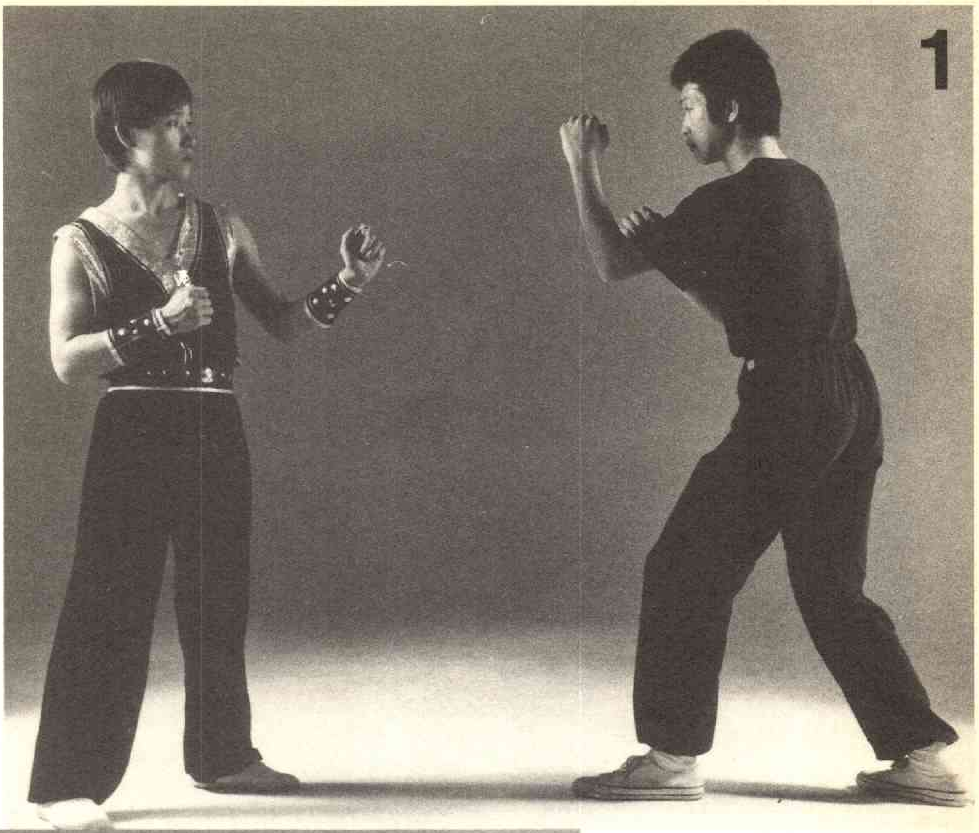
転射撇竹



鉄門閂搥

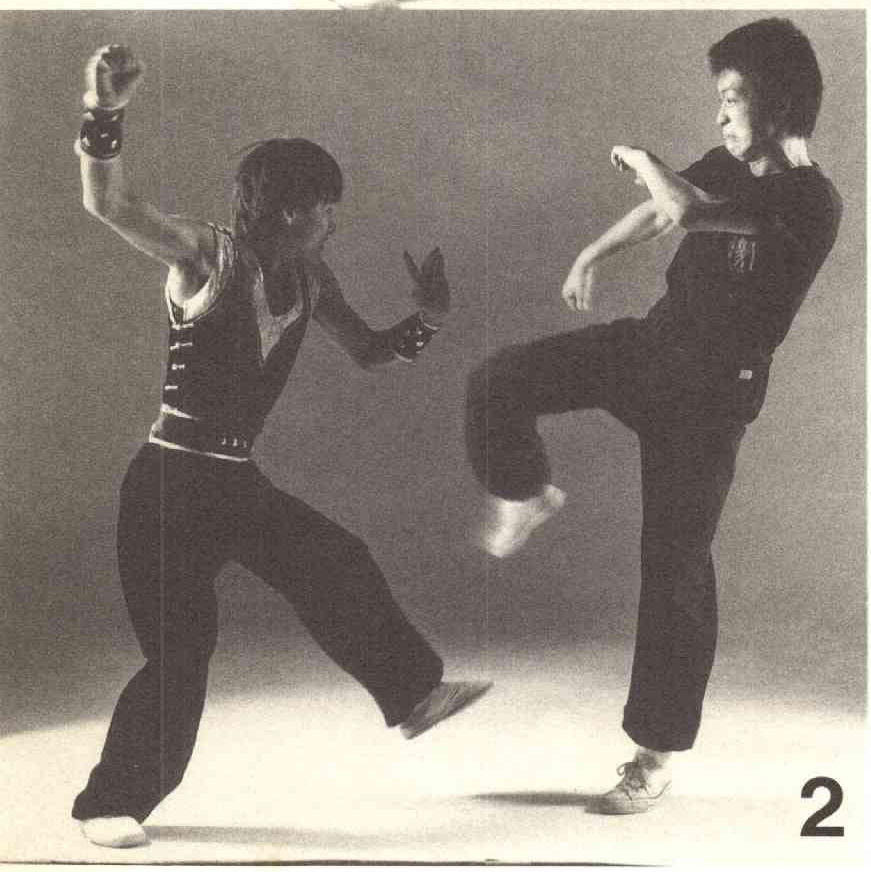


SOUTHERN FIST
NAN QUAN



PATTERN 4
対ハイ・キック

1、構えた姿勢から、
2、相手が上段回し蹴りをしかけてきたら、前方に踏み込みつつ、
3、左腕をねじりながら蹴りを受け流し、同時に右拳を振り上げて股間を打つ。〔双飛胡蝶〕
4、さらに相手がパンチで反撃してきたら、右手で受け流しながら、腰をひねって左拳で腹部を突き上げる。〔扭馬冲槌〕



VIDEO

ザ・ソウルファイター

ドキュメンタリー

タイ・ルンピニースタジアム／1987年4月

空手王者vsムエタイ王者

北斗の覇者・長田賢一
灼熱の格闘技
ムエタイへの旅

●カラー30分●定価8800円●送料無料

好評発売中

北斗旗の若き覇者・長田賢一が灼熱のタイ国でムエタイ（タイ式ボクシング）に挑んだ！
対するは、ラジャダムナン・ウェルター級チャンピオンのラクチャート・ソーパサドポン。
このビデオはその息詰まる一戦の全記録であるとともに、格闘空手の総本山、大道塾総本部道場での長田賢一のトレーニング風景、ムエタイ名門ジム、バンコク・ムンスリーンジムの練習模様などほかでは滅多に見られない貴重なシーンを納めたドキュメント・ビデオだ。

お申込み方法

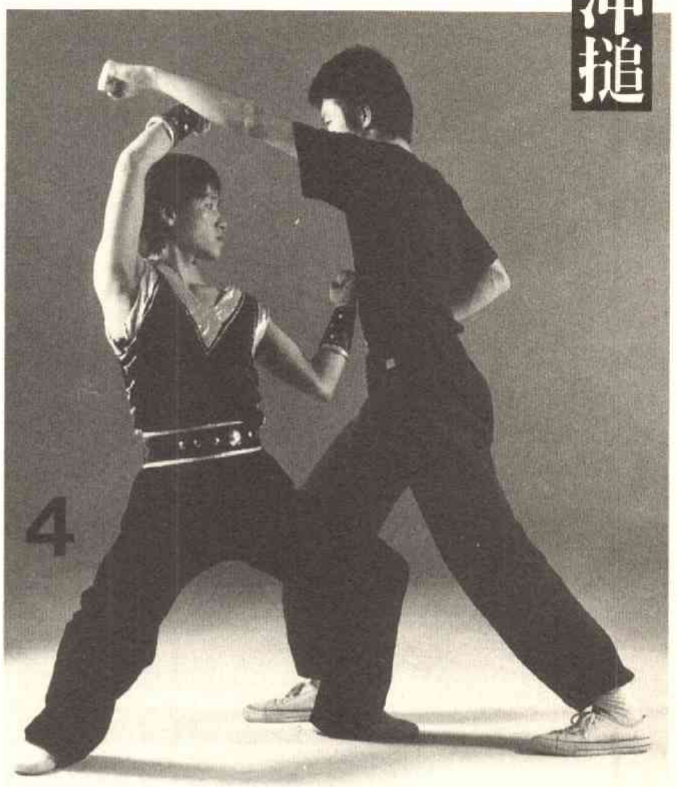
- 郵便振替か現金書留を御利用の上、代金を御送金かたがたお申込み下さい。
- ビデオ機種（VHSかβ）の別を忘れずに明記して下さい。
- 商品は代金着信後1週間程度でお届け致します。

●制作・発売 **福昌堂**

〒157 東京都世田谷区北烏山3-8-15

SOUTHERN FIST NAN QUAN

扭馬冲搥



双飛胡蝶

1

猛虎出洞

2

PATTERN 5
対前蹴り

1、構えた姿勢から、
2、相手が前蹴りで攻めてきたら、前足を後方に下げてかわし、〔猛虎出洞〕
3、続いてくるパンチを右手で受け流し、
4、急激に腰を回転させて後方にふりむき、相手の左拳を左手でハネ上げ、
5、右掌を腹部に打ち込む。〔烏龍擺尾〕