

# 大切な人・自分を守るための遊撃戦八卦

## 卦掌三大「発力」講座

皆さん、こんにちは。八卦掌水式門・代表の水野義人です。『大切な人・自分をまもるための遊撃戦八卦掌三大「発力」講座』にご参加いただき、皆さんと学びの一時を過ごすことができ、大変嬉しく思います。

本日は、遊撃戦時に敵に力を伝え、かつ遊撃戦渦中における身体操作を支える技術である「発力（はつりよく）」にスポットを当てて講座を進めていきたいと思いをします。

身体操作と力伝達に用いる「発力法」は、「遊歩発力（ゆうほはつりよく）」・「扣擺発力（こうはいはつりよく）」・「翻身発力（ほんしんはつりよく）」の3種類におおかた分類されます。

そしてこの3つの発力方法は、遊撃戦時の八卦掌の3大身法（斜進翻身法・外転翻身法・内転翻身法）を支えるなど、密接に結びついています。

本日皆さんと一緒に練習する基本技（半斜三穿・平穿掌・翻身拍打）は、シンプルで動作も大きく、発力法・身法を理解するうえで大変適した技です（実戦的でもあります）。弊門の本科・護衛護身科の門下生も練習する必須技ですので、是非覚えて持ち帰り、今日以後の練習にお役立てください。

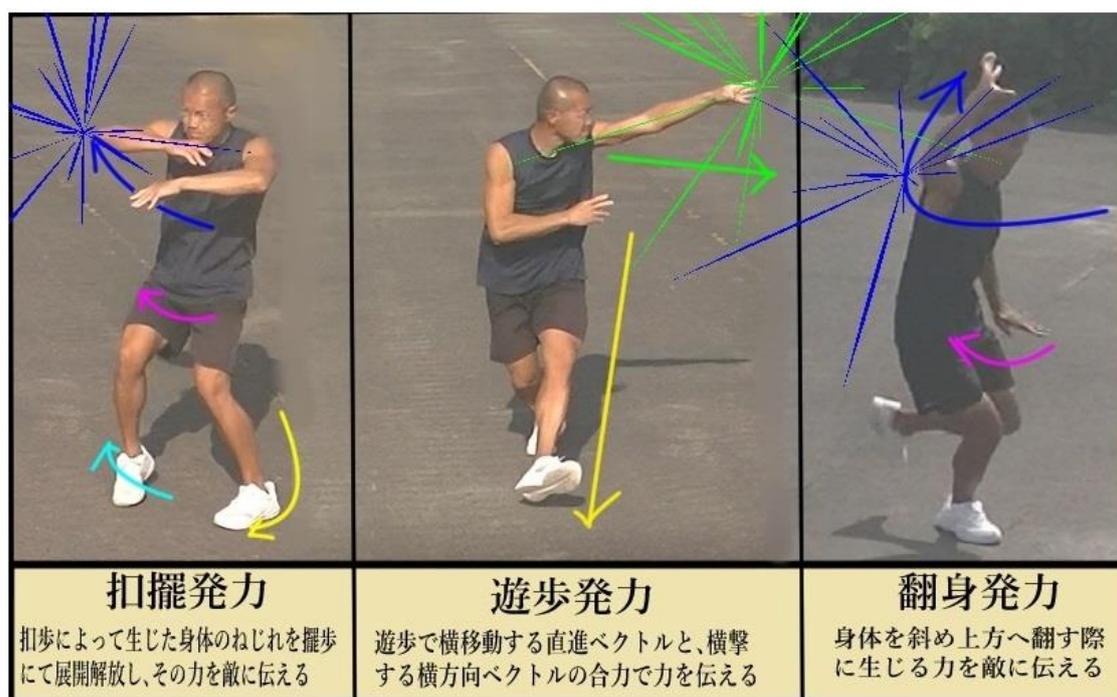
---

『大切な人・自分を守るための遊撃戦八卦掌三大「発力」講座』 レジюме・目次

---

- 1. 遊撃戦時の身体を支え、敵に力を伝える「3 発力」とは？
- 2. 世間一般の「発勁」と同義ではないため、「発力」として指導
- 3・遊歩発力（ゆうほはつりよく）の掌理
- 4・扣擺発力（こうはいはつりよく）の掌理
- 5. 翻身発力（ほんしんはつりよく）の掌理

## 1. 遊撃戦時の身体を支え、敵に力を伝える「3 発力」 とは？



「発力」とは、「**発力身法を用いて敵に力を効率よく伝えること**」。そして「**遊撃戦の渦中において私の身体を発力身法でコントロールすること**」のふたつだと考えてください。

遊撃戦の八卦掌技法は、3つの身法と3つの発力方法で身体をコントロールして繰り出します。八卦掌水式門（以下「弊門」）の両履修課程（本科・護衛護

身科) では、対多人数相手に八卦掌独特の遊撃戦戦法で対抗する際の、以下の3つの主要発力を指導しています。

- 遊歩発力(ゆうほはつりよく)
- 扣擺発力(こうはいはつりよく)
- 翻身発力(ほんしんはつりよく)

これらの発力は、3身法(斜進・外転・内転の各身法)と密接に関連しあっているため、弊門各科で繰り返し説明・指導しています。誤解を恐れずいうならば、基本姿勢を土台とした身法・発力の習得に、全修業期間を費やす、と云っていいくらいです。

---

## 2. 世間一般の「発勁」と同義ではないため、「発力」として指導

---

弊門では、恐らく中国拳法を学ぶ者なら誰でも知っている「発勁(はっけい)」という言葉を使用せず、「発力」として指導し続けています(他派の発勁に相当する箇所もあります)。

弊門代表が、他門派の正規・非正規を含めた履修課程で「発勁」を学んだ経験が無いことも、「発勁」という言葉を使用しない理由です(発勁を真摯に研究し指導しておられる他門派の指導者・修行者への配慮のため)。

当然それだけが理由ではありません。主な理由は下記の二つ理由からです。

- 明確な「蓄」「発」による瞬間的な極大攻撃をするものではないから
- 修行初期から当然に学ぶ「基本」であり「高級秘伝」ではないから

**明確な「蓄」「発」による瞬間的な極大攻撃をするものではないから**

---

ちまたで言われる発勁は、大きな力を発するための明確な「蓄（ちく）」「発（はつ）」動作の分離ニュアンスも強く、遊撃戦時八卦掌・発力の「流れる動きの中で動きにムラや強弱をなるべく廃して行う力伝達」と大きく異なります。

よって弊門では、門下生の混乱と誤解を避ける意味で「発力」という言葉で指導をしています。

### 修行初期から当然に学ぶ「基本」であり「高級秘伝」ではないから

---

「他派の発勁に相当する箇所もある」と書くと、理解し使うのが大変難しいものと思われるかもしれませんが、実際、「発勁」方法は、多くの修行者が会得したがるキラーコンテンツ的技法となっており、それを題材にした講座は大人気です。

八卦掌における発力は、主要なものが3つでシンプルであり、精密な理論や要訣は必要ありません。

弊門では、本科・護衛護身科ともに、発力法は初期から当然に学びますし、当然に隠したりもしません。

初学でもイメージがしやすく、練習を積み重ねれば、才能などに関係なく誰でも習得可能なものです（「簡単にすぐにできる」ものではないが「特別な理解力や身体能力は不要」という意味）。

---

## 3・遊歩発力（ゆうほはつりよく）の掌理

---

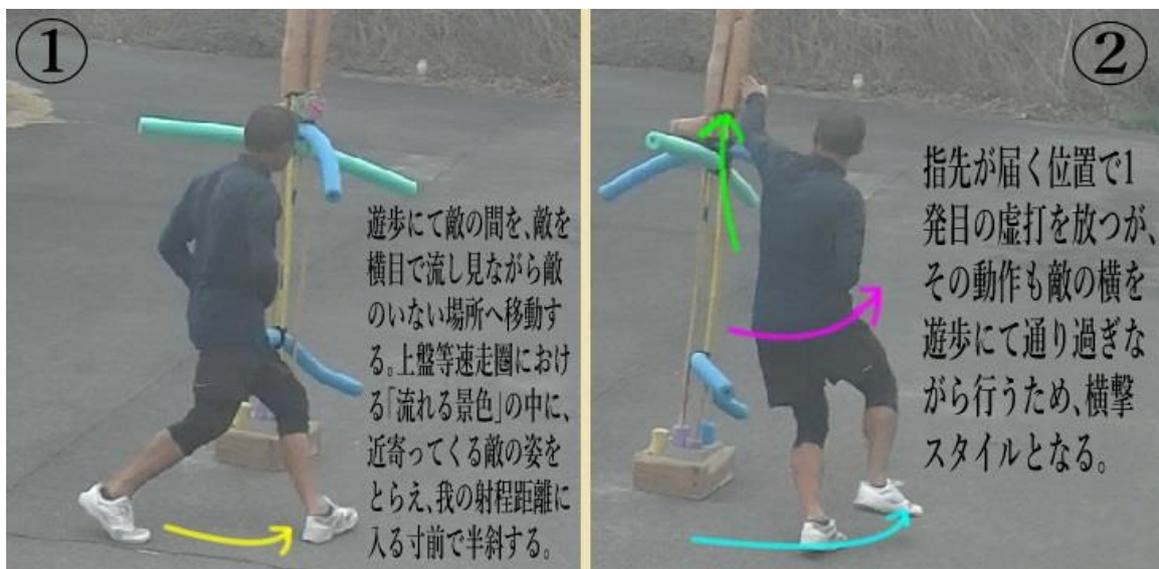
対多人数遊撃戦では、一人の敵を通り過ぎながらいなした後は、その場にとどまらず直ちに移動します。**移動先は、敵のいない場所**です。

そうすると必ず、移動過程で敵が自ら、横方向・斜め前方・斜め後方のいずれかから寄ってくることとなります。敵が私の攻撃射程距離に入る直前、半斜し攻防を開始します。

その形での攻防は、必然と横撃スタイルとなるため、そこで横撃攻防のメイン発力「遊歩発力」を使うこととなります。

※敵のいる場所に移動しないのは、まっすぐ入って敵と正面からぶつかるのを避けるため。また、まっすぐは入ると半斜の角度を大きく取らなければ正面からの力任せの攻撃にさらされやすくなる。そこで、最初から斜めで接触せざるをえない状態を作りだすために、敵の居ない場所に移動する。

以下で、遊歩発力の代表的な運用方法を、**单招式「半斜三穿掌」**を材料として説明します。



**「遊歩」**とは、敵の横を通り過ぎる際に用いる歩法。股をたたみ、足を主に前に交差させ側面に視線を向けながら（向けない時もある）移動する歩法のことです。

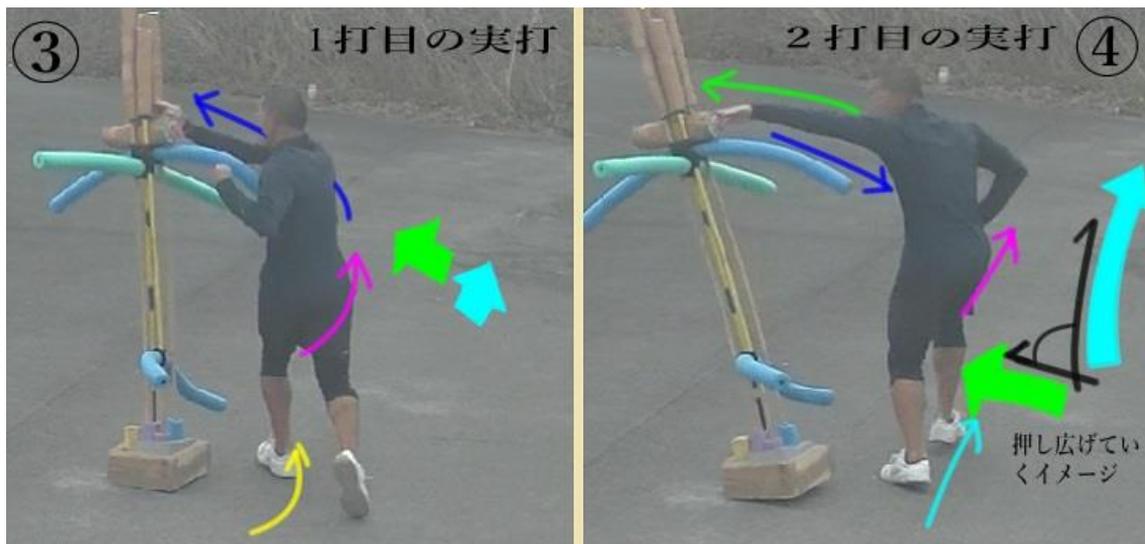
対多人数戦においては常に動き続けることが良いと言われるが、**移動に横歩き**（いわゆる「カニさん歩き」）を用いると**速度の遅さ**と**対応できる技の少なさ**ゆえに**たちどころに敵に捉えられてしまいます**。

遊歩で移動するならば、まっすぐ、もしくは斜め前に移動することになり移動速度も遅くならず、平素より練習している斜進翻身法を土台とした攻防ができるため、対多人数に対応できる可能性が生じるのです。

先ほども触れましたが、対多人数遊撃戦では、**敵をやり過ごした後の移動先は敵の居ない場所**となります。

そうすると敵が斜め側面、もしくは側面から近づいてくるため、必然的に**遊歩発力をメインで用いた横撃攻防**となります。

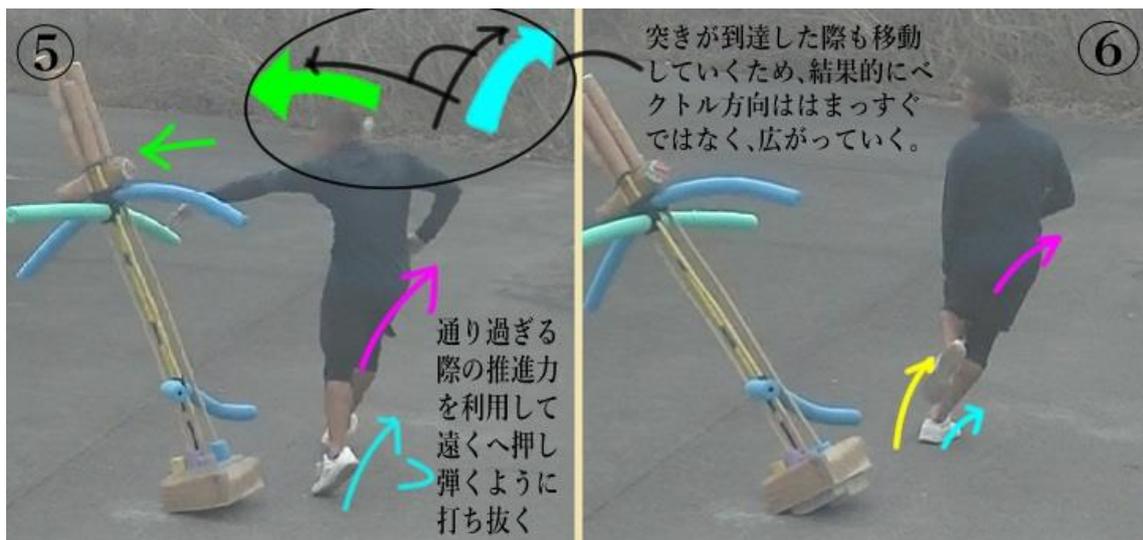
技を出すからといって足を止めることはないたため、敵を横にして歩きながら（移動しながら）力を伝える専門の伝力方法が必要となります。そこで**遊歩発力**が用いられます。



半斜三穿では、2・3 発目の攻撃で敵に当てることを想定しているため（1 発目は、わざと敵の視界で放ち反応させる見せかけの「虚打（きよだ）」2・3 発目は「実打（じつだ）」）、2・3 発目に遊歩発力を意識します。

虚打に続く 2 発の実打は、基本的に敵の視界からそれた側面から放つため、進行方向と打つ方向の角度は垂直に近い開きとなります。

よってこの際の遊歩発力運用のイメージは、**私の身体を横へ移動させる推進力を用いて、横方向へ突き技で敵方向へ押し広げながら通り過ぎていくイメージ**、だと分かりやすいでしょう。



3 発目以後も次へと向かう移動遊撃戦が続くため、この敵にこだわって眼前にとどまったり、移動速度は遅くしたりはできません（後方から迫る敵に捕まるリスクがある）。よって、3 発目は完全に離れながらの実打となります。

3 発目の実打は、突き技の先端が敵に到達し触れた状態でも身体が敵斜め後方へ移動している状態となります。

よって打ち抜くベクトルの方向は、まっすぐではなく身体進行方向に対し斜め反対側にわずかに広がっていく形となるのです（手の先端で押し広げているのはわずかであり、身体移動で押している）。

押し広げながら去っていくイメージは、実は遊歩発力では大切なイメージですので、意識して練習しましょう。

---

## 4・扣擺発力（こうはいはつりよく）の掌理

---

扣歩（こうほ）によって生じた身体のねじれを、擺歩（はいほ）で展開・解消し、その際に発生する「展開する力」を敵に伝えるものです。

上記のとおり、発力は敵を攻撃する際に使うだけではありません。「展開する力」は、身体を転身する際の速度を速めるためにも当然に用いられることとなります。

扣歩→擺歩へと続く動作で身体の転身する際の勢いを利用でき、威力や速度が出しやすい翻身法ですが、敵に一瞬背を向けることによる後方からの攻撃被弾リスクと、敵から目を離すことによる命中率低下のリスクがあります。反復練習をし、常に練度を上げ続ける努力を要する翻身法です。

以下で、扣擺発力の代表的な運用方法を、**单招式「平穿掌」**を材料として説明します。

### 1. 扣歩によってらせんのテンションを生じさせ、「縮」状態を現出する

---



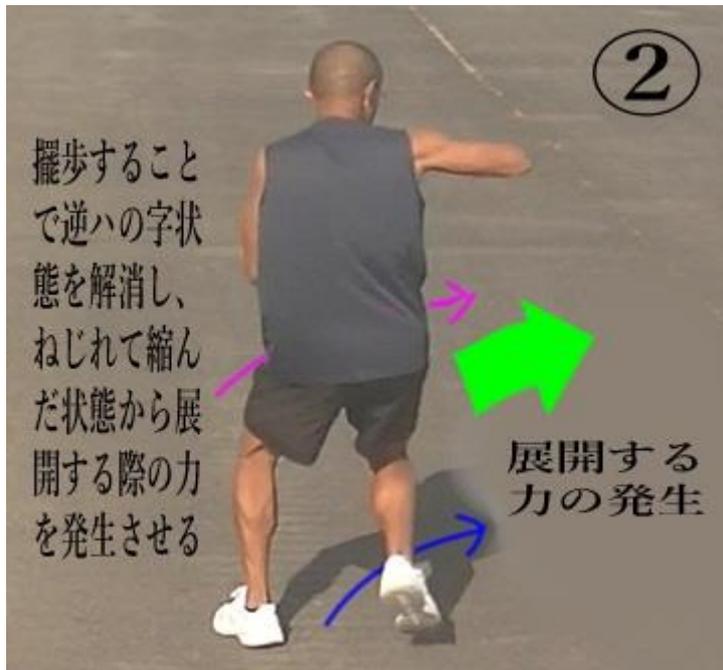
技を放つ、もしくは進行方向を変える際、まず扣歩します。

技のベクトル方向・先ほどまでの進行方向のベクトル方向に扣歩ベクトルをかぶせるように扣歩します。

そうすると、両足は必然的に逆ハの字となり、そこで両足内側、身体各所に、らせん(ねじれ)のテンションがかかることとなります。

## 2. 擺歩にて「縮」を解消し、解消による「展開する力」を発生させる

---



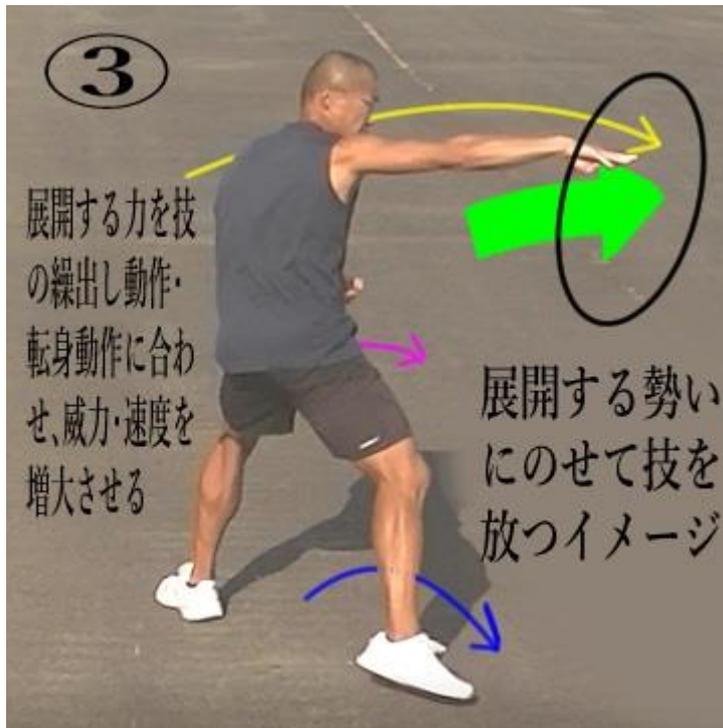
テンションがかかって身体が「縮」となった状態で、扣歩した足と反対側の足を擺歩します。

擺歩することによって、さきほどまで身体にかかっていたらせんのテンションが、擺歩による身体の向き変換によって解消されることとなります。

この「解放」によって発生する、「縮」の状態から「展」へと移る際の「展開する力（展開力）」こそが、扣擺発力の主な力となります。

### **3. 発生した「展開する力」を、技の繰り出し・身体轉身にのせる**

---



擺歩によるテンション解消で生じた「展開する力」を、技にのせていきます。

技にのせる際は、腕や足の先端が当たる瞬間にだけ力を合わせるのではなく、技が到達するまでの過程でもしっかり伝えるようにします（そうしないと技の途中で敵身体に接触した際威力が伝わらないため）。

身体を転換する際も同じです。身体転身動作の始動時からしっかりと「展開する力」を利用するように日頃から練習時に意識しておきます。

---

## 5. 翻身発力（ほんしんはつりよく）の掌理

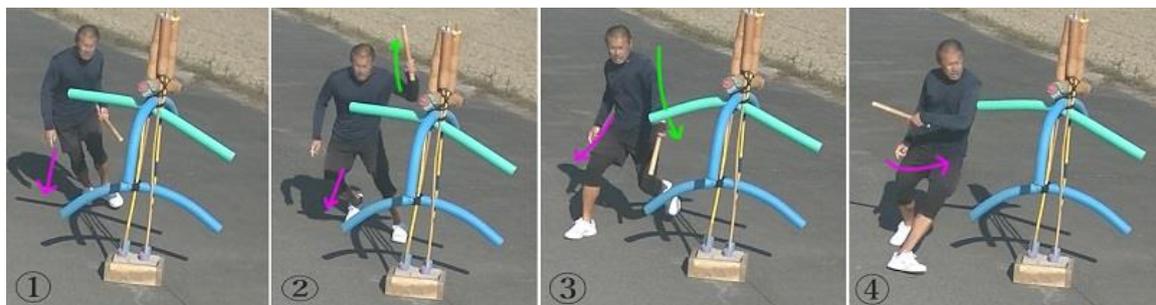
---

内回りの身法（内転翻身法）は、敵を視界に入れたままの状態では攻防が可能な反面、歩く動作が元動作であるため、初学のうちはスピードにのりにくいという欠点があります。

片や外転翻身法は、敵に一瞬背を向けて轉身するため、後方からの攻撃のリスクと、目を離すがゆえの命中率の低下がありますが、轉身威力を利用できるため速度は出しやすくなっています。

よって内転翻身法では、すばやい動きを実現し、かつ内転翻身中でも敵に威力を伝える発力法である「翻身発力」が用いられるのです。

以下で、翻身発力の代表的な運用方法を、**单招式「翻身拍打」**の型に単短棒を持った単式練習型を材料として説明します。



敵のいない場所に移動している最中に、敵が横から寄ってきたので、棒で外方向へ逃げながら敵の攻撃を下方へはたき落とします（写真1～3）。

外方向へ逃げながら攻撃をはたいたことで、敵から距離が離れ、かつ、敵と反対側へ身体移動ベクトルが向いたため、このままでは攻撃はできません。

よって、この状態から身体移動ベクトルを敵の方向側へ向ける必要があります（完全に敵の正面に向け、正面にぶつかっていくわけではないのに注意）。

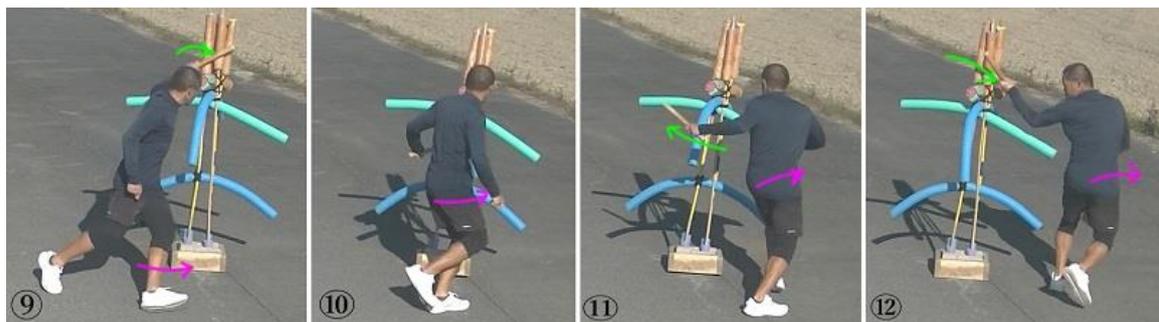


この場面ですと、そのまま斜進翻身法で敵から離れる手段もあります。しかしここは連続攻撃へつなげていく前提のため、まず身を翻しながら棒で横撃し、敵にプレッシャーを与え、次の攻撃を防ぐ必要があります。

プレッシャーを与えるにも、まずは身体移動ベクトルの向きを変える必要があります。しかし遊撃戦渦中では、**身体流（しんたいながれ）の慣性**が外方向へと働いているため、かなり大きな力をもってでしかベクトル方向を変えることができません。

そこで翻身発力を用い急激にベクトル向きを変え、翻る勢いを利用してプレッシャーけん制攻撃と、次に続く実打攻撃を展開していくのです。

**敵に向かって斜め下方からはたくように棒を打ち付けながら、その動作とともに私の身体もひるがえします。**その動作とともに足も擺歩で入り、すかさず逆足を扣歩にて擺歩した足に寄せて、私の攻撃射程に私の身体をしっかりと収めていきます（写真 4～10）。この動作が、翻身発力を行う典型動作となります。



射程圏内に身体を収めたらすかさず、去りながらの実打を放っていきます。ここからは、身法は「斜進翻身法」、発力法は「遊歩発力」を用いて通り過ぎながら実打を放つ動作へと移っていきます（写真 11～15）。



対多数遊撃戦においては、敵のいない場所に向かって遊歩と滑歩で縦横無尽に練り歩きながら横撃を展開します。当然通りすがりに寄ってくる敵の攻撃を避けるために、急速に身体の進行方向を変える場面が多く生じます。

遊撃戦渦中における身体流の慣性は想像以上に強く、多くの初学者がその慣性を克服できず遊撃戦に挫折します。身体をコントロールできないので、息が上がるわりに攻撃も防御もできない状態となり、間もなく敵に捕捉されます。

遊撃戦の身体流を克服するために最も有効な手段は、ゆっくりでもいいので、内転翻身法を行いながら翻身発力を意識し、身を翻す動作を繰り返すことです。扣擺発力・遊歩発力ともに遊撃戦では必須ですが、まず翻身発力をマスターすることが、身体流を克服するためには最も手ごたえを感じることができる手段となるでしょう。

程派の単換掌、もしくは護衛護身科・单招式「翻身拍打」は、翻身発力を理解するうえで優れた型ですので弊門では、本科では程派単換掌を、護衛護身科では、翻身拍打を、修行初期段階から練習し始めます。

Copyright ©対多数遊撃戦の護衛護身武術「八卦掌」で大切な人を守る実戦講座,all rights reserved.