

習拳的啓悟

譚健明

習拳不經不覺的已十多年，每每看着前輩高人的著作，怎麼書上敘述的東面，無論是卸力功夫或發勁技巧，總是沒有前人論述的感覺，效果就更加不堪提了。

原來前人的著作中，些子玄關實在不少；書裏面的每個字都淺白易明，但解讀起來卻不是這樣的一回事，再加上自己的似是而非的強作解釋：導致愈勤力苦練，自己更白走多些冤枉路。

比如駕駛着一部性能很好的跑車，踏着油門向前是否就可以到達目的地？答案是：不可以的佔了九成以上。

咦？！勤力苦練不是萬試萬靈、解決難題的靈丹妙藥嗎？

比如我的目標是向東行三里，但車子卻向着西行，再踏上油門，與目標背道而馳，相距愈來愈遠了。

直至接觸到六合八法這種內家拳後，師傅的諄諄誘導、指正與毫無隱藏的解讀，令人眼界豁然大開。僅僅一個『鬆』字，已糾正我以往的謬誤，對內家拳有更深刻理解。

要拳藝有進步，既要明白『心意、六合、八法』的正確詮釋，又要有正確的框架、準繩的架式、身體與意識的連繫、心意的擺放、、、等等。

這麼多的要求，何時才可靈活運用、得心應手呢！

不外乎：明(懂)、勤(鍛練)、誠(專心)，三者並行而不悖。