

## 《微漫注》练太极拳的要练听劲

选自《西游漫注》第六十二回（6）

练太极拳的要练听劲，要学会“听”对方的劲力和意图。听，就是问。这种问，以虚和空为根，凝神以灵动，正是孔老夫子所说的：慎独。慎独，用一个字表示，就是：敬。

真正的敬，就是这样。其实，说是听也好、问也好、慎独也好、敬也好。不过是文字用来描述那种灵动而又生机盎然的、层层对应的状态。文字总是有文字的局限，再深奥的文字，也会有文字障，你认真的静静的感触那种状态，等你慢慢有了感觉，就会豁然开朗。要对文字有敬意，又不能完全局限在文

字里，文字是引领你的入门石阶，走进去，更广阔天地，还要依靠你自己。

从行为到举止到思想到更深的信念，层层对应，就可以叫做逆流而上。