

## 韓国における内丹修練団体に関する調査研究

木内 明\*

### 要旨

本稿は平成21年度に韓国で実施した調査研究の報告書である。筆者は一年間にわたり、内丹修練によって心身の健全化を図る、いわゆる「修練団体」に所属し、参与観察法によって内部からそれぞれの修練術や身体観のありようを明らかにしつつ、現代社会における伝統的な健康法の存在意味の解明に努めた。今回の調査を通して、韓国の修練団体の文化的特徴の一つに強い民族主義的性向が確認された。技術的な手法や修練哲学には中国から伝わった道教や中国医学の理論の影響が色濃く見られるものの、どの団体もそれらとの関わりを否定し、韓国の固有性を主張してやまない。そのため、衣装や組織内の儀礼などは今なお韓国的な様相に変容し続けている。しかしながら、多くの団体に共通する呼吸のリズムや姿勢などが存在していることも確認された。それらを明らかにしていくことで、韓国内丹修練術の本質的な部分の一端を解明できるのではないかとと思われる。

### 調査の経緯と目的

平成21年度に海外研究の機会を得た筆者は、その期間、ソウルの漢陽大学に研究拠点を置き、韓国の伝統的な身体観、健康観に関する集中的な現地調査活動を行った。

今回はとりわけ韓国に伝えられる内丹修練術と、それによって心身の修練を続ける人々に焦点を当てた。内丹修練術とは、下腹部にあるとされる丹田を意識した特殊な呼吸法によって、心身の活性化をはかる気功の一種である。その技法と、彼らの身体や修練術に関する認識を調査、分析することで、伝統的な身体観や健康観を明らかにするだけでなく、伝統的な養生法が現代社会において、いかにして存続しうるのか、その文化、社会的な背景を考察し、伝統的な身体観、健康観の現代的なありようの一端も併せて解明することを試みた。

調査は文化人類学的な研究手法に則り、自ら研究対象組織に入り、組織内にて構成員として他のメンバーと同様にその内丹修練術を学びながら、参与観察法によってできる限り当事者の視線で主観的な情報を採録した。

### 韓国における内丹修練団体の現況

現在、韓国には修練道教などと称される団体に所属し、韓国固有の伝統的な内丹修練術を学ぶ人が少ない。その目的は健康維持や、自己啓発等と多様であるが、内丹を意識した深呼吸や瞑想などによって、心身の健康を維持、増進を図るために入会するのが一般的である。一説には韓国全土で130万人を超えるともいわれ、現代人の健康への志向を追い風に、1990年代以降、その数を急速に伸ばしてきた。大きな修練団体では、

---

\* 東洋大学ライフデザイン学部健康スポーツ学科

全国的に組織された施設のネットワーク運営を展開しているところもある。2000年代以降、それら気功団体は、韓国人のライフスタイルに積極的に入り込み、現在では、確実に社会の一部を占める精神文化として受け入れられている。その修練の場で語られる専門用語、たとえば「丹学」、「脳呼吸」、「心身修練」、「気治療」といった、日本語ではあまり馴染みのない語彙も、韓国社会では、比較的身近な言葉として人々の日常世界の中に存在するまでに至っている。

## 調査の方法

今回の研究期間中に参与観察のために入会した組織は3つになる。一つは60年代から一般への普及を始めた、韓国固有とされる技法を指導する団体である。もう一つは、その団体で伝統的な内丹修練術を修練した人物が独立し、技法や思想を現代的な様式にアレンジしながら指導を展開している団体である。そして、もう一つが、50代の一人の気功師を中心に、気功や東洋医学を研究する専門家らが設立した、科学的な理解のもとに気功の解明を図ろうとする団体である。以上の3団体に入会し、一般会員として様々な行事や儀式に参加しながら情報を収集した。また、入会こそしなかったものの、期間中には、他に韓国内の十数か所の修練団体を訪問し、文献資料等を入手した上で、指導者や修練者らにインタビュー調査を行った。

そのような作業により採録した情報について、漢陽大学にて関係する領域に詳しい研究者らの助言を得ながら検証し、また考察を進めた。

## 韓国の修練団体の現代的な特徴

韓国の修練団体の文化的な特徴の一つとして、その正当性を韓国の伝統文化に求める民族主義的な性向を挙げることができる。とりわけ、今回の調査対象とした団体では、古くは建国神話に登場する王にまで遡及し、その修練方法の韓国固有性を唱えている。普及、拡大に成功している団体ほど、その傾向は顕著に確認され、韓国の伝統を強く訴えることが現代の韓国人の支持獲得につながっている可能性は否定できない。また、それら団体が、歴史的な由緒を誇示する方法は、出版物等でその来歴を語るにとどまらない。修練で着用する衣装や、儀礼の際の様々な道具、さらには修練哲学などに、韓国の伝統文化、思想が巧妙に織り込まれている。あたかも韓国文化を纏うがごとく、装飾の度合いは時と共にエスカレートし、儀礼的な様相は、今なお一貫して韓国的な姿形へと変容し続けていることが確認された。

とはいえ、実際にそこで実践されている具体的な技法は、中国にて道教や東洋医学の影響を受けながら発達した気功と類似したものが多い。多くの内丹修練団体が説く身体理解には、東洋医学の影響が色濃く反映され、身体各部位の名称や分類、病の認識などにもそれらの影響は否めない。反対に現在の内丹修練術を韓国固有の文化だと裏付ける史料は必ずしも充分ではないのも事実である。

一方で、どこの団体においても、その呼吸のリズムや姿勢など修練技法に共通して変容していない要素が確認されるのも事実である。それら変容を拒む共通部分の特徴こそ、韓国に伝えられる内丹修練術の本質的な部分と関わる可能性が高く、そこから韓国人の内丹修練術に対する認識を明らかにすることも可能だと思われる。

今回の調査によって採録された情報や、その論考は、現在、関連学会に投稿している。残念ながら、今なお韓国の伝統的な健康観、身体観の全体像を明らかにするまでには至っていないが、今後も調査を続け、ライフデザイン学への健康スポーツ学的なアプローチの一助としたい。