

ム「代替医療と現代医学、その〔統合〕をめざして」が開催されました。

これは代替医療が健康保険の対象となりつつある、アメリカやイギリスで行政レベルで推進役をとめる国会議員をはじめとして、協力している方々を招聘して、医療先進国の実情と医療現場での実践について話を聞き、日本の代替医療のこれからの在り方について、考えることを目的としました。また同様の主旨で名古屋でも統合医学シンポジウムとして開催したところ、1,280名の聴衆が集まりました。

さらに今年は東京、名古屋だけではなく京都でもシンポジウムを開催する予定で準備をすすめているところです。

このように「国際代替医療シンポジウム」を開催

しようということから、「代替医療シンポジウム実行委員会」という名称で活動が始まりましたが、1998年5月頃、第1回シンポジウムの記録集「癒しの時代と代替医療の可能性」を発行するころから、上記主旨の目的に向けてシンポジウム以外の活動も始めようという志向が出て、CAMU Netという名称が生まれ、この記録集で初めてCAMU Netの名称を使用しました。

このように活動がさきに展開していったため、会そのものの組織の確立や会則の制定などは後回しとなり、走りながら体裁を整えているというところです。

●日本代替・補助・伝統医療連合会議事務局

TEL: 03-3812-4482 FAX: 03-3812-4982

古代の気功を現代に復元

桜美林大学名誉教授 湯 浅 泰 雄

1999年3月6日から9日まで、全国大学体育連合主催（本会ほか後援）による東洋養生法研修会が、中国から来日した武術専門家を迎えて、東京YMCA（神田および東陽町）で開かれた。さらに3月10日に特別公開講演会として、明治学院大学で、本会の青木宏之会員が中国側と徹底討論し、演武を繰り返し、満員の会場は緊張した雰囲気にも包まれた。2000年昔の古代人の姿がよみがえったのである。

1973年、中国長沙の馬王堆漢墓とよばれる漢代の遺跡から、多量の遺物が発見された。その中には、経書や医書などから兵法や望気術、房中術に至るまで、さまざまな文献類が含まれており、中国史でも最古の資料が少なくなく、関係者の非常な注目を浴びた。研究者にとってはまさに宝の山といったところで、今も中国・日本の研究者の手で熱心な研究がつづけられている。この資料の中でも特に注目をひいたのが「導引図」とよばれる気功の動作を描いたイラストである。絹布に彩色で44の動作を描いてあって、簡単な説明がつけてあるところもある。（一般には馬王堆帛書とか馬王堆導引図などとよばれている。）

この最古の気功の様子を現代に復元しようと企てたのは、上海体育学院の武術学部長である邱丕相教授のグループである。その邱教授が来日して研究成

果を披露されたのである。この機会に、関係者の研究からほんの少しだけ紹介と解説をしておこう。

「気功」という言葉が近年制定された学術用語であることは、読者もご存じだと思うが、古くは導引、吐納、行気、布気——といった様々な言葉が使われていた。「導引」という言葉は——勝手に「気を導く」という意味かと早合点していたが——心身を良い健康状態へとみちびき入れるという意味であるという。また「吐納」は「吐故納新」の略で、古いもの（故）を吐き出して新しいものを入れる（納）という意味だから、これは呼吸法のことである。呼吸法は静功（瞑想法）と動功（身体技法）に共通した気功の基本であるが、注意すべき点は、ふだん何気なく呼吸している時と違って、息（気）を吐く方にポイントがあるということである。つまり、古い気をまずすっかり吐き出してしまふことが大事である。「吐」の代わりに「叫」と記してある場合もあって、これは発声と呼吸を一緒に行う方法である。隋の天台大師の『摩訶止観』（マハーヴィパッサナ）という修行法の本に「六字訣」という発声法のことがかかれていて、これは現代まで伝統がつづいている。馬王堆導引図には、両手をあげて絶叫している動作を示しているものもあって、こういうやり方が非常に古くから行われていたことがわかる。

ちょっと生理学的な説明をすると、呼吸器は随意筋と不随意筋の両方からコントロールされていて、随意筋（運動神経）は「意識」の座である脳の新皮質につながっているの、自分の意志によって動かせる。これに対して不随意筋は脳幹から自律神経の方につながっており、心理学的にみれば「無意識」の情動作用と関連しているのである。眠っていて意識がないときにも自律系は活動しているので呼吸はとまらない。夢は無意識の情動作用のはたらきを示している。つまり呼吸法の訓練は、自律神経と関係の深い無意識からの情動をコントロールする方法になるのである。昨今多いストレス病は不随意的な情動の蓄積によるものであるが、気功法はこんなところにも効果があるだろう。

気功（動功）の技法が動物の動作などの模倣から始まったらしいことは、『莊子』刻意篇にみえる「熊経・鳥伸」という句などによって、以前から指摘されていた。馬王堆導引図の中にそれらしきものがある。図の左下部分に描かれた動作を下に示したが、上段左から2つ目に注意されたい。男子が上半身裸で短いズボンをつけ、前方に向かって腰を曲げ、上体は水平に保って、首を立てて前方に注意している。両足はそろえてぴったりと付け、両腕は垂らして地面近くまで下げ、掌は広げている。これは、前方に跳躍する準備姿勢を示したもので、図の足首や踵の部分に墨点を打って運動に移ることを示してある。この下に「信」という字が記してあるが、これは「伸」と同じ意味で、跳躍するということである。これはまさに莊子にある「鳥伸」に当たる。跳躍する際に、両腕を羽のように開く動作をしたのである。これなどは単純に鳥の動作をまねたものらしい。



馬王堆導引図(部分)

魏の名医華陀が5種類の動物の動作を基本にして定めたと伝えられる五禽戯は、今もその伝統を伝えているが、かなり洗練された趣きがある。これに比べると、この導引図の技法には原始的な味わいが濃厚で面白い。しかし、少々哲学的な趣きのものもある。上段右から2つ目、棒をもった女性に注意されたい。この図には「以杖通陰陽」という説明がついている。スカートをはいた女性が手に長い棒を握って腰を曲げ、棒を利用して、両手を力をこめて直線にのばしている。上半身は曲げて、顔とともに下に向け、下半身と対するような姿勢でバランスをとっている。このあとにどういう姿勢になるのか、残念ながらわからないが、気の哲学の古典である『易経』の「乾坤」の卦辞から考えると、「陰陽」という言葉には「天地」という意味がある。気によって天地の動き一体になるという哲学的な考え方が感じられる。

当日は、東京女子大学の横沢喜久子教授の開会の言葉に始まり、明治学院大学学長大場建治氏が歓迎の挨拶をのべられた。

第1部として、邸教授が自身で創作された舞踊のような感じの気功を演じた。長身でひらり、ひらりという感じの優雅な演武。つづいて青木門下三人の天真五相の型。大声がひびきわたる。宇宙と一体になる思想を全身で表現する。第2部は宮本知次会員（中央大学助教授）司会で、スライドで導引図を映写、説明のあと、邸教授が演じる。基本的なところは現在と変わらない感じであるが、古代の匂いもときどき感じられて面白い。演者の指示にしたがって会場の観衆も、まねてやってみる。

清遊の一日であった。