

第Ⅲ部
練丹術

氣の周流

I

太・小周天

大・小周天は中国道教の主要な練功方法である。小周天は三関、任脈・督脈に氣を通じ、大周天は奇経八脈のすみずみまで氣を通じさせるものであると一般的に考えられている。この二つの功法は、「内丹術」と総称される。その歴史は古く、とくに宋・元代以後に、著作を成して理論展開したり、伝播に努めたり、修練してその術の完成に努めたりする多彩な道教人士が輩出して、「内丹術」の影響はいつそう広泛なものになった。明代の大薬物学者である李時珍もこの影響を受けた一人で、『奇経八脈考』の中で「内丹術」に論及している。こうして、「内丹術」を鍛練する人は現代にいたるまで連綿と存在しつづけてきた。

新中国成立後に出版された書籍のうち、北京の秦重三は彼の著作『氣功療法と保健』の中で、「陰陽の循環は、一つは小周天であり」「一つは大周天である」と述べるとともに、その後北京市職工氣功指導員訓練班でこの方法を教授してもいる。「大・小周天」を中国氣功の三大流派の一つに数える者もいるし、この方法をテーマとした文章も発表されている。しかし、否定的にとらえる人も当然いて、たとえば、李立知は「この方法には科学的根拠が全然なく荒唐無稽な伝説にすぎないことは

明らかで「神経錯乱を惹起し、気が頭に激しく突き上げる」などの極めて大きな弊害をひき起こすことになるだろう」と述べている。しかし、この方法は依然として社会に広く伝播している。これは秘伝であるから「秘訣」を明かすことはできないとしながらも、他方では無上の妙法であるとおおげさに言いふらす者もいる。このような有様であるから、教えを求めたり、「免許皆伝」を求めたりする人々が至る所に出てきた。さらに、似て非なることを口から出まかせに喋りまくったり、さらにはそれを盲目的に追求したりする人がいて、偏差（副作用）に悩むという人々さえいる。このような事情を考慮して、ここでは大・小周天の功法をより系統的に紹介し、この功法の経緯を簡略に説明するとともに、この功法についての我々の見解を述べることにする。

第一節

大・小周天功法の発展過程

大・小周天功法は、元来古代の統治階級が長生不老と成仙上天の道を追い求めた結果の産物であった。中国の歴史からみて、「翼化成仙」を追求した経緯は三つの段階を経てきた。

〔1〕 第一段階 神仙・仙薬の探求

春秋戦国時代に燕、齊両国の沿海一帯に、神仙にまつわる荒唐無稽な説をことさら唱える者や、自ら不思議な力を發揮する術を身につけていると称する「方士」と呼ばれる一群の者たちが出現した。彼らは海中に「不死薬」を求める、と吹聴してまわった。統治者たちは大量の人力、財力、物量を費やし、多くの有名な方士を招聘するのだが、いかなる手段を弄してもやはり目的を達するこ

- 1——翼化成仙 羽翼が生じて仙人となり天にのぼること。羽化登仙と同義。
- 2——方士 神仙の術、つまり方術を行う人。道士と同義。

とはできなかった。顧頡剛は「秦漢の方士と儒生」の中で次のように記述している。

漢の武帝は五十年にわたって神仙を求めつづけた。多くの方士を登用する一方、多くの方士を殺した。娘を方士に嫁がせることさえしたが、結局不死薬を手にはできなかった。そこで、漢の武帝は建章宮北側の泰液池に蓬萊、方丈、瀛州と名づけたいくつかの島を築いて、不死への願いを絵に画いた餅で充たすはかなかった。晩年になってやつと彼は、「天下に仙人なんぞはいるものか。節食、服薬の方がまだ病を少なくするには役立つ」と悔やんだ。

〔2〕 第二段階 不死薬を練る —— 金丹

ちょうど漢の武帝が神仙仙薬を追い求めていた頃、李少君という有名な方士が煉丹術を提唱した。この話は『史記』封禪書にも記載されている。精煉して「丹砂を黄金に変化させ、その黄金で飲食器を作れば長寿に役立つ。長寿となれば東海の蓬萊の仙人に見えることもできよう。その上で、封禪という祭祀をすれば、不死を得る」と李少君は漢の武帝にむかって吹聴した。そのときに李少君が精煉した金丹はまだ直接服用されるものではなく、ただ神仙に会うための道具立てを整えるものにすぎなかった。だが、李少君本人はまもなく病に倒れて死んだ。これと時を同じくして、漢の武帝の父方の従弟にあたる淮南国の王である劉安も大勢の方士を招致して煉丹術を研究していた。『漢書』淮南王劉安伝には、「方術士数千人を礼を尽くして招聘し、内書十二篇、外書多数を編んだ。また中篇八卷も編まれて、そこには神仙黄金術が記述されていて、二十余万言を費やしている」と記述されている。『漢書』劉向伝の中では、淮南王・劉安を賞讃して、「彼の編んだ『枕中鴻玉苑秘書』という書物は、不可思議な力で金を造り出す術を述べてある」と記している。これらのことから、

- 3——泰液池 漢の武帝が造営した庭園の中の池の名。
- 4——蓬萊 東海上にあって仙人が住み、不老不死の地とされる霊山。
- 5——方丈 神仙の住む海中の島。
- 6——瀛州 三神山の一つ。東海上にあって神仙が住むとされた海島。
- 7——封禪 封は土を盛って壇をつくり天を祭ること。禪は地をはらって山川を祭ること。中国古代に泰山で天子が行った祭礼。