



Universiteit
Leiden
The Netherlands

Body and Ki in Gicheon : practices of self-cultivation in contemporary Korea

Jeon, Y.

Citation

Jeon, Y. (2017, July 6). *Body and Ki in Gicheon : practices of self-cultivation in contemporary Korea*. Retrieved from <https://hdl.handle.net/1887/50408>

Version: Not Applicable (or Unknown)

License: [Licence agreement concerning inclusion of doctoral thesis in the Institutional Repository of the University of Leiden](#)

Downloaded from: <https://hdl.handle.net/1887/50408>

Note: To cite this publication please use the final published version (if applicable).

Cover Page



Universiteit Leiden



The handle <http://hdl.handle.net/1887/50408> holds various files of this Leiden University dissertation.

Author: Jeon, Y.

Title: Body and Ki in Gicheon : practices of self-cultivation in contemporary Korea

Issue Date: 2017-07-06

Summary in Dutch

Lichaam en *ki* in GiCheon: oefeningen ter zelfvervolmaking in hedendaags Korea

In dit proefschrift onderzoek ik het sociale fenomeen van *ki suryŏn* 氣修練 (praktijken ter bevordering van *ki* - wat ik provisorisch omschrijf als "levensenergie") als een uitgevonden traditie en onderzoek hoe dit functioneert in de hedendaagse Koreaanse samenleving. Ik benader *ki suryŏn* als een vorm van "self-craft", waarin het lichaam als onderwerp een set van vaardigheden en technieken toepast op het lichaam als een object, en ik bekijk hoe *ki suryŏn* leerlingen hun praktijk conceptualiseren, met de vraag welke betekenis en inhoud deze praktijk voor hen heeft, om uiteindelijk te komen tot een beter begrip van het huidige Korea. Ik betoog dat beoefenaars *ki suryŏn* ervaren als een proces van zelf-formatie, waarbij het zelf tegelijkertijd een onderwerp van wensen, gedachten en handelingen van zichzelf, maar ook een object van de wensen, gedachten en handelingen van anderen is. Deze benadering benadrukt de relevantie van *ki suryŏn* voor de vorming en ontwikkeling van de belevingswereld van hedendaagse Koreanen.

Mijn onderzoek wordt uitgevoerd door middel van een case study van GiCheon (氣天), één van de *ki suryŏn* praktijken die in Korea zijn ontwikkeld in de jaren 70. Als een set van oefeningen bedoeld om het lichaam en geest-hart (*maŭm*) te transformeren, behoort GiCheon tot een groep van praktijken die zijn gekarakteriseerd als innerlijke alchemie (內丹 *naedan*) en het bevorderen van vitaliteit (養生 *yangsaeng*). Als basis voor mijn onderzoek, gebruik ik een serie van interviews met eenenzestig GiCheon beoefenaars, afgenomen tussen september 2010 en april 2011 in Zuid-Korea. Ik maak bovendien gebruik van mijn eigen

zestien jaar GiCheon ervaring als een adept en een instructeur, en de kennis die ik daardoor verworven heb.

Oost-Aziatische praktijken van innerlijke alchemie en het bevorderen van vitaliteit zijn technieken geworteld in fysiologische, psychologische en gedragsmatige principes. Zij omvatten gymnastiek, massage, ademhaling, seksuele hygiëne, voeding, geneeskunde, meditatie en visualisatie, alsmede regels voor het dagelijkse gedrag. Ik focus op de manieren waarop deze tradities worden uitgevonden of opnieuw ontdekt voor de doeleinden van vandaag. Hun hedendaagse Koreaanse avatar *ki suryŏn* is een van de methoden van omgaan met de druk van de moderniteit. In hedendaags Zuid-Korea zijn de praktijken van *ki suryŏn* geïntegreerd in de routine van het stedelijke dagelijks leven en dus houdt de studie van de *ki suryŏn* cultuur ook onderzoek in de manier waarop stedelingen leven en zich tot elkaar verhouden.

Foucault's begrip van de “technologieën van het zelf” dient als uitgangspunt voor mijn analyse van *ki suryŏn* als het bewust cultiveren van lichaam en geest-hart. Het benaderen van *ki suryŏn* in het algemeen en GiCheon in het bijzonder als technologieën van het zelf draagt bij aan inzicht in deze culturele fenomenen en helpt hen te plaatsen in een context van wetenschappelijk onderzoek. Dit sluit aan bij de pogingen van de Russische sinoloog Abaev om psycho-fysieke cultuur an sich als onderzoeksonderwerp te erkennen. Ik heb ook gebruik gemaakt van het confucianistische schema uit de *Daxue, sŏngŭi chŏngsim susin ch'ega ch'iguk p'yŏngch'ŏnha* (誠意 正心 修身 齊家 治國 平 天下 "authenticiteit van de intentie, het corrigeren van geest-hart, het cultiveren van het lichaam, het reguleren van de familie, het regeren van het land, het brengen van vrede in de wereld"). Op basis van dit schema heb ik een begrip van het zelf ontwikkeld als zich ontvouwend op de niveaus van de intentie, de emotie, de cognitie, het lichaam, de familie, de maatschappij en het universum. De manifestaties van het zelf in deze verschillende contexten bouwen op elkaar en vertrekken

van elkaar. Zij kunnen worden samengevat in een tweevectorenmodel. De eerste vector beschrijft een proces van opzettelijke beïnvloeding, het ontvouwen van het zelf in de richting van het externe. De tweede vector beschrijft de niet-opzettelijke invloed waarin het zelf wordt gevormd door externe factoren die uitwerken op de interne. Ik kan de vectoren als volgt schematisch in beeld brengen:

de eerste vector:

intentie → emotie → cognitie →

lichaam → familie → samenleving → universum

de tweede vector:

universum → samenleving → familie →

lichaam → cognitie → emotie → intentie

Dit schema draagt bij tot het begrijpen van de processen van zelf-constructie en zelfontplooiing in *ki suryōn* en soortgelijke praktijken.

Voortbouwend op de theorie van de belichaming van Thomas Csordás, heb ik ook gebruik gemaakt van het methodologisch instrument van "belevingsmodaliteiten", die ik ontwikkel als narratieve sporen waarneembaar waarlangs het verhaal van iedere beoefenaar verteld wordt. Ik gebruik het vectorenmodel en de notie van belevingsmodaliteiten voor de analyse van het interviewmateriaal. Ik heb gemerkt dat de woorden *ki*, *suryōn*, pijn en bergen terugkerende woorden in de verhalen van mijn informanten waren en ik heb besloten om de tekst van mijn proefschrift daaromheen te structureren. Begrippen als *ki*, *suryōn*, pijn en bergen zijn vitale culturele opvattingen, sleutelwoorden die beelden, gevoelens en ervaringen genereren, die ervaringen van het intentionele, emotionele, lichamelijke (of individuele), familiale, sociale en universele zelf genereren.

In hoofdstuk 1, de inleiding, presenteer ik een overzicht van eerder onderzoek en mijn methode, en in hoofdstuk 2 introduceer ik GiCheon en haar geschiedenis. Aangezien de

concepten van *ki* en *suryŏn* centraal staan in GiCheon, bespreek ik wat ze betekenen voor de beoefenaars in de hoofdstukken 3 en 4. De Koreaanse woorden *ki* en *suryŏn* zijn zowel moderne als oude woorden, elk met meerdere betekenissen. Ze zijn bij iedereen bekend, maar toch bezielt iedereen ze met zijn of haar eigen persoonlijke interpretatie, puttend uit een groot cultureel reservoir. Hoofdstuk 3 bespreekt de verschillende betekenissen toegeschreven aan de term *ki* in de Koreaanse spreektaal en in de verhalen van GiCheon beoefenaars. *Ki* is een van de basisprincipes van de Oost-Aziatische kijk op het leven, en organiseert, regelt en toont als kernbegrip ervaringen en hoe zij uitgedrukt worden. Hoofdstuk 4 onderzoekt het begrip *suryŏn* en hoe dit wordt opgevat door zijn beoefenaars. *Suryŏn* is een gemeenschappelijk concept van de Oost-Aziatische cultuur, maar elke leerling legt het anders uit. Deze zeer persoonlijke kijk op *suryŏn* sluit aan bij de individuele "narratieve richting" van elke GiCheon adept. Hoofdstukken 3 en 4 laten de lezer technieken en processen zien van zelfvervolmaking in GiCheon, en tonen de diversiteit van individuele ervaringen. Deze diversiteit wordt verder onderzocht in hoofdstuk 5. Het doel van hoofdstuk 5 is de verduidelijking van het theoretische kader van belevingsmodaliteiten, waarbij ik me concentreer op die belevingsmodaliteiten die persoonlijk gekleurd zijn. De verhalen van de vele GiCheon adepten brengen verschijnselen en ervaringen met betrekking tot de geest, het lichaam, de familie en de maatschappij, in clusters van gewaarwordingen, gevoelens, indrukken en ideeën. Deze clusters bevatten vaak de vectoren van progressieve vooruitgang van het lichaam naar de familie (lichaam → familie of individu → familie), van het lichaam naar de samenleving (lichaam → samenleving, of individu → samenleving) of van het lichaam in de richting van het universum (lichaam → universum, of individu → universum). Ze zijn afkomstig van het lichamelijke zelf, maar gaan naar buiten, in de richting van het familiale, sociale en universele zelf. In het geval van GiCheon beoefenaars zijn de tonaliteit,

de richting en het patroon van hun verhalen geworteld in de lichamelijke ervaring van GiCheon posities, waarbij pijn een belangrijke rol speelt.

Hoofdstuk 6 bestudeert de pijn van *naegasinjang*, de centrale GiCheon positie, als een essentieel kenmerk van de praktijk. Ik stel voor om GiCheon en soortgelijke praktijken als praktijken te zien die zijn ontwikkeld op basis van de tradities van bergasceten. Dit manifesteert zich ook in de legendes van GiCheon en in de interviews met de beoefenaars. Het bekijken van GiCheon als een dergelijke praktijk houdt in dat het doel van de GiCheon praktijk de transformatie van het lichaam naar een ideaal lichaam is, het lichaam van een *sōnin* ("bergonsterfelijke"). Het pad van deze transformatie is pijnlijk en moeilijk. In dit hoofdstuk beschouw ik verschillende aspecten van deze pijnervaring. De notie van pijn is centraal in GiCheon. De statische posities (靜法 *chōngpōp*) vormen de kern van de praktijk, en ze zijn pijnlijk. Ik onderzoek hoe het zelf wordt gecreëerd op basis van de ervaring van *naegasinjang*, hoe het lichaam in pijn wordt ervaren en benaderd, en wat voor soort van zelf daardoor wordt gecreëerd.

Hoofdstuk 7 gaat dieper in op de culturele achtergrond van GiCheon als een deel van wat beschreven kan worden als de bergtradities van Korea. Bergen zijn ook de ruimte voor het uitvoeren van *naegasinjang* en andere GiCheon posities, en de achtergrond waartegen het ideale GiCheon lichaam, een onsterfelijk lichaam, gecreëerd door *naegasinjang*, wordt voorgesteld en gearticuleerd. De oefeningen in de "zuivere" ruimte van de bergen worden voorgesteld en uitgevoerd als een tegenwicht tegen de "vervuiling" van moderne stedelijke ruimtes. Mijn conclusies worden gepresenteerd in hoofdstuk 8, waar de plaats van GiCheon en soortgelijke praktijken in de hedendaagse Koreaanse samenleving is geschetst. Deze praktijken worden gebruikt als technieken voor het omgaan met de veelvuldige uitdagingen en stressvolle situaties van het hedendaagse leven, en ze functioneren voor elke persoon op een andere manier, op basis van persoonlijke behoeften. GiCheon en soortgelijke praktijken

bieden verschillende manieren voor het vinden van betekenis in het leven, niet per se in plaats van godsdiensten zoals het boeddhisme en het christendom, maar vaak beoefend in combinatie daarmee. Ondanks de (al dan niet reële) wortels in de oude traditie van de innerlijke alchemie, is GiCheon al met al een eigentijds, voornamelijk stedelijk fenomeen, en niet een overblijfsel uit het verleden. Als zodanig is het een onlosmakelijk deel van de realiteit van het eenentwintigste-eeuwse Korea dat als zodanig studie verdient.