［その他］

インドネシア共和国立ヒンドゥー・ダルマ大学視察報告
インドネシア共和国バリ島におけるヨガを通じた
大学と地域の連携

田巻以津香*1・野坂俊弥*1

A report of visiting Institut Hindu Dharma Negeri in Indonesia
The cooperative relationship between University and Community by Yoga in Bali

by Itsuka Tamaki and Toshiya Nosaka

This paper reports a visit to the Institut Hindu Dharma Negeri (IHDN) in Bali. The Chairman of the Department of Yoga & Health at IHDN offered to collaborate for a student exchange program with the Department of Physical Recreation at Tokai University. Following this consultation, I paid a visit there for field research. Despite approximately 80% of Indonesians being Muslims, about 90% of the Balinese people are Hindus. The Balinese lifestyle and culture are strongly linked to Balinese Hinduism. Even in Japan, Yoga is recognized as an activity for improving health and beauty. Yoga was originally obtained from Hindu scriptures, which are very familiar to the Balinese people. Thus, I visited the university with my attention focused on efforts for promoting the health of local residents through Yoga. I ascertained the following things during the visit:

1) Health promotion and extension of a healthy lifespan were recognized as important issues in Bali. One of the educational purposes of the Department of Yoga & Health at IHDN is to cultivate specialists who, through Yoga, can educate and promote health to the community.
2) The lifestyle and culture of the Balinese people are strongly linked to Balinese Hinduism. There are numerous "Community Temples" here that also fulfill the purpose of an assembling spot. Some IHDN teachers teach Yoga or dance at such Community Temples, while one teacher teaches Yoga at his house. In this manner, they were contributing to the community.
3) The establishment of clinics and a yoga studio for local residents has been planned in the new building, which is to be built and completed in a few years. Thus, IHDN is expected to become the base for promoting health education in the community.

During this visit, we confirmed that we can develop programs to teach Yoga, and to promote regional cooperation through Yoga.

＊1　東海大学体育学部生涯スポーツ学科

Ⅰ．はじめに

成田から約 5,500km 南西に位置するインドネシア共和国バリ島は、豊かな自然に満ちたリゾート地として広く認識されており、日本からも毎年20 万人を超える観光客が訪れている。日本人観光客の主な目的はマリンアクティビティやエステ、寺院巡りであるのに対し、オーストラリアや欧米からの観光客の多くはヨガを目的に訪れており、観光客向けのヨガスタジオが数多く運営されている。その歴史文化的背景から、バリ島ではヒンドゥー文化が現代の生活様式にも深く関わっており、ヒンドゥー教と関わりの深いヨガもまた、バリの人々にとっては生活の一部として様々な形で取り入れられている。

2017 年 10 月、国立ヒンドゥー・ダルマ大学より本学グローバル推進本部を経由して交流事業の打診が届いた。ヨガは日本でも生涯スポーツ領域の一活動として広く浸透しており、生涯スポーツ学科卒業生もヨガスタジオのインストラクターとして就職していく学生もいる。ヨガに対して興味関心を持つ在学生もおり、本学科としては交流事業の可能性を探ってみる価値はあるだろうとの判断から、学科を代表して筆頭筆者が現地を視察訪問した。本稿はその視察報告であるとともに、バリ島におけるヨガを通じた大学と地域の連携事例を紹介するものである。

Ⅱ．インドネシア共和国バリ島について

1. インドネシア共和国基本情報

インドネシア共和国は、日本の約 5 倍の面積を有する世界最大の島嶼国家である。大小合わせて17,000とも言われる島々が東西5,000キロに渡って点在している。人口は約 2.66 億人であり、中国、インド、アメリカについで世界 4 位である。インドネシア最大の特徴はその民族の多さと言われている。大半がマレー系（ジャワ人、スンダ人等）ではあるが、350 を超える言語・民族集団（エスニック・グループ）が確認されている。宗教についても独特の制度が敷かれており、国民は信仰する宗教を住民登録の際に申告しなければならない。しかし宗教の自由は憲法で保障されており、イスラム教、プロテスタント、カトリック、ヒンドゥー教、仏教、儒教（儒教以外が 5 大宗教とされている。）などが信仰されている。このように、インドネシアには多種多様な言語、民族、宗教が混在しており、多様性こそがインドネシアの大きな特徴となっている。

図 1 インドネシア共和国地図（白地図専門店より）

2. インドネシア共和国略史及び日本との関係

外務省発表のインドネシア共和国略史を一部改変しまとめたものが表 1 である。1602 年にオランダが東インド会社を設立して以来約 200 年の間、インドネシアはオランダの統治下におかれてきた。その後第二次世界大戦を機に日本軍が占領し、1945 年に独立宣言、1949 年にハーグ協定によりオランダが独立を認め、インドネシア共和国として現在に至っている。

1945 年の独立宣言以来、日本とインドネシア共和国は特に経済分野において緊密な関係を結んできた。2008 年に日本インドネシア経済連携協定（EPA）が発効し、現在に至っても、インドネシア共和国にとって日本は最大の輸出国である。また、ODA を通じた経済協力も長年に渡って行っており、両国の関係は非常に友好的に推移している。互いに地震大国でもあることから 2004 年スマトラ沖地震、2011 年東日本大震災など大規模な地震災害の際には、お互いに支援活動が展開されている。

3. バリ島について

バリ島は首都ジャカルタのあるジャワ島の東に位置している。およそ 5,700 ㎢（東京都の約 2.5

表 1 インドネシア共和国略史

年 代	略 史
7 世紀～	スマトラに仏教国スリウィジャヤ王国が勃興。
13 世紀	イスラム文化・イスラム教の渡来。北スマトラのアチェ地方に最初のイスラム小王国が現れる。ジャワにマジャパイト王国が勃興し、ジャワ以外にも勢力を伸長。
1602 年	オランダ、ジャワに東インド会社を設立。
1799 年	オランダ、東インド会社を解散、インドネシアを直接統治下におく。
1942 年	日本軍による占領（～1945 年）。
1945 年	8 月 17 日、スカルノ及びハッタがインドネシアの独立を宣言。スカルノが初代大統領に選出。オランダとの間で独立戦争（～1949 年）。
1949 年	ハーグ協定によりオランダがインドネシアの独立を承認。
1965 年	軍部と共産党との緊張の高まりを背景に「9 月 30 日事件」が発生。
1968 年	スハルト大統領就任（第 2 代大統領）。
1998 年	アジア通貨危機をきっかけに、ジャカルタを中心に全国で暴動が発生。民主化運動も拡大し、スハルト大統領は辞任。ハビビ大統領就任（第 3 代大統領）。
1999 年	住民投票により、東ティモールの独立が決定。ワヒッド大統領就任（第 4 代大統領）。
2001 年	メガワティ大統領就任（第 5 代大統領）。
2004 年	国民による初の直接投票によりユドヨノが大統領（第 6 代大統領）に選出。
2005 年	ヘルシンキ和平合意（独立アチェ運動（GAM）との和平成立）。
2009 年	ユドヨノ大統領再任。
2014 年	ジョコ・ウィドド大統領就任（第 7 代大統領）。

外務省 WEB サイト、インドネシア共和国略史より一部改変

倍、愛媛県とほぼ同等）の面積に約 400 万人の島民が居住しており、毎年 350 万人を超える外国人観光客が訪れ、さらに約 250 万人ものインドネシア人が島外から観光や出稼ぎに訪れている。地方自治機構としては、バリ島とその周辺の 5 島がバリ州を形成しており、州都はバリ島デンパサールである。バリ州の経済の柱は観光業である。2014 年発表のバリ州中央委統計局による職業人口調査結果によれば、バリ州の収入の 3 分の 2 を観光業が占めている [1)]。インドネシア共和国自体が近年非常に高い経済成長率を維持しているが [2)]、中でもバリ州は過去 5 年におけるバリ州内域内総生産額の成長率は 5.5%に達しており、その成長の著しさが伺える [3)]。

写真 1 ウブドの棚田風景（写真 AC より）

写真 2　ウルワツ寺院でのケチャダンスの様子

バリ島がインドネシア共和国内の他の島々と大きく異なるのは宗教事情である。インドネシア共和国全人口のうち約8割がイスラム教徒であるのに対し、バリ島は全島民のうち約9割がヒンドゥー教徒（厳密にはインドで興ったヒンドゥー教と区別し、バリ・ヒンドゥーと呼ばれている。）である。これはインドネシア共和国を含む東南アジアの歴史と関わりが深く、15世紀頃にジャワ島でイスラム王朝が力を持ち始めて以降、ジャワのヒンドゥー王朝から人々がバリ島に逃れてくるようになり、その影響を受けジャワ以外の地からも次第にヒンドゥー教徒が逃れてくる流れができ、バリ島が東南アジアにおけるヒンドゥー教の最後の砦となったと言われている。17世紀以降、バリ島も長くオランダの統治下におかれていたが、その統治の方法は地域の領主よる間接統治が主流であった。そのため、宗教や生活文化を含め伝統が保持されることとなった。

こうして、ウブド地域に見られるような伝統的な棚田による自然景観（写真1）や、ケチャ（写真2）やレゴンダンスに代表されるような伝統舞踊、そして宗教と深く結びついた生活様式が、今日に至るまでほぼ姿を変えることなく受け継がれ、ビーチリゾートの開発と相まって世界的な観光地としての地位を築くことに繋がった。

Ⅱ．バリ州政府のヒンドゥー教教育と健康施策

1. 国立ヒンドゥー・ダルマ大学（IHDN）概要

インドネシア共和国は宗教と政治、教育が密接に結びついている。行政機関として宗教省があり、宗教省に5大宗教それぞれの教育局が置かれている。今回視察訪問をした国立ヒンドゥー・ダルマ大学（Institut Hindu Dharma Negeri：以降IHDN と表記する。）はその名の通りヒンドゥー教の大学である。もともとは宗教学としてのヒン

写真3　IHDN デンパサール校内の寺院。
学生は毎朝ここでお祈りをする。

写真4　IHDN デンパサール校内のクリニック

写真5　IHDN デンパサール校内。至るところにヨガのポーズ写真が飾られている。

写真6　Yoga & Health 学科生によるヨガのデモンストレーション。指導者役は3年次生の学生。

ドゥー教を教える専門学校として 1993 年に設立され、その後、2005 年に高等教育機関としての Institute として認定され、2018 年 12 月に University の認可が下りることが決定している。2018 年 11 月現在、3 学部で約 4000 人の学生が学んでいる。学部名はヒンドゥー教の宗教用語が充てられており日本語に訳することができないが、Dharma Acarya 学部、Dharma Duta 学部、Brahma Widya 学部の 3 学部であり、主に宗教や哲学を学ぶ学部、教育を学ぶ学部、健康や体育、スポーツを学ぶ学部に該当するが、教科や専門領域についての概念も日本とは異なる部分が多く、そのまま日本の教育システムに当てはめて説明することは難しい。

キャンパスは州都デンパサールの中心部にデンパサール校（学士課程エリアと博士課程エリア）とデンパサールから 40 キロほど北東に位置するバンリ県にバンリ校があり、今後は学士課程の全学部を敷地の広いバンリ校へ移転予定とのことであった。（写真 3、4、5）

2. Brahma Widya 学部 Yoga & Health 学科について

今回本学科は Brahma Widya 学部 Yoga & Health 学科から交流事業の打診を受けた。Yoga & Health 学科は 2016 年に新設された学科であり、ヨガ哲学、ヨガ思想、ヨガ実践法、ヨガ指導法などヨガに関することに加え、バリ・ヒンドゥーに基づく伝統的な健康学（アーユルベーダ、ヒプノセラピー、ジャムゥなど）を学ぶカリキュラムが展開されている（写真 6）。2018 年現在、3 年次 8 名、2 年次 25 名、1 年次 25 名の計 58 名が在籍している。今後の方針として、ヒンドゥー教に基づいた伝統的なヨガや健康学に加えて、（学科長曰く）近代的な欧米式の健康学や生涯スポーツ指導法もカリキュラムに取り入れていきたいため、本学科への交流事業の打診を行ったとのことであった。

バリ島に限らず、インドネシア共和国全体において人口は年々増え続けている。人口ピラミッドを見ると一目瞭然だが、幼少年期から成人初期にかけての人口割合が非常に高い（図 2）。バリ島内の小学校では教室数が足りず、児童が時間差で登校しているほどであった。出生数の増加に伴って、

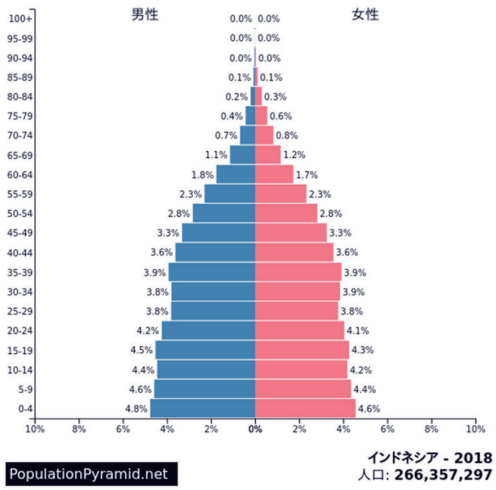

図 2 インドネシア人口ピラミッド

インドネシア共和国政府、バリ州政府ともに教育に関する予算規模を拡大させている。Yoga & Health 学科においては約 8 割の学生が国や州から援助を受ける奨学生であった。

IHDN 自体も国および州政府から多額の補助を得ており、バンリ校ではエレベーターを敷設する 4 階建ての新校舎が建設中であったのに加え、教室、研究室、クリニックを備えた施設の建設予定地も確保されていた。（バリ島では空港とホテル以外にエレベーターの敷設された建物はない。）

IHDN が大きな補助を受ける背景には、今後の高齢期人口の増加に備えて、健康について指導できる若者を育てるとともに、大学が地域住民の健康意識高揚に向けての拠点となってほしいという州政府の意向が大きく影響しているそうだ。本学科への交流事業の打診もその流れを受けてのことであり、IHDN の教員や学生を本学科へ派遣し勉強させたいという強い意欲を感じた。

Ⅲ. ヨガを通じた大学と地域の連携

1. バリ島住民の生活様式と健康意識

今回の視察にあたっては、Yoga & Health 学科に在籍する日本人留学生が通訳として帯同してくれたが、彼女曰く、「バリの人は歩かない」。筆者もデンパサール空港の建物から出てすぐに車とバイクの多さに驚いたが、電車やバスといった公共

交通手段を持たないバリ島においては、車とバイクのみが交通手段である。観光客向けに整備された観光地を除いて、現地住民が生活する地域ではどんなに近い距離でもバイクで移動する。自転車に乗ることはまずない。したがって、住民は歩かない生活をしているのである。

歩かないことに加えて、バリの人々は甘いものを好んで口にする。コンビニエンスストアで売られているお茶もコーヒーも基本的には全て加糖（決して微糖ではない）であり、レストランでも敢えて「ブラックコーヒー」と言わない限り非常に甘いコーヒーが出てくる。このような生活習慣から、生活習慣病など健康状態の悪化に対する対策が重要課題として認識されていた。そして、ヒンドゥー教と生活が密接であるという状況から、州政府内において、ヨガが健康状態改善に向けてのコンテンツの筆頭として取り上げられているとのことであった。ヨガはヒンドゥー教と関わりが深く、バリ島住民にとっては健康意識と結びつくコンテンツであり、実際にヨガの実践者は多いそうだ。

話を生活様式に戻すと、州都デンパサール中心部や開発されたごく一部の観光地周辺を除き、ほとんどの住宅はバリ・ヒンドゥーの教えに基づいたいくつかの棟（台所、家族の住居、米倉、家寺など）を備えている。家寺は仏教でいうところの仏壇にあたるが、その規模は全く異なる。庭に、小さな神社の祠があるようなイメージである。そして必ず毎日チャナン（写真 7）と呼ばれるお供え物を供え、全員が祈りを捧げる。バリ人に会うと男女問わず多くの人が髪に花を挿しているが、花も毎朝のお祈りの際に使われるものであり、祈りを捧げたのちに髪に挿して過ごすのである。IHDN デンパサール校の敷地内にも同様に寺院があり、学生は毎朝祈りを捧げてから授業へ向かっていた（写真 8）。

写真 7　チャナン

地域によって数は異なるが、5〜10 件程度の家が集落を成している。そしてその集落の中心には宗教儀式を行う家寺よりもやや大きな集落寺院があり、出産から葬儀まで各ライフステージにおける儀式の際には集落住民が集まって儀礼を執り行う。日本で言えば、自治会ごとに設置されている集会所のような存在であろうか。その集落寺院は儀式以外にも、ヨガや健康体操のために人々が集う場所としても機能していた。滞在中も多くの集落寺院に人々が集い、ヨガやポチョポチョと呼ばれるダンスを行う様子を見かけた。日本では都市部を中心に自治会機能の形骸化や近所付き合いの希薄化が進んでいると言われているが、バリにおいては集落の結びつきは大変強く、集落寺院を拠点に集落ごとの健康指導が可能となれば住民に寄り添った指導が可能であると感じた。

写真 8　キャンパス内にある寺院に祈りを捧げる学生たち

2. IHDN Yoga & Health 学科と地域の連携

Yoga & Health 学科の教員の多くは、島内各地の集落寺院へ出向き、ヨガやポチョポチョ、その他各種のダンスや体操指導を実施している。中には自宅のオープンリビングを解放し、ヨガ教室を開いている教員もいる。そのうちの 1 人、Yoga & Health 学科長が自宅で開いているヨガ教室を訪問し、参加する機会を得た（写真 9）。

夕方 18 時頃 BGM が流れ始めると、学科長家族、親族、地域住民が次々と集まり、最終的には 10 名がヨガ教室に参加していた。呼吸法から始まり、瞑想が加わり、座位、仰臥位、立位へとアーサナ（ポーズ）が進んでいく。徐々に日が沈んで暗くなっていく様子、鳥や虫、時々ヤモリが鳴く声、風の音、温度、湿度など自分を取り巻く環境を感じつつ、緩やかな呼吸を続けながら無理のない範囲でポーズをとっていく。一緒に参加した日本人留学生によると、筆者に対しては英語で呼吸やポーズの指示をくださったが、他の参加者に対してはバリ語でバリ・ヒンドゥーの教えや考え方を交えながら指導をしていたそうだ。

立位で呼吸を整えたのち、太陽礼拝と呼ばれる一連のシークエンスを行なった。19 時をすぎて完全に夜になっても気温は 28 度程度であり、太陽礼拝を終える頃には汗だくである。太陽礼拝ののち、再び座位に戻り、呼吸を整える。最後は仰臥位で手足を心地よい角度に開き、屍のポーズでリラックスをし、ヨガのレッスンは終了した。途中水分補給やおしゃべりに花が咲いて中断することもあったが、全部で 90 分程度のレッスンであった。

写真 9　学科長宅でのヨガ教室の様子（一番右が学科長）

そもそもヨガはヒンドゥー教の経典の一つである「ヨーガ・スートラ」がベースになっており、ヒンドゥー教とは切っても切り離せない。ヨガの語源として「くびきでつなぐ、結合する」などがあげられるように、元来ヨガは「神と私」や「内なる自分と外なる自分」、「こころとからだ」などをつなぐものとして捉えられてきた。現在日本で広く実践されているヨガの多くはアメリカからもたらされた流れを汲んでおり、「からだ」の側面に重きをおいている傾向がある。バリ・ヒンドゥーが深く生活に根付いているバリでは、呼吸、瞑想、ポーズなどヨガのすべての要素に対して親和性が高く、健康を志向した活動としては大変取り組みやすいものとして認識されていた。

Ⅳ. まとめ

インドネシア共和国は新興国の中でも経済成長率が非常に高く、人口も増加し続けており今後もさらに勢いを増すことが予想されている。その人口動向と運動不足になりがちな生活様式から、国もバリ州政府も教育と健康施策に力を入れている状況が今回の視察においても多方面で感じられた。視察に訪れた IHDN では多くの教員が島内各地で住民に対して健康指導をする場を設けており、大学での教育だけでなく健康指導を通じた地域貢献がなされていた。住民の健康意識はまだ高いとは言えないが、教員が実施するヨガ教室やダンス教室には常に最低でも 10 名程度が参加しており、少しずつ意識の高まりが伺えるようになっていた。今後 IHDN の校舎拡張工事では大学内に地域住民を対象としたクリニックやヨガスタジオを併設することが予定されており、大学が拠点となり健康指導を進めていく準備が着々と整えられていると同時に、学生にとっても実践的に学ぶ場が確保されていくことが分かった。

州政府が IHDN に期待を寄せているように、今後 IHDN はヨガに限らず健康指導に関する知識、実践力を身につけた指導者を多く排出していくことが大きな使命となるであろう。その過程において生涯スポーツ学科と交流を持つことが可能になればさらに幅広い知識、実践力を有する指導者の

育成が期待される。

また本学科にとっても、アメリカナイズされていないヨガを学ぶ機会を得ることは、生涯スポーツ領域の指導者として有意義なものになることが期待される。山下（2009）によると、日本においては、1960～70 年代が第一次ヨガ・ブームであり、その後一時下火になった期間を経て 2000 年以降は第二次ヨガ・ブームと言える状態が続いている。第一次ヨガ・ブームでは「こころ」の側面に重きが置かれていたが、その反動もあってか現在の第二次ヨガ・ブームでは「からだ」の側面に大きく偏ったヨガが全盛を極めている[4)]。しかしブームはまたいつの日か下火になる日が訪れる。その先を見越すと、国内でも十分に学ぶことのできるアメリカ式のヨガに加えて、バリ式のヨガを学ぶ機会を得ることは、本学科にとっても有益となるであろう。課題としては言語の問題が挙げられる。バリ島ではインドネシア語が公用語として使用されているが、バリ人同士の会話ではバリ語が用いられている。英語での会話も日常会話程度であれば可能だが、本格的にヨガを学ぶとなると心許ない。教員同士の会話は英語で可能だが、学生も交えての交流となると言語に関しては課題となるだろう。本学ではインドネシア語やトンアンアジア文化の授業が開講されており、学内で得られる支援等も含めて今後の検討が必要である。

今回の視察においては、IHDN と生涯スポーツ学科の交流事業について、その可能性を探ることができ大変有意義なものとなった。今後も引き続き交流事業実現に向けてさらに検討を進めていきたい。

註）本視察は、2018 年度学部等研究補助金を受け実施されたものである。

引用・参考文献

1）黛洋子（2017）発展途上国のリゾート地における大学生の就労に対する意識調査−インドネシアバリ島を事例として−、文教大学国際学部紀要、28（1）、p129−139

2）堀江正人（2017）インドネシア経済の現状と今後の展望～堅調な経済成長を続ける世界第四位の人口大国～、三菱 UFJ リサーチ＆コンサルティング経済レポート

3）JFE エンジニアリング株式会社（2017）インドネシア国バリ州における廃棄物発電事業報告書

4）山下博司（2009）ヨーガの思想、講談社

5）エイドリアン・ヴィッカーズ著、中谷文美訳（2000）演出された「楽園」バリ島の光と影、新曜社

6）佐保田鶴治（2002）ヨーガのすすめ　現代人のための完全健康法、ベースボールマガジン社

7）国際協力銀行開発金融研究所（2003）インドネシアの宗教・民族・社会問題と国家再統合への展望、JBOCI Research Paper、25

8）水本達也（2006）インドネシア　多民族国家という宿命、中公新書

9）永渕康之（2007）バリ・宗教・国家−ヒンドゥーの制度化をたどる、青土社

10）総務省大臣官房企画課（2008）、インドネシアの行政、諸外国の行政制度等に関する調査研究、16

11）中村滋延（2015）バリ島ウブドにおける伝統芸能現代化の実態に関する調査、芸術工学研究、23、p35-46

12）外務省、インドネシア共和国基礎データ https://www.mofa.go.jp/mofaj/area/indonesia/data.html（2018 年 12 月 14 日最終閲覧）