

http://dx.doi.org/10.17703/JCCT.2024.10.6.205

JCCT 2024-11-26

1930년대 서상천의 체력단련법 저술속 특징

Characteristics of the 1930s Seo sang-cheon Physical Training Method

신의연* 김연수**

Shin eui-yun* Kim youn-soo**

요약 서상천(1903-1950)은 일제강점기와 해방 후 한국 체육의 발전에 크게 기여한 인물로, 체육 지도자이자, 행정가였다. 그리고 우리에게는 역도를 처음으로 국내에 도입한 사람으로 알려져 있다. 서상천은 조선인의 허약을 고치고자 일본 유학을 다녀온 서상천은 귀국후, 1925년부터 그는 휘문학교 체육교사 재직과 동시에 자신의 집을 개조하여 '조선체력증진법연구소'를 창립하여 전국에 체력단련법과 역도 등을 보급하기 시작하였다. 또한 이러한 체육단련법의 보급에 부응하여 『현대체력증진법』(1931), 『현대철봉운동법』(1934)과 같은 저술을 발행하였다. 이들 1930년대 저술은 현대 보디빌딩의 아버지라 일컫는 유진 산도우 등의 이론을 적극 수용 전달하였다. 본 연구는 서상천의 1930년대의 저술인 『현대체력증진법』(1931)과 『현대철봉운동법』(1934)의 주요내용을 통해서, 이 시기 서상천의 체력단련 관련 저술속에 나타난 '신체단련'에 대한 무한긍정과 단련된 상반신 사진 노출과 같은 당시로서는 과격적인 저술의 성격을 조명하고자 하였다. 그리고 이어진 1940년대의 저술에서는 1930년대와는 다소 상반되게 '신체'에 대한 무한 긍정보다, '정신'을 더 우위에 두고 강조하는 저술의 특색과 그 배후의 정치적 행보에 대한 아쉬움을 언급하였다.

주요어 : 서상천, 역도, 체력단련, 『현대체력증진법』, 『현대철봉운동법』

Abstract Seo Sang-cheon (1903-1950) was a sports leader and administrator who contributed greatly to the development of Korean sports after Japanese colonial era and liberation. And to us, he is known as the first person to introduce weightlifting to Korea. In this paper, through the main contents of the books of the 1930s related to this research topic, including the Modern Physical Fitness Promotion Act (1931) and the Modern Iron Stick Movement Act (1934), the main contents of Seo Sang-cheon's books related to physical training during this period, I would like to illuminate the characteristics such as infinite affirmation of the 'body training' and the exposure of disciplined upper body photographs in Seo Sang-cheon's writings related to physical training during this period. On the one hand, contrary to this, I tried to mention the regrets of his writings and political moves emphasizing the 'spirit' after the 1940s.

Key words : Seo Sang-cheon, weightlifting, physical training, Modern Physical Fitness Promotion Act, Modern Iron Stick Movement Act

1. 서론

서상천(1903-1950)은 일제강점기와 해방 후 역도만이 아닌 한국 체육의 다양한 발전에 크게 기여한 인물

*정희원, 한일장신대학교 운동처방재활학과, 조교수(제1저자) Received: August 16, 2024 / Revised: October 25, 2024

**정희원, 한일장신대학교 운동처방재활학과, 조교수(제2저자) Accepted: November 5, 2024

접수일: 2024년 8월 16일, 수정완료일: 2024년 10월 25일

*Corresponding Author: yilian@hanmail.net

게재확정일: 2024년 11월 5일

Dept. of Exercise Rehabilitation, Hanil Univ, Korea

로, 체육 지도자이자 학자, 사회운동가, 정치인으로 활동하였다. 하지만 일반인에게는 국내에 역도를 처음 소개한 사람으로 유명하다. 아마도 이는 당시 많은 스포츠 종목들은 외국인이나 일본인에 의해 도입되었는데, 역도만은 한국인 서상천이 처음으로 국내에 소개한 종목이기 때문일 것으로 생각한다. 서상천의 업적을 정리해보면 다음과 같다. 서상천은 한국에서 휘문고를 졸업 후 일본의 체조학교에 입학해서 체육을 전문적으로 공부한 당시로서는 매우 드문 인재였다. 그는 유학을 마친 후 1925년 귀국하여 우리나라에 처음으로 역도 종목을 소개하였다. 또 역도만이 아니라, 우리나라에 관련 체력단련법을 학교와 일반사회에 널리 보급하기 위해 노력한 체육인이다. 그는 역도를 전국적으로 역도대회 개최하는 등 한 종목으로서 발전을 도모했을 뿐만 아니라, 이 역도의 체력단련 과정속 체력단련법의 중요성을 발견하고 이를 보급하고 훈련시키기 위해 노력하였다. 서상천은 1926년 ‘조선체력 증진연구회’를 일본 유학 친구들과 창립하고 조선에서의 보급을 위해 노력하였다. 1930년에는 이를 다시 ‘중앙체육연구소’로 개명하여 넓은 부지를 확보하고 유료 회원들을 모아 체력 단련법을 가르치게 된다. 그리고 역도의 보급과 함께 이 체력 단련법도 전국적으로 전파하기 위해 노력 하였다. 이를 위해 서상천은 일본에서 공부하였던 운동생리학 등 전문지식을 기반으로 여러 체육 전문서를 저술 발행해, 조선인 누구나 쉽게 허약한 체질을 개선하여 건강하고 건장한 체력과 체격을 갖추기를 도모하였다

본고에서는 서상천의 여러 저서중에서 본 연구주제와 관련된 1930년대의 저서인 『현대체력증진법』(1931)과 『현대철봉운동법』(1934)의 주요 내용을 통해서, 이 시기 서상천 체력단련 저술의 특징을 조명해보고자 한다.

현재 서상천 관련 선행 연구는 많지 않다. 소논문으로 김용근의 「문곡 서상천의 생애와 체육사상에 관한 연구」(1993)와 손환 · 최종균의 「문곡 서상천의 한국 근대 스포츠 발전에 미친 영향」(1999)이 있다. 김용근의 논문은 우리나라에서 최초로 서상천의 생애와 체육사상에 관한 연구를 주제로 진행했다는 의미가 있고, 손환과 최종균은 체육사적 각도에서 서상천이 한국 근대 스포츠에 미친 영향에 대해서 중요한 특징들을 정리해 주는 공헌을 하였다.

그 외, 최여미(2008)의 「일제강점기 체육인 서상천

에 관한 심성사적 연구」는 석사학위논문이지만 깊이 있게 서상천의 일본에서의 귀국직후의 활동과 일제말기 친일논란등과 관련된 활동에 대하여 서상천의 심성의 변화를 연구하는 논문을 완성하였다. 우리나라에 최초로 역도를 도입 소개한 서상천의 명성으로 인하여, 서상천의 후반기 친일로 보이는 일련의 행적을 언급하기는 분명 쉽지 않았으리라 생각된다.

진현주(2012)의 논문 「서상천의 저작에 나타난 근대 한국인의 몸에 대한 인식」은 본 연구 주제와 가까운 내용에 해당한다. 이 논문에서는 서상천의 ‘중앙체육연구소’에서 이루어진 훈련은 다른 스포츠 단체의 체력 단련법과 차별화되는 점이 있는데, 이 시기 서상천은 오롯이 개인의 신체단련만을 목적으로 하였음을 이야기하였다. 그리고 이 방법들이 우리나라 최후에 해당하는 현대 과학적 원리에 의한 신체단련법이라 강조하였다. 하지만 1940년대 이후의 저술에서는 서상천 자신이 그토록 강조하였던 ‘육체’, ‘몸’이 사라지고 갑자기 ‘정신’을 강조하고 있는 현상을 지적했다. 진현주는 이를 ‘육체’를 공적 영역으로 끌어올렸다가 다시 ‘신체’로 회귀하였다고 정리하였다.

이외 서상천 관련 박사논문으로는 최찬욱(2023)의 박사논문 「한국 근대 체육활동가에 대한 연구」에서는 실제 스포츠 분야의 활동가이자 고위 스포츠 행정가로 활동하였던 서상천의 스포츠 행정관련 업적과 저술에 대해 상세히 소개하고 있다. 이는 좀 더 깊이 있는 개론적 성격의 서상천 이해에 도움이 되는 논문이라고 할 수 있겠다.

II. 서상천의 생애와 체육관련 업적

앞서 언급한 최여미는 그의 논문에서 다음과 같이 서상천의 업적을 정리하였다. “한국 최초의 체육연구소인 중앙체육연구소를 설립하고, 역도·체조를 보급하고 수많은 체육 지도자를 양성하였다. 특히 그는 조선역도연맹, 체조경기연맹 등 여러 체육 단체의 회장을 역임하고 ‘역도(力道)’라는 용어를 창안하여 한국 역도 발전의 초석을 닦았다”.[1]

또 손환 등은 논문에서 서상천이 전조선 역도대회를 창립 발전시켰다는 점과 또 당시 조선의 체육은 운동경기를 하는 것으로만 인식하였으나, 서상천은 이를 국민 보건과 체력증진이라는 또 다른 체육의 일면을 인지지

켰다고 하였다. 마지막으로 서상천이 소개하는 체력단련 운동은 특별하거나 특정 장소가 필요하지 않고 언제 어디서나 혼자서라도 간단히 할 수 있는 운동법에 해당된다는 점을 강조하였다. 특히 현대 보디빌딩의 아버지라 할 수 있는 산도우(Eugen Sandow, 1867-1925)의 일반 보건의운동과 운동경기 선수의 기초훈련법을 제시하였다고 정리하였다.[2]

이외, 본 연구자가 생각하는 서상천의 중요한 업적 중 하나는 1936년 조선체육회의 승인을 얻어 ‘역기(力技)’ 종목을 ‘역도(力道)’라는 용어로 개칭한 업적을 부각시키고자 한다. 같은 한자문화권인 일본과 중국도 각각 ‘重量擧げ’와 ‘擧重’란 종목명을 사용하고 있다. 하지만 우리나라는 학문적이면서 도학적 수련의 의미를 띠고 있는 ‘道’라는 글자의 함의를 이 스포츠 종목에 포함시키고 있다. 이는 서상천이 생각하는 바, 역도 종목이 정신과 신체 영역에 미치는 긍정적 영향에 대한 무한 신뢰를 짐작할 수 있다.

현재에도 대한역도연맹은 ‘문국 서상천배 역도 경기 대회’를 개최하고 있다. 이 대회는 1948년에 시작하여 2024년 제 83회를 개최하게 되었다. 이외에도 서상천은 한국 역도의 대중화와 저변 확대를 위해 다양한 노력을 기울였다. 그중 역도 기술과 훈련법을 체계적으로 정리한 점, 후진 양성을 통한 한국 역도발전을 이룩한 점 등 한국 역도에 있어 서상천의 역할과 공헌은 독보적이다.

서상천은 1902년 대구의 부유한 집에서 태어나 당시 서울 휘문의숙을 거쳐 1923년 일본 체조학교를 졸업하고 1926년 귀국하였다. 그는 귀국과 동시에 서울 휘문고등보통학교에 교사로 재직하였다. 하지만 서상천은 이에 만족하지 않고 자신이 배우고 수련한 체력단련 방법들을 알리고 가르치고자 하였다. 그래서 일본 체조학교에서 함께 공부하고 귀국한 이규현, 이병학과 함께 자신의 자택에 ‘조선체력증진법연구소’ 설립하여 역도 이론 및 체력향상을 위한 방법을 가르치고 직접 수련하였다. 하지만 이러한 체력증진법 보급에 한계가 있다고 생각하고, 1930년에 자신의 집을 20여평의 체육관으로 개조하고 ‘중앙체육연구소’라 명명하였다.

유복한 집안의 청년 서상천이 일본에 유학을 하게 되고, 체력증진에 대한 비전을 갖게 된 동기는 그가 1929년 3월 잡지 『학생』에 투고한 「제일허약하였섯다」라는 글에 잘 나타나 있다.[3]

“체육이란 틈틈이 시간 있는 대로 할 것이요. 일생을 전문으로 할 것은 안이라고 하였섯다. 그럼으로 무엇보다 과학방면으로 전공하려 하였든 것이다. 나의 동경으로 간 뜻은 이와갓치 과학방면이었으나 동경가서 얼마동안 잇서본 결과 체육에 대한 그들의 주장이 나를 격동식하였든 것이다. 조선에 잇슬때는 내 자신만을 표준하기 때문에 체육이란 일생 전문할 것은 안이라 하였으나 그들의 체육을 장려하는 의의와 체육에 대한 정신을 이해할 수 잇을 때 나는 내 자신의 허약도 허약이려니와 우리 조선인의 허약을 생각하지 안을 수 업섯든 것이다. 그럼으로 나는 쾌연히 체육방면에 나섰고 오늘에 잇서 만족하는 것이며 건강한 사람보다도 불건강한 사람에게 더욱 이 방법을 권하고 심혼 것이다. 체육이라 하면 그저 고기덩어리의 건강만을 위주로 하는 줄 아는 것이 오늘날까지도 일반의 체육에 대한 이해갓다. 그것은 큰 오해일 것이다. “건강한 정신은 건강한 육체에서 난다”하는 말은 육체가 먼저 건강하니까 비로소 정신이 건강해진다는 말이 아니다. 체육이란 정신이 먼저 건강해지고 다음에 육체도 건강해 진다는 설명이다” (서상천, 『제일 허약하였섯다』 『학생』.1929 : 44)

이처럼 ‘조선인의 허약함을 극복해야 한다’는 사명감을 이유로 서상천은 일본 체조대학에 입학하였다. 그의 일본유학은 성공적이었고, 스승 도바시(土橋順之助) 교수와 함께 체조와 역도를 비롯한 체력단련법에 대해 연구와 수련을 시작하게 되었다.

그러나 서상천은 1937년, 한국에 귀국하여 처음 시작한 모교 휘문고등보통학교 교사직을 사직하였다. 서상천은 체력단련관련 여러 사업을 하면서도 교사직을 포기하지 않았다. 서상천은 1948년 하계 올림픽에서 동메달을 획득하여 대한민국 최초의 올림픽을 획득한 쾌거를 이룩한 김성집을 지도하였다. 김성집이 역도를 시작한 것도 당시 체육교사였던 서상천이 보여준 『현대체력증진법』 책 때문이었다.

그리고 당시 전국적으로 확장일로에 있던 ‘조선체력증진법연구소’의 후신인 ‘중앙체육연구소’와 관련 일도 중단하였다. 서상천은 당시 만주 목단강으로 건너가 3년간 농장경영에 종사하였다고 알려져 있다.[3]

당시 일제가 서상천에게 불하해 준 만주 지역의 불임야가 있었고 이는 상당한 규모인 것으로 전해졌다. 이 임야 불하의 배경은 중앙체육연구소의 재원마련이었고, 이로 인하여 서상천의 연구소는 재정운영과 관련하여 일본의 도움을 받았음을 추측할 수 있다. 서상천은 이 시기 일본으로부터 도움을 받아 체육관을 설립하고자 하였으나, 이것이 태평양 전쟁으로 어려워졌고, 별

다른 저항없이 일본의 지배 체제를 순응하는 생활을 이 어가게 되었던 것으로 여겨지고 있다. 하지만, 만주서 돌아온 이후 서상천은 돌아와서는 1940년대에 친일단체 가입하는 등의 행보를 하게 된다. 또 이 시기 일련의 저술에서도 초창기 서술과는 달리 체력단련이나 역도에 관련한 별도의 언급 없이 ‘정신’의 중요성과 정신이 육체를 지배한다는 식의 이론을 강조하는 내용이 저술에 포함되었다.

뿐만아니라 1939년 서상천은 일제 강점기의 조선체육인으로서 최초로 총독부가 주는 체육공로상을 수상한다. 이어 1940년 조선역도연맹의 제2대 회장이 되었다. 그리고 친일행적의 의혹을 받게 되는 결정적인 계기가 있는데, 그것은 그가 ‘국민총력조선연맹’이라는 단체의 참사로 부임한 일이다. 이 단체는 일본의 충실한 주구들로 인정받는 친일파의 결정판이었다. 같이 참사 명단에 있는 이들로는 일제강점기 조선일보 사장 방응모, 최남선, 이광수 그리고 이사로는 윤치호가 있다. 이후 1941년 조선역도연맹은 조선체육협회로 통합되고, 그리고 그의 ‘중앙체육연구소’는 1942년 폐쇄되었다. 그러함에도 서상천은 ‘황국 신민화 정책’, ‘전시동원체제’에 동조하는 일본우생협회에도 가입 활동하였다.

서상천은 이 시기에도 저술활동을 이어가, 1942년 『力道』라는 책을 저술하였다. 하지만 특이하게도 그 내용은 자신이 국내 최초로 소개하고 대중화 시키며 주변을 확대하였던 도입한 역도 종목에 대한 언급이 아니었다. 이 저서에서는 자신이 생각하는 인생관과 여러 경전의 명언, 위인들의 언행을 소개하고 있다.

그 외 몇 권의 책을 더 집필하는데, 이들 저서 역시 1930년대의 저술 내용과 많이 다르게 역도나 체력단련 내용이 아닌 정치와 국방관련 내용이 포함되어 있다.

1945년 일제 강점기로부터 해방이후 서상천은 본격적으로 정치인으로 이승만을 지지하는 정치활동을 하였다. 이어 1950년 5월에는 제2대 국회의원 선거에 종로구로 입후보하여 낙선하게 된다. 이후 약 한달 후 한국전쟁 때 피랍된 것으로 알려지고 있다. 당시 서상천은 경제신문과 현대일보의 사장을 지내기도 하여서 남북 피살된 언론인으로 분류되고 있다.[4]

III. 「1930년대 서상천의 저술속 ‘신체’에 대한 강조

본장에서 살펴보고자 하는 것은, 1930년대 서상천의 체력단련법 저서들의 특징이다. 이 시기 저술은 오직 서상천의 두 권의 저서 『현대체력증진법』(1931)과 『현대철봉운동법』(1934)이 있다.

구체적으로 이들 특징을 말하자면, 저술에 나타난 서상천의 ‘신체단련’에 대한 무한 긍정과 구체적이며 실제적인 체력단련의 기본 이론과 구체적 훈련방법을 제시하고 있다. 그리고 독자들이 스스로 체력단련 방법을 독학하여 체력을 단련할 수 있도록 상세한 설명과 사진 자료 제공하고 있다. 일반적인 소개가 아닌 체력단련을 원하는 독자들을 위한 저자 서상천의 열정이 느껴지는 내용과 편집으로 이루어져 있다.

또한 자신을 포함한 동료 선후배 회원 및 학생들의 잘 단련된 상반신 사진들을 많이 노출하고 있는 부분도 중요하다. 당시로서는 매우 쉽지않은 결정이었을 것이나. 이는 일제강점기 체육관련 저술 속에서 찾아보기 드문 서상천만의 ‘신체’에 대한 집중과 열정 그리고 자신감이 가득한 체육인의 저술로 평가할 수 있겠다.

특히 서상천은 이 저술속에서 우리나라 사람으로서 최초로 서구 생리학에 기반한 과학적 신체 단련 방법을 제시하였다. 또 서상천의 1930년대 저서에는 당시로서는 매우 선진적이라 할 수 있는 ‘현대 보디빌딩의 아버지’라 불리는 독일의 유진 산도우(Eugen Sandow)가 창안한 체력단련 운동법과 기초훈련법을 많이 소개하고 있다. 당시로서는 매우 획기적이며 새로운 저술로 인정받게 된다.

서상천은 일본에서 체조학교를 다니며 체력단련을 공부한 이유에 대해서 자신을 포함한 조선인들의 허약을 고쳐보겠다는 의지로 시작하였다고, 앞의 문장 「제일허약하였섯다」에서 밝힌 바 있다. 서상천이 유학을 마치고 1925년 조선에 귀국한 이후의 그의 활동은 그의 말 그대로 조선인의 허약을 고쳐보겠다는 의지를 실천하는 과정으로도 볼 수 있다.

서상천은 한국에 귀국하여 먼저 체력단련법 등을 저술하였을 뿐만 아니라, 책에서 광고하고 홍보하듯 ‘조선 체력증진 연구소’를 만들어 유료회원을 모집하였다. 이어 체력단련을 희망하는 자들에게 가르치고 이를 전국적으로 확장하여 나갔다. 또 전국적으로 역도역대회도 개최하여 민중들의 관심을 모으며, 입장료등으로 재정 기반을 만들어가면서 동시에 역도의 기초가 되는 체력단련의 중요성을 홍보하였다. 서상천이 말하는 체력

단련은 지금으로 말하면 ‘보디 빌딩’에 해당한다. 서상천의 물 모델로 저술에 가장 많이 등장하는 유진 산도우는 현대 ‘보디 빌딩’의 아버지로 불린다.

이러한 일련의 내용을 다 포함하고 있는 저서 『현대체력증진법』(1931), 『현대철봉운동법』(1934)의 공통된 특징은 체육인 서상천을 통해 새롭게 부각된 단련된 ‘신체’에 대한 집중이고 이 ‘신체’들에 대한 무한 긍정으로 볼 수 있다. 이들 저술에는 잘 단련된 몸과 신체를 소유한 이들의 상반신 사진이 수없이 많이 게재되어 있다. 여기에는 당시 유명한 정치인이자 체육인 언론인이었던 여운형의 상반신도 포함되어 있다.

서상천은 일본유학중 단순 정해진 교육과정만 이수한 것이 아니라. 동료들과 함께 서구의 생리학에 기반한 선진적이며 과학적인 이론과 유행을 받아들이는데 열심이었음을 알 수 있다. 그 예중 하나로 손환·최중균의 「문곡 서상천의 한국 근대 스포츠 발전에 미친 영향」(1999)논문에는 당시 서상천이 다녔던 일본 체조학교의 교육과정을 공개하고 있다. 하지만 이 교육과정만으로는 유진 산도우나 서구의 서킷 트레이닝 이론 등을 체득하기 어려웠을 것으로 판단된다. 많은 부분 서상천은 적극적으로 스포츠 학술지 등을 통하여 독학으로 서구의 체력단련 이론들을 공부하였을 짐작할 수 있다.

그리고 이를 국내에 소개하고 있음을 통해 체력 단련에 관한 서상천의 열정을 짐작할 수 있다. 서상천은 이렇듯 당시 우리나라에는 생소한 서구 생리학에 기반한 과학적 방법으로 신체 단련을 연구하고 몸소 실천했고, 이를 보급하고자 사재를 아끼지 않았다.

서상천은 당시 과감하게 지금 스포츠 마케팅에 해당하는 홍보전략도 사용하고 있다. 먼저 1931년의 저서 『현대체력증진법』의 첫 페이지와 두 번째 페이지는 광고가 실려 있다. 바로 『심신단련 현대철봉운동법』을 포함한 자신의 책 두 권을 홍보 소개하고 있다. 『현대체력증진법』의 맨 뒷면에도 이들 저서에 대한 홍보가 한 면 가득 차지하고 있다.

또한, 서상천은 1030년대의 두 저서 모두 뒷면에 자신이 운영하는 ‘경성중앙체육연구소’의 입회 안내를 게재하며 유료회원 모집 홍보를 매우 적극적으로 홍보유치 활동을 하고 있음을 확인할 수 있다.

관련 홍보내용을 살펴보면 이 연구소의 연구종목은 ‘체조경기, 씨름, 유도및 일반체력증진법’으로 소개하고 있다. 이어 이 연구소는 “허약한자, 소화불량, 신경쇠약

기타 일반병약자와 일반 운동경기선수로서 기본이 되는 체력을 더 강장하게 하고자 하는 자, 적극적으로 강장하고자 하는 유일무이한 기관이다”로 소개하고 있다. 또 입회 자격은 “12세 이상의 남녀로 노인과 어린이도 무관하다”로 적어두고 있다.

또 1934년에 출판한 『심신단련 현대철봉운동법』 저술에는 『현대체력증진법』 책에 대한 홍보를 게재하고 있다. 중앙체육연구소에 대한 홍보도 “동양유일의 체격개조기관인 경성중앙체육연구소”로 소개하며 마홍보에도 진일보하고 있다. 이는 보디빌딩만이 아니라 홍보면에서도 현재에 비견하여도 뒤지지 않는 기획력을 짐작할 수 있다.

실례로 『현대체력증진법』을 보면, 1,2페이지에 걸쳐 서상천 자신의 책을 홍보하고, 바로 3페이지에서는 바로 건장한 자신의 상반신 사진을 게재하였다. 이어 4페이지에는 공저자 이규현의 상반신이 2장 연속 게재되어 있는데 이는 2년간 체력증진법을 연구하기 전과 후로 구별되어 있다. 지금으로 보면 연구소 회원가입 ‘전과 후’로 달라진 모델의 모집을 공개하고 있는 것이다.

이어 『현대체력증진법』 5페이지에는 27세 산도우의 잘 단련된 전신상이 게재되어 있다. 이렇듯 이 저서는 내용의 절반 이상이 상반신등의 사진과 체력단련 방법을 설명하고 있는 그림과 삽화로 이루어져 있다.

서상천은 이어 『현대체력증진법』 9페이지와 그의 많은 페이지에서 자신의 단련된 몸을 직접 사진으로 게재하여, 체력단련을 하고 있는 자신을 모델로 구체적인 방법을 설명였다. 또한 자신의 일본체조학교 시절 잘 단련된 몸을 갖추고 있는 동료나 선배들의 모습을 공개하고 있기도 하다. 이어 자신의 ‘체력증진연구소’와 ‘중앙체육연구소’의 회원들의 상반신과 훈련모습, 또는 공저자인 이규현의 상반신도 아낌없이 공개하고 있다.

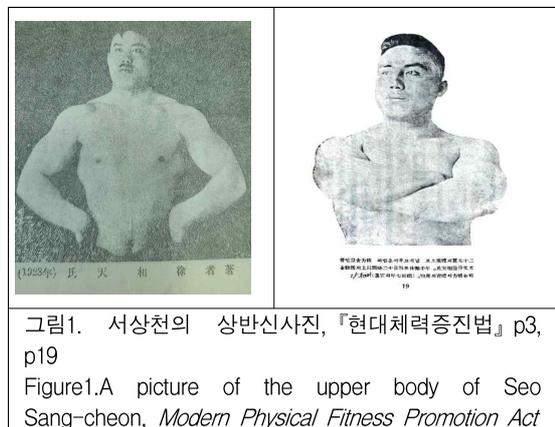


그림1. 서상천의 상반신사진, 『현대체력증진법』 p3, p19
Figure1.A picture of the upper body of Seo Sang-cheon, *Modern Physical Fitness Promotion Act*

지금으로서는 1930년대의 일제강점기 조선인의 체력 단련의 분위기를 잘 알 수는 없으나, 이렇게 적극적으로 체력단련의 방법을 소개하면서 단련된 자신과 주위 사람들 그리고 서양 사람들의 상반신을 노출하고 있는 저서는 많지 않은 것으로 생각된다.

또한 이들 저술들은 허약한 사람들이 어떻게 단련해야 하는지, 이 저술속의 사진과 그림을 보고 각성하여 스스로 학습하여 건장한 체력을 만들어 갈 수 있도록 도전의식을 심어주는 내용도 수록되어 있다. 그리고 이어 수많은 성공사례에 해당하는 상반신 사진을 통해 독자들이 유효회원등이 되어 체력단련에 많이 참여하도록 설득하고 있다.

구체적 책의 내용은 다음과 같다. 『현대체력 증진법』 제 1장에서는 산도우식 보건기초운동법과 산도우식 철아령 운동법을 소개하고 있다. 제 2장에서는 바벨과 아령 등 적극적으로 체력증진법을 소개하였다. 이외에도 중량 기구별 신체 부위별 운동, 산도우의 이론을 설명하고 있다. 그리고 이 저서는 독자 스스로 독학을 통해 체득할 수 있도록 매우 상세하게 많은 삽화 등을 제공하고 있다

1934년에 발행한 『현대 철봉운동법』에서도 목차 바로 뒤 첫 페이지에 서상천 자신의 단련된 상반신을 게재하고 있다. 이어 철봉운동으로 체력을 단련하는 자신을 포함한 체육인들의 사진을 이어 게재하였다. 특히 할만한 사항으로는 당시 조선중앙일보 사장이었던 여운형의 상반신 노출사진도 게재되어 있다. 당시 여운형은 48세였고, 당시로서는 매우 유명한 인물이었지만 서상천의 저서에 기꺼이 건장한 체격을 소개하였다.

이 『현대 철봉운동법』은 『현대체력 증진법』보다 더 많은 삽화로 철봉운동법의 방법을 설명하고 있다. 그 외 서상천 등 여러 숙련자가 철봉 단련을 하는 모습도 사진으로 찍어 정확한 자세를 학습할 수 있도록 배려한 참고자료를 많이 소개하고 있다. 그리고 『현대체력 증진법』에 못지않은 건장한 상반신 사진도 많이 소개하고 있다.

하지만 이 1930년대 서상천 저술속에도 구한말부터 이어지는 민족주의적 체육사상가들이 애국지사들의 행보와는 조금 다른 일면이 보여지기도 하다. 그것은 청년 서상천을 포함한 당시의 민족주의 체육지도자나 체육사상가들이 수없이 노력하고 고민했던 문제였던 ‘우리가 왜 허약한 신체를 건장하게 만들어야 하는지’,



그리고 이들 ‘이제 건장해진 육체로 어떤 세상을 열어가야 하는지’에 대한 언급은 보이지 않는다. 다만 건장하고 완벽하게 단련된 육체를 갖추는 것이 눈앞의 당면 과제이자 목적일 뿐, 잘 단련된 ‘몸’을 조선인에게 공개하여 체력단련을 독려하는 이상의 최종 목적이 이 시기 저술에도 전혀 언급되지 않음을 확인할 수 있겠다. 물론 이 시기 일제 강점기의 공식 출판물로서의 엄중함을 고려하지 않을 수 없다.

다만 본 연구대상인 1930년대의 저술인 『현대체력 증진법』(1931), 『현대철봉운동법』(1934)에는 기존 많은 동시기 체육관련 연구에서 언급되는 체력단련을 통하여 도달하여야 하는 민족주의적 요소가 보이지 않는다는 점이다.

구한말부터 일제강점기에 이르기까지 많은 조선의 체육계 인사들이 집중하였던 체력단련을 통한 조선의 부국강병이나 구국의 열정을 찾아보기는 어렵다. ‘병식 체조’나 ‘운동회’ 그리고 ‘체육교육’ 등을 통한 민중들의 부국강병의 각성 등 어떤 교육의 목적이 보이지 않는다는 점은 이 시기 서상천의 저술이 다른 민족주의 체육 활동과 구별되는 점이다.

하지만 서상천에게는 국민을 허약에서 구하겠다는 일념하의 체력단련법과 그 일환이었던 역도의 도입과 조선내 저변확대가 그의 실천방법이었을 수 있다. 따라서 이들 저서에서 언급되지 않았을 뿐, 서상천에게는 건장한 체력을 단련하는 일과 일제강점기 애국 애족은 불가분의 관계였을 수도 있다.

지금들 비추어 생각하면, 국민의 체력단련을 위한 서상천과 그 동료들의 일련의 노력은 그 자체로도 충분히

긍정적이며 대단한 일에 해당한다. 마치 요즘 우리 사회에 일고 있는 청년들의 헬스 열풍과 바디프로필 촬영 등 ‘몸’에 대한 전적인 투자와 같이 이는 개인적으로 당연한 일이 아닐 수 없다. 그리고 현재와 비슷하게 약 100년 전 1930년대 서상천이 주도하는 체력단련 프로그램에서 이러한 일들을 진행하였음을 생각하면 서상천의 시대정신은 매우 앞서있었음을 알 수 있다.

더 나아가 서상천은 과거의 유교사회의 ‘신체’의 단련을 기피하였던 분위기를 일신하여, 잘 단련된 ‘신체’를 긍정하는 사회적 인식의 변화를 앞당긴 것이다.

하지만 아쉽게도 1940년대 이후 서상천의 저술을 살펴보면, 1930년대 초창기 저술과는 다른 내용이 전개되고 있다. 즉 이전의 ‘신체’에만 집중하던 서상천의 체육사상이 다시 ‘정신’이 육체를 지배한다는 이론으로 전개되면 정신의 중요성에 집중하고 있다. 수 많은 당시 기성세대들의 성공담과 경전들의 명언들을 ‘정신’의 중요성을 설명하며, 명인들의 에세이 형식으로 서술되어 있다.

이에 대하여, 진현주는 2012년 그의 석사논문 「서상천의 저작에 나타난 근대 한국인의 몸에 대한 인식」에서 서상천이 “초기 저술이 민족과 국가를 벗어난 개인의 신체단련을 목적으로 했던 것과는 달리 그의 후기 저작에서는 개인의 신체 단련을 국가의 발전과 동일 선상에서 사유하고 있다”고 말하였다.[5]

이러한 저술의 내용은 앞에서 언급한 일부 친일행적과 관련되어 있거나, 1940년대 이후와 1945년부터 북한 피랍직전까지 이어졌던 서상천의 정치와 언론계 활동과 연계되어 있다고 생각할 수 있겠다.

IV. 결론

서상천은 자신만이 아닌 여러 사람을 허약에서 개조하겠다는 생각으로 일본에서 체육을 전공하였다. 그리고 일본에서 현대의 생리학과 같은 기초 체육이론의 기반에 체조와 역도 그리고 여러 체력단련의 이론과 실기를 학습하여 귀국하였다.

1925년부터 그는 휘문학교 체육교사와 동시에 자신의 집을 개조하여 ‘조선체력증진법연구소’를 창립하여 전국에 체력단련법과 역도 등을 보급하기 시작하였다.

또한 이러한 체육단련법의 보급에 부응하여 『현대체력증진법』(1931), 『현대철봉운동법』(1934)과 같은 저

술을 발행하였다. 이들 1930년대 저술은 현대 보디빌딩의 아버지라 일컫는 유진 산도우 등의 이론을 적극 수용 전달하였다.

이 시기 저술에는 잘 단련된 신체에 대한 무한 긍정적 요소와 여기에 해당하는 상반신 사진등을 수없이 게재하는 등 당시로서는 매우 과감한 일면을 보이고 있다. 당시 구한말과 일제강점기 민족주의적 체육교육의 입장에서 보면 아쉬울 정도로 오직 민족주의적 언급은 자제되어 있고, 오직 체력단련에만 집중하고 있다.

그리고 이어지는 1940년대 이후의 서상천의 저술에는 ‘신체’에 대한 집중이 ‘정신’으로 회귀하고 있다. 이는 일제말 친일경향의 정치적 행보와 이승만 정권시 극우 정치인으로서 활동으로 연계되기에 이 시기 저술에 대한 아쉬움이 남아있다..

References

- [1] Choi, Yeo Mi, “A Study on the History of Mentality of Seo Sang Chun in Colonial Ages of Japan”, a master’s thesis at Korea Sports University, p22, 2008.
- [2] HwanSon · JongKyunChoi, “The Influence on the Improvement of Modern Korean Sports to Seo Sang Chun, Moon Kok”, *The Korean Journal of Physical Education*. Dec 30, 1999.
- [3] Baek Yong-gi, “Looking back on Mungok Seo Sang-cheon’s re-publishing of Yeokdo”, *Yeokdo*, 1987.
- [4] Hong Eun-pyo, “About athletes who defected to North Korea”, *The Modern Bibliography Review Society*, pp343-359, 2016. 12.
- [5] Jin Hyun-joo, “Body awareness of modern korea : case study - Sang Chun Seo”, a master’s thesis at Seoul National University, p2, 2012.