

2005 年度古文書学特殊講義レポート

「輸入文化としての身体性」

40085 太刀岡勇気

### ①はじめに

中世中期頃に吉田兼好を初めとして多くの人々が文書の持つ身体性に気づきはじめたようである。それではそもそも身体性そのものの観念はどこから生まれたのであろうか。それには鎌倉初期に導入され当時大流行した鎌倉新仏教が関係しているのではないかと思われる。そのような問題意識に立って、吉田兼好が生まれる約50年間前に書かれた曹洞宗の基本的な書である「正法眼蔵随聞記」を身体性の観点から読んでみると、禅僧（特に曹洞宗）が仏法の世界に身体性を発見していたということが分かる。大陸からの輸入文化である禅宗とともに、身体性が取り込まれたことが中世に様々な分野において身体性の考え方が広く広まったきっかけなのではないだろうか。そこでここでは「正法眼蔵随聞記」に表われる身体性を見ていくことで、それを具体的に考察してみたい。（「正法眼蔵」も参考にしていくことにする。）

### ②正法眼蔵随聞記の概要

正法眼蔵随聞記とは、鎌倉新仏教曹洞宗の開祖道元の教えをその弟子である懷奘が記したものである。成立年代としては嘉禎元年（1235）から同四年（1238）までの間であるといわれる。道元は正治2年(1200年)に生まれた。3歳で父を、8歳で母を失い、13歳にして出家し24歳から28歳まで宋国に渡った。若い時期からの厳しい修行・精進の生活の連続によって健康を損ない50歳を過ぎ病状が進行し54歳で亡くなったそうである。懷奘は道元とほぼ同時代の人間であり、常にそばにいて教えを受けその教えをオリジナルに近い形で正法眼蔵随聞記に記したと思われる。それは当時の公式文書に書かれる漢文体ではなく、漢字カナ交じり文で書かれていることから分かる。カタカナは口語体を記すためのものであり、道元の語り口を生き生きととらえているのである。また繰り返しが多いこともそれを裏付ける証拠となる。

資料として「方丈記、徒然草、正法眼蔵随聞記、歎異抄」日本古典文学全集（小学館）を用いる。漢字カナ交じり文は、漢字ひらがな文に変えてある。全6巻構成でそれぞれが節に分かれているのを、1巻1節を1-1のように表した。正法眼蔵については「正法眼蔵、正法眼蔵随聞記」日本古典文学大系81（岩波書店）を用いる。

### ③身体の放棄

1-2 今生、もし学道・修行せずは、いずれの生にか、器量の者と成り、不病の者と成らん。ただ、身命を顧みず、発心・修行する、学道の最要なり。（P312, L14）

2-19 学道の人（中略）、世を捨て、家を捨て、身を捨て、心を捨つるなり。よくよく思量すべきなり。（P369, L13）

正法眼蔵（現成公按） 仏道をならふといふは自己をならふ也。自己をならふといふは自己をわするなり。自己をわするといふは、万法に証せらるるなり。万法に証せらるるといふは、自己の身心をよび他己の身心をして脱落せしむるなり。（P102, L5）

1-2 では身体や命を顧みないで、心を起こして出家し修行することが最も重要であると書かれている。2-19 では四段階修行の説が唱えられ、第三段階として「身を捨て」なければならないとある。しかしながらこれらは身体を軽んじるということ意味するのではない。いったん俗世間の身体を一度捨て、余分なものをそぎ落とし本質的な部分だけを取り戻すのである。正法眼蔵にはより進んだ記述が見られる。「わする」つまり自己の意識を捨て去ることで万法に証せられ、自・他が対立概念ではなくなり、ひとつ上の次元に上がれるとある。新しいものを構築するときには古いものを捨てなければならない。いったん自己の「身」と「心」を捨てることこそがまさに身体を再発見する契機となるのである。

#### ④身体の再発見

1-3 身体・血肉だにもよく持てば、心も随って好くなると、医法等に見る事多し。況んや、学道の人、持戒・梵行にして、仏祖の行履に任せて身儀を修むれば、心地も随って整ふなり。（P314, L7）

1-5 また云はく、学道の用心、本執を放下すべし。身の威儀を改むれば、心も随って転ずるなり。まづ、律儀の戒行を守らば、心も随って改まるべきなり。（P317, L9）

1-3 によれば、この頃徒然草に見られる「万安方」はまだ完成していないが医学書は広まっておき、健全なる精神は健全なる肉体に宿る、と言うように身体の健康が精神の健康につながるという理解が広くなされていたことが分かる。「一般人：身体・血肉をよく保つ→心もよくなる」⇒「禅僧：持戒・梵行→心地も随って整ふ」という対応関係をみると、戒律を保ち汚れのない行動を心がけるということが身体・血肉をよく保つことであり、「戒律を守ること＝身体をよく保つこと」だったのである。

1-5 にも同じようなことが書かれている。身の威儀（礼法にかなった動作）をあらためて身体をよく保てば、心もよくなるとある。修行の第三段階で身体を捨て、第四段階で心を捨てたことによって、心と身体の間連を知り、心を支配するものとしての身体を再発見することができたのである。

## ⑤理解よりも体得

1-5 一日、示に云はく、古人云はく、「聞くべし。見るべし。得べし」。また云はく、「得ずんば、見るべし。見ずんば、聞くべし」。云う心は、聞かんよりは、見るべし。見んよりは、得べし。未だ得ずんば、見るべし。未だ見ずんば、聞くべしとなり。(P317, L9)

これはまさに百聞は一見に如かずということの意味している。「聞く」という間接的な手段によってコミュニケーションを図るよりも、「見る」という直接的な手段を用いたほうが理解しやすいということである。さらに「見る」よりも「得」るほうが、程度が高くなっている。この「得」というのはただ理解するというだけでなく、「道を得る」というひとつ上の次元の理解を示すものだろう。次の例にそれが表れている。

3-21 得道の事は、心を以て得るか、身を以て得るか。(中略) 今、我が家は、身・心、俱に得るなり。(中略) 心を放下して、知見・解会を捨つる時、得るなり。見色明心、聞声悟道の如きも、なほ、身を得るなり。しかれば、心の念慮・知見を一向捨てて、只管打坐すれば、今少し道は親しみ得るなり。しかれば、道を得ることは、正しく、身を以て得るなり。これによりて、坐を専らにすべしと覚ゆるなり。(P408, L9)

6-23 示に云はく、学道の最要は、坐禅、これ第一なり。(中略) 驛問うて云はく、「打坐と看語と並ばへてこれを学するに、語録・公案等を見るには、百千に一つ、いささか心得られざるかと覚ゆる事も出で来る。坐禅はそれ程の事もなし。しかれども、なほ、坐禅を好むべきか」。

示に云はく、公案・話頭を見て、いささか近くある様なりとも、それは、仏祖の道に遠ざかる因縁なり。無所得・無所悟にて、端坐して時を移さば、即ち、祖道なるべし。(中略) 正しき功は、坐にあるべし。(P492, L2)

3-21 では道を得るというのは心身ともに得ることであるが、両方を同時に得ることは難しいので、とりあえず「心の念慮・知見」を「放下」して、「只管打坐」することによって「身を以て得る」すなわち体得が先であると述べられている。現在ある知識や考えを捨てて無心になり、「只管打坐」をすることによってこそ難しい悟りの道が得られる可能性があるから、坐禅が最も重要であると考えていたのである。

6-23 では随聞記を書いた高弟である懐驛でさえも、坐禅だけして悟りが得られるのかということを疑問に思っている。これに対し、道元の答えは明快である。公案や古人の語録を読んでも分かったような気がするだけで本当に分かってはおらず、正しい修行の道からはかえって遠ざかる事になる、というのである。つまり頭だけの理解では好ましくないとどこかかえって妨げになり、身体を通して理解したものだけが真の理解につながると

いうのである。得るところなく、悟るところなくただ坐禅をし続けることが、古くからの理にかなった道であると説くのである。このような例から、曹洞宗は頭で理解することよりもじっくりと時間をかけて体得することを目指したといえるのではないだろうか。次の例もみてみよう。

1-5 学道の人も、初めより道心なくとも、ただ、強いて道を好み学せば、終には、真の道心も起るべきなり。(中略) 衆に随って行せば、道を得べきなり。譬えば、舟に乗りて行くには、故実を知らず、行く様を知らざれども、よき船師に任せて行けば、知りたるも、知らざるも、彼岸に到るが如し。善知識に随って、衆と共に行じて、私なければ、自然に道人なり。(P317, L9)

1-8 学道の人、各々、自ら、己が身を顧みるべし。身を顧みると云うは、身心いかやうに持つべきぞと顧みるべし。しかるに、衲子は、即ち、これ釈子なり。如来の風儀を慣ふべきなり。身・口・意の威儀、皆、千仏行じ来れる作法あり。各々、その儀に随ふべし。俗、なほ「服、法に応じ、言、道に随ふべし」と云へり。況んや、衲子は一切、私を用ゐるべからず。(P327, L8)

正法眼蔵（坐禅儀） 参禅は坐禅なり。

坐禅のとき、袈裟をかくべし。蒲団をしくべし、蒲団は全跣にしくにはあらず、跣の半ばよりはうしろにしくなり。しかあれば、累足のしたは坐蓐にあたり、脊骨のしたは蒲団にてあるなり。これ仏祖の坐禅のとき坐する法なり。(中略)

かくのごとく身心をととのへて、欠気一息あるべし。兀兀と坐定して思量箇不思量底なり。不思量底如何思量。これ非思量なり。これすなはち坐禅の法術なり。

坐禅は習禅にはあらず、大安樂の法門なり。不染汚の修証なり。(P157, L1)

1-5 では初めはよく分からなくても、いやいやながらも続けているうちに分かってくるといっている。徒然草序段にも「つれづれなるままに、日くらし、硯にむかひて、心にうつりゆくよしなし事を、そこはかとなく書きつくれば、あやしうこそものぐるほしけれ。」、157 段に「筆をとれば物書かれ」とある。これは何か物を成したかったらその態勢に入ってしまうことで身体のほうが思考を導いてくれるという身体性の考え方なのである。これは上の 3-21 で坐禅が最重要であるといっているのともつながり、よくわからなくてもとりあえず坐禅をすることで悟りの道に一步も二歩も近づくとということなのである。

また徒然草第 52 段で「仁和寺の法師が石清水に参詣し、麓の寺だけを参拝して本尊に参らなかつたことを取り上げ、少しのことにも、先達はあらまほしき事なり」とあるのと同じように先達の重要性を挙げている。先達が優れていれば、その言うことに素直に従って我流を通そうとしなければ、おのずから悟りの道に到達できると述べられている。これは

さらに 1-8 で詳しく説かれ、衲子（すなわち禅僧）は、釈迦の弟子であるから釈迦のやり方に従って修行しなければならないとある。身（行動）・口（説法）・意（思惟）のやり方についても千仏（諸先輩）が行ってきた方法に従わなければならないと説いている。正法眼蔵ではわざわざ坐禅儀をもうけて詳しく、具体的に坐禅の方法を記している。しかもこの巻のすぐあとには坐禅箴がありさらに厳密に説かれているのである。書道の世界でも「入木抄」はそれ以前の「夜鶴庭訓抄」や「才葉抄」と異なり、筆の持ち方を極めて具体的に指示している。このように何を書くかだけでなく、どのように書くかということが重視されるようになった。これと同様にどのように修行をするかという事を重視するようになったのである。我流を認めず、初めは慣れなくても伝統的な手法によらなければならないと指示しているところも同じである。このように古くから認められているやり方を重視するようになったのは、まさに身体性の表れである。

#### ⑥まとめ

禅宗は坐禅によって自らを鍛錬し釈迦の境地に近づくことを主張した。これは従来の仏教が経典の解釈を重視したのとは大きく異なる。まさに禅宗は身体性を重視する、即ち身体で以って体得することを目指した宗派であったといえよう。特に道元の曹洞宗は、公案を解決して悟りに達する事を主眼とした栄西の臨済宗とも異なり、只管打坐によってのみ悟りの境地に達しようとした。鎌倉初期にこのような禅宗が大陸から輸入されることでその持つ身体性も自然に取り込まれ、さらにそれが鎌倉武士に広く受け入れられた事が中世の人々が様々な分野における身体性を広く意識するようになった契機ではないだろうか。