

しんたい  
テキスト  
軀で読む文献

山田 俊 (中国思想史)

期する所があつて始めた太極拳の練習が八年目に入った。「武当正宗」という架式だ。最初の一年こそ中国にて師に就いて学んだものの、その後は一人で錬功を重ねてきた。些か我流に流れているかもしれないが、嘘もつき続ければ真実になるが如く、最近面白い感覚を味わえるようになってきた。私の学んだ架式は通して錬ると二十分余りの長さになるのだが、調子のよい時はその時間をほとんど感じることはない。少し大きさに言えば、始めと終わりの瞬間を意識するだけなのだ。

「身心一如」という表現が中国にはある。中国で人口に膾炙するようになったのは、禪宗の文献に用いられるようになってからであろう。北宋（九六〇〜一二二六年）の『景德伝灯録』という禪師（≡禪宗の僧侶）の伝記を集めた書物には、唐の南陽慧忠（？〜七七五年）の言葉として次のようにある。

体と心が一つになって、心の外に余計なものが何一つ

もない（身心一如、心外無余）。

ここでは、認識する主体としての心と、認識の対象としての肉体という、心と肉体の分離・対立が否定されている。心と肉体とが一体となっているからこそ、「心の外に余計なものがある」と言えるのである。

唐代末から五代にかけての禪師・雲門文偃（八六四〜九四九年）の語録『雲門匡真禪師広録』はこの言葉を引用する。

南陽慧忠国師が言った「体と心が一つになって、体の外に余計なものが何一つもない」と。雲門禪師が続けた「山河大地がどこにあると言うのか」と。

ここでは、慧忠国師（≡南陽慧忠）の語を引用しながらも、「体の外に」となっている。もしかすると、引用する時に「心」を「体」と間違えたのかもしれない。だが、「体」としたことで、その意味が大きく変わった点には注意すべきであろう。即ち、心と身体の対立・区別のない一つの「我」は、その「我」の外にあるはずの外界との間にも対立・区別がないというのである。だから、自己とは異なるものとしての「山河大地がどこにあると言うのか」と言われているのである。「一如」の世界が更に広がっているとと言えるのである。

即ち、外界と自己とは完全に「一如」となっているはずである。こうなると、北宋の禪師・克悟（一〇六三〜一一

三五年)の『仏果圓悟禪師語録』の次のような理解のされ方も現れる。

先人は言った「体の外に余計なものが何一つもない」と。この世界全てがこの一つの心に他ならないのだ。

山河大地も特別なものではないのだ。

自己と外界の区別がない以上、この世界は自分自身に他ならないのだ。そうなると自然世界も最早特別なものではないのだ。だが、この考え方は実はとても危うい。外界を認識の対象とした上で、それと自己との一体化を図る、という亜流に堕しやすいためである。同じく北宋の禪師・宏智正覚(一〇九〇—一五七年)の『宏智禪師広録』はその点に注意を喚起する。

先生が言われた「身体と心が、体となり、外界と我が、体となつてゐる。山河大地が自分であると敢えて言う必要もなく、自分を山河大地であるとする必要もないのだ」と。

外界と自己との一体化など言う必要すらないのだ。それを無理に考えている内は、まだまだ「一如」ではないのである。最後に北宋の『碧巖録』(二三〇〇年)の例を見ておこう。

もし全ての迷いの世界を取り除き、身体と心が一体となつて、身体の外に余計なものが何一つなくとも、ただ半分もいっていない。

ここでは一転して、「身心一如」であればそれでよしと勘違いする者へ警告を発している。「身心一如」が求められる境地とされると、そこに執着することが逆に迷いとなることを注意しているのである。即ち、「身心一如」自体を対象化することも慎重に避けられているのである。

とすれば、「身心一如」という境地はそもそも認識することなど不可能だと言わねばならない。仮にそれを認識したと意識するならば、その時点で、認識している自分と認識されている対象とが存在していることになり、主客の対立、内と外の対立、心と身体の対立、自己と外界の対立が存在することになり、「一如」ではなくなってしまうからだ。

私が太極拳をしている時、ふっと今しがたの授業のことを思い出してしまふことがある。こうなると、一気に様々な思念が噴出し、途端に身体の動きがぎこちなくなってしまう。この状況になると、急速に時間感覚が復活してくる。つまり、その刹那に「身心一如」が失われてしまったのである。とするならば、その直前までは「一如」であったこととなる。「一如」自体は認識することは出来なくとも、その喪失は感じる事が出来るのだ。

もう一つ、太極拳を練る時、視線は動かしている手を追うのが基本だが、この時も不思議な感覚が伴う。太極拳が円の運動を基本としていることはよく知られているが、套路(Ⅱ型)は直線上を行き来する。それにも関わらず、自

分を円の中心として外界が存在しているかのような感覚が伴うのである。空間の広がりを中心に自分がいるという錯覚でも言うのであろうか。これが『仏果圓悟禪師語録』の「この世界全てがこの一つの心に他ならないのだ」という感覚なのだろうか。これは「身心一如」とはどのような関わるのだろうか。あるいはもしかするとこの感覚は迷いののだろうか。まだよく分からない。よく分からないもの、これもとても面白い感覚だ。直線上を型通りに無限に繰り返される套路の中に、実は解き放たれた精神の自由があることになる。その意味で、より実践的側面を重視して、個々の「技」の向上に努める「散打」と言われる中国の実践的練習方法とは全く異なる発想が套路にはあると言えよう。

「身心一如」の語は色々な解釈が可能なようだ。「氣」が身体全体を滞りなく巡っている状態を指すのだとの解釈もある。近年の、禅の身体的技法と中国の「氣」の思想との密な関わりを指摘する研究成果を踏まえるならば、禅の文献に見られる「身心一如」の語をそのように捉えることは無論可能である。儒教文献に見られる「居敬」、道教文献に見られる「内観」、仏教の「止観・禪定」などの各種の瞑想方法は、相互に共通点・相違点があるものの、何れも身体的な発想を基礎とする観念ではあろう。その意味で、こうした思想を扱う文献は身体的にも読まなければならないこ

とが徐々に指摘され始めている。

特に中国では、ある文章の作者が執筆の前提として身体的体験を持っている場合、その文章を理解するためにはそれを追体験する必要があると言われて久しい。例えば、道家の文献である『老子』の第四十二章には、

万物は陰を背負い陽を抱き、沖氣を和とする。

とある。日本の代表的な注釈書の一つである福永光司先生の解説では、「二氣」が分かれて「陰陽」の二氣を生じ、「陰陽」の二氣が合わさって「沖和の氣」が生じ、この「沖和の氣」が核となって万物が生み出される。だから、既に生成された万物の側からいえば万物はそれぞれに「沖和の氣」と陰氣と陽氣とを己の内部に宿していることになる、とされる。だが、中国では、体の中を陰の氣と陽の氣が滞りなく流れ調和していることを言っているのだ、とする解釈がよく見られ、勢い氣功などと関連付けられることになる。そうすると、『老子』のこの文を本当に理解するために、そうした実体験を持つ必要があるとなるのである。また、「太極↓陰陽↓五行↓万物」という万物の生成・展開を図示したとされる「太極図」は、実は人間の身体をモデルとしたものではないか、という見解もある。そういえば、冒頭で紹介した太極拳の我が師は、太極拳を始める最初の自然体の状態で、「頭の中を空っぽにしなさい。そこには宇宙がある。無極があり太極があるのだ」と言っていた。こ

れなどは「太極図」に基づいた発想であろう。これらの解釈が正しいかどうかはともかく、いずれにしても、こうした事柄が中国人にとり身体的に理解されやすいものであることが分かるのだ。

身体的体験は極めて個人的な体験であるため、それを普遍的真理として不特定多数の人々と完全に共有することは困難であろう。まして、我々が通常学問の対象としているような過去の人々の体験を現代の我々が追体験するのは更に困難である。だが、真理の探究が個人の営為から出発するものであるならば、個人的体験は普遍的真理追究の邪魔にこそなるかもしれないが、無駄にはならないであろう。少なくとも、過去の人々の体験にいくらかでも近づくことは目指してもよいはずだ。その意味で、「身心一如」の欠如を私が感得することが出来たのは、期する所のほんの僅かな部分が達成されたと言えるのかもしれない。

八年間と言えば、大学に入ったばかりの新入生も大学院の博士課程で専門論文が書けるまでに成長出来る時間である。八年目にして「欠如」を感得出来たのは、才能がないのであろうか。それとも、意外と幸運であったのだろうか。

- 1 石田秀実『氣―流れる身体』(平河出版社、一九八八年)
- 2 三浦國雄「止観と坐忘と居敬―三教の身心技法―」(『大阪市立大学文学部』人文研究』第四四卷第五分冊)。

- 3 福永光司『老子』(中国古典選。朝日出版社、昭和五十九年)。

- 4 加藤千恵『不老不死の身体』(大修館書店、二〇〇二年)。

