

Title	儀礼空間としての禅堂：実践と静寂空間の関係性
Sub Title	The Zen hall as a space for ritual : the relationship between practice and silent space
Author	東島, 宗孝(Higashijima, Shūkō)
Publisher	三田社会学会
Publication year	2025
Jtitle	三田社会学 (Mita journal of sociology). No.30 (2025. 7) ,p.4- 17
JaLC DOI	
Abstract	
Notes	特集：儀礼空間が創る宗教、実践が創る儀礼空間： テクノロジー・身体性・規範に注目して
Genre	Journal Article
URL	https://koara.lib.keio.ac.jp/xoonips/modules/xoonips/detail.php?koara_id=AA11358103-20250701-0004

慶應義塾大学学術情報リポジトリ(KOARA)に掲載されているコンテンツの著作権は、それぞれの著作者、学会または出版社/発行者に帰属し、その権利は著作権法によって保護されています。引用にあたっては、著作権法を遵守してご利用ください。

The copyrights of content available on the KeiO Associated Repository of Academic resources (KOARA) belong to the respective authors, academic societies, or publishers/issuers, and these rights are protected by the Japanese Copyright Act. When quoting the content, please follow the Japanese copyright act.

儀礼空間としての禅堂 ——実践と静寂空間の関係性——

The Zen Hall as a Space for Ritual:
The Relationship between Practice and Silent Space

東島 宗孝

1. はじめに

本論文の目的は儀礼的な実践が修行空間とどのように関係しているのか考察を行うことである。事例として在俗の人々（居士¹⁾）向けの坐禅会における静寂を守るための連鎖的な一連の動きを一種の儀礼的な実践ととらえる。仏教の一派・禅宗（日本では曹洞宗・黄檗宗・臨済宗が現存）の代表的な修行法である坐禅²⁾の場では静寂を保つことが重視される。静寂を保つために言葉による指示ではなく、定型の動きとその連鎖により修行が進行していく。この定型の動きを儀礼的な行為としてとらえ、それが修行空間をどのように形作するのか考えていく。また、儀礼空間の経時的な変化について着目するためにコロナ以降の儀礼空間の消滅についても触れていく。

2. 禅宗の「儀礼」研究

禅の研究では従来儀礼についての研究が避けられる傾向にあった。近代仏教研究における「実践」の位置づけとして、大谷は教義的な事柄は仏教学、宗学（宗門の学術）、仏教史学が担い、儀礼や実践に関しては民俗学が担うという学問分野の棲み分けを指摘した（大谷、2017、2-17）。また末木は近代の仏教研究において教義と実践研究の棲み分けと宗教実践、特に儀礼研究の主流文脈からの切り離しが仏教史学者の前提であったと指摘した。その際儀礼は旧仏教的な枠組みに分類され、新仏教の教義研究の主流化へとつながったとされる（末木、2017、239-289）。また、日本仏教に対する研究は各宗の教理と高僧の言葉などを参照し、祖師研究を重視するといった「日本仏教史学」として明治以降に伝統宗門、仏教学、国史学、哲学、倫理学等諸分野に広がりながら発展してきたという仏教学研究の特性も指摘されている（クラウタウ、2012、56-74）。こうした近代仏教研究情勢について武井は近代仏教儀礼研究が進まない理由として、先行研究のまとめから棲み分け論、教理・信仰優先の仏教研究、資料的制約があったとまとめている（武井、2019、169-170）。

禅研究も前述のとおり仏教学の伝統の枠組みの影響を受けた。なかでも京都学派の哲学者らにより推し進められた禅哲学は大きな権威をもった。禅の概念化や見性³⁾（悟り）のプロセスを哲学的視点から考察を行い、「教義のない禅」を縁取る作業が文献学的な研究を中心に行われてきた。こういった視座は宗派内の宗学にも影響を与えるとともに、宗門大学での講義などにより各僧侶のたちの禅認識も規定することとなっている。

しかし、1990年代よりそうした過度に純粹化した禅概念（純粹禅）への批判や実践研究の必要性

が言われるようになった（末木、2006、155-165）。佐々木は曹洞宗寺院を事例として曹洞宗学や禅堂での修行と葬式仏教の齟齬に悩む曹洞宗の僧侶、対して修行で得た「力」を評価する檀家の姿を描いている（佐々木、1993、2004）。ボルプは京都の臨済宗妙心寺の寺院機構や僧侶たちの実践について民族誌を描いた。その中で葬式や法階を重んじる純粹禅の外側ともいえる禅のあり方について考察している（Borup 2008）。また武井は近代仏教の儀礼研究のあり方や近代曹洞宗の儀礼的实践について雑誌資料などから読み解いている（武井2019、2023など）。上記の研究動向からは瞑想や思想としての「禅」だけでなく、今まで「旧仏教」的要素とされていた実践的側面への注目が高まっていることが伺える。

また、禅宗の修行実践自体も儀礼的要素を含んだものとしてみるができる。シャーフは禅堂修行に儀礼要素を見出し、「瞑想（心）だけでなく実践者のきわめて形式化された身体的訓練、行動、振る舞いの全てが禅に含まれる」と述べている（Sharf 2005）。また、今回の調査地である寺院の居士を指導する僧侶も修行について「すべて規定されており、儀礼的である」という認識を示している。臨済宗僧侶の佐藤義英が著した『雲水日記』では以下のような記述がみられる。

「むずかしい法式（ほっしき）の類から箸のあげおろし、下駄のぬぎ方まで出處進退ことごとく規則づくめだ。（……）これも真剣に勤めることによってやがて身も心も規矩に順応し、古参のように眼つき、運歩、自ずから作法に適うようになるはずという。」

（佐藤義英、2015、「規矩」『雲水日記』、26）

こういった規範に基づく日常的な修行実践という立場から禅宗の一つ一つの動作は儀礼的实践とみる事が可能といえる。本論に最も近い立場をとるのは段の曹洞宗総持寺への一般人の参禅に関する研究である（段、2019）。段はファン＝ヘネップとターナーの儀礼の過程に関する議論を参照しつつ、坐禅会を一般社会に対する分離一過渡一統合の場、つまり儀礼の場として捉え、坐禅会自体を「コムニタス」として考察した。しかし、同研究はいわば一般社会と分離され、異質な経験をする場という意味で「コムニタス」を用いており、そこで行われる行為自体を儀礼的实践として位置づけたり、実践と空間の関係性、その通時的変容についてまでは考察していない。

本論では上記の視座から禅宗修行の場における立ち居振る舞いを儀礼的な実践として見ていく。そして儀礼的な実践が修行の空間を維持するためにどのような機能を持っているのか明らかにしていく。また行事や儀礼と銘打たれている場だけでなく、禅の修行の場が儀礼空間となりうる可能性を提示する。

3. 用語の整理（臨済宗・禅堂修行・坐禅会）

(1) 臨済宗

臨済宗は禅宗の一派であり、中国唐代の僧侶、臨済義玄（?～866）を宗祖としている。本格的に日本に流入したのは鎌倉時代であり、武家政権や朝廷との密な関係により鎌倉や京都に大寺院が建てられた。禅宗は坐禅を主な修行法とする宗派であり臨済宗も同様である。ただし、日常生活の全てが修行であるとされるため、掃除や炊飯などの作務も修行に含まれる。また、公案を用いた禅問答を重

視することも特徴であり看話禅と呼ばれる。過去の法を受け継いだ高僧（祖師）たちの逸話などをもとに修行僧は師僧と問答を行う。公案は理性によって回答を得ることは不可能とされ、通過するかは師僧の判断による。禅の真理は言葉や概念ではなく師弟間の以心伝心によってのみ伝えられるとされるからである。

総本山のようなものではなく、13の大本山がそれぞれの宗派を管轄している。またここに黄檗宗を加えて14派とすることもある。最も規模が大きいのは京都に本山をもつ妙心寺派で3341箇寺を有する。各派の独立性が高く、ひいては各道場の師僧（師家）の権限が強いのも臨済宗の特徴といえる。

(2) 禅堂修行

禅宗では雲水と呼ばれる修行僧たちが禅堂という道場で修行を行う。特に出家した僧侶の修行の場となる禅堂は現代日本においては専門道場、または僧堂と呼ばれる⁴⁾。僧堂では坐禅や日課の読経、作務と呼ばれる労働を行いながら生活する。禅宗の伝統として日常生活も修行の一環とされるため、坐禅以外の時間も重視される。そのような修行規範は中国唐代に作成された「百丈清義」（以下、清義と略称）を基として、道場ごとに定められている。

また禅宗の修行は自身の仏性・仏心を見出す修行（己事究明）とされる。つまり自らの外側に何かを求めるのではなく内側に本来備わっている「仏」に気づくことが修行の名目となる。この思想は日常経典や法話、創作物を通じて現代の臨済宗にも広く共有されている⁵⁾。

(3) 「無言行」という規範

事例を見ていく前に無言行という規範について触れておきたい。前述のとおり、禅堂では規範や日常生活（日課）は唐代より編纂されてきた清義をもとにした「規矩」が定められている⁶⁾。その中では起居動作全てのふるまいが修行とされることから、修行者同士の高談戯笑や私語が禁じられる（丸毛、2016）。無用に大きな音を出すことも禁じられ、食事の咀嚼音や足音などにも注意が払われる。このような静寂を守る実践が無言行と呼ばれている。

この無言行は禅宗における見性についての考え方「不立文字 教外別伝 直指人心 見性成佛」が背景にある。「不立文字 教外別伝」とは禅宗に釈迦から伝わる悟り（正法）は文字や概念で表すこともできず、伝えることもできない。そのため、禅宗では言葉などで法を伝えることはしない。そのため、「直指人心 見性成佛」、つまり正法を受け継いだ師と雲水の以心伝心によって悟りの成就が目指される。言葉による法の伝授が不可能という前提が言葉を用いないという修行環境につながっている。

言葉や音を立てることは極力忌避されるが、端的な言葉と鳴らしものによる進行はなされる。言葉としては日課の進行を指示する単語が役職をもったものの口から発されることはある。例えば、坐禅の合間の休憩を指示する「二便往来」、「茶礼（されい）」などの日課の進行を明示するものなどがある。鳴らしものは拍子木（柝）や手鉦（引きん）、時刻を告げるために叩かれる板（開板）などがある。このように端的な言葉（単語）や鳴らしものによって日課の進行が指示される。

また、禅堂内の上下関係も重要な要素である。禅宗の道場には「単」と呼ばれる構造が存在する。一般的な臨済宗の道場内部は壁に沿って床から一段上がった畳敷きの段がある。その段が単と呼ばれる。参禅者たちはそれぞれ単を一畳分与えられ、それが坐禅や寝起きをする空間となる。単は道場の

左右に一段ずつ設けられているが、今回扱う居士林のように道場の中心部にもう一段設けられている場合もある。各々が与えられた単に横並びに坐る。臨済宗では通路をはさんで向かい側の単の参禅者と対面で坐ることとなる。

重要なのは坐る単は修行歴によって決まっていることである。具体的には修行歴が長いもの、つまりは立場が高いものほど道場の奥側に配置される。道場の奥側を「高単」、一番入口に近い席を「末単（ばったん）」と呼ぶ。また、道場の入口から右側を「直日（じきじつ）単」、左側を「単頭単」と呼び、前者の方により修行歴が長いものが坐る。両単の先頭と末単にはそれぞれ修行歴がある程度あり、道場を運営する立場である役職を持ったものが坐る。詳細に言えば、直日単の最も高単には禅堂内の指導監督をする直日、一つ下がって直日を補助する助香（堂内助警）が、末単には住持などの世話をする侍者が坐る。また単頭単の最も高単には単の指導を行う単頭、末単には炊事を行う典座（てんぞ）が坐る。単の坐る位置には僧堂内の上下関係が反映されている⁷⁾。

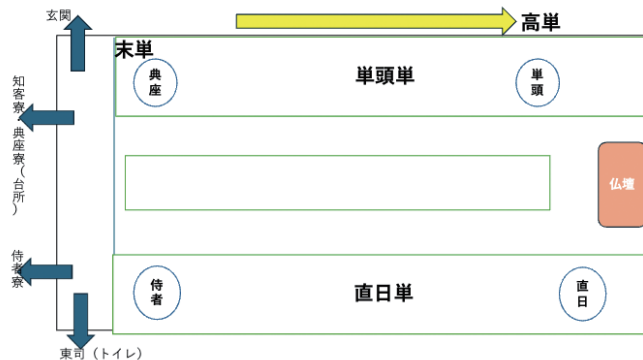


図1 居士林内部

こうした無言行のために、禅堂内では見取り学習が行われる。その際に機能するのが上記の単の構造である。初心者たちは自身の前に位置する高単のものの動きをそのまま真似しながら規矩を学んでいく。しかし、実際には作法が分からない者が流れを乱したり、作法が間違っただけで伝わることを防ぐために言葉による指導も一部行われる。例えば茶礼の時などは初心者の横には必ずある程度勝手知ったる参加者が座り、逐一最低限の言葉で教え、手本を示す。また初心者が求めれば坐禅会が全て終了した後にもまとめ役の参加者などが手本を示してくれる場合もある。また、こういった作法も皆見取り学習によって学んでいるため各熟練者によって詳細が異なる場合もある。「本当の作法などそもそも存在しないので、確からしい方法を真似すれば良い。」という認識が持たれている。無言行の中でもこのようにその適切さを補完するような工夫が裏では行われており、学習される作法自体も各参加者の判断によって選取られながら実践されている。

こうした単の配置とヒエラルキーの上に成り立つのが「上座の動きを合わせる」という規範である。末単のものは自分より高単のものの動きに呼応して挙動を起こす。そのため、末単が高単の動作をぬかすことは基本的には起りえないといえる。このようにして起きるのが動きの連動である。つま

り、それぞれの単の先頭（直日、単頭）の動きを起点に動きが末単に伝播していくのである。本論では実際にどのように進行が行われるのか、在家の坐禅会での茶礼を事例に具体的にみていきたい。

（4）坐禅会

本論は坐禅会での調査を基にしている。坐禅会とは明治時代に始まった在俗の人々向けの会である。「坐禅会」とは僧侶に限らず一般の人々が主に寺院の中で短時間から泊まりがけで坐禅を中心とした禅堂修行の一部を取り出した実践を行う会である。本来長期間に亘って参籠形式で行われる禅堂修行を簡略化した形を取り、在俗の人々は坐禅・作務（掃除や炊事など日常的な寺院運営にかかわる仕事）・儀式に部分的に参加する。坐禅会は専門道場に準拠しており、規範も基本的には共有している。多くの坐禅会は参籠式（泊まり込み）または短時間（1時間～3時間程度）で行われる。

4. 調査地概要

今回の調査地である円覚寺は神奈川県鎌倉市の北部に位置する。正式名称を「臨済宗円覚寺派大本山瑞鹿山円覚寺」といい、臨済宗円覚寺派の大本山ならびに鎌倉五山第二位の規模の寺院である。建立は1282年、時の執権北条時宗によって中国・宋より招いた無学祖元を開山としてなされた。境内は鎌倉市北部の傾斜のある谷間に形成されており、谷の中程にある仏殿・大方丈を中心として19個の塔頭によって成っている。円覚寺派の規模としては鎌倉五山の浄智寺を含め、神奈川県、静岡県、その他に210箇寺の末寺を所有している。東京・横浜などの都市部からのアクセスがよく、最寄りのJR横須賀線北鎌倉駅から山門まで徒歩3分という好立地である。「円覚僧堂」として専門道場の1つを有している。毎年夏期講座があり、学者や老師、僧侶が講話をするなど文化的な活動も行われる。



図2 居士林内部
（提供：円覚寺）



図3 円覚寺構内図
〔円覚寺HP <http://www.engakuji.or.jp/grounds.html>〕

（1）坐禅会の種類

円覚寺の坐禅会の概要に関して以降簡単に記述する。円覚寺の坐禅会は明治10年に今北洪川によって開放された「擇木園」に居士が止宿修禅し始めたのが始まりである。今北洪川の時代には「越

格底」とよばれる熟練者が主に参禅していたようであるが、次の釈宗演の時代に学生・一般の参加者が増加した。またこの時代には夏目漱石などの文豪、元良勇次郎といった心理学者など著名人が参禅する事もあった。こういった参加者の増加に伴い、寄宿者の統制が必要となり、明治31年6月に宗務本院宗務局より「山内寄留者規約」が発行された。また、このころ女性の参加者は東慶寺に寄宿をしていた。その後明治末から大正年間にかけ、多くの学生団が塔頭に住み込みを行いつつ、坐禅会の運営の主軸となってきた。学生による運営は2005年前後まで続いており、止宿を基本とし、専門道場に準拠した厳しい坐禅会が行われていた。このように明治時代より「越格底」の参禅者や学生団によって坐禅会は専門道場に準拠するものとして構築されてきた。

前述のような歴史と色合いをもつ坐禅会であるが、2000年代に入ってから厳しさを削減し、より多くの人が参加可能な坐禅会がいくつか新設された。その嚆矢として2005年前後に一時間だけ土曜の午後に座ることができる会（土曜坐禅会）が短時間の坐禅をしたい参加者層の包摂を意識して創設された。土曜の昼（14:40～15:40）に開かれ、最低限の作法が指導されるにとどまる。また2010年前後には初心者坐禅会が創設され、一見の観光客などが土曜坐禅会よりも気楽に、説明を受けながら短時間の坐禅体験をする事が可能になった。

このような坐禅会の細分化により土日坐禅会はより本格的な坐禅会であるという認識が広まっている。そのため土日坐禅会に参加する人々は大きく2つの経路で土日坐禅会に参加するようになる。1つは土曜坐禅会にある程度の期間参加し、十分に座ることができるようになって土日坐禅会に参加するというケースであり、土曜坐禅会を手伝っている土日坐禅会参加者と、ある程度の関係性を持って参加を始める場合が多かった。もう1つは年に3回ある宿泊形式の学生坐禅会に参加して、長時間坐禅を組む意欲を持って参加し始めるケースである。この学生坐禅会はもともと大学の学生坐禅団によって運営されていたもので、こちらも僧堂規矩に準拠した厳しいものであった。しかし、近年は厳しい形態ではなく散策などのレクリエーションを交え、規矩についても優しい坐禅会になっている。しかし、坐る技量を試すことが可能な場にもなっている。このように短時間の坐禅会が作られたことで坐る技量を1つの目安として土日坐禅会が最も本格的な坐禅会という認識が一般化していた。また参加の前提には含まれないが、短時間の坐禅会で縮減された「居士林規定」が厳密な形で守られているということも事実である。

本論では上記の土日坐禅会で行われる、茶礼を事例に儀礼的な実践について考えていく。茶礼では各参加者の動きがわかりやすく連動していくため、適当な事例であると考ええる。土日坐禅会は土曜の夜と日曜の午前にわたって坐禅の時間が繰り返される。坐禅はおおよそ25分で、その間に5分の休憩（二便往来）がはさまれる。土曜の夜には7回、日曜朝には3回（加えて別の坐禅会に移動して1～2回）坐る時間がとられる。茶礼は土曜夜の最後の坐禅前に行われる。そこでは動きを伴いながらも無言行が継続される。次節からはその様相について詳述していく。

表1 土曜～日曜にかけての坐禅会の時間割

13:10～14:10	14:40～15:40	17:00～翌10:00
初心者坐禅会	土曜坐禅会	土日坐禅会

表2 土日坐禅会（土曜部分、日曜は省略）の詳細な時間割

～17:00	17:00～19:55	19:55～20:05	20:05～20:15	20:15～20:40	20:40～21:00	21:00～
随坐（各々自由に坐る）、 記帳→主事 の入場	坐禅①～⑥ (25分坐り、 5分の休憩2 を6回)	経行（痺れを とるための歩 行）	茶礼	坐禅⑦	読経、開枕 (就寝)	夜坐（自由に 寢床から抜け 出して坐る）

(2) 茶礼

茶礼は禅宗寺院で日常的に行われるほか、行事として大々的に行われることもある儀礼である。以下、2016年に臨済宗黄檗宗各派合議所が発行した『臨済宗・黄檗宗宗学概論』の定義を一部抜粋する。

「一堂に会して茶を飲む作法のこと。日課や行事の区切りに行なう。朝夕、2回の茶礼は点呼の意味もあり、この時に一日の行事や作務の割り振りが通達される。役位茶礼、衆評茶礼は会議の意味ももつ。(原文ママ)」

（丸尾、「二、日課・行事」臨済宗黄檗宗各派合議所臨済宗・黄檗宗宗学概論
—臨済禅師1150年・白隠禅師250年遠忌記念刊行—、322）

居士林の茶礼では点呼や会議などの発話はい行われない。また出される茶はほうじ茶である⁸⁾。また、茶のほかに菓子がふるまわれる。以下では居士林の宿泊を伴う坐禅会であり、最も僧堂の規矩に準拠した土日坐禅会での茶礼について流れに沿って詳述していきたい。

(3) 茶礼の流れ

茶礼の流れを表3のようにまとめた。以下では流れをまとめつつ、詳述する。

① 着座と直日の合図

表3にある通り、茶礼の前は経行⁹⁾という境内を歩行する修行を行っており、道場に直日から順番に外から返ってくる。直日単、単頭単の全員が返ってきたタイミングで直日は引き金を鳴らす。それと同時に参加者たちは合唱一礼し、直日に合わせて着座する。

② 直日の合図と典座・侍者の配膳

直日が拍子木（柝）を鳴らし、「茶礼」と言葉を発する。それを合図に湯呑の並んだ盆を掲げ持った典座と侍者が入場し、高単まで移動。直日と単頭に一礼してから盆を参加者の前に差し出す。参加者は2名ずつ合掌した後、湯呑をとる。

③ 茶を注ぐ、菓子を配る

次に典座と侍者はやかんを掲げ持ち入場、侍者は堂内の中心部にある仏壇の不動明王に一礼してから、その湯呑に茶を注ぐ。その後参加者2名ずつに茶を注いでいく。この時参加者は湯呑を左掌に乗せ、右手は掌を上に向けて待機する。茶が注がれ、ちょうどよく満ちた時点で右掌を上にあげる。それが茶を注ぎ止める合図となる。こうして高単から順に茶が注がれていく。単には湯呑や食事を置く木の淵があるが、参加者はすぐに湯呑をおいてはいけない。直日が最初に湯呑を置き、それに連動

して高単から湯呑を淵においていく。同じ要領で菓子が配られ、参加者は2名ずつ菓子を手に取る。

④ 食事

茶と菓子が配られた後、侍者と典座が席に着くと同時に直日が柝を鳴らし、それを合図に茶を始める。基本的に各々で進行するが、一連の流れは暗黙的に規定されている。居士林の坐禅会では高単が湯呑を持ち上げる動きに合わせて、茶を一口飲む。そして菓子を食べたあと、その残骸を茶に入れて、飲み干すという流れである。仕事のある侍者と典座以外は高単の参加者よりも早く飲み終わるような素振りは見せない工夫をする。また食べるときは咀嚼音や湯呑をおく音、菓子の包み紙の音などを立てないように注意が払われる。食事を終えた参加者は湯呑を膝の上においたまま待機。直日が頃合いを見て湯呑をおき、それに合わせて高単から湯呑が順に単の淵におかれる。

⑤ 2杯目の拒否と茶礼の終了

直日が湯呑をおくと同時に待機していた侍者と典座が再びやかんを捧げ持って入場する。道場によってはここで希望するものに2杯目が注がれるが、居士林においては拒否することが決まっている。侍者が直日の前に来ると直日は頭を下げ（低頭）、2杯目はいらないという意思表示をする。直日、それに呼応して向かい側の単頭が低頭すると侍者と典座はやかんを捧げ持ったまま一気に末単まで駆け抜ける。参加者は自分の前をやかんが通ると同時に低頭するため、高単から順に頭が下がっていく構図ができる。

末端まで駆け抜けたのち、侍者と典座は盆を持って高単から湯呑と菓子の包装を回収して退出。それを見計らい直日は引き金を2回、柝を1回鳴らし、坐禅の始まりを告げる。引き金の音に呼応して参加者は頭を上げ、自身の座蒲を引き直し、すぐに坐禅に入る。上記が茶礼の一連の流れである。

表3 茶礼の流れ

行 為 者	内 容	行 為 者	内 容
直日・参加者	経行（足の痺れを取る歩行行）を終えて直日単、単頭単の順番で道場に入る。	典座・侍者	次に菓子が同じ要領で配られる。
直日・参加者	直日の引き金（鐘）の音を合図に着座。	直日・参加者	直日が柝を鳴らすと同時に上座から合掌一礼。
典座・侍者	直日の声と同時に典座と侍者が盆に載せた湯飲みを掲げ持ち、両単を高単から回る。	直日・参加者	各々茶と菓子を音を立てずに食す。
直日・参加者	盆が前に来た際、2名ずつ合掌の後湯飲みをとる。湯飲みは置かない。	直日・参加者	直日が湯飲みを置くと同時に上座から湯飲みを置いていく。
典座・侍者	湯飲みを配った後、典座と侍者はやかんを掲げ持ち、入場、仏壇の不動明王に一礼。侍者がお茶を壇上の湯飲みに注ぐ。	典座・侍者	典座と侍者がやかん（おかわり）を持ってくる。
直日・参加者	2名ずつ典座と侍者にお茶を注いでもらう、湯飲みを左手の上に載せ、ちょうどいいところで右掌で合図する。	直日・参加者	直日が低頭したのを合図に上座から連鎖的に低頭していく。
直日・参加者	末単までお茶が周り切ったところで直日が湯飲みを置くのでそれに合わせて上座から湯飲みを置いていく。	典座・侍者	上の動きに合わせて典座と侍者はやかんをもって低頭する修行者の前を駆け抜ける。
		直日・参加者	引き金が鳴ると同時に、各々湯飲みを坐蒲の右横に置き、上座から坐禅に入る。

(4) 参加者の認識、「動中の工夫」

ではこのような茶礼について参加者はどのように認識しているのか。筆者は土日坐禅会を調査していた当時（2017～2019年）、茶礼の意義について参加者に聞き取りはしていなかった。しかし、坐禅以外の日課に対する2019年時点で助香などの役職も務めるTさんの「動中の工夫」という認識がその一端を明らかにしてくれる。

Tさん（1963年生）は普段は都内で建築会社の社長をしている男性である。坐禅については「修行」「修養（心の修行）」と語っていた。彼は、坐禅以外の役回りなどすべてのことが修行につながっている、要は「動中の工夫」であると述べる。この言葉の出典は江戸時代の禅僧・白隠慧鶴（1686—1769）が『遠羅天釜』の中で「動中の工夫は静中に勝ること百千億倍す。」と述べたものである¹⁰⁾。Tさんは「動中の工夫」について「坐っているのだけが禅ではない」という認識を示す。坐禅以外のことも「トレーニング」であり、それが禅宗の伝えたいことであるとTさんは述べる。また、役職についても「坐禅に集中できなくなる」としつつも、それを遂行することも修行の一部という認識を示している。

こういった認識をもっているのはTさんだけではない。横浜市在住のUさん（1944年生）は以下のように述べる。

「坐禅って坐ることではない。（……）行くも禅、坐もまた禅。坐っているのは禅を学ぶのに一番手っ取り早い、動くよりも身に付けやすい。（……）練習それが坐禅。ある心境になるために坐禅がいい練習であって、本当はいついかなる時もその心境であるべき。（……）坐禅をしているときは仏心になりやすい。」
(2018年7月のインタビューより抜粋)

坐禅（静中）以外の実践（動中）も修行として意味をもつという認識が存在することがわかる。

(5) 小括

以下では茶礼で行われていることやその特徴についてまとめておきたい。

第一に茶礼は道場の坐る位置に即した上下関係を基盤として、音や上座の動作に連動する形で行われている。言葉は使われず、高単の動きや鳴らしものの合図で会が進行されていることがわかる。また、直日や配膳を行う侍者や典座もそれぞれの動きや合図を見計らいながら、動きを呼応させている。しかし、入門したばかりの参加者に対する配慮なども居士林の坐禅会では行われている。上下関係と儀礼的实践が相互に関係しあうことで無言のままに会を進行することが可能になっているといえる。

また、儀礼的实践は空間の静寂を維持することに寄与している。動きの連鎖と鳴らしものだけで進行されることは、無駄な音を立てないという規矩通りの空間を形成する。シャーフや禅僧らが述べる規矩が内在化された日常的ふるまいという儀礼的实践が無言行を成立させているといえる。また、無言行を十全に行うためには空間の静寂が必要とされるため、儀礼的实践とそれによって維持される静寂空間は相補的な関係を持っているといえる。

また、坐禅以外の実践を「動中の工夫」という言葉で認識する参加者も存在する。Uさんの「いついかなるときもその（坐禅をしているときの）心境でいるべき」という言葉から茶礼の儀礼的实践も

一種の修行としての意味合いを持ちうるといえる。

5. コロナ禍を契機とした儀礼空間の消滅

(1) オンライン上での儀礼の消失

新型コロナウイルスは2020年1月に最初の感染者が確認されてから爆発的に感染拡大していった。以降の数年間には宗教界でも多くの組織が対応を求められ、従来の祭りや修行の形を変えることを余儀なくされた。円覚寺の坐禅会も2020年に入ってから、そのほとんどが活動を休止し、3月には土日坐禅会も閉鎖となった。

その代わりに2020年5月より始められたのがオンライン坐禅会である。始めたのは居士林で管理・指導を行っていた「居士林主事」の僧侶（以降、主事A）であった。坐禅会はWeb会議ツールのZoomを用いて開かれた。開始当初は土日坐禅会のメンバーを中心に10人ほどで開催されたが、6月末からHPで参加者を公募。以降はオンラインからの参加者も含んだ会となっていった。また、開始当初は週に2回程度であったが、朝の部と夜の部ができたり、回数も次第に増え、8月には朝晩合わせて一週間に5回行われるようになった。会は2025年現在まで続いているが、2020年8月以降は朝の参加者は平均20人前後、夜は平均40人前後を維持している。会への参加はHPや円覚寺境内のチラシなどに記載されているe-mailの連絡先から主事Aに連絡することで可能になる。登録すると2週間ごとにZoomに入場するためのURLがメールで届くようになる。メールには主事Aが最近感銘を受けた言葉も添えられている。

会に参加している年齢層は時期によって推移はあるものの、筆者の見る限り多くは60歳以上である。ただ、40～50代とみられる人々も多く、コロナ明け以降はより若い年齢の参加者も増加している。男女比については開始当初は対面の坐禅会を継承するものであったので、男性が多かったが、公募制になってからは女性が一気に増加した。2025年現在は男女比は同じ程度である。

オンラインで坐禅会は開かれることによって、円覚寺に縁がなかった多様な人々が坐禅会に参加することが可能になった。会には関東から遠い場所や海外からの参加もある。また、自宅での参加が可能になり、パートナーなどと参加する人も一定数いる。会では坐禅会だけでなく、談話会も定期的に開き、対面の坐禅会では乏しかった僧侶に質問を投げかける機会も設けられている。オンライン化することによって、距離や情報的な問題などで円覚寺の坐禅会に参加できなかった人々が自宅から気軽に自身のライフスタイルの中で参加できるようになったともいえる。また、オンライン会議ツールを用いることで新たな「対話」という試みが可能になったともいえる。

しかし、オンラインになったことで本論の前半部で触れてきたような儀礼的な空間は消失した。オンラインでは物理的な空間は分断され、オンライン上の静寂はツールのミュート機能によって保たれるようになった。そして単の位置によって示された上下関係は25枚の顔が映し出された横並びの枠の中に埋没した。「静かに坐る」という前提は主事Aの口やメールで共有はされているが、坐禅中動く参加者などは多く存在する。作法は省略され、家庭での実践であることを鑑みて読経も省略されている。坐禅が行われる空間が禅堂ではなく家庭であることも実践内容の変容につながっている。

また、オンラインでは言葉による指導が中心になっている。坐禅の組み方などやその他の指導において主事Aの説明が入る。僧侶自身が積極的に発話していることもあり、「無言行」が成立するのは

坐禅の時間のみといえる。オンライン状態では「無言行」の意義と役割は大きく縮減された。静寂を保つ前提や儀礼的实践は暗黙知的に、そして見取り学習によって継承される部分が大きく、オンライン化以降その規範は強制力を大きく喪失したといえる。対面の坐禅会では重要であった他参加者の動作を見取り学習する必要性は別の空間で坐っていることや、維持する沈黙空間がないこと、作法の省略、そして主事自身が言葉による教授法を選択していることに起因して限りなく希薄である。コロナ前の対面の会と比べた時オンライン坐禅会は完全なる「無言行（声や音を立てずに行う修行）」や「不立文字 教外別伝」といった前提を一度脇においた坐禅実践であると言える。

(2) コロナ禍以降の対面坐禅会

上記のオンライン坐禅会の前提はコロナ禍以降の坐禅会の形式にも影響を与えることとなった。休止になった坐禅会は2021年4月から再開された。しかし、週に1～2日、土曜日と隔週の日曜に1時間半開催される会のみ復活で、茶礼を行っていたような宿泊形式のものは再開されなかった。また、坐禅の場所も居士林が雲水の宿泊まりの場所となっていたことや、建て替えの工事に入ることを理由に選佛場という建物に開催場所が移動されることになった。コロナ禍以降の坐禅会は宿泊形式のものの休止や場所の移動などの変化を伴うものになった。

坐禅会は基本的にオンライン坐禅会の方式を踏襲したものとなった。禅堂内での作法は指示されず、会の途中でも動きの連動や静寂の維持は強制されなくなった。参加者は自由に話したり、準備運動をしたり、緊張感を伴わず会に参加することが可能になった。また、手伝いの居士のフォローや僧侶の解説が積極的に行われるようになった。このような環境の変化により無言行の前提はオンライン同様、坐禅の時間以外には適用されなくなった。

また、禅堂内の上下関係も必要ではなくなった。その大きな理由は上記の作法や規矩を遵守する必要性がなくなったことである。また、選佛場は高単側に入口が来てしまい、一般的な禅堂の末単側に出入口があるという構造になっている。そのため、従来の高単・末単関係が適用できなくなったことも消滅の要因といえる。会の進行や学習はほとんど言葉で行われるようになり、その道場の構造という要因などが絡み、上下関係は必要とされなくなった。

コロナ禍以降の坐禅会は規矩の影響力が低下した坐禅会といえる。それによって静寂や無言行を前提としない空間が現出した。再開された坐禅会では儀礼的な行為は存在意義を失い、消滅したといってもよいだろう。

(3) 円覚寺専門道場や主事Aの方針転換

しかし、上記の変化には2019年以降の円覚寺専門道場（僧堂）の変革や主事Aの従来型の坐禅会への反省が反映されている。円覚寺では2019年前後から修行僧の人権や教養を重視した修行へ転換が僧堂を中心に行われている。具体的には無理な修行方法を強制しないことや、外部講師の招致などが大きな変化である。前者について象徴的なのは2020年の警策の廃止である。警策は木製の棒状の法具であり、雲水の眠気を覚ますために用いられる。第13代管長（218世）兼、僧堂の指導役の僧侶（師家）である横田南嶺氏のいかなる形でも他者に手をあげてはならないという方針による決定であった。また、後者については横田氏が大学教授や他専門家の対談や他宗僧侶や気功、漢方、バレエなど特別

講師を寺院に招聘し、セミナーに雲水を積極的に参加させている。これは頑迷に坐禅するだけでなく、禅や坐禅をより十分に理解するために必要な講義・講座としての位置づけを持つとされる。

こうした横田氏の方針と共鳴して主事Aはコロナ禍以前から坐禅会の改革を試行錯誤してきた。主事Aは従来の僧堂に準拠した坐禅会には「間違った方向に進んでいる」居士が多くいたと語る。

「少し前までは説明しなかったが、坐禅の時間煩雑な思考や、痛かったという感想で終わることが多い。間違った方向に進んで自我を積み重ねてしまう人が多い。10～15年やってもどんどん間違った方向へそういう人は進んでいくだけ。それならばいっそ導いてあげるべき。」

(2017年4月インタビューより抜粋)

主事Aはコロナ以降の坐禅会においても苦行の充実感だけを得る居士や僧堂の「伝統的な」作法に執着し他者を攻撃するような居士などの例を出しながら間違った自我の積み重ね方について、しばしば説明している。そして間違った方向へ向かっていることに「気づく」ことが重要であると語る。こうした方針に基づき主事Aは禅宗外部からヴィパッサナーなど他瞑想の技法の取り入れや言葉による直接的な指導を行うようになった。このように円覚寺の僧堂と主事Aの改革はコロナ禍を起点として大きく進み、従来の「伝統的な」禅堂とは異なる形の修行の場が形成されつつある。

6. まとめ

最後にここまでの議論をまとめたい。茶礼の事例からは禅堂修行の儀礼的实践は禅宗の規矩の体現とされ、静寂空間を維持することがわかった。また、参加者の間では「動中の工夫」として儀礼的实践も修行という認識が存在する。そして維持されている「静寂」空間もまた瞑想や儀礼的实践の前提となっていると考えられる。上記の意味で儀礼空間は実践と空間が相補的に作用して形成される。

しかし、コロナ禍によって上記のような規矩の体現と無言行によって保たれる儀礼空間は一旦消滅した。Zoomというツールを通じて会が行われることで上下関係の平板化やミュート機能による儀礼的行為による静寂の維持が不要となった。また、言葉による指導により従来の無言行の前提は覆された。そしてコロナ禍以降の対面の坐禅会でも上記の様式が踏襲された。上記のように規矩が無効化し静寂空間と儀礼実践の関係性は崩れたが、言葉による指導を中心とし、「伝統」への執着を脱却した体制に移行している。

本論の限界として調査対象が在家向けの坐禅会であったことがあげられる。調査の実現可能性という点で今回は僧堂内での儀礼空間について考察することはできなかった。今後儀礼空間としての坐禅会は再興され得るのか、それともポストコロナ期の新しい坐禅会や儀礼空間の形がでてくるのか。現代の禅実践の場における不易流行について今後も注視していきたい。

【注】

- 1) 本論文では現地の用法に倣い、出家していないもの全般を指す言葉として用いる。主に男性の参加者を指し、女性は「禪子」とも呼ばれる。
- 2) 坐禅は坐って意識を集中することであり、禅宗の代表的な修行法である。坐禅の姿勢は中国の宋代に長蘆宗頤が編纂した『禪苑清儀』(1103)の中の「坐禅儀」に基づいている。一般的には胡坐の状態から足を太ももの上に乗せる姿勢(結跏趺坐、半跏趺坐)がとられる。その上で下腹(丹田)の前に掌を重ね、親指の先を付け、橢円形を作る法界定印という手印が結ばれる。右手で左手を包む結手も用いられる。呼吸に集中する「数息観」という行法がしばしばなされる。この行法を守ることにより「調身」「調息」「調心」が目指される。坐る時間は20~40分程度が一般的であり、その一区切りを線香の燃え尽きる時間として「一炷」といわれる。坐禅会においては修行として禅を行わない参加者も多いため、あくまで「瞑想法」とした方が現状に即しているともいえる。
- 3) 自身の本性(仏性)を見ること。全ての衆生が生まれながらに仏になる素質を備えているという思想は大乗仏教に共通であるが、禅宗では「仏心宗」とも呼ばれるように、その思想が特に重要視される。
- 4) 専門道場は2025年現在日本全国に40か所程度存在する。臨済宗の住職となるためには一定期間道場に参禅することが必要。
- 5) 実践者たちが日常的に最も触れる機会の多い「仏性」についての創作物は江戸時代の僧侶で臨済宗中興の祖とされる白隠慧鶴(1686~1769)が作成した「白隠禅師坐禅和讃」であろう。読み始めの「衆生本来仏なり」のように人々は生まれながらにして仏性を持っていることを示す言葉が繰り返される。
- 6) 伊吹は清義は中国で禅宗宗派が発展する中でインドにおける労働の禁止の戒律が適用できなくなったことで開発されたとしている(伊吹、2016)。規矩の中には各僧堂の独自の規定「家風」なども含まれ、基本は同じながらも道場によって少しずつ異なっている。今回触れる居士林の事例も随所に家風が散りばめられたものとして見るのが妥当である。
- 7) 会では上下関係は強調しないが僧堂に準拠しているため、暗黙の前提となっている。
- 8) 出される茶については緑茶の場合もある。また、朝課や堂内諷経が終了したあとの「梅湯茶礼」では梅干しをお湯に加えたものを飲む。
- 9) 「坐禅のとき、睡気を防ぎ、足の疲れを休めるために行う歩行運動」(佐藤、2015)。臨済宗の場合は早歩きや走る場合が多い。居士林においても前の参加者の足に合わせて早歩きに近い速度で行う。歩く際も歩行音はできるだけ立てないようにする。
- 10) 白隠は坐禅とその他の作務などの修行を両立するよう説いており、「動中」のみを勧めているわけではない。これは中国禅宗、特に清義を制定した百丈懷海(749~814)以降の日常の作務なども修行、仏行とする規範とも関連し、日本禅宗に通底する思想ともいえる。

【文献】

- Borup, Jorn. 2008. *Japanese Rinzai Zen Buddhism Myoshinji a living religion*. Numen Book Series Vol119 (Leiden・Boston: BRILL, 2008)。
- 段壹文、2019、「総持寺の参禅—参禅者の経験に焦点を当てて—」、『筑波大学地域研究』、38別刷、77-94。
- クラウタウ、オリオン、2012、『近代日本思想としての仏教史学』、法蔵館、56-74。
- 丸尾俊宏、2016、「二、日課・行事」公益財団法人禅文化研究所、『臨済禅師1150年・白隠禅師250年遠諱記念発行臨済宗黄檗宗 宗学概論』「第11章 禅の修行」、322。

- 大谷栄一、2016、「近代仏教」とは何か？」大谷栄一、吉永進一、近藤俊太郎編『近代仏教スタディーズ：仏教から見たもうひとつの近代』法蔵館、2-19。
- 佐々木宏幹、1993、『仏と霊の人類学—仏教文化の深層構造』春秋社。
- 同上、2004『仏力—生活仏教のダイナミズム』春秋社。
- 佐藤義英、2015、『雲水日記—絵で見る禅の修行生活』、禅文化研究所。
- Sharf, Rebert H. 2002. “*Ritual*”. Lopez, Donald S.Jr.(ed.). *Critical Terms for the Study of Buddhism*. The University of Chicago Press. pp.245-270。
- 末木文美士、2006、『思想としての仏教入門』、トランスビュー、155-165。
- 同上、2017、『思想としての近代仏教』、中公新書。
- 武井謙悟、2019、「近代仏教研究における儀礼」、『駒澤大学仏教学部論集』、50、169-181。
- 同上、2019、「近代日本における禅会の普及に関する考察—『禅道』・『大乘禅』の記事を中心として—」『近代仏教』、26、51-74。
- 同上、2023、「近代仏教の「儀礼」をいかに再現するか」、『近代仏教』、30、59-70。

【インターネット資料】

臨済宗円覚寺派大本山円覚寺HP <http://www.engakuji.or.jp/> (2025年3月31日にアクセス)。

(ひがししま しゅうこう 国際宗教研究所宗教情報リサーチセンター)