

Title	「伝統としての禅」の解釈と軋轢： 臨済宗円覚寺における泊りがけの坐禅会の事例から
Sub Title	Interpretation of "Zen as tradition" and conflict : overnight zazen-kai at Engakuji temple
Author	東島, 宗孝(Higashijima, Shūkō)
Publisher	慶應義塾大学大学院社会学研究科
Publication year	2020
Jtitle	慶應義塾大学大学院社会学研究科紀要：社会学心理学教育学： 人間と社会の探究 (Studies in sociology, psychology and education : inquiries into humans and societies). No.89 (2020.) ,p.33- 53
JaLC DOI	
Abstract	This paper aims to reconsider the notion of Zen by describing participants' interpretations of Zazen practice within the modern Buddhist framework called Zazen-kai (坐禅会). Zen has been studied both philosophically and through Shū-gaku (宗学) study into each sect, as a pure concept and as traditional training. However, many Koji (居士), secular practitioners, undertake Zazen, the main training of Zen sects, for short periods as a practice separated from traditional Buddhist hierarchy or ritual. These practitioners do not feel it necessary to become a monk. This practice lies outside the spheres traditionally encompassed by Zen philosophy and Shu-gaku. Accordingly, this research employed participant observation and semi-structured interviews to explore and interpret the behavior of participants. Zazen-kai at the Engakuji temple, one of the major Zen temples in Eastern Japan, is ideal for this research because the interaction of traditional Buddhism and secularity produces complex interpretations of participants' practices. There were positive interpretations and borrowings from traditional Buddhism, but participants expressed a division between professionals and beginners. As the context of each encounter with traditional Zen is different, some conflict arose among participants. Although some only engaged with Zen and traditional religion on a superficial level, there were diverse and subtle differences in behavior.
Notes	論文
Genre	Departmental Bulletin Paper
URL	https://koara.lib.keio.ac.jp/xoonips/modules/xoonips/detail.php?koara_id=AN0006957X-00000089-0033

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.

「伝統としての禅」の解釈と軋轢
—臨済宗円覚寺における泊りがけの坐禅会の事例から
Interpretation of “Zen as Tradition” and Conflict:
Overnight Zazen-kai at Engakuji Temple

東 島 宗 孝*
Shuko Higashijima

This paper aims to reconsider the notion of Zen by describing participants' interpretations of Zazen practice within the modern Buddhist framework called Zazen-kai (坐禅会). Zen has been studied both philosophically and through Shū-gaku (宗学) study into each sect, as a pure concept and as traditional training. However, many Koji (居士), secular practitioners, undertake Zazen, the main training of Zen sects, for short periods as a practice separated from traditional Buddhist hierarchy or ritual. These practitioners do not feel it necessary to become a monk. This practice lies outside the spheres traditionally encompassed by Zen philosophy and Shu-gaku. Accordingly, this research employed participant observation and semi-structured interviews to explore and interpret the behavior of participants. Zazen-kai at the Engakuji temple, one of the major Zen temples in Eastern Japan, is ideal for this research because the interaction of traditional Buddhism and secularity produces complex interpretations of participants' practices. There were positive interpretations and borrowings from traditional Buddhism, but participants expressed a division between professionals and beginners. As the context of each encounter with traditional Zen is different, some conflict arose among participants. Although some only engaged with Zen and traditional religion on a superficial level, there were diverse and subtle differences in behavior.

Key words : Zazen, Koji, Zen as tradition, Interpretation, Conflict

キーワード : 坐禅、居士、伝統としての禅、解釈、軋轢

1. 研究の目的

本論文の目的は伝統宗教に根ざし、それを理想としながらも世俗的属性をもつ居士¹⁾、つまり寺院外部から訪れる参禅者たちの実践と組織内の他者意識を描写することにより、今まで仏教学の死角となってきた「居士禅」の一部を描き、現代の実践研究から禅概念を再検討することである。

神奈川県鎌倉市北鎌倉と呼ばれる地域にある臨済宗円覚寺派大本山円覚寺では毎週の土日の夕方、居

* 慶應義塾大学大学院社会学専攻後期博士課程2年

士を主な対象とした坐禅会である、土日坐禅会が行われている。そこではある程度変形しながらも、明治時代から続く長時間の坐禅実践と坐禅のみに留まらない修行が行われている。これは坐禅会の規範が僧堂、つまり専門職の僧侶を育成する道場の規範（清規）に準じたものとなっているからである。円覚寺内の坐禅会でもこれほどの歴史と開催頻度をもった坐禅会は非常に稀であり、様々な経歴をもった居士が集まってくる。

このような坐禅会は都市生活とのバランス、近代仏教的枠組み、臨済宗における「僧侶のための修行」という3つの枠組みの中で現代の日本仏教、坐禅会、臨済宗を取り巻く環境、潮流とは異なる方向に進んでいる。それにもかかわらず、なぜ人々は坐禅会に継続的に参加するのだろうか、彼ら彼女らの中で坐禅は如何に解釈されているのだろうか、そして何を目指して坐禅を組むのだろうか。これらの問いを継続的に坐禅会に参加する居士と女性の参加者である禅子への半構造化インタビュー²⁾、2017年1月～2018年6月にかけて行った坐禅会への参与観察より考察していく。参与観察を用いる理由は次に述べる禅研究、ひいては近代の仏教研究の潮流によって不可視化されてきた実践研究の可能性を拓くためである。

従来の仏教学、臨済宗学においては居士の禅は死角となっていた。その背景には「日本仏教」に対する研究が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ひいては禅に関する研究の特性が関わっている（クラウタウ 2012:56-76）。つまり、禅の研究では高僧の言葉や禅語録のみが参照され、居士の禅、特に明治時代以降の研究は参照されることがほとんどなかったのである（吉田 2017: 23-35）。

また近代仏教研究における実践研究の位置づけも大きく影響している。宗教学者の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の中に分類され、「伝統」や「権力」といった新仏教によって超克された要素として切り離され、新仏教の教義研究の主流化へとつながった（末木 2017:13-42）。また近代仏教学者の大谷は教義的な事は仏教学、宗学、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 2016: 6-9）。禅研究もこういった棲み分けの影響を受けた。京都学派、特に鈴木大拙や西田幾多郎らは禅の概念化や「見性（さとり）」のプロセスを哲学的視点から考察を行い、「教義のない禅」（鈴木 1991a, 1991b）を縁取る作業が資料研究を中心に行われてきた。いいかえれば禅哲学や宗学の中で「不立文字」「教外別伝」といった概念化や言葉を用いず師弟間の以心伝心で法を伝えたと描かれた禅、「とにかく坐れ」と言われる禅が形而上学の中で純粋な概念として言葉のみを介して表わされ、広まるという矛盾した状況が生まれ、日本や欧米において流行したのである³⁾。

しかし、1990年代よりそうした過度に純粋化した禅概念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）。宗教学者のボラップは京都の臨済宗妙心寺でのフィールドワークを通じて臨済宗においては階層性、葬儀、儀礼が禅の概念の一部として機能していること、そして参禅者の多様な解釈を受け入れる僧侶の姿を“Umbrella Zen”として描き出した（Borup 2008）。これにより禅哲学、宗学によって説かれるような教義的側面だけでなく、排除されてきた儀礼や居士の禅が現代日本の禅の中で存在感を持っていることがわかった。しかし“Umbrella Zen”という視角は包摂する主体としての僧侶の姿勢に関する議論に留まり、新たに禅概念の中に組み込まれた階層性、葬儀、儀礼なども

僧侶を中心とした共同体における実践の考察を主軸としている。本研究では僧侶以外の実践者、つまり居士と禅子を中心とした坐禅会に注目する事で禅概念をさらに広い意味で問い直す。また近年主流のお手軽な坐禅会ではなく僧侶向けの専門道場に近い実践を行っている人々に着目することで従来の禅概念に近いが、同一ではない禅の解釈を描き出し、その微妙な違いが如何にして生まれるのかに関して考察を深める。このような考察を経て、近代仏教的な革新的立場と宗学的伝統重視の立場の双方を含みつつ展開する現代の禅実践を描き出していく。

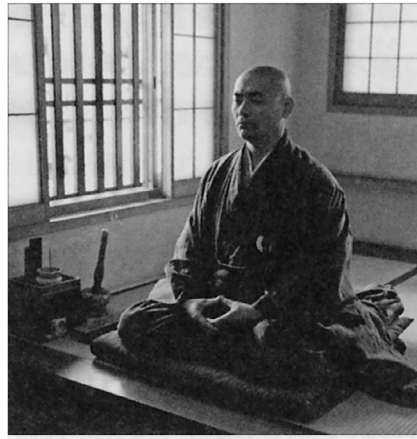
2. 坐禅会という活動と土日坐禅会の持つ3つの「逆行」

2.1. 坐禅の概要と坐禅会の位置づけ

坐禅⁴⁾とは禅宗、日本では臨済宗、黄檗宗と曹洞宗における中心的な修行方法で長らく僧侶の修行としての意味合いを持ってきた。特に臨済宗においては看話禅という坐禅および公案（老師との禅問答を組み合わせた修行）を通じて「見性」つまり自身の中の仏心⁵⁾に気づくことが目的とされてきた。この仏心を悟るのに動作、姿勢の問題は無い、つまり普段の生活実践や他の修行法でも悟ることは可能とされているが「実際上は坐禅が最適とされている」ため修行の主体となってきた。（佐藤 1982: 108-110）

また、禅的状态に至る上で僧侶の修行する専門道場（僧堂）で重要視されているのが「実参実究」の精神である。つまり禅は座学や思考的な操作、言葉では理解できず、修行の中で体得するしかないということである。そのため僧堂では「不立文字」「教外別伝」という言葉を使わず師弟の間での以心伝心によって法を伝えることが原則となる。そのため「無言行」、無駄な言葉や音を発さない修行が基本となり、公案といった理屈や知性では回答の出ない問答を通じて「見性」を目指していく。また、数人の僧侶は僧堂の厳しい修行過程自体も「無駄なことを考えないため」に行い、自我を徹底的に崩した先に湧き出してくるがあるとも語る。このような背景から「見性」以外の目的設定や理性による禅実践の理解は非常に疎まれるのである。

このような坐禅を僧侶だけではなくその他の大衆の実践として広めようと始まったのが坐禅会であり、明治10年から現在まで多くの坐禅会が開かれてきた。坐禅会が開かれたことで僧堂への入門（掛搭）や住み込みを行わなくても、仕事を続けながら坐禅を在家の人々がそれを実践できるようになった。明治期から昭和初期にかけての「禅会」に関連する研究としては、雑誌を分析することによって東京を中心とした居士禅の動向を追った宗教学者の武井の研究が詳しい。明治初期の「禅道会」が発刊していた雑誌『禅道』の分析からは明治初期には一種の禅ブームが起り、都下には臨済禅を中心とした12の「禅会」があったことが示されている。日露戦争後には修養ブームの影響を受け、禅と修養を結び合わせるような傾向が強まった。また円覚寺の第2代管長にして、「両忘会」を指導していた釈宗演のように僧侶の中にもいわゆる葬式仏教への専修に反対し、居士の間を巡る必要性を説く者も現れた。しかし、1925年から熱心な「悟り型」の居士がいる反面、遊戯半分や病氣平癒といった「現世利益型」の居士が増えたという僧侶による言及が増え、「禅会」も減少する。1930年以降は「女人禅」等参加者の多様化とともに心身鍛錬のために「禅会」の数が増えたことが指摘されている（武井 2019）。戦後に関しては先行研究が薄い、大きく戦後の禅ブームや欧米の対抗文化の影響を受け、宗教色を排除した“Zen”の流行などがある。以上のように大衆に広まることを経て、僧侶の視点や当時の思想などと絡み合いながら坐禅会は発展してきた。しかし、依然として主流の解釈は仏教学と宗学に委ねられており、僧侶が「見性」するために「無言行」を専門道場にて長期間行うという文脈に即している。



坐禅

図 1. 宗学内の「坐禅」イメージ（公益財団法人禅文化研究所 2016）

2.2. 近年の潮流・近代仏教的視角・臨済宗僧侶の視角からの土日坐禅会の「逆行」

しかし今回言及する土日坐禅会は3つの意味で主流からの「逆行」を感じさせる方向性を持っている。第一に現在主流となりつつある短時間の坐禅会とは正反対の性質を持っているということであり、流行している坐禅の形態とは相反している。近年の日本においては現代人の生活に寄り添った1時間程度の坐禅会や1泊~2泊ほどの手軽な修行体験などが増えている。またマインドフルネスという宗教色を脱色した瞑想法など、生活の中に瞑想を取り入れる動きも出てきている⁶⁾。日本においては1980年代に宗教学者の島菌が「新靈性運動」（島菌1996: 46-71）と呼ぶような東洋と西洋の知の融合を目的とした精神文化の創造が書籍等のブームによって巻き起こったが、現代においてはそれに加え、SNS空間での様々な実践や精神文化の融合が起こっている。そしてそれらは現代日本で働く人々の生活に合わせて、形態を変化させ、専門家や個々の実践者達によって自由に実践されている。

また、土日坐禅会は現代人の生活に則しているとは言えない。居士林を管理する和尚である居士林主事（以降主事⁷⁾）も長年続けてきた自分ですら翌日疲弊してしまい「ある意味現代人の生活にあっていない」と述べる。主事だけではなく、参加者の中にも月曜日の仕事の量と内容を調節する人、仕事が続いている時に来ると体力が限界を迎える為隔週でくるように心懸けている人など体力を使う坐禅会に工夫しながら通っている。なぜ実生活を犠牲にして坐禅会に通うのだろうか。短時間の坐禅会では得られないものがそこにはあるのだろうか。少なくとも無理をしてまで来る理由がそこにはあると考えてよいだろう。

第二に近代仏教的文脈、つまり階層、儀礼、慣習からの解放としての仏教という言葉（McMahan 2008, 大谷 2016: 6-9）に反しているという点である。「近代仏教」を始めて提起したのは仏教学者のロベスである。彼は19世紀後半から20世紀にかけて原始仏教への回帰を目的として、それまでの仏教の諸形態に見られた多くの儀礼的、呪術的要素を拒否し、階層差別より平等、地域性よりも普遍性、共同体よりも個人を重視する仏教を展開するという運動がグローバルに行われたと述べた。そしてこの流れを「近代仏教」と定義した。それに対して仏教学者のマクマハン「近代仏教」という言葉を避け、「仏教モダニズム⁸⁾」という用語を使い、東洋の仏教実践に対する西洋のまなざしと内在化（科学主義、ロマン

主義)によって近代以降の「仏教」が構築されてきた事を示した。マクマハンの著書 *The Making of Buddhist Modern* 序章では彼の学生達の「キリスト教からの解放、自由、特定の者を信じないこと...」といった仏教理解に構築されてきた「仏教」は表れている。ここではキリスト教伝統等からの解放といった文脈として「仏教」は現れている。このような「仏教モダニズム」によって生み出された「仏教」の1つとして坐禅会は展開してきた。

坐禅会は明治時代以降始まり、発展してきた活動であり、前述のような「近代仏教」のなかで展開されてきた活動であるといえる。明治時代以降の仏教は西洋思想と結びつきながら僧侶だけでなく、民衆の為の仏教という文脈が意識される過程で旧仏教的階層、儀礼等が仏教思想と切り離された。しかし、土日坐禅会はむしろ規範の中で団体生活をし、僧堂の中で勤行をとにもするという活動すらあり、階層と儀礼のまったただ中に身を置いて近代仏教的実践を行っている。民衆にとっては旧仏教的文脈と切り離された思想であった近代仏教的実践がなぜ旧仏教的枠組みの散在する寺院の中で行われるのか。このような問いが生まれることから土日坐禅会が従来の前近代的旧仏教と近代的新仏教という二分法では捉えきれず、2つの枠組みが複雑に入り交じた場であることがわかる。

第三にここまでどっぴりと禅宗の実践に触れているにもかかわらず、坐禅による修行の行き着く先が僧侶になることではない、出家をしないということが坐禅会の非常に特徴的な部分になる。臨済宗、特に僧侶の見地においては「門」の存在、つまり出家と在家の分断が非常に意識されている。それは、坐禅という方法論を用いて、「見性」を目指し、修行をするならば僧堂に入ること、つまり出家をして代々法を継いでいる老師や会下(雲水)の間で「実参実究」をすることが不可欠という意識が少なからず僧侶の中にはあるからである⁹⁾。そういった意味で居士林は円覚寺の中では他の塔頭寺院から批判的に捉えられている。なぜ彼ら彼女らは深い禅の修行を収めるにも関わらず出家という道に至らないのか。居士林内部の階層意識から問いを掘り下げていく。

3. 円覚寺坐禅会における参加者・主事の坐禅観と居士林に対する思い

3.1. 円覚寺坐禅会の概要—歴史ある鎌倉の居士禅

本項では坐禅会の概要並びに会が行われている神奈川県鎌倉市の円覚寺に関して情報をまとめていくことで今後の議論の背景を整理する。神奈川県鎌倉市は東京からJR横須賀線を使って約1時間のところにある。避暑地としても有名であり、南部の三浦半島に続く海沿いや北部の山際に多くの別荘や住宅地が広がっている。市内には南北で気候や環境に差があり、南部が相模湾に開けた海風を受けて温暖である一方、北部は山々に区切られ、昼夜の気温差が生じる独特な気候となっている。市内には鎌倉時代以降に創建された多くの寺院が存在し、そのほとんどは寒冷な山際、山間部の谷にその伽藍を構えている。円覚寺も鎌倉市北側の寺院群の1つであり、その規模と由緒から寺院群の1つの中核となっている。

円覚寺は正式名称を「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2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・宋より招かれた僧侶・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。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り、アクセスの良さから足を度々運ぶ人もいる。

円覚寺の坐禅会の歴史と現在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

北洪川によって現在の正傳庵の位置に開放された「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、このころ禅子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て、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、近年厳しさを削減しより広い層が参加可能になった坐禅会が新創されてきた。その嚆矢が 2005 年前後に土曜坐禅会として一時間だけ土曜の午後に座ることができる会が参加者層の拡大を意識して創設されたものである。会は土曜の昼（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主事による説明を受けながら短時間の坐禅体験をする事ができるようになった。こういった工夫により、土曜坐禅会はより気軽に通うことの出来る坐禅会として、従来よりも多くの参禅者に継続的に利用されている。

このような坐禅会の細分化により土日坐禅会は本格的な坐禅会であるという認識が強化されている。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、十分に坐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経路であり、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い。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経路である。尚、この学生坐禅会は名前こそ残してあるものの、近年は学生運営時代の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、規定による縛りもほどほどな坐禅会になっている。しかし、日程自体は厳しかった当時の面影を残しているので坐る技量を試すにはちょうどよい場となっている。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 つの目安としてより土日坐禅会がより本格的な坐禅会という認識が一般化している。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坐禅会の特徴である。

3.2. 土日坐禅会の流れ

ここでは参与観察に基づき、坐禅会の流れに関して階層や儀礼的な部分が出表する場面を中心に記述していく。階層や儀礼的部分は坐る位置、茶礼、僧堂と関わる場面、粥座の場面に特に現れる。いずれも各参加者の坐禅会内での位置づけによって取る行動が変わってくるからであり、それが立ち現れる瞬間でもあるからである。またこの坐禅会の規則は僧堂の規矩に準拠した居士林規定に基づいている。しかし、僧堂のような厳格な規則による縛りが適用されないため、厳密な意味での階層性が成り立たず、居士や禅子間の軋轢にも繋がっている。本稿では夕方の坐禅（18:00～21:00）までの大まかな流れと重要な部分を抜き出しながら描写し、居士林の階層性と無言行の保持について見ていく。日曜朝方の坐禅や細かい作法の記述は他稿に回すこととする。

土日坐禅会は土曜日の夕方 17:00 よりそれぞれが自由に坐る随坐の時間から始まる。参加者は 17:00



図2. 居士林内部 (提供: 円覚寺)



図3. 円覚寺構内図〔円覚寺 HP より〕黒丸〔居士林〕は筆者が挿入

前後から 17:30 前までに袴に着替えた居士・禅子が参集する。夏場であれば日が陰ってきた頃合いで、随坐をしながら暗くなっていく様子がわかる。年末から冬場にかけては山の向こうに日が落ち、外が暗くなった頃合いに始まる。谷間に作られた境内の上から下へと吹き抜ける夕刻の風が夏は涼しく、冬は身体の表面から体温を奪っていく。18:00 までに帳簿への記入と参加費の支払いを済ませ単に坐って(坐禅を組んで)待つ。

単¹⁰⁾の坐り方としては上座の直日単に男性、下座の単頭単に女性が基本的には坐る。順番がある程度決まっており、基本的には会員¹¹⁾と成った順、会員でない者は参加歴の長い順に坐る。例外は坐禅会中に役割を持っている参加者たちであり、助香という主事・雲水がない時に居士・禅子の引率をする役職は直日単の先頭、典坐という食事の用意をする係は直日単の末端、侍者という他役職の手伝いや開板を鳴らす係は単頭単の末端に坐る。初心者や参加頻度の低い会員が来た場合は基本的に毎週来ている助香が坐る位置を指示する。坐り方等の指導は全く為されず、個々人が知っている前提で進行される。

18:00 になると主事が入場し、本格的な坐禅の時間が始まる。坐禅は一回(一炷¹²⁾)25 分程度であり、間に5 分の休憩(二便往来)と経行(集団で歩いて脚を休める修行)、茶礼をはさみながら 21:00 まで続く。ここからは坐禅中に動くことは禁止であり、二便往来の時間のみ各自の単から出て屈伸等を行う。

3 回目の坐禅が始まってすぐに独参¹³⁾があり老師の下に相見¹⁴⁾を済ませてある参加者が僧堂へと向かう。独参は目指されるべきものという風潮が一部の層にはあり、相見した者は居士林内で一定の信用度を得る。この一部の層は1、2 年坐禅会に通った者は「早く相見して、公案をもらおう」ということを奨励している。独参をしている者は会員、かつそれなりの熟練者である証でもあるため一定の立ち位置を坐禅会の人間関係の中では持つこととなる。典座など役職も独参をしている参加者に任せられること

が多い。こういった独参、さらに接心¹⁵⁾などの僧堂に関わる修行には僧堂側に迷惑をかけない、信頼のおける居士・禅子のみが参加を許されるため自然とその居士林内での立ち位置も高くなるのである。

4 回目の坐禅の後には茶礼が行われる。ここでは非常に儀礼的な振る舞いが要求され、「流れを乱さないこと」が重要視されるため独特の緊迫感が漂う。茶礼の合図が主事からあるとそれぞれの参加者は間を開けず、1人1畳のスペースに並んで正座をする。それからすぐに侍者と典坐が用意してあった懐紙、茶菓子、茶碗を配り、お茶をつぐ。茶菓子、茶碗、お茶は2人1組で受け取り、茶をついでもらう時も一定の作法がある。主事の合図でお茶と菓子を食す。食べ終わったら懐紙をたたみ、茶碗を膝の上に置く。そして主事が茶碗を置くと同時にそれぞれの単で上座から順位茶碗が置かれる。その後2杯目のためのやかんが来るが、これは形式的なもので、やかんを持った典坐たちが目の前を通りすぎると同時に、間髪いれず頭を下げ、おかわりをしない意思表示をする。そして上座から順に侍者と典坐が回直し、主事の合図とともに最後の25分を坐る。

茶礼では土日坐禅会で守られる2つの事柄の重要性が現れている。第一に無言行が遵守され、鳴り物や各参加者がタイミングを見計らうことのみによって会が進行しているということである。これにより作法を知らない者は動作が後れたり、経験者の指導を仰ぐしなくなる。他の場面でも主事の柝（拍子木）と引きん（手持ちの鐘）の音で運営され、開板により時刻が告げられる。「独参」「開枕（就寝）」「閉静（起床）」など必要最低限の言葉しか発されることはない。このような無言行の中で修行を行うために参加者たちは作法を身体化させていくのである。主事によれば「全てが儀礼」となっているのが僧堂の坐禅ということである。

第二に上座を抜かすこと、上座と異なることをすることは暗黙的に禁じられている。これは経行や朝の粥座（朝食）でも同じことがいえる。これは前述した無言行の中で所作を行う為に必須なことで、言語による指導は厳密にはないので前の人を見取り学習し、所作を身につける。しかし、前の人と同じことをするという点に関してはある居士によれば絶対ではないという。なぜなら前の人が間違った学習をしている場合や後ろの人が困る所作をしていた場合誰かが止めないとむしろ全体の流れを崩してしまうことになるからだという。

このように無言行と上座の見取りが行われるのであるが、実際は作法が分からない者が流れを崩したり、作法が間違っただけ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。こうした指導を言葉で聞ける機会は非常に貴重なため1年以上の経験者なども熟練者の語りを察知して、会話に参加してくることも多い。しかし、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教授する詳細が異なる場合もある。ある2年ほど継続している参加者は「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。」と語る。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び取られながら実践されている。

坐禅会自体は一通りの坐禅の時間が終わった後、読経してから開枕となる。開枕の際は役職のある居士と単頭単の禅子以外の居士が上部の柵から柏布団を引きずり降ろし、その場で即座に就寝する。主事が退場したのち助香によって土曜坐禅会の終わりが告げられ、禅子は禅子寮に退場する。その後各々柏布団から抜け出し、仏殿内部または軒下で夜坐を行うのであるが、ここでは序列等関係なく好きなだけ

坐り、各々開静まで就寝する。

以上がおおまかな土日坐禅会前半の流れである。ここでは、3つ遵守されている規則に注目したい。第一に上座と下座、役職、独参などが目に見える形で道場内での階層を表していることである。第二に無言行を遵守するために鳴らしものや「儀礼的」な動作が用いられていることである。それらの動作や流れは見取り学習によって基本的に習得されていた。第三に上座を抜かさな、つまり参加者の配置によって動作順が決まっているということである。これは無言行を守る働きもしており、第一の序列がここで流れを潤滑に進める手助けをしている。これらの枠組みは基本的に無言行を守るため、その流れを途切れさせないために機能していることがわかる。それと同時に無言行を保つためにそれを破り、最低限の言葉での指導や説明、実践の中での適切さの選択が行われている。これらからわかることは坐禅会が階層、儀礼、それらを保持する規則といった伝統仏教の文脈に即した禅実践の枠組みが実践されていることである。そのような伝統仏教を居士・禅子は如何に解釈し、実践しているかということを以下で考察していく。

3.3. 参加者たちの語り 背景、坐禅観、居士林・円覚寺との関わりに着目して

次に土日坐禅会に参加している3人の居士・禅子への聞き取りから個々人内での坐禅観と居士林内の他者への眼差しに関する部分に注目していく。3人の居士・禅子はいずれも毎週または隔週で坐禅会に参加しており、特に筆者と多くの関わりがあり、語りを引き出せた人々である。個人の感覚を知ることによって上記の坐禅会の流れの中で如何なる実践が行われているのかということが考察可能になる。

Tさん(50代男性)【「動中の工夫」・僧堂への親近感】

Tさんは2017年時点では「助香」を毎回行い、運営に近い参加者の1人である。1963年生で、東京都大田区に幼少時より在住している。土曜は多くの場合第1部の前から居士林に詰め、進行の手伝いを行ったうえで第3部に参加している。円覚寺の坐禅会歴は3年間であるが、最初に来た時から休んだことはほとんどないという。学生坐禅会の手伝い、初心者指導なども積極的に行う。2017年初頭から「独参」をはじめ、接心にもしばしば参加していた。2018年の夏より参加を休止している。

現在は建築士兼事務所の社長をしている。男性建築士としては設計も建築も両方行っているが主体は建てる方で「設計屋さんを使うタイプ」の建築士だという。「一級建築士はすべての話をまとめるため、現場に近い人でないとできず、見習いなどの体験が必須。」というように現場と設計両方にまたがり仕事をする重要性をTさんは説く。

30歳を過ぎると会社の引き継ぎが行われ、40歳から本格的に経営をすることとなる。現場のことは控えめになり、経営がメインになった。「小さな町の建築屋さんなので営業マンもおらず、自分で客と交渉し、図面をまとめる」というのが現在のTさんの仕事である。自分「仕事の量のこと、従業員、外注さん、その家族のことまで気を配る。」立場にあり、「それが会社経営であり、大変」と述べている。

そういった中で坐禅会に通い出したのは働きすぎやストレスなどから体の調子を崩し、さらにうつ病の診断を受け、会社経営に行き詰まりが生じたことが挙げられる。きっかけはTさんの父親が亡くなり、分割していた会社の仕事や父親のついていた建築士会の役職の代理を務めることで仕事の量が倍以上になったことであった。さらに趣味、仕事、付き合いなどで家に帰る暇もなくなり、ストレスがたまっていたという。結果としてTさんは体を壊し、会社経営も傾いた。その時Tさんは会社にも顔

を出せない状態にあったという。

円覚寺に来るようになったのは父親の法要のために行き来していた、茨城県水戸市の臨済宗の寺院の和尚と色々な話をしたことに端を発する。和尚と親交は深めたものの水戸に気軽に行くことはできない。その時にアクセスしやすい北鎌倉駅前にお寺があったことを思い出し、行くことにしたという。最初は坐禅をするわけでもなくベンチに坐っていたが、そのうちに坐禅のことを思いだし、土曜坐禅会と暁天坐禅会に通うようになる。それからは円覚寺に長時間過ごすようになり、朝 6:00 からの暁天坐禅会に参加したのちに 1 日中ベンチで本を読んでいた。

土曜坐禅会には現在の第 1 部の初心者の部から参加し、1 年ほどは第 2 部のみに参加していた。当初は半跏で脚を組むこともままならなかったが、続けるうちに結跏趺坐で 1 時間組んでいられるようになったという。その後、主事に声掛けしてもらうことで第 3 部（土日坐禅会）まで出ることになった。当時は睡眠薬を飲んでいてということでも泊りがけの坐禅は起きられない可能性があるため、第 3 部の土曜日の部に出て次の日の日曜坐禅会にまた来るというリズムであった。2 年目に薬の量との兼ね合いで泊りがけの土日に、3 年目に入って「独参」をするようになった。

続ける理由

いくつかの理由が語られたが本論文において着目すべきものを 3 つ抜き出す。第一に根底に「坐るのが好き」「お寺が好き」という感情があるからだという。これは彼が日常的に行う坐る努力や、毎日の読経に対する姿勢にも表れている。彼は最初、半跏趺坐も苦しい状態からテレビを見るとき、食事の時、最近でも仕事の合間の時間などに結跏趺坐をすることによって長時間坐るという目的を達成している。また、彼は毎朝接心中の僧堂の朝課を真似て、1 時間の読経を行っている。これも「接心に参加したい」という意欲からである。

第二に「半分リハビリになると思った」ということを挙げている。彼自身は「直接的なりハビリになるとは思っていなかったが、生活パターンのリハビリになった。」と言っている。坐禅を続けるうちに「月から金まではとりあえず会社に行こう」という気持ちになり、そのうち会社に行かなければいけないなど思わなくても会社に行けるようになったという。2017 年に入ってから、医者の的にも自覚的にも完全によくなったと感じるようになった。

第三の理由としては、これは筆者が T さんと接して感じたことであるが、彼の老師や僧堂への思いである。彼自身「老師にくっついてきた」という気持ちがあり、また老師の言葉や接触時のエピソードを使う、年齢的にも老師への親近感を示すなど老師を意識する発言が多々見られる。また僧堂、特に接心に関する思い入れの強さがある。筆者が僧堂のことにに関して質問した時「接心には出た方が良い」という趣旨のことを何度も繰り返して示してくれた。その根底には「居士林の原型を知るべき」であるという思いがある。

「基本的には居士林というのは土日の一泊を使って僧堂に準拠した時間を過ごすということになっているから、要するにコピーですよ。それを居士林なりのスタンスで足し算引き算しているっていう。ただ本家本元は知らないよ。」

居士林が準拠している僧堂を知りたいという思いやその僧堂の長である老師への思慕が坐禅会のモチ

バージョンとなり、次に述べる坐禅観にも繋がっている。

坐禅観

坐禅は基本的に修行であり、居士林に来る意味は修行・修養と考えている。Tさんの修行としての坐禅観を理解する一助として彼が述べる団体で坐禅をする意味に関する論理を紹介する。まずTさんは居士林の団体で坐禅をする意味に関しては環境に外的な制限をかけることであるという。そして自らの行動の自由に制限をかけることで心の修行に繋がる、それは要するに「自我を抑える」、「自我をなくす」ということに繋がる。その状態をTさんとしては「解放された状態」として受け取っている。Tさんは土日坐禅会のような環境で坐り続けることにより「自我がだんだんとほとんど湧いてこなくなった」という。その状態は「日常生活から解放された状態」であり「非常にリラックスした状態」で坐禅を始めることが出来ているという。つまりTさんにとって環境を制限する「修行」は「日常生活からの解放」に繋がっている。

また、坐禅以外の役回りなど全てのことが繋がっていると考えている。全ては「トレーニング」であり、それらも自分の思い通りにはならないことだとTさんは述べる。彼は禅宗の伝えたいところはそこにあると考えており、要はすべて坐っているのだけが禅ではなく、すべて「動中の工夫」であるという。生活の変化もそういった「動中の工夫」的考え方により変化した。坐禅と生活はわかれておらず「スタイルの問題」であると彼は考えている。腰骨を立てているという外見的な部分もそうだが、「仕事とかにもすべてにおいてかなりの気持ちの持ちようは変わる」。「外見的」坐禅の技法の取り込みと同時に、注目すべきは「気持ちの持ちよう」が変わったという点で、「動中の工夫」という考え方が居士林の外に広がっていることがわかる。

円覚寺・居士林に対して

Tさんは「助香」として、そして帳簿や連絡係もある程度担っているため、居士林において「まとめ役」的立場の1人となっている。主事との関係はあくまで1人の参禅者として向き合っており、個人的に申し立てをしたり、意見をしないという上意下達の立場を全うしている。また、主事とまとめ役的な人々の意見で居士林運営方針を決めていくということを前提として、主事の権限を立てて、運営の変化に関しても肯定的な印象を持っている。

「〔主事とはよくお話されるのですか?〕(主事とは) お話する。自分のことは話さない。(.....) 身の上話くらいは話した。まとめ役がいるが雇われ店長として助香させてもらっている。運営全般に対しては口を出さないようにしている」。

「居士林が単体で存在しているわけではない。(.....) まとめる総責任は主事だから主事の意向もありますよね。在家一般の人の窓口だから。粥坐の作法とかも変えたりして。それはそれでいいと思う。(.....) 次は順番的から言ったら(まとめ役は) 次私でしょ。その時に多少の変化はあるんだと思う」。

Tさんの言葉からは主事と距離を置きつつも総責任者として立てていることを感じられる。後半の文章

では和尚やまとめ役の視点から自分がどのように居士林の運営に関わり、作法等を変化させていくのかということを考えている。

② S さん (30 代女性) 【仕事からの隔離・美しさへの憧憬・「執着」と苦しみ】

S さんは女性の参加者で家の遠さから毎回の参加はできないが、学生坐禅会などの裏方の手伝いなど居士林の運営、円覚寺での講演会に積極的に参加している。禅子の中では最も坐禅会の実務に詳しい 1 人であり、禅子の初心者指導に熱心に取り組んでいる。

S さんは現在は新潟県で某フランチャイズの加盟店にて社長を務めている 1984 年生の女性である。小さいころより家庭環境は良好ではなく、父親との間に確執を抱えていた。大学進学の前であったが、身近な両親が大変そうにしており、また父親が長生きできないと感じていたため悩みながらも新潟市のホテルに就職する。22 歳の時に父親が急死。その際ずっといなくなればよいと思っていた父親の死に対して悲しみを覚えている自分に気づき、それから「悲しみに耐えられない」状態が 1 年間続いた。23 歳から現在まで社長を務める。

円覚寺に通いだしたのは 2014 年、父親が亡くなってからずっと仕事をしていたため貯金が増え、何でも買えるようにはなったが、その状況に虚しさを覚えていたところ、仏教と出会う。たまたま客の中にいた円覚寺派の和尚の寺院で興味を持っていた坐禅をすることになる。しかしそこでは 1 時間しか坐らず、結局坐ってもよくわからないまま終わっていたという。そのお寺で円覚寺の評判を聞き、たまたま学生接心 (学生坐禅会) の募集を見て電話をする。

初めての学生接心 (学生坐禅会) は今まで 1 時間しか坐ったことがなく、脚が痛んだためもう絶対に来ないと思ったという。さらに古い雲水が多かったため、今よりも厳しく、ルールがわからないまま注意を受けていた。しかし終わった後に自分でも驚くほどのすっきりした感覚を覚え、また来たいと思うようになる。また雲水の所作の美しさに感動する。その年の大晦日の年越しに来たところ、たまたま土日坐禅会がやっていたところに入れてもらい、1 月から通うようになった。

続ける理由

彼女が続ける理由としては大きく 3 つに分けられる。第一に仕事から離れるためである。S さんの「近かったら逆にいかなかった」という言葉や、土日にごこまでくればお客さんに会うこともないという発言から、物理的に地元から離れることが 1 つのポイントである。また「土日になんで来るのかといえば、捨てにくるんだよ。全部リセットしちゃうの」、「仕事がきつければきついほど本山に来たくなる」という言葉からは平日の仕事の世界と居士林の分断がはっきりと見える。効率を求めないという点も仕事と相反する点であるという。仕事の忙しさと居士林への思いの比例関係は興味深い。

第二にお寺への思慕と美しさへの憧憬があげられる。S さんはお寺に来ることが好きだと明言しているが、観光ではなくお寺で何かをすることが好きであるという意味合いが強い。

「(.....) もともと好きなんだよお寺が、全部好き。あのね居士林に坐禅だけ来てるわけじゃないの。お寺が全部好き。(.....) 仏像も好きだし、観光じゃダメなのよ。(.....) ちゃんと修行したい、坐禅したいみたいな。でも私は人生が修行だと思っているから」。

寺院における全てへの好感は寺院と自らの人生との隔てられていないつながりとなっている。「仏として」いけることが大切であり、「居士林だけで修行すればいいって人は好きじゃない」と述べる。

Sさんは円覚寺の全ての行事に当初参加しようとしていた。それは初めての学生坐禅会において雲水たちの所作に感動したということに端を発し、それが自らの円覚寺行事への参加と日課のモチベーションとなっている。

「私、雲水さんの所作とかにも感動したのよね。(.....) 機敏じゃん所作。(.....) お坊さんってきれいなんだなって思って、とってもいいところだと思った」。

居士林にたびたび来るようになってからは接心の朝課などの読経に魅了される。最初に僧堂接心を見た際に感動し、そのお経の読む速さに魅了され、自分もそこに混ざりたいと考えた。そして毎日朝課で読経をするようになり、お経が分かってさらに楽しくなったという。

第三にあげるのは「救われた」ことに関する感謝である。居士林に来る前の彼女は父親を失った際の衝撃と仕事の忙しさによってすり減った状態であった。「生きるのが辛いというか、仕事が辛いから人生辛い。お父さん死んじゃうし。ずっと仕事しかしてなかった」。そのような状態を居士林に来る、仏教に出会うことで整理してみることができるようになったという。

「今だったら仏教を知って、禅を知って、今じゃん。悲しみって切り離せるじゃん。今の瞬間に起きてることじゃないじゃん。今の瞬間に起きてることじゃないじゃん。(.....) でもその時はごちゃまぜだから。過去あり、未来あり、を生きてて、ぐちゃぐちゃに未来を先取りして不安になり、過去を振り返って後悔し、今を生きていなかったから。だから禅に出会って、救われたってわけ」。

坐禅観

Tさん同様に「動中の工夫」、坐るだけが禅ではないという考えを彼女も持っている。初心者「禅」に関して「理屈」によって理解される傾向があることを感じている。「仏として生きる」ということも彼女の禅から得た思想であり、「仏になるために生きる」のではないとも言っている。これは、手段としての坐禅の否定であり、臨済宗学の生活の中で禅の心を活用し、磨くという思想と一致している。「仏として生きる」という意味において居士林以外でも人生を修行と考えるようになっている。「仏として生きる」という言葉を介して禅、修行が彼女の中で結びついているといえる。

円覚寺・居士林に関して

彼女は坐禅のみでなく、寺院自体に好意を持っているため、信仰心と修行は表裏一体と考えており、それを行動に表している。そして坐禅のみをしに来ている参加者に対する違和感を顕わにしている。

「行きと帰りに〈円覚寺全体を〉一周してる。〔一周って?〕一周してお世話になります。お世話になりましたってお参りしてから帰る。(.....) だからみんなに何しているのって言われる。(.....) でも礼儀じゃないのって。だから私は、あ、みんな本当に坐禅だけしに来ているんだなって、ちょっとショックだったんだな。(.....) 信仰心、信仰心がないのは悪いことじゃないけど、それがいいんだ

なっているのは本当にびっくりした。だから禪子さんの中に家のお寺の宗派がわからないって人もいたし、なんで手を合わせるのかわからないっていう人もいた。カルチャーショックっていうか。悲しくなってる。それ（坐禅とお参りすることや信仰心）ってセットじゃない？」

ここまでの感謝の意を以ってして、初めて修行が成り立つと彼女は考えている。彼女は寺院好きであるというところから、坐禅だけでなく寺院全てのことを知りたいという意欲を持っている。彼女の興味の範囲が坐禅のみでなく、寺院全体に及んでおり、そこまで関わることによって彼女の修行が完結することがわかる。

彼女は普段の土日坐禅会には姿を現さず、寺院の行事や学生坐禅会の加担のみに参加するようになった。彼女自身から 2018 年の春に聞いた話ではある年長の参加者から「独参」をしつこく進められたということが通わなくなった原因であるという。彼女にとってその年長者の態度は「独参にこだわっている」と映った。先の T さんの例からもわかるように土日坐禅会には少なからず寺院や僧堂に好意を抱いている参加者がいるが、その好意の抱き方、修行の範囲は重なりながらもこのような摩擦が起こる程度には異なるといえる。

U さん（70 代男性）【坐禅会と坐禅・非目的志向「まごころ」】

U さんは T さん同様「まとめ役」的立場の 1 人で、かつ坐禅会に長年通っているため主事やほかの参加者の信頼も厚い。「典座」「侍者」といった役職も毎回のようになされている。現在は無職であるが、機械設計の仕事をやっていたことはわかっている。1943 年生まれで横浜市磯子区在住である。始めたきっかけもあまり明確ではないが、始めたのは彼が 35 歳前後（1978 年前後）であり、最初に行ったのは建長寺派の近所にあった寺院であった。最初は仏教のことはよく知らなかったが、坐禅に関しては「きらびやかな日本文化」「お寺は聖域だと思っており、僧侶は聖人で悪いことをしなくて、カトリックとかに近い」といったイメージを持っていた。しかし実際にはそうではないことが寺院と関わる中でわかると同時に「ごちゃごちゃした聖なるものじゃないものでも乗り越えていける知恵がある」というところに興味を持った。「聖なる」イメージを持った寺院が実質そうでなくとも、存続していける「知恵」に興味を持った。そして「そこには穏やかに生きる知恵がある」と考え、その寺院の坐禅会に参加するようになったという。またその寺院の住職（僧侶）が法に対して篤く、「心を入れてやっていた」というのもその寺院に通い続けた理由となった。しかし、この住職が亡くなると同時にその寺院を離れ、近所に円覚寺派の寺院があった縁もあり、円覚寺の居士林に 2010 年前後から通うようになった。

坐禅を続ける理由

続ける理由として A さんは 3 つほどの理由をあげる。第一に世の中の嫌なことを処理するためである。仏教と出会うことにより、U さんは「世の中の嫌なことはここから出てくると思うと嫌な気持ちに振り回されない、それを維持しない」という対処法を身に着けた。しかしそれらはすぐに忘れられるものではなく、気が付くがすぐに処理できるものではないという。それを処理するために来るというのが 1 つの理由である。

第二に「普通のだったらした生活に終止符を打てるから」である。

「週6日はほとんどただただしていても、日常と違う生活ができ、今までの生活をひと段落できる。それは終止符を打てる〔打つ必要のある〕6日間があるから、またスタートする」。

坐禅会をひとつの「終止符」と考え、生活の切り替えを行っている。

第三の理由は「初めて坐禅会に通った時からの仏教に対する興味がいまだに残っているから」というものである。しかしUさんの文脈からいえばそれはあくまで仏教に対する気持ちであって、寺院に対する気持ちではないようである。つまり興味を持っているのは寺院の存続ではなく、仏教的考え方の追究なのである。話を聞いた3人の中でUさんの語りの中には経典や老師の話の言葉がかなりの割合を占めているのもUさんの仏教への興味のあり方を表わしているといえるかもしれない。

坐禅観

Uさんの坐禅観は「禅」の中に「坐禅」がはっきり位置付けられている。Uさんは「坐禅は坐ることではない」といい、坐禅は「仏心」になる練習であるという。

「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」。

さらにUさんは次のような経験談を話す。

「皆坐るのが坐禅だと思っている。ある人に典座を頼んだ時、『私は坐禅がしたい』と断ろうとした。それ(典座をすること)も坐禅なんだよ」。

Uさんの認識は生活の中の「禅」に言及しつつも、それに加えて坐禅が持ちうる意義を明確に考えている。坐禅会内の仕事全てが「禅」でありながら、坐禅はその中でも最も「禅」の精神状態をつかみやすい修行形式であるという認識となる。そしてUさんの言葉の端々には特殊な状態でありながら、日常と深くつながる坐禅という文脈も読み取れる。

またUさんは仏教は一言でいえば「楽しみを得る方法」であるという。これはUさんから筆者になされた「仏教とは一言でいうと何か?」という問いに筆者が「苦しみから逃れる方法」と返したうえで得られた答えである。

「苦しみから入るのは好きじゃない。同じことを言っているのではあるが、その過程自体は苦しみでも苦しみとらえるかは別」。

これは先述したUさんの仏教への興味と深くつながっている。Uさんにとって仏教とは「いかにごちゃごちゃした世の中を穏やかに楽しく生きるか」であるということができる。

居士林・円覚寺に関して

Uさんは「まとめ役」的な立ち位置のために居士林の学生坐禅会、第1部、第2部などの裏方の手伝いを頻繁に行っている。その理由を聞いたところ「特に理由はない」という回答が返ってきた。

「お手伝いに理由はない。〔何かのためにやると〕損得勘定が生じる。(ほかの人が喜んでくれればそれでいい?) それすらない。ただやる。(失礼ですが、それは人によってはきれいごと聞こえるのでは?) きれいとか汚いとか、ほかの人がそう言っているだけであって、やっている人は評価を求めているわけではない。効率ではない」。

ここに見えるのは効率、評価、損得勘定といった功利主義的な目的のために手伝いをしていないという思考である。そして非常に興味深いのは「寺院のため」ではなく「ただやる」という理由しかそこにはないという点である。これは坐禅に対する姿勢と表裏一体なものとして理解できる。同じ禅道場での活動＝「禅」の修行、つまり修行とは見返りを求めないものであるという認識である。その考え方は円覚寺で詠まれる「延命十句観音和讃¹⁶⁾」の一節へのUさんの疑問符からもうかがえる。

「〈延命十句観音和讃の〉『まごころこめて人のため』というのは疑問。報酬を求めているように聞こえる。それは入りたての人にはとっつきやすくいいが、慣れてくるとそうはいかない。(では、まごころのほうに重点があると考えたほうがよろしいのでしょうか?) 一切が『まごころ』。その辺の感じ方で境涯が変わる」。

この「まごころ」という言葉がわかるかどうかということがUさんの中で初心者か否かを分ける基準となっている。

3.4. 分析

以上坐禅会の流れと3人の参加者への聞き取りより前半に提示した3つの問いに関する回答を中心に分析を行う。

分析1 長時間の坐禅を継続する理由—坐ることへの気持ち

長時間の坐禅会に参加する理由として2つの傾向が見られた。1つは単純に「坐ることが好き」という理由である。Tさんは「長く坐りたい」という気持ちから日常生活にまで結跏趺坐をしているし、Sさんなどは地元で行われていた1時間の坐禅会に物足りなさを感じていたことが彼女の言葉からはわかる。

もう1つの注目すべき理由は日常生活から離脱するためであると考えられる。Tさんは土日をかけて坐禅をすることで崩れていた「生活パターンのリハビリ」になったと述べている。またUさんも同じようなことを述べており、1週間の崩れた生活を改善する機能を果たしている。それに対しSさんは「仕事を忘れる」ために、「効率重視」の思考から一時抜け出すために坐禅会に来ている。まず「リセットする」といっている意味では前に述べた2人の事例と似通った意味合いがある。しかし、彼女の「遠くなかったら円覚寺まで来なかった」という発言から一時でも普段属しているコミュニティから離れることも重要であることがわかる。事実Sさんは社長として地元の企業などと密な関係性を築いており、そ

ういった関係性から解放する役割を坐禅会が果たしていることがわかる。

以上から長時間の坐禅会は長く坐りたいという欲求を満たすこと、普段の生活パターンを整えること、一時的に日常のコミュニティから離脱するという意味合いを持つことがわかった。長く坐りたいという欲求は他にも数人持っている参加者はおり、長く坐るために接心という僧堂の集中修行期間に参加したいという人がいるほどである。生活パターンやコミュニティといった離脱が困難なケースに対して長時間の坐禅が役割を持ったということも推測できる。

分析2 「解放」と規定、階層、儀礼への従事—旧仏教への抑圧以外の意味づけ

ここでは伝統的文脈の強い僧堂の機構自体に対する肯定的な意味づけが旧仏教的要素として抑圧としての階層や儀礼という意味を打ち消していた。特にTさんの言う「解放」の意味、Sさんの僧堂と雲水への憧憬の念にはそれが色濃く表れている。Tさんにおいては前提として坐禅を「修行・修養」として置いた上で「動中の工夫」という僧堂で用いられる文脈を前面に打ち出している。また、団体で坐り、行動を規制する先に思考の抑制、すなわち「解放」があると述べている。これは近代仏教によって論じられてきた「解放」とは全くことなるものである。

Sさんにおいては僧堂で行われる儀礼、雲水の動作に感動し、それらに接することが坐禅会にくる1つの理由となっている。また彼女の初心者としての理屈による理解を否定する発言も近代仏教における理知的な仏教理解とは異なっている。彼女自身はある人物との確執から居士林に通う頻度が減ったのであるが、それ自体もある人物の性格上の問題により自身が虐げられたことを彼女は強調している。彼女のなかでは抑圧するのは寺院機構の内部にある旧仏教的要素ではなく、他者の中にある階層性などであったことがここから解釈できる。

しかし近代仏教的「解放」の要素もいくつか見られる。Sさんは禅の「今しかない」という思想によって救われている。さらにTさん、Sさんに比べUさんは仏教への関心が寺院全体への関心よりも高い。彼は前の2人に比べると思想としての仏教の「穏やかに生きる知恵」に興味がある。SさんにUさんのことを聞いた際「あの人はそういうこと（僧堂、雲水のこと）には興味は無い。」といていたように意識の差があると考えて良いだろう。

また僧堂儀礼の生活への取り入れも居士・禅子が包摂される客体ではなく、伝統を否定、変形することなく包摂する主体となっている事例として注目できる。先行研究ではボラップが多様な在家信者の声を包摂する僧侶の姿を描写した。しかしTさん、Sさんの事例より、在家信者が僧堂、伝統宗教側の文脈をそのまま生活の中に取り込んで実践している様子が見られた。これは伝統宗教側の実践を西洋近代的枠組みで解釈するという「仏教モダニズム」とも様相を異にしている。

分析3 共有されながらも多様な「伝統宗教」—坐禅観のズレと軋轢

坐禅会では表面上は僧堂の修行年月に基づく階層性を基盤としながらも、僧堂に比べそれが徹底されず、多様な坐禅実践の解釈を生むと同時に軋轢を生んでいる。3人の語りの中で初心者と熟練者の境界として肝要な部分がそれぞれの言葉で表わされているのは非常に興味深い。敢えて1つずつ挙げれば、Tさんは「動中の工夫」、Sさんは「理屈」で考えるということ、Uさんは「まごころ」である。TさんとUさんは白隠禅師、延命十句観音経という禅宗の文脈から、Sさんは禅哲学や宗学的「ことば」を超えたところにある「見性」という文脈そのままの言葉を用いている。しかし、TさんとSさんが経験し

た軋轢、摩擦を考慮すればこの3人が同じ「伝統宗教」的な禅に帰依していると考えerことは表層的な理解に留まってしまう。重要なのは3人の考えている禅の範疇が異なることである。以下に筆者から見える3者の禅とTさんの「解放」に近い意味を持った言説をまとめる。

Tさん：禅＝僧堂の「修行」実践、坐禅だけではなく他の動作、作務、役回りもそれに含まれる。外的な制限のかかった実践をすることで「自我」から「解放」される。⇨坐禅のみを求めるのはよくない、「動中の工夫」

Sさん：禅＝坐禅、僧堂でなされていること、寺院全体でなされていること。円覚寺に身を置くことによって日常（仕事）を離れる。⇨初心者は「理屈」で考えがち。坐禅や独参にこだわるのはよくない。（一部にこだわるのはよくない。）

Uさん：禅＝仏教であり「穏やかに生きる知恵」「楽しみを得る方法」。「仏心」になる練習として最適な坐禅。嫌なことや功利主義的な価値観に振り回されない思考を手に入れる。⇨坐禅のみをするのは全ての動作に「まごころ」を込める重要性に気づいていない。

このように並べると解釈によっては同じように見えていた3人の禅の概念が指しているものが異なることがわかる。Tさんは「修行」という言葉が全ての動作に行き渡っていて、言い換えれば実践をかなり重視していることがわかる。それに対してSさんは最も広い意味で禅を捉えており、実践としばしば対置される信仰の部分まで含めてセットであると考えている。「仏として生きる」という言葉もTさん、Uさんの言葉に近い感覚をはらみつつもさらに広い観念であると考えた方がよい。Uさんの禅は禅哲学によって切りひらかれてきたような思想としての禅という意味合いが強い。ただ1人「仏教」という言葉を用いているのも印象的である。実践が「知恵」「方法」「思考」に繋がってくる点でも近代仏教の中で育まれてきた禅の文脈と非常に近い。

以上3人の言説を比較したが第三の「逆行」に対する回答がここから見えてくる。つまり表層的には「坐禅だけではなく、日常動作の全てが禅であると気づくことが大切。」という1文に集約されてしまいそうな語りは一面では出家をしている僧侶に限りなく近い実践を意味するため、「伝統宗教としての禅」実践になり得る。しかし、信仰も含んだ意味での実践、思考というそれぞれの語りの根幹にある言葉に注目することで異なる方向性をもったものであることがわかった。これは出家をしていない居士・禅子だからこそ実現する状況でもある。従来の禅哲学や宗学の前提では「伝統宗教としての禅」は階層性と法の継承（血脈¹⁷⁾による単一の系統図の基に語られる傾向にあった。臨済宗でもその例に漏れず、僧堂の朝課では釈迦牟尼から菩提達磨を通じ、自身の系統へと続く血脈の詠唱が行われる。大燈国師御遺戒という経の中の「仏祖不伝の妙法」という言葉にTさんは禅の無言行としての本質を感じる。「仏祖不伝の妙法」は単一に見えながらも多層的な解釈によって実践されている。こういった多層的な解釈によって起こる表層の下の微妙な文脈のずれ違いが参加者達の対立へと繋がっていくのである。こういった摩擦をはらみながらも各々の「伝統宗教としての禅」を参加者たちは志向しているのである。

4. 結論 現代における鎌倉の居士禅—仏教学的言説としての坐禅観を超えて

本論文では土日坐禅会にまつわる3つの「逆行」への回答を土日坐禅会の描写と3人の居士・禅子へのインタビューから考察することによって「伝統宗教としての禅」と「近代仏教」の狭間におかれた土

日坐禅会に関して考察してきた。第一の問いである長時間の坐禅の理由に関しては日常生活や仕事から「離れる」「リセットする」という短時間の坐禅では十分にできないことが可能になるということだった。第二の問いに関連する階層・儀礼への接近は、「解放」「感動」という肯定的な解釈や情動とともに意味付けがなされているためであった。また第三の問いである僧侶にならないことに関してはまずは背景として僧侶との関係性の不連続があり、その上で各々の「伝統宗教としての禅」が展開されることで表層的には僧堂と変わらないことを実践しているという意識に繋がっていることを考察できた。

「伝統宗教としての禅」が行われている場においても各々の中で中心となる実践の範囲によってそれぞれの「伝統宗教としての禅」が立ち現れていた。その中で居士・禅子は僧侶によって包摂されるだけでなく、主体的に伝統宗教を解釈したり、形を残したまま生活の中に取り込んでいることが分かった。こういった実践や僧侶や他参加者間との関係性によって「伝統宗教」の文脈下で実践されている禅が変化の様子を捉えられたことは従来の純粋な哲学的概念として捉えられてきた禅や僧侶側の視点からアプローチした禅研究に対して示唆を与えることができると考えている。

注

- 1) 居士は多くの場合「在家の仏教に帰依しているものたち全般」を指す。しかし今回取り扱う坐禅会では男女の居士を分けて、「居士」「禅子」と呼んでいる。したがって本論文では必要に応じて男女を区別しながら、概念を使用する。
- 2) 本研究では紙数の都合もあり、対象を筆者が深く関わりを持った在家の居士・禅子に限る。僧侶の視点やその他筆者と関わりが薄い参加者を合わせたより立体的な分析は今後他稿にて行う。僧侶の視点を所与のものとして扱わないため、語らない参加者を黙殺しないためにも本来は必要な分析であることは否めない。
- 3) 世界的な禅の流行は鈴木大拙の英語による執筆活動の功績に依るところが大きい。その端緒として1893年にシカゴで行われた万国宗教会議において反響を呼んだ彼の師、釈宗演の講演がある（大谷2016: 26）。
- 4) 坐禅の仕方は臨済宗においては大まかには同じであり、中国元代に成立した「坐禅儀」にもとづくものとされ、特に調身・調息・調心が重要視される。調身の方法として結跏趺坐や半跏趺坐（両足または片足を両ものの上に載せ組む座法）が取られ、脚を組んだ上で背を伸ばす。そうした上で頭を充実した土台の上に載せ、顎をひく。視線は半眼にして、3尺（2m弱）前方の床を見据える。調心ができたところでゆっくりとした腹式呼吸（丹田呼吸）を行い、調息を行う。坐禅中の瞑想状態に入っていくために「数息観」という息を数える方法がとられることもある。このように「正しい姿勢」と「正しい呼吸」を行うことで調心が行われ、禅的な状態を生み出すことに繋がるのである。
- 5) 大乘仏教全般の文脈では「仏性」。「有情の内部に本来存在する仏陀としての特性。」（佐々木2016: 233）。臨済宗の中では「仏心」と言う言葉がほとんど同義で経典の中に多用される。
- 6) マインドフルネスはパーリ語の *sati* を翻訳したものであるが、英訳を経て別の概念と見なされるようになり、脱宗教化され、発展していく過程で様々な宗教・宗派、無宗教の枠組みへの適合可能性を保持している（藤井2018: 77）。例えばFacebookのグループ「マインドフルネス」内においては坐禅や仏教関連情報、諸瞑想はもちろん、哲学、舞踏、神事、精神療法など瞑想に関連すると思われる諸イベントや文章が共有されている。
- 7) 居士林は円覚寺内の宗務本部の管轄である。居士林本事はその中でも独立した位置づけにあり、実質的に居士林運営の全権を任されている。
- 8) マクマハンとは「仏教モダニズム」の特徴として脱伝統化・脱神話化・心理学化を挙げている。例えば瞑想に関しては伝統的には瞑想がごくわずかの出家者によって行われ、多数の在家信者はサンガ（僧、教団）への奉仕によってダルマ（法）を実践してきたが、現代では地域、宗教、出家か在家かに限らず様々な仏教瞑想やマインドフルネス（精神集中）の技法を実践するようになったという。さらには東洋のスピリチュアルで主観的、直感的な思考法を西洋のモダニティに内在する動向として説明し、20世紀の精神分析の瞑想への関心や近年の瞑想の「心の科学」化に繋がっている（McMahan 2006）。

- 9) 宗学内では国際化・グローバル化に伴う「本来『門外の人、門内ものこと知らず』として教団内に伝えられていた修行」の「世俗世界への開放」であり、禅宗史にとって「未曾有」のことであるという表現がなされている（西村 2016: 27）。
- 10) 居士や禪子が坐る畳敷きの部分。利用は1人1畳に限られる。
- 11) 土曜坐禅会、土日坐禅会を1年程度続けるとまとめ役の参加者から「会員にならないか」と声がかかる。居士林運営のため、会員は年会費を払う。会員になった順が序列に直結する。
- 12) 坐禅の1区切りのことで1本の線香が燃え尽きる時間のことを表す。おおよそ20~25分。
- 13) 独参とは老師と一対一で事前にもらった公案の回答を述べ、それに対して判断を仰ぐ場である。円覚寺では公案は「碧巖録」が採用されている。独参は老師の都合に依るが、1回の坐禅会に計2回あり、この時間と朝の2回目の坐禅の時間に行われる。
- 14) 元々は掛塔（入門）した僧侶が最初に老師に面会すること。そこで初めての公案をもらう。居士林で相見に行けようになる最短期間は1年、主事や熟練者の主事への推薦により叶う。
- 15) 一定期間昼夜不断で坐禅をすること。僧堂は雨安居（5月~7月）と雪安居（11月~2月）に集中修行期間が分けられており、年6回（5月：入制、6月：半夏、7月：夏末、11月：入制、12月：臘八、2月：制末）の大接心がある（佐藤 1982: 108）。
- 16) 坐禅会でしばしば読まれる経の1つであり、2011年の東日本大震災の直後に横田南嶺老師が「延命十句観音経」を口語訳したもの。
- 17) けちみゃくと読み、法の継承される系統のことを言う。

参考文献

〔日本語文献〕

- 大谷栄一 2016 『『近代仏教』とは何か?』『近代仏教スタディーズ：仏教からみたもうひとつの近代』大谷栄一、吉永進一、近藤俊太郎編 法蔵館 pp.6-9
- 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 pp.56-74
- 佐々木閑 2016 「仏教用語」公益財団法人禅文化研究所制作『臨済禪師 1150年・白隠禪師 250年遠諱記念発行臨済宗黄檗宗 宗学概論』臨済宗黄檗宗連合各派合議所 pp.223
- 佐藤義英 [1982] 2016 『新装版雲水日記—絵で見る禅の修行生活』耕文社 pp.46, pp.108-110
- 鈴木大拙 [1960] 1991a 『禅堂の修行と生活・禅の世界』新版鈴木大拙全集 6 春秋社
- [1960] 1991b 『禅仏教入門』新版鈴木大拙全集 7 春秋社 pp.15-33, pp.64-69
- 島蘭進 1996 『精神世界のゆくえ—現代世界と新靈性運動』東京堂出版 pp.46-71
- 末木文美士 2006 『日本仏教の可能性』春秋社 pp.155-165
- 2017 『思想としての近代仏教』中公新書 pp.13-42, pp.239-289 総合佛教大辞典編集委員会 1987 『総合佛教大辞典』法蔵館
- 大本山圓學寺（執筆 者 玉村竹二、井上禪定）1964 『圓學寺史』春秋社
- 武井謙悟 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』第26巻 pp.51-74
- 西村恵信 1980 「臨済宗学」『現代仏教を知る大辞典』現代仏教を知る大辞典編集委員会編 金花舎 pp.547-551
- 2016 「概論・禅の本質と実践、および伝達の形式」公益財団法人禅文化研究所制作『臨済禪師 1150年・白隠禪師 250年遠諱記念発行臨済宗黄檗宗 宗学概論』臨済宗黄檗宗連合各派合議所 pp.1-34
- 藤井修平 2017 「マインドフルネスの由来と展開—現代における仏教と心理学の結びつきの例として—」『中央学術研究所紀要』第46号 pp.61-81
- 吉田久一 [1998] 2017 『近現代仏教の歴史』ちくま学芸文庫 pp.23-35

〔英語文献〕

- Borup, John 2008 *Japanese Rinzai Zen Buddhism Myoshinji, a living religion*. Leiden: BRILL.

Lopez, Donald S. Jr 2002 *Modern Buddhism—Readings for the Unenlightened*. London: Penguin Books.
McMahan, David L. 2008 *The Making of Buddhist Modernism*. New York: Oxford University Press.

[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/> (2019年11月29日にアクセス)