

# 参禅というコンタクト・ゾーン

——曹洞宗大本山総持寺「禅の一夜」の一考察——<sup>(1)</sup>

## 段 壹 文

### 序

今日、禅仏教は社会一般向けに様々なイベントや行事を行っており、その中でも重要なものとして参禅を挙げることができる。現在（2015年11月08日）、宗務庁に登録している三大禅宗派（曹洞宗、臨済宗、黄檗宗）の参禅（坐禅会）は600以上ある<sup>(2)</sup>。参禅のテーマは単一ではなく、「自己との向き合い」、「禅宗の教えそのまま」、「美容や健康」などの現代的要素を複合的に網羅している。最近、「女性向け」などの参禅も開かれており、インターネットでの参禅や心理相談室併設の参禅といった新型の参禅も見られる。

宗教としての禅については、宗教体験としての禅定をめぐる宗教現象学を中核とした研究が必要である。但し、伝統宗教と現代社会との相互作用から生まれた教化の一環としての参禅を対象とするなら、禅寺側と参禅者側という二つの側面から考察しなければならない。参禅者にとっての参禅には、ファン・ヘネップやヴィクター・ターナーの儀礼の理論を用いれば、日常から離れて、非日常的なりミナルな経験として、参加者同士によるコミュニタスを体験し、日常へ再統合され、戻るといふ三つの局面が構造的に見てとれる<sup>(3)</sup>。そこで、本稿では、それぞれの局面において、禅寺側がいかに参禅者の期待に応え、その参禅を受容し、参禅の時空間を構築しているのかを取り上げたいと思う。更に本稿では、参禅の時空間をコンタクト・ゾーンとして見なすという新しい視点を導入し、それによって、従来充分に着目されてこなかった伝統宗教と現代社会の問題の側面を明らかにすることを本論の目的とする。

### 第一節 コンタクト・ゾーン研究

「コンタクト・ゾーン」という概念は、当初は、プラット（1992）<sup>(4)</sup>が「植民地における邂逅の空間」を取り上げる中で提示した概念であった。18世紀という歴史的状況において、「支配と従属という極端な非対称的關係にお

いて生じる」「植民地支配の辺境」の課題であるとされた。プラットに近い立場からの研究には木村（2003）<sup>(5)</sup>がある。しかしながら、コンタクト・ゾーンの課題を再検討する中で、古谷（2001）<sup>(6)</sup>は人類学が対象とするべきなのは「近代内部の差異」にあると指摘し、人類学を「異種混濁化する」必要があると論じている。田中（2007）<sup>(7)</sup>は文化を前提とするプラットの方法について、コンタクト・ゾーンの研究とは「特定の文化・地域の研究のあとにされるものではない」と批判し、人類学が対象とする他者には、「未開とオリエント」、「農民」、「性的異常者」という三つの範疇があると論じた。コンタクト・ゾーンとは「他者との邂逅する場」として見なされるべきだという。本稿では、このような視点を用いて、参禅を禅と一般人とが邂逅する場、即ち、禅宗という伝統宗教と現代日本社会との間にあるコンタクト・ゾーンとして参禅を捉えてみたい。

今までコンタクト・ゾーンを取り上げた研究には、歴史的・人類学的な観点から歴史的、地理的、文化的な文脈の中で現れた時空間として読みとる傾向が強かった。しかし、現代社会において宗教的な目的を持って作られたコンタクト・ゾーンについての研究はまだ不十分である。伝統宗教が新たな社会状況に応じてそれなりの生き残り策を模索しているという状況を考慮し、教化という目的を持って作られたコンタクト・ゾーンとして参禅の時空間を取り上げる意義があると考えられる。本稿では、特定のコミュニティ（禅宗）によって意図的に作られたコンタクト・ゾーン（参禅）について論じていく。

## 第二節 禅宗による参禅研究

参禅のコンタクト・ゾーンの構築について、その作り手である禅宗も自らの立場から様々な研究を行っている。それらの研究は主に、①参禅の重要性についての論述、②参禅の実施状況についての資料、③坐禅のやり方と坐禅の心理的、生理的効用についての研究、という三種類がある。高橋（1983）<sup>(8)</sup>は参禅を通して教化を図ることを提示し、参禅が「教化の本分」とであるという姿勢を示した。参禅行動について、江見・千野（1987）<sup>(9)</sup>はその研究において、永平寺の参禅者に対するアンケートに基づき、参禅動機といった面から構造的に分析している。しかし、これらの研究はいずれも、参禅を「教化」という枠に位置付け、禅を広めることを目的とするという観点から取り上げているだけであって、十分な研究とはいえない。

### 第三節 調査の概要

コンタクト・ゾーンとしての参禅の実情を探るには、実際に参加してみる必要がある。本研究のために、積極的に参禅を行っている曹洞宗大本山総持寺によって開かれた参禅コースを対象として調査を行った。大本山という寺格を持った総持寺が末寺に対する統轄的な地位にあるということを考慮し、その参禅コースについての調査を通して、参禅の一側面を捉えることができる。

実地調査は以下のように行った。2015年1月からのほぼ一年間、毎月開催される参禅コースに参加し、春夏に催された「禅の一夜」にも参加した。そして、参禅コースの参加者にインタビュー調査やアンケート調査を行った。本稿のテーマであるコンタクト・ゾーンを考察するために、短時間の参禅コースではなく、長時間の参禅コースである「禅の一夜」の方が適切である。というのは、日常の時空間から隔絶され、ファン・ヘネップが論じているリミナリティが明瞭に現出し、また、ターナーが論じているコミュニタスが参禅者と禅僧の間で生み出され、コンタクト・ゾーンが見られるからである。「禅の一夜」の参加者は毎回異なるが、総持寺側の準備、対応、発信はほぼ類似しているので、本稿では、2015年3月28日～29日の「禅の一夜」に焦点を当てて考察を行う。また、7月25日に実施した総持寺参禅室室長の花和浩明禅師へのインタビュー調査も取り上げることにする。

## 第一章 大本山としての総持寺とその参禅コース

総持寺は永平寺とともに曹洞宗の二大本山と並称され、開創及び移転という長い歴史を歩んできた。現在の総持寺には人権擁護推進室、布教教化部布教室などの機構が設置され、布教教化部出版室・禅文化興隆会の出版部も設置されている。参禅は布教教化部参禅室によって執り行われている。

総持寺の参禅は鶴見区に移遷する前の石川県輪島に所在していた時も既に行われていたが、過去についての資料は焼失で失われてしまっている。ここでは、調査から明らかになったここ数年来の変化について少し説明しておきたい。特に2010年に参禅コースの変更があったので、それ以前とそれ以降に分けて説明する。

## 第一節 2010年以前の参禅コース

2010年以前に行われていた個人で参加できる参禅は下記の表1の通りである。

表1 総持寺個人参禅コース（2010年以前）

| 参禅コース  | 開催時間                                   | 参加費用                |
|--------|--|---------------------|
| 日曜坐禅会  | 毎週日曜日<br>13:00 から 16:00 まで             | 200 円<br>初回のみ 700 円 |
| 英語坐禅会  | 毎月一回<br>土曜日                            | 不詳                  |
| 写経の会   | 毎月 25 日<br>9:00 から 15:00 まで            | 3,500 円（昼食代込）       |
| 月例法話会  | 毎月 25 日<br>13:30 から 15:00 まで           | 入場無料                |
| 精進料理室  | 毎月一回（不定）<br>9:20 から 13:30 まで           | 5,000 円             |
| 個人一泊参禅 | 毎月一回<br>最終の土曜日 9:00 から<br>日曜日 16:00 まで | 5,500 円             |

「日曜坐禅会」には 25 分ほどの坐禅 2 炷<sup>(10)</sup>と経行<sup>(11)</sup>があった。坐禅が終わってから、法話の時間として「四柱会」という質問会が行われた。坐禅指導を努める禅師は必ずしも総持寺の僧侶ではなく、曹洞宗総持寺派の他の寺院から指導者として招いてくる場合もあった。英語坐禅会の指導者は、僧侶とは限らず、退職した英語の先生だったりすることもあった。

## 第二節 2015年の各参禅コース

2015年3月28日の時点では、「精進料理室」はなくなり、「日曜坐禅会」も廃止された。月に一回の「月例坐禅会」と「英語坐禅会」、「写経会」のみが引き続き行われていた。一般向けの参禅コースには、個人参禅コース、団体参禅コースと、行持としての特別参禅がある。毎月指定した日に行われる個人参禅のコースは以下（表2）の通りである。

表2 総持寺個人参禅コース (2015年11月調査時)<sup>(12)</sup>

| 参禅コース | 開催時間                           | 参加費用                      |
|-------|--------------------------------|---------------------------|
| 月例坐禅会 | 毎月の第一の土曜日<br>13:00 から 15:30 まで | 500 円                     |
| 英語坐禅会 | 毎月の第一の土曜日<br>9:30 から 11:30 まで  | 500 円                     |
| 暁天坐禅会 | 毎月の第一の日曜日<br>5:15 から 7:00 まで   | 300 円                     |
| 禅の一夜  | 土曜日の午後から<br>日曜日の昼まで            | 10,000 円<br>(4月以降 6000 円) |

これらの参禅コースはいずれも老若男女を問わず、自由に参加できる参禅である。「月例坐禅会」は坐禅2柱を中心とした短時間参禅コースであり、日本語で行われている。「英語坐禅会」は英語圏の参禅者向けの参禅コースである。場合によって、僧侶自らが英語で実施したり、通訳の僧侶が付けられたりしており、通訳としての英語教師の活用も見られる。

本稿で取り扱っている「禅の一夜」は長時間参禅であり、参加申し込みとして往復はがきでの事前予約が必要である。参加者に行ったアンケートの結果を踏まえて、2015年4月からのプログラムの変更により、参加費用が6,000円に変更された。

## 第二章 参禅者の非日常的な経験—コンタクト・ゾーンにおける参禅

参禅は基本的に、一般人が禅寺まで申し込み、ある時間帯において、禅寺で禅を体験するという形である。総持寺の2015年6月の伝道標語において、花和禅師は「緑深く、清水豊かな山間は、歩きながら禅を行ずる最適の所。水の音響く渓谷の辺り、生い茂る樹々の下は坐禅をし、心澄ますのには絶好の場所である」という『坐禅用心記』の節を引用し、禅寺での坐禅を現代人に勧めている。緑、清水、渓谷といったシンボルは、現代社会というコミュニティの中に居住している一般人にとって、日常の世界から離れた特別な時空間にあるものといえる。この特別な時空間は、禅寺が提供し、参禅者に非日常的な経験を体験させるコンタクト・ゾーンとしての時空間と見なすことができる。しかも重要なのは、禅寺側は教化の時空間としてこのコンタクト・

ゾーンを構築しているという点である。

### 第一節 構築された参禅の時空間

「禅の一夜」では、最初に受付の香積台（食事処）の入口に大きなすりこぎ棒としゃもじが立てられている。これはコンタクト・ゾーンへの入口を象徴している。参禅者は受付後、総持寺の僧侶により宿泊する部屋まで案内され、普段の服装から参禅用の服装に着替える。参禅者の宿泊部屋は12畳から14畳の広さがあり、9人部屋である。簡素かつ清潔な部屋であり、参禅者に禅の極意を感じさせる。個々人の服装から坐禅用の服に着替えてから、参禅者は坐禅の場所へ移動する。それは日常の差異を構築する構造を脱ぎ取り、参禅者が全員同じ共同性に属することを示している。坐禅の場所としての衆寮は、風通しの良く、うす暗い部屋である。これらは一連の移行の変容であるといえる。

参禅に利用される場所は総持寺が用意する禅の要素に満ちた場所であり、参禅者にとっては非日常的時空間であることがわかる。参禅は一連の時空間の構成から成り立っている。紙幅の都合により、ここでは「禅の一夜」の第1日目の進行を参照しよう。

表3「禅の一夜」の進行（第1日目）<sup>(13)</sup>

| 時間          | 進行   | 場所       |
|-------------|--|----------|
| 13:15～14:00 | 受付・着替え   | 香積台、宿泊部屋 |
| 14:00～14:50 | 挨拶・坐禅指導  | 三松閣      |
| 14:50～16:20 | 止静（坐禅）—経行（「歩く禅」）<br>—止静—抽解（坐禅終了） <sup>(14)</sup> | 衆寮       |
| 16:20～18:00 | 食事作法についての説明<br>17時頃に薬石（精進料理の御膳）                  | 香積台      |
| 18:00～20:00 | 法話（茶話会）・法座                                       | 未記録      |
| 20:00～21:00 | 明朝説明・入浴  | 未記録      |
| 21:00       | 開枕（消灯）   | 宿泊部屋     |

「禅の一夜」の進行でわかるように、参禅者は自分で時間を調整して自由に建物や禅生活を吟味することができない。総持寺の教化部が規定した時間と場所において、特定の一部の禅生活が体験させられる。その規定された場所というのは、表3が示したように、香積台や衆寮のような総持寺内にある

場所ではあるが、他の禅僧との接触が少なく、非常に限定的である。禅僧たちの生活を垣間見ることができるとは、禅僧たちと禅の生活を送るものでもない。ゆえに、参禅における参禅者のコミュニティは見えない枠が与えられているとも言える。その時間と場所とに限られた枠の中におけるすべての出来事で参禅の時空間が構築されている。

## 第二節 コンタクト・ゾーンの言語空間

次に、総持寺の教化部が意図して構築した参禅の時空間をコンタクト・ゾーンとして捉え、その禅経験の時空間の質を考察してみたい。確かにそれまで見知らぬ者同士が参禅者として一夜を共に過ごすことはコミュニティの経験に近いと考えられるが、直ちに気づくのは、禅僧による宗教的共同体においては特徴的な言語的世界によって形成されているのに対して、参禅者のコミュニティはそれとは異なる時空間であることが分かる。「禅の一夜」での調査を通して明らかになった特徴を二点ほど挙げてみたい。

ひとつは、教義や仏教の思想的説教が少なく、坐禅を中心にしていることから、禅の実体験を重視していることである。具体的には、「止静一経行一止静一抽解」という2炷の坐禅が、第1日目の14:50頃から16:20分まで、第2日目の10:00から11:30までの2回行われている。そして、2日目の朝4:15分頃に「止静一抽解」という坐禅1炷が行われている。2日目に設けられた「朝課」や「写経」の時間においても、教えを参禅者に理解してもらうために説明するのではなく、様々な形を通して禅を体験させるという形を取っている。

「禅の一夜」における限られた時間の中で、参禅者に坐禅を出来るだけ多く体験してもらうという傾向が見られる。この点について、総持寺の僧侶は、「坐禅をできるだけ多く体験してもらって、禅の極意も味わうことができた」と説明している。しかし、参禅者が体験している内容は禅僧の生活とは必ずしも一致してはいない。むしろ、教化という観点から参禅者向けに特別な内容が準備され、その時空間の中で禅の経験ができるようになっている。

もうひとつは禅に関する難解な用語を避けて、一般的に分かりやすい明解な言葉で参禅者に禅を説明していることである。具体例を見てみよう。

第一回の坐禅の前に「三松閣」において30分間ほどの坐禅指導があった。坐禅作法についての指導内容が主である。そして、禅僧は看板に書かれた難解な仏教用語を見せながら、易しい言葉でその内容を詳しく参禅者に説明していた。また、参禅の最中に使われる動作の説明としては、例えば、「合掌」

とは「肘を上げ、手は鼻のところまで上げ、顔と手までは握りこぶし一個分あける」、左右揺振で姿勢を調整するとき「後ろ頭で天を衝くようなつもりでできるだけ身体をまっすぐに」というように分かりやすく解釈していた。

また、「禪の一夜」の法話時間（茶話会）において、坐禅の最中に感じる非日常的な身体経験をどのように対処するのかを、花和禪師は自らの経験を語りながら、参禅者に詳しく説明した。

- ①. 「足の痛みの納め方」：坐禅をすると足が痛くなるので、大きな座蒲団、または坐蒲（ザフ）、あるいは折り重ねた座蒲団を利用する。
- ②. 「肩の力抜きの方法」：坐禅を始める時、どうしても肩に力が入ったままになってしまうので、「足の上になにか置く」、「法界定印をきっちりとする」ことによって、力を抜くことができる。
- ③. 「眠くなった時の意識の補正の方法」：坐禅をしているとどうしても眠気を感じるので、「考えていること自体は推奨されない」、「短い時間（で）集中して、眠りが催す前に（坐禅を）止めてしまう」ようにと、説明していた。
- ④. 「唾液の抑え方」：普段は意識することはないが、坐禅の最中には唾液が出てくるのを感じる。それは「誰でもあること」だ。しかし、特に意識する必要はなく、「唾液が出れば呑めばいい。」「そうやっているうちに、気にならなくなってくる」。
- ⑤. 「坐禅の時間」：「気持ちよく止められるぐらいの時間に…自分の方を合わせると、段々それが楽になってくる」。そして、「日によって時間を調整した方がいい」。

これらの花和老师の説明は禅堂の厳しい修業のようなものではなく、一般者も受け入れられるような緩やかなものであるといえる。

さらに、3月28日の「禪の一夜」で行われた茶話会において、坐禅とは「どのような境地でしょうか」という質問に対し、花和禪師は次のように返答している。

「頭の中が空っぽになってしまうということは、われわれにとっても至難の技です。…ただ頭の中にいろんな考えが…だんだん遠くになってくる…こだわらない…浮かんできても無理しなくても放っておける。…ところが安定して、それで心静かになってくる…いい坐禅だと思っている



内にもう時間がすんでしまう…確かなことは、結局は自分でしかわからないということで、自分が心静かになって気持ちが前向きになってくる…活力が出てくる…それは禅の境地といえるものなのかもしれない。」

参禅者に向けて、禅話による禅の「境地」の説明は困難と考えているためであろうか、花和禅師は「安定」や「心静か」といった一般的な言葉に置き換えて説明し、「こだわらない」、考えが「遠くなってくる」といった表現を用いる。これは、禅的でリミナルな境界の経験の日常的言語での表現といえる。他方、禅僧のコミュニティでは難解な禅話や仏教思想に関する用語が常に弟子と師匠の間で使用されているが、参禅の時空間の中での語りでは、難解な禅話は意図的に用いられていない。それは参禅者の禅についての知識を考慮してのことであると考えられる。

「禅の一夜」の内容をこのように見てみると、確かに、参禅者は非日常的な坐禅を実体験することが中心となり、禅が易しい言葉で説明されるということが特徴として挙げられる。一見すると、参禅者は禅僧たちと同じように、総持寺において坐禅を行ったり、禅を語ったりしている。しかし、参禅において、参禅者は禅僧と同様に「行住座臥」すべてを禅の実践としているのではなく、坐禅を中心に禅を味わっている。禅僧と同様に難解な禅の教義を研鑽しながら修行しているのではなく、より簡易な言葉で禅を理解しようとしている。同じ部屋に坐っている禅僧と参禅者であっても、「禅」の持った意味が違っていると言える。すなわちコンタクト・ゾーンとしての参禅では、参禅者の居る参禅の時空間と禅僧の居る禅寺の時空間とが交差しているといえる。

### 第三節 交渉の場としてのコンタクト・ゾーン

以上のような特徴が垣間見えるのは、参禅の時空間が、禅寺が一般人を想定して、一般人も受容できるように自らの宗教的立脚点と社会との交渉によって形成されたコンタクト・ゾーンだからである。具体的には、以下の三点を挙げたい。

第一に、禅寺がこのようなコンタクト・ゾーンを作る目的についてである。総持寺の参禅会は布教教化部によって執り行われているという点からわかるように、参禅会を企画する第一の目的は教化であり、参禅というのは社会一般向けの教化の一環である。

第二に、受け手を意識したコンタクト・ゾーンの構築についてである。禅

寺はその教化の意図を参禅者にあまり意識させず、むしろ、坐禅の実体験を中心に据え、参禅者の言葉で禅を解釈するという柔軟な姿勢で、禅を伝播しようとしている。それは、難解な言葉の使用による参禅者の拒否を避けるという目的もあろう。また、この点について、教化という目的で禅思想を現代社会に伝播しようとしながら、現代日本社会に生きる参禅者にもわかるように禅を易しく説明せざるを得ないという禅寺の矛盾したやり方も見られる。

第三に、禅僧による禅の教えの伝播という観点から見える人間関係の相違である。禅僧たちの間には、弟子が師匠から禅を学び、師匠から弟子へと禅を伝承するという師資相承という関係があるのに対し、参禅においては、禅寺（禅僧）と参禅者との間には、禅の勧誘という行為における送り手と受け手という関係である。これにより、言葉の使用といった面における差異が見られてきたのであろう。

禅寺という宗教的共同体と現代社会とは異なる時空間にある。参禅者側から参禅を考えると、参禅はリミナルな境界があり、コミュニタスの経験として受け止められるが、それは禅寺が教化という目的を持って企画した時空間の中で禅を味わせるものである。参禅の時空間は、現代社会と禅寺との間にあるコンタクト・ゾーンであるが、それは禅寺の場所を借りた（禅寺で参禅する場合）、禅寺の要素（或いは禅要素だと言ってもよい）を含めた、禅寺によって提供されたものであるといえる。

### 第三章 日常へのコンタクト・ゾーンの延伸

さて、参禅を一連の儀礼の過程を見なすならば、参禅者はこの非日常的な「禅の一夜」の後、再び日常生活に再統合されていくことになる。参禅という新しい経験と新しい教えを自分の一部として再統合し、日常へ戻っていく。禅寺側から教化の一環として一時的に作られたコンタクト・ゾーンには、禅寺側にとって克服しなくてはならない弱点がある。なぜなら、時間的な持続性を考えると、そのコンタクト・ゾーンは参禅者が自らのコミュニティ、即ち、現代社会に戻る時点で消えてしまうからである。その時点で、禅寺側の教化の呼びかけも途絶えてしまう。それゆえ、禅寺は教化の立場からそのコンタクト・ゾーンでの経験が可能な限り日常生活に浸透し続けるよう、参禅の最中の教えに工夫を凝らしている。

例えば、「禅の一夜」においては、「日常生活」がキーワードとして、しば

しは提示されている。非日常的でコミュニティの経験の場である「禅の一夜」ではなぜ、「日常生活」が重要な要素となるのだろうか。この点を考えると、総持寺が教化の時空間として企画した CONTACT・ゾーンをいかなる価値を持つものと見ているかを良く示しているといえる。

## 第一節 日常生活の中の禅

総持寺における CONTACT・ゾーンとしての参禅から戻る先の「日常生活」においても禅の教えが保ち続けられることが、教化の観点からすれば重要であることが分かる。ここでは「禅の一夜」で提示された「食事作法」と「沈黙の修行」という二つの教えを取り上げる。そこでは、非日常的な時空間での禅の学びが如何に「日常生活」でも継続されるかが良く提示されている。

### 食事作法

本稿の最初で紹介したように、「禅の一夜」では、受付の香積台から参禅者の宿泊部屋までの途中で、僧侶が、香積台の名前や入り口にある大きなすりこぎ棒としゃもじの由来を説明した。すりこぎ棒としゃもじは食事という日常にある禅を参禅者に示すものであった。

1日目の17時の薬石（即ち精進料理）の前に、食事作法について説明がなされた。総持寺の僧侶は「日常生活が修行」という考えから、道元が著した『赴粥飯法』を取り上げ、日常生活の一部としての食事が、禅の修行の一環として重要視されるべきだと説明した。そして、禅の一夜での食事作法について、次のように説明した。

- ①. 器は両手で扱う。
- ②. 白飯におかずを入れて食べない。  
白飯を持ちながらおかずを食べない。
- ③. お箸を人に向けない。
- ④. 御新香は一つ残しておく。

禅僧は其々について、更に詳しく、以下のように説明した。第一の、器は両手で扱うというのは、「感謝」と「命の尊さ」という気持ちで食事するという考えもあり、不注意で食物を溢してしまうという無駄なことを避けるためでもある。第二の、白飯とおかずを分けて食べることは、それぞれの食材が持った香りを心込めて実感することを大切にし、それにより、「食」に含

まれた奥義が分かるようになるという。第四の、御新香は一つ残しておくという作法についてよく理解できない参禅者がいた。僧侶の話によると、薬石が済んだあととは必ず、白飯器にお茶を入れてお新香できれいにし、そのまま味噌汁の器に移し、食べ残さずに食べるという。これも食物を大切にするという考えであろう。禅僧は、ここで学んだ食事作法を日常でも心がけるようにと付け加えた。

### 沈黙の修行

「禅の一夜」において、言葉から外れて心によって気持ちを伝えるという「以心伝心」の教えが一般人向けに説明されていた。「禅の一夜」の間、参禅者は風呂、寝室、手洗いで沈黙を守らなくてはならない。なぜなら、「黙るのも修行だ」からである。「心を以て心に伝える」というのが「コミュニケーションの奥義」であり、言葉は大切なものであるが、あくまで「『道具』でしかない」のである。思い切り心を込めたら、思いは必ず伝わるという。このように、風呂や寝室といった日常的な場所における沈黙の修行が勧められていた。

「食事作法」や「沈黙の修行」を説明する際に、総持寺の禅僧たちは日常生活における禅という教えをしばしば取り上げていた。言い換えれば、参禅者個々人の日常生活に禅を持ち帰ることが提唱されていたといえる。このように日常生活を強調するのは、個々人と禅との出会いの観点から考えてみれば、教化の場としての「禅の一夜」が終われば禅寺によって作られたコンタクト・ゾーンも終了してしまうが、コンタクト・ゾーンでの参禅者個々人の経験が日常生活に再統合されることによって、禅宗の教化の影響は継続されるという禅寺側の考えが見てとれる。このような教化の方法は特に明示はされていないが、「禅の一夜」に参加し、実地調査することによって、見えてきた側面である。

### 第二節 コンタクト・ゾーンにおける価値の逆転

「禅の一夜」において、日常生活における禅という見方を提示することによって、参禅者が日常生活に戻った後でも参禅というコンタクト・ゾーンでの経験を自己の一部として、新たな日常を送る可能性を暗示している。ここで興味深いのは、禅僧の日常という視点が導入されることである。まず、禅僧たちは「日常と自分」という点について、参禅者に様々な観点から説明し

ている。

「禅の一夜」の茶話会においては、「日常」と「自分」ということが取り上げられていた。一般人の観点から参禅者の禅は非日常的であるのに対して、花和禅師は、「非日常的」な経験である坐禅を次のように説明し直している。

「僧堂の中の生活を非日常とおっしゃる方がいる…実際、われわれがやっているのは日常的なんです。何が日常かという、朝起きてから夜寝るまで、そこに自分がいるという。だからこれはあくまでも自分の行だという…意識でやっているということが、多分それが日常なんだと思うのです。今の社会だと…いろいろな対外的なことがあって、いろんな仕組みを自分の考えを相手方に合わせたり（する）。本当の自分というのは自分の中にいるのに、外に自分を作って、それを演じさせてしまっている。それがいわゆる日常といわれるもので、本当は違うのではないか。その時だけちょっと本来の日常にもどっていただく…」

参禅は、宗教生活と社会との接点ではあるが、禅の生活が日常である禅寺という空間の周辺で、一般人が非日常的な禅の経験を味わえる機会でもある。しかし、花和禅師は「日常」とは「そこに自分がいる」と説明し、参禅者の質問にある「日常」が作った自分を演じる生活であるから、それが「本来の日常」ではないと説明している。また、「自分」については、「本当の自分」は「演じさせてしまっている」自分の中にいると説明し、坐禅を通して、「本来の日常」にもどると主張している。

花和禅師の説明を構造的に捉えてみれば、「日常」→「参禅（ここでは坐禅）」→「日常」という三つ局面の中で、「その時（坐禅時）だけ少し本来の日常に戻る」という考えといえる。それは、花和禅師の観点からいえば、「作った自分」→「本来の自分」→「本来の自分を少し経験した作った自分」という動きが見えてくる。それは、本稿の最初の部分に提示した、日常→非日常→新たな日常という流れを、禅の経験を土台にした教化の視点から意味の転換を成し遂げようとしているといえる。それは参禅者にとっては、日常と自分の意味の転換の経験でもある。

また、禅僧たちは「自分と坐禅」という題目との関係で、坐禅の効用を示していた。「禅の一夜」の茶話会において、花和禅師は「普段急ぎとしている我々の日常生活」を意識していると述べ、「お酒代わりに坐禅してみる、…健康にもいいし、次の日の活力になっていく…」と坐禅の活用を勧めている。

る。また、「本当の自分」について、花和禅師は「心地の開明」を「気が付かなかった自分」と言葉を変えて説明しており、坐禅を通して、気が付かなかった本当の自分に出会えるという。さらに、「禅」を日常生活に応用することについて、仏教が言う「救い」という言葉を用い、花和禅師は以下のように説明している。

「この世に生まれた限りその目的は自分を救う…それを救うためにどうしたらいいのかと考えると、色んなものを捨てていかなければならない…まずは自分を見極めて、脚下照顧という言葉がありますけど、自分はどういう所に立っていて、どういう者なのかというのを…見つめるいい方法も坐禅だと思う…禅の中でそれまで気が付かなかった自分の悪いところ…おぞましい姿がどんどんどんどん浮かび上がってきます…本当に自分は何とかしなければならぬと、もう崖っぷちにいるのだということがわかって、この生きている間に何とかしようと思った時が、漸くスタートが切れるのではないかなと思います」

花和禅師の話に更に考察を加えると、坐禅を通して「自己と向き合い」、「自分のおぞましい姿」を見つけ、「何とかしなければならぬ」と気が付き、自分を「救う」にはどうすればよいのか、ということに気づくという。それにより、坐禅が今日でも必要であると考え、坐禅を日常生活に取り入れるべきだという。

このように、教化の時空間であるコンタクト・ゾーンにおいて、総持寺が、参禅と裏腹に日常生活の中の禅という視点を提示することによって、参禅者が日常生活に戻っても、参禅における関係とは逆の形でコンタクト・ゾーンが日常生活で継続することを禅の教えとして示している。

#### 第四章 禅から見た現代社会

以上、総持寺が教化の一環として企画した参禅について見てきた。ここでは、教化と言っても一方的に禅寺側が禅語を駆使して禅を説明するのではなく、一般人である参禅者にも分かる言葉で説明していたことが明らかになった。総持寺側は、参禅というコンタクト・ゾーンを構築する際に、受け手としての参禅者のいる現代日本社会を念頭に置いていることを指摘した。それ

では、参禅者が普段生きる日常は禅僧たちにどのように捉えられているのだろうか。

江川辰三禅師<sup>(15)</sup>が発表した曹洞宗平成 27 年度の八つの布教教化方針においては、「人権」「平和」「地球環境」「人々」「地域社会」といったキーワードがみられ、「現代社会」の諸問題への強い意識が以下のように見られている。

「私たちは、今、たくさんの課題を前に、その生き方が問われています…復旧復興の道のりはまだ遠く…二十四万余の人びとの悲しみと苦難は計り知れません…さらに、地球温暖化と多発する自然災害、戦争、貧困、格差、いじめ、そして自死等の深刻な問題が山積しています。」<sup>(16)</sup>

このような深刻な問題が重なっている現代社会において、「自己中心的な快適さや便利さを求める暮らし」を見直し、「原子力に頼らない社会、一人ひとりのいのちが大切にされる社会の実現」を願っており、「人々の苦悩に向き合い、みなともに支えあいながら生きる慈悲心にもとづく信仰生活」の実践に努めているという。

3月28日の「禅の一夜」の茶話会における花和禅師の返答から現代社会をどのように考えているかを改めてみてみると、「外の自分を演じている」、「世の中、人を信用して生きていくことは難しい」といった表現が見られ、自分というものを見失いがちなのが現代社会であるという。自分を見失いがちなのは、個々人の問題というよりも、現代社会に問題が多岐にわたり、深刻な状況にあるからだというのである。

花和禅師によれば、このような複雑な問題を抱える現代社会であるからこそ、「時々静かな時間をもって自分を回復させる時間が、現代だからこそ必要」になるという総持寺は、現代社会には「自分を回復させる時間」が必要だと思い、それが宗教の役割であると考え、それに立脚して禅の教化を進めている。

勿論、「人権」や「平和」などの問題は、現代社会に対する禅宗の独自の読み取りではなく、人類全体に直面している共通の課題である。しかし、参禅を考察してみると、自分との向き合い、自分への救い、自分の回復という一人ひとりの経験が非常に重んじられている。このように、禅寺は現代社会を意識しながら、参禅というコンタクト・ゾーンの構築により、個々人を切り口にして、禅を伝播しようとしていることがわかる。禅寺は現代社会に起こる問題を背景にし、その影響を受けながら参禅のコンタクト・ゾーン

を構築し、教化を進めていると言える。

## 結び

本稿では、曹洞宗大本山総持寺が教化という目的を持って企画した「禅の一夜」の時空間をコンタクト・ゾーンと見なして考察した。参禅は、禅宗というコミュニティによって社会向けに意図的に構築されたりミナルな時空間であり、禅僧と一般人の間のコミュニティが生まれる、宗教と現代社会の間のコンタクト・ゾーンであるといえる。それは教化のために設けられた時空間であるが、禅の独自の言語世界を押し付けるのではなく、一般人の参禅者が受容できる柔軟な言語世界を提示している。また、参禅終了後でも教化の効果が続くよう、禅に基づいた「日常」の意味の逆転を提示し、コンタクト・ゾーンの継続を図っていることが明らかになった。

本稿では、しかし、禅寺側の教化の意図が何であるか、一般人側に引き付けた言語世界による禅の説明で十分なのであろうか、といった問題については十分に考察することはできなかった。従来の禅の研究が明らかにしている禅の言語世界に照らして考えると、教化と言いながら矛盾を含んだものであるといえる。禅寺側がこのような問題をどの程度認識しているのか、これらを含めた他の諸問題を今後とも取り上げていくことにしたい。

## 注

<sup>(1)</sup> 本稿は2015年12月に筑波大学大学院人文社会科学研究所国際地域研究専攻日本文化コースに提出し、受理された修士論文「現代人の参禅—総持寺の「禅の一夜」・「月例坐禅会」・「英語坐禅会」を事例として—」の一部に加筆修正を行ったものである。調査に快く協力してくださった総持寺の修行僧の皆様へ感謝の意を申し上げます。  
<sup>(2)</sup> このデータは曹洞宗公式サイトと臨済禅・黄檗禅公式サイトを参照する。そのサイトは「坐禅会」という言葉を使用している。

曹洞宗公式サイト曹洞禅ネット

[http://www.sotozen-net.or.jp/searchsystem\\_zazen](http://www.sotozen-net.or.jp/searchsystem_zazen) 2015年11月08日閲覧

臨済禅・黄檗禅 公式サイト

[http://www.rinnou.net/cont\\_02/zen\\_info.html](http://www.rinnou.net/cont_02/zen_info.html) 2015年11月08日閲覧

参考のサイトは曹洞禅公式サイトと臨済禅・黄檗禅公式サイトであるため、坐禅会の数を曹洞宗と臨済宗・黄檗宗と分けて考察することになる。その中で、曹洞宗はおよそ278寺があり、臨済宗と黄檗宗と合計するとおよそ330寺がある。日本全国の坐禅会の分布状況を見ると、臨済宗・黄檗宗は京都府、東京都、静岡県、兵庫県、愛知県において坐禅会を多く行っているのに対し、曹洞宗は静岡県、愛知県、長野県、群馬県、神奈川県において、



坐禅会を多く開催している。

<sup>(3)</sup> 本稿では紙幅の都合上の問題で、現代人の参禅への調査及び分析について取り上げないが、別稿において、ファン・ヘネップの『通過儀礼』に基づき、「分離—過度—統合」という構造を持った儀礼としての参禅を論じる。ファン・ヘネップ 2012(1909)『通過儀礼』(綾部恒雄・綾部裕子訳)岩波書店、ヴィクター・ターナー 1969(1976)『礼儀の過程』(富倉光雄訳)思索社

<sup>(4)</sup> Marry Louise Pratt, *Imperial Eyes: Travel Writings and Transculturation*. London: Routledge, 2007. pp.3-5

<sup>(5)</sup> 木村武史 2003「北米植民地時代のコンタクト・ゾーンにおける「ビーヴァーの骨」と「笑い」をめぐる先住民とイエズス会士」『筑波大学地域研究』第21巻 筑波大学 pp.185-191

<sup>(6)</sup> 古谷嘉章 2001『異種混淆の近代と人類学—ラテンアメリカのコンタクトから』人文書院 pp.26-39

<sup>(7)</sup> 田中雅一 2007「コンタクト・ゾーンの文化人類学へ—『帝国のまなざし』を読む」『コンタクト・ゾーン = Contact zone』第1巻(田中雅一編) 京都大学人文科学研究所 pp.32-35,38-40

<sup>(8)</sup> 高橋定道 1983「参禅は宗門教化の本分」『参禅道場師家会会報』第4巻 p.10

<sup>(9)</sup> 江見佳俊・千野直仁 1981「大学生の参禅行動の構造分析(その四)」『禅研究所紀要』第10巻 259-277

江見佳俊・千野直仁 1987「大学生の参禅行動の構造分析(その五)」『禅研究所紀要』第15巻 91-104

<sup>(10)</sup> 2柱:40分の坐禅を2回行うこと。総持寺僧侶の話によると、40分は御線香一本が燃え尽きるのにかかる時間であり、40分の坐禅を行うことを坐禅1柱だという。

<sup>(11)</sup> 経行:坐禅に伴う足の痺れや眠気を取り除くため、坐禅と坐禅の間に行われる「歩く禅」(総持寺修行僧の言葉)のことである。

<sup>(12)</sup> 2016年11月07日現在の総持寺HPでは、「月例参禅」、「暁天参禅」、「英語参禅」、「禅の一夜」と呼んでいる。

<sup>(13)</sup> 2015年4月から「禅の一夜」のプログラムが変更されてきた。表3は調査時の2015年3月28日のプログラムに基づいて作成したものである。

<sup>(14)</sup> 止静:すなわち坐禅のことである。

抽解:鐘を鳴らすことにより坐禅の終了である。

<sup>(15)</sup> 江川辰三:独任第二十五世大寛真應禅師。総持寺現任貫首(1996~)。現在、曹洞宗管長にも就任している。

<sup>(16)</sup> 曹洞宗北信越管区教化センターHPを参照 <https://soto-hse.jp/about/> 2015年11月29日閲覧

(だん・いちぶん 筑波大学大学院一貫制博士課程  
人文社会科学部哲学・思想専攻)