

# 宋明期儒学における静坐の役割及び 三教合一思想の興起について

学習院大学 馬淵 昌也

## はじめに

静坐は、現代の用語としては、瞑想ともほぼ同義とされようが、ひとまず、静かに座って心を静め、内面に意識を傾注してゆく実践ととらえてよいであろう。こうした実践は、時代的・文化的な差異を超えて、広範な時代・地域で見られたといつてよからう。そして、それが、ある種の心理的変容をもたらすものであることも、広く知られていたように思われる<sup>1</sup>。

宋・元・明の時期、中国の儒教の学者には、静坐の実践を行うものが多かった。これは、宋・元・明期の儒教のもっていた基本的な思考枠組みの中で、静坐を通じて生じた特殊な心理的変容が、心に先天的に備わっている、完全な“本性”をつかむこととの関係で有意義なものとして受用され、有効だと信じられていたことによる。勿論、宋・元・明の儒教の基本的な思考枠組みに従って、心に先天的に備わるとされる“性”をつかむためには、静坐のみが唯一の方法とされていたわけではない。しかし、静坐によって引き起こされる特殊な心理的変容の経験は、宋元明時代の儒教の思考方法の中で、“性”に直接接近するのに有効なルートとして、不断に採用され続け、支持者を生み出し続けた。

ただ、静坐による心理的変容、そこから齎される経験には、儒教の追及する、血縁を中心とする現実の社会の秩序の重要性を希薄にさせてゆく危険が潜んでいる。言説を離れた、無分節の“本性”へと遡及して行く中で、儒教の倫理や

1 井筒俊彦『意識と本質』（岩波書店・1983）は、ユダヤ・イスラーム・インド・中国・日本の、いわゆる“東洋哲学”の各種伝統を幅広く渉猟し、表層意識と深層意識の区分を用いつつ、そこで「本質」が如何に扱われていたかについて精緻・博大な分析を行った名著である。その内容は静坐、或いは瞑想を通じての意識変容とも深く関わりをもっており、静坐と意識の変容を伝統的な文脈の中で考える際には不可欠の論考といえる。そして、本書では、宋学の静坐も扱われており、示唆に富む。ただ、そこでの氏の分析は、朱熹が静坐に対して抱いた危機意識には注目しておらず、朱子学に関するものとしてみた場合、問題も含むように思われる。

經書の言説そのものが、相対化されてしまうのである。むしろ、その消息をより明示的に記したものは、仏教や道教の典籍だとされることすらある。また、静坐に沈潜することは、社会の中で一定の役割を担ってゆくことが期待される儒教徒の機動力をそぐことをもたらす。

そうした点から、静坐に対しては、その一定の有効性が意識されながらも、常に警戒感が提起されていた。朱子学の樹立者・朱熹（1130 - 1200）がまずその代表であるが、陽明学においてもほぼ事情は同様である。静坐に含まれる危険性への警戒感は、清朝に入って、宋・元・明時代の儒学の枠組みが相対化されてゆく中で、より強力なものとなっていく。ただ、その直前の明代後半期には、それまであまり明確でなかった儒学者の静坐の方法の簡明な提示という現象が現れており、儒教における静坐の歴史において重要な一時代を劃すものとして注目される。

本稿では、こうした、静坐と宋・元・明期の儒教との、不即不離の微妙な関係について、総論的な確認を行いたい<sup>2</sup>。

## 1. 静坐による心理的変容と特殊な経験

まず、静坐が宋・元・明時代の儒教の学者によって実践され、彼らに一定の特殊な心理的変容の経験をもたらしていたことを確認したい。この宋元明期の儒学者のうちに見られる、特殊な心理状態の出現については、「神秘主義的体験」という観点から、静坐によるもの以外も含めて、陳来氏の論考に多くの事例が集められており<sup>3</sup>、それを参看すればよいが、ここでは静坐によるものに限って、

2 Rodney L. Taylor「The sudden/gradual paradigm and Neo-Confucian mind-cultivation」『Philosophy East and West』33（1983）17-34は、宋代から明代までの儒学者の静坐に対する態度を幅広く扱うもので、本稿で扱う問題について、特に参考になる。ただ、筆者の見方では、本稿では、① Taylor氏が用いた頓と漸の枠組みは、静坐と必ずしもうまく交錯しないこと、及び② Taylor氏が静坐を程朱学の系譜と特に結びつきの強いものとみたことにおいて、問題も含んでおり、注意が必要であると考ええる。いずれにせよ、Taylor氏は、岡田武彦氏からの啓発を元に、宋明儒学における静坐の問題を広範に対象として考察を加えてきておられ、宋明儒学関連の静坐研究の第一人者というべきである。なお、隋唐期以前の静坐については、中嶋隆蔵『隋唐以前における「静坐」』『東方学』120（2010）を参照。また、中嶋氏は最近、筆者未見だが、『静坐—実践と歴史』という著書を台湾の国立清華大学出版社から刊行されたと聞く。大いに参考になるものと思われる。明代の儒者の静坐については、楊儒賓『明儒与静坐』（銭明主編『陽明学派研究—陽明学派国際學術研討會論文集』2011）が、本書の論述と重なる部分も多く、参考になる。また、Taylor氏の師である Wm. Theodore de Bary 氏の「Neo-Confucian Cultivation and the Seventeenth-Century "Enlightenment"」『The Unfolding of Neo-Confucianism』Columbia University Press, 1975 は、朱熹や高攀龍の静坐の事例をとり上げて論じている。

有名な事例で簡単に確認しておきたい。

宋代のものとしては、南宋の陸九淵（1139 - 1192）の門弟、詹阜民の事例がまず思い浮かぶ。陸九淵の語録の中に、詹阜民の記録した一文がある。

他日侍坐，無所問。先生謂曰：「學者能常閉目亦佳。」某因此，無事則安坐瞑目，用力操存，夜以繼日。如此者半月，一日下樓，忽覺此心已復，澄瑩中立。竊異者，遂見先生。先生目逆而視之，曰：「此理已顯也。」某問先生：「何以知之？」曰：「占之眸子而已。」<sup>4</sup>

これは、詹阜民が“安坐瞑目、用力操存”して半月持続したところ、ある日楼閣から下へおりる際に、突然、心が復し、“澄瑩中立”となる経験をした、というのである。そして、それを陸九淵が「この理が顕れたのだ」といったというのである。

元代の例としては、たとえば陸九淵の高弟、楊簡（1141 - 1225）の書を読んで得るところがあったと伝えられる趙偁（? - 1365）が、門弟李可道について、次のように述べている。

可道日間靜觀，已見虛明之妙，但閉目及夜間則不如是，未免有觀虛明之意，終二而不一。十七日夜，忽悟蛙聲無際，皆在目中，前後晝夜，一虛明混融，自然而然，非意識所及<sup>5</sup>。

ここでは、“靜觀”において、心の“虚明”を見るのに、瞑目したとき、或いは夜間において主客の分裂を免れなかった李可道が、ある夜突然、無限に広がるカエルの鳴き声がすべて目の中にあるという特殊な体験をし、それから常に虚明な心が混融して顕れる状態が続くようになった、というのである。

明代のものとしては、誰でも明代中期の陳献章（1428 - 1500）の事例がまず念頭に上ろう。

僕才不逮人，年二十七始發憤，從吳聘君學。其於古聖賢垂訓之書，蓋無所不講，然未知入處。比歸白沙，杜門不出，專求所以用力之方。既無師友指引，惟日靠書冊尋之，忘寢忘食，如是者亦累年，而卒未得焉。所謂未得，

3 陳来「心学伝統中的的神秘主義問題」『有无之境－王陽明哲學的精神』（北京大学出版社・2006）359 - 384 頁。

4 『陸九淵集』（中華書局・1980）卷三五 語錄下、471 頁。

5 『趙實峰集』（北京大学図書館蔵・明嘉靖刊本、Universal Library [online]）卷二 19 頁、贈李可道。

謂吾此心與此理，未有湊泊脗合處也。於是舍彼之繁，求吾之約，惟在靜坐，久之然後見吾此心之體隱然呈露，常若有物。日用間種種應酬，隨吾所欲，如馬之御銜勒也。體認物理，稽諸聖訓，各有頭緒來歷，如水之有源委也。於是渙然自信曰：作聖之功其在茲乎！有學於僕者，輒教之靜坐，蓋以吾所經歷粗有實效者告之，非務爲高虛以誤人也<sup>6</sup>。

これは、極めて有名なものであるが、朱子学の方法論に従い、理と心の自ずからなる一致の境涯を獲得しようとした陳献章が、その“理と心の一致”を得られず、静坐に沈潜したところ、“此心之体”がその姿を現し、常に物あるが如くにそこに存在する感触があった。それ以後、すべての応酬において、それを統括する主宰が確立され、物理・經書と照合して、全く齟齬が無かったので、自己の門下の学者には、静坐を方法として指示することにした、というのである。

また、明代後半のものとしては、羅洪先（1504 - 1564）の体験も有名である。

未幾，入深山靜僻，絶人往來，每日塊坐一榻，更不展卷。如是者三越月，而旋以病廢。當極靜時，恍然覺吾此心虛寂無物，貫通無窮，如氣之行空，無有止極，無内外可指，動靜可分，上下四方，往古來今，渾成一片。所謂無在而無不在，吾之一身乃其發竅，固非形資所能限也。是故縱吾之目而天地不滿於吾視，傾吾之耳而天地不出於吾聽，冥吾之心而天地不逃於吾思。古人往矣，其精神所極，即吾之精神，未嘗往也。否則聞其行事而能憬然憤然矣乎？四海遠矣，其疾痛相關，即吾之疾痛，未嘗遠也。否則聞其患難而能惻然□然矣乎？<sup>7</sup>

彼は、人事を謝し、山中に静坐すること三ヶ月余、その間、“静”が極まったとき、自らの心がどこまでも広がり、空間・時間の限定を離れて、世界全体を一体と感じることができた、と述べている。そして、自らの身は、そのいわば宇宙にみなぎる“本体”の“噴火口”（發竅）ともいふべきものと感じられたというのである。

このように、静坐による特殊な体験－澄み切った心の本体が露呈し、時間的

6『陳献章集』（中華書局・1987）卷二 復趙提学僉憲、145頁。

7『羅洪先集』（鳳凰出版社・2007）卷八 答蔣道林、298頁。

空間的な限定を突破し、自己の心が世界全体を包摂し流通するエネルギーが発露する支点のように感じられる、といった特殊な経験を、静坐が齎すことは、多くの宋・元・明時代の儒学者によって持続的に語られているので、これは当時の人々にとって、リアリティーのあるものとして受け止められていたに違いない。勿論、陳来氏の集められた事例にも見られるように、こうした体験は静坐によるものばかりではなく、それ以外の事例も存在するが、静坐がこうした心理的変容を惹起するひとつの途径だということは、広範に認知された事柄であった。

そして、こうした心理的な変容体験は、彼らにとっては、当時の儒教の前提にしていた理論枠組み、即ち天即理、及び性即理の前提の下で、すべての人間の心の中に先天的に備わった“理”たる“性”をつかむことととらえられていた。つまり、静坐は、自己の心中に備わった“性”を直接つかみ、それを全面的に露呈させるのに有効な方法として、反復的に一部の儒学者によって用いられ、確認されていたのである。

そして、筆者が特に注目したいのは、陳献章の事例である。ここで、陳献章は、朱子学の方法論に従って“理”、“性”の体認を実現しようとしたけれども、うまくゆかなかったので、静坐を行ったところ、効果があり、目的を達成した、というのである。これは、宋・元・明を通じて、多くの人に対して静坐がもった意味を明瞭に示している事例であろう。つまり、この時代を通じて、儒学者の中に、“聖人になる”ことに関心をもつ人が無視できない比率でいたようだが、彼らの中には、何らかの方法で真摯に実践しても、なかなか所期の目的を達成できないことも、多々あったと思われるのである。たとえば、これも明代中期の人だが、王守仁（1472 - 1528）の若き日の講友で、やはり朱子学の実践を行って効果が挙がらなかった黄綰（1480 - 1554）は、それにかわる方法として、一時静坐を試みている<sup>8</sup>。そうした、自らも体験の実感を得たいけれども、なかなかうまくゆかない人々にとっては、宋代以来蓄積された、先儒たちの静坐による“理”、“性”の体認の事例は、貴重な指針として映り、そこに静坐の実践は

8 拙稿「黄綰の思想について—十六世紀前半の思想変動解明の爲の1ケーススタディー」『中国—社会と文化』3・1988参照。もっとも、彼は暫くしてその欠点を痛感し、静の工夫に批判的になる。

反復され続けたと考えられる。

ただ、一方には、静坐による特殊な経験が存在することは認めながら、むしろそれを“理”、“性”の如実な露呈と認めることをせず、誤解に導く危険な回路だとして、そのルートのみには人々が誘導されるのを阻止しようとする人々も不断に存在した。そのことについて次に確認したい。

## 2. 静坐の問題点に対する意識－朱熹

朱熹（1130－1200）が、その思想的遍歴の間に、師李侗（1093－1163）の、“喜怒哀楽未発の中を觀る”、静に傾く工夫を重視する段階を経た後、友人張栻（1133－1180）により、動中に察識する立場を学び、最終的にそれらを総合して、動静を貫く敬の立場を確立したことは、有名な事実である<sup>9</sup>。最終的な彼の敬の立場の性質については、荒木見悟氏の詳細・周到な分析がある<sup>10</sup>。先学の研究成果の上にわたくしの贅言を連ねる必要はいまさらないと考えるが、彼が“静坐”の一定の有用性を主張し、その実践論に取り入れつつも、一方でそのみに傾斜することを、危険なこととして忌避しようとしていたことだけは、後世の一定の揺らぎを生む源流として、確認しておきたい<sup>11</sup>。

彼は、我々の心の中に完全な本性、即ち理が備わっているとする前提に立っていたし、その理の完全な発現を取り戻すことが、聖人になることだと考えていた。しかし、現実の我々において、様々な要因によって、その性＝理の心の中での発露は部分的にしか存在しない、と考えていた<sup>12</sup>。そして、性＝理の完全なる顕現を獲得するためには、一方で静坐による心中の性＝理の凝視が必要

9 友枝龍太郎『朱子の思想形成』（春秋社・1969）、特に第一章第一節「已発未発説」参照。

10 荒木見悟『持敬』『仏教と儒教』（平楽寺書店・1972）参照。

11 朱熹と静坐の問題については、陳榮捷『朱子與靜坐』『朱子新探索』（華東師範大學出版社・2007）、吾妻重二「静坐とはなにか」『朱子学の新研究』（創文社・2004）、中嶋隆藏「朱子の静坐とその周辺」『東洋古典学研究』25、2008、Rodney L. Taylor「Chu Xsi and Meditation」Irene Bloom and Joshua A. Fogel 編『Meeting of Minds: Intellectual and Religious Interaction in East Asian Tradition of Thought: Essays in Honor of Wing-tsit Chan and William Theodore de Bary』（New York, Columbia University, 1997）、楊儒賓「宋儒の静坐説」『儒家哲学』（桂冠圖書股份有限公司・2004）を参照。なお、吾妻氏は、朱熹の静坐は、李侗らの「内的自覚ないし自己覚醒を求める静坐」と区別し、単に窮理の前提として心を安定させるだけの「精神安定の手段としての静坐」だった、とされる。筆者としては、基本的にそちらを志向しつつ、一方で師の李侗譲りの、本源の涵養という色彩をなおも残している微妙なものであったと考える。友枝龍太郎前掲書 95－97 頁も、朱熹の晩年の静の立場に、李侗らの立場に近い性格を見ている。

12 荒木見悟氏は、こうした朱熹の立場を“中間者の立場”と呼称される。極めて的確な形容である。たとえば、同氏前掲『仏教と儒教』378-382 頁参照。

だが、一方では心中の性＝理と“理一分殊”の関係にある事事物物の理を窮め、それを通じて性＝理の正しい姿を確認してゆくことが必要だと考えていた。

たとえば、彼は根本を立てる工夫として、静坐が必要だとして、次のように語る。

今人皆不肯於根本上理會，如敬字只是將來說，更不做將去。根本不立，故其它零碎工夫無湊泊處。明道延平皆教人靜坐，看來須是靜坐<sup>13</sup>。

しかし、一方で彼は、静坐についてそれに専心することについては警戒的で、“窮理”の必要を唱えていた。

或問，近見廖子晦，言今年見先生問延平先生靜坐之說，先生頗不以爲然，不知如何？曰：這事難說。靜坐理會道理自不妨，只是討要靜坐則不可。理會得道理明透，自然是靜。今人都是討靜坐以省事，則不可<sup>14</sup>。

却向外面博觀衆理，益自培植，則根本愈固，而枝葉愈茂矣。若只於此靜坐處尋討，却恐不免正心助長之病，或又失之則一蹴而墮於釋子之見矣，亦可戒也！<sup>15</sup>

彼は、現在の我々の心中に発現する理認識の機能としての“知”は、気質・物欲によって劣化しており、それだけに頼っていったのでは、正しい性＝理の認識に到達できない、と考えていた。従って、事物の理を窮めることは、実践主体が自己の“性”、即ち“理”の真面目を取り戻すために不可欠なプロセスだとしていた。つまり、静坐によって内面に理の発現を求めていっても、無益だとしていたのである。

人之有是身也，則必有是心，有是心也，則必有是理。若仁義禮智之爲體，惻隱羞惡恭敬是非之爲用，是則人皆有之，而非由外鑠我也。然聖人之所以教，不使學者收視反聽，一以反求諸心爲事，而必曰興於詩，立於禮，成於樂，又曰博學審問謹思明辨而力行之，何哉？蓋理雖在我，而或蔽於氣稟物欲之私，則不能以自見。學雖在外，然皆所以講乎此理之實，及其浹洽貫通而自得之，則又初無內外精粗之間也<sup>16</sup>。

13『朱子語類』（中華書局・1986）卷十二 210頁。

14『朱子語類』卷一百三 2602頁。

15『晦庵先生朱文公文集』（朱子全書 22、上海古籍出版社・安徽教育出版社、2002）卷四十八 答呂子約、2213頁

16『晦庵先生朱文公文集』（朱子全書 24）卷八十 鄂州州學稽古閣記、3800頁



承喻致知力行之意甚善。然欲以靜敬二字該之，則恐未然。蓋聖賢之學，徹頭徹尾，只是一敬字。致知者以敬而致之也，力行者以敬而行之也。靜之爲言，則亦理明心定，自無紛擾之效耳。今以靜爲致知之由，敬爲力行之準，則其工夫次序，皆不得其當矣。中庸所謂博學，審問，慎思，明辨者皆致知之事，而必以篤行終之，此可見也。苟不從事於學問思辨之間，但欲以靜爲主，而待理之自明，則亦沒世窮年而無所獲矣<sup>17</sup>。

この二つ目の挙例では、靜と敬を区別しながら、靜を主として理が明らかになることを求めるのは誤りだとしている。

また同時に、内面への沈潜としての靜坐の作り出す特殊な心理状況は、容易に禪宗の僧侶の如きものに落ち込み、社会的に通用する正しい理を無視する結果を齎す危険があると考えていたのである。そこで、むしろ動靜を貫くものとして“敬”を立てたのである。

明道教人靜坐，蓋爲是時諸人相從，只在學中，無甚外事，故教之如此。今若無事固是只得靜坐，若特地將靜坐做一件功夫，則却是釋子坐禪矣。但只著一敬字，通貫動靜，則於二者之間自無間斷處，不須如此分別也<sup>18</sup>。

そして、靜坐については、その有意味性を、単に散漫な心を収斂し、落ち着かせて、窮理他の実践のよりよい基盤をつくることだ、と説明することもあった。

始學工夫須是靜坐，靜坐則本原定，雖不免逐物，及收歸來，也有箇安頓處。譬如人居家熟了，便是出外到家便安，如茫茫在外，不曾下工夫，便要收斂向裏面也無箇著落處<sup>19</sup>。

蓋心下熱鬧如何看得道理出，須是靜方看得出。所謂靜坐，只是打疊得心下無事，則道理始出，道理既出，則心下愈明靜矣<sup>20</sup>。

全体に、朱熹の立場は、一方で師李侗より受け継いだ“主靜”を意識しながらも、そこに專注することに危険性を感じ、靜坐を部分的な有効性しかもたないものとして限定してゆくことに中心があった。

17『晦庵先生朱文公文集』（朱子全書 22）卷五十 答程正思、2323 頁。

18『晦庵先生朱文公文集』（朱子全書 23）卷六十二 答張元德、2988 頁。

19『朱子語類』卷十二 217 頁。

20『朱子語類』卷一百三 2602 頁。



### 3. 静坐の問題点に対する意識－王守仁

王守仁（1472－1528）は、錢德洪主編の年譜によると、龍場において独自の立場を打ち立ててから、まず知行合一を説いたが、これが彼に従学する者の間に困惑を齎したので、静坐を説くことにし、それなりの成果を挙げた、という。

悔昔在貴陽舉知行合一之教，紛紛異同，罔知所入。茲來乃與諸生靜坐僧寺，使自悟性體，顧恍恍若有可即者<sup>21</sup>。

しかし、彼自身が、致良知説の確立後に回顧した発言記録によれば、以前静坐を採用して効果を挙げたこともあったが、結果として“喜靜厭動、流入枯槁”“玄解妙覺、動人聽聞”といった弊害が生じた、という。そして、致良知説のみが問題ない、と語る。

一友靜坐有見，馳問。先生答曰：吾昔居滁時，見諸生多務知解，口耳異同，無益於得，姑教之靜坐，一時窺見光景，頗收近效。久之，漸有喜靜厭動，流入枯槁之病，或務爲玄解妙覺，動人聽聞。故邇來只說致良知。良知明白，隨你去靜處體悟也好，隨你去事上磨鍊也好，良知本體原是無動無靜的，此便是學問頭腦。我這箇話頭，自滁州到今，亦較過幾番，只是致良知三字無病。醫經折肱，方能察人病理<sup>22</sup>。

こうした王守仁の静坐についての、一定の方便としての有効性を認めつつ、その危険性に留意するという態度<sup>23</sup>は、没後に門弟の間でも続けて問題にされた。錢德洪（1496－1574）は、何遷（1501－1574）との次のようなやりとりを記録しているが、そこに見られる錢氏の姿勢はほぼ王守仁を踏襲したものとみることができる。

何遷時爲吏部文選司郎中，偕四司同僚邀余，登報恩寺塔，坐第一層，問曰：聞師門禁學者靜坐，慮學者偏靜淪枯槁也，似也。今學者初入門，此心久濡俗習，淪淪膚髓，若不使求密室，耳目與物無所觀聞，澄思絕慮，深入

21『王陽明全集』（上海古籍出版社・1992）卷三十三 1230 頁。

22『王陽明全集』卷三 104－5 頁。

23 陳來前掲『有无之境』272－275 頁に、王守仁の静坐についての見方がまとめてある。また、柳存仁「王陽明與道佛二教」清華學報 13-1（1981）27-52 頁、特に 44-50 頁、Rodney L. Taylor 前掲「The sudden/gradual paradigm and Neo-Confucian mind-cultivation」『Philosophy East and West』33（1983）、21－24 頁を参照。

玄漠、何時得見眞面目乎？師門亦嘗言之，假此一段以補小學之功。又云：心罹疾痼，如鏡面班垢，必先磨去，明體乃見，然後可使一塵不容。今禁此一法，恐令人終無所入。洪對曰師門未嘗禁學者靜坐，亦未嘗立靜坐法以入人。曰：舍此有何法可入？曰：只教致良知。良知即是眞面目，良知明，自能辯是與非，自能時靜時動，不偏于靜。曰：何言師門不禁靜坐？曰：程門歎學者靜坐爲善學，師門亦然。但見得良知頭腦明白，更求靜處精鍊，使全體著察，一滓不留，又在事上精鍊，使全體著察，一念不欺，此正見吾體動而無動，靜而無靜，時動時靜，不見其端，爲陰爲陽，莫知其始，斯之謂動靜皆定之學。曰：偏於求靜，終不可與入道乎？曰：離喜怒哀樂以求中，必非未發之中。離仁敬孝慈以求止，必非緝熙之止。離視聽言動以求仁，必非天下歸仁之仁。是動靜有閒矣，非合內合外，故不可與語入道。曰：師門亦有二教乎？曰：師嘗言之矣。吾講學亦嘗誤人，今較來較去，只是致良知三字無病。衆皆起而歎曰：致知則存乎心悟，致知焉盡矣！<sup>24</sup>

ここでは、何遷が、初学の者の入門として、静坐をしなくては、心の中の“理”、“性”をつかめないのではないか、と言う立場から、王門において静坐が禁じられていたという説について疑義を呈している。それに対し、錢徳洪は、静坐は禁じられていなかったが、最終的には致良知こそが動静を貫く実践としてあり、これに従うべきだとするのである。そして、偏静の方法は、結局最終的な道の把握にはつながらない、との結論を下している。

このように、王守仁の場合も、静坐については、一定程度その有効性を認めつつ、そこへの專注については目の現実から遊離し、その特殊な体験の価値を過大視するという危険性があることから警戒的であり、限定的な態度を堅持した。王守仁は、当下の心の“理”認識力の見積もりにおいては朱熹と大きな相違があり、常人の心の中でも“性”の具体的表現としての個別的“理”認識能力は、良知とよばれ、本人が気づいていないのみで、実は100%の正し方で発現している、とみていた。その点では大いに異なっていたが、静坐の有効性に対する限定的評価においては、両者あい通ずるものがある。

なお、陽明後学において静坐の有効性を見積もりをめぐる議論は大いに沸騰

24 『王陽明全集』卷三十六 1340 - 41 頁。

し、聶豹や羅洪先、鄒守益や王畿らの間で大規模に展開されたことは、よく知られている<sup>25</sup>。

結局、朱熹・王守仁らにおいては、心中に“理”としての“性”が先天的に存在するという理論を前提として有し、その全面的顕現を回復することが“作聖”の中核だと考えられていたことから、静坐による内面への注視は、“性”の存在への覚醒に一定程度有効だと考えられた。通常の人間の生活状態では、すべての意識が外界の事物へと拡散しており、一切内面に対する顧慮が見られないからである。しかし、そこには、確かに一定の心理的変容の体験が見られるものの、それは儒教の建前からすれば危険な方向に陥る性格を大いに有していた。そこで、彼らは不即不離の立場をとらざるを得なかったのである。

#### 4. 静坐を契機とする儒教の相対化の可能性 - 薛蕙の事例

では、朱熹や王守仁が警戒した、静坐による経験が、表層の日常的意識を離れて、心の中の本体への超脱という結果を齎した結果、具体的な儒教的“理”や経書の言説を希薄化し、“釋氏之禪”や“流入枯槁”“玄解妙覺”に流入することになった事例には、どのようなものがあるだろうか。たとえば、王守仁の少し後輩にあたる薛蕙（1489 - 1541）は、一方で儒学者として、事物への応酬の側面を失わないことの必要性を強調しているが、一方で、静の極みにおいて見て取られる“理”としての“性”は、儒教・老子・仏教共通のものであり、むしろ仏教や『老子』の方によりそれに即した表現が提出されている、との立場を表明している。これは、ある意味では、朱熹が拒否した領域、そして王守仁が警戒した領域に一步足を踏み込んだものととらえることができるであろう。

彼については、唐順之（1507 - 1560）が、墓誌銘を書いているが、そこには彼の経歴について、次のようにある。

先生之學無所不窺，不名一家。中歲始好養生家言，自是絕去文字，收斂

25 陽明後学の静坐評価をめぐる問題については、荒木見悟「聶双江における陽明学の後退」、「羅念庵の思想」（『陽明学の開展と仏教』研文出版・1984）、古清美「羅念庵と陽明学」、「羅念庵の理学」『明代理学論文集』（大安出版社・1990）、林月恵『良知学的転折 - 聶双江と羅念庵思想之研究』（台湾大学出版中心・2005）等を参照。

耳目，澄慮默照，如是者若干年，而卒未之有得也。久之乃悟曰：此生死障耳，不足學。然因是讀老子及瞿曇氏書，得其虛靜慧寂之說，不逆於心。已而證之六經，及濂洛諸說，至於中庸喜怒哀樂未發之謂中，曰：是矣是矣。故其學一以復性爲鵠，以慎獨爲括，以喜怒哀樂未發爲奧，以能知未發而至之爲竅。自是收斂耳目，澄慮默照，如是者又若干年，而後信乎其心。其自信之確也，而後著之於書。嗚呼心學之亡久矣。有一人焉，倡爲本心之說，衆且譁然老佛而詆之矣。學者避老佛之形而畏其景，雖精微之論出於古聖賢者，且惑而不敢信矣。先生直援世儒之所最詆者以自信而不惑，其特立者歟！<sup>26</sup>

ここでは、薛蕙が当初いわゆる内丹の学に傾倒し、そこで“絶去文字、收斂耳目、澄慮默照”したが、得るものがなかった。その後、老子、仏教、中庸の未発の説を頼りに、再度“收斂耳目、澄慮默照”、即ち静坐の工夫を行うと、数年の後に十分な会得を得ることができ、その立場を、世人の批判が予想されるにもかかわらず、著作を通じて公にした、とある。

実際、彼はこうした静坐に沈潜した結果、奥深いところに存在する、三教の枠組みを越え、その根源として存在する“理”、“性”を体認し、そこからする、儒学・道家などの区分の無意味さを強調することになった。

天下之理本同未異，所以異者由人之用心不一也。二家之學皆以無私心爲極，苟無私心，異安從出？人生而靜，是謂一本，先聖後聖，同復其初而已。奚道家儒學之辯乎？今儒學即事以治心，其蔽也流宕而忘本。道家屏事以安心，其蔽也固滯而不該於用。非二家之學本然也<sup>27</sup>。

ここでは、儒学と道家、いずれも“人生而靜”の“性”にもとづくところは、全く違いがないという。ただ、それぞれ、儒学は“即事以治心”であり、道家は“屏事以安心”なので、それぞれ、心の表層に低徊し、根本を掴めぬ弊害、本体に滞って用を包括できない弊害が生じているが、本来は違いがない、という。そして、更には、一步進めて、仏教・道家の方が、この“理”、“性”に一層接近してより説得力のある議論を展開している、という。

26 『考功集』（文淵閣四庫全書本）付録、6－7頁。

27 『考功集』卷十 坐忘論序、2頁。

大抵二氏之道，乃脩心之内學，盡性之極談，孔門之所罕言，吾儒之所未聞也。況其要歸，蓋性命切近之實，初非幽深汗漫之論。特以其至近至神，難於覺悟，故謂之玄妙耳。儒者拒以不信，既不足以知此，而二氏之徒，能得其傳者亦寡矣。然世之禪學，猶皆以明心見性爲宗，無他說也<sup>28</sup>。

彼は、ここでは、仏教・道家は、“脩心之内學、盡性之極談”であり、“吾儒之所未聞”である、として、むしろその根源的な“理”、“性”については仏教や道家の方が儒教より明示的に語っている、と述べている。

この一連の認識について、彼は次のようにも語っている。まずは、三教の心における統一である。

三氏之學，皆心學也。夫心一而已矣。彼三氏者，皆聖人也。學至於聖，且弗自知其心乎。苟知其心，其理有弗一乎。其理苟一，其言豈有二乎。今夫水有流有源，心則亦然，其流也，三氏皆言之，其原獨佛氏詳言之，老子次之，而孔子則罕言也<sup>29</sup>。

更に、心の本体レベルは、言語的規定を超えた無限定の実体であるとする。

蓋人上智寡而中人多，中人雖言而不達，此其所以罕言也。若乃上智，知罕言之意，自能求於言語之外，…至於二氏，雖亟言之，亦終不能言也。故曰言語道斷，不可言也。言而非也<sup>30</sup>。

そして、実践の方針としては、この言語の規定を超えた不定型の心の本体を体認するための“主静”を説き、次のように語る。

古聖人之學，心學也，非他學也。久矣夫其不傳於世也。中庸曰，喜怒哀樂之未發謂之中，發而皆中節謂之和，中也者，天下之大本也，和也者，天下之達道也。易詩書，微言尚多，姑舉一端。夫未發者，以言乎心之靜也，所謂性也。發也者，以言乎心之動也，所謂情也。古之聖人，明乎性情之德，時止則止，時行則行，靜虛動直，各臻其極，所謂致中和也。然此二者，復以主靜爲本。蓋寂然不動者，固有之體，心之常也。感而遂通者，斯須之用，心之變也。非特心之體用之變，宜先夫靜也，事之感者，其事本不多，其時

28『考功集』卷九 與浚川論二氏書、20 頁。

29『西原遺書』（台湾国家図書館蔵 明嘉靖四三年王廷揚州刊本）卷上 48 頁、與高蘇門

30『西原遺書』卷上 48 頁、與高蘇門

本有限。未感之間，皆退藏於密之時也。先聖後聖之心學如是而已。此僕所謂佛老與古之聖人同者也<sup>31</sup>。

こうなってくると、儒教の説く、社会的文脈の中での“儒教的”規範の、主体の実践における唯一の基準としての絶対性が希薄化されることは否めない。具体的な庶物人倫の形は、本体としての無限定の心が特定の文脈においてその場に妥当するものとして一時的に形をとったもの、“末”の形に過ぎないからである。勿論、彼としては、上にもいうように、決して“未発の中”というものが、用を失って体に閉じこめることをうけがうものではない。以下の引用文にも、「若曰人倫之外，更有妙道，豈惟不知佛老，亦不知孔子也」と言うとおり、当然日用人倫中にそれが発揮されることが、本来的に不可欠な側面だと考えるわけである。しかし、静坐によって体認された“理”、“性”の実態により近い言説表現は、仏教・道教において与えられる、というのであれば、儒教的言説の価値の至高性を明白に損なうわけであるから、儒教の説としては、臨界点に達しているというべきである。次の言説の基調は、そうした、儒教の説く具体的な人倫道徳の、実践における規範としての価値の希薄化、及び六経の地位の低下を明白に示す。

佛老之道，豈遠於人乎。雖孔孟之道亦然，謂之卑，固也。其於向上一路，乃生民性命之原，聖人神明之德，其高無以加矣。知其說者，始知當時孔門爲罕言，而後世六經爲未備也。夫佛老眞聖人也，豈如世之詐譏淺薄之夫，自誑而誑人乎。…又嘗以爲世之儒者皆知庶物人倫爲至矣，未知性與天道雖可以貫人物，而庶物人倫，不可盡性與天道也。夫性與天道，蓋孔子所罕言，若夫庶物人倫固諄諄言之矣，苟曰吾未盡人倫，遑及其他，則可也，若曰，人倫之外，更有妙道，豈惟不知佛老，亦不知孔子也。性命之說，孔子發其端矣。未數數然也。雖老子亦然。其極談者，獨佛氏之書耳。…若欲眞知心之所以爲心，眞知聖人之所以聖人，眞知眞心常住，不生不滅之道，舍佛氏之書而能至者，萬無有也<sup>32</sup>。

彼はここで、「後世六經爲未備也」「眞知聖人之所以聖人，眞知眞心常住，不

31『西原遺書』卷下 9 - 10 頁、寄劉叔正

32『西原遺書』卷下 8 - 11 頁、寄劉叔正

生不滅之道，舍佛氏之書而能至者，萬無有也」というが、これでは、当然、唐順之のいう如く、朱子学者等、他の儒学者の批判を呼び覚ますことにならざるをえない。彼自身が、同所で「凡區區之説、舉世將以爲狂誕」（同 11 頁）という通りである。

そもそも、天即理、性即理の論理を前提とする“本来聖人”の理論的枠組みの元においては、どのような形で悟入にせよ、“理”、“性”の心の中での直接的把握体験においては、同様な三教合一説の出現の可能性を内包している。つまり、彼らにおいては、無分節の“理”、“性”への悟入において、すべての言語・行為の痕跡は失われて、それを離れた真実在に触れることになる、という共通の理解が存在する。そこで、現実の言説としての儒教の経書などは、その言説を離れた“本体”のある特殊な文脈の中での凝固としてとらえられ、その表現の唯一絶対性は失われる。そうなれば、無分節の心の体においての、仏教・道教の説く“理”や“道”との同一視はごく容易に生じることである<sup>33</sup>。更には、薛蕙のように、仏教や道教の方が、こうした無分節の“心体”の真消息をより明示的に説いている、というところまで進むのも、儒教の言説が確かに表層意識、日常意識内での事象を語るものが大半であることを考えると、ごくありうべきことである。これは、別に静坐に限ることではなく、心体への悟入あるところ、常にその可能性が存在する。

しかし、静坐は、第一節にも記したように、“理”、“性”の直接的体認を目指しながら、なかなかうまく行かないときに効果を発揮する“方便法門”として大いに有効であった、とする人々の経験の蓄積が言説として存在し、流通していた。しかも、もともと静坐が仏教・道教において用いられ、儒教への導入もそれをふまえたものだということからすれば<sup>34</sup>、静坐を通しては、より容易にその道を辿る危険性があるであろう。とすれば、このルートが選択されて、薛

33 王守仁その人に、すでにその傾向があったことは有名である。荒木見悟氏は、明代後半期に広く見られた、教学成立以前の“心”に重点を置く思想状況に即して、年来このことを強調してきておられる。中から一例を挙げれば、『鄧豁渠渠の出現及其背景』（『中国哲学』19・岳麓書社・1998）にもこのモチーフが明示されている。

34 友枝龍太郎前掲書 59 - 60 頁、吾妻重二前掲書 438 頁。なお、中島隆蔵前掲「朱子の静坐とその周辺」によれば、“静坐”というタームは、『摩訶止観』に見え、『周易正義』で重要な意味をもたされているが、その後三教いずれにおいても重視されず、北宋後半、二程子や張伯端の時代になって、はじめて関心が高まったという。ただ、タームはともかく、静に坐って心を静め、自己の内面に意識を集中してゆく実践は唐代以前にかなり広く道教・仏教で行われていたと思われる。



蕙の如く、三教合一、或いは一歩進んで仏・道優位的な主張を、他ならぬ儒学者が生み出す可能性は、当時相当程度高いものであったといわなければならない。その分だけ、静坐の実践への専注の傾向に対しては、朱子学者ほか、その危険性を危惧する人々の苛立ちは強化されざるをえなかったわけである<sup>35</sup>。

## 5. 高攀龍と陸隴其－明末清初の朱子学系の学者の静坐をめぐる分岐

明代後半期と清代初期の、総体的には朱子学の立場に依拠したと目される人々の中に、静坐の位置づけをめぐる若干の立場の相違が見られる。ここでそのひとつの事例を確認しておきたい。それは、即ち、高攀龍（1562－1626）が提唱した立場と、それに対し陸隴其（1630－1692）が提起した批判である<sup>36</sup>。ひとことでいえば、高攀龍は、基本的には朱子学と区分しうる立場を奉じながら、静坐を、いわゆる李侗らが唱えた、心の中の“理”、“性”、即ち心体を体認する方法として、重視したのに対し、陸隴其はそれを批判し、静坐の意味を朱熹のいう中で最も軽い方向、単なる窮理のための前提としての心身の収斂のレベルに留めようとしたことである。

静坐を通して直接“理”、“性”の本体に接近しようという姿勢は、朱熹の師李侗以前に楊時（1053－1135）の頃から形成され<sup>37</sup>、朱熹は、上にも記した如く、そうした色彩を残しつつも、基本的にはそこから距離をとろうというモメントで考えていた。高攀龍は、明代末期の段階で、一方で朱熹の格物窮理説を積極的に受用しつつ、静坐を相当に重いニュアンスでとらえ、李侗らの主張の方向のもとで、その必要性を主張していた。それに対し、陸隴其は、高氏の説は危険な水域に入っているとして、警戒感を表明したのである。これは、いわば朱熹の中に十分整理されずに曖昧に残されていた二つの方向性が、それぞれ

35 後述の袁黄の『静坐要訣』にみえる天台の禅法を骨子とした立場などは、彼らからすれば到底容認できぬ逸脱といえよう。

36 高攀龍の立場については、岡田武彦『王陽明と明末の儒学』『東林学』（明徳出版社・1975）、同『中国思想における理想と現実』『東林学』（木耳社・1983）参照。特に、高攀龍における“静”の位置づけについては、前著 426－430 頁、後著 552－570 頁を参照。また、R. L. Taylor, "Meditation in Ming Neo-Orthodoxy: Kao P'an-lung's Writings on Quiet-Sitting," *Journal of Chinese Philosophy* 6 (1979), pp. 142-182, 及び同氏『The Cultivation of Sagehood as a Religious Goal in Neo-Confucianism: A Study of Selected Writings of Kao P' ang-lung, 1562-1626』Missoula, Mont.: Scholars Press, 1978、周熾成『復性収摺—高攀龍思想研究』人民出版社・2007、206－217 頁を参照。

37 吾妻重二前掲書 434－436 頁参照。

に受用されて時間の先後を隔てつつ矛盾として露呈したものとみることができ  
る。

高攀龍が静坐も含む比較的長期にわたる工夫実践を通じて特殊な心理的変容  
の経験を得たことは、よく知られている。彼自身の体験は、「困学記」<sup>38</sup>に詳し  
い記述があるが、以下に引く陸隴其の議論でも引用されるので、ここでは他の  
短い資料を引いておく。

攀龍於甲午秋赴揭陽謫所，長路孤征，寂寥瀟灑中，窮研此事。至汀州店  
樓，推窗看山，忽然粘縛脫落，本心豁露。方知從古聖賢所說，皆是藥方，  
皆是拄杖。自是以來二十年矣。天然本色，瞭然日用，終是放藥不得，放杖  
不得。根器薄劣，無可奈何<sup>39</sup>。

揭陽の謫所へ赴く途上、汀州の旅店の小楼上で、本心の豁露を体験し、聖賢  
の様々な訓辞はすべて薬方・拄杖だと悟った、というのである。こうした、  
実際の体験をもととして、彼は一方で、読書の必要性を強調し、格物窮理の不  
可欠性、重要性を説きつつも、一方で、静坐の重要性を説いた。特に、朱熹の  
“半日静坐半日讀書”<sup>40</sup>というスローガンを「困学記」にも記載がある通り、自  
ら実行したし、また他者にも勧めた。

朱子謂學者半日靜坐，半日讀書，如此三年，無不進者。嘗驗之，一兩月  
便不同。學者不作此工夫，虛過一生，殊可惜<sup>41</sup>。

格致亦別無說，只是分別得天理人欲界分清楚透徹，正閑邪之要也。其入  
手處，則程先生每喜人靜坐，朱先生每教人讀書。此意真妙。錯認其意者，  
便溺章句，便耽寂靜，失之遠矣。弟看來，吾輩每日用功，當以半日靜坐，  
半日讀書，靜坐以思所讀之書，讀書以考所思之要，樸實頭下數年之功。不  
然，浮浮沉沉，決不濟事也<sup>42</sup>。

そして、そこにおける静坐の性格は、李侗らの唱えた「静中に喜怒哀楽未発  
の中を觀る」というものに近いものがあつた。

38『高子遺書』（文淵閣四庫全書本）卷三 13 - 18 頁。陳來前掲「心学伝統中的神秘主義問題」参照。

39『高子遺書』卷八上 21 頁、答南阜三

40『朱子語類』卷一百十六 2806 頁。

41『高子遺書』卷一 10 - 11 頁、語

42『高子遺書』卷八上 26 頁、答遠確齋

靜坐只以見性爲主，人性萬物皆備，原不落空，人性本無一物，不容執著。性即天也，維天之命，於穆不已，可以爲無乎？上天之載，無聲無臭，可以爲有乎？天即心也，當其感，皆天之用也。當其寂，即天之體也。必體立用行，故於靜時默識其體。觀未發氣象，即默識其體也。觀者，即未發者也。不動於意，故不可以有意言，不可以無意言，總只是一片靈明，久著於物，故不靈不明。一念反觀，便靈便明耳。即此是性，即此是天，更無二物以此觀彼也。自來研證，所見之涓埃，仰正於高深者如此<sup>43</sup>。

中庸所謂未發，指喜怒哀樂言。夫人豈有終日喜怒哀樂者，蓋未發之時爲多，而喜怒哀樂可言未發，不可言不發。文成所謂發而不發者，以中而言，中者天命之性，天命不已，豈有未發之時？蓋萬古流行，而太極本然之妙萬古常寂也。可言不發，不可言未發。中庸正指喜怒哀樂未發時爲天命本體，而天命本體則常發而未發者也。情之發，性之用也，不可見性之體，故見之於未發。未發一語，實聖門指示見性之訣。靜坐觀未發氣象，又程門指示初學者攝情歸性之訣<sup>44</sup>。

ここに見える彼の靜坐のとらえ方は、“見性”を主とするものであり、単に窮理のために外馳する心を内面に引き寄せるというだけのものではない。時には、「須以半日讀書、半日靜坐、白沙所謂靜中養出端倪、方有商量處也」<sup>45</sup>と、陳獻章の語を肯定的に引用することもある。

こうなると、彼の実践論の方向は、まず靜坐で“性”、“理”を把捉し、その上で、読書などで万物の理を窮めてゆく、というものだという方向に解釈される可能性が出てくるであろう<sup>46</sup>。

清初に活躍した陸隴其は、まさに、そうした解釈に立って、高攀龍の立場は、過度に靜坐に心体接近の重い意味を負わせたものだ、として批判している。以

43 『高子遺書』卷八上 67 - 68 頁、答呂鉞潭大行

44 『高子遺書』卷三 31 頁、未發說

45 『高子遺書』卷八上 30 頁、與安我素一

46 鶴成久章「高攀龍の「格物」説について」『集刊東洋学』68・1992、では、高攀龍の格物を、自己の心の本体を対象とするものと見、いわば全く向内的なものとして解釈しているが、そうみた場合、読書の必要を強調することとの整合性がうまくとれないように思われる。むしろ、物理と心の内の理との本来的一致を揺ぎ無い前提として確信しつつ、経書・事物において心の内の理と一致しているはずの理を確かめてゆく過程も含むのが彼の格物であったと筆者は考える。この点については、岡田武彦前掲『王陽明と明末の儒学』416 頁、419-420 頁、425 頁、436 頁に関連の記述がある。

下にそれを瞥見してみたい。

まず、陸隴其は次のように、顧憲成（1550－1612）と高攀龍を並べて“静”を重視しすぎて朱子学を歪めてしまった人物として批判する。

涇陽景逸深懲其弊，知夫知覺之非性而無善無惡不可以言性。其所以排擊陽明者，亦可謂得其本矣。然其學也，專以靜坐爲主，則其所重，仍在知覺。雖云事物之理乃吾性所固有，而亦當窮究，然既偏重於靜，則窮之未必能盡其精微，而不免於過不及。是故以理爲外，而欲以心籠罩之者，陽明之學也。以理爲內，而欲以心籠罩之者，高顧之學也。陽明之病在認心爲性，高顧之病在惡動求靜。我觀高子之論學也，言一貫則以爲是入門之學，言盡心則以爲盡心然後知性，言格物則曰知本之謂物格，與程朱之論往往齟齬而不合者，無他；蓋欲以靜坐爲主，則凡先儒致知窮理，存心養性之法，不得不爲之變易。夫靜坐之說，雖程朱亦有之，不過欲使學者動靜交養，無頃刻之離耳。非如高子困學記中所言，必欲澄神默坐，使呈露面目，然後有以爲下手之地也。由是觀之，則高顧之學，雖箴砭陽明，多切中其病，至於本源之地，仍不能出其範圍，豈非陽明之說浸淫于人心，雖有大賢，不免猶蹈其弊乎<sup>47</sup>

陸隴其によれば、顧氏・高氏は、事物の理は性に固有のものとし、それを窮めなければならない、という。その点では、朱子学と同じ如くだが、過度に静に傾いたために、理を心の内にあるとしつつ、心で包み込もうとする傾向がある。いわば肥大しすぎた心、主観が、虚妄な形で設定されてしまっている、というのである。そこで、彼らの場合、窮理といっても、そこには誤謬が混入することを免れない、というわけである。

また、次のようにも語る。これは長い一節だが、専ら高攀龍をとりあげ、同様の問題を指摘している。即ち、陸氏は高氏の実践の長期的経過を「困学記」を手掛かりにトレースした上で、高氏は静に傾きすぎ、その静は“本来面目”、即ち心の中に備わった“理”、“性”を直接露呈させようというものだったと総括し、これは禅学だ、と結論づけている。そして、彼のその他の工夫論、すべてこの“呈露面目”の“一段光景”を中心にしたものであり、読書の必要は説いたが、それはかくも肥大した静坐への傾斜との関連において、結局は十分な

47『三魚堂文集』（文淵閣四庫全書本）卷二 5－6頁・學術辨中。

比重をもちえないとしている。そして、これが李侗の“觀喜怒哀樂未發”を誤解して用いたためだとするのである。

高景逸先生之學，見於先生所謂困學記者，大略謂：始讀大學或問，見朱子言入道之要，莫如敬，故專用力於肅恭收斂，持心方寸間，但覺氣鬱身拘；及放下，又散漫如故，繼見程子謂心要在腔子裏，解者曰：腔子猶言身子耳。大喜以爲心不專在方寸，渾身是心也，頓自快然。及謫官赴揭陽，於舟中嚴立規程，以半日靜坐半日讀書，將程朱所示誠敬，主靜，觀喜怒哀樂未發諸法，一一參求，覺心氣澄清時，便有塞乎天地氣象，第不能常。過汀州，陸行憇旅舍小樓，讀二程書，見明道先生曰：萬變俱在人，其實無一事。猛省曰：原來如此。從前牽纏，俄然斬絕，至此見六合皆心，腔子是其區宇，方寸亦其本位，神而明之，無方所可言也。平生深鄙學者張皇言悟，此時看作平常。自知從此方可下工夫耳。甲辰顧涇陽先生始作東林精舍，大得朋友講習之功，徐而驗之，終不可無端居靜定之力，蓋各人病痛不同，大聖賢必有大精神，其主靜只在尋常日用中，學者神短氣浮，便須數十年靜力，方得厚聚深培。而最受病處，在自幼無小學之教，浸染世俗，故俗根難拔，必埋頭讀書，使義理浹洽，變易其俗腸俗骨，澄神默坐，使塵妄消散，堅凝其正心正氣，乃可耳。余雖有豁然之見，而缺此一大段功夫。所幸呈露面目以來，纔一提策，便是原物。此記作於甲寅，先生進學之大槩，具見於此。又行狀載其自揭陽歸，與吳子往歸季思往來，相與焚香兀坐，坐必七日，取易七日來復之義<sup>48</sup>。蓋先生之學，專以靜為主，而其靜也，又以呈露面目爲主，純是禪學。由其初不知延平觀喜怒哀樂未發一語爲有病，而從此入門，遂有旅店小樓之張皇。其後焚香兀坐，坐必七日，皆是欲守此旅店一段光景，遂執此以爲學者下手工夫。其講一貫也謂一貫尚是入門之學，非終身結果之學，即指此一段光景爲一貫也。其論格物也，謂格物者窮理之謂也，窮理者知本之謂也，亦指此一段光景爲知本爲格物也。其論性也，謂陽明無善之說不足以亂性，其論盡心也，謂此心廣大無際，常人局於形，囿於氣，縛於念，蔽於欲，故不能盡，盡心則知性，知性則知天。曰心，曰性，無非指此一段光景。雖未嘗廢讀書，然看得這一邊重，那一邊輕。到後來臨終，與友人書云：心

48 これらは、第6節で論及する高攀龍の「復七規」の作成を踏まえた批判である。

如太虚，本無生死，何幻質之足戀乎！又遺疏云：君恩未報，願結來生。全是佛家話頭。其平生好處，只是從天資上發出來，與學問全無干涉在。延平觀喜怒哀樂未發一語，只是略欠自然，與朱子所謂略綽提撕者稍異耳，未是禪。然景逸用之，遂至於此。甚矣，學之不可絲毫有偏也！<sup>49</sup>

高攀龍の静坐重視に対する異論は、他のところにも見え、陸隴其にとって、看過できぬ重要な課題であったことが伺える。彼は、高攀龍の方向を、朱子学の誤解にもとづく“逸脱”にとらえて、つとめてこれを矯正し、静坐への傾斜の軽減を図ろうとした。

然敬之所以爲敬，靜之所以爲靜，亦有不可不辨者焉。嘗觀朱子之言敬，每云畧綽提撕，蓋惟恐學者下手過重，不免急迫之病。故於延平觀喜怒哀樂未發一語，雖悔其始之辜負而服膺之，然於觀之一字，則到底不敢徇，見於答劉淳叟諸書。至觀心說一篇，極言觀之病。雖指佛氏而言，而延平之言不能無病，亦在其中。…蓋樂記之人生而靜，太極圖之主靜，皆是指敬而言，無事之時其心收斂，不他適而已，非欲人謝却事物，專求之寂滅，如佛家之坐禪一般也。高景逸不知此，乃專力於靜，甚至坐必七日，名爲涵養大本<sup>48</sup>，而不覺入於釋氏之寂滅，亦異乎朱子所謂靜矣。此用力於靜者所不可不知也<sup>50</sup>。

そして、高攀龍が依拠した“半日静坐、半日読書”という説にも異を唱え、これは、それを記録した弟子が禅学の徒であったのでそういうことを言ったのだ、として、資料的価値を低めようとする<sup>51</sup>。

考亭淵源録第十八巻載，朱子告郭友仁，有半日讀書半日靜坐之説。郭是從禪學入門者，恐此所述未必確。用功如何可這樣限定？<sup>52</sup>

讀朱子告郭友仁語，考亭淵源録一條，郭友仁德元告行，先生曰：人若於日間閒言語省得一兩句，閒人客省得一兩人，也濟事。若渾身都在鬧場中，如何用工？人若逐日無事，有見成飯喫，用半日靜坐半日讀書，如此一二

49『松陽鈔存』（文淵閣四庫全書本）卷下 8－11頁。

50『三魚堂文集』卷五 26頁、答案定叟

51 陳榮捷「半日静坐半日読書」『朱子新探索』所収参照。また、錢穆「朱子論靜」『朱子新學案』・上冊（巴蜀書社・1986）、陳劍鏗「明清理學家對「半日静坐半日読書」的爭議及其運用」『鷺湖雜誌』327、2002 参照。

52『三魚堂賸言』（文淵閣四庫全書本）卷八 4頁。

年、何患不進。高忠憲纂朱子節要，亦載此條。愚按，德元曾學禪，此語係德元所記，恐失其真。觀朱子答劉淳叟云：某舊見李先生嘗教令靜坐，後來看得不然，只是一个敬字好。方無事時，敬於自持，及應事時，敬於應事，讀書時，敬於讀書，便自然該貫動靜，心無時不存。又答潘子善云云，可見朱子未嘗教人靜坐，況限定半日哉！愚故謂德元所記，恐失其真。幾亭陳氏以此二語爲朱子教人之法，誤矣。…程朱何嘗不言靜，不知程朱固未嘗不言靜，而未嘗限定半日。且其所謂靜者，皆是指敬，非如學禪者之靜。又恐敬之混入於禪也，而申言之曰：略綽提撕。夫敬猶恐其有病也，而況專言靜乎！<sup>53</sup>

陸隴其にとっては、王守仁他王学の思想の方が、より直接的な批判・克服対象であったが、同時に、彼からすればいわば似非朱子学ともいうべき色彩を高攀龍らに見出し、同じくその克服を図ったのである。

## 6. 明代後半期以降の静坐方法の“規範化”傾向－王畿・顔鈞・袁黄・高攀龍の事例

さて、以上、宋・元・明儒学全体における、静坐の意義と危険性にもとづく両義的見方を、若干の個別的事例を踏まえて概観したが、本節では、更に、実践方法論に関わる特筆すべき事項を報告したい。それは、明代後半期以降、士大夫の間で、静坐実践の“規範化”、或いは更にいえば“マニュアル化”といった傾向が見られることである。

上述したとおり、宋代道学の中から、従来仏教・道教において行われていた、静かに坐って心を静め、自己の内面に意識を集中して行く実践を、“静坐”の名の下に導入し、“理”たる“性”の体認に有効な実践として位置づけることが始まったが、それが、具体的にどのような形で行われるべきかについては、十分明確な言及があったとはいえない。即ち、具体的な実践の形というものは、宋から元、明前期にかけて“静坐”への言及が絶えぬにも関わらず、十分明示されていない。ところが、明代後半期になると、士大夫たちの中に、“静坐”に関わる具体的な方法を、コンパクトな形で明示することが始まった<sup>54</sup>。

53 『三魚堂文集』巻四 4－5頁、讀朱子告郭友仁語。また、『松陽鈔存』巻上 5－6頁にも、より詳しい形で見える。



こうした動きの嚆矢として捉えられるのが、王守仁の門弟、王畿（1498-1583）による“調息法”の提示である。王畿による調息法摂取については、筆者はかつて王畿における内丹説導入の試みを分析する際に言及したが<sup>55</sup>、要するに、彼は一方で一挙に“無善無惡”の心体に悟入することを求めたが<sup>56</sup>、その“懸崖撒手”の取り付きどころの無さを補うものとして、一方で“静坐”に直結する、“調息”という、より具体的な方法を導入したのである。そして、それに対する言及は、主に道教内丹の用語で行われることが多かったが、しかし自ら著した手引きとしては、天台智顗（538 - 597）に帰せられる『次第禪門』『小止観』にもとづく、息の四相を元にしたものを用いているのである。まず、彼の“調息”の権法としての導入について、見てみよう。

張子謂：「世之學者平時不知所養，躁心浮念未易收攝，須從靜坐入路。明道見人靜坐便歎其善學，象山見門人槐堂習靜，知其天理顯矣。」先生曰：「今人都說靜坐，其實靜坐行持甚難，非昏沉則散亂，念有所著即落方所，若無所著即成頑空。此中須有機竅，不執不蕩，從無中生有，有而不滯，無而不空，如玄珠罔象，方是天然消息。」子充謂：「沛時常習靜，正坐此二病作祟。昔人謂不敢問至道，願聞衛生之經。」先生曰：「人之有息，剛柔相摩，乾坤闔辟之象也。子欲靜坐，且從調息起手。調息與數息不同：數息有意，調息無意。綿綿密密，若存若亡，息之出入，心亦隨之。息調則神自返，神返則息自定，心息相依，水火自交，謂之息息歸根，入道之初機也。然非致知之外另有此一段功夫，只於靜中指出機竅，令可行持。此機竅非臟腑身心見成所有之物，亦非外此別有他求。棲心無寄，自然玄會，恍惚之中，可以默識。要之，無中生有一言盡之。愚昧得之，可以立躋聖地，非止衛生之經，聖道亦不外此。」<sup>57</sup>

このように、彼においては、王守仁と同じく、“静坐”を全面的に支持するわ

54 宋代の朱熹に「調息箴」があり、こうした明代以降の動きの嚆矢として注目されるが、そこでの説相はそれほど明確なものではない。三浦國雄『朱子と氣と身体』（1997・平凡社）第五章 呼吸論参照。

55 拙稿「明代後期儒学の道教摂取の一樣相－王畿の思想における道教内丹実践論の位置づけをめぐって－」『道教文化への展望』道教文化研究会編・平河出版社・1994 参照。

56 柴田篤「王龍溪の思想－良知説の一展開」『中国哲学論集』1・1975 参照。王畿思想については、また彭國翔『良知學的展開：王龍溪與中晚明的陽明學』（学生書局・2003）参照。

57 『王畿集』（2007 鳳凰出版社）卷五・天柱山會語、118 頁。

けではないが、一方で“権法”としてその有効性を認め、“調息”をその具体的な方法として提唱していたのである。そして、彼の残した“調息法”とは、次のようなものである。

息有四種相：一風，二喘，三氣，四息。前三爲不調相，後一爲調相。坐時鼻息出入覺有聲，是風相也。息雖無聲，而出入結滯不通，是喘相也。息雖無聲，亦無結滯，而出入不細，是氣相也。坐時無聲，不結不羶，出入綿綿，若存若亡，神資沖融，情抱悅豫，是息相也。守風則散，守喘則戾，守氣則勞，守息則密。前爲假息，後爲眞息。欲習靜坐，以調息爲入門，使心有所寄，神氣相守，亦權法也。調息與數息不同，數爲有意，調則無意。委心虛無，不沉不亂，息調則心定，心定則息愈調。眞息往來，而呼吸之機自能奪天地之造化，含煦停育，心息相依，是謂息息歸根，命之帶也。一念微明，常醒常寂，範圍三教之宗。吾儒謂之燕息，佛氏謂之反息，老氏謂之踵息。造化闔闢之玄樞也。以此徵學，亦以此衛生，了此便是徹上徹下之道<sup>58</sup>。

これは、完全に仏教、特に天台の上記資料に基づいて作られたものである。しかし、この中に、仏教からの具体的方法論の導入という側面以外に、従来明確でなかった“静坐”のための簡明な“手引き”の出現を見てとることができるであろう。このことは、新しい動きとして重要だと考える。

というのは、こうした動向が、その後も、持続的に観察されるからである。たとえば、王艮の門弟の系譜に連なるとされる顔鈞（1504 - 1596）は、“七日閉關之法”というものを提唱し、次のように述べている。

于閉關七日之前日，凡有志者，欲求此設武功，或二日夜，或三日夜，必須擇掃樓居一所，攤聯榻，然後督置願坐幾人，各就榻上正坐。無縱偏倚，任我指點。收拾各人身子，以絹縛兩目，晝夜不開。綿塞兩耳，不縱外聽。緊閉唇齒，不出一言。擎拳兩手，不動一指。趺跏兩足，不縱伸縮。直聳肩背，不肆惰慢。垂頭若尋，回光內照。如此各各自加嚴束，此之謂閉關。夫然後又從而引發各各內照之功，將鼻中吸取滿口陽氣，津液漱嚥，咽吞直送，下灌丹田，自運旋滾幾轉，即又吸嚥津液，如樣吞灌，百千輪轉不停，二日三日，不自己已。如此自竭辛力作爲，雖有汗流如洗，不許吩咐展拭，或至

58『王畿集』卷一五・調息法、424頁。

骨節疼痛，不許欠伸喘息。各各如此，忍捱咽吞，不能堪用，方許告知，解此纏縛，倒身鼾睡，任意自醒，或至沈睡竟日夜尤好。醒後不許開口言笑，任意長臥七日，聽我時時到各人耳邊密語安置，曰：各人此時此段精神，正叫清明在躬，形爽氣順，皆爾連日苦辛中得來，即是道體黜聰，脫胎換骨景象。須自轉一意，內顧深用，滋味精神，默識天性，造次不違不亂，必盡七日之靜臥，無思慮，如不識，如不知，如三月之運用，不忍輕自散渙<sup>59</sup>。

ここでは、道教を髣髴とさせる方法が用いられている。即ち、道教で“飲液”という唾液を飲み込む方法、或いは内丹に見られるような丹田へ灌注して身中を循環させるといった技法である。そして具体的な日数が設定され、目を塞ぎ、耳を塞ぎ、如何に苦しくてもひたすら2、3日結跏趺坐でその実践を行い、その極みにおいて今度は休息を7日とり、師の説示を聞きながら、自己の天性を“默識”するのだという。この師の説示が介在するあたり、今日の新興宗教における“マインド・コントロール”の技法をも連想させる。中でも筆者が目にしたのは、ここにも、従来に無いほどに、静中に沈潜して“性”の姿を見て取る技法がまとまって明確に説かれていることである。

同様の事例は、袁黄（了凡・1533 - 1606）においても見られる。袁黄は、『立命篇』<sup>60</sup>において、功過格を用い、善を行うことで科挙への合格をはじめ望ましい運命を引き寄せる「立命」を説いたことで有名な人物である<sup>61</sup>。しかし、それ以外に彼は、科挙に合格した士大夫官僚ながら、自らの人生行路において師と仰いだ雲谷禅師の指導を踏まえて、天台の『次第禅門』を柱とした、詳密な「静坐要訣」という短編を著している。これを検討してみたい。

本編は、現在、中華民国18年刊の排印本が、蕭天石編『道藏精華』第二集之九に収められて簡単に目観できる。本編について、袁黄の文集『兩行齋集』巻十に、この書を読んで傾倒したある士大夫から袁黄に対して与えられた質問、

59 『顔鈞集』（1996 中国社会科学出版社）巻五 38 頁、「引發九條之旨・七日閉關開心孔昭」参照。『顔鈞集』の発見を受けての顔鈞思想の研究としては、鍾彩鈞『泰州學者顔山農的思想與講學－儒學民間化與宗教化』『中国哲学』19・岳麓書社・1998、馬曉英『出位之思－明儒顔鈞的民間化思想与实践』寧夏人民出版社・2007 参照。特に七日閉關の静坐法については、後者第4章第2節を参照。

60 この書は、『了凡四訓』の呼称でも流通している。またその冒頭部分は『省身録』の名で周汝登の序文が付けられて流通している（日本・内閣文庫蔵）。

61 袁黄の生涯・著作・思想については、酒井忠夫『中国善書の研究』（弘文堂・1960）、奥崎裕司『中国郷紳地主の研究』（汲古書院・1978）の両書において詳しい検討が加えられている。

及びそれに対する返書が、「答馬端河問靜坐要訣書」として収められており、そこで言及されている内容が、現伝の『靜坐要訣』と一致していることから、その流伝の形態についてはなおも考証の余地ありというべきだが、現行本も袁氏の原作を一定程度継承するものと考えて問題ないと思われる。ここでは、詳しい考証は今後の課題として、まずは現行本で初歩的に検討を加えたい<sup>62</sup>。

序文には、次のようにあり、この書を彼が雲谷禪師の教示を通して、天台の説にもとづいて作成したことが明らかに記されている。

靜坐之訣、原出于禪門、吾儒無有也。自程子見人靜坐、即嘆其善學、朱子又欲以靜坐補小學収放心一段工夫、而儒者始知所從事矣。昔陳烈苦無記性、靜坐百余日、遂一覽无遺。此特浮塵初斂清氣少澄耳。而世儒認爲極則、不復求進、誤矣。蓋人之一心、自有生以來、終日馳驟、逐物忘歸、動固紛紛、靜亦擾擾、稍加收攝、便覺朗然。中間曲折、无明師指授、不得肯綮、或得少爲足、或反成疾患、余實哀之。大都靜坐之法、其修也、有从入之階。其證也、有自得之實。一毫有差、永不發深禪定矣。吾師雲谷大師、靜坐二十余載、妙得天台遺旨、爲余談之甚備；余又交妙峰法師、深信天台之教、謂禪爲淨土要門、大法久廢、思一振之。二師皆往矣、余因述其遺旨、并考天台遺教、輯爲此篇、與有志者共之<sup>63</sup>。

朱熹は靜坐が中国伝統の儒家由来のものでないことをはっきり意識していたが<sup>64</sup>、袁黄もここで、程朱において禪学から儒教への導入が始まったものだとする認識を示している。そして、儒学者の靜坐は、まだまだ序の口の段階の境界を“極則”と勘違いしたところがあり、誤っているという。彼としては、師雲谷禪師、及び友人妙法法師の、実践を踏まえての説こそ、靜坐の真骨頂を明示したものというのである。両者の靜坐はともに天台を基調とするものであったが、それを基にして更に袁黄自身が天台智顗自身の著作も参照して編修したものだという。

全体は、辨志篇、豫行篇、修證篇、調息篇、遣欲篇、廣愛篇からなっている。

62 なお、『千頃堂書目』卷十六・釋家類にも、「袁黄靜坐要訣一卷」という記述がある。

63 『靜坐要訣』1－2頁

64 中嶋隆蔵前掲「朱子の靜坐とその周辺」参照。

細かく検討してみると、仏教の修行論と儒教の道德が結合された形でできたものとなっており、構成・内容において一定のオリジナリティーがある。ここでは、あらましのみを述べておくが、天台智顗の『釋禪波羅蜜次第法門』（大正藏46所収）を全面的に下敷きにしつつ、①全体をいくつかの篇に分け、『次第禪門』よりも見て取りやすい構成になっていること、②『次第禪門』において複雑であった説相をより理解しやすい単純な形にまとめていること、③冒頭の辨志篇で、儒教の万物一体、仁などの概念を持ち出し、全体を貫く原理として立てるとともに、『次第禪門』では、初禪のところに説かれていた四無量心の部分を取り出し、廣愛篇として最後に別立し、儒教的仁との接続を図っていること、④道教の説に対する明瞭な批判を含んでいること、などの点で独自の色彩が発揮されている<sup>65</sup>。また、序文にもいうとおり、従来の儒家の先人たちが唱えてきた静坐についての説は、実は浅薄なものであり、色界初禪を得たレベルのものなのに、究極のものと勘違いしている、として、陳獻章の実名を出して批判している。

證初禪時，有五境：一覺，二觀，三喜，四樂，五定心也。初心覺悟爲覺，後細心分別爲觀，慶悅之心爲喜，恬澹之心爲樂，寂然不散爲定心。十六觸中，皆有此五境，第六又有默然心。由五境而發者，皆初禪所發之相也。夫覺如大寐得醒，如貧得寶藏，末世諸賢，以覺悟爲極則事。然欲入二禪，則有覺有悟，皆爲患病。學者於初禪第六默然心中，厭離覺觀，初禪爲下。若知二法動亂逼惱定心，從覺觀生喜樂定等故爲粗。此覺觀法，障二禪內靜，學者既知初禪之過，障於二禪，今欲遠離，常依三法。一不受不著故得離，二訶責故得離，三觀析故得離。由此三法，可以離初禪覺觀之過，覺觀既滅，五境及默然心悉謝。已離初禪，二禪未生，於其中間，亦有定法，可得名禪。但不牢固，無善境扶助之法。諸師多說爲轉寂心，謂轉初禪默然也。住此定中，須依六行觀：厭下有二：曰苦，曰粗，曰障。欣上有三：曰勝，曰妙，曰出。約言之，祇是訶讚二意耳。夫玄門三年溫養，九年面壁，未嘗不靜坐，

65『次第禪門』の梗概については、佐藤哲英『天台大師の研究』（百華苑・1961）103 - 126頁、大野栄人『天台止観成立史の研究』（法蔵館・1994）111 - 131頁参照。なお、袁黄の独自の観点には、他にも、辨志篇で楊子の爲我、墨子の兼愛とともに肯定的にとらえること、白骨觀において王守仁らの語った「滿街人都是聖人」を意識したと思われる、「一郷、一邑、一省、天下皆是骨人」を説くなど、注目される点がいくつもある。

而不發大智慧，不發大神通，不發深禪定者，以其處處戀著也。得一境界，即自以爲奇特，愛戀不捨，安能上進。故須節節說破，事事指明，方不耽著，方肯厭下欣上，離苦而求勝，去粗而即妙，捨障而得出。到此地位，方知法有正傳，師恩難報。

昔陳白沙靜坐詩云，劉郎莫記歸時路，只許劉郎一度來。陳公在江門靜坐二十餘年，惜無明師指點，靜中見一端倪發露，即愛戀之；已而並此端倪亦失，竭力追尋，不復可見，故其詩意云爾。學者靜中有得，須先知此六行觀。若到初禪，不用此觀，則多生憂悔。憂悔心生，永不發二禪，乃至轉寂亦失。或時還更發初禪，或並初禪亦失。所謂爲山九仞，一簣爲難，切當自愼<sup>66</sup>。

ここから見てとれるように、袁黃は初禪の覺觀について、これは二禪に向けて六行觀によって捨棄しなければならぬものであり、いまだ不十分なレベルのものだとするとともに、儒家の先人たちはここの“覺悟”を究極だとしており、誤りだ、とするのである。こうして、従来儒家の靜坐の体験が、彼の体系の中で位置を与えられることになった。同時に、“玄門”も同様の問題ありとして、道教もこの初禪の覺觀を極則と見間違ってきた、とする。そして、めざすべきは更に高い境地であるとして、自己のルートへの誘導を図っている。

この、袁黃の『靜坐要訣』も、上述した、靜坐の方法論の規範化とその提示といった流の中の重要な一環であると評価できよう。特に、天台を踏まえつつより明瞭でコンパクト、しかしそれなりの複雑な説相と分量で靜坐の方法について述べたことは大いに注意される。

さて、こうした一連の靜坐の“規範化”“マニュアル化”の流れの中でも、特に注目されるのが、前節で扱った高攀龍（1562 - 1626）の「復七規」である。これは、高氏によって提唱された靜坐の手引きであり、七日間靜坐を中心とした心の収斂を試みる、というものであった。

復七規，取大易七日來復之義也。凡應物稍疲，即當靜定，七日以濟之，所以休養氣體，精明志意，使原本不匱者也。先一日，放意緩形，欲睡即睡，務令暢悅，昏倦刷濯，然後入室，炷香趺坐。凡靜坐之法，喚醒此心，卓然常明，志無所適而已。志無所適，精神自然凝復，不待安排，勿著方所，勿

66 『靜坐要訣』20 - 23 頁

思效驗。初入靜者，不知攝持之法，惟體貼聖賢切要之言，自有入處。靜至三日，必臻妙境，四五日後，尤宜警策，勿令懶散。飯後必徐行百步，不可多食酒肉，致滋昏濁。臥不得解衣，欲睡則臥，乍醒即起，至七日則精神充溢，諸疾不作矣。食芹而美，敢告同志<sup>67</sup>。

前節でも見たように、これも後に陸隴其の批判を浴びたが、この「復七規」の出現は、宋・元・明期儒教における“静坐”の展開の上で、非常に重要な意味をもつのではないかと考える。即ち、この「復七規」こそは、他の、上述した如き様々な、実用的な“静坐”手引書が作成されてゆく時代の大きな趨勢の中であって、初めて、明瞭な形での仏教・道教的要素を含まない、純粋な儒教型の手引書として出現した代表的実例として位置づけられるのである。従来、宋・元・明を通じて、儒学において“静坐”が語られ実践されてきたことは、上述の通りだが、その実践の具体的姿を明瞭に示す事例は存在しなかった。明代中期以降に、静坐の方法の規範化或いはマニュアル化ともいうべき気風が起こったが、その中で提示されたものの多くは、上に見えるように、仏教或いは道教の濃厚な色彩のもとにあった。儒教の独自のものはいまだ明瞭な形では与えられていなかった。それに対し、ここでは、儒学の立場からの具体的実践の指針が簡明に示されたのである。その意味で、儒学における静坐の歴史において、一段階を劃すものとして評価できよう。なお、顔鈞の方法と同じく、恐らくは周易の“七日來復”もとづき、七日間が一区切りになっていることも注目される。

実のところ、朱熹のたまたまの発言、“半日静坐、半日読書”が高攀龍・陳龍正・劉宗周らによって実践の指針として受け取られ、受用されたのも、こうした、儒教の静坐の実践の具体的方法の明示、という時代の要請のもとにあった現象に違いない。静坐の伝統は、明代後半期において、士大夫を中心に、ひとつの質的展開—マニュアルの作成と公開—を迎え、その中で始めて儒教の静坐というものの独自のあり方というものも措定の動きが出てきたのである<sup>68</sup>。

67『高子遺書』卷三 19頁、復七規参照。同作品については、岡田武彦『坐禅と静坐』（1977・桜楓社）を参照。



## 7. おわりに

以上、宋・元・明期の儒教と静坐との不即不離の微妙な関係について、朱熹・王守仁における状況を確認した後、主に明代の資料を用いて概論的記述を行った。結論的にいえば、この時代の儒教を覆っていた、本来聖人の枠組みのもとでは、天即理・性即理として人間の心の中に先天的に内在する“理”、“性”の体験的把握をめざす実践論において、静坐は、確かに効験あるルートとして、不断にその実践が試みられていた。

しかし、そこには、儒教の本来重視する人間の社会的関係性の中での正しさのあり方の具体的形態を離れて、無分節の心体へと沈潜してゆくなかで、それらの唯一絶対性が希薄になり、仏教・道教の唱える根本的存在と容易に同一視する危険性が常に存在していた。特に、静坐が、仏教・道教に淵源するものであったことからすれば、静坐に耽溺する中で、教学の分岐以前の心の本体の立場から三教一致の見解に至ることは、容易に出現することであった。実際、薛蕙の場合など、そこから一步進めて、儒学者でありつつ、三教一致を唱える地点から、更に仏教・道教の言説の方がより“理”、“性”の本体の記述について周到だ、として、儒教の経書の有効性を大幅に減殺することになったのである。

こうした静坐の有効性と危険性の中で、儒学者たちは常に揺れ動いていた。彼らの中で儒学者の藩籬を超えて仏教・道教に全面的に帰入することを肯うものはともかく、儒教徒としての自覚に留まろうとするものにおいて、静坐は、魅力的であるとともに、頭の痛い危険な問題圏であり続けたのである。

そうした中で、明代後半期には、それまでの曖昧な静坐への言及に換えて、より明確で具体的な手引きが現れることになった。それらはいずれも比較的短編のもので、その中で静坐の実際・心得が詳しくまたわかりやすく説かれている。こうした全体的状況の変化の中で、仏教・道教の方法論をベースにした事例が多く現れるが、一方で、儒教独自の静坐マニュアルも出現することになっ

---

68 内丹家として著名で、自ら“龍門派”を名乗った伍守陽は、その著作『天仙正理直論』において、内丹の技法の実際について、従来には見られぬほどの明快・詳細な叙述を展開している。この現象も、恐らく士大夫の間での静坐の手引きの明確化と平行・交差、或いは対抗関係にある現象であろう。恐らく隋唐代以降坐禅関連の手引き書を作成・伝承してきていた仏教界でも、こうした動きと同調する何らかの現象があると思われる。今後の検討課題としたい。

た。これは、明代後半期の特筆すべき変化である。

清代に入ると、従前の儒教のパラダイムに大きな転換が生じる。陽明学は全体として没落し、朱子学が再度多くの士大夫の支持を集めるとともに、一方に考証学が興起する。同時にまた、儒教的日常的実践躬行と経世致用の重視が強力に主張される。そして、本来聖人の考え方を放棄する儒学者も現れる。

こうした全体的状況の中で、静坐は、従前に比して、否定的に言及されることが多くなり、特殊な事例を除いては、宋・元・明代の儒学者のように、積極的にこれを運用するということとはなくなった。そういう意味では、静坐の扱いの問題は、清代にはほぼ決着がつけられてしまったものと見られる。つまり、静坐は、基本的に危険な実践だから、限定的にのみ用いる、ということである。

ただ、筆者は、今日の忙しい日々の中で、果たしてこうした過去の宋・元・明の儒教においてみられた、より積極的な静坐とのとりくみが、我々の生活の正常化にとって、無意味ではないと思う。清朝の学者の忌避の実態と本質も踏まえて、我々は宋・元・明代の儒学者の静坐への対応を、今こそ追体験する必要があると考える<sup>69</sup>。

\* 本稿は、2009年10月29日～31日、台湾の国立清華大学及び法鼓山教學院で開かれた『東亞静坐伝統国際学術会議』において発表した内容を基に、修正を加えたものである。

69 たとえば、岡田武彦氏による“兀坐”の提唱は、禪の座禪、宋明儒教の静坐の伝統を踏まえて独自に唱えられたもので、こうした課題を引き受けようとした興味深い実例といえる。岡田氏の“兀坐”の実践については、岡田武彦『陽明学つれづれ草』（2001・明德出版社）9、28、80、120、148頁を参照。また“兀坐”以前の岡田氏の立場については、岡田氏前掲『坐禪と静坐』を参照。こうした岡田氏の静坐論の分析としては、Rodney L. Taylor『The Confucian Tradition of Contemplation: Okada Takehiko and the Tradition of Quiet-Sitting』Columbia, South Carolina: University of South Carolina Press, 1988及び、藤井倫明「日本当代新儒家岡田武彦的“身学”及其思想產生之背景」『鵲湖』414・2009参照。を参照。岡田氏の兀坐については、福岡女学院大学の難波征男教授のご示教を仰いだ。記して謝意を表したい。

# The Role of Quiet-sitting(靜坐)in Song-Yuan-Ming Confucianism and the Emergence of the Philosophy of Three Teachings in One(三教合一)

Masaya Mabuchi

In this paper I discuss some aspects of Neo-Confucian attitudes towards quiet-sitting practice during the Song(宋), Yuan(元) and Ming(明) dynasties (approximately 11C-17C ). During this period Confucians shared one presupposition about human nature(性), namely that the substance of human nature is perfectly good, and is equal to the substance of the heaven(天), the heavenly principle (理). Confucians thought that humans could become sages by embodying the heavenly principle, which exists in the deepest layer of the human mind, by eliminating the obstacles which hamper human nature from revealing itself on the surface of mind in a perfect way. We can find quite a few examples of the Confucian effort to become a sage by fully realizing one's nature through performing certain kinds of mental training, and quiet sitting was seen as one of the most effective methods of enabling one to directly touch the human nature that lies at the bottom of one's mind. Therefore we should say that Confucian scholars during this era esteemed the value of quiet-sitting as a useful mental practice to attain sagehood.

However, to pursue the substance of human nature through practicing quiet-sitting had another, perilous, side, and some Confucians were forced to stay very cautious about fully indulging in it. In fact, penetrating into the deeper sphere of human mind to pursue the substance of human nature often led scholars to believe that the crucial substance of human nature is a tranquil spiritual essence which does not have any articulate clues or traces, and that Confucian social ethical norms such as benevolence and righteousness(仁義) are only some

superficial expressions of that amorphous substance. Some scholars even dared to say that the more accurate descriptions of the real state of human nature which lies in the deeper sphere of human mind are given in Buddhist or Daoist texts rather than the Confucian classics. Here we can discern a strong possibility that such scholars would have a so-called “three teachings in one” (三教合一) theory, and the theoretical value of Buddhism and Daoism, which traditionally claimed that the substance of human nature does not have any describable trait and can be referred to only by negative words such as nothing (無) or emptiness (空), might be evaluated more highly by those people than that of Confucianism, which inclined to emphasize the indispensable value of concrete ethical rules in everyday life.

There was a long history of disputes around these attractive but dangerous characteristics of quiet-sitting practice among Neo-Confucian scholars from the Song through the Ming periods. In this paper I pick up and analyze some representative cases of distinctive Confucian scholars such as ZhuXi (朱熹 1130-1200), WangYangming (王陽明 1472-1528), XueHui (薛蕙 1489-1541), GaoPanlong (高攀龍 1562-1626) and LuLongqi (陸隴其 1630-1692) as the most suggestive examples of Neo-Confucian attitudes towards quiet-sitting practice, and show how Confucian scholars were deeply engaged in that practice in ambivalent and complicated ways.

At the same time, I discuss an important historical phenomenon which appeared in the late Ming period, whereby Confucians, who had not had a fully manifest manual for quiet-sitting practice until then, even though many scholars had been practicing it since the Song dynasty, began to make up brief, simple and explicitly described pamphlets for quiet-sitting, and in that trend the first pure Confucian quiet-sitting training manual was also introduced in the long history of the Chinese Confucianism.