

## 『バガヴァッド・ギーター』と

## 『正法眼蔵』における行為についての考察

——ヨーガと坐禅を中心にして——

岡 本 さゆり

はじめに

『バガヴァッド・ギーター』(以下『ギーター』、後一世紀頃成立)はインドの大叙事詩『マハーバーラタ』一八巻中の第六巻に織り込まれた詩篇である。別名『ヨーガ・シャーストラ』(ヨーガの教典)と呼ばれ、ヨーガすなわち行為の意味を知ることがこの物語の一つの主題とされている。ヨーガに関する書は『ギーター』以外にも数多く編まれているが、『ギーター』はヨーガにおける心の平静や行為に徹することの重要性を説き、同書において行為とヨーガは不可分であった。「行為の結果にこだわることなく、自らのなすべき行為をせよ」という主張は、『ギーター』の眼目の

一つである。

本稿前半では、インド文献における行為とヨーガに関する記述の一端に触れる。まず、古代インド思想の中でも古層のウパニシヤッド聖典群に属する『タイツテイリーヤ・ウパニシヤッド』(前六、前五世紀頃)で、「ヴェエーダの秘伝」として語られた行為についての一文を取り上げる。次に、『ギーター』とほぼ同時代の成立とされる『ナーダビンンドウ・ウパニシヤッド』で描かれたヨーガ行者に関する記述と、さらに『ギーター』のいくつかの詩節を見ながら、行為とヨーガについて考察を加える。

一方、『正法眼蔵』は坐禅を修行に掲げる宗派の一つである曹洞宗の開祖、道元(一一〇〇—一一五三)の書であるが、本稿後半

では、『正法眼蔵』における坐禪と行為について検討する。道元は結果（悟り）のための行為（打坐）ではなく、ひたすら（只管）の行為を強調した。その「只管打坐」、ひたすらに行為することの本来的な意義を探り、非思量・身心脱落について考察する。また、坐禪はその源をヨーガに発すると考えられているが、ヨーガと坐禪の相違についても比較検討を試みる。

『ギーター』と『正法眼蔵』における行為について、それぞれの意味内容と文脈上の相違を見据えた上で、行為論としての本質的・構造的な共通項とその差異を以上のような作業を通して明らかにしたい。

## 一 インド文献における行為とヨーガ

一〇一 『タイツティリーヤ・ウパニシャッド』

『タイツティリーヤ・ウパニシャッド』1.24<sup>(2)</sup>で、「行為の疑念がある時、人はどうするべきか」という問いに対して、「判断力を持ち、礼節をわきまえ、無情ではなく、法（ダルマ）を愛するバラモンのなすが如くに行為せよ」と語られた。そしてそれは自分を非難する人々の中においても、そのように行為するべきであるとし、「これが教え（adesa）、秘伝（upadesa）、ヴェーダの秘伝（vedopaniśat）、教示（anusāsana）である」と強調された。「行為の疑念（karma-vīkītiśā）」は「振る舞いの疑念（vitta-vīkītiśā）」とこの言葉に言い換えがなされていることから、こ

の文が行為について述べていることは明白である。

行為の疑念とは、自らの行為に戸惑いや疑問を感じたり、行為を躊躇することであろう。また周囲から非難されるような逆境においてそれらはさらに強くなるのであるが、その疑念をなくしてから行為せよと語られたのではなく、疑念があるなら行為せよと示されたことは注目に値する。

朝、目が覚めて布団から起き上がることをどれ程考えても布団から起き上がることはできない。起きるかどうか迷っている間は起きられない。だが実際に布団をはねのけ、身体を起こすという行為はすでに戸惑いや躊躇を離れている。行為の疑念は行為によって振り払うのである。

一〇二 『ナーダビンドウ・ウパニシャッド』

『ナーダビンドウ・ウパニシャッド』51.56<sup>(3)</sup>では、ヨーガ行者についての具体的な記述がなされた。思考を離れ、疑念のないヨーガ行者は「死せる者の如く（mṛtaval）」であり、また、ヨーガ行者は感官の制御によって、ほら貝や太鼓のすさまじい音にも動揺することがないので「木片の如く（kṣiptaval）」とも喩えられた。さらに、ヨーガ行者は三昧によって寒暑・苦楽・毀誉褒貶に一喜一憂することなく、その不動のヨーガにおいて知、呼吸、心が堅固であるとされたが、『ギーター』でも同様の趣旨が繰り返し述べられる。

一三 『ギーター』<sup>(4)</sup>

『ギーター』 248

ヨーガに立脚した人は執着を捨て諸行為をなせ、アルジュナ。成功も不成功も同じであり、ヨーガは平静であると言われる。この詩節に関して、註釈者の一人であるアビナヴァグブタも述べたように、ヨーガが平静な状態であるからこそ諸々の行為の基準とされたのである。また、成功と不成功を同じに見るとするのは、成功や不成功という価値判断の両極を離れることであり（『ギーター』 422）、そのどちらにも偏らないことである（『ギーター』 53）。「成功」も「不成功」も、一つの事実に対して人間が貼り付けたラベルであり、人間社会でのみ通用する符丁ではない。ヨーガが目指したのは、ラベルや符丁を貼る以前の厳然たる事実気づくことである。

さらに、『ギーター』 58 では、ヨーガに専心し真理を知る者は、あらゆる行為をしながら「自分が行為している」という意識がはたらくことはないと言われた。自己意識に惑わされ、「自分が行為者である」と思い込むことは、行為の結果にこだわることの一因になるが、ヨーガ行者はその自己意識に縛られることはない。そして、行為の結果にとられることなく行為に徹するならば、何ものにも左右されない寂靜を得るのであり、本来の自己のなすべき行為をするなら罪惡に至ることはないと言われたのである。安

定したヨーガによって本来の自己に立ち返るとき、一切を平静に観するのであり、そのヨーガにおいて、あらゆるものをそのままに映し出す水面の如く静かな自己に会うのである。

『ギーター』 615

このように常に自己に専心しつつ、心を制御したヨーガ行者は最高の涅槃、自己に存する寂靜に達する。

この詩節を含む『ギーター』 六章は、ヨーガ及びヨーガ行者についての記述が中心である。清浄な場所所自分に適した堅固な座を設け、体と頭と首を正して不動を保ち、自らの鼻先を凝視して諸方を見ず、自己の清浄のため心を集中し、意識と感官を制御して坐すことがヨーガであるとされた。これらの記述は、ヨーガが坐禅の源流であると考えられていることの一つの例証とはなり得るが、インドの諸文献におけるヨーガに関する記述と道元の説いた仏教思想には、細部にわたって顕著な異同がみられる。以下では、『正法眼蔵』における行為と坐禅について考察し、また、行為論としてのヨーガと坐禅の相違について比較検討する。

二 『正法眼蔵』における行為と坐禅

二一 『正法眼蔵』における行為

道元は哲学的な理論を展開する一方、日常の様々な行為についても語っており、行為に徹することがまさに仏道修行であるという道元の主張を読み取ることができる。『洗浄』や『洗面』では、

排泄、洗顔、歯磨き、爪や髪を切ることなどについて事細かに記され、『袈裟功德』や『伝衣』では、袈裟を掛ける仕方や袈裟の洗濯方法にまで筆が及んでいる。『重雲堂式』では、坐禅堂での細則が示され、声高に話をしたり、大きな音で鼻をかんだり唾を吐いたりしてはならないことなども述べられた。また『安居』には、九〇日間の坐禅修行（安居）における礼拝の仕方や寺院のしきたりについての詳細な記述がある。道元が規則やしきたりを軽んじなかったのは、修行に支障をきたすことなく寺院生活が円滑に運ばれることを望んだからであり、単に形式にこだわっていたのではないだろう。『家常』では、毎日ご飯を頂くこと、坐禅をすることが共にすばらしいことであると讃嘆された。また、坐禅の状態に従って日常生活を送るなら、常に仏の威儀が備わっているというのが、『行仏威儀』の趣意である。『神通』で、仏の不思議な力（神通）とは、眠りから覚めた師匠にお茶を入れることや、水運び柴を担ぐことなどの実地の行為であると述べられ、『行持』には祖師方の言動が生きて描かれている。『菩提薩埵四摂法』では、『何であれ、食らずに与える（布施）・慈愛に満ちた言葉をかける（愛語）・貴賤や親疎あるいは自他の区別なく、一切に対して恵みをもたらす行為をする（利行）・やわらかな表情で一切に接し、和合して事を行う（同事）』という四つが説かれた。

さらに『坐禅箴』で、「坐禅は日常の行為（行住坐臥）と同じ

ではないが、坐禅も日常の行為も自己の所作である」と述べている。これは坐禅と日常の行為に切れ目がないことを意味しており、坐禅を中心にした一切の行為が仏道修行であるというのがこの言葉の主旨であろう。

## 二二 正法眼蔵における坐禅

坐禅についての具体的な記述は『坐禅儀』の他に『永平清規・辨道法』、『普勸坐禅儀』などにも見られる。坐禅は静かで雨風の入らない場所が適しており、冬は暖かく夏は涼しいように工夫し、坐る場所には厚く敷き物を敷いて、蒲団（坐蒲）を用い、結跏趺坐、あるいは半跏趺坐し、その坐において背骨を真っ直ぐにして「正身端坐」とされている。巷間言われているような「半眼」や「数息観」、「呼吸を長くする」などの記述はどこにもなく、目を正しく開き、鼻で自然に息をすることが述べられている。

さらに上記三つの書に共通して、「兀兀と坐定して、箇の不思議量を思量せよ。不思議底如何が思量せん。非思量。これすなわち坐禅の要術（法術）なり」と記された。これは薬山惟儼（七四五―八二八）にまつわる説話が基になっている。不動の坐に住して、「この考えないことを考える」と薬山惟儼が弟子に語ったが、「弟子がそれに対して」「考えないことはどのように考えればいいのか」とさらに質問したのに対し、薬山は「考えることではない（非思量）」と答え、これが坐禅の要訣であるとされた

のである。

一般的に、坐禅は「無念無想」にならなければならないという強迫観念のような信仰が根強く残っているが、薬山も道元も坐禅が無念無想であるなどとは述べていない。この薬山の主張によれば、考えないという考えにとらわれているなら「非思量」の坐禅ではないのだから、無念無想になろうとする考えが残滓するなら「非思量」の坐禅ではない。

さらに「坐禅は習禅には非ず、大安楽の法門なり、不染汚の修証なり」と述べられた。坐禅は習い事ではないから、初心者も坐禅と何十年か続けた人の坐禅に違いはない。そのことは「初心の弁道すなわち本証の全体なり」と語られていることから明らかである。もし習い事の坐禅なら、5級の次は4級を狙うというように、段階を踏んで上達するのであるが、道元の説いた坐禅は「修証」等であり、修行と証果（悟り）は分かれていない。修行と証果を分け、修行をしただけは悟ると考えることが修証を汚すこと（染汚）である。

道元は師である天童如浄から「参禅は身心脱落なり、祇管に打坐して始して得ん」の教えを受けた。「身心脱落」は単なる理解や認識の問題ではなく、仏（釈尊）がされた坐禅にこのわれわれの身心を嵌入するなら、われわれは仏（釈尊）以外にはなりえないのであり、参禅はすでに一切の束縛から脱していることがこの言葉で表現されている。

ヨーガや坐禅などの直接の体験を知識や理性の思量分別で理解できるのであれば、ヨーガも坐禅の修行も全く必要がない。文字を追いかけて、言葉を理解した気になりさえすれば事足りるのである。だが、「この法は思量分別の能く解する所に非ず」であるから、知識や理性を総動員しても、この直接の体験や現実を捉えることはできない。坐禅は人間の思量分別が全く介在しない直接の体験であるから、思量分別があろうとなかろうと坐禅をするかしないかだけが問われる。

### 二一三 ヨーガと坐禅の相違

ヨーガ思想と道元が説いた仏教思想は、両思想がヨーガや坐禅という実践の行を基礎にしている点で、その思想構造の枠組みに相似性があることはすでに指摘されている。だが、両思想の細部にわたる異同が体系全体に及ぼす影響は少なくなく、その一つ一つについて検討がなされるべきであるが、ここでは紙幅の制約もあるため、行為論としての相違に絞って言及する。

『ギーター』において「清浄」はヨーガの一つの目的とされ、「自己の清浄のために行為をする」（『ギーター』511）、「自己の清浄のためにヨーガをする」（『ギーター』612）ことが述べられた。また『ギーター』と成立年代が前後する『マイトリ・ウパニシャッド』（前二一後二世紀頃）<sup>9</sup>では「心は浄と不浄の二種類があり、三昧によって穢れが浄化される」と記されている。同様

に『ヨーガ・ストトラ』(後二、四、五世紀頃)でも「心の作用は五種類で、穢れたものと穢れていないものがある(『ヨーガ・ストトラ』15)」、「煩惱などの心の」様々な作用が静慮によって除去される(Bhid. 2.11)」と語られた。ヨーガあるいはヨーガに基づいた行為によって、穢れを浄化するという目的が明示されていたことは、ヨーガ思想の看過できない一つの側面である。

一方、道元はこのわれわれの身体やそれを洗う水が本来的に浄であるか不浄であるか言い得ず、この世界の一切についても浄不浄の概念が妥当しないことを述べている。また、穢れていなくても洗うのであり、清らかであってもさらに洗うことが仏の教えであるとしているのであるから、穢れているかどうかが問題なのではなく、洗うという行為が行われるかどうかでも問われない。先にも見たように、道元にとって修行と証果は分かれていないのであるから、浄化は坐禅の目的にはなり得ない。

このように「清浄」という目的が設定されるヨーガ思想と、只管打坐・ただ行為するという道元の主張には、一見して見逃されかねないのであるが、行為論としての本質的な相違があるのではないかと思う。

### おわりに

『ギター』はサンスクリット語で書かれたインドの古典、ヒンドゥー教パーガヴァタ派の根本聖典であり、クリシュナ神への信

仰を説いた宗教書としても名高い。近代インドでもティラク(一八五六―一九二〇)やガンディー(一八六九―一九四八)らが自らの行動指針として『ギター』を愛読していたことはよく知られており、「自らのなすべき行為をせよ」という『ギター』の主張に勇気づけられながら、民衆と共にインドに大きな波を起こしたことは想像に難くない。他方、「自らのなすべき行為」がヒンドゥー社会における階層の責務として読み込まれ、『ギター』がヒンドゥー社会を維持する根拠付けとしての政治的な意味合いを持たされていることは否定できない。だが、『ギター』で説かれた「自らのなすべき行為」はヨーガを行為の基準とした諸々の行為であり、行為の結果にこだわらず、自己のなすべき行為をするなら、たとえそれが十全性を欠いているとしても是とされたのであるから、『ギター』の行為論は、単にヒンドゥー社会を射程の範囲としているのではなく、現実の行為レベルでの普遍性を有していると考えられる。

また、『正法眼蔵』はこの宇宙のありようを説き、変化してやまないこの宇宙の動きとわれわれの動きが坐禅という行為において同期同調することを述べたのであり、坐禅に対する信仰、行為に対する信頼を賞揚したという側面を併せもつと言えるであろうか。

今まさに動いている現実をどのように捉えて行為するかがわれわれの切なる問題であり、両書は行為の基準を不動の行為(ヨー

ガと坐禅)に置いた。泳ぎ方の本を読むことと実際に泳ぐことが全く別であるのと同様に、言葉による近似的な説明と実地の行為は全く次元が異なる。従って、道徳律あるいはヨーガや仏教思想における戒律が、大枠の領域設定としては有効であっても、具体的な場面の「この場所の、この時に」如何に行為するかは何に於いても規定され得ない。行為の基準が行為そのものに置かれていくからこそ「この場所の、この時に」われわれは戸惑いや躊躇なく行為することが可能になるのである。

『ギター』と『正法眼蔵』は国、時代背景、言語体系の構造も異なる。だが、両書が知識の積み重ねによってではなく、ヨーガや坐禅という身体経験によって理解されることは重要な点であろうと思う。グローバル化が進んだ二世紀のわれわれにとって、言葉や概念による理解の他に、身体経験による理解があることの意味は小さくないのではないだろうか。

(1) サンસ્クリット文献において *Karma* は「行為」と「業」の二つの訳語があてられるが、かつて雲井昭善氏が述べられたように、カルマンの本義は「行為」であり、カルマンが「業」「業報」という、いわゆる業思想に熟するまでは、われわれの日常の行為を意味していた(『業思想研究・インド思想における業の種々相』 pp.46-47)。本稿で問題とするのはカルマンの本義である。われわれの日常の「行為」である。

(2) Major Basu, B.D. ed., *The Sacred Books of The Hindus*. Vol.

XXX. Pt. II. *The Taitryya Upanisat*. 1925. rpt., Allahabad: AMS Press, 1974. p.25

(3) Pandit A. Mahadeva Sastri, ed., *The Yoga Upanisad-s*. Adyar, Madras: Vasanta Press, 1983. pp.224-226

(4) *Bhagavadgītā. The Mahābhārata Text as constituted in its critical edition. Volume II*. Poona: The Bhandarkar Oriental Research Institute, 1972.

(5) Boris Marinovic tr., *Abhinavagupta's Commentary on the Bhagavad Gita*. Delhi: Indica Books, 2002. p.68

(6) 『正法眼蔵』上・中・下巻 衛藤即応校註、名著普及会、一九八六。

(7) 以下、『』内は『正法眼蔵』各巻の名称である。

(8) 『陀羅尼』には、礼拝の仕方やその意義についての記述がある。

(9) 『永平清規・辨道法』では、「鼻息は通ずるに任す」と述べられている。本稿一二で見た『ナーダビンドウ・ウバニシヤッド』56

でも、ヨーガにおける呼吸は力まずに行われるべきであるとされている。八世紀頃に書かれたとされる瑜加行中観派、カマラシラの『修習次第』でも「息は出入に際して音がしたり、激しかったり、乱れたりすることなく、出入りが知覚されないほどゆっくりと且つ何も努力しないで行われなければならない」(『仏教瑜加行思想の研究』一五二頁、ツルティム・ケサン・小谷信千代編)とされている。これらの書からも、ヨーガや坐禅における呼吸は自然に行うべきであることがうかがえる。

(10) 『弁道話』上巻六五頁

(11) 『三昧王三昧』下巻一三頁、また『行持』中巻六五頁にも殆ど同様の文がある。

(12) 『授記』中巻八七・八八頁、あるいは『仏向上事』下巻二七七頁

なにも見られぬ。

- (13) Major Basu, B.D. ed., *The Sacred Books of The Hindus*. Vol. XXXI. *The Maitri Upanisat*. 1926. rpt., Allahabad: AMS Press, 1974. pp.116~117
- (14) Rama Prasāda tr., *Pitāmahji's Yoga Sūtras with the commentary of Vyāsa and the gloss of Vachaspati Mishra*. New Delhi: Munshiram Manoharlal, 2002. p.12, p.103
- (15) 『洗淨』上巻一〇七〜一〇八頁、また『洗面』中巻二九七頁にも同様の言葉がある。
- (おかもと・さゆり、哲学・仏教学、東洋大学大学院)