
基 調 講 演

日本の伝統的な身体儀礼文化 — 武術礼法から日常の礼儀作法まで —

小笠原 清 忠

小笠原流弓馬術礼法宗家
(本学客員教授)



「礼」という言葉、また「礼」という思想は、中国より導入されてきたものですが、これが日本固有の思想の中で消化吸収され、さらには仏教思想とも融合されて、日本独自のものとして完成されました。

中国では「礼」について孔子の『論語』の中に多くの記述がありますが、そこには「礼」それ自体の定義はなく「人間行為の全体にわたって、正しく礼というものに依らねばならない。あらゆる物事の正しいということが礼である」と説いています。このような中国の哲学的な思考を、日本ではより実践的なものとして受け止めているのです。そして理論よりも行動として展開させています。特に鎌倉時代以降の武家社会では、孔子の「勇にして礼なくんば即ち乱す」という言葉を、たとえ戦闘の場でさえ遵守しています。

小笠原家の家伝の書で最も基本となる書籍が総領家七代貞宗と清経家七代常興により編纂された『修身論』と『体用論』です。『修身論』は心を、『体用論』は体をそれぞれ如何に扱うべきかを述べています。『修身論』の初論、糾法入門の巻には、武家の六芸について「本朝武家の六芸は、礼、軍、射、御、書、作なり。是即ち糾法の立つところなり。そのことに替わるといえども一理は不断にして暫くもやまず。しかも向上のところは常にいたるに尚亦一を以て帰す。故に常の一事を大事にして始終の修行あるべし。かくの如きといえども礼は六芸の甲にして事自然不断なり。故に常方に帰すること近し。是によって糾法の入門はまず礼なり。もっとも軍、射、御等の入門も此の内にこもれり」とあり、日常の生活を通じて自然の中に獲得される修行を第一として、それを「礼」という言葉で正しい心と正しい行動を表現しているのです。そしてその「礼」の中に、軍、射、御等も自ずと生きると示しています。

それでは日常生活の中でどのような構えを持って稽古することが必要なのでしょうか。『修身論』では「事理の修行というは、自然に備わる事理を失わざる様にするを云う。その失わざる修行というは、信心を惣身一杯に行いわたし、起居進退して事々物々に止まらぬ事是なり。疎かに思ふべからず。さればとて事の修行なくば尚亦、叶いがたしと云えり。修行に義と理ということあり。理というは事々物々を知るを云うなり。然れども根本は一なり。その根本とは自己に勝つを義者とし、自己に負けるを不義者といえるなり。自己に勝つというは、常に捨身を守って心の弓を張りかけて強く持つことなり」として、事と理の一致、義と理の修行の両面こそが大事と説いています。つまり克己ということを中心に、こだわらずに正しい道を歩む修行を求めているのです。

さらに「礼は宜しきにしたがって行ふなり。然れども事理の修行無くして何ぞ宜しきに從うべきや、心本文に帰して寂然と不動にして起居進退大いに自在なるとき、時の宜しきに從うべし。視に止まり、聞に止まり、言に止まり、進に止まり、退に止まる時は、物のみ宜しきに從って大いに本を失うべし。故に時の宜しきに從うべきなれば、事理の要に目を付すべし」とあります。

「礼」とは「時・所・相手」に応じて臨機応変に正しい生活態度として、現れるべきものでありますが、このためには、正しい生活態度とはどういうものかをわきまえてこそ、社会生活にあたっても正しく臨機応変に行動することが出来るものなのです。

伊達政宗は家臣に対して「この世に客に来たと思え」と説いています。また、新渡戸稲造は著書『武士道』の中で「礼は寛容にして慈悲あり、礼は妬まず、礼は誇らず、驕らず、非礼を行わず己の理を求めず、憤らず、人の悪を思わず。と云い得るでありましょう」また「礼道の要は心を練るにあり、礼を以て端坐すれば兇人剣を取りて向かうとも害を加ふること能はず」と、曾祖父二十八世小笠原清務の言葉を引用しています。すなわち、絶えず正しい礼儀作法を修得することにより、人間の五体すべての部分と機能に完璧なる秩序が生じ、体と環境がまったく調和して、肉体に対する精神の支配が表われるようになるとしております。



体用論ではその序文に「是の書訓うる所、本体の源探り知らむこと枢要なり。造次顛沛も心を放たざるをおろそかにすべからず。晩生之未だ学ばざる何ぞ知識する所にあらん。久しきを積み慣熟して自ら此の意味を得れば、すべからく物理の大意を明らかにすべく、誠に師弟伝授の心法なり。」と記している反面「その深理言語文字の間にあらず。その味きわまりなし。しかれば初学の士、あるいは取る処あらば、遠くおもむき高くのぼらんとするの一助となすべし。」と注しており、行動の基本は何処にあるかを説いたものであると解釈されています。

小笠原清務の著書の序文には「礼は身を修るをもって本とす。身を修るの要は、内その心を正しくして、外その体直くするにあり、心正しく、体直くして後に初めて、礼をば言うべし。故に心と体とは影と形と相需ちて離れざるがごとく。礼は即ち修身の実、その体の上にあらわるるものなり。かかれれば例え進退周旋の式のみに習熟せり共、その根柢たる身、修まらざるにおいては、徒らに輕躁浮華に流れ温恭和諧の状なく、その式法たる虚礼徒師となりて、更に何らの利益もあるべからず。然れども修身の事たる、一朝能くこれを尽くすべきもの非ず。故に作法なるものは、その形に顕るものを主とし、専ら進退動止の式様を訓修し外に依って内を養わんとするにあり。作法を訓修するの要領は、上下尊卑の等位を明らかにし、規矩準繩を履行し品行をして端正ならしむるにあり、今その式法を定めんとするに、朝野の風致都鄙の情況千差万別にして準拠するところなきが如くにして、その秩序専ら古例舊式を墨守すべからず。また単に世潮時様に依従するを得ざるをもって、内外古今を酌量し、その近易なるものに就き、極めて簡便なる標準を設けもって教習に便ならしむ。故に退くには常に席の上よりし、進むにはその下よりし、又上位にはこのごとくせよ、下位にはこのごとくなれと、一々その式法を殊別して、もって教えを設く。これその形体屈伸を練熟して、その進退を自由にし、もって恭敬尊節の容儀ありて、倨傲粗卒の醜態なからんを期するのみ、その実際に臨みては、一偏に拘泥せず、時、所、位の三つに応じて上下左右その宜しきに応じ、従容として進退し、着々敬上の年を存し、苟且にも我が背後をもって上位に向けざるよう、注意せんを要す。立礼には跪座の法なきをもって、上下尊卑の等位によりて、進退するは、男女その作法を同じうするといえども、その容儀に至りては、自然剛柔の別を明らかにして、その体格を殊にせざるべからず。故に男は剛健にして粗暴ならず、威儀嚴正の中に就きて、従容閑雅ならんを要し、女は柔順にして鄙屈ならず、容姿婉婉の間において、凜然侵す可からざるの風あるを要す。これその作法を演習するの主眼とする所なり」とあります。

また『体用論』には「内実してより外に求むるを本理とすべし。ただし稽古少なく理計りにかかれればその芸つたなきものなり。その次第品節を違えずば、稽古の程を覚え鍛錬に益あるなり」とありますように、体験的にその真意を理解して、その心を深く追求しながら稽古に励むことにより、「礼」は生かされてくるのです。常に油断なく、また身に隙なく、物に乗る心地、物に奪われる心地を考えて、日常の当たり前の行動に移す時「礼」は生きてくるのです。

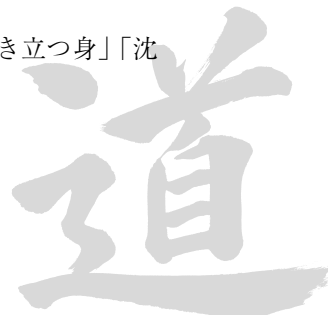
「礼」とはあくまでも抽象的な概念ではなく、行動に生きる心そのものであります。

換骨法十訓

修身論の中に換骨法と言うのがあり、この中に換骨法十訓が示されています。これは姿勢の統御と、心のあり方等稽古においての基本の重要性を説いています。

1. 身之各を知る事

《身の各々とは、まず五に一をよくよく感知すべし。その五とは「そる身」「かかる身」「浮き立つ身」「沈む身」「直成の身」この五なり。その道なるを以てこれをなすべし》





2. 身の響を知る事

《身の響きとは、まず胴よりでる頸、頸よりでる肩、肩よりでる二の腕、腕よりでる小腕と其の本々を勘ずべし。舞う所を見るに先所を見るに、うつむくと等しく腰かがむ。そば足引ければ膝を着く。かようにその本を勘えて無理の身を遣うべからず。たとえば貴輩の前へ行くに何にても之を取るには惣じて常にも詰まるという秘あり。詰まるというはあらかじめ身を次第次第に右の響きの心にて之を詰まるという。》

3. 居付身の事

《居付身とは沈む身なり。あるいは物を能く取らしめんと思ひ、其の心に取りられ、身のはまり過ぎたるを忘れたる身なり。あるいは心の危ぶむ故に居付くべし。》

4. はずむ身の事

《はずむ身とは浮き立つ身なり。平品に構え、心さきばしり、うかつ過ぎる故なり。》

5. 清濁の事

《清濁とは、沈みなく、浮かぶなく、品態にかまわず、その物々に応じて、身・心と一致するを清という。濁はこの裏なるべし。》

6. 乙に品ある事

《乙とは息合いの事なり。身を沈むるときは息をつき、浮ぶときは引く息にて浮く。その息につれて己が身を遣う。「体につくれ」、「態につくれ」ということあり、態につくれば、着いつ放れつする物なり。その故に態に心を取れば先立つ事もあり得べし。つく事もあり、体につくればその態によくつきて有るべし。》

7. 移るの事

《移りとは心持なり。眼は心のつかう者なり。心の眼に従うものなり。ただなんとなく静かに居たるに、何にても物陰見ゆれば、その心移るものなり。いづこにて他人のこと思うに、その心通るなり。その心の通ることを移るという。始めより終わりまで心を張り合い、始めなく、終わりなく、丸き物を回すがごとく心持なり。》

8. 取る気の事

《取る気とは次ぎに記す万の品々に取ること也。第一各に取る、第二態に取る、第三その座に取る、第四移に取る、第五取れまいと思う心に争いて取ることを云う也。》

9. 其の物々に気に迷う事

《その思い足るに应ずとは、重きは重きに、軽きは軽く、長きは長く、丸きは丸く、その物々の順逆を能く知りて事態をなすべし。》

10. 色の事

《色とは是仕付の極まることなり。たとえば鼓の乙の如く、下手の打つ鼓の乙は息詰まりて音色之無きなり。上手の打つ鼓の乙は之れなく後に響き有て音色あり。しかれどもさえて遠音あらんが如し。物満ち止まりて清々としたる処は清氣あつて、堅成敬なり。これを位と云う。その位をさして色とはいうなり。蠟燭の火の燃え上がらんが如し。下の清を請うて火先に精あり。しかも座中を照らす。これを以て色とはいうなり。心に思うといえども、筆端に及ばざる能く一人かくの如しと知るべし。かくの如く成ることに、まずその各を覚え、次に身の響きを覚え、沈むことなく、浮かぶことなく、取る気、取らるる気能く覚え、次に移るを覚え、場をば各々に離れ態に離れ、乙にはなれその気来ると思う心もなく、自然を失わざるの理、叶わざれば色見つけること成り難し。》