

禅のブックリスト

その長い歴史とともにある東洋の「禅」と、欧米へと広がっていった「ZEN」。その二つをよりよく知るための代表的な本を解説付きで紹介。

中尾拓哉=文 Text by Takuya Nakao



7 『禅思想史講義』

小川隆 春秋社 2015

禅の歴史を初期、唐代、宋代、飛んで何世紀、というように「ざっくり」と紹介してくれるのが本書。「しっかり」した語り口で、仏教学者である小川隆が講義形式をとって、50以上の原文をわかりやすい意識で確認しながら、一筋縄ではない禅の重要人物たちの思想を筋道立てる。原典精読を通して禅の思想史を、厳密な写実画のように描いてきた著者だからこそ、一気に一筆書きの似顔絵を描くかのごとく、その変遷を伝えてくれる。

8 『ゲーデル、エッシャー、バッハ あるいは不思議の環』

ダグラス・R・ホフスタッター 白楊社 2005

認知科学を専攻する著者が、ゲーデルの不完全性定理をめぐる、エッシャーのだまし絵や、バッハのカノンを織りませ、脳に意識を発生させている抽象的な環状のパターンを探索する。数学、論理学、脳と心、コンピュータ、そして人工知能まで多岐にわたるトピックのなかに「禅」がある。なぜ論理は悟りへの飛躍を妨げるのか。著者は禅とゲーデルの根本的な思考を結びつけてみせる。ピューリッツァー賞受賞作。

5 『禅という名の日本丸』

山田奨治 弘文堂 2005

「弓」「石庭」「禅」を手がかりに日本文化を解き明かす。本ページでも紹介している『弓と禅』や龍安寺の石庭を、いわゆる日本文化として無批判に受容するのではなく、そうした視点をベースにして立ち上がる、理想的な日本人像の不確かさを情報学の観点からあばき出す。この本で、自国のセルフイメージの歪みを今一度見直しておきたい。同時に、著者の『東京ブギウギと鈴木大拙』(2015年)という傑作ノンフィクションもおおきくおさえておくべき一冊。

6 『ザ・ダルマ・バムズ』

ジャック・ケルアック 講談社文芸文庫 2007

物質文明から人間性を取り戻そうとした「ビート・ジュネレーション」の旗手ジャック・ケルアックが、アレン・ギンズバークやゲイリー・スナイダーとの出会いと友情を描いた自伝的小説。神秘的なものへと突き動かされる、若き「ダルマ・バムズ(遠磨の放浪者たち)」は「空」や「悟り」という仏教の言葉で語り合う。その後、スナイダーは実際に日本で禅の修行を積んでいる。1950年代にアメリカの若者が東洋思想へと傾倒する姿を垣間見ることができる。

3 『禅と日本文化』

鈴木大拙 岩波新書 1940

鈴木大拙は、理論と言語的解釈を超えた禅の世界を英語で語り、欧米へと広めた第一人者である。本書では、禅にみる日本人の文化生活が「美術」「武士」「剣道」「儒教」「茶道」そして「俳句」をもとに平易に説かれている。禅の直感とは芸術感情と結びつくと言う大拙が、英文的な発想法にしたがって書いた本書を読んで、近代的思考のロジカル・アンバス(論理的袋小路)から転じて、新しい道を開いてみては、古く新しい、格好の入門書。

4 『弓と禅』

オイゲン・ヘリゲル 福村出版 1981

ドイツ人哲学者であるオイゲン・ヘリゲルが、弓道を通じて禅の精神を探求する、という論理主義者による神秘的修練の記録。筋肉を使わず、呼吸に集中し、放つ意志なく弓射する。そうした無我無心の境地に至るプロセスが体験的につづられている。ピストル射撃の経験があったことから、弓も合理的な技術であろうと考えていた著者と、それを奥義として超論理的に指導する師範との対話が、試行錯誤とは別のところにある行為の真髄へと誘ってくれる。

1 『禅マインド ビギナーズ・マインド』

鈴木俊隆 サンガ新書 2012

欧米における禅の精神的指導者となった鈴木俊隆の言葉を、弟子たちがまとめたもの。坐禅だけではなく、日常生活の場面でも生かせる禅の考え方を細かな章立てで教えてくれる。無垢な探究心と柔らかな思考で、物事をありのままに受け入れること。禅マインド(禅心)はビギナーズ・マインド(初心)の修行なのである。そうした初心者の心を保ち続けることをポイントに、禅を難解とする考えをときほぐしてくれるやさしい手引書。

2 『アップデートする仏教』

藤田一照・山下良道 幻冬舎新書 2013

仏教には「仏教1.0」「仏教2.0」さらに「仏教3.0」までもがあるらしい。互いに曹洞宗において出家し、各地で修行を積み、現在世界中で指導を行っている著者たちは、今なお主流となる実質的な意味を失い形骸化している「仏教1.0」と、現代人の心に合わせてメソッド化された「仏教2.0」のいずれにも限界があるとして、「仏教3.0」の重要性を提言する。知識と方法の両側から取り組むという本来の姿で、仏教を現代に更新するマニフェスト第1号。