



第67回 身体とこころ —名人伝から—

▼年令と身体

50代も後半になると、身体が固くなり、背骨がきしむ。肩や腰が痛む、疲れがとれない。老眼で新聞が読みづらい。想像できなかったような身体不調が次から次にやってくる。しかし、あたま(こころ)はそれを受け入れられず、身体イメージは若い頃のままである。「こうすれば、ああなる」のイメージが強烈に残っている。その身体イメージと現実とのギャップに気づいたとき、愕然とする。年をとることは、身体とこころのずれを、繰り返すつきつけられるタフな過程でもある。「下山の思想」で五木寛之が似たようなことをいっていた。人生の山を登ることしか考えなかった人は、どうやって下山すればよいのかわからないのだと。

▼名人伝から

身体が動かないと、できることが制限される。いっぽうで、制約があるからこそ、身体の使い方や目配りのようなものもできてくる。無駄に力を入れない、体幹を意識するなど、なかなか言葉にしづらいものだ。そんなことを考えていたら、中島敦の「名人伝」を思い出した。“弓道を志した紀昌(きしょう)は、名人飛衛(ひえい)から「見ることを学べ」といわれ、虱(しらみ)を3年見つめ暮らし、飛衛に匹敵する技量に達する。さらに、中国随一の甘蠅(かんよう)老師を求め深山にわけ入る。驚いたことに、その老師は弓ももたずに碧空の鳥を射落とし、「汝、いまだ不射の射を知らず」と諭す。9年の修行の後、故郷にもどった紀昌は弓の大名人と評判となる。ところが、紀昌は一向に弓をとろうとしない。ついには弓という道具の名すら忘れてしまう。” さて、何とも奇妙な顛末なのだが、中島敦の独特の語り口に魅せられてしまう。弓を持たざる弓の名人、そんなことって本当にあるのだろうか。

▼身体はあたまの道具ではない

弓道を究めようとするれば、ひたすら型を練り、身体がひとりだけで動くまで修練を重ねる。あたまで考えているうちはまだまだ。あたまと身体が、対立する二物と考える限り、あたまが身体を使うという発想から逃れられない。こ

ころと身体は一体のもので、身体の声聞いて対話するというのが近いのかもしれない。名人伝は、弓を射ることを忘れ果てたとき、本当の射がおりてくるという寓話である。身体を道具だとみる意識、たぶんそれを忘れたとき本当の身の処し方がおりてくる。若い頃と同じように身体が「動くはずだ」という思考には、あたまが身体を動かす、という思い込みが潜んでいる。身体の動きが悪くなるのは、身体とこころの関係を新たに発見しなおす好機。そのように考えれば、年をとるのもなかなか興味深い体験ではなからうか。



鳥取大学医学部
地域医療学講座
教授

谷口 晋一
(たにくち しんいち)