

日本中國學會報 第六十七集  
二〇一五年十月十日 發行 拔刷

## 繪畫養生論

——董其昌の發言を手がかりとして

王  
俊  
鈞

## 繪畫養生論

—董其昌の發言を手がかりとして

### はじめに

後漢・魏初に避穀術、吐故納新などをはじめとする様々な術が普及し、養生術が知識人層にまで廣まった<sup>①</sup>。その後、養生に着眼して文藝制作とともに養生術を實踐した嵇康は、理想的なライフスタイルを送る文人として注目され、さらに後世の文人たちに影響を與え続け、彼らは嵇康が論じるような養生法を志向するようになった<sup>②</sup>。後に様々な養生書の出現によつて文人による靜坐と養生の實踐がより普及し、例えば蘇軾は養生術に非常に熱中していた人物の代表例であり、養生法の大家でもあった。時代がさらに下ると明の後半には文人の間で養生法の流行が頂點に達した<sup>③</sup>。

明代の養生書『遵生八牋』の中の、特に「燕閒清賞牋」には、文人趣味の書畫骨董品などについての解説が書かれており、「四時調攝牋」には一日中養生法を行う合間に琴棋書畫骨董などを樂しむ提案がみられる<sup>④</sup>。また『壽親養老新書』には年老いた文人の生活における趣味・行樂などに關する注意事項を擧げている<sup>⑤</sup>。このことからすれば、琴棋書畫骨董などの賞玩は、身心の状態をよくする手助けとしての文

人養生法の一手段と見なされていたものと思われる。その論理は恐らく養生における「精神状態を安らかにすること」で健康によい、という原則に基づくものである。「心境の靜かなる狀況、それを求めるために書畫の鑑賞が行なわれ、また、書畫を學ぶのであろう」と坂出祥伸氏が論じるように、書畫を鑑賞し學ぶことは養生の手法とされていたことが示されている。

一方、繪畫理論や繪畫制作はどのように養生思想と關わっていたであろう。本稿では、董其昌（字玄宰、號思白・香光居士、1575～1630）の發言を手掛かりにして繪畫理論に於ける養生論とその周邊を論じてみたい。

### 一 書畫鑑賞と身體

#### 1 書道作品による病氣の治癒

山水畫の制作によつて養生的な効果があるという論點に觸れる前に、それに關連する背景に少し遡つてみたい。

書畫作品の鑑賞と養生の關わりについては、多くの養生法を試し盡くした陸游（1125～1210）の發言から、その手掛かりが得られる。

王 俊 鈞

君復書法又自高勝絶人。予每見之、方病不藥而愈、方飢不食而飽。君復の書法、又た自ら高く人に勝絶す。予毎に之れを見るに、方に病むに藥せずして愈え、方に飢うるに食はずして飽きたり。『渭南集』卷三十「跋林和靖帖」

陸游自身は林逋（字君復、諡和靖、967～1028）の絶妙な書を見るたびに病氣は藥がなくても治り、飢える状態でも食なしで満腹になったような気分になった、と述べている。それは一見、作品の素晴らしさを褒め稱える爲の誇張された修辭にも思われるが、書道作品觀賞と養生の關係を考える上でヒントとなる事例であろう。

## 2 山水畫の玩味による病氣の治癒

まず山水畫と老病との關連について考える。そもそも最古の山水畫理論である「畫山水序」には、作者の宗炳（375～443）が老病のせいで山を巡ることができないため、壁に山水を描き、山水を玩味することで病中の心を慰めた、という話が見られる。「畫山水序」では山水畫を觀て病氣が治る効果があるとは一言も觸れていないが、宗炳が、後の山水畫論の展開に大きな影響を與えた人物であることからすると、これは、山水畫と「老病」の關係を考える上で重要な事例である。だが、山水畫を觀ると病氣が治る、と明確に示すような話は、秦觀（字少游、一字太虚 1049～1100）から始まった。

元祐丁卯、余爲汝南郡學官。夏得腸癖之疾、卧直舍中。所善高符仲携摩詰輞川圖視余曰、閱此可以愈疾。余本江海人。得圖喜甚。即使二兒從秀引之、閱於枕上。恍然若與摩詰入輞川（略）數日疾良愈。

元裕丁卯（1087年）、余れ汝南郡學官爲り。夏に腸癖の疾を得、

直舍中に臥す。善くする所の高符仲、摩詰の輞川圖を携へて余に視して曰く、此れを閱すれば以て疾を愈やす可し、と。余れ本より江海の人なり。圖を得て喜ぶこと甚だし。即ち二兒をして旁より之れを引かしめ、枕上に閱す。恍然として摩詰と輞川に入るが若し。（略）數日にして疾は良に愈ゆ。『淮海集』卷三十四「書輞川圖後」

これらの記述によれば、秦觀は長らく病で寝たきりであったが、高符仲が持つてきた「輞川圖」を觀て病が治ったという。ここからは、以下の事柄が考えられる。優れた藝術作品には、觀る人の想像力を喚起し、山水畫の畫中で逍遙し、ゆつたりとした精神状態になる、という効果をもたらす力がある。そのため觀る者の身體も同時に癒されるのであろう。

## 3 藥としての山水畫

上記のような山水畫と治病の關連を示す事例と關連して、山水畫が一種の藥の如く見なされたことが、王士禎（1689～1711）の以下の論述に伺える。

輟耕錄言、或題畫曰特健藥。不喻其義。予因思、昔人如秦少游觀輞川圖而愈疾。而黃大癡・曹雲西・沈石田・文衡山輩、皆工畫、皆享大年。人謂是煙雲供養、則特健藥之名、不亦宜乎。

『輟耕錄』に言ふ、「或いは畫に題して特健藥と曰ふ。」と。其の義を喻らず。予因りて思うに、昔人秦少游の輞川圖を觀て疾を愈やすが如し。而して黃大癡・曹雲西・沈石田・文衡山の輩、皆畫に工にして、皆大年を享く。人、是れを煙雲供養と謂えば、則ち特健藥の名、亦た宜ならずや。『香祖筆記』卷十二

王士禎は『輟耕錄』を引用した上で、黄公望をはじめとする山水畫家たちとその長壽との關係を指摘し、一般的に山水畫を畫くことで長壽を得ることは「煙雲供養」であるから、それを「特健藥」と稱してもよいのではないかと述べている。

この「特健藥」の本當の意味は不明であり、そもそも本來の藥という意味合いが含まれているかどうかすら分からない。四庫提要が指摘するようにこの言葉には、後代勝手に「藥」としての意味が付與されたが、それは王士禎による單なる無理なこじつけにすぎない。但し音寫として表される「特健藥」という表記は確かに「特に健康に良い藥」というような意味として誤解を招きやすく、なおかつ好事家に話のタネにされやすい一面もある。だが山水畫に藥の一種の意味合いを持たせるのは、文獻上王士禎によるこの話が初見であり、そこで山水畫と養生や長壽との關連はより一層深まったと思われる。更にここで一つ注目すべき點がある。秦觀の場合は、單純に鑑賞者側の立場から、山水畫による癒しの効果を得ただけであるが、一方王士禎が論じた長壽者である黄公望（字子久、號大癡・一峰道人、1269～1354）・曹知白（字又玄、號雲西、1272～1355）・沈周（字啓南、號石田、1427～1509）・文徵明（字徵仲、號衡山、1470～1559）は、單に山水畫を觀賞するのみならず、自らも山水畫を描く人物であった、ということである。

## 二 董其昌の主張

### 1 文と養生

秦觀のように山水畫を觀て病氣を治したという事例から、山水畫作者自身が長生を得るといふ事例への變換について重要な位置にあるのが董其昌である。ここでは、まず董其昌の考えをみよう。

周知のように養生において、「過度な思慮を控え、精神状態を安らかにすること」「氣を保つこと」などはその基本である。藝術制作を行う際に多くの思慮を傾ければ、生命的なエネルギーである「氣」を損なうこととなる。そうした養生的發想を文藝制作に取り込んだものとしては、『文心雕龍』の「養氣篇」がよく知られている。文藝制作において主たる働きを演じるのは精神であるが、それが連鎖的に身體にも影響をもたらすことがある。そのため、制作活動における働きの源は「氣」であり、「氣」を保つ或いはそれを養うことができれば、制作において大きな力を發揮し得ることが、「養氣篇」の記述から読み取れる。さて董其昌はこれをどう考えるか。

文家要養精神。人一身、只靠這精神幹事。精神不旺、昏沉到老。只是這個人、須養起精神。戒浩飲、浩飲傷神。戒貪色、貪色滅神。（略）戒多言、多言損神。戒多憂、多憂鬱神。戒多思、多思撓神。（略）人若調養得精神完固、不怕文字無解悟無神氣、自是矢口動人。此是舉業最上一乘。

文家は精神を養ふことを要す。人の一身は只だ這の精神に寄りて事を幹す。精神旺んざれば、昏沉して老に到る。只だ是れ這個人の人、須く精神を養起すべし。浩飲を戒む、浩飲は神を傷う。貪色を戒む、貪色は神を滅す。（略）多言を戒む、多言は神を損う。憂い多きを戒む、憂い多きは神を鬱ぐ。思ひ多きを戒む、思ひ多きは神を撓む。（略）人若し精神を調養し得て完固ならしむれば、文字に解悟無く神氣無きを怕れず、自からはれ口に矢せて人を動かす。此れは是れ舉業の最上一乘なり。（董其昌『畫禪室隨筆』卷三「評文」）

要するに文を作るためには、精神を養うことが欠かせない。董其昌

の文章論には明らかに養生的な考えを見出すことができるが<sup>16)</sup>、では繪畫制作においても文章を書く場合と同様の論理を見出せるのか、という点について、次に考察する。

## 2 文人畫家と職業畫家の壽命の差

まず、董其昌が、文人畫家と職業畫家の壽命についてどう考えたかを以下の資料から見る。

畫之道、所謂宇宙在乎手者、眼前無非生機。故其人往往多壽。至如刻畫細謹、爲造物役者、乃能損壽、蓋無生機也。黃子久・沈石田・文徵仲皆大耄。仇英短命、趙吳興止六十餘。仇與趙雖品格不同、皆習者之流、非以畫爲寄以畫爲樂者也。寄樂於畫、自黃公望始開此門庭耳。

畫の道、所謂宇宙手に在る者は、眼前、生機に非らざるは無し。故に其の人、往往にして壽多し。刻畫すること細謹たりて、造物の爲に役せらるるが如き者に至りては、乃ち能く壽を損ふ。蓋し生機無ければなり。黃子久・沈石田・文徵仲皆な大耄なり。仇英は短命にして、趙吳興は止だ六十餘なり。仇と趙とは品格同じからずと雖も、皆習者の流にして、畫を以て寄と爲し畫を以て樂しみと爲す者に非ざるなり。畫を寄樂するは、黃公望自り始めて此の門庭を開くのみ。(『畫禪室隨筆』卷二「畫源」)

黃大癡九十而貌如童顏、米友仁八十餘神明不衰、無疾而逝。蓋畫中煙雲供養也。<sup>17)</sup>

黃大癡は九十にして貌は童顏の如く、米友仁は八十餘にして神明衰へず、疾無くして逝く。蓋し畫中の煙雲供養なり。(『畫禪室隨筆』卷四「雜言」上)

董其昌は繪畫制作を大きく二つのタイプに分類していることがわかる。一つは、宇宙が自分の手中にあるかのように、萬物を創生する造物の營みに類似するものである。このタイプは「畫之道」に符合するという。もう一つは既に生成された自然の景色に拘束され、ひたすらものを細密に描寫するタイプであり、こちらは、造物に惑わされるものだとしている。このタイプは「畫之道」に符合しないものである。

前者は長生し、後者は壽命を損なうという。董其昌は、米友仁(字元暉、小字虎兒、1086～1165)、黃公望、沈周、文徵明らを長壽の文人畫家の例として挙げ、一方それとは對照的に畫工や職人的な繪畫スタイルで繪畫制作を行う仇英(字實父、號十洲、1503～1560)、趙孟頫(字子昂、號松雪道人、1254～1322)を短命な畫家の例とした。要するに文人様式の山水畫を作る人が長壽であり、一方、精密に山水を描寫する職人タイプの人は壽命が短いと斷定した。そこでは特に黃公望の、「樂しみとしての繪畫を創始した人物であるからこそ長壽を得た」という人物像が、大きく取り上げられている。それではなぜ、董其昌は黃公望を別格に扱ったのか。この問題を明らかにするため次に董其昌の理論傾向を考察してみたい。

## 3 董其昌の理論に見られる傾向

(1) 養生術への憧憬…董其昌の論理では、優れた畫家は造化と一體化しており、繪を畫くという行爲自體が一つの造物行爲として考えられている。繪を描く行爲自體が生命が發生する源と直接に關わるので、自ずと生命力が溢れるという説明が見られた。<sup>18)</sup> 第二の理由として考えられるのは「煙雲供養」との關連である。ここでは凡人の壽命を超えた仙人を手がかりに考えてみよう。まずそれは、一般的に仙人が穀物

のような人間世界の食べ物や口にせず、山・空にある霧や雲氣を服用する、という考え方に關わつていと思われ。周知のようにそれは『莊子』『列子』『淮南子』などに見られるものであり、「五穀を食わず風を吸い露を飲み、雲氣に乗る」<sup>19)</sup>「陰陽の和を吸い、天地の精を食う」<sup>20)</sup>は仙人に定着したイメージであり、かつごく一般化した典型でもある。實際の養生書にもこれに類するものが見られる。よく知られた例を挙げる。

僊人道士非有神、積精所致爲專年。人皆食穀與五味、獨食太和陰陽炁、故能不死。

僊人道士は神有るに非ず、積精の致す所、年を専らにすと爲す。

人皆な穀と五味を食らうも、獨だ太和陰陽の炁を食らう、故に能く死せず。(『太上黃庭外景玉經』下)

神人や仙人は人間が食べるような穀物を食わず、霧や氣を吸つて生命を維持すると言われるが、一方、畫家が山水畫を制作する際には、山に伴う雲氣や霧が必然的に描かれることになる。畫家が山水を畫くという營みは、畫中の山水に身を置き、畫中の雲氣や霧を自ら吸うようなことにも等しい、と理解されていたものではあるまいか。そのような考えを踏まえた上で、董其昌の理論は、道教における養生術とどのような關連性があるのかを検討したい。まずは彼が養生術に對して深い關心を持つていたことを示す一例を挙げる。

氣之守也、靜而忽動、可以採藥。故道言曰、一霎火焰飛、真人自出現。識之行也、續而忽斷、可以見性。故竺典曰、狂心未歇、歇即菩提。

氣の守るや、靜かにして忽ち動き、以て藥を採る可し。故に道言に曰く、一霎にして火焰飛び、真人自から出現す、と。識の行は

るるや、續きて忽ち斷ち、以て性を見る可し。故に竺典に曰く、狂心未だ歇まず、歇めば即ち菩提なり、と。(『畫禪室隨筆』卷四「雜言」下)

彼が佛教に關心を持つていたことはよく知られているが、この記述から實は董其昌は道教の丹道・養生術と佛教の雙方に關心を持つていた様子が見える。そして彼自身が経験したことについては

長生必可學、第不能遇至人授真訣。即得訣、未必能守之終身。予初信此道、已讀禪家書、有悟入、遂不復留情。

長生必ず學ぶ可し、第だ至人に遇ひて真訣を授かること能はざるのみ。即ち訣を得るも、未だ必ずしも之れを守ること終身たる能はず。予初め此の道を信するも、已にして禪家の書を読み、悟入すること有りて、遂に復た情を留めず。(『畫禪室隨筆』卷四「雜言」上)

とある。これによると董其昌は、禪學に出會つたことで養生術に熱中することは次第になくなつたが、道教の養生術自體は、極めて困難ではあるものの、基本的にそれが實踐可能なものであると確信していたことがわかる。但し董其昌は最終的に禪學に心魅かれていた。その背景を探てみると、實は彼自身に理由があつた。養生術において「精氣を保つこと」はその基本的な修行に屬するものであり、それが仙人となるための技術、即ち「僊人道士は神有るに非ず、精を積み氣を累ぬれば、以て眞と爲る」<sup>21)</sup>である。その基本的な方法は、まず生理的な精力或いは生殖的なエネルギーを節制保全することである。ところが彼自身はその實踐が困難な理由を「葷酒や女色を斷ち切ることができなかった」<sup>22)</sup>と述べているのである。とは言うものの彼の思想の中に佛・道という二つの異なる系統の説が併存しており、かつ養生術を實踐できないという遺憾の意を持ちながら、道教の養生・養生術に對し

て一種の憧憬の念を抱き續けていたのは確かであった。この點と黄公望の關係について、次に考えたい。

(2) 黄公望に對する尊崇…元末四大家の一人である黄公望は畫家であるだけではなく、全眞派の道士でもあった。黄公望には民間の畫家によつて假託された奇怪で神祕的な話や仙人となつたという類の傳説が多く存在した。そういつた傳説によつて神祕的なベールに覆われた黄公望は、現實から遠く離れた崇高なる存在となつていたものと思われる。董其昌もその例外ではなく、黄公望に魅かれていた。

古人自不可盡其伎倆、元季高人皆隱於畫史。如黄公望莫知其終、或以仙去。

古人自ら其の伎倆を盡くす可からず、元季の高人は皆な畫史に隱る。黄公望の如きは其の終はりを知らず、或は以へらく仙去すと。

(『容臺別集』卷六「書旨」)

董其昌は、黄公望は最後には仙人になつたと信じていた。そして、元季四大家、以黄公望爲冠、而王蒙・倪瓚・吳仲圭與之對壘。

元季四大家は黄公望を以て冠と爲し、王蒙・倪瓚・吳仲圭は之れと對壘す。(『畫禪室隨筆』卷二「畫源」)

との評に窺えるように畫家としての黄公望に非常に高い評價を與え、黄公望を元代四大家の筆頭としていた。董其昌が黄公望を尊崇し、格別に高く評價したのは、單に黄公望の繪畫上の優れた功績の故のみではなく、恐らく自らは實踐できなかった道教の養生術・長生術などに對する強い憧れにもよるものであり、さらには成仙したとされる全眞派道士黄公望に對する憧れの感情を託したこともその大きな理由ではなかつたかと思われるのである。

#### 4 避けるべき書畫制作…苦心により氣を損なう

次に董其昌による制作者としての立場から發せられた論點を考察する。それは繪畫養生論の根幹に關わる論點でもある。

翰墨之事、良工苦心、未嘗敢以耗氣應也。其尤精者、或以醉、或以夢、或以病、游戲神通、無所不可。何必神怡氣王、造物乃完哉。翰墨之事、良工は心を苦しめども、未だ嘗て敢へて氣を耗し、以て應ぜざるなり。其の尤も精なる者は、或いは以て酔ひ、或いは以て夢み、或いは以て病み、游戲神通して可ならざる所無し。何ぞ必ずしも神怡しみ氣王んにして、造物乃ち完たからんや。(『畫禪室隨筆』卷三「評詩」)

董其昌によれば、文藝制作における眞の「良工」は、たとえ作品に心血を注いだとしても、それによつて氣を消耗させるようなことはなく、むしろ「遊び戯むれ」ているかの如き自由自在の境地において制作に取り組むのだという。これはまさに『莊子』「養生主」「達生」に示される精神と一致しているものである。この論點は、山水畫における長生論や養生論を考へる上でも、重要な糸口になると考えられる。一方で董其昌は、制作において氣を消耗する實例として、職人的な畫家である仇英を擧げている。

實父作畫時、耳不聞鼓吹駢闐之聲、如隔壁釵鈿戒。顧其術、亦近苦矣。行年五十、方知此一派畫殊不可習。譬之禪定積劫方成菩薩。非如董・巨・米、三家、可一超直入如來地也。

實父は畫を作るの時、耳に鼓吹の駢闐たる聲を聞かざること、隔壁釵鈿の戒の如し。其の術を顧みるに、亦た苦しむに近し。行年五十にして、方めて此の一派の畫の殊に習う可からざるを知る。之れを禪定すること積劫にして方めて菩薩と成るに譬ふ。董・巨・

米の三家、如來地に一起直入す可きが如きには非ざるなり。『畫禪室隨筆』卷二「畫源」

仇英の繪畫制作は苦行に近いものであつて、制作中、彼の耳は出家者が厳しく戒律を守るように、鳴り響く太鼓や吹奏樂の音（鼓吹駢闐之聲）も耳に入らないほどであつた。董其昌自身は、年齢を積み重ねた結果、仇英のような流派は習うべきではないとの結論に到達した。その理由は仇英一派の制作態度が辛苦に満ちたものであつたからだ。さらに董其昌は禪における頓悟と漸修を持ち出し、仇英を漸修に、董源（生卒年不詳）・巨然（生卒年不詳）・米芾（1051-1107）の三者を頓悟になぞらえている。

上述した董其昌のいう「翰墨之事、良工苦心、未嘗敢以耗氣應也」「實父作畫時、耳不聞鼓吹駢闐之聲（略）顧其術、亦近苦矣」という二つの觀點から、仇英が「短命」に終わったのは、精密な描寫（刻畫細謹）によつて精神的に疲勞するとともに生理的なエネルギーをも消耗し、そのため壽命を縮めるに至つたのだ、と董其昌が考えていたことがわかる。

## 5 書畫を總合する論理

董其昌における「文人畫家」と「職業畫家」の區別については、實はもうひとつ別の基準を考へる必要がある。董其昌が論じた「文人畫」理論の基礎は繪畫のみならず書にも關わるものであるが故に、彼の主張の論理を正確に理解するためには、書と畫を包括した上で總合的に檢證する必要があるからである。先に述べた例にあつたように、書も「療病」や「長壽」と關係があると考へられていたが、そもそも理論上、書と畫とは完全には分離し難いものであり、董其昌自身もそ

うした見解を持つていた。制作活動を支える原理に關しては既に觸れたが、表現手法について彼の見解はどうであつたか。畫には「士氣」が必要とされる。この「士氣」は文人畫と職業畫家の作品とを辨別する關鍵であるが、その士氣の基礎は實は書にあつて、それが即ち士人畫（文人畫）の基礎でもあるのだ、と董其昌は考へていた。『畫禪室隨筆』には

士人作畫、當以草隸奇字爲之。樹如屈鐵、山似畫沙、絕去甜俗蹊徑、乃爲士氣。

士人畫を作るには、當に草隸奇字を以て之を爲すべし。樹は鐵を屈するが如く、山は沙に畫くに似、甜俗の蹊徑を絶去して、乃ち士氣爲り。『畫禪室隨筆』卷二「畫訣」

とあり、また

書之藏鋒在于執筆沈着痛快。人能知善書執筆之法、則能知名畫無筆迹之說。故古人如大令、今人如米元章・趙子昂、善書必能善畫、善畫必能善書、其實一事耳。

書の藏鋒は、執筆すること沈着痛快たるに在り。人能く善書執筆の法を知れば、則ち能く名畫に筆迹無しの説を知る。故に古人は大令（王獻之344-386）の如く、今人は米元章・趙子昂の如きは、書を善くすれば必ず能く畫を善くし、畫を善くすれば必ず能く書を善くす。其の實は一事なるのみ。『畫禪室隨筆』卷二「畫源」

とある。以上の二つの文章によれば、文人畫の表現手法において、草・隸・奇字を書くように繪を描くことが基本であり、そうした描き方によつて俗っぽさを避けることができる。その手法によつて畫面に現れる視覺的雰圍氣が即ち「士氣」である。また書と畫では「藏鋒する」こと（穂先による筆迹を隠す）がいずれの場合にもその要諦の一

つとなつており、書に長ける人は必ず書にも長け、逆の場合も同様である。そしてこのことは、董其昌によって取り上げられた今一つの論点でもある。ここには、優れた書家が長壽を得る、といった論点は直接に持ち出されてはいないが、彼が示した書と畫における手法の一致、そして文人畫家は自ずと書にも長じるといふ論点から総合的に判断すれば、優れた書家と文人畫家のいずれもが長壽を得る、という結論を導き出すことができるだろう。

### 三 董其昌における理論の破綻

上述した短命の理由としての「刻畫細謹」「習者之流」云々の議論は、その所論を單獨に抜き出して讀む限り、格別の違和感もなく受け入れることのできるものであろう。しかし董其昌の所論全體を見渡した場合、幾つかの問題點に氣づくこととなる。次に擧げる事例もその一つである。

(一)彼の主張によれば、繪畫制作上「刻畫」に陥る人々は仇英のように短命に終わり、逆に「刻畫」とは無縁な文人畫家たちは總じて長壽を得るはずである。しかし王維を貶しめた米友仁の父米芾(1051〜1107)は、「刻畫」せず、またよく雲山を描き、所謂「煙雲供養」<sup>(29)</sup>にはこと缺かなかつたはずであるにも拘わらず、王維の壽命(六十餘歲)よりも短く、五十七歳で亡くなった。また仇英と並んで短命の例に擧げられた趙孟頫(1254〜1322、六十九歳)も、米芾よりは長壽であつた。さらに董其昌の所謂文人畫の系譜に連なる畫家たちについて檢證してみると、生没年不明の人物を除き、壽命七十歳以上が約半数を占めるものの、長壽とは見なし難い人々も少なくない<sup>(30)</sup>。

董其昌はこうした事情を知つていたはずであるが、この點に論及す

ることは避け、自身が偏愛する黄公望を殊更に取り上げ、自説に固執したものと考へざるを得ない。彼の「理論」に事實と整合しない面のあることは明らかである。

(二)仇英と同列に論じられた趙孟頫は、「習者の流」とされ、短命であつたとされた。そこでは趙孟頫に對して肯定的評價は與えられていない。つまり「習者の流」といふ言葉には、被寫體にとらわれた模寫的な畫風や細部を整へ過ぎる作風、或いはある特定の制作ルールに縛られた作風、といったニュアンスがある。文人畫の理論上、それらは決して肯定されるものではなかつたはずである。

一方で、董其昌が論じた文人畫制作の土臺は書にあり、そして書畫の制作における共通の要諦は「藏鋒」にあつた。ところがこの「藏鋒」に關して趙孟頫は、優れた模範として董其昌によって高く評價されているのである。既に述べたように、優れた繪畫作品には露鋒による跡がない。なぜならば書と同様、鋒を藏しながら描くからである。趙孟頫は「藏鋒」によつて字を書いた。そして書に長けた趙孟頫は畫も能くしたのである、と董其昌は論じている。勿論「畫に長けること」と「習者の流」という二つの概念には、必ずしも矛盾はない。しかしながら「藏鋒」は所謂文人畫制作の基本手法であり、「習者の流」には「職人的な畫法」といふ貶稱のニュアンスがあることを考えれば、「藏鋒」と「習者の流」兩者の間に少なからず矛盾があることは否めないだろう。單純化して言えば、前者の手法は筆鋒を藏す、後者の手法は必ずしも筆鋒を藏さない、ということである。董其昌の理論を敷衍すれば、趙孟頫は「藏鋒」の故に長壽を得てもおかしくはなかつたはずであるが、實際には「習者之流」の故に短命であつたと見なされたと。ここにも董其昌の理論の破綻を認め得るのである<sup>(31)</sup>。

(3) 董其昌に短命だと言われた仇英(1494～1552)は、享年五十九歳であった。しかし仇英の系統に直接連なり、仇英の師(周臣)の師に當たる陳暹(1405～1490)<sup>33)</sup>は享年九十二歳であった。董其昌はその事實を無視しており、米友仁が八十歳餘りになつても心身状態は衰えず、亡くなるまで全く無病であつたことのみを強調している。だが、實質上同じ文人系統の書畫傳承を授かつた米友仁の父米芾は實際には短命であつた。この二系統の繪畫傳承の系譜中において、短命の人もいれば、長壽の人もいたのである。董其昌は自説を展開するに際して、とりわけ長壽であつた黄公望(享年八十六歳)、沈周(享年八十三歳)、文徵明(享年九十歳)等しか取り上げなかつた。自説に都合の悪い事例は意圖的に無視したものとも思われる。しかも長壽になる最大の理由とは、繪畫を樂しみとして扱ふこと(寄樂於畫)である。また黄公望をその氣風を開く人とした論調も事實に即したものととは考へられず、付會にほかならない。こうした強引とも言える論調をもたせしめて自らは果たし得なかつた長生術に對する強い憧憬の念であろう。

(4) 董其昌は、繪畫制作を樂しむ氣風を創始した黄公望は仙人となり、また同様に繪畫制作を樂しむとすることができらば長壽が得られる、との論を立てたが、實は黄公望の晩年の狀況をことさらに曖昧にしているふしがある。黄公望の生没年について、『(正徳)松江府志』卷三十一・『(正徳)姑蘇志』卷五十六や『吳中人物志』卷九などの記述によれば、彼は一三五四年に八十六歳で亡くなつてゐる。先に紹介した通り、董其昌は「黄公望は九十歳になつても容貌は子供のようであり、仙人となつて姿が消え去つた」と述べているが、これは董其昌が黄公望の正確な没年を把握していなかつたか、もしくは知つ

てはいたが自説に都合がよいように年齢を意圖的に誇張したかのいずれかだということになる。

以上を確認した上で、以下董其昌の理論が後世にどのように展開していったかについて考察する。

#### 四 董其昌の時代とそれ以降の展開

##### 1 董其昌の場合

董其昌は書家であり、山水畫家でもあり、しかも彼自身長壽であつたこと、彼の書畫理論が多大な影響力を有したことなど、それらを總合的に判断すれば、山水畫が長壽をもたらすという論調は董其昌以降、次第に廣まり受容されていったのではないかと考えられる。董其昌は八十二歳の頃、自身の健康状態について、次のように語っている。

米敷文八十、神明不衰。黃子久九十、貌如童子。近余告老歸、精力尙健。史稱畫家以煙雲供養、信不誣也。玄宰識、時年八十二歲。米敷文は八十にして神明衰えず。黃子久は九十にして貌は童子の如し。近ごろ余、老を告げて歸すも、精力尙ほ健やかなり。史、畫家を稱するに煙雲供養を以てするは、信に誣らざるなり。玄宰識す、時に年八十二歲。(『虛齋名畫錄』卷八「明董文敏山水軸」)

彼は、老年で官職を退いた後、八十二歳となつても未だ精力が健やかな状態を保つてゐることを示し、「畫家の煙雲供養」と長壽の關係を身を以て證明してみせた。八十二歳はちょうど彼が亡くなつた年でもあり、その健康状態に關する記述の信憑性は未詳であるが、八十二歳といふかなりの長壽を全うしたことは事實であろうから、少なくともその點において、畫家の煙雲供養と長壽に關する彼の所説は當時にあつて、それなりの説得力を持ち得たのではないかと考えられる。董

其昌の影響によって定着したと思われる見解についてその例を挙げてみよう。

崇禎間、晉禮部尙書。年近大耋、猶手不釋卷、燈下讀蠅頭書、寫蠅頭字。蓋化工在手、烟雲供養、故神明不衰乃爾。

崇禎の間、禮部尙書に晉む。年は大耋に近きも、猶ほ手は卷を釋かず、燈下に蠅頭の書を讀み、蠅頭の字を寫す。蓋し化工は手に在りて、烟雲供養す、故に神明衰へざること乃ち爾り。(姜紹書『無聲詩史』卷四「董其昌」)

これは崇禎四年(1632)、董其昌七十六歳前後の話である。<sup>(38)</sup>彼は年老いても精力が衰えず、小さい文字を讀んだり書いたりすることができたが、その理由は山水畫制作において煙雲供養をしているからであったと述べられている。それは獨り姜紹書の董其昌評であるにとどまらず、恐らく明末から清代における董其昌に對する人々の一般的な印象でもあつただろう。

## 2 山水畫家の實情

董其昌の説による影響は多大であつた。しかも明、清にわたる所謂文人系の山水畫家を振りかえつてみると、長生する人は少なくなくなつたといふことは確かである。それから董其昌の繪畫理論を受け影響を發揮し續けた「四王」と呼ばれる王時敏(1592～1680)・王鑑(1598～1677)・王翬(1632～1717)・王原祁(1642～1715)は全員が七十歳以上であり、そのうち八十歳以上は三人であつた。こういった客觀的な事實もあつたからこそ、董其昌の主張の信憑性がより高くなつていったのだと思われる。その中で王時敏を取り上げた例を見ておこう。

太常公風流弘長、巋然爲江左文獻。尤擅六法、寸縑尺素流傳海外。世之論者、以比黃公望。而年壽亦如之。此非煙雲供養不能。

太常公は風流弘長たり、巋然として江左の文獻と爲る。尤も六法を擅にし、寸縑尺素も海外に流傳す。世の論ずる者、以て黃公望に比ぶ。而も年壽も亦た之くの如し。此れ煙雲供養に非ざれば能はず。(王士禎『蠶尾文集』卷一「芝廬集序」)

ここで王時敏の長生は、董其昌と同様に繪畫制作における煙雲供養の故であると斷定されている。その中で、一つ注目すべきは、上記によれば、世の論者は王時敏を黃公望になぞらえていた。これは當時一般的に黃公望が、山水畫を描き煙雲供養によつて長壽を得た典型的人物として認識されていたという事實を物語るものである。これもまた董其昌の繪畫長生論によつてもたらされたものと見てよいだろう。

## 3 清代における事例

清代に至ると、その影響はどのようであつたのか、まず王昱(字曰初、號東莊老人、1714～1748)の所説をみる。

學畫所以養性情、且可滌煩襟、破孤悶、釋躁心、迎靜香。昔日人謂山水家多壽。蓋煙雲供養、眼前無非生機。古來名家享大耋者居多。畫を學ぶは性情を養ふ所以にして、且つ煩襟を滌ひ、孤悶を破り、躁心を釋き、靜香を迎ふ可し。昔日の人 山水家は壽多しと謂ふ。蓋し煙雲供養し、眼前は生機に非ざる無し。古來名家は、大耋を享くる者多きに居る。(『畫學心印』卷七「東莊論畫」)

ここでは山水畫が精神衛生上に大きな利點をもたらすものであることが、より具體的かつ積極的に強調されている。「山水畫と健康の關係」は一層自明のこととなり、山水畫の觀賞と制作、そのいずれもが

病氣の治癒や心身の健康に資するものとして扱われ続けたのである。そして「煙雲供養」による長壽の説が、ここでも繰り返されている。

さらに華琳(1791~1850)の發言を見てみよう。

余少時多病、臥而不起者數年、讀書不能卒業、棄材也。病中無以自遣、每懸古人山水圖畫、臥遊之。久而酷嗜之、既而病少差、有志學畫。

余れ少時病多く、臥して起きざる者數年、讀書するも業を卒ふること能はず、棄材たり。病中以て自遣する無く、毎に古人山水の圖畫を懸け、臥して之に遊ぶ。久しくして酷<sup>すこぶ</sup>る之を嗜み、既にして病少しく差え、畫を學ぶに志す有り。(『南宗抉祕』「自序」)

華琳自身は若い頃病氣がちで起きることができず、臥して古人の山水畫を觀ては山水の世界に遊んでいた。やがてそれによつて病氣が治癒し、これを契機として繪畫を學ぼうと志したという話である。これは單に華琳自身が山水畫を學ぶに至つた経緯を述べた話のようにも見えるが、『南宗抉祕』の書名からもわかるように、華琳自身が「南宗」の系譜を意識した人物であつたことを考えれば、自身の實例を通して繪畫における養生的な効果を證明しようとする意圖を持つたものであるとも解釋できよう。董其昌の繪畫養生論や繪畫長生論が單なる付會に過ぎないのか、實際の効果があつたのかはもとより不明であるが、ともかくそれらに關する「實體驗」が相次いで語られ、畫論の中で繰り返し取り上げられたことは事實なのである。

### 終わりに

本來書畫による養生は鑑賞者側から論じられる場合が多かつたが、後にはそれが制作者側の立場から論じられるものにと取つて代わられる

ようになった。またそれは、健康に資するものから長壽に資するものへと變化した。さらにはやがて、山水畫が話題の中心となり、山水畫家は長壽を得ることができるといふ説になった。それは山水畫理論における利點として、大きく取り上げられるようになったのである。養生や長壽に關する效用の對象が鑑賞者側から制作者側に擴大したことはやはり、藝術理論史上の大きな轉換點として注目すべきところであろう。またそれは、所謂文人様式の山水畫制作を獎勵する要因の一つでもあろう。

ここで今一つ注目すべき點は、繪畫南北宗論と養生論の結びつきである。董其昌は、山水畫を描くことによつて長生できることを主張しながら、その議論を文人畫である南宗と意圖的に結合させた。文人畫は繪畫を餘技として扱うものであり、精神を陶冶するものと見なされた。一方「習者の流」である職業的な畫家の仇英を反對の例として擧げ、苦行の如き制作過程は身體的精神的なエネルギーを損なうものであることが強調された。南宗の制作手法や立場からは、樂しむために繪を描き、それによつて精神が快暢となり、健康や長壽を得ることができると主張した。その一方で北宗に對しては、「短命」というレッテルを貼ることでこれを貶しめる口實とした。この點は董其昌の南北宗論における、南宗優位を示す一つの有力な根據として働いたものと思われる。

董其昌が繪畫における養生論を持ち出した背景は、おそらく養生術、長生術に關心を持ちつつ、自分が實踐できなかったことから生まれた挫折感や遺憾の念から、長生術と關係する全眞派道士であり、長壽でもあり、繪畫にも長けた黄公望への憧れを抱いていたことによつて成り立したものだと考えられる。よつて董其昌の南北宗論では所謂「樂しみ

としての繪畫を創始した人物」である黃公望を抜きにしては「養生」を語ることができなかったのである。

そして董其昌以降、山水畫制作と長壽に緊密な関係性があるという考え方はほぼ定説となり、文人にとつて養生法の一つとして扱われていくのである。

註

- (1) 大平桂一「日日と四季の健康法」荒井健編『中華文人の生活』所收(東京:平凡社、一九九四)159～160頁参照。
- (2) 註(一)前掲大平論文、160～163頁参照。
- (3) 註(一)前掲大平論文、166～177、179、188頁参照。
- (4) 註(一)前掲大平論文、180～185頁参照。
- (4) 坂出祥伸「老いにつれて―二つの養老の書」(註(一)前掲『中華文人の生活』所收)212頁参照。
- (6) 作道優游深獨居、扶養性命守虛無、恬淡無爲向思慮、羽翼已成正扶疏、長生久視乃飛去(『太上黃庭外景玉經』中)。
- (7) 註(一)前掲坂出論文、212頁。
- (8) 三浦國雄「文人と養生―陸游の場合」坂出祥伸編『中國古代養生思想の總合研究』(東京平河出版社、一九八八)382～383頁参照。
- (9) 書家或いは書を制作することによって、長生できるという考えもあった。詳細は、金學智「壽從毫端來―書法養生功能簡介」(『文藝研究』一九九六、第四期所收)を参照。
- (10) 高符仲については不明である。
- (11) 王維が描いた「輞川圖」は、本來は清源寺の壁に描かれたものである。後世に伝えられたものは、もとの「輞川圖」ではない。曾布川寛『中國美術の圖像と様式(研究篇)』(東京、中央公論美術出版、二〇〇六)73頁参照。
- (12) その出典である『墨數』卷二に引用される「徐氏書記」の「特健樂」に関する記述をみてみると、これは唐・安樂公主の夫の駙馬都尉武延秀が宮殿にある寶物を盗み出したという話である。「貴威寵盛宮禁不嚴、御府之珍多歸私室、先盡金壁次及書法、嬪主之家因此擅出、或有報安樂公主者、於內出二十餘函、駙馬武延秀久踐處庭、無功於此。徒聞二王之迹、強效寶重。時乃薛稷・鄭愔、及平一、評其善惡。諸人隨事答稱。上者、登時去牙軸紫標、易以漆軸黃麻紙標、題云特健樂、云是虜語、其書合作者、時有太宗御筆於後題之、嘆其雄逸、太平公主聞之而遽於內、取數函及樂毅等小函歸。」(『墨數』卷二「徐氏書記」)
- (13) 「輟耕錄言或題畫曰特健樂、不喻其義(略)爲上者題云特健樂、云是突厥語。(略)士禎乃以字義穿鑿、殊爲失考。」(『四庫全書總目』卷百二十二、子部、香祖筆記十二卷の條)。
- (14) 王士禎の發言は、恐らく董其昌の影響を受け継いだものであろう。
- (15) 「昔日王充著述制養氣之篇、驗已而作、豈虛造哉。夫耳目鼻口、生之役也。心慮言辭、神之用也。率志委和、則理融而情暢。鑽礪過分、則神疲而氣衰。此性情之數也。(略)是以吐納文藝、務在宣、清和其心、調暢其氣、煩而即舍(略)雖非胎息之萬術、斯亦衛氣之一方也。」(『文心雕龍』「養氣」第四十二)
- (16) これは、文を作る人の角度から論じたものだが、逆に文學作品を味わうことで病が治癒するという話もあった。例えば『倘湖樵書』卷七「文章療疾 附畫筆療疾」に「(略)全唐詩話云、有病瘡者。杜子美語、詩可以療之。病者問云、何日、夜闌更秉燭相、對如夢寐。其人誦之瘡猶是也。子美曰、更誦吾詩云、子章鬪體血模糊、手提擲還崔大夫。其人誦之果愈。」とあるように、文學作品を通して病が癒されたという事例も見

られる。

- (17) 同じ記述は、陳繼儒の『妮古錄』卷三にも見られる。
- (18) 「畫之道、所謂宇宙在乎手者、眼前無非生機。故其人往往多壽。」(『畫禪室隨筆』卷二「畫源」本文既出)
- (19) 「不食五穀吸風飲露」(『莊子』「逍遙遊」)
- (20) 「吸陰陽之和、食天地之精。」(『淮南子』「泰族訓」)
- (21) 「僊人道士非有神、積精累氣以爲眞」(『太上黃庭內景玉經』僊人章第二十八)
- (22) 董其昌自身は、『黃庭內景經』における養生術の實踐をなかなか果たせなかった。その理由について、「余游園中、遇異人談攝生奇訣、在讀黃庭內篇、夜觀五臟神、知其虛實、以爲補瀉。蓋道藏所不傳。然須斷葷酒與溫柔鄉、則可受持、至今愧其語也。」(『畫禪室隨筆』卷三「記事」と語っている。
- (23) 鈴木敬『中國繪畫史(中之二)』(東京、吉川弘文館、一九八八) 110〜112頁。謝成林『元代畫壇魁首』(北京、人民美術、一九八九) 23〜26頁參照。
- (24) 例えば「李君實曰、常聞人說黃子久年九十餘、碧瞳丹頰、一日于武林虎跑、方同數客立石上、忽四山雲霧擁溢勃、片時竟不見子久、以爲仙去。予向疑耽畫者飾之。」(周亮工『因樹屋書影』第五卷)
- (25) 「臣工人、何術之有。雖然、有一焉。臣將爲鍊、未嘗敢以耗氣也、必齊以靜心。」(『莊子』「達生」)。「(略)庖丁釋刀對曰、臣之所好者道也、進乎技矣。(略)恢恢乎其於遊刃必有餘地矣、是以十九年而刀刃若新發於硎。(略)文惠君曰、善哉。吾聞庖丁之言、得養生焉。」(『莊子』「養生主」)
- (26) 「律中道、隔壁聞釵釧聲即名破戒。」(『景德傳燈錄』卷二十五) 男性出家者が壁を隔てて女性の釵(かんざし)や釧(うでわ)の音を聞くだけ
- で破戒となるとの意。
- (27) 唐代から禪は南北宗に分かれた。董其昌はそれを繪畫史に譬えて繪畫も唐代より南北二宗に分かれたと説明し、文人畫を南宗、職業畫を北宗とした。文人畫の境地は南禪の教えと實踐のように自由で活潑なる頓悟、職業畫は北禪の教えと實踐のように注意深くそして修行の順序を重視する漸修に譬えられる。實際に兩者の異なる面といえば、前者は精神境地を重視し、繪畫形式において「士氣」や「平淡」を求める。後者は技法面を重視し、嚴密な描寫を追求する。董其昌は、南宗の文人畫の優越性を強調した。董其昌の論においては王維を文人畫の祖としているが、實際には南宗の山水畫様式の開祖董源であり、彼は山水畫様式に大きな影響を及ぼした。詳細は、古原宏伸『畫論』「南北二派論」(東京、明徳出版社)、王伯敏『中國繪畫通史(下)』「畫分南北二宗說」(臺北、東大圖書 參照)。
- (28) 「畫家之妙、全在煙雲變滅中。米虎兒謂、王維畫、見之最多、皆如刻畫、不足學也。惟以雲山爲墨戲。此語雖似過正、然山水中、當着意烟雲、不可用粉染、當以墨漬出、令如氣蒸、冉冉欲墮、乃可稱生動之韻。」(『畫禪室隨筆』卷二「畫訣」)
- (29) 王維の生卒年について諸説があるが、享年に關しては基本的に六十歳餘りとされており、例えば六十一歳とみる説などが有る(錢保塘『歷代名人生卒錄』卷三や『王右丞集箋注』「王維和他的詩(代序)」(上海古籍出版) 參照)。
- (30) 南北宗に分類される畫家に關して、莫是龍・陳繼儒・董其昌それぞれの見解には若干の異同がある。そして『畫禪室隨筆』と『畫旨』で語られる内容にも若干の相違がある。ここでは、『畫旨』の説に従う。
- (31) 例えば李成(919〜967)は四十九歳、李公麟(1049〜1106)は五十八歳、王誥(1036〜1093)は五十八歳で亡くなっている。

(32) 「書之臧鋒在手、執筆沈着痛快、人能知善書執筆之法、則能知名畫無筆迹之說。故古人如大令、今人如米元章、趙子昂、善書必能善畫、善畫必能善書、其實一事耳。」(『畫禪室隨筆』卷二「畫源」本文に既出)

(33) 董其昌は「趙集賢書爲元人冠冕(『畫禪室隨筆』卷二「畫源」)と論

じるように趙孟頫の繪畫を高く評價した。一方で、もともと元四大家は趙孟頫・吳鎮・黃公望・王蒙を指していたが、董其昌の論になると、趙孟頫が抜かれ、その代わりに倪瓚が入られた(『容臺別集』卷六「畫旨」)。後に元四大家のメンバーはこの四人に定着するようになった。これと「趙孟頫は習者の流であるから、短命だ」という發言によれば、董其昌は趙孟頫に對して何らかの嫌惡を持っていたのではないかと考えられる。その理由は恐らく鈴木敬氏の論じる「宋の遺民の多くは元朝に仕えず野に在った中であつて、元朝に仕え高官になつた趙子昂に對してはその在世から譏貶が甚だしかった。私の知る譏評とその辯護も、むしろ一般的には胡元に仕えた勝朝の室(ママ)室の一族という、いわば裏切りにも似た者として扱われていた可能性がある」(鈴木敬前掲書27頁)という背景にあつたのではないか。

(34) ジェームス・ケーヒル(著)、新藤武弘・小林宏光(譯)『江岸別意：中國明代中期の繪畫』(東京、明治書院、一九八七)126頁參照。

(35) 宗炳の「畫山水序」には、既に繪畫を樂しみとして扱うという發想があつたと思われる。

(36) 例えば『吳中人物志』卷九には「公望生故宋德祐己巳八月十五日、卒於至正甲午十月二十五日、年八十六。」とある。

(37) この作品の現所藏は不明であるが、しばらく董其昌の發言として考えておく。

(38) 「五年正月拜南京禮部尙書、時政在豎、黨禍酷烈。其昌自引遠、踰年請告歸。崇禎四年起故官、掌詹事府事。」(『明史』卷二百八十八、列傳

一百七十六、文苑四、董其昌の條) また「崇禎四 仲冬、再故官南京禮部尙書に起用され詹事府事を掌る。」(藤原有仁(編)「董其昌年譜」、古原宏伸(編)『董其昌の書畫(研究編)』(東京、二玄社、一九八一) 211頁)