



禅と身体 : スポーツにおける禅的思考の有効性

木宮, 敬信
阪田, 眞己子

(Citation)

表現文化研究, 4(1):41-46

(Issue Date)

2004-11-15

(Resource Type)

departmental bulletin paper

(Version)

Version of Record

(JaLCD0I)

<https://doi.org/10.24546/81002850>

(URL)

<https://hdl.handle.net/20.500.14094/81002850>



禅と身体 — スポーツにおける禅的思考の有効性

The Physical Aspect in ZEN : Validity of ZEN Thinking in Sports

木宮敬信 Takanobu Kimiya

阪田真己子 Mamiko Sakata

はじめに

身体は文化や時代の影響を受けて独自の身体文化を形成する。中国の纏足やタイの首長族、わが国では江戸時代のお歯黒などがその好例であろう。文化や世代など人間世界や歴史を構成するさまざまな関わりの中で、身体はその意味や価値を変容させてきた。そのように考えると、身体とは、もはや物理的な「肉体」としての身体のみを指すのではなく、文化・世代との関わりの中で多様で複雑に展開されるきわめて文化的な所産であるといえる。では、現代、身体はどのように捉えられ、どのような状況にあるのだろうか。

現代の日本の身体文化は、危機的状況にあるといわれている。鷲田清一によると、ピアシング、拒食・過食、性など身体への攻撃現象は、身体に深く浸透しているはずの「<智慧>と<想像力>が失われていることに原因があるという¹。こうした社会環境の中で今改めて「身体」が論じられるようになり、とりわけ東洋思想における身体の捉え方が大きくクローズアップされてきている。身近な例では、心身の健康・維持増進としてヨガや気功が注目されたり、呼吸法や瞑想法を試みたりする人が増えている。また、禅の教え(禅語)を生活に取り入れることにより心身の健康を獲得しようとする人も少なくない。また、一流のスポーツ選手の中にも、心身の悩みを根本から解決する糸口を見出そうと禅・ヨガなどの東洋思想を参考にする例が少なからず見られる。

筆者も、禅僧としての経験を元に、禅的思考をスポーツ現場での指導に取り入れることを試みている。しかし、その有効性を感じてはいるものの、現状では方法論が確立されているわけではなく、それぞれの指導者の経験や感覚に因るところが非常に大きいことに問題意識を感じている。したがって、禅の身体意識に対する有効性を検証しながら、汎用性のある指導法を確立する必要性を感じ、「禅と身体感覚」の研究に着手したところである。

そこで本稿では、「禅」と「身体」を研究対象として取り上げるにあたり、まず第1章では20世紀以降の現代思

想において身体がどのように捉えられているかについて、特にメルロ＝ポンティ、市川浩の身体論を参考にしながら概観する。第2章では、禅における心と身体の関係性に言及した上で、一般的な禅の修業である座禅の方法を紹介する。さらに、第3章では禅的思考が身体意識に与える影響について、スポーツ現場での実例を元にその有効性を探る。

1. 現代思想における身体

19世紀までの西欧哲学においては、世界は精神と物体とからなるというデカルトに代表される伝統的な二元論的な枠組みの中で、身体は精神の対抗である物体と同一視されていた。このような心身二元論の枠組みの中において、心と体がなぜ互いに関係しあい影響を及ぼしあうのかということについては、心身問題という文脈の中で長らく論じられてきた。

20世紀に入ると、このように「精神」や「身体」といった二元論的対立そのものを疑問視し、「身体性」というさまざまな構造化のレベルとして捉えられるようになってきている²。その嚆矢となったのが、「私とは私の身体のことである」と主張し、それまで主題として語られることのなかった身体に脚光を浴びせたメルロ＝ポンティである。メルロ＝ポンティは、見る身体(主体)と見える身体(客体)とが同じ身体であるということのうちに現象が生起することの根拠を探り出そうとする可逆性の考え方を提唱し、現代哲学に決定的な寄与をもたらした³。

メルロ＝ポンティは、「私の身体は、それが見たり触れたりするものであるそのかぎりでは、触れられも見られもしないものである」⁴と述べ、身体が主体でも客体でもなくそれ以前の永続的な存在であることを主張した(身体の両義性)。メルロ＝ポンティの言う身体の永続性とは、「私とともにある」という身体を意味し、諸対象の相対的な永続性に対して、さらに地⁵の役をするような絶対的な永続性を指している。このことは、自然科学においては実証主義的な意味での普遍性、恒常性、客観

性を明らかにしようと試みているわけであるが、それらが図として意味を保有するためには、その背景に絶対的に永続的な存在である地としての身体が存在しているということを指している」と解釈できよう。

また、メルロ＝ポンティは「われわれの身体が空間のなかにあるとか、時間のなかにあるとかと、表現してはならない。われわれの身体は、空間や時間に**住み込む**のである。」と述べ、我々の身体(主体)が住み込む空間のことを、「**生きられた空間** le monde vécu」と称した⁶。

わが国では、メルロ＝ポンティの両義的身体論を受けて、単なる身体でもなければ、精神でもなく、精神である身体、あるいは身体である精神としての＜実存＞を意味する「身」という述語を用いた市川浩による独自の身体論が知られている。市川は、身体は我々と共に現前しているがゆえに、それ自体としては意識されず、そのような意味で我々は身体をもつのではなく、身体であるというべき⁷と述べている。そして、主体として身体をとらえたとき、身体は限定された明確なかたちを持たないという。そのように、外面的な限定を持たない主体としての身体を述べる上で、市川はメルロ＝ポンティと同様に身体が住み込む空間(身体空間)について言及している。

市川は主体としての身体は、前述のように単に明確に限定されたかたちを持たないというだけではなく、身体**のひろがり**が、対象化された身体**の限界**を超えて、そのかなたへとのびるという「はたらきとしての身体**のひろがり**」の存在を強調している。市川によると、それはひろがりの方向、すなわちベクトルを持つが、一定の限界を持たない。つまり、主体的身体**の限界**(身体と外界との境界線)は、市川の言葉を借りるならば、必ずしも皮膚の表面とは一致せず、むしろこの表面をこえて、ある方向性を持って拡大し、その拡大した身体空間もまた現実的な存在であるというのである。

市川は、そのようなはたらきとしての身体**のひろがり**は、「**生得的身体空間**」、「**準固定的身体空間**」「**可変的身体空間**」という変化相を持ち、かつそれらを絶えず重層的に統合しているという⁸。以下にそれぞれの身体空間について概説する。

生得的身体空間

もっとも安定した身体空間であり、特に自身の対象身体を視覚的に捉えることができ、ひとのそれは、体表と概ね一致するものである。

準固定的身体空間

体表をこえて広がる比較的安定した身体空間であり、それはさらに「道具の仲立ちによって生成する媒介され

た身体空間」と「他者との関係において生成する対他**的**な身体空間」とに分けられる。前者は、外科医のゾンデやドライバーにとっての車両感覚のように道具によって拡大された身体空間のことである。後者は、「生体が他の個体との関係でとる、多かれ少なかれ安定した距離」のことであり、これを対他**的**な身体空間と呼んでいる。市川はこれを「社会的身体**のひろがり**」と換言しており、E・T・ホールを引用して、社会的身体空間への異物の侵入がいかに不快感や恐怖を引き起こすかを例に出し、その存在を明らかにしている。つまり、対他**的**な身体空間とは、他者との対人距離で形成される社会的な身体空間を指す。

可変的身体空間

限界が絶えず変動する空間である。市川は、「我々が日常生きている主体としての身体**のひろがり**は、大部分そのような可変的身体空間である」と述べており、はたらきとしての身体は、見るとき、網膜で対象物に触れるのではなく、その対象物までの**びる**のであり、また物に触れるとき、ものの現実的刺激を受容しているのではなく、手は観ずる延長体として、物を把握し問いかけることによって、ものの応答を引き出すと主張している。つまり、このように**はたら**いている身体による対象把握は決して受動的な行為ではなく、きわめて能動的かつ対話的な行為であることを強調している。

以上のように、我々自身が生きている身体を主体的に捉えたとき、我々の身体は、我々が生きる環境世界と明確に区別することのできない、「身体空間」を形成し、その身体空間は、ときに我々の体表を超えてはるかかなたまで拡張(延長)すると市川は主張している。また、市川は、このように人間の全体存在にかかわる主体的身体としての「身」は、＜他＞とのかかわりの中でこそ多極分解する可能性に常にさらされた錯綜体であるとしている⁹。

そして、我々の日常世界では、他者と共存している限りこのようにあらゆる人間が主体的にかたち作っている身体空間と、それを他者身体として認識する主体(もまた可変的身体空間を形成している)が複雑に交錯しており、我々はその中で、眼に見える**目の光景**を単に受容しているのではなく、環境世界と**能動的に**¹⁰関わっている(知覚とは元来そのようなものである)。このように自身と他者という複数の主体が交錯する空間こそが前述の**生きられた空間**であろう。メルロ＝ポンティは、このような**生きられた空間**内においては見るもの(主体)と見られるもの(客体)は乖離しているのではなく、両者が

存在することにより両者の間 inter- に身体空間が生じると述べている¹¹。

以上のように、フッサールの後期思想に影響を受けたメルロー＝ポンティ以後、身体の両義性は現代思想が身体に言及する際の基本的な論点となっている¹²。このような精神でも物体でもない両義的身体のあり方は、市川の「身」という述語で称されるように、わが国はじめ東洋においては古来から受け継がれてきたものである。

では、東洋思想の中でも、とりわけ禅において心と身体がどのように扱われているのかということについて次章で概観してみる。

2. 禅の身体思想

前述のように、西洋の近代主義的人間観では、人間の心と身体はそれぞれ独立したものと捉える傾向が強い。近代科学はこうした人間観に基づき発展してきた。とりわけ西洋医学の世界では、特にこの傾向は顕著であり、心と身体の間を生理学的メカニズムとして捉え、医療技術の進歩に大きな成果を挙げてきた。しかし、人間の身体が細分化され専門化された中で、心を含めた人間の全体像が見えにくくなってきていることは事実であろう。「病は気から」という言葉にもあるように、心が身体に影響を与えることは、現在では多くの人が理解している。現在注目されている東洋医学や心身医学、ホリスティック医学等の考え方の根底には、このような包括的な身体性の捉え方がある。

禅における心と身体の間を表現した言葉（禅語）に次のようなものがある。「心静即身涼（心静かなれば即ち身涼し）」。心が静謐であれば、身体も清涼である。心頭を滅却した身心一如¹³のところ、という意味¹⁴である。有名な「心頭を滅却すれば火もまた涼し」という禅語は、正しく心が身体に影響を与えることを表している。そもそも、我々は日常生活の中でもこうした経験は多くしているはずである。気温30℃の同じ暑さであっても、街中での感じ方と砂浜での感じ方は全く異なるであろう。また、普段なら何でもないことが、プレッシャーのかかる場面では緊張からミスしてしまうことなどを経験している。こうしたことを逆に捉えれば、心をコントロールできれば身体をもコントロールできることになり、この考え方は禅における身体思想の根幹をなしている。

さて、禅の思想と心という点では、「空」の思想について触れる必要がある。「空」とはとらわれない心の象徴である。物事の本質のみを見つめ、肩書きやレッテルにとらわれない心、こうした心が禅の心である¹⁵。日常

生活の中では、同じ物であっても自分の見方によってとらえ方が異なることは非常に多い。例えば、高級なビンに入っているだけで、同じ酒でもおいしく感じてしまう。また、名産品といわれるだけでおいしく感じてしまうこともあるだろう。このように、人間は同じ物であっても、自分の置かれた状況や、物についての肩書きによって違う感じ方をするものであり、このことこそが「とらわれている」と表現されていることなのである。「空」とは、こうした「とらわれ」をなくし、物の本質を直視することなのである。禅の修行により、何事にもとらわれない「空」の心を身につけ、その心が結果的に人の精神に安寧や自信を与えることになるのであろう。

次に「空」の思想が身体に与える影響について考えてみたい。「空」の心はとらわれない心であるから、意識回路が非常にシンプルになることは理解できる。シンプルな意識回路では、身体に情報を伝える時間が早くなり、その結果、身体反応が早くなることも想像できる。このことは、特に武道の世界で、禅の修行を積む効果として体感している人が多いようである¹⁶。その他、とらわれない心は、精神的な不安定さがもたらす身体の固さを取り除きプレッシャーから解放する効果もあるだろう。一流の芸術家やスポーツ選手の中に、禅を積極的に取り入れる人がいることは、こうした側面があつてのことと考えられる。

禅の修行法

禅は本来日常生活の全てが修行である。座禅とは、その中で特に坐するという行為を選んで修行するものであるが、釈尊が座禅によって悟りを開いたと言われていたことから、座禅が悟りの重要な修行であることは間違いない。座禅の方法論は「調身」「調息」「調心」と言われるが、これは座禅のみに当てはまる方法論ではなく、「日常生活」の中でも呼吸と心と身体を整え、自分を見つめることこそが禅の修行であるとされている。では、以下に「調身」「調息」「調心」の方法について概説する¹⁷。（図1-1、図1-2、図2-1、図2-2参照）

調身

身体を調えるためには、まず正しい座り方を理解し実践しなくてはならない。重要なことは、結跏趺坐に足を組み、腰を定めることである。へその下の臍下丹田を前に出し、腰に力を入れ、体を前後左右に5、6回揺さぶってみて腰の位置を定める。そして背骨を伸ばして姿勢をまっすぐにするのである。目は半眼にし、1メートルほど先を見つめるが、これは目をつむると妄想が湧きやすく、また眠気が襲いやすいためである。

調息

姿勢が整った後は、呼吸を整える。呼吸は、心と身体を調和させ「身心一如」を実現する上で、非常に重要なポイントである。心と身体を結び付けているものが呼吸であると言っても過言ではないだろう。身心一如を実践するヨーガや気功においても呼吸を重要視していることも同様の理由である。心や身体の状態は、すぐに呼吸に反映される。また、逆に呼吸の状態が、心や身体に反映していくこともある。座禅においては、静かでゆっくりとした深呼吸が心と身体の調和を促すのである。

臍下丹田に力を入れ、ゆっくりと十分に息を吐き出し、その反動を利用して短く吸い込むことが、座禅中の呼吸法である。通常、1分間に17、8回行われる呼吸が、座禅中は、1分間に5、6回となるので、通常の3倍の空気の出入りが必要となる。

調心

心を調えることが、最も難しいことは、想像に難くない。臍下丹田に力を入れ、そこに精神を集中し緊張を解き、全身をゆるやかに解放し何も考えないようにすることが調心であるが、この何も考えないということが非常に難しいのである。

座禅をしていると、様々なことが頭の中を過ぎる。静かな中に身をおけば、余計に余分なことが現れる。さらに修行が進めば、無意識の中に魔境¹⁸が現れるとされる。魔境との戦いが悟りを得るための最後の戦いであり、釈尊でさえ成道直前には魔境に悩まされたという。

では具体的にどうすれば、何も考えないことができるのであろうか。臨済宗では、座禅中に公案¹⁹を用いて、この公案に精神を集中させる方法を取っている。曹洞宗では、何も考えないことを考えよという道元禅師の教えにのっとり、ひたすら座る。心の中で「無」と叫ぶこともある。数を数えながら呼吸をする数息観を繰り返すことにより、心を調える方法もある。こうした様々な方法を利用しながら、自分の心と真剣に向き合っていくのである。

本章では、禅における心と身体の捉え方と、座禅の手法を概観してきたが、これらの考え方の底流には、自身の身体を主体的に捉えるという考えが前提にあることは言うまでもない。つまり、その主体的身体を統制あるいは解放することで自身をとりまく環境世界がいかようにも変容するという考え方である。これはメルロー＝ポンティや市川らの述べる「生きられた空間」における身体の捉え方と相通ずるものである。そのように考えると、現代思想における両義的身体論は、やはり東洋的身

体思想の影響を大いに受けているといっても差支えがなさそうである。

では、次章では、禅的思考が実際に身体意識にどのような変化をもたらす可能性があるのかということについて、特にスポーツ選手を例に挙げて検討する。

3. 禅による身体意識変化の可能性

スポーツ選手が禅をメンタルトレーニングの一環として取り入れる例は多々ある。中でも、プロ野球の川上哲治、NBAのフィルジャクソンらが禅に強い関心を抱いて実際に禅的思考を参考にしていたことは広く知られている^{20,21}。通常、スポーツにおけるメンタルトレーニングとは、強いプレッシャーの中でも、日常のトレーニングで得た練習成果を発揮し、自己の最高の成果(ピークパフォーマンス)をおさめることができるように、スポーツ選手の精神的能力を向上させることを指している²²。つまり、過度の緊張や入れ込みを排除し、よりリラックスし、より集中するためのトレーニングである。

さて、ここで禅的思考を取り入れたメンタルトレーニングの特性をみってみる。前章で述べたように、禅とは何事にもとらわれない「空」の心である。また、禅は生活そのものであり、何かを得るために禅を取り入れるといったものではない。従前のメンタルトレーニングが、本番での過度の緊張や入れ込みを排除することに目的が置かれているとすれば、禅的思考においては、そもそも緊張も入れ込みも持たない身体を目指しており、そのような意味で両者は似て非なるものである。前者は過度の緊張や入れ込みを対症療法的に解消する手立てとして即効性がある一方で、緊張してしまう身体や結果にこだわりすぎる精神がすでに存在するという意味で、根本的解決にまで至らないのもまた事実である。すなわち、何事にもとらわれない「空」の境地にあっては、そもそも緊張や入れ込みなど生じないのである。つまり、「結果を求めることなくベストを尽くす」「結果にとらわれることなく、己の向上のみを目指す」といった思考がこれに近い考え方である。大リーグで活躍するイチロー選手やハンマー投げの室伏広治選手、またアテネオリンピック銀メダリストのアーチェリーの山本博選手が、結果にとらわれない精神を維持することで、結果として生み出している超人的なパフォーマンスはその好例である^{23,24,25}。

しかし、こうした究極の「とらわれない心」つまり「悟り」を開くことは、禅僧が何十年と修行を積み重ねても辿り着けない境地であることを鑑みても、一般人にとっては困難であることは言うまでもない。では「とらわれない

心」が簡単に持ち得ないのであれば、彼らはどのようにその精神を持ち得たのであろうか。そして、実際にどのように禅をスポーツに応用できるであろうか。

ここで、再度禅の本質について考えてみたい。禅の本質は、座禅をすることではない。そもそも、禅の修行は日常生活そのものであり、「今できることを堅実に励む」ことこそが禅の修行であるとされている。したがって、こうした視点から見れば、最高のパフォーマンスを目指して厳しいトレーニングに励むという日々の行いは、「今すべきことを夢中で行う」という意味において、禅の修業と本質的には同じと考えることができる。

つまり、本稿で述べる禅の有効性とは、座禅を組むことにあるのではなく、技術的・体力的なトレーニングをパフォーマンスに活かすために、禅の哲学(禅的思考)を学ぶことにある。もちろん、前章で述べたような臍下丹田を意識した座禅の呼吸法は、精神力のトレーニング法として有効であり、実際にアスリートが練習に取り入れている例もある。しかし、それ以上に、従来の固定観念を払拭する発想の転換(気づき)を得ることに禅的思考の有効性が期待される。禅僧の日々の修行の先に「悟り」があるならば、アスリートが禅的思考を通して行き着く先には「気づき」による内面の変化があると換言できよう。

従来のメンタルトレーニングと比べて最大の利点は、こうした日常生活そのものの変化であり、対症療法的でなく根本から問題を解決することにつながることである。メンタルトレーニングの分野で活躍する白石豊も「よく指導者が選手に対して、“自信を持てよ”と言ったりしますが、これは外側から自信という紙をペタッと貼りつけただけのこと。そうではなく、解決すべきものは内側にあるのです。それをクリエイティブしなければ、まったく意味がありません」と述べている²⁶。「気づく」ことで内面から変える。このことこそ、禅の最大の有効性である。

おわりに

本稿では、現代思想における身体論を踏まえううえで、禅における身体の捉え方を概観し、さらに禅的思考をスポーツに導入することの意義と可能性を述べた。いうまでもなく、「禅とは何か」という大命題には明快な回答を得られるはずもなく、本稿で概観した禅的思考や身体思想もほんの一側面を垣間見たに過ぎない。今後も、禅における身体思想や禅の本質を解釈し、咀嚼し続ける必要があるが、このように「禅とは何か」「身体とは何か」という大命題に取り組み、熟慮することそのものが禅の修行の本質なのかもしれない。

本研究は「禅と身体感覚」研究の第一段階であり、課題は山積している。前述のように、禅の有効性については、予測に基づく実例はあるものの、先行研究はなく、その効果が実証されている訳ではない。今後は、多くの実証研究を経て、禅的思考による身体意識変化についてまとめていく必要があるだろう。



図1-1 結跏趺坐(前方)



図1-2 結跏趺坐(側方)



図2-1 座禅会の様子1



図2-2 座禅会の様子2

(一般人でも参加できる座禅会が各地で多く開かれている。)

図版出典

図版はすべて筆者による撮影

注

- 1 鷺田清一『悲鳴をあげる身体』PHP新書、1998年。
- 2 鷺田清一「身体」『現代思想を読む事典』今村仁司編、岩波新書、1988年、340-342頁。
- 3 今村仁司『現代思想ビブス101』新書館、1999年。
- 4 メルロ＝ポンティ『知覚の現象学1』竹内芳郎、小木貞孝訳、みすず書房、1967年。
- 5 視覚刺激の中から対象物が知覚されるためには、一つのまとまりとして周囲から分離されなければならない、そのまとまった形として知覚される部分は図、背景となる部分は地となる。知覚の領域以外でも、関心を持ち、意識の前面になっている対象を「図」、背景となり、意識されない対象を「地」として理解されることもある。
- 6 “生きた空間le monde vécu”いう述語は、我々の生活が営まれている現実的な具体的空間は我々の生に密着していることから反省的に対象化されてはならないという意味で用いられ、Merleau-Pontyをはじめ、BollnowやKoffka、我が国では市川等の理論により知られるところである。
- 7 市川浩『精神としての身体』勁草書房、1975年、5頁。
- 8 前掲書『精神としての身体』13-18頁。
- 9 市川浩『身体と間身体の社会学』井上俊、上野千鶴子、他編、岩波書店、1996年。
- 10 我々の身体が環境世界に主体的にかかわっているという考え方は、J.J.Gibsonのアフォーダンス理論でも知られるところである。
- 11 前掲書『知覚の現象学1』40-76頁。
- 12 海野敏「身体系メディアの射程」『東洋大学社会学部紀要36(3)』1999年、25-53頁。
- 13 「身心一如」という言葉は、広く使われている言葉であるが、一般的には「心身一如」と書くことが多い。禅では、「身心一如」と表記することが多い。
- 14 沖本克己、竹貫元勝『これで大丈夫 禅語百科』淡交社、1998年、94頁。
- 15 テイク・ナット・ハン『禅への鍵』春秋社、2001年、90-92頁。
- 16 Book Esoterica『はじめてわかる宗教2;禅の知恵 心と体に効く生き方入門』学習研究社、1997年、96頁。
- 17 前掲書『はじめてわかる宗教2;禅の知恵 心と体に効く生き方入門』40-57頁。
- 18 【魔境(魔障)】悟りの妨げの意。自己内部の阻害、つまり家族や財産などへの執着や自分が完全に悟ったと錯覚することなどを「順魔」といい、病患災厄など外的な要因で阻止されることを「逆魔」という。
- 19 【公案】優れた禅僧の言葉や行動の記録を「課題」として修行者に示し、悟りを開くために工夫させる。この課題を公案と呼ぶ。とくに、臨済禅の座禅行では、悟りを開かせるため、何度も公案を課して師との問答が繰り返される。
- 20 川上哲治『座禅とスポーツ』成美堂出版、1981年。
- 21 フィルジャクソン、ヒュー・ディールハンディー『シカゴ・ブルズ 勝利への意識革命』PHP研究所、1997年。
- 22 白石豊『実践メンタル強化法 ゴールへの招待』大修館書店、1997年。
- 23 児玉光雄『イチローに学ぶ「天才」と言われる人間の共通点』河出書房新社、2004年。
- 24 中川和彦編『トップアスリートの声』二見書房、2004年。
- 25 齋藤孝『五輪の身体』日本経済新聞社、2004年。
- 26 白石豊「西洋と東洋の手法をプラスすれば身心の理想的なトレーニングできる」『勝利へのメンタルトレーニング』B.B.Mook63、ベースボールマガジン社、1998年、70-73頁。

■執筆者について

木宮敬信(きみや・たかのぶ)

平成4年、神戸大学教育学部教育衛生学科卒業。平成15年、神戸大学大学院総合人間科学研究科博士課程単位取得満期退学。臨済宗妙心寺派徳源寺専門道場での修行の後、臨済宗妙心寺派龍雲寺副住職を経て、現在、浜松大学経営情報学部専任講師。また、浜松大学バスケットボール部監督として、天皇杯出場、全日本学生選手権大会出場(3度)に導く。専門は健康教育学。主に生と死を巡る問題や禅とスポーツの研究に従事。

E-mail: kimiya-t@hamamatsu-u.ac.jp

阪田真己子(さかた・まみこ)

平成9年、神戸大学発達科学部人間行動・表現学科卒業。平成14年、神戸大学大学院総合人間科学研究科博士課程修了。学術博士。現在、福島学院大学専任講師、立命館大学COE推進機構客員研究員。主に身体表現、身体メディア情報の研究に従事。

E-mail: MamitamaM@aol.com

■Notes on the Contributors

Takanobu Kimiya graduated from Department of Education of Hygiene, Faculty of Pedagogics, Kobe University in 1992. Fulfilling credit requirements, he left the Graduate School of Cultural Studies & Human Sciences, Kobe University in 2003. After completing training at the dedicated dojo training hall of the Tokugenji Temple of the Myoshinji School of the Rinzai Sect Zen Buddhism, he became a deputy chief priest of the Ryo-unji Temple of the Myoshinji School of the Rinzai Sect. Currently he is a full-time lecturer at the University of Hamamatsu, Faculty of Management and Information Sciences. As the basketball club coach of the University, he led the team to participation in the All Japan Basketball Championship and three entries in the All Japan Intercollegiate Basketball Champion Ship. His major field of study is Health Education. He has engaged in the research on the issues of life and death as well as on *Zen* and sports.

Mamiko Sakata graduated from Department of Human Performance and Expression, Faculty of Human Development, Kobe University in 1997. She completed her PhD dissertation at the Graduate School of Cultural Studies & Human Sciences, Kobe University in 2002. At present, she is a lecturer of body-mediated information at Fukushima College and a visiting researcher of the Center of Promotion of the COE, Ritsumeikan University.