

日本温泉文化の精神世界

「いのちの再生」と「共存」をめぐる

日下 裕弘

はじめに

日本人は古代から、「循環」と「共存」の精神的風土を基底に、道教や仏教や儒教、西欧の思想などを重層的に混濁・習合し、独自の文化と習俗を形成してきた。日本の温泉文化においても、同様に、気候・風土、地質学的条件や自然信仰・アニミズム的な考え方を土台に、中国の精神的風土としての道教（タオイズム）・氣の思想・陰陽五行説・本草学、仏教、儒教、西欧の思想・哲学・科学・医学などを重層的に混濁・習合し、独自の温泉文化と習俗を形成してきた。

こうした日本の温泉文化史に一貫して通底しているのは、温泉浴の醍醐味である「気持ちのいい身体感覚」と温泉文化の真髄としての「いのちの再生」と「共存」の価値である。

一 日本の「ゆ」の起源と深層の意味（いのちの再生）

折口信夫によれば、「ゆ」の起源は古代に遡り、「斎（ゆ）」、即ち、神聖な「禊（みそぎ）」をするために沐浴する川の水「斎川水（ゆかわみず）」の略語である。従って本来は冷水を指すのであるが、自然に湧いて出る温泉（いづる湯）が最も「神聖な禊ぎの水」であるということになった。古代人にとって「禊ぎ」は、「誕生」「復活」「環魂」を意味し、その温水は「常世の国」から来たるものであり、その「湯」に沐浴すると「人はすべて始めに戻る」と信じられていた。

生命の維持に欠くべからざる水は、洋の東西を問わず「神霊の存する場所」である。エリアーデは、水を「一切の存在可能性の根源」であり、「再生」と

「復活」を意味すると、また、ノイマンは、水を「生命の最初の子宮」であり、多くの神話では、意識下の深きところから「生命が誕生する」と述べる。また、萩野恕三郎も、水が「万物の始原・一切の子宮・母」であるといっている。さらに、インモースは、日本に古来から伝わる儀式である「湯立神事」の深層の意味について、水はあらゆる可能性の象徴であり、湯立てするための「火」は、水の可能性に「形」を、つまり「生命に不可欠な暖かさ」を与えるものであり、この2つの宇宙力の「聖なる結婚」が、農耕社会の「原型」であり、それがやがて「作物の豊穰」へとつながる、と解釈している。

二 人間の生（いのち・生活）の全体性（「聖・俗・遊（レジャー）」のパスpekタイプから）

人間の生（いのち・生活）は、宗教や理想などの望ましい価値の世界としての「聖」の領域、利害関係やギブ・アンド・テイクが支配的な現実としての「俗」の領域、そして、自由で気ままなレジャーとしての「遊」の領域に大別できる。「聖」は、その厳肅さにおいて「俗」を超越し、望ましがらざる現実を批判し、律する。これに対して「遊（レジャー）」は、その気楽な自由さにおいて現実を離脱し、それ自体の世界を生成し、Oshin（気晴らし・心の解放）からSchöte（自己開発・自己実現）までの自分らしいLifeをEnjoyする。そうして、ある角度と距離をもって現実をチェックする。「遊（レジャー）」はまた、聖なる旅（お伊勢参りなど）の帰り道の物見遊山や温泉巡りなどのように、「聖」と「俗」の間にあつて、両者を媒介する。聖なる世界だけに身を捧げる人間は僧侶、俗なる世界だけに固執する人間は守銭奴、そして遊（レジャー）の世界だけに没頭しすぎて現実の世界に戻れなくなった人間は狂気である。人間は人間らしく生きればよいし、事実、どの時代の人間もそれなりに人間らしく生きてきた。「聖」「俗」「遊（レジャー）」の3つの生（いのち・生活）の領域を行きつ戻りつ、バランスよく、その人なりの調和をもって生きてきた。これら3つの価値領域は、それぞれ、自他を相対化しあいながら、人間の「生（いのち・生活）の全体性」を構成する。

三 温泉史に見る「いのち」の「聖・俗・遊（レジャー）」

1 古代の温泉（聖なる「いのち」）

古代の人々は海や川で水浴した。とすれば、地下水が温かい火によって熱せられ、地中の土を通って湧き出でる温泉はさぞかし不思議な存在だったろうし、これにかかわりをもったこと、利用したことは想像に難くない。イノシシ、シカ、クマ、サル、シラサギ・・・などが温泉で暖をとり、傷を癒す姿を発見し、古代人がこの「自然のめぐみ」に浴したことは世界中いたるところに鳥獣伝説があることによって明らかである。原始の日本人も湧き出でる「ありがたい」自然の恵みを発見し、そこに集まり、皆で暖をとり、療養・保養などに活用していた。

伊予国の道後温泉では、大己貴命（おこなむちのみこと）が別府温泉から引いてきた温泉で少彦名命（すくなひこなのみこと）を湯浴みさせ、いのちを再生させたという神話が残っている。この2人の命は、現在でも各地の温泉神社に祀られている。また、出雲の玉造温泉では、国司が朝廷に向くときに温泉で「禊ぎ」をしている。「盟神探湯（くがたち）」は、湯をもちいた神聖な裁判だった。古代人は、高く噴き上がる火山を「御神火」と呼び、湧き出でる温泉を「御神湯」と称し、「神の力」霊験」としてこれを崇めた。古代の温泉は、「聖なるいのちの恵み」だった。

2 中世の温泉（聖から俗へ）

(1) 天皇の温泉行き

伊予風土記には、景行・仲哀両天皇、および聖徳太子が道後温泉に入湯したとする記録があり、日本書記、万葉集、続日本書記には、有馬、伊予、紀伊などの温泉に、欽明、舒明、斎明、天智、天武、持統の諸天皇が入湯したと記されている。天皇の温泉行きは、大勢の付き人を同行した、きわめて長期間の「湯治」であった。その目的は「療養」という聖なる意味をもっていた。しかしそこには、天皇が「温泉に行幸される・遊ばされる」というときの「旅による現実からの離脱」という「遊（レジャー）」の機能もあったにちがいない。天皇はタテマエとホンネの両面において「いのちの洗濯」をされたといっ

ていい。

(2) 仏教の伝来と温泉への影響

奈良時代に仏教は国家宗教になった。仏教には沐浴を説く「仏説温室洗浴衆僧經」や「四分律經」といった経典があり、「七病を除去し、七福を得る」とされている。沐浴を経典で推奨する宗教は仏教のみである。大安寺、唐招提寺、法隆寺、東大寺、法華寺などには、「大湯屋」や「浴室」と呼ばれる浴場を設け、「仏像」と「湯維那」という管理僧を置き、供養の目的で「浴像」もした。この浴場では、僧侶のみではなく、寒さに震える庶民や病人への「医療的施し」としての「施浴」が行われた。この施浴は、仏教の普及と共に次第に各地に広まった。日本人の風呂・温泉好きの習俗に与えた仏教の影響は極めて大きい。行基を始めとする多くの仏僧は、全国を行脚し、温泉が近くにある人々にその医療的効能を説き、温泉浴を奨励した。かくして神仏習合のこの時代に、「神社」と「薬師堂」が温泉場に設置されるにいたったのである。それらは、宗教や医療といった「聖なるいのち」を象徴している。

(3) 修験者と温泉

9世紀に入ると、神道、仏教、陰陽五行説などが渾然一体となった「密教」が成立し、それを基礎に「修験者」が現れた。草津ではすでに12世紀には修験者が古白根山を「霊場」として修行をした。山の中腹にある「富貴原池」で禊ぎをし、「祈禱壇」を設け、「白根明神」を祀って修行をした。噴火口の温泉湖に「笹塔婆」を投げ入れ、山神のため、母のため、女性一般のために祈禱した。修験者は、凹地に湧出する温泉を発見し、薬師仏の功德としてこれを祀り、沐浴して身を清めた。彼らは、温泉の「いのち」への功德を人々に説き、宣伝した。

(4) 貴族・中央官僚と温泉（「俗」と「遊（レジャー）」の始まり）

平安時代の貴族や中央官僚にとって、温泉は「湯による療養」が主たる目的であって、「湯治」という言葉も使われ始めた。それは、古今和歌集、枕草子、竹取物語、藤原氏に代表される中央官僚の「日誌」などに示された温泉浴に関する和歌、文章、物語、記録等によって明らかである。上流階層の人々にとって温泉行きはあたりまえの習俗になりつつあった。平安の歌人は「花

鳥風月」を愛し、生ける自然のふところに抱かれることをよしとする日本的自然観を表現している。それは、人間はもとより、温泉、山々、樹木、鳥の声といった自然を「いのち」あるものとしてとらえる「生命的自然観」である。人間と自然との間にはもともと生命体としての感応関係があり、その感応道交の中に生の理想が求められた。温泉行きは、湯に浸かって心身を療養・保養し、「自然との共存」を満喫するレジャーでもあった。しかし、文献には、庶民の姿がなかなか出てこない。

戦国の武士は、命をかけた戦いから温泉場に逃げ込み、敵の気づかない「かくし湯」に入り、安全・安心な環境で心身を癒し、傷を癒した。それは、温泉に近い庶民の「骨休め」の湯治・温泉浴と同様に、「聖なるいのちの癒し」であった。

3 近世（江戸時代）と温泉（「俗」から「遊」へ…遊興化・享樂化）

江戸時代になると、戦乱は落ち着き、人々の経済力も増大し、五街道を含む交通の便も良くなった。この世を困難や苦しみの多い「憂き世」とする生活観がうすれ、無常なこの世だからこそむしろ楽しんでしまえという「うき世」観も形成された。厳しい修行を通じて悟りを開く仏教も、特に、葬式仏教を通じて先祖崇拜と結びつき「世俗化」し、人々に広まった。

かくして、日本独自の「湯治」の習俗が形成された。すなわち、1回り7日を3回りで21日という長期間、温泉に浸かり、規則正しい生活に心がけ、仲間と楽しく療養・保養する（「共存」の習俗）という民間療法が隆盛した。特に地方には、こうした療養一筋の湯治場が多かった。

この湯治を盛んにした重要な要因には、日本独自の温泉医学の発達がある。日本の温泉医学はもともと中国の薬草医学である「本草」に習ったものであるが、江戸の医学者は、わが国の多種多様な豊富な温泉をつぶさに調査研究し、実証を重ね、きわめて緻密な温泉医学を発達させた。例えば、稻生若水、藤原長治、貝原益軒、河合章堯、後藤良山、香川修徳、山村通庵、…宇田川榕菴らが、具体的な経験を通じた緻密な温泉医学（効能や種類、入浴法など）を展開した。特に、香川修徳の「一本堂薬選統編」には、「温泉は『気』を助け、体を温め、『悪血を除いて』『血のめぐりを良くし』肌のきめを良く

し、関節に利く」とあり、現在の温泉医学の根本である「血行」と「代謝」を良くし、「自然治癒力」を増大させるとする考え方がすでに語られている。そこには「気の思想の日本化」が見て取れる。

だがしかし、十返舎一九の滑稽本「東海道膝栗毛」の流行が示すように、この時代、庶民に広まりつつあった温泉の旅は、温泉本来の聖なる意味を超えて、「物見遊山」の色彩を濃くしていく。その好例が「一夜湯治」である。関東の庶民は、村人の代表者を定め、集団（講）をつくり、一生に一度の「お伊勢参り」に出かけた。行きも帰りも命をかけた長旅であった。とりわけ、伊勢神社までの行きは真面目な聖なる旅であった。だが、お伊勢参りが終わると、各地の名所・旧跡や神社・仏閣を巡り歩くことが多かった。帰りは一転して「物見遊山」の旅となった。東海道の帰り道、「箱根七湯」を「一夜の湯治」と称して、飲めや唄えの「団体宴会型一泊温泉旅行」を楽しんだ。各地の大きな温泉場には「のむ・うつ・かう」といった良からぬ危険な入り口に誘う「湯女」も多く、「浮かれた客」を待っていた。江戸時代の温泉は遊興化・享樂化していった。その傾向は、江戸の温泉番付に載っている名だたる温泉場に著しい。貴族や武士も例外ではない。僧侶も温泉宿の経営をするようになり、温泉宿の経済発展に役かうようになった。

4 近・現代と温泉（「俗」と「遊」の進展）

明治期以降、西欧の合理的精神やテクノロジ、医学が盛んに取り入れられた。人間が自然を支配する世の中になり、人間と自然と経済の諸価値が拮抗・対立するようになった。明治・大正・昭和を通じて、近代化に伴う資本主義経済や交通網の発達、中産階層の台頭によって温泉浴はさらに大衆化（「俗化」）していった。温泉は「外湯」から「内湯」へと推移し、かつての「木賃宿」は「湯宿」「旅籠」「巨大ホテル」へと変貌した。少人数での「聖なる湯治」は地方のひなびた温泉場に残りつつも、特に都会に近い温泉場は「観光地化」「歓樂化」していった。

掘削による温泉地開発が急速に進み、現在では、温泉地数は約三千、宿泊施設数は約一万二千、年間延泊者数は約一億二千万人に増加した。温泉の湧出量における「自噴」と「動力」の割合は約1対3で、掘削温泉のほうが

圧倒的に多い。温泉旅行の理由は、自然環境、温泉情緒、温泉そのもの、観光施設、宿の施設、温泉浴場・露天風呂、宿泊料金、療養効果、交通の便、やすらぎ、味覚、・・・の順に多く、「遊」の側面が顕著である。

一方、昭和5年に「日本温泉協会」、昭和10年に「日本温泉気候学会」が設立され、ドイツを中心とする西欧の温泉医学に基づいて温泉と温泉地そして温泉文化が経営管理されるようになり、「聖」「俗」「遊」の調和が重視されるようになった。西欧の湯治場・クアハウスが、日本の温泉のあり方のひとつのモデルともなってきた。平成の経済低成長期を迎え、「このころの時代」が問われるようになった。聖なる「国民保養温泉地」の年間延宿泊者数も約一千万人にまで伸びてきている。コロナの影響も収束しつつある現在では、大衆のニーズの多様化に伴って、温泉地の個性を生かした温泉地づくりが課題となっている。「新しい湯治」のあり方も模索されている。

しかし、忘れないでほしい。日本の誇るべき温泉文化の本質である「いのちの再生」と「共存」という精神的伝統を！

四 自然の理法(ことわり)に「遊ぶ『いのち』」から「遊」から「聖」へ

世俗を離れて温泉地に遊び、湯に身をゆだねて心地よくあたたまり、仲間と共に規則正しい生活を楽しみ、いのちを再生させる。日本の湯治に典型的に見られるこの習俗と身体感覚は、今も昔も変わらない温泉の本質であり醍醐味であろう。

それを「自然遊」と呼ぼう。日本の自然遊には、その深層に、「道教(タオイズム)の世界」がある。

福永光司によれば、道教は、日本の古代から現在までの思想・文化を貫流する基底的思想である。道教は中国南部の人々の様々な信仰やものの考え方・習俗等が融合し、老子と荘子のいわゆる老荘思想として結実した世界観である。儒教の説く仁、義、忠、孝などの人倫の秩序は北部支配層の理想であった。当時の中国の庶民の現実には戦争・分断・対立・差別といった苦しみ、絶えないものであった。老荘思想は、儒教のこうした偽りの思想に対抗す

る形で形成された。人間が人為的に作った知識や思想はあさはかなものである。真実は、そうした人為によるものではなく、それを超越した「自然のことわり(理法・摂理)」の中にある。根源にある「いのちの自然のはたらし」こそが万物の真実であると説く。大いなる宇宙のこの究極的な真実を「道(タオ)」という。道から「宇宙(マクロコスモス)」ができ、「天」と「地」になった。人間も含めて森羅万象、あらゆるもの(ミクロコスモス)はそれぞれの理法に従って「あるがまま」に生き、「感応」し合う。これこそが真実だとする。ミクロコスモスはマクロコスモスにつながっており、あたかも二重に存在しているかのようだが、それらは通じて一つである。道の本性が具現化して森羅万象の形となっているだけなのである。老荘思想の中でも老子は現実社会における政治や人間の生き方をも重視する。

一方、荘子は徹底した厭世思想で、自然のことわりのなすがままに、現実を超越して、道に従って、自由に、純粋に、生きることを重視する。荘子の道は、まさに「遊ぶいのちの哲学」であるといっている。荘子の哲学が描く道のイメージはこうである。「鷲(とんび)が風に遊ぶ。池の鯉は水に遊ぶ。・・・人間は文化に遊ぶ、温泉に遊ぶ」。自然の理法(ことわり)のなすがままに自由に、ゆったりと遊ぶのがたを荘子は「逍遙遊」と呼んだ。逍遙遊とは、とらわれない自由なのびのびとした境地に心を遊ばせる(楽しませる)ことである。現実を離れ、自然のことわりに従って、安心して、おらかな心そのままに、自由を楽しんで遊ぶ。無為(人為を無くし)自然に、道とともにあるがままを楽しんで生きる。この世のすべてのものは、大は大自然に、小は小なりに本来の自然に生かされて生きる。この真実は万物に共通する。万物斉同(みな同じ)である。大小、貧富、重軽・・・といった差別は、道においては一切無い。森羅万象すべてが道のもとに同一である。「一つの自然性に帰一」する。「道枢(道の中心)」に通じている。

久野昭は、この自然性を「人為を包み込み、呑み込んで、人為を溶解してしまうような自然」「自己が無になることを通してあらわになる自然」「自然において自己がおのずから無になる」「原自然への私意なきかわり」と表現する。この自然は、それを対象化し、能動的に支配しようとする心には感

じられない。「身体が無意識的に感応することによって、受動的に、おのずとあらわれてくる自然」である。この自然との遊びを久野は、「自然遊」と名づけた。

昔から日本人は温泉にゆったりと首まで浸かって身体の芯まで温まり、「気」持ちよく入浴することを好んできた。その湯浴感覚の最も良い例が「温泉大国日本の露天風呂」である。温泉には、少彦名命という神様が神社に鎮座しているし、薬師如来という仏様がいる。だから温泉に湯浴する人々に修行や術はいらぬ。身分や貧富の差・男女の別・・・そうした差別は一切無い。ひとつのいのちとして皆、平等（一つ）である。湯浴する人々は世俗を離れてのんびりと温泉につかり、深く。湧き出でる湯がやさしくわが身を包みにじんできくる。「あゝあ、いい湯だな。『気』持ちがいい。」煩わしいことは何も無い。目をつぶり、こころを「空っぽ」にしてゆったりと湯に身をゆだねる。まるで桃源郷にいるみたいだ。極楽、極楽・・・周りの景色や草木も、湯も、そしてわが身も、同じ自然態の一つである。人為的な俗世間から無為自然の世界へ逍遙する。温泉は、大自然の「水」（雨水）と「火」（マグマ熱）と「土」（地下の土の成分）が解け合って湧出し、人間の血液の循環と代謝を良くし、人間がもっている「自然治癒力」のはらたきを活発化させ、元気にしてくれる。「皮膚感覚」や「身体内部感覚」を超え、人体の自律神経における「深部感覚」即ち「生命維持回路」につながって、いのちを再生させる。それは自然の気と人間の気とがふれあい、かかわりあい、「感応」すること、自然の理法に従って、なされるがままに遊び戯れること、無為の状態で原点にもどり、からだどころの自然のはたらきをとりもどす「自然遊」である。それは「人間と自然との共存」であり、はるかなる「道枢」（「道の原理」としての「聖なる自然のことわり」）につながっている。

引用・参考文献

- 折口信夫 『折口信夫全集』 中央公論社、1955年
 ミルチャ・エリアーデ（風間訳） 『聖と俗』 法政大学出版、1978年
 エリッヒ・ノイマン（福島ら訳） 『グレート・マザー』 ナツメ社、1985年
 萩野恕三郎 『古代日本の遊びの研究』 南窓社、1982年
 トーマス・インモース（加藤訳） 『深い泉の国「日本」』 春秋社、1985年
 日下裕弘 『生涯スポーツの理論と実際（改訂版）』 豊かなスポーツライフを実現するために』 大修館書店、2015年
 荻原進 『万座風土記』 国書刊行会、1980年
 八岩まどか 『温泉と日本人』 青弓社、1993年
 日下裕弘 『日本の自然遊：湯浴の聖と俗』 近代文藝社、1995年
 日下裕弘 『日本の自然遊：「ゆ」の研究』（電子書籍） 22世紀アート、2018年
 草津町誌編纂委員会 『草津温泉誌 第一巻』 草津町役場、1976年
 福永光司 『タオイズムの世界：アジアの精神世界』 人文書院、1997年
 橋本峰雄 『「うき世」の思想』 講談社、1979年
 矢部一郎 『江戸の本草・薬物学と博物学』 サイエンス社、1984年
 小野沢・福永・山井 『気』の思想』 東京大学出版会、1978年
 蜂屋邦夫 『老荘を読む』 講談社、1987年
 金谷治（訳注） 『莊子 第一冊（内篇）』 岩波書店、1994年
 久野昭 『自然遊、理想478 遊び』 理想社、1973年
 湯浅泰雄 『気・修行・身体』 平河出版社、1986年
 日本温泉協会編・発行 『温泉 自然と文化』（株）エントリー、2016年