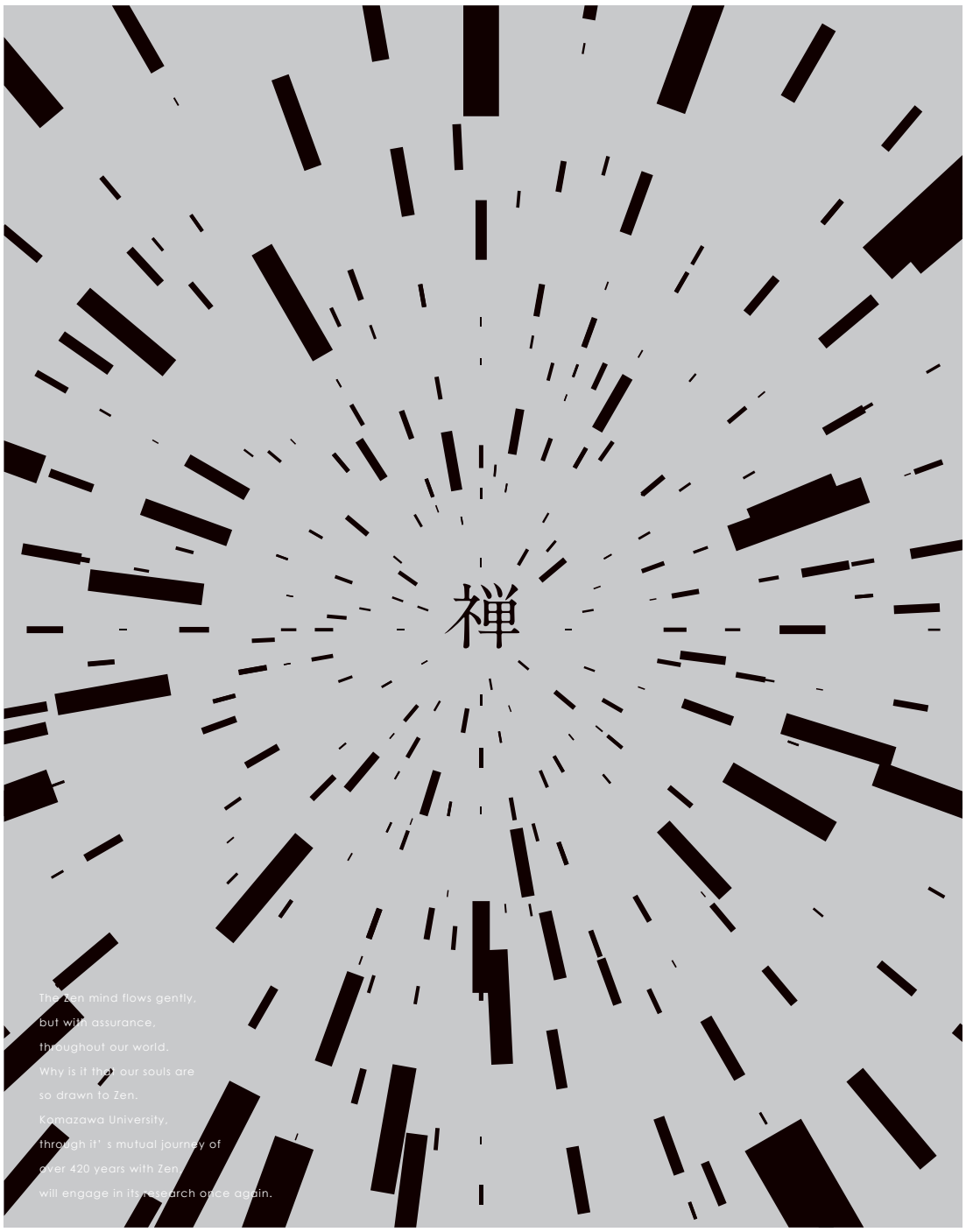
文部科学省 平成 28 年度選定「私立大学研究ブランディング事業」

『禅と心』研究の学際的国際的拠点づくりとブランド化事業

成果報告書

ZEN, KOMAZAWA, 1592

Why are we attracted to Zen.



駒澤大學

ご挨拶

駒澤大学長
各務　洋子

本学の禅ブランディング事業は、2016 年、文部科学省「私立大学研究ブランディング事業」の選定通知を受け、本格的に始動しました。

本学が禅（ZEN）研究の拠点として、長い歴史と蓄積された研究成果があること、また造詣の深い研究者が多数在籍していることは、周知の事実でございます。本事業を進めるに当たりまして、長きにわたって修練や研究を積み重ねて来られた先人たちに、まずは深い敬愛と感謝の気持ちを述べさせていただきます。

本事業は、今まで積み重ねてこられた研究を、学内だけでなく学外、日本全体、はたまた世界に向けて発信することが、大きな目標の一つでした。近年、禅（ZEN）は海外からも注目度が高まっています。本学の使命は、禅（ZEN）の正しい方向性を示し、広めていくことです。

主な方法として、ホームページや SNS を運営し、コンテンツを検討しました。伝統と ICT を融合させ、現代を生きる我々にも身近な存在に感じられるよう工夫を重ねました。鎌倉時代に人から人へと広まった曹洞宗の教えを、約 800 年の時を越え、現代のツールによって世界中へと発信しましたことは、大変感慨深いです。新しい視点と感覚を与えてくれた ZEN-PAL（学生スタッフ）のみなさまにも感謝申し上げます。本事業を通じ、「教職学」の協働を実現できたことも、本学にとって大きな財産となるでしょう。

令和の時代に入った 2019 年、くしくも世界中が新型コロナウイルス感染症拡大の真っ只中へと突入しました。本学の根幹をなす仏教、禅（ZEN）が持つ「智慧」と「慈悲」の精神は、疲弊した現代人の心のよりどころとなることでしょう。本事業を通じ、少しでも多くの人が禅（ZEN）の精神に触れ、癒されてほしいと感じます。

本事業はここで一旦ゴールへとたどり着きましたが、本学が今後も禅（ZEN）研究の拠点であり続けるために、教職員一同、一層の努力を重ねてまいります。

「禅と心」研究ブランディング事業を振り返って

2016～2020 年度 禅ブランディングプロジェクトリーダー
日笠　完治（法科大学院教授）

Ⅰ 禅ブランディング事業のスタート

2016（平成 28)年から始まった文部科学省の「私立大学研究ブランディング事業」に、本学が申請した「『禅と心』研究の学際的国際的拠点づくりとブランド化事業」が採択され、「『禅と心』研究ブランディング事業」（以下、「禅ブラ事業」という。）が始まる。当初、2016 年度から 2020 年度までの 5 ヵ年計画で、補助金だけでなく大学も全面的に支援する予定であった。

時は奇しくも、インターネット時代の大潮流に中にあり、デジタル革命として分業化専門化が急激に社会のあり方を変え、そこに生きる人々の心の問題が浮き彫りになっていた。アップル元 CEO の故スティーブン・ポール・ジョブズ氏が、曹洞宗の教えを受けていたことが世界に喧伝され、「ZEN」が脚光を浴びていた。

一方、本学には、既に仏教学部、文学部心理学科があり、また禅研究所、仏教経済研究所、仏教文学研究所がある。これに加えて、すべての学部の多くの教員・学生を巻き込み、全学的規模による学際的研究を行うと同時に、学生やステークホルダーと一体となってブランド化を行い、それを世界にアピールする意気込みは強いものであった。

なお、禅ブラ事業は、「内部質保証」と連動して、PDCA サイクルという観点からの研究企画立案（5 年計画とその後の展開）を行い、その実施について、自己点検システムと外部評価制度を導入し、発展展開させる方法が採られた。

Ⅱ ブランディング事業の実施

本学の建学の理念は、「仏教の教義と曹洞宗立宗の精神」（寄附行為）であるが、この解釈にあたっては、さまざまな意見がある。これと同じように、駒澤大学が研究・発信・ブランド化する「禅」についても、学内で議論が巻き起こった。禅については、曹洞禅と臨済禅、異分野ながらマインドフルネス等があったため、話し合いを行い、本事業の起点を「ZEN」とする合意ができた。

研究の組織は 5 チーム構成とし、専門に配慮すると同時に、ハブ機能を担うチームリーダ

一連絡会は、定期にとどまらず随時頻繁に開催された。

禅ブラ事業の主目的の一つであった「世界発信」としては、禅ブラの HP（ホームページ）を、株式会社電通のご支援を得て、設けることができた。当該 HP で流れている「なぜ禅は人をひきつけるのか。」のキャッチコピーは、かなりのインパクトがあったと評価された。

また、研究成果の公表としては、「正法眼蔵」注釈、「禅の歴史」注釈、「禅籍目録」改訂発信、一休さん研究等があった。同時に、「禅と心」に関するシンポジウム・講演会・対談・映画上映会等の企画の実施には、多くの作業工程がありかなりのエネルギーが必要であったが、各チームの密接な協力のもと、事務方も学生も献身的努力を惜しまず、多くの企画を実施することができた。

曹洞宗からは、「梅花流詠讃歌」の講演、「禅をきく会」の開催等において、熱意ある厳かなご協力を頂戴した。

本禅ブラ事業に積極的に関わった教員が学び思考した禅の学習体験は、『禅から現代社会を考える』（冊子）としてまとめられ、学生の禅学習・禅に関わる諸活動に活かされている。また、タペストリーを作製展示し、トートバックを配布し、そのほかの禅ブラ・ノベルティも作製配布した。全学的な広報活動は、大きな成果を生んだ。最後の年は、文科省の補助金は同省の事情で支給されなかったが、チームリーダーのリードによって ZenFes を行い、有終の美として本事業を完結した。

これらの諸活動は、アーカイブ化され、発信する予定となっている。5 年間であったが、本学のレガシィとしてとどめるためにも、この経験を振り返り、本学のブランド化を進め、関係者のさらなる共感が醸成されることを祈っている。

なお、事務方は、毎年度の事業報告・自己点検報告書・次年度計画（研究活動推進委員会承認）等の調整にご尽力され、資料化している。

Ⅲ 終わりに

私立大学は、平均的大学としての条件を充足するだけでなく、大学が持っている固有の価値を世間にアピールして生き延びる時代となった。駒澤大学においては、「ZEN」が 1 つの大きな特徴であることは、衆目の一致するところである。その意味で、禅ブラ事業は、少なからぬ貢献があったと評価したい。

今後とも、大学関係者に勇気と自信を与えるためには、「ZEN」に対する全学的な理解と大学からの支援を継続させ、「ZEN」が大学の魅力としてさらに巷間に普及し、駒澤大学の積極的展開の礎となることを祈念する。

本事業は、「禅研究センター」を今後の基点として、組織化することを最終的に予定していたが、私の非力で、その計画が実現しなかったことを、当初計画を作成された関係者の皆様に詫びたいと思う。

最後に、本事業を精力的に進めてくださった教職員、ご支援ご協力またご参加くだった皆様に、心より御礼を述べて、擱筆としたい。

（以上）

目次

事業概要

事業内容 9

事業実施体制 14

活動報告

禅ブランディング事業ウェブサイト 19

2016 年度 20

2017 年度 21

2018 年度 25

2019 年度 30

2020 年度 36

2021 年度 40

『禅と心』シンポジウム　－なぜ禅は人をひきつけるのか。－

シンポジウム概要 47

成果報告 50

講演等資料 53

資料

各年度進捗状況 71

事業概要

事業内容

(1)事業目的

事業の目的

本事業の目的として、次の4つを掲げる。

1. 禅(ZEN)の思想的研究を基礎として、現代人が抱える「心」の問題に対し、新たな提言を行う。
2. 禅(ZEN)の研究を、超領域的に行うことを通し、新たな視座を獲得する。
3. 禅(ZEN)思想の根幹である「坐禅」が身心に与える影響を科学的に検証する。
4. 上記の 1. 2. 3. を総合的に結んだ研究の成果を、混迷の一途をたどる国内外に向けて発信する全学的な組織(禅研究センター)を設置する。

自大学、外部環境、社会情勢等に係る現状・課題の分析内容と研究テーマとの関連

自大学に係る現状・課題の分析内容と研究テーマとの関連

駒澤大学は禅宗の一派である曹洞宗の学寮を起源とした研究機関であり、「仏教」の教えと「禅」の精神を建学の理念としている。研究テーマと関連する成果として、大本山永平寺の『永平寺史』や『永平寺史料全書』の編纂、新纂禅籍目録の発刊（1964）や、本学図書館所蔵の禅籍善本図録の作成等があげられる。現代人が抱える「心」の問題を解決するため、禅（ZEN）の研究と異なる専門領域の研究を超領域的に行い、新たな視座を獲得する。

外部環境、社会情勢等に係る現状・課題の分析内容と研究テーマとの関連

和食のユネスコ無形文化遺産登録など、「クールジャパン」として日本文化が海外からも高く評価されている。とりわけ ZEN は、マインドフルネスの流行や MOTTAINAI の言葉に代表される持続可能な社会の形成等に大きな影響を与えている。また、アップルの創業者であるスティーブ・ジョブズ氏が禅（ZEN）に傾倒していたなど、海外における ZEN への関心は非常に高い。諸外国で使われている"ZEN"と日本における伝統的な"禅"との逕庭の違いを明らかにし、正しい禅（ZEN）を発信する必要がある。

大学のブランド（独自色）として打ち出すための研究テーマとして選択した理由

大学のブランド（独自色）として打ち出すための研究テーマは『禅と心』である。

研究テーマの選定は研究活動推進委員会にて審議され、次の選定理由とともに、全学的な優先課題として設定することが確認されている。

1. 駒澤大学には、禅（ZEN）研究の拠点として非常に長い歴史と研究蓄積があること。
2. 駒澤大学には、禅（ZEN）の新たな研究領域を開拓する研究者が、多数在籍していること。
3. 駒澤大学の禅（ZEN）研究ブランドを更に発展させ、禅（ZEN）研究の世界的拠点とすること。

（2）期待される研究成果

期待される研究成果

本事業にて期待される研究成果は、（1）禅（ZEN）の観点から、現代人が抱えている心の問題に提言をすること、（2）禅（ZEN）の研究者と専門領域が異なる研究者が協力し、禅（ZEN）の新たな研究領域を開拓すること、である。新たな研究領域の開拓にあたって、次の4グループを設置する。グループ設定は、「何を」「誰に」「どのようにして伝えるか」を明確にするため、本学の研究蓄積や社会情勢、外部有識者のアドバイス等を元に、研究活動推進委員会にて審議し、承認されている。

1）禅（ZEN）の源流および文化の研究

2）禅（ZEN）による人の体と心の研究

3）禅（ZEN）と社会制度の研究

4）禅（ZEN）の社会貢献・世界発信事業

これらのグループの期待される研究成果は、次のとおりである。

1）禅（ZEN）の源流および文化の研究

駒澤大学が 1964 年に発刊した新纂禅籍目録を更新する。汎世界的な禅籍の情報を集約したデータベースを作成・公開することで、世界の禅（ZEN）研究を牽引する情報発信拠点となる。

文学や芸能、美術など江戸時代の文化や社会民衆の中にあった禅（ZEN）に焦点をあて、近代以前における禅（ZEN）文化の影響について明らかにする。禅寺・禅僧における禅（ZEN）と比較検討し、伝統的な日本の禅（ZEN）の再考と発信を行うこと。

2）禅（ZEN）による人の体と心の研究

禅（ZEN）による身心への影響を、脳波測定等により科学的に調査すること。

禅（ZEN）の効用を活かすプログラム（例：企業研修等における禅（ZEN））を開発すること。

禅（ZEN）の観点から、現代人が抱えている心の問題に提言をすること。

3）禅（ZEN）と社会制度の研究

中世の日本において、禅（ZEN）が当時の社会や戦国大名等に受容された経緯を明らかにすること。

現代の社会制度に求められるサステナビリティ等の思想的背景に、禅（ZEN）がどのように活かされるかを検討すること。

禅（ZEN）の観点から、現代人が抱えている心の問題に提言をすること。

4）禅（ZEN）の社会貢献・世界発信事業

1. 正しい禅（ZEN）の情報について、Web コンテンツを制作し、国内外に向けて発信する。
2. 禅（ZEN セミナー（例：坐禅体験、企業研修等における禅（ZEN））を開き、社会へ貢献する。
3. 駒澤大学を拠点とした寺院との連携機能（ハブ＆スポーク）を構築し、本事業の研究成果を各寺院で活かす環境を整備する。
4. 2020 年の東京オリンピック開催を契機とし、グローバル化された禅（ZEN）を発信する。
5. 1）～3）の研究成果の発信をサポートし、大学全体の禅（ZEN）研究ブランドを確立する。

研究成果の波及対象は、禅（ZEN）の研究者のみならず、個人や企業等も対象となる。社会的・経済的意義が非常に高い本事業は、駒澤大学の社会貢献へとつながることとなる。

目標達成度の測定方法

目標達成度の測定は、次の 4 種類の KPI（＝Key Performance Indicator）を設定し、毎年度測定する。測定結果は自己点検・評価実施委員会に報告し、目標達成度について審議・検討する。

1. 【グループ別】研究会・シンポジウム等における研究・調査報告等の本数
2. 【グループ別】研究成果等の発信実績（セミナー実施回数等）
3. 学生やセミナー参加者等、研究成果を波及させる対象の NPS（＝Net Promoter Score）
4. 3. 以外の外部の人々の「認知度」

（3）ブランディングの取組

研究の独自性及び研究を足がかりに打ち出そうとする大学の独自色

従来にないほどの、さまざまな分野の研究者と協力して禅（ZEN）の新たな研究領域を開拓することが、研究の独自性であると言える。この禅（ZEN）研究を足がかりとし、禅（ZEN）研究を社会に還元する研究機関であることが駒澤大学の独自色であることを打ち出す。

社会的意義を広報する方法

本事業の社会的意義は、現代人が抱えている心の問題に提言をすることであるため、研究成果の波及対象（個人や企業、本学学生等）を主なターゲットとして、広報活動を実施する。そのため、平成 30 年度より禅研究センターを設置し、本事業の広報活動を含む総合的な事務体制を整える。

広報活動は、（1）Web ページの公開、（2）禅（ZEN）セミナーやシンポジウム等の開催（3）国外での発信拠点の整備等を中心として実施する。この取り組みにより、本学の禅（ZEN）研究ブランドが国内外で確固不動たる地位を獲得することとなるため、駒澤大学の社会貢献及びブランド強化につながると確信している。

大学運営へ反映する展望

禅（ZEN）研究を駒澤大学のブランディングにつなげるため、3つの戦略を掲げる。

（1）グローバル化推進

2020 年の東京オリンピックを目途とし、駒澤大学を訪れた外国人に対し、禅（ZEN）プログラムを提供し、海外からの評価を高める。

（2）禅（ZEN）プログラムの普及

個人や企業等を対象としたセミナー等で禅（ZEN）プログラムを普及し、本学の禅（ZEN）研究の広報に使用する。

（3）駒澤大学の学生教育への展開

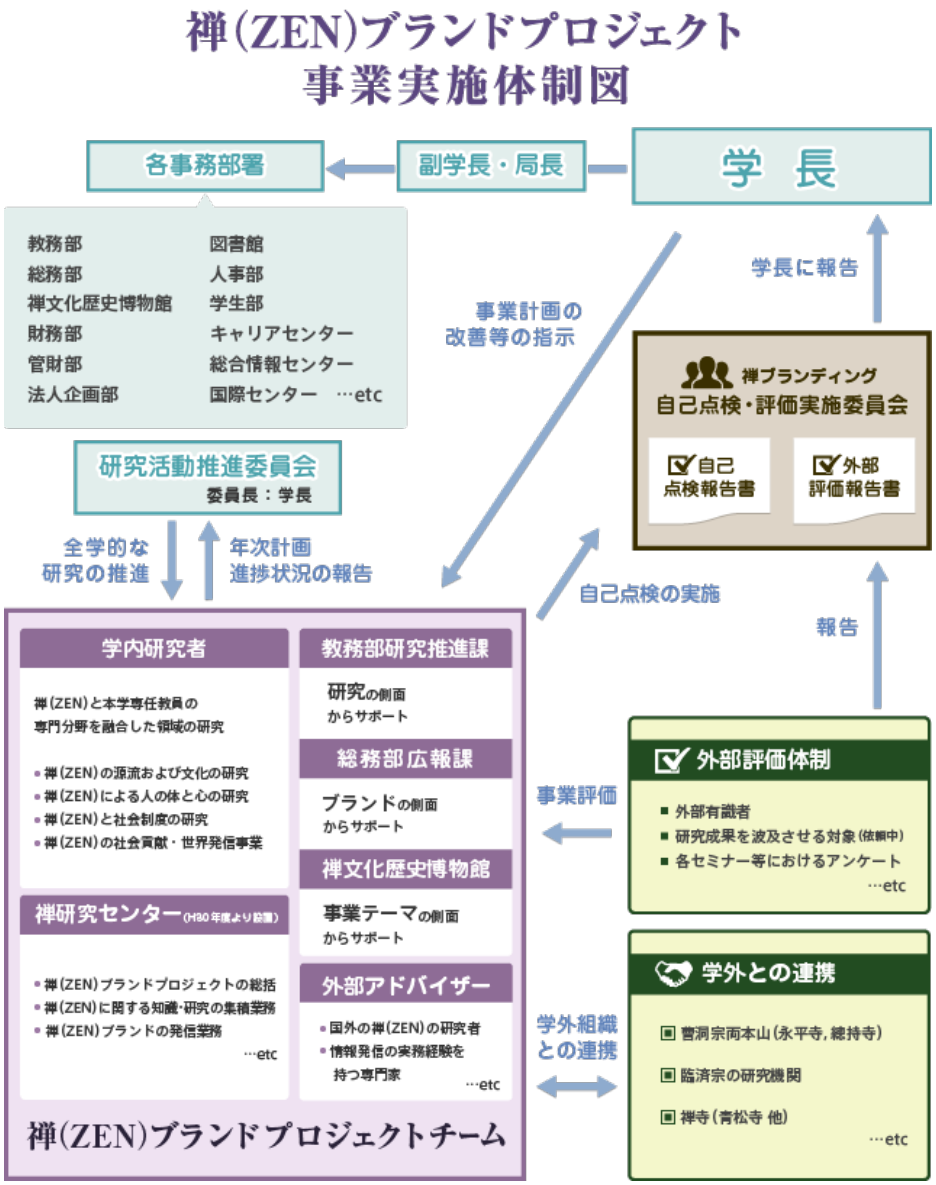
禅(ZEN)プログラムを受けた学生は、日本文化を見直すきっかけとなる。グローバル化が進む現代において、日本文化への誇りを持たせることで、駒澤大学生のアイデンティティの形成につなげる。

事業実施体制

学内の実施体制

本事業については、学長のリーダーシップの下、全学的な事業として実施する。

研究の実施に係る全学的な事項を審議する「研究活動推進委員会」(委員長:学長)にて、本事業の実施を決定した。本事業は禅(ZEN)ブランドプロジェクトチーム(以下、禅 PT という)を置き、3つの研究テーマと1つのブランド戦略を実施する。また、本事業を事務所管する組織として「禅研究センター」を新設し、広報活動を含む総合的な事務体制を構築する。



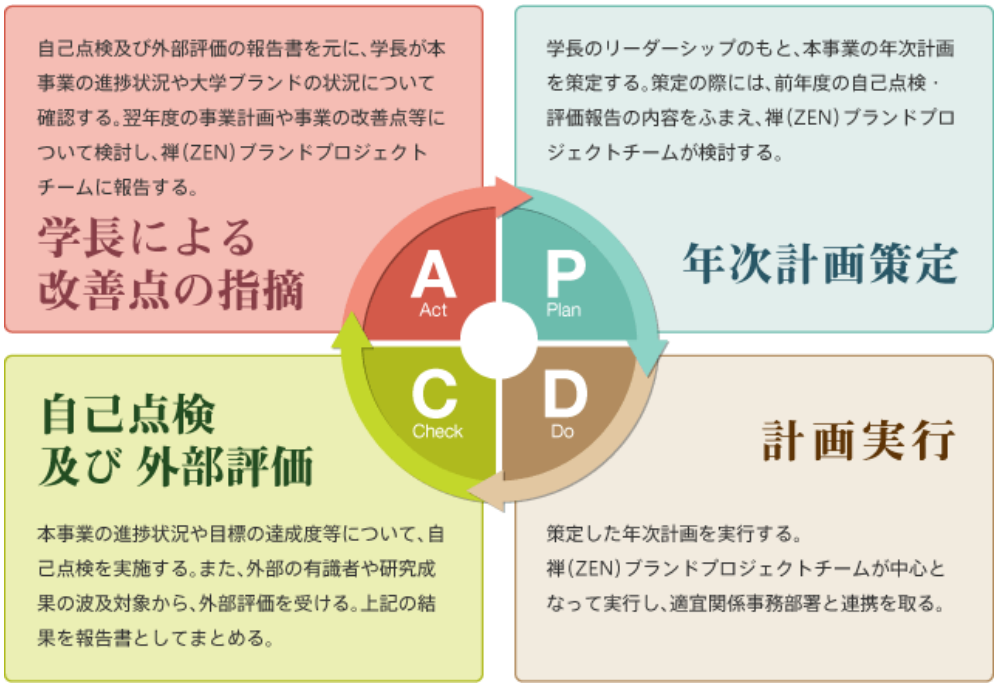
自己点検・評価体制及び外部評価体制

自己点検・評価体制

禅ブランディング自己点検・評価実施委員会を設置している。本事業の目標達成度等を指標とし、事業の進捗状況を確認する。

外部評価体制

(1)研究内容について専門的な知見を有する学外者　(2)研究成果を波及させる対象より外部評価の承諾を得ている。本事業の外部評価として、原則年1回、外部評価報告書の提出を求める。各報告を元に学長が改善点等を指摘し、年度計画に反映することで、PDCA サイクルが構築されている。



毎年 3 月頃	自己点検・評価報告書及び外部評価報告書を作成し、禅ブランディング自己点検・評価実施委員会にて審議する。	Check
4 月頃	禅ブランディング自己点検・評価実施委員会より、学長が事業の進捗状況の報告等を受け、年度計画や事業の改善点等について禅 PT に指摘する。	Act
5 月頃	学長からの指摘事項をふまえ、禅 PT が年度計画を策定する。	Plan
6 月頃	禅 PT は研究活動推進委員会に、前年度事業の進捗状況及び当該年度の計画を報告し、年度計画を元に実行する。	Do

学外との連携体制

曹洞宗との連携

日本における禅宗の一つであり、本学の宗派である曹洞宗の両本山（永平寺，總持寺）と連携する。曹洞禅の側面からアドバイス等をいただき、研究成果の検討や普及等に活用する。

臨済宗との連携

日本における禅宗の一つである、臨済宗の研究機関と連携する。臨済禅の側面からアドバイスをいただき、曹洞禅との違いをふまえて研究を行う。

禅寺との連携（青松寺他）

禅寺は、現代において禅（ZEN）の実践が行われている場所であり、地域社会へ向けて禅（ZEN）に関するセミナー等を開催するなど、禅（ZEN）の発信についてノウハウを蓄積している。本事業の研究成果を地域社会へ発信する際に、成果公開の場として活用させていただくなど、連携体制の構築を進める。

活動報告

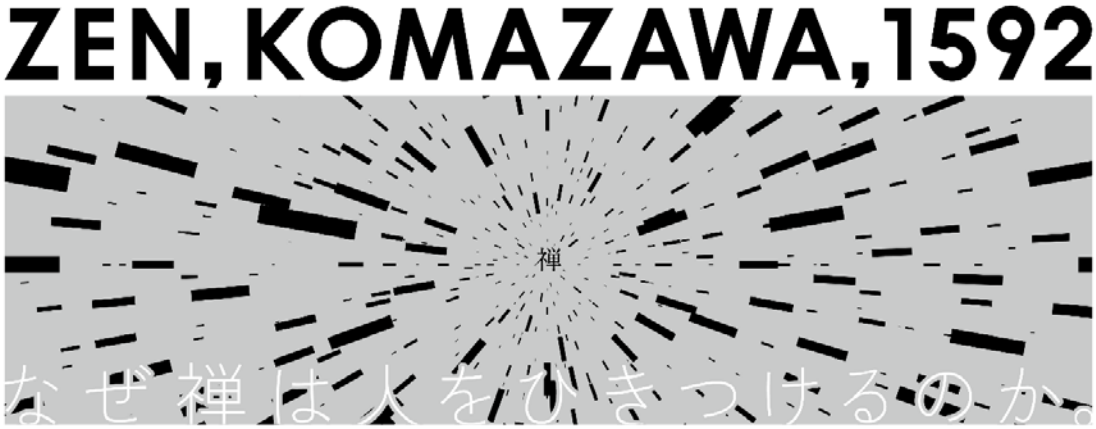
禅ブランディング事業ウェブサイト

2018　年 3 月 30　日（金）、文部科学省「私立大学研究ブランディング事業」タイプ　B（世界展開型）の一環として『「禅と心」研究の学際的国際的拠点づくりとブランド化事業』の　WEBサイトを開設しました。

本学は、1592（文禄元）年に江戸駿河台吉祥寺に設立された「学林」を起源としています。その長きに亘る歴史を踏まえ、「禅と心」研究の学際的国際的な拠点づくりとブランド化事業に資するプラットフォームを形成します。

今回、開設した WEBサイトは、4 つの研究チームによる成果の公開、禅に関わる資産や固有資産についての解説、本事業に関わるニュース、イベント等の告知などを主なコンテンツとしており、これまでの禅研究における蓄積を国内外に発信する情報発信拠点の構築のみならず、専門分野の異なる研究者と協力し、禅（ZEN）の新たな研究領域を開拓することで、『「禅と心」研究の学際的国際的拠点としての駒澤大学』としてのブランドの確立を目指します。

URL:https://zen-branding.komazawa-u.ac.jp/



「ZEN BRANDING KICK OFF EVENT NO.1」

2017 年 2 月 22 日（水）
駒澤大学 6 階大会議室

題目 1 ：第 1 部「もっとよく知ろう　禅の世界」
発表者：永井政之先生（仏教学部）
司　会：各務洋子先生（GMS 学部）
参加者：20 名
第 2 部「禅ブランディング事業について
　－コンセプトと事務手続きのフローについて－」
①研究チームごとの活動報告
（永井先生、有光先生、青木先生、各務先生）
②禅ブランディング事業予算の申請方法について（工藤〈教務部〉）
参加者：19 名

只管打坐 3.0　坐禅会

2017 年 3 月 4 日
駒澤大学　坐禅堂

講師：山下良道先生（鎌倉一法庵主）

ワンダルマ・メソッドによる坐禅指導
1 読経　飽和
2 ウォーキング・メディテーション
（大学～駒沢公園）
3 プラーナーヤーマ（呼吸法：板橋理江先生）
4 坐禅
5 質疑応答

「ZEN BRANDING KICK OFF EVENT NO.2」

2017 年 3 月 18 日（土）
中央講堂

第 1 部「禅宗の展開と地域社会―曹洞禅を中心に－」
発表者：廣瀬良弘学長（文学部）
司　会：日笠完治先生（法科大学院）
参加者：27 名

第 2 部「Branding　Zen：From　Komazawa　to the World」
発表者：ダンカン　ウイリアムス先生（南カリフォルニア大学）
参加者：29 名

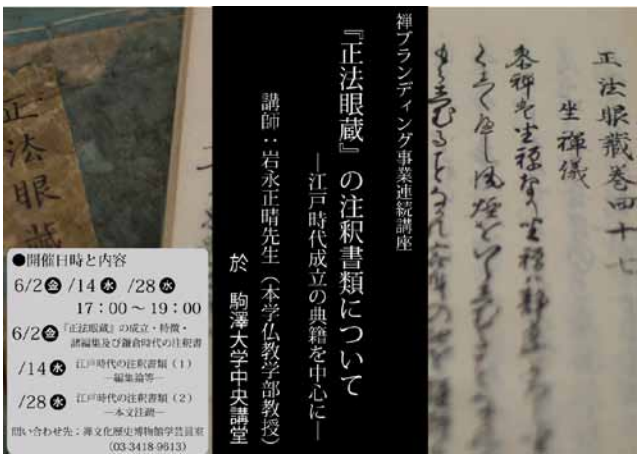
禅と心　学びのフェア

ストレスや不安がある現代社会社会の中で、
なぜ、禅は人をひきつけるのか？

2017 年 4 月 3 日（月）～
駒澤大学ブックセンター

禅ブランディング事業連続講座
『正法眼蔵』の注釈書類について
―江戸時代成立の典籍を中心に―

駒澤大学中央講堂



第１回　2017 年６月２日（金）
『正法眼蔵』の成立・特徴・諸編集及び鎌倉時代の注釈書
第２回　2017 年６月 14 日（水）
江戸時代の注釈書類（１）―編集論等―
第３回　６月 28 日（水）第３回
江戸時代の注釈書類（2）―本文注疏―

講師：岩永正晴先生（駒澤大学仏教学部教授）

参加者：各 30 名

身心チーム勉強会
『禅の効果に関するランダム化比較実験の研究デザインについて』

2017 年６月 22 日
講師：津川友介先生〈ハーバード公衆衛生大学院〉

2017 年８月 19 日
菊池はやみ先生〈ハーバード公衆衛生大学院〉招聘
ｆ MRI 視察（関東労災病院）

禅ブランディング効果測定調査報告会
―他大学と比較した駒澤大学の現状と課題―

2017 年 7 月 24（月）
駒澤大学　1 号館 403 教場
学内教職員対象

参加者：25 名

「原因と結果の経済学
～因果推論の禅の科学的効果への応用に向けて～」

2017 年 9 月 1 日（金）
駒澤大学中央講堂

講演会
講師：カリフォルニア大学ロサンゼルス校医学部助教　津川友介先生

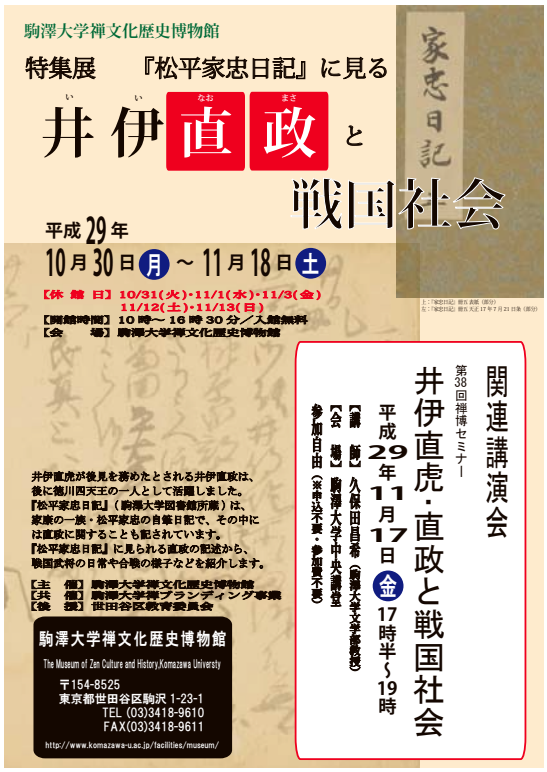
参加者：30 名

特集展
『松平家忠日記』に見る井伊直政と戦国社会

2017 年 10 月 30 日（月）～ 11 月 18 日（土）
駒澤大学禅文化歴史博物館

主催：禅文化歴史博物館
共催：禅ブランディング事業
後援：世田谷教育委員会

第 38 回禅博セミナー「禅僧・井伊直虎と戦国社会」
2017 年 11 月 17 日（金）　17:30 ～ 19:00
駒澤大学中央講堂
講師：久保田昌希先生（本学文学部歴史学科教授）
参加者：50 名



新春企画
禅ブランディング事業シンポジウム
『禅と心』の学際的国際的研究に向けた視座

2018 年 1 月 10 日（水）16：20　～　18：00
駒澤大学 1-201 教場

○　プログラム　○
開会・学長挨拶　長谷部八朗　教授（駒澤大学学長）
≪第一部≫
①禅ブランディング事業の概要と講演会の趣旨
　　禅ブランディング・プロジェクトリーダー　日笠完治　教授
② 5 研究チーム報告
　　禅ブランディング発信チームリーダー　各務洋子　教授
　　曹洞禅とその源流研究チームリーダー　角田泰隆　教授
　　禅の受容と展開研究チームリーダー　飯塚大展　教授
　　人の体と心の研究チームリーダー　名古安伸　准教授
　　現代社会研究チームリーダー　青木茂樹　教授
講演「禅の国際的展開におけるチャンスと課題」
講師：曹洞宗国際センター所長　藤田一照　氏
≪第二部≫
趣旨説明　禅ブランディング発信チームリーダー　各務洋子　教授
講師紹介　現代社会研究チームメンバー　中野香織　准教授
講演「『創設者の想い』の襷を現代に受け継ぐ大学ブランディング」
講師：東洋大学広報課長　榊原康貴　氏
パネルディスカッション
パネリスト：曹洞宗国際センター所長　藤田一照　氏
　　：東洋大学広報課長　榊原康貴　氏
ファシリテーター：現代社会研究チームリーダー　青木茂樹　教授
閉会　禅の受容と展開研究チームリーダー　飯塚大展　教授

第 34 回　禅文化歴史博物館実践セミナー
坐禅と禅の食事作法

2018 年 3 月 9 日（金）
駒澤大学深沢校舎　日本館

主催：駒澤大学禅文化歴史博物館
共催：駒澤大学禅ブランディングプロジェクトチーム
参加者：24 名

梅花流詠讃歌による仏教讃歌
禅僧が奏でる清浄の響き

2018 年 6 月 7 日（木）
駒澤大学禅文化歴史博物館

禅文化歴史博物館、禅ブランディング事業共催事業
協力：梅花流特派師範有志会

参加者：79 名

第一部　　三宝讃歎
奉詠題目
坐禅御詠歌（浄心）
大聖釈迦如来成道御詠歌（明星）
花供養御詠歌（供華）
同行御詠歌（道交）
三帰依文
梵讃　＜三宝帰依の歌＞
漢讃　＜洒水文・散華偈・三帰依文＞　浄道場・散華・声明・礼拝
和讃　＜三宝讃歌＞二部合唱
　第二部　　永平開創
奉詠題目
高祖承陽大師道元禅師修行御和讃
観世音菩薩第二番御詠歌（浄光）
高祖道元禅師学道御詠歌（慕古）
七仏宝号　声明と続行
大聖釈迦牟尼如来御詠歌（紫雲）
大本山永平寺第一番御詠歌（渓声）
誓願御和讃

演者並びに協力者（敬称等略）
梅花流特派師範有志会
鬼頭広安（宗保院）、水島博恭（珠泉院）、片桐修一（岩泉寺）、山崎隆宏（静簡院）、
牧野義眞（宗源寺）、渡邊清徳（高徳寺）、野口謙治（泉福寺）、小嶋弘道（泉福寺）、松井量孝（新井寺）
佐藤俊晃（龍泉寺）【代表幹事】導師並びに構成・演出

マンガと音楽で仏教の世界観を伝える

2018 年 7 月 17 日

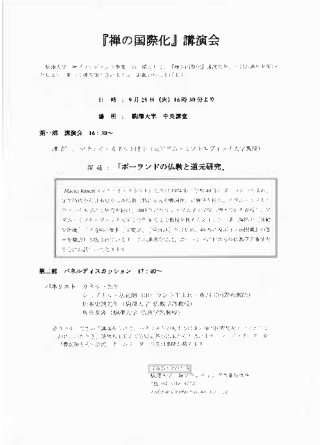
悟東あすか氏（漫画家・真言宗尼僧）
野村圭秀氏（龍樹山宝蔵寺住職・駒澤大学卒・DJ）

講義：「仏教の世界観の違い」
ディスカッション：お坊さんと話そう＆質問しよう

『禅の国際化』講演会

2018 年 9 月 25 日（火）
駒澤大学　中央講堂
演題：「ポーランドの仏教と道元研究」
講師：マチェイ・カネルト博士
（元アダムミツキエヴィッチ大学教授）

パネルディスカッション
パネリスト
カネルト先生
シュプナル・法純師（ポーランド生まれ・曹洞宗国際布教師）
松本史朗先生（駒澤大学 仏教学部教授）
角田泰隆（駒澤大学 仏教学部教授）


『禅の国際化』講演会

禅をきく会

2018 年 10 月 08 日 (月)
駒澤大学　記念講堂　＜入場無料＞

合同企画　曹洞宗宗務庁・駒澤大学禅ブランディング事業チーム

プログラム
音楽法要
第一部
■日本における達磨
①言い尽くせない達磨　駒澤大学仏教学部教授　飯塚大展
②達磨図について　駒澤大学仏教学部教授　村松哲文
③江戸時代の達磨さん　駒澤大学文学部教授　近衞典子
第二部
■いす坐禅　坐禅指導　駒澤大学仏教学部教授　角田泰隆
■和太鼓集団「鼓司」　三重県曹洞宗青年会

協力：駒澤大学電気美術研究部・駒澤大学合唱団

展示　第 52 回全国青少年書道展上位入賞作品展示
及び駒澤大学禅ブランディング事業紹介コーナー等

参加者：573 名

連続講座　禅の歴史

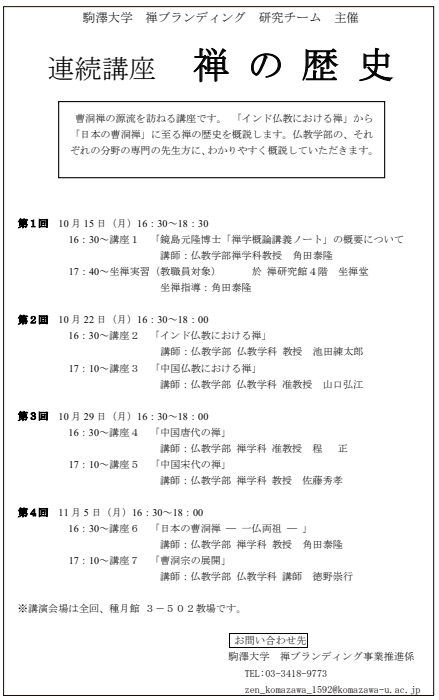
駒澤大学　種月館 3-502 教場

第 1 回　2018 年 10 月 15 日（月）
■講義 1 「鏡島元隆博士「禅学概論講義ノート」の概要について」
講師：仏教学部　禅学科教授　角田泰隆
■坐禅実習　※（駒澤大学教職員のみ対象）
坐禅指導：仏教学部　禅学科教授　角田泰隆
駒澤大学　禅研究館 4 階　坐禅堂

第 2 回　2018 年 10 月 22 日（月）
■講義 2　インド仏教における禅
講師：仏教学部　仏教学科教授　池田練太郎
■講義 3　中国仏教における禅
講師：仏教学部　仏教学科准教授　山口弘江

第 3 回　2018 年 11 月 5 日（月）
■講義 4　中国唐代の禅
講師：仏教学部　禅学科教授　程正
■講義 5　中国宋代の禅
講師：仏教学部　禅学科教授　佐藤秀孝

第 4 回　11 月 19 日（月）
■講義 6　日本の曹洞禅 – 一仏両祖 –
講師：仏教学部　禅学科教授　角田泰隆
■講義 7　曹洞宗の展開
講師：仏教学部　仏教学科講師　徳野崇行


駒澤大学　禅ブランディング　研究チーム　主催

連続講座　禅 の 歴 史

曹洞禅の源流を訪ねる講座です。「インド仏教における禅」から「日本の曹洞禅」に至る禅の歴史を概説します。仏教学部の、それぞれの分野の専門の先生方に、わかりやすく概説していただきます。

第１回　10 月 15 日（月）16：30～18：30
16：30～講座１　「鏡島元隆博士「禅学概論講義ノート」の概要について
講師：仏教学部禅学科教授　角田泰隆
17：40～坐禅実習（教職員対象）　於 禅研究館４階　坐禅堂
坐禅指導：角田泰隆

第２回　10 月 22 日（月）16：30～18：00
16：30～講座２　「インド仏教における禅」
講師：仏教学部 仏教学科 教授　池田練太郎
17：10～講座３　「中国仏教における禅」
講師：仏教学部 仏教学科 准教授　山口弘江

第３回　10 月 29 日（月）16：30～18：00
16：30～講座４　「中国唐代の禅」
講師：仏教学部 禅学科 准教授　程　正
17：10～講座５　「中国宋代の禅」
講師：仏教学部 禅学科 教授　佐藤秀孝

第４回　11 月 5 日（月）16：30～18：00
16：30～講座６　「日本の曹洞禅 ― 一仏両祖 ― 」
講師：仏教学部 禅学科 教授　角田泰隆
17：10～講座７　「曹洞宗の展開」
講師：仏教学部 仏教学科 講師　徳野崇行

※講演会場は全回、種月館 ３－５０２教場です。

お問い合わせ先
駒澤大学　禅ブランディング事業推進係
TEL:03-3418-9773
zen_komazawa_1592@komazawa-u.ac.jp

対談　（WEB 公開）
萩本欽一×長谷部八朗

2018 年 11 月 8 日（木）

萩本欽一
駒澤大学 仏教学部 4 年生（対談時）
長谷部八朗
駒澤大学 学長（対談時）
駒澤大学 仏教学部 仏教学科 教授

対談　（WEB 公開）
有田秀穂×角田泰隆

2018 年 11 月 17 日（金）

有田秀穂
セロトニン Dojo 代表
医師（メンタルヘルス・心のリハビリ）
医学博士
東邦大学 医学部 名誉教授

角田泰隆
駒澤大学 仏教学部 禅学科 教授
長野県伊那市 常圓寺 住職

臘八坐禅

2018 年 12 月 3 日（月）～ 12 月 7 日（金）

禅研究館 4 階の坐禅堂

臘八（ろうはつ）坐禅

日時　十二月三日（月）～七日（金）　午前七時半～八時半
場所　禅研究館　四階　坐　禅　堂
対象　本学教職員・学生（含聴講生）　＊但し坐禅経験者

※坐禅経験者を対象といたしますが、初心者の方で参加希望の方は、初日（三日）にご参加下さい。坐禅指導をいたします。
※坐禅に適したゆったりした服装でご参加下さい。
お問い合わせ先　駒澤大学　禅プランディング事業推進係
TEL　〇三－三四一八－九七七三

『禅の声』

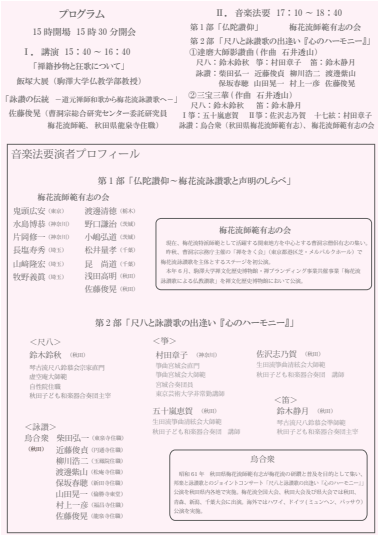
2018 年 12 月 14 日（金）
駒澤大学記念講堂

後援：世田谷プラットフォーム

出演：烏合衆（秋田県梅花流師範有志）・梅花流師範有志の会

講演
1.「禅籍抄物と狂歌について」 飯塚大展（駒澤大学仏教学部教授）
2.「詠讃の伝統　－道元禅師和歌から梅花流詠讃歌へ－」佐藤俊晃（梅花流師範、秋田県龍泉寺住職）
音楽法要
第 1 部「仏陀讃仰」梅花流師範有志の会
第 2 部「尺八と詠讃歌の出逢い『心のハーモニー』」
詠讃：烏合衆（秋田県梅花流師範有志）、梅花流師範有志の会

参加者：415 名



ZEN × ART 公開収録　ZEN と ART の Collaboration

2019 年 3 月 29 日（金）
駒澤大学中央講堂

第 1 部　対談　安西　智×村松哲文　（司会：近衞典子）
第 2 部　安西　智　Live ペインティング
　　（演奏：吉井一博　Jazz 研究会所属）

安西　智
駒澤大学文学部国文学科卒業　絵描きユニット「だるま商店」
村松哲文
駒澤大学仏教学部禅学科教授

禅ブランディンググッズ完成

2019 年 4 月 1 日
トートバッグ（黒、白）、クリアファイル（3 種類）

駒澤大学で講談を聞こう！
一休諸国ばなし～地獄問答～

2019 年 6 月 7 日 (金)

駒澤大学　中央講堂　＜入場無料＞

後援：世田谷教育委員会、世田谷プラットフォーム

講演：「中世の禅僧、一休宗純」
駒澤大学仏教学部教授　飯塚大展
講談：「一休諸国ばなし～地獄問答～」
旭堂南海　師

参加者：173 名

シンポジウム

駒澤大学における「禅と心」探求の歴史

2019 年 7 月 20 日 (土)
駒澤大学　中央講堂　＜入場無料＞

後援：世田谷プラットフォーム

【パネル発表】
1.「仏教における『禅と心』の探求」
駒澤大学仏教学部教授　石井公成
2.「原坦山と近代日本仏教」
東北大学准教授　オリオン・クラウタウ
3.「近代仏教と精神療法：忽滑谷快天『錬心術』の宗教史的意味」
舞鶴高等専門学校教授　吉永進一
4.「秋重義治と禅心理学」
駒澤大学名誉教授　谷口泰富

【パネルディスカッション】：
石井公成、オリオン・クラウタウ、吉永進一、谷口泰富

駒澤大学 平成28年度文部科学省私立大学研究ブランディング事業採択「禅と心」研究の学際的国際的拠点づくりとブランド化事業

シンポジウム
駒澤大学における
「禅と心」探求の歴史

日時：7月20日（土）15：00～17：50
場所：駒澤大学　中央講堂

プログラム
＜パネル発表＞15:20 ～16:40　＊1人20分程度
1、「仏教における『禅と心』の探究」　石井公成（仏教学部教授）

2、「原坦山と近代日本仏教」　オリオン・クラウタウ（東北大学准教授）

原坦山（はらたんざん）文政2（1819）～明治25（1892）＊本年は生誕200年に当たる。
曹洞宗僧侶。昌平坂学問所（昌平黌）で儒学や医学を学び、明櫛林（後の駒澤大学）で儒教を講義。禅僧に転じて風外本高の下で開悟し、大中寺住に納法。後にオランダ医学を学んで「心性実験」を行ない、1879年には東京大学で最初の仏教の講師となった。曹洞宗大学林（後の駒澤大学）総監も務めた。弟子に「修証義」を起草した大内青巒（1845～1918）がおり、著書に『禅学心性実験録』等がある。

3、「近代仏教と精神療法：忽滑谷快天『錬心術』の宗教史的意味」　吉永進一（舞鶴高等専門学校教授）

忽滑谷快天（ぬかりやかいてん）慶応3（1867）～昭和9（1934）
曹洞宗僧侶。慶應義塾大学文学部で英語を学び、1913年に今日でも欧米で広く読まれている*The Religion of the Samurai :A Study of Zen Philosophy and Discipline in China and Japan*(サムライの宗教：中国と日本における禅の哲学と修行)をロンドンで刊行。『禅学思想史』の研究で学位（文学博士）を取得。東洋諸国の禅学思想史を研究し、「忽滑谷禅学」を確立した。その研究はイスラム教・諸哲学・神秘主義・心霊学にも及ぶ。曹洞宗大学が大学令によって駒澤大学に転換した際、初代学長を務めた。

4、「秋重義治と禅心理学」　谷口泰富（駒澤大学名誉教授）

秋重義治（あきしげよしはる）明治37（1904）～昭和54（1979）
禅心理学者。九州大学文学部心理学科卒。九州大学文学部教授、文学博士。定年退官後に諸分野にわたる総合的な禅研究を意図して駒澤大学に移籍。世界初となる禅心理学研究を柱とした大学院修士課程心理専攻と禅研究所を創設し、禅の心理学・生理学的な研究を行い、英語の論文集を世界に向けて刊行した。『正法眼蔵』等、道元の著作の研究家としても知られ、著書に『禅の心理学』等がある。

＜休憩＞16:40～16:50

＜パネルディスカッション＞16:50～17:50　石井公成、オリオン・クラウタウ、吉永進一、谷口泰富

＜主催＞駒澤大学　禅ブランディング事業
＜後援＞世田谷プラットフォーム

＜お問い合わせ＞
駒澤大学　禅ブランディング事業推進係
TEL:03-3418-9773
zenbranding@komazawa-u.ac.jp

こども大学

2019 年 7 月 28 日

ZEN-PAL 学生による「禅てなーに」にて参加

「禅の食事作法を体験する会」

2019 年 10 月 4 日（金）
指導：　仏教学部　角田泰隆教授
参加者：28 名

精進料理を学び味わう

2019 年 10 月 25 日（金）
講演：元大本山永平寺典座　二瓶法道老子
「禅寺の食」について
実演：二瓶老師と村松老師　胡麻豆腐作り
参加者：29 名
駒澤キャンパス種月館の食堂個室

「道元絵伝」の絵解きと説話

日時：2019 年 10 月 17 日 (木)
駒澤大学　種月館 4F 種月ホール　＜入場無料＞

後援：世田谷区教育委員会

上映会「道元禅師絵伝・絵解き」
講演会「道元絵伝の絵解きと説話」
講師：堤　邦彦　（京都精華大学教授）
司会：田中　徳定　（駒澤大学文学部教授）

参加者：289 名

「日日是好日」
映画上映会 & 大森立嗣監督来校イベント

2019 年 11 月 14 日 (木)
駒澤大学　記念講堂　< 入場無料・予約不要 >

後援：世田谷区教育委員会

プログラム
上映会
大森立嗣監督と学生のトークイベント

鼎談　（WEB 配信）
大森立詞×永井政之×各務洋子

2019 年 11 月 14（木）

大森立詞
映画監督

永井政之
駒澤大学総長（鼎談時）
駒澤大学仏教学部名誉教授

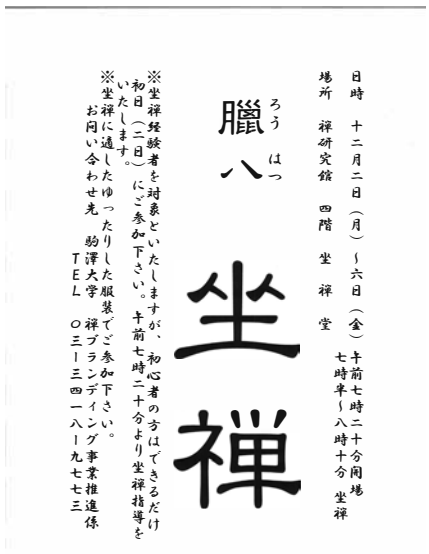
各務洋子
グローバル・メディア・スタディーズ学部　教授

臘八坐禅

2019 年 12 月 2 日（月）～ 12 月 6 日（金）
午前 7 時半

駒澤大学坐禅堂

参加者：のべ 110 名



日時　十二月二日（月）～六日（金）午前七時二十分開場
場所　禅研究館　四階　坐　禅　堂　七時半～八時十分　坐禅

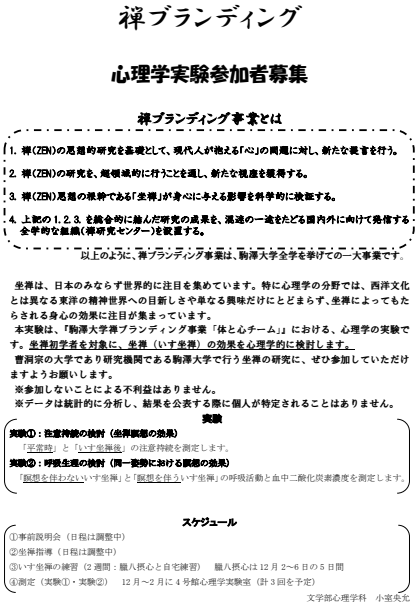
臘八（ろうはつ）坐禅

※坐禅経験者を対象といたしますが、初心者の方はできるだけ初日（二日）にご参加下さい。午前七時二十分より坐禅指導をいたします。
※坐禅に適したゆったりした服装でご参加下さい。
お問い合わせ先　駒澤大学　禅ブランディング事業推進係
TEL　〇三－三四一八－九七七三

椅子坐禅　講習会

2019 年 12 月 13 日（金）

坐禅指導　角田泰隆先生
実験説明　小室央允先生



禅ブランディング

心理学実験参加者募集

禅ブランディング事業とは

1. 禅(ZEN)の思想的研究を基礎として、現代人が抱える「べ」の問題に対し、新たな提言を行う。
2. 禅(ZEN)の研究を、横領域的に行うことを通し、新たな視座を獲得する。
3. 禅(ZEN)思想の根幹である「坐禅」が身べに与える影響を科学的に検証する。
4. 上記の 1. 2. 3. を総合的に踏んだ研究の成果を、温故の一途をたどる国内外に向けて発信する全学的な組織(禅研究センター)を設置する。

以上のように、禅ブランディング事業は、駒澤大学全学を挙げての一大事業です。

坐禅は、日本のみならず世界的に注目を集めています。特に心理学の分野では、西洋文化とは異なる東洋の精神世界への目新しさや単なる興味だけにとどまらず、坐禅によってもたらされる身心の効果に注目が集まっています。
本実験は、「駒澤大学禅ブランディング事業「体と心チーム」」における、心理学の実験です。坐禅初学者を対象に、坐禅（いす坐禅）の効果を心理学的に検討します。
曹洞宗の大学であり研究機関である駒澤大学で行う坐禅の研究に、ぜひ参加していただけますようお願いします。
※参加しないことによる不利益はありません。
※データは統計的に分析し、結果を公表する際に個人が特定されることはありません。

実験

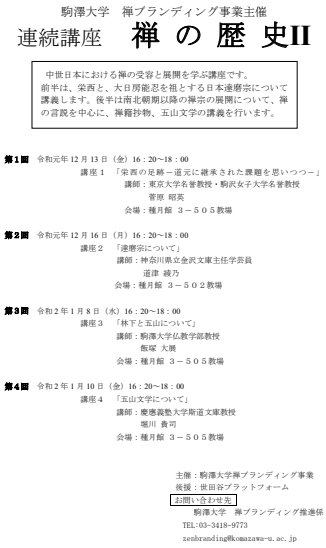
実験①：注意持続の検討（坐禅瞑想の効果）
「正常時」と「いす坐禅座」の注意持続を測定します。
実験②：呼吸生理の検討（同一姿勢における瞑想の効果）
「瞑想を伴わないいす坐禅」と「瞑想を伴ういす坐禅」の呼吸活動と血中二酸化炭素濃度を測定します。

スケジュール

①事前説明会（日程は調整中）
②坐禅指導（日程は調整中）
③いす坐禅の練習（2 週間：臘八摂心と自宅練習）　臘八摂心は 12 月 2～6 日の 5 日間
④測定（実験①・実験②）　12 月～2 月に 4 号館心理学実験室（計 3 回を予定）

文学部心理学科　小室央允

連続講座「禅の歴史Ⅱ」


駒澤大学　禅ブランディング事業主催

連続講座　**禅 の 歴 史II**

中世日本における禅の受容と展開を学ぶ講座です。
前半は、栄西と、大日房能忍を祖とする日本達磨宗について講義します。後半は南北朝期以降の禅宗の展開について、禅の言説を中心に、禅籍抄物、五山文学の講義を行います。

第1回　令和元年 12 月 13 日（金）16：20～18：00
講座１　「栄西の足跡－道元に継承された課題を思いつつ－」
講師：東京大学名誉教授・駒沢女子大学名誉教授
菅原 昭英
会場：種月館　３－５０５教場

第2回　令和元年 12 月 16 日（月）16：20～18：00
講座２　「達磨宗について」
講師：神奈川県立金沢文庫主任学芸員
道津 綾乃
会場：種月館　３－５０２教場

第3回　令和２年１月８日（水）16：20～18：00
講座３　「林下と五山について」
講師：駒澤大学仏教学部教授
飯塚 大展
会場：種月館　３－５０５教場

第4回　令和２年１月 10 日（金）16：20～18：00
講座４　「五山文学について」
講師：慶應義塾大学斯道文庫教授
堀川 貴司
会場：種月館　３－５０５教場

主催：駒澤大学禅ブランディング事業
後援：世田谷プラットフォーム
お問い合わせ先
駒澤大学　禅ブランディング推進係
TEL:03-3418-9773
zenbranding@komazawa-u.ac.jp

第１回　　2019 年 12 月 13 日（金）
講座１「栄西の足跡－道元に継承された課題を思いつつ－」
講師：東京大学名誉教授・駒沢女子大学名誉教授　菅原 昭英
種月館 3-505 教場
参加者：54 名

第２回　　2019 年 12 月 16 日（月）
講座２「達磨宗について」
講師：神奈川県立金沢文庫主任学芸員　道津 綾乃
種月館 3-502 教場
参加者：47 名

第３回　2020 年１月８日（水）
講座３「林下と五山について」
講師：駒澤大学仏教学部教授　飯塚 大展
種月館 3-505 教場
参加者：30 名

第４回　2020 年１月 10 日（金）
講座４「五山文学について」
講師：慶應義塾大学斯道文庫教授　堀川 貴司
種月館 3-505 教場
参加者：36 名

鼎談　（WEB 配信）
デービッド・アトキンソン×飯塚大展×青木茂樹

2020 年３月 30 日（月）

デービッド・アトキンソン
株式会社小西美術工藝社 代表取締役社長
奈良県立大学客員教授
元ゴールドマン・サックス証券 金融調査室長

飯塚大展
駒澤大学　仏教学部　教授
曹洞宗豊栖院 住職

青木茂樹
駒澤大学　経営学部市場戦略学科　教授

『禅と古典芸能　旭堂南海師の講談』収録

2020 年 10 月 16 日（金）
駒澤大学深沢キャンパス　日本館

『敵は本能寺にあり』（『明智軍記』より）
『湊川建碑の巻』（『水戸黄門漫遊記』より）

配信 2020 年 12 月 25 日～ 2021 年 3 月 31 日

『禅と古典芸能　能楽へのいざない』収録

2020 年 11 月 23 日（月）
駒澤大学深沢キャンパス 120 周年アカデミーホール

■ 舞台挨拶・解説　善竹 大二郎
■ 金春流素謡『翁』　金春憲和
地謡 / 山井綱雄　本田芳樹　本田布由樹 中村昌弘
■ 観世流仕舞『高砂』　梅若長左衛門
地謡 / 山中迈晶　佐久間二郎 桑田貴志　中森健之介
■ 観世流半能『石橋』　シテ / 観世喜正
ツレ / 小島英明 ワキ / 野口能弘 アイ / 善竹大二郎
笛 / 藤田貴寛　小鼓 / 観世新九郎　大鼓 / 佃良太郎
太鼓 / 金春惣右衛門
後見 / 観世喜之 奥川恒治
地謡 / 駒瀬直也 中所宣夫 遠藤喜久 鈴木啓吾 佐久間二郎
桑田貴志
台持ち / 中森健之介　新井麻衣子　河井美紀　奥川恒成
■ 大蔵流狂言『末広がり』
果報者 / 善竹十郎　太郎冠者 / 大蔵教義　すっぱ / 野島伸仁
後見 / 川野誠一
笛 / 藤田貴寛　小鼓 / 観世新九郎　大鼓 / 佃良太郎
太鼓 / 金春惣右衛門

配信：2021 年 2 月 8 日～ 3 月 31 日

禅と受容と展開チーム
成果報告展示

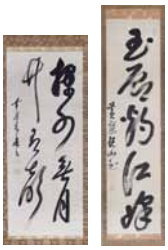
2020 年 11 月 23 日（月）～
2021 年 3 月 31 日（水）

煎茶の歴史と黄檗宗

日本における煎茶の歴史上、黄檗山萬福寺を開山した隠元隆琦（1592–1673）が伝えた明代の茶の文化は重要であり、それは薬用としてまた、仏教・禅の修行を助けるものとして京都宇治の地から一般社会に広まったと考えられています。萬福寺は自給自足を常とし、煎茶の栽培・製茶も境内で行われていたと言われ、その製法は鍋煎茶で世俗では隠元茶とも呼ばれています。宇治は栄西禅師によって茶種が持ち帰られ日本のお茶栽培が盛んになった地域で、隠元禅師は福建省の農村の出身であることから製茶をしていた可能性も考えられます。

黄檗宗は、明の文人茶や唐・南宋の洗練された中国文化を積極的に取りいれてきたことで知られています。萬福寺の開祖である隠元に関する 最近の研究により、隠元が集め所蔵した中国の事物、書籍、宗教上の品物、絵や書、そして茶道具などは、江戸時代初めに日本の文化に溶け込み、その後の売茶翁を通じて新たな茶の世界が展開されたことが明らかにされています。

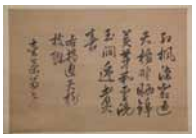
黄檗の禅の書（木庵・悦山）



左　木庵性瑫筆
右　悦山道宗筆

黄檗の書としては隠元・木庵・即非の三筆の他にも悦山を含め多くの黄檗僧の書が残っています。また、煎茶に関する詩偈も萬福寺では多く書かれていたといいます。

売茶翁高遊外と禅



売茶翁高遊外筆

売茶翁は五十七歳のとき京都において僧籍を離れ、六十一歳のとき京都東山に通仙亭を開き売茶活動を始めます。これは市井の人に負担がかかる托鉢の代わりにお茶を売り、禅の修行をしていたとも言われています。

文人の煎茶

高橋草坪画

文人は、人を招いて煎茶を喫しながら自然を愛で、書画を鑑賞し教養を深めたといわれています。

蓮月水指

煎茶の和書・文房具

瑠璃捻面取筆管

獏文白端渓硯

煎茶の和書は大枝流芳が日本で最初に出版した『青湾茶話』（再版後は煎茶仕用集と改題）をはじめ、木村蒹葭堂、上田秋成、田能村竹田の他多くの人が出版しています。また、日本の文人煎茶では、書画があるとその空間に文具を整え煎茶を喫しながら鑑賞し、文雅を楽しんだといわれています。

資料は個人蔵
写真撮影・提供　大屋孝雄氏

煎茶器

煎茶器は、中国のものが珍重されていますが、日本で製茶された茶葉の出現により独自の変化をしています。

朱泥扁円鼓式茶瓶

朱泥湯瓶・朱泥長方風門一文字六角炉

夢窓疎石と鎌倉瑞泉寺の庭園

夢窓疎石について

夢窓疎石は、鎌倉・南北朝時代を代表する禅僧であり、鎌倉の瑞泉寺、京都の天龍寺、西芳寺（苔寺）の庭園を作庭したことでも知られています。

夢窓疎石は、建治元年（1273）、伊勢国で誕生しました。最初、密教を学びましたが禅宗に転じ、嘉元 3 年（1305）、高峰顕日（こうほうけんにち）から印可を受けました。正中 2 年（1325）後醍醐天皇の招請をうけ、南禅寺の住職となりますが、翌年南禅寺を退き、北条高時の招請を受けて鎌倉に来て、嘉暦 2 年（1327）錦屏山（きんぺいさん）瑞泉寺を創建し開山になりました。そして、その翌年には、裏山である錦屏山の頂上に富士山を遥か正面に望む偏界一覧亭（へんかいいちらんてい）を建立しています。

瑞泉寺の開山　夢窓疎石 坐像

錦屏山瑞泉寺全景

夢窓疎石の生きた時代は、鎌倉幕府の滅亡から南北朝時代という激動の時代でした。夢窓疎石は鎌倉幕府の北条高時から帰依を受け、鎌倉幕府滅亡後は後醍醐天皇から厚い帰依を受けました。また、足利尊氏、足利直義は夢想疎石に弟子の礼を取り、足利直義は熱心に参禅しました。足利直義が夢窓疎石に質問をし、それに答えた問答をまとめたものが『夢中問答集』です。後醍醐天皇が吉野で崩御すると、夢窓疎石は後醍醐天皇の菩提を弔うために天龍寺を創建し、その開山になっています。夢窓疎石は、生前には、後醍醐天皇始め三人の天皇から国師号を賜り、さらに遷化後に、後光厳天皇始め四人の天皇から国師号の追諡を受け、「七朝の帝師（しちちょうのていし）」と称されています。

瑞泉寺の庭園

夢窓疎石が修行中に巡った場所や、そして悟りを得た後に庵を結んだ場所は、いずれも景勝の地であり、夢窓疎石にとって、自然は修行と不可分の関係にあったと考えられます。『夢中問答集』には、「山河大地、草木瓦石、自然のあらゆるもの全てが自己の本分であると信じ、泉石草木が四季折節に移り変わる景色を心の「工夫」とする人があるならば、求道者が山水を愛する模範とするがよい」と述べられています。

夢窓疎石にとって、自然はすべて自己の本分であり、自然と向き合う中で心を「工夫」する修行の場であったのです。

瑞泉寺（夢窓疎石作庭の庭園）

瑞泉寺の庭園には、境内の一隅の岩盤に、夢窓疎石が坐禅をしたと伝えられる坐禅窟（葆光窟（ほうこうくつ））が穿たれ、また、大きな洞窟（天女窟）が穿たれています。この天女窟の前には池が作られており、天女窟に座し、池の水面に映る月影を観ることによって「水月」（大乗十喩の一つ。諸々の事象には実体のないことのたとえ）を観相したのではないかと考えられています。

瑞泉寺（庭園と天女窟）

天女窟より庭園と本堂を望む

偏界一覧亭から富士山を望む

※2019 年 2 月 21 日に、禅ブランディング事業展開チームは、瑞泉寺ご住職大下一真師のご厚意により、瑞泉寺を訪問し、夢窓疎石作庭の庭園を拝観させていただき、大下一真師より夢窓疎石と瑞泉寺の庭園についてのご講義を賜りました。また、今回の展示においては、瑞泉寺ご住職を通じて、長年瑞泉寺の写真を撮影している湯川晃敏氏から写真を提供していただきました。あわせて御礼申し上げます。

駒澤大学と『禅籍目録』

『禅籍目録』は、昭和 3（1928）年駒澤大学図書館より刊行された禅関係文献目録であり、この『禅籍目録』を補訂して昭和 37（1962）年に刊行されたのが『新纂禅籍目録』である。

禅ブランディング事業では、この 2 冊の『禅籍目録』に続く新たな『目録』を目指し、「禅籍目録電子版［試行版］)」を制作し、WEB 公開を行っている。

左：『新纂禅籍目録』（昭和 37 年）
右：『禅籍目録』（昭和 3 年）

『禅籍目録』編纂の歴史

①『禅籍目録』編纂の始まり

『禅籍目録』作成の計画は、駒澤大学初代図書館長高田儀光が着任した大正時代に始まる。「禅宗研究に必要な書籍・文献をできうる限り収集・編録し、当該書誌の収集の利用に資すること」を目的に『禅籍目録』の編纂が開始された。

初代図書館長　高田儀光

『曹洞宗宗報』に載せられた広告
（大正 9 年）

②『禅籍目録』の刊行

『禅籍目録』は、関東大震災（1923 年）で壊滅的打撃を受けた旧図書館の新築落成に合わせて刊行された。『禅籍目録』は未定稿のままの刊行となったが、将来の補訂に向けた周知を目的とすることが序文に記されている。

昭和 3 年開館の図書館
（現禅文化歴史博物館）

落成式当日の様子が記された
業務日誌『図書館誌』

③『新纂禅籍目録』の刊行

『新纂禅籍目録』は、昭和 37（1962）年、本学の開校 80 周年を記念して出版された。本学図書館の蔵書の充実という当初の目的を大きく超え、『禅籍目録』『新纂禅籍目録』は多くの禅宗研究者に利用されることとなった。

『新纂禅籍目録』刊行時の
本学総長　保坂玉泉
（第 8 代図書館係）

『新纂禅籍目録』の出版により
本学図書館が受賞した
私立大学図書館協会賞賞状

④『禅籍目録』と小川霊道

第 10 代図書館係（第 8 代図書館長）であった小川霊道は、未定稿のまま刊行された『禅籍目録』を補訂し、後の『新纂禅籍目録』を編纂・刊行に尽力した。『新纂禅籍目録』序において、保坂玉泉は小川の功績を讃え、その半生は「『禅籍目録』と同死同生」であったと評している。

第 8 代図書館長　小川霊道
（第 10 代図書館係）

小川霊道『禅籍目録』関係資料

⑤新たな『禅籍目録』に関する取り組み

禅ブランディング事業では、「禅籍目録電子版［試行版］」を制作し、WEB 公開を行っている。今後、以下の資料群を追加し、随時公開を予定している。21 世紀の『禅籍目録』とするための活動を今後も継続していく。

- 敦煌禅籍文献データベース
- 禅籍・抄物データベース

『正法眼蔵』の注釈書

注釈書とは、過去の書物の文章や専門用語について補足・説明・解説した書物のことです。

道元禅師（1200 ～ 53）が著した『正法眼蔵』は、曹洞宗の根本宗典として、後継者たちに伝えられていくとともに、『正法眼蔵』に対する注釈も行われていきました。

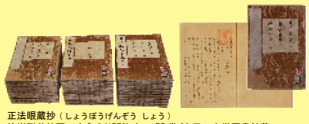
江戸時代になると、17 世紀後半から 18 世紀前半にかけて、道元禅師の時代への回帰と復興を掲げた「宗統復古」という運動が、曹洞宗僧侶を中心に展開されました。

宗統復古は曹洞宗学の進展に刺激をもたらし、優れた宗学者の登場により、『正法眼蔵』への研究が深まり、さまざまな注釈書が著されていきます。

『正法眼蔵』の注釈書は後学の指針となり、現在でも『正法眼蔵』を理解する上で、重要な禅籍であり、本学図書館にも多くの注釈書が所蔵されています。

道元禅師真筆『正法眼蔵』（嗣書の巻）
神文化歴史博物館蔵
全ての注釈書の原点である。
寛元元（1243）年の自筆修訂本。

道元禅師の門弟たちによる注釈
～『正法眼蔵聞書』と『正法眼蔵抄』～



正法眼蔵抄（しょうぼうげんぞう　しょう）
笑巌聯芳他写／安永 8（1779）年／ 75 巻 30 冊／本学図書館蔵

『正法眼蔵』最古の注釈書で、内容は『正法眼蔵聞書』と『正法眼蔵抄』に区分されます。まず道元禅師の直弟子である詮慧が、弘長 3(1263) 年頃、京都永興寺において、数人による討論の末、75 巻本に注釈を施した『正法眼蔵聞書』が成立しました。その後、乾元 2 ～延慶元（1303 ～ 08）年にかけて、詮慧の門弟経豪が、『正法眼蔵聞書』をもとにさらに注釈を施したものが『正法眼蔵抄』です。『正法眼蔵抄』は『正法眼蔵聞書』に拠って注釈を敷衍しています。また現存する『正法眼蔵抄』写本には『正法眼蔵聞書』があわせて謄写されています。その共著的な性格から『正法眼蔵聞書抄』と総称されます。

本格的な注釈書の誕生
～天桂伝尊と『辨註』～

天桂伝尊（1648-1735）が、享保 11(1726) 年から 5 年を費やして、60 巻本『正法眼蔵』を注釈した書。本格的な『正法眼蔵』の注釈書として最初のものです。

当時『正法眼蔵』は 95 巻本が知られていましたが、どれが道元禅師の真撰でどれが偽撰かという説が混沌としていました。天桂は自らの見識でこれを選別し、誤写脱漏もあるとし、語句の訂正を行うなど、毅然とした姿勢を追究しました。

天桂の『辨註』は 60 巻本の注釈書で、その他 35 巻は、拾遺別集として本文は掲げているが、真偽混淆して道元禅師真撰とは認めがたいとして注釈はしていません。

書名は『正法眼蔵辨註並調絃』と題され、巻頭に天桂が『正法眼蔵』に対する意見を述べた「調絃」が付されています。

正法眼蔵辨註（しょうぼうげんぞう　べんちゅう）
森江佐七刊／明治前期／ 22 巻 22 冊／本学図書館蔵

注釈書の漢文化と多様化
～瞎道本光と『参註』～

正法眼蔵却退一字参（しょうぼうげんぞう　きゃくたいいちじさん）
森江佐七刊／明治 16（1883）年／ 96 巻 14 冊／本学図書館蔵

瞎道本光（1710-1773）が、和文体であった『正法眼蔵』95 巻本を漢文化し、注釈を加えた書。各巻題目下に巻ごとの趣旨を要約した一転語（一語によって相手に納得させる端的な言葉）を加えて「参」と称し、総称して「却退一字参」と名付けました。別名『参註』といいます。漢文にする際の誤訳・倒置等の誤りもありますが、『正法眼蔵』最初の漢訳として注目されます。

明和 7(1770) 年に著されましたが、その 3 年後、瞎道は門人の甫天俊昶に、『参註』の開版を遺嘱して没しました。甫天はその 40 年後の文化 9(1812) 年に、私財を投じて独力で開版上梓しました。

禅ブランディング禅の受容と展開チーム事業成果報告
計画名：道元禅師の絵解き（2019 年度）

道元禅師絵伝について

曹洞宗祖道元禅師の伝記

曹洞宗の宗祖道元禅師の伝記は、はやくは『伝光録』（正安 2 年〈1300〉頃成立）、また『建撕記』（応安 2 年〈1468〉～文明 4 年〈1472〉頃成立）に記されていますが、一般の人々には広く知られていませんでした。

江戸時代中頃、宝暦 4 年（1754）、宗祖五百回遠忌（宝暦 2 年）にちなみ、面山瑞方補訂の『建撕記』版本が公刊され、ようやく道元禅師の一代記が世間に広まるようになります。その後、享和 2 年（1802）、宗祖五百五十回遠忌を機縁として、改めて面山瑞方補訂の『建撕記』に図絵を加えて発刊する計画がなされ、大賢鳳樹・瑞岡珍牛編『訂補建撕記図会』2 巻（文化 3 年〈1806〉序、同 14 年〈1817〉刊）、瑞岡珍牛編『永平高祖行状記』（内題『永平道元禅師行状図会』、平仮名絵入折本 2 冊、文化 6 年〈1809〉序記）が刊行され、道元禅師の伝記が広く一般大衆に親しまれるようになりました。

建撕 撰「建撕記」
（本学図書館所蔵）

大賢鳳樹・瑞岡珍牛編『訂補建撕記図会』
（本学図書館所蔵）

道元禅師木版絵伝の広まり

同じ頃、掛け幅の木版絵伝が制作されるようになります。文化 13 年（1816）には、黄泉無著撰『永平道元禅師行状之図』（双幅、全 46 景、紙本木版手彩色）が制作されました。黄泉無著によって印刻された版木は現在も永平寺に蔵されています。また、文政頃には、『高祖道元禅師行跡図』（双幅、全 48 景、紙本木版手彩色）が作られています。この『高祖道元禅師行跡図』は、永平寺より日本各地の寺院に配られ、地方寺院において手彩色を施したものです。

『高祖道元禅師行跡図』
（本学禅文化歴史博物館所蔵）

絵伝に描かれた道元禅師の説話

道元禅師絵伝は、道元禅師の誕生から遷化までの道元禅師の一代記を軸としていますが、その伝記の中には、宋において諸国行脚の途次に病になった禅師のもとに稲荷神が現れ禅師の病苦を救った話（稲荷神の助力）、章駄天が現れ帰朝を促した話、白山権現の助けにより一晩で『碧巌録』を書写した話、日本への帰途の難航海の時に観音菩薩が加護した話、波多野義重の愛妾の亡霊を血脈によって済度した話（血脈渡霊）、などの伝承が取り入れられています。

全国各地の曹洞宗寺院に所蔵されている木版刷り手彩色の道元禅師絵伝は、おそらく、本堂にその掛け幅を掛けて、絵解きが為されたものと思われます。

通俗的な伝承を多く取り入れて制作された道元禅師絵伝は、絵解きという唱導を通して、道元禅師一代の伝記を親しみやすく一般大衆に広めることになったのです。

場面①
稲荷神の助力

場面②
血脈渡霊

※本展示は、2019 年 10 月 17 日開催の禅ブランディング事業イベント「道元絵伝の絵解きと説話」（講師：堤邦彦教授〈京都精華大学〉）の講演内容を参考とさせていただいております。ただし、展示に関する内容・表現等につきましては駒澤大学禅ブランディング事業が一切の責任を負うものとします。

アセット動画　公開

2021 年 3 月 1 日

事業 5 年間の活動をまとめたアセット動画を制作、
公開

ZenFes「駒大エール駅伝」

2021 年 7 月～ 11 月

建学の理念である「仏教の教えと禅の精神」に触れること、慈悲や利他の心をもってコロナ下で頑張っている人にエールを送ることを目的としたオンライン開催の学生イベント

《企画（コンテンツ）内容》

■作品公募「ZenPost」

サウンド、フォト、ビデオ、川柳の各部門で、コロナ禍で頑張っている人へエールを送る作品を募集。

【審査員】

・サウンド：山田大介氏（JABBA DA FOOTBALL CLUB、駒澤大学経営学部卒）、泉水マサチェリー氏（音楽プロデューサー、駒澤大学仏教学部卒）

・フォト：塩沢槙氏（写真家、駒澤大学文学部卒）

・ビデオ：大森立嗣氏（映画監督、駒澤大学文学部卒）、東貴博氏（タレント、駒澤大学法学部在学中）

写真〔フォトでエール〕

BEST PHOTO賞
「素敵空間」／はなこさん
審査コメント
画面全体の蘭の花がパターンのように写っていて、存在感があります。そこに裸足であぐらをかく。左端に大きく蘭を入れているのもいいポイントです。

The Zen賞
「梅雨の寺院」／金子 武弘さん
審査コメント
あじさいの存在感とそれに負けない寺院の輪郭。その時期、その日ならではの独特な空気感まで写っている素敵な写真だと思います。

青春賞
「海に行った日」／はなこさん
審査コメント
先を歩く友人たちと、後ろから追いかける作者の少し距離を置いたあたたかい視点を感じられる写真でした。

風景賞
「オリンピックロードレース後の余韻」
manzoさん
審査コメント
圧倒的な存在感の富士山と太陽、夕日がなければこの瞬間は成り立ちません。様々な要素が同時に入るようによく考えて撮影された写真だと思います。

音楽〔サウンドでエール〕

グランプリ
「ただ」／福盛 慎平さん
不安があふれる現在、小さな幸せをこの歌が改めて教えてくれました。これは自身へのエールでもあります。皆さんとそのエールを共有できたら幸いです。
審査コメント
歌声、メロディー、とても好きです。エールというテーマとの自然なリンクを感じました。

映像〔ビデオでエール〕

一般審査賞
「駒大の思い出」
制作者コメント
この作品を見て気になるところや感じたことが、大切な思い出を思いだすきっかけになってほしいです。
審査コメント
大学の校舎などが映り、思い出に浸れて良い作品でした。

ゲスト審査賞
「step」
制作者コメント
一人ひとり違う状況や環境の中でも、一歩ずつ進もうという思いを込めて作成しました。
審査コメント
足元を撮るというのが斬新で、メッセージ性が強く感じられました。

川柳〔川柳でエール〕

コロナ禍で変化した生活習慣や外出自粛で芽生えた趣味、つらかったこと、楽しかったことについて、自由に投稿していただきました。

テーマ「コロナで変化した日常」

手洗いが　いつの間にやら　習慣に　こいたさん

オンライン　画面のしたは　寝巻きかな　里さん

顔合わせ　オンラインだと　カメラOFF　あちさん

日曜日　いえいえ今日は　テレワーク　テレテレワークさん

手放せず　常にカバンに　予備マスク　重兵衛さん

時が経ち　秋季尋ねる　君の名は。　なかじんさん

楽したい　マスクの下は　ノーメイク　ポムポムさん

自粛中　増える体重　減る運動　もちもちもっちさん

時間はある　なのに減らない　積読本　ぱんださん

■トークセッション「ZenTalk」

禅、仏教にかかわるトークセッション。

○第 1 回「ZEN × COMEDY」

ゲスト：みほとけ氏（お笑い芸人、浅井企画所属）、熊本英人（駒澤大学仏教学部教授）

○第 2 回「SDGs × ZEN ×経営」

ゲスト：山田匡通氏（株式会社イトーキ代表取締役会長）、小林昌道老師（曹洞宗大本山永平寺監院）

司会：青木茂樹（駒澤大学経営学部教授）

○第 3 回「ZEN × MEDIA」

ゲスト：萩本欽一氏（コメディアン、駒澤大学仏教学部に 4 年間在籍）、村松哲文（駒澤大学仏教学部教授）

■体育会チャンネル

駒澤大学体育会へのインタビュー。

・インタビュアー：M 高史氏（お笑い芸人、駒澤大学文学部卒）

○第 1 回：陸上競技部

○第 2 回：サッカー部

○第 3 回：應援指導部ブルーペガサス

■精進料理番組

精進料理にかかわるトークやメニュー紹介。

・出演：吉村昇洋氏（曹洞宗普門寺副住職、駒澤大学大学院人文科学研究科仏教学専攻修士課程修了）

■学食企画

世田谷区で栽培されたブランド青果「せたがやそだち」を使用して、精進料理の規律に則ったメニューを開発・提供。

・監修：吉村昇洋氏（曹洞宗普門寺副住職）

・協力：学生食堂（銀座スエヒロカフェテリアサービス株式会社）、世田谷区経済産業部都市農業課農業振興係、ファーマーズマーケット二子玉川、都市農家　安藤智一氏、Kepobagels

■ ZenFesFinale

作品公募の審査結果発表、審査員によるトークセッション、学食企画の紹介。

【司会】

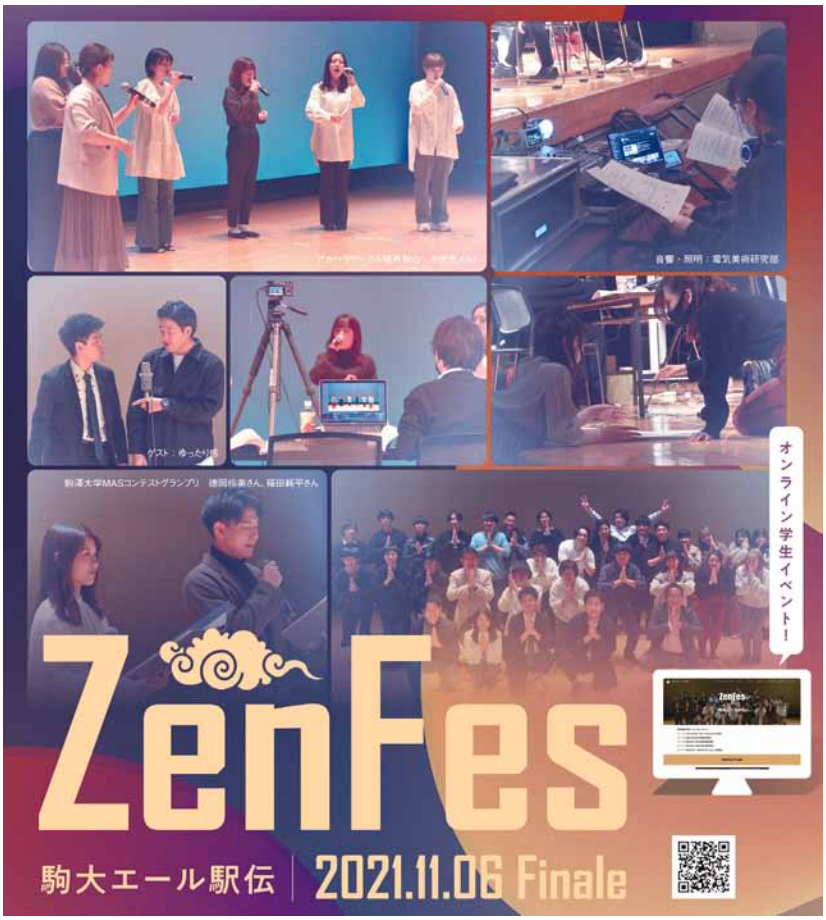
福田純平（駒澤大学 MAS コンテストグランプリ、駒澤大学グローバル・メディア・スタディーズ学部３年）、徳岡伶美（駒澤大学 MAS コンテストグランプリ、駒澤大学経済学部３年）

【ゲスト】

ゆったり感（お笑い芸人、吉本興業所属。コンビのうち、中村英将氏は駒澤大学経済学部卒）、み空色メルト（駒澤大学アカペラサークル鳴声刺心）、山田大介氏（JABBA DA FOOTBALL CLUB）、塩沢槙氏（写真家）、大森立嗣氏（映画監督）

【動画出演】

萩本欽一氏（コメディアン）、東貴博氏（タレント）、吉村昇洋氏（曹洞宗普門寺副住職）、M高史氏（お笑い芸人）



『禅と心』シンポジウム
―なぜ禅は人をひきつけるのか。―

2018 年　11 月 16 日（金）・11 月 17 日（土）

駒澤大学記念講堂　< 入場無料 >

主催：駒澤大学禅ブランディング事業チーム

後援：世田谷区教育委員会、

世田谷プラットフォーム

背景写真：アフロ

平成 28 年度文部科学省私立大学研究ブランディング事業採択
『禅と心』研究の学際的国際的拠点づくりとブランド化事業

『禅と心』シンポジウム

なぜ禅は人をひきつけるのか。

2018年11月16日（金）17日（土）

於駒澤大学記念講堂　入場無料

主催：駒澤大学禅ブランディング事業チーム
後援：世田谷区教育委員会
　　世田谷プラットフォーム

禅ブランディング事業とは？

開校以来、駒澤大学に蓄積された禅研究に関する知の蓄積と 4 つの研究チームによる新たな研究成果を発信事業チームが国内外へと発信し、大学のブランド強化に繋げる取り組みです。

11 月 16 日（金）プログラム

9 時 15 分　開場
9 時 45 分　開会

第 1 部　道元禅とマインドフルネス

10 時 00 分
特別講演「マインドフルネスとは」
熊野宏昭（早稲田大学人間科学学術院教授）
2016NHK スペシャル「シリーズキラーストレス」
第 2 回ストレスから脳を守れ～最新科学で迫る対処法　監修者

11 時 30 分　「道元禅と坐禅」
角田泰隆（駒澤大学仏教学部教授）

第 2 部　組織経営と禅・マインドフルネス

13 時 30 分　「今、なぜ禅的経営なのか？」
島津清彦（（株）シマーズ代表取締役）
14 時 15 分　「教団組織運営と人材育成―輪住制度と清規・修行の特徴を通して―」尾崎正善（徳善寺住職）
15 時 15 分　パネルディスカッション
パネリスト：島津清彦・尾崎正善
　　貫井洋（駒澤大学高等学校校長）
コメンテーター：山口浩（駒澤大学 GMS 学部教授）
ファシリテーター：青木茂樹（駒澤大学経営学部教授）

11 月 17 日（土）プログラム

9 時 30 分　開場
10 時 00 分　開会

第 1 部　禅瞑想の科学的研究

10 時 10 分　「坐禅の科学」
有田秀穂（東邦大学医学部名誉教授）
11 時 15 分　「禅瞑想の脳電図学的考察」
谷口泰富（駒澤大学文学部教授）

第 2 部　禅の受容と展開

13 時 00 分　「禅と藝能」
司会：近衞典子（駒澤大学文学部教授）
講演者：田中徳定（駒澤大学文学部教授）
　　善竹大二郎・大藏教義（能楽師）〈上部写真〉
14 時 40 分　「緩和ケアの現場に立つ宗教者の活動と信仰」
司会：岩永正晴（駒澤大学仏教学部教授）
参加者：五十嵐雄道（円光寺）・光吉祐證（長楽寺）
山下一徹（海壔寺）・伊豆丸展子（ジャーナリスト）

お問い合わせ先：
駒澤大学禅文化歴史博物館禅ブランディング推進係
☎０３－３４１８－９７７３
mail:zenbranding@komazawa-u.ac.jp

11 月 16 日（金）

・第 1 部　道元禅とマインドフルネス
■ 10:00 ～ 特別講演『マインドフルネスとは』
講師：熊野宏昭（早稲田大学人間科学学術院教授）
■ 11:30 ～『道元禅と坐禅』
講師：角田泰隆（駒澤大学仏教学部教授）

・第 2 部　組織経営と禅・マインドフルネス
■ 13:30 ～『今、なぜ禅的経営なのか？』
講師：島津清彦（（株）シマーズ代表取締役）
■ 14:15 ～『教団組織運営と人材育成―輪住制度と清規・修行の特徴を通して―』
講師：尾崎正善（徳善寺住職）
■ 15:15 ～『パネルディスカッション』
パネリスト：島津清彦・尾崎正善・貫井洋（駒澤大学高等学校校長）
コメンテーター：山口浩（駒澤大学ｸﾞﾛｰﾊﾞﾙ・ﾒﾃﾞｨｱ・ｽﾀﾃﾞｨｰｽﾞ学部教授）
ファシリテーター：青木茂樹（駒澤大学経営学部教授）

1 月 17 日（土）

・第 1 部　禅瞑想の科学的研究

■ 10:10 ～『坐禅の科学』

講師：有田秀穂（東邦大学医学部名誉教授）

■ 11:15 ～『禅瞑想の脳電図学的考察』

講師：谷口泰富（駒澤大学文学部教授）

・第 2 部　禅の受容と展開

■ 13:00 ～『禅と藝能』

司会：近衞典子（駒澤大学文学部教授）

講師：田中徳定（駒澤大学文学部教授）

善竹大二郎・大藏教義（能楽師）

■ 14:40 ～『緩和ケアの現場に立つ宗教者の活動と信仰』

『禅と心』シンポジウム　第１部「道元禅とマインドフルネス」研究成果報告

曹洞禅と源流研究チーム　角田泰隆

第１部では「道元禅とマインドフルネス」を取り上げ、早稲田大学人間科学学術院の熊野宏昭（くまのひろあき）教授による「マインドフルネスとは」と題する特別講演と、本学仏教学部の角田泰隆（つのだたいりゅう）教授による「道元禅と坐禅」についての講演が行われた。現今世界的に注目されているマインドフルネスとは何かについて学び、その基本理念となったといわれる「道元禅の坐禅」との共通点と相違点を明らかにすることを目的にしたものである。

熊野教授は東京大学医学部卒業後、同大学の心療内科医員を務め、東北大学大学院医学系研究科助手、東京大学大学院心療内科准教授を経て、早稲田大学人間科学学術院教授、応用脳科学研究所所長を務められている。専門は心療内科で、「ストレスによって起こる症状や病気の治療の研究」を行っており、特に「マインドフルネス・ストレス低減法」の研究者としてメディア等にも出演し活躍しており、著書に『実践！！マインドフルネス』『キラーストレスから心と体を守る』『ストレスに負けない生活』等がある。特別講演では「マインドフルネス」研究の第一人者である熊野教授より、マインドフルネスとは何かについてご講演いただいた。

熊野教授によれば、マインドフルネスとは「今の瞬間の現実に常に気づきを向け、その現実をあるがままに知覚し、それに対する思考や感情には囚われないでいる心の持ち方、存在のありよう」をいう。それは、自分の身体の外側で起きる「公的出来事」だけでなく、自分の心身の中で起きる「私的出来事（思考、感情、記憶、身体感覚など）」に囚われないことを意味している。そしてマインドフルネス瞑想のその具体的実践法について解説された。

マインドフルネスの実践法では、注意の集中をもたらすサマタ瞑想と、注意の分割を実現するヴィパッサナー瞑想が組み合わされ、思考の発生を抑えつつ、現実や自己の実像を捉えることが可能になる。また、マインドフルネス瞑想の戦略には、呼吸に対する気づき、感受に対する気づき、心に対する気づき、法則性に対する気づきの前線を形成しつつ、気づいて、反応を止め、いつものパターンから抜け出すという共通性があるとする。そして、禅を含む仏教の実践体系やそれに根差した日本文化が持つ細かな形は、マインドフルネスと同じ心を実現してきたのではないかと結論された。科学的には、マインドフルネスを繰り返すことによって、背内側前頭前野や嵩の容積が増え、海馬の容積が増え、扁桃体の容積が減るという構造の変化まで生じることが明らかとなり、これによってストレスが低減するのである。以上が熊野教授の特別講演の概要である。

角田教授の講演「道元禅と坐禅」では、道元禅師の教説に基づいて、道元禅師の修行観においては、基本的に無所得・無所悟であり、坐禅も「只管打坐」（ただ坐る）であって、何か目的をもって行なうのではなく、何かを得ようとか、悟ろうとか思わず、姿勢を正してすわることに意義があり、ストレスの低減という明確な目的をもつマインドフルネスとは基本的に異なることが説明された。ただし、姿勢を調え、息を調えるといった実践的な面ではマインドフルネスと共通する部分もあるとした。また、坐禅には大きな功徳があり、さまざまな効用があり、それらがマインドフルネスストレス低減法に応用され、実際に多くの人々に利益を与えていることは喜ばしいことであり、大切なことであるが、仏教（禅）における安心（あんじん＝真の心の安らぎ）は、個々の事象における人間の希望や願いを叶えることによって得られるものではなく、むしろその根源にある「吾我」を離れることによって得られる、きわめて宗教的な安心であると説明された。

結論として、道元禅（曹洞禅）における坐禅と、ストレス低減法としてのマインドフルネスは基本的に異なったものであり、マインドフルネスは坐禅の一応用（一効果）であって、坐禅はマインドフルネスではないとした。よって、道元禅から見ると、「坐禅」と「マインドフルネス」を同一視することには批判的であるが、マインドフルネスによって多くの救われる人々がいることは素晴らしいことであり、マインドフルネスをきっかけとして、道元禅における坐禅へと関心を向けてくれる人があれば、それは実に喜ばしいことであると期待も示された。以上が角田教授の講演の概要である。

『禅と心』シンポジウム　第２部「組織経営と禅・マインドフルネス」研究成果報告

禅と現代社会研究チーム　青木茂樹

第２部では「組織経営と禅・マインドフルネス」を取り上げ、経営者自身が得度されており、禅を基礎とした人事コンサルティング会社を経営されている（株）シマーズ代表取締役の島津清彦氏と徳善寺住職の尾崎正善氏による講演があった。その後、パネリストとして、講演の二人に駒澤大学高等学校校長の貫井洋氏、コメンテーターとしてGMS学部教授の山口浩氏を加えたパネル・ディスカッションを経営学部教授の青木茂樹が進行した。

島津氏からは「今、なぜ禅的経営なのか」と題して話があり、VUCAと言われる予測不能かつカオスな時代に不安に煽られるばかりではなく、坐禅実践によってストレス緩和やストレス耐性、集中力の向上、利他心を育むことが有効であるとのことだった。そこで禅語を取り入れた「全機現経営」、つまり組織の人々のパフォーマンスを最大化することが重要で、そのために組織内で互いに「観察、傾聴、自己開示、信頼、実行、共感、調和、感謝」も８つのステップを進めることが提案された。

尾崎氏からは「教団組織運営と人材育成―輪住制度と清規・修行の特徴を通して―」と題して、持続可能な組織のマネジメントのルールがどのようなものかの説明があった。曹洞宗ではその歴史が約780年、国内の一宗教団体としては最大の15,000ヶ寺の教団運営がなされているわけであるが、その特徴の一つは「輪住制度」であり、門派内で人材を出し合い、協力して寺院・教団を運営・維持する合議制で運営する。これにより、能力の高い住持が上山し、本山の運営を人材面・経営面で補完するという。

また、中国唐代に成立した「清規」により、坐禅だけでなく、日常生活における作法・所作、心構えが規定され、教理・教学だけでない日常における仏道を説き、それを日々実践することを目指す。そして坐禅だけが「修行」ではなく、行住坐臥に全てが「修行」であるという考え方があるとの説明があった。

パネル・ディスカッションにおいて、貫井氏から駒澤高校での宗教教育が紹介された。週１時間の「仏教の時間」にて行学一如、利他や慈悲を教えており、永平寺での研修も行われている。生徒達からは「携帯電話がなくても自然に癒された」「精進料理でしっかりと噛んで頂くことで、素材を味わうことができた」「食事をするには、食材を育てる人、料理する人、そして食材を頂くことに感謝することを学んだ」等の感想を得ており、情操教育への高い効果が確認できた。

山口氏は、現代における宗教の価値には、メディアとして間を繋ぐ役割があり、超越的存在である形而上的世界との繋がり、コミュニティとしての現実世界との繋がり、哲学的世界観や文化伝統との繋がりを再認識させることにあると言う。これにより日常生活とは違い、視点が引き上げられることで、大きな構図の中で世界を捉え、自分自身の意義を見出すことができるだろうとの提案がなされた。

近代的な組織経営において、宗教的世界観は排除されてきた傾向がある。しかし、島津氏からは禅のアプローチによる組織パフォーマンスを高める手法、尾崎氏からは世界に類をみない持続可能な組織運営の方法、貫井氏からは宗教教育の効果が説明され、改めて近代組織における宗教的アプローチの可能性が再認識されることとなり、また山口氏により宗教をメディアとして捉えることで、近代組織に位置付ける可能性が一試論として提案された。

『禅と心』シンポジウム　第１部「禅瞑想の科学的研究」研究成果報告

禅による人の体と心研究チーム　名古安伸

第１部では「禅瞑想の科学的研究」を取り上げ、有田秀穂先生（東方大学医学部名誉教授）による「坐禅の科学」について、そして、谷口泰富先生（駒澤大学文学部教授）による「禅瞑想の脳電図学的考察」についてご講演をいただいた。

有田秀穂先生は、東京大学医学部卒業後臨床に従事しつつ、呼吸法の研究も進められ、特に「坐禅修行等の呼吸法が心身に与える効能は、脳内セロトニン神経の働きで説明可能である」という仮説を着想し、研究チームを編成して、検証作業を行われてきた。著書には「禅と脳」「セロトニン呼吸法」などがあり、講演では「坐禅の科学」と題してご講演いただいた。

谷口泰富先生は、駒澤大学大学院人文科学研究科心理学専攻修了後、学生の教育に従事しつつ、研究・論文投稿をされ、「Psychology of Zen」「ウソ発見」などの執筆活動もされている。講演では「禅瞑想の脳電図学的考察」についてご講演をいただいた。

坐禅の効果について、脳の働きを科学的に分かりやすく説明していただき、さらには著名人にとって坐禅の活用・効果など、聴講者は楽しく話を聞けたと思う。そして、坐禅の初心者と熟練者とでは、α波の出方が違うという貴重なデータも提示していただき、特に学生にとっては有意義な時間であったと思う。

“禅”と“脳”と“心”について、医学的、心理学的、異なる観点から捉えた科学的研究が、現代社会を生きる人にとっての一助になるものと願う。

1日目第1部熊野氏

2018年11月16日 『禅と心』シンポジウム

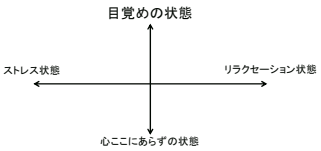
マインドフルネスとは

早稲田大学人間科学学術院
熊野宏昭

マインドフルネスとは

- 今の瞬間の現実に常に気づきを向け、その現実をあるがままに知覚し、それに対する思考や感情には囚われないでいる心の持ち方、存在のありよう。
- ここで言う「現実」には、自分の身体の外側で起きる「公的出来事」だけでなく、自分の心身の中で起きる「私的出来事（思考、感情、記憶、身体感覚など）」も含まれる。
- つまり、私的出来事に対する思考や感情にも囚われない、ということを意味している。

目を覚まし、瞬間瞬間の自分に戻ること



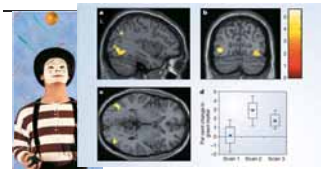
マインドフルネス瞑想の実践法

- 背筋がすっと伸びて、その他の身体の力はすべて抜けている姿勢をとる（下腹に少し力が入る）。
- 呼吸に伴う身体の動きに静かに注意を向ける。
  - 呼吸は「ゆったりと」くらいにして、なるべくコントロールしない。
  - お腹や胸のあたりの動きに注意を向け、「ふくらみ、ふくらみ」「ちぢみ、ちぢみ」と、感覚をそのまま感じ取る。
  - 気づきが追随し、木の葉が風でそよいでいるように、身体がただ膨らんだり縮んだりしているといった感覚が生じることがある。
  - 雑念、五感、感情などに引き込まれていることに気づいたら、ラベリングをしてそっと呼吸の感覚に戻ることを繰り返す。
- さらに注意をパノラマ的に広げて、気づきの対象になる私的・公的出来事の全てを同時に捉え続けるようにする。

日本文化の中ではなぜ見過ごされやすいのか

- 形から入って、心に至る（形に目が向きやすい）
  - 禅・武道・芸道とマインドフルネスの心は同じ
- 茶の湯セラピーでの話
  - 茶の湯では、形ではなく心が大事
  - ただ、形がなくては心は伝えられない
  - 形だけになって、心がないことはよくある
- 形より入り、形より出る（形がなければ見えない）
  - 生き方そのものになった時、形はなくなる

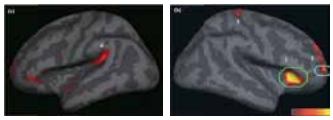
脳を使うと筋肉と同様に構造まで変化する



3ヶ月訓練をすると厚みが増し、3ヶ月休むと元に戻る！
(Draganski, et al, Nature 427:311-312, 2004)

マインドフルネスによる大脳皮質の変化

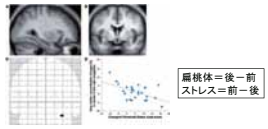
平均9.1年の瞑想経験のある20名とマッチした対照群15名を比較。



右島、右BA9/10（私的出来事の客観的観察）、右体性感覚野、
左聴覚野の皮質厚みが増加。
(Lazar, et al, *Neuroreport* 16:1893–1897, 2005)

マインドフルネスによる扁桃体の変化

ストレス状態にある26名を、8週間のMBSRの前後で検査した。



右の扁桃体基底外側部の灰白質の厚みが減少するほど、
自覚的ストレス得点も減少していた（海馬とは関連なし）。
(Holzel, et al, *SCAN* 5:11-17, 2010)

マインドフルネス瞑想の構成要素

- 一貫して「今、ここ」での身体の動作やそれに伴う身体感覚に持続的な注意を向ける（注意の持続）。
- そして、そこで不可避的に現れる思考や感情などの私的出来事に対しては、気づいた時点で身体感覚に注意を戻すようにする（注意の転換）。→サマタ（集中・止）瞑想
- 注意の持続と転換が安定して維持できるようになったら、注意の範囲をパノラマ的に広げて、意識野に入ってくるもの全てに、同時に気を配るようにする（注意の分割：思考を生まれさせない工夫）。→ヴィパッサナー（観）瞑想
- 身体感覚、思考、感情など全ての私的出来事に、気づきが触れることで、それ以上発展せず消えていくことを繰り返し確認する（法則性の洞察＝智慧の発現）。

「足を意識して、文章を読む」エクササイズ
－簡易ヴィパッサナー瞑想－

- あなたの足に注意を向けてください。どんな感じがしますか？　足に注意を向けたまま、以下の数行を読んで下さい。

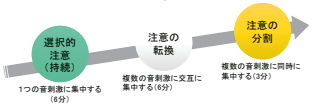
さいた　さいた
チューリップの　花が
ならんだ　ならんだ
赤　白　黄色
どの花みても
きれいだな

注意の分割によって、回避せずに、意識野が捉える現実の全体を把握する。

（ヘイズ＆スミス、『ACTを始める』、2010）

注意訓練は、両方の瞑想の練習になる
－外的な中性刺激を使った模擬訓練－

- 注意訓練の目的
  - 注意のコントロール力を身につけることが目的。気晴らしには用いない事を前提に訓練を行う。
- 注意訓練の方法
  - 中性的な聴覚刺激を用いる。

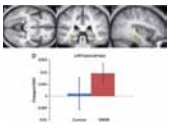


マインドフルネスのルーツ

- アーナーパーナサティ・スッタ（呼吸による気づきの教え）
- 呼吸を4つの領域から、16の視点で見つめるトレーニングシステム（井上ウィマラ、2005）。
- 気づきの対象になる4つの領域とは
  - 身体
  - 感受
  - 心
  - 法則性

マインドフルネスによる海馬の変化

MBSRに参加した16名と、年齢に有意差の無い対照群17名を比較。

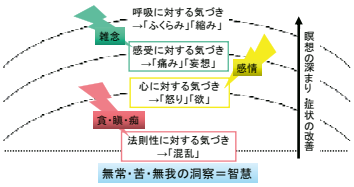


8週間の前後での左の海馬の灰白質の厚みの増大が、MBSR
参加群のみで認められた。
(Holzel, et al, *Psychiatry Research: Neuroimaging* 191:36-43, 2011)

まとめ

- マインドフルネスの実践法では、注意の集中をもたらすサマタ瞑想と、注意の分割を実現するヴィパッサナー瞑想が組み合わされ、思考の発生を抑えつつ、現実や自己の実像を捉えることが可能になる。
- マインドフルネス瞑想の戦略には、3つの気づきの前線を形成しつつ、気づいて、反応を止め、いつものパターンから抜け出すという共通性がある。
- 禅を含む仏教の実践体系やそれに根差した日本文化が持つ細かな形は、同じ心を実現してきたのではないか。
- マインドフルネスを繰り返すことによって、背内側前頭前野や島の容積が増え、海馬の容積が増え、扁桃体の容積が減るという構造の変化まで生じる。

気づきの3つの前線による本丸の守り



マインドフルネス瞑想の戦略

- 基本は、「自分の体験に気づいて、反応を止めることによって、いつものパターンから抜けること」である。
- さらに微細に見れば、「今この瞬間の身体感覚・思考・感情などに気づき、それに後続する反応を止め、さらにその体験を見つめ続けることによって、自然とピークアウトするまで待つ」という一連の行動連鎖を含んでいる。
- それが、過去の学習歴によって形成された反応パターン（症状や問題行動）を消去することを可能にする。
- そして引き続き、「自分（世界）が目指す方向性に沿って次の行動を選択する」ことができるようになる。

マインドフルネスとの出会い

ラリー・ローゼンバーグ『呼吸による癒し』より

- 私の最初の師はインド出身のジッドゥ・クリシュナムルティとヴィマラ・タカール でした。彼らはどの宗派にも属さず、常に明晰な意識を保つことを非常に強調していました。
- 韓国の禅匠であるセウン・サーンについて5年間修業をし、かの地には1年間住み込みました。その後、日本禅の師匠である片桐老師について曹洞禅を学びました。
- ヴィパッサナー瞑想を伝えるテーラワーダの伝統が私にはよりピッタリくるものであることが分かってきました。
- 私は同じ道を歩む友、すなわち「ダルマ・ブラザーズ」―互いにそう呼びあってきました―として彼の旅路をみつめ、またときには旅の道連れともなりながら、30年以上もの歳月を過ごしてきました。（ジョン・カバットージンによる序）

『禅と心』シンポジウム

第一部　道元禅とマインドフルネス

道元禅と坐禅

駒澤大学仏教学部
角田泰隆

道元禅師における修行の心得

「今、仏祖を行ぜんと思はば、所期も無く、所求も無く、所得も無くして、無利に先聖の道を行じ、祖祖の行履を行ずべきなり、所求を断じ、仏果をのぞむべからず。」　（『正法眼蔵随聞記』）

〈今、仏祖〔の道〕を実践しようと思うなら、何かを期待することなく、何かを求めることなく、何かを得ようとすることなく、利養を求めずに、先人の聖たちの道を行い、祖師方の行いを行なうべきである。求めるということを絶ち、成仏の結果を望んではならない。〉

はじめに

道元禅とマインドフルネスについては、すでに幾多の研究があります。特に、曹洞宗こころの問題プロジェクトによるシンポジウムの記録、『只管打坐とマインドフルネスとの対話』（2018年3月、曹洞宗総合研究センター）は、本日の特別講演講師、熊野宏昭先生はじめ、日本テーラワーダ仏教協会のアルボムッレ・スマナサーラ長老、曹洞宗国際センター所長を務められ、広く坐禅の研究指導にあたってご活躍されている藤田一照老師という錚々たるメンバーによる講演・鼎談の記録であり、そこに全て尽くされているといってもよいと思われますが、駒澤大学禅ブランディングプロジェクト「曹洞禅とその源流」研究チームとして、あらためて、その一員である私が、「道元禅と坐禅」と題して、所見を述べさせていただきます。

只管打坐

「学人、祇（只）管打坐して他を管することなかれ。佛祖の道は只坐禅なり、他事に順ずべからず。・・・無所得、無所悟にて、端坐して時を移さば、即祖道なるべし。」　（『正法眼蔵随聞記』）

〈学人よ、ただ坐って、他のことに関わってはならない。仏祖の道はただ坐禅である。他のことに順ってはならない。得ようと思わず、悟ろうと思わず、姿勢を正して坐って時を過ごしたならば、それが仏祖の道である。〉

道元禅師における修行の心得

「行者不可念為自身而修仏法、不可為名利而修仏法、不可為得果報而修仏法、不可為得霊験而修仏法焉。但為仏法而修仏法、乃是道也。」
（『学道用心集』）

〈修行者は自分自身のために仏法を修行しようと思ってはならない。名誉や利益のために仏法を修行してはならない。果報を得るために仏法を修行してはならない。霊験を得るために仏法を修行してはならない。ただ、仏法のために仏法を修行する、まさにこれが仏の道のあり方である。〉

只管打坐

「仏道に入（いり）ては、仏法の為に諸事を行じて、代（かわり）に所得あらんと思ふべからず。内外の諸教に、皆無所得なれとのみ勧むるなり。」
（『正法眼蔵随聞記』）

〈仏の道に入ったならば、ただ仏法のためにいろいろな修行をして、その修行の代償に何か所得があるだろうと思ってはいけない。仏教の内外のいろいろな教えでもみな、無所得でありなさい、と勧めている。〉

行仏（仏を行う）

「学道のさだまれる参究には、坐禅弁道するなり。その榜様の宗旨は、作仏をもとめざる行仏あり。」　（『正法眼蔵』「坐禅箴」）

〈仏道を学ぶ（行ずる）うえにおいて、参じ究めるべきことは坐禅をつとめることである。その坐禅の基本的あり方は、「作仏」（仏になること）を求めない「行仏」（仏を行うこと）である。〉

仏教が説く「苦」の原因の解決

「人生が、思い通りになってほしい」願望
老いたくない・病気になりたくない・死にたくない・事故や災害に遇いたくない

ギャップ ⟷ 苦

「人生は、思い通りにならない」現実
老いる・病気になる・死ぬ・事故や災害に遇う

「人生は思う通りにならない」という現実はどうしようもないので、「人生が思い通りになってほしい」という願望をコントロールすることによって苦を低減するしかない。この願望のコントロール（吾我を離れ、ありのままに受け入れること）こそが「修行」であり、その第一の修行が「坐禅」であると言える。

仏行（人間の行ではない）

駒澤大学に坐禅の授業を始めた澤木興道老師（1880～1965）は、「坐禅は何になる」と質問されると、「何もならぬ」と答えたという。「何もならぬ」とは、「人間のためにはならない」ということであり、「人間のためにはならない」ということは、「人間の欲望のためにすることではない」ということである。澤木老師は「坐禅に損得勘定を持ち込んではならない」と言う。

マインドフルネスとは

★本日の熊野宏昭先生の御講演

★「気づく」というような意味の一般名詞

★「今の瞬間の現実に常に気付きを向け、その現実をあるがままに知覚し、それに対する思考や感情に囚われないでいる心の持ち方、存在のありよう」

★マインドフルネスにもいろいろある。

★ジョン・カバットジン氏が「ストレス低減法」と名づけたために、ストレスを低減する方法と誤解された。

道元禅における坐禅

★澤木老師はなぜ「坐禅しても何もならん」と言ったのか？

それは、道元禅における坐禅が、先に挙げた「無所得・無所悟」の坐禅であり、「行仏」（仏行）であることを分かってもらおうとのことであると思われる。

★達磨はなぜ、仏法に帰依し、大きな功徳を積んだ武帝に「無功徳」（功徳はない）と言ったのか？

禅において、インドから中国に禅が伝来したときの逸話である梁の武帝と達磨の問答（「達磨廓然」の話）は有名であるが、その前談としての「無功徳」の話は、（この話が史実ではなく創作されたものであるとしても）、その背景に、禅（宗教としての禅）の本質が窺われる。

※これらを理解することが道元禅において非常に重要。

マインドフルネスとは

「1979年にジョン・カバットジンによりマサチューセッツ大学医学部にストレス低減プログラムとして創始された瞑想とヨーガを基本とした治療法。慢性疼痛、心身症、摂食障害、不安障害、感情障害などが対象となる。ジョン・カバットジンは鈴木大拙の禅に影響を受け、仏教を宗教としてではなく人間の悩みを解決するための精神科学としてとらえ、医療に取り入れた。その基本的考えは、煩悩からの解脱と静謐な心を求める座禅に軌を一にしている。マインドフルネスの語義は”注意を集中する”である。一瞬一瞬の呼吸や体感に意識を集中し、”ただ存在すること”を実践し、”今に生きる”ことのトレーニングを実践する。これにより自己受容、的確な判断、およびセルフコントロールが可能となる。マインドフルネスは認知行動療法に取り入れられ脚光を浴びるようになった。しかし、認知行動療法は認知の変容を目指すのに対して、マインドフルネスは認知のとらわれからの解放を誘導する。」　（『現代精神医学事典(弘文堂2011)から引用』）

ジョン・カバットジンの誤解

「マインドフルネス・ストレス低減法を創始したジョン・カバットジンが2012年に二度目の来日をしたとき、この新しい精神療法の基本理念を編者が問いただすと、彼は即座に道元禅師の曹洞宗であることをはっきりといいきった。」

（『マインドフルネス — 基礎と実践』、貝谷久宣「イントロダクション」、2016年、日本評論社）

坐 禅 の 三 要 術

★調身・・・姿勢を調える

★調息・・・息を調える

「息は丹田に至りてまた丹田より出づ、出入異なり　と雖も、俱に丹田に依りて入出す。無常曉らめ易く、調心得易し」

（『永平広録』第五）

★調心・・・心を調える

「身相既定、気息亦調。念起即覚、覚之即失、久久忘縁、自成一片。此坐禅之要術。」　（真筆本『普勧坐禅儀』）

坐禅とマインドフルネスとの相違

	曹洞禅	マインドフルネス（ティクナット・ハン師）	マインドフルネス（ジョン・カバットシン氏）
宗教性	両祖の教え	上座部経典に依る	
経典等	正法眼蔵 普勧坐禅儀 等	大安般守意経 四念処経 出入息経　等	
方法	只管打坐 非思量	数息観 ヴィパッサナー瞑想 四念処の実践	呼吸に重点を置く ボディスキャン 自己コントロール
目的	無所得 無所悟	悟り（洞察・智慧）を得る	ストレス低減
念	不妄念	すべての存在や行為に光を当てるエネルギー	今ここ、瞬間に気づく
師の存在	一仏両祖	ティクナット・ハン師	

江刺亮専「禅とマインドフルネスについて」（曹洞宗総合研究センター学術大会紀要、2018年8月）

坐 禅 の 功 徳

たとひ十方無量恒河沙数の諸仏、ともにちからをはげまして、仏智慧をもて、一人坐禅の功徳をはかり、しりきはめんとすといふとも、あへてほとりをうることあらじ。（『弁道話』）

〈たとえ、全宇宙におられる無量の諸仏方が、共に力を尽くして、仏の智慧でもって、一人の人間が坐禅する功徳を量り、知り極め尽くそうとしても、決してその全てを知り極めることはできない。〉

調 息（息の調え方）

★衲子坐禅、直須端身正坐為先、然後調息致心。

→先ず姿勢を調え、その後、息を調えることに心を致す

★小乗人以数息為調息、然而仏祖弁道永異小乗。

→小乗仏教の人は息を数えることによって息を調えるが、大乗仏教の仏祖の調息の仕方は異なる。

★是息長、是息短、乃大乗調息之法也。

→この息は長い、この息は短い（と観じる）、これが大乗仏教の調息の仕方である。　以上『永平広録』第五

★「鼻息微通」（鼻息かすかに通ず）『普勧坐禅儀』

坐 禅 の 功 徳 の 研 究

坐禅の功徳（効果・効能）の科学的・医学的研究が、近年さかんに行われ、究明されてきている。

明日の第一部「禅瞑想の科学的研究」の、東邦大学医学部名誉教授の有田秀穂先生の「坐禅の科学」の御講演や、本学文学部の谷口泰富先生による「禅瞑想の脳電図学的考察」のご講演もそうである。また、駒澤大学禅ブランディング事業の「禅による人の体と心」研究チームによる新たな研究も行われている。

坐禅には計り知れない功徳があることは事実であるが、しかし、それを目的として坐禅を行うことは、道元禅の坐禅の本質に違う。道元禅における坐禅は、ただ坐り、それによってもたらされるであろう功徳は問題としない。

ま と め（一）

坐禅には大きな功徳があり、さまざまな効用があります。その坐禅の効用がマインドフルネスストレス低減法に応用され、実際に多くの人々に利益を与えていることは喜ばしいことであり、大切なことです。そもそも仏教は人々の苦悩を救うことにこそあるからです。

しかし仏道における安心（あんじん＝真の心の安らぎ）は、個々の事象における人間の希望や願いを叶えることによって得られるものではなく、むしろその根源にある「吾我」を離れることによって得られる、きわめて宗教的な安心であるといえます。

結　　論

* 道元禅（曹洞禅）における坐禅と、ストレス低減法としての「マインドフルネス」は、基本的に異なったものであると言えます。
* ですから道元禅（曹洞禅）から見ると、「坐禅」と「マインドフルネス」を同一視することには、批判的です。
* しかしながら、「マインドフルネス」によって多くの救われる方がいることは素晴らしいことであり、「マインドフルネス」をきっかけとして、やがて道元禅（曹洞禅）における「坐禅」へと関心を向けてくれる人があれば、それは実に喜ばしいことです。

ま と め（二）

個々の「苦」には、個々「苦」の原因があります。個々の「苦」から解放されるためには、個々の「苦」の原因を解決しなければならないことは言うまでもありません。例えば、ストレスによる「苦」には、ストレス低減法である「マインドフルネス」のように。

そしてこれら個々の「苦」の根底には、個々の「苦」に共通する根元的な原因があると考えられます。この根元的な原因を解決するのが「修行」であり、「坐禅」であると言えます。

よって、「マインドフルネス」は「坐禅」の一応用（一効果）であって、「坐禅」は「マインドフルネス」ではないと言えます。

ま と め（三）

「坐禅の時、何れの戒か持たれざる、何れの功徳か来らざる。」

（『正法眼蔵随聞記』）

「坐はすなはち仏行なり。坐は即ち不為なり、これ即ち自己の正体なり、この外別に仏法の求むべきなきなり。」

（『正法眼蔵随聞記』）

「いわゆる坐禅は習禅には非ず。唯是れ安楽の法門なり。」

（『普勧坐禅儀』）

今、なぜ禅的経営なのか。

2018.11.16
株式会社シマーズ 代表取締役社長 / 株式会社 ZENTech 代表取締役CEO 島津清彦

I. 今、なぜ禅的経営なのか

VUCAの時代
- Volatility（変動性）
- Uncertainty（不確実性）
- Complexity（複雑性）
- Ambiguity（曖昧性）

1. 「予測不能かつカオスな時代」の到来
2. 坐禅・マインドフルネスの科学的効果
3. グローバル企業・リーダーが導入するマインドフルネスの逆輸入

2

II. なぜ禅的経営にたどり着いたか

1. 現場から総スカンを食らった、挫折経験
2. 東日本大震災での被災
3. 企業再生での成功体験

↓

独立起業・得度

3

III. 島津流禅的経営とは

4

III－1. 坐禅実践 ―― 心を調える。

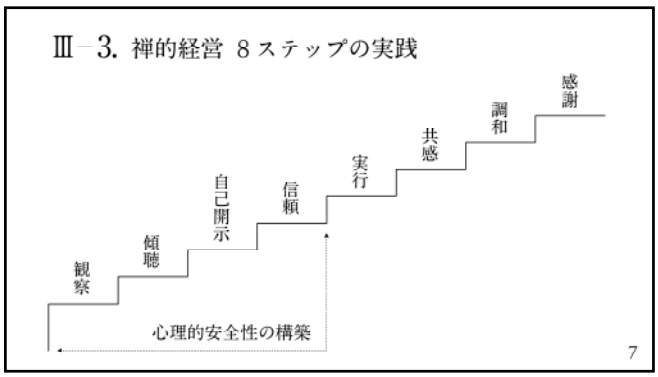
・ストレス緩和、耐性
・集中力を高める
・思いやり、利他心を育む
(EQ)　（サーバントリーダーシップ）

5

III－2. 禅語による気づき ―― 経営の転ばぬ先の杖

全機現
放下著
挨拶
脚下照顧
初心

6


Ⅲ－3. 禅的経営 8ステップの実践
観察
傾聴
自己開示
信頼
実行
共感
調和
感謝
心理的安全性の構築
7

目指すは
全機現経営
全員経営
アメーバ経営
ホラクラシー経営
ティール組織
8

「『禅と心』シンポジウム」
教団組織運営と人材育成
―輪住制度と清規・修行の特徴を通して―

2018 年 11 月 16 日　尾崎正善

１．輪住制度

1)輪住制度（ﾘﾝｼﾞｭｳｾｲﾄﾞ）とは　交替で寺院の維持・発展につとめる→寺院の共同運営態勢
『峨山韶碩置文』
①「惣持寺未来住持職」　康安二年（1362）
右、彼の寺（總持寺）は、瑩山和尚、韶碩に譲与する処なり。仍て後代の住持職においては、韶碩法嗣　の中において、器用の仁を撰び、住持職に補すべし。末代において此の旨を守り、住持すべきの状、件の如し。

②「惣持寺山門住持職事」　貞治三年（1364）
韶碩門下、嗣法の次第を守り、五ケ年住持すべし。若し此の中、山門の廃あらば、法眷等相寄り、これを評定すべし。仍て後証のため垂示、件の如し。

＊門派内で人材を出し合い、協力して寺院・教団を運営・維持してゆく（合議制での運営）

2)全国の主要拠点寺院で行われる
江戸期、全国の 30～40 の寺院で行われる
→関連する周辺寺院が、交代で拠点寺院の運営・発展に関与する態勢が図られる

3)メリットとデメリット
＊メリット―すぐれた住持が上山する。人材面・経営面での補完制度
本山（総持寺）住持を数多く輩出することにより、地方での権威付け・名誉職としての機能
＊デメリット―住持職が形骸化する・名誉職化
迅速な意思決定・一貫性が維持できない→寺院運営は、塔頭寺院が管理・統括する

２．清規と作務

1)清規（ｼﾝｷﾞ）とは
禅宗の成立と共に編纂された行事・儀礼・役職・修行のマニュアル→禅宗独自の修行観の確立
中国唐代に成立→坐禅だけでなく、日常生活における作法・所作、心構えを規程
→教理・教学だけでない日常における仏道を説き、それを日々実践することを目指す

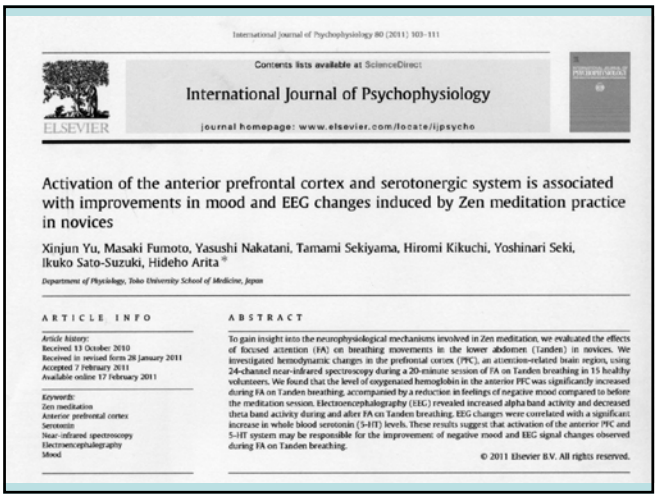
2)作務（ｻﾑ）とは
労働・作業⇔本来の仏教修行では否定
坐禅だけが修行ではない→行住坐臥・日常底が修行である
普請（ﾌｼﾝ）　修行僧が平等に全員参加で作業を行う

3)僧堂修行の特徴
①坐禅・法要（法式）・講義
②日常生活―合掌・礼拝・洗面・トイレの使用法・食事作法
③作務―清掃・草むしり・調理・接客
④基本作法・基礎形成（型の形成）を目指す
日常生活全般が修行であり、仏道であるという心構えの確認（気付き・体得）
各寺院に帰ってから、実際の現場で役立つ基本・基礎を修得させる

駒澤大学禅ブランディング事業『禅と心』シンポジウム

「坐禅の科学」

東邦大学名誉教授
セロトニン Dojo 代表
有田 秀穂


International Journal of Psychophysiology 80 (2011) 103–111
Contents lists available at ScienceDirect
International Journal of Psychophysiology
journal homepage: www.elsevier.com/locate/ijpsycho

Activation of the anterior prefrontal cortex and serotonergic system is associated with improvements in mood and EEG changes induced by Zen meditation practice in novices

Xinjun Yu, Masaki Fumoto, Yasushi Nakatani, Tamami Sekiyama, Hiromi Kikuchi, Yoshinari Seki, Ikuko Sato-Suzuki, Hideho Arita *
Department of Physiology, Toho University School of Medicine, Japan

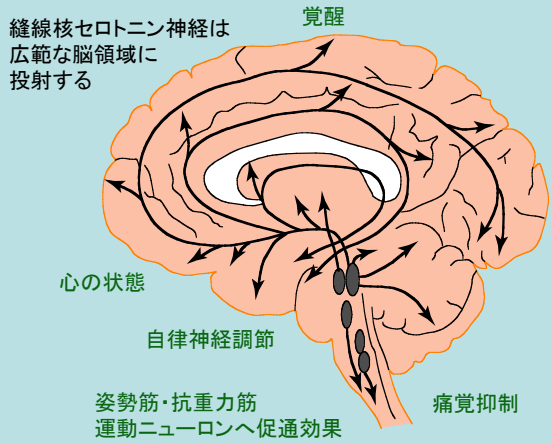
ARTICLE INFO
Article history:
Received 13 October 2010
Received in revised form 28 January 2011
Accepted 7 February 2011
Available online 17 February 2011
Keywords:
Zen meditation
Anterior prefrontal cortex
Serotonin
Near-infrared spectroscopy
Electroencephalography
Mood

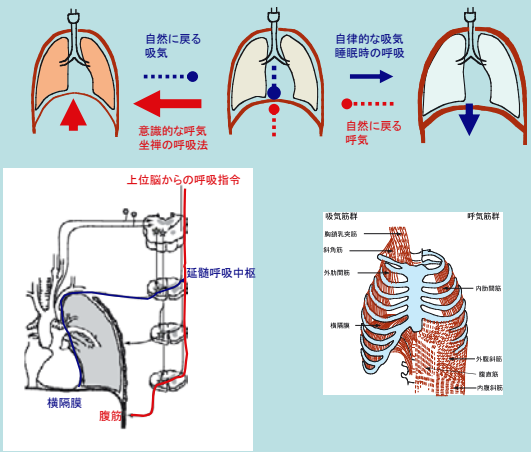
ABSTRACT
To gain insight into the neurophysiological mechanisms involved in Zen meditation, we evaluated the effects of focused attention (FA) on breathing movements in the lower abdomen (Tanden) in novices. We investigated hemodynamic changes in the prefrontal cortex (PFC), an attention-related brain region, using 24-channel near-infrared spectroscopy during a 20-minute session of FA on Tanden breathing in 15 healthy volunteers. We found that the level of oxygenated hemoglobin in the anterior PFC was significantly increased during FA on Tanden breathing, accompanied by a reduction in feelings of negative mood compared to before the meditation session. Electroencephalography (EEG) revealed increased alpha band activity and decreased theta band activity during and after FA on Tanden breathing. EEG changes were correlated with a significant increase in whole blood serotonin (5-HT) levels. These results suggest that activation of the anterior PFC and 5-HT system may be responsible for the improvement of negative mood and EEG signal changes observed during FA on Tanden breathing.
© 2011 Elsevier B.V. All rights reserved.

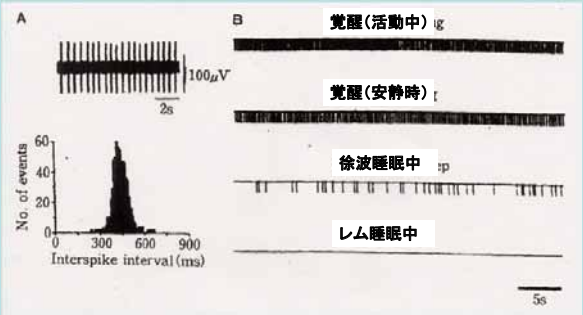
人間には二つの呼吸がある

生きるための呼吸
横隔膜による「吸う呼吸」

心に直結した呼吸
「心を変える呼吸」
腹筋による「吐く呼吸」





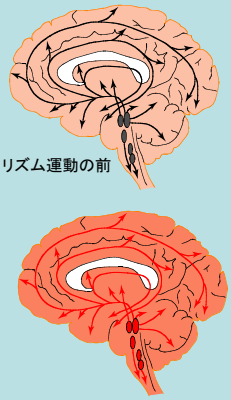


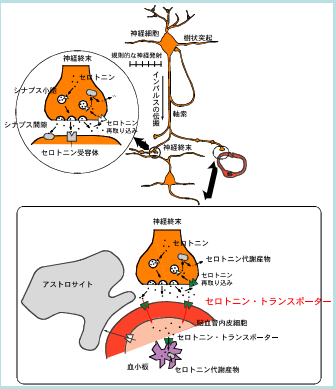
覚醒を演出する神経

セロトニン神経を鍛える

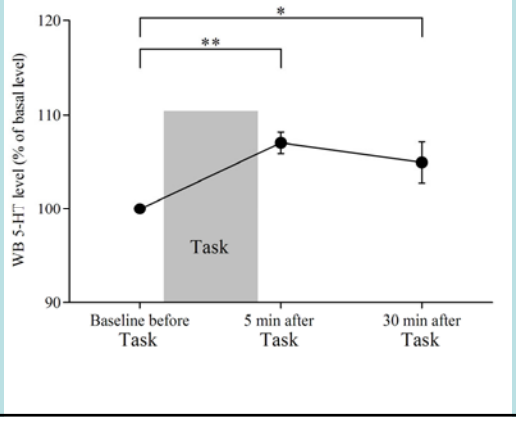
意識的なリズム運動

坐禅の呼吸法・読経
ウォーキング・ジョギング
スクワット・自転車エルゴメータ
チューインガムを噛む
フラダンス・歌唱

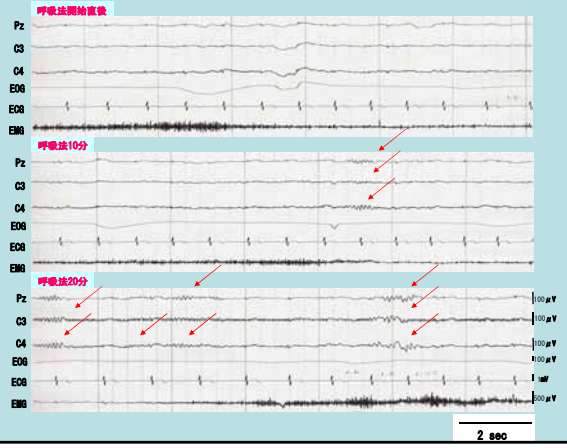




丹田呼吸法による全血中のセロトニン濃度（WB 5-HT level)の変化



開眼呼吸法時の元波形



European Journal of Neuroscience, Vol. 27, pp. 2466–2472, 2008 doi:10.1111/j.1460-9568.2008.06201.x

Augmented brain 5-HT crosses the blood–brain barrier through the 5-HT transporter in rat

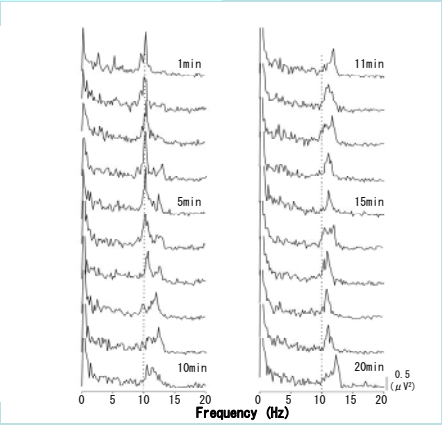
Yasushi Nakatani, Ikuko Sato-Suzuki, Naohisa Tsujino, Akane Nakasato, Yoshinari Seki, Masaki Fumoto and Hideho Arita
Department of Physiology, Toho University School of Medicine, 5-21-16, Omori-nishi, Ota-ku, Tokyo 143-8540, Japan

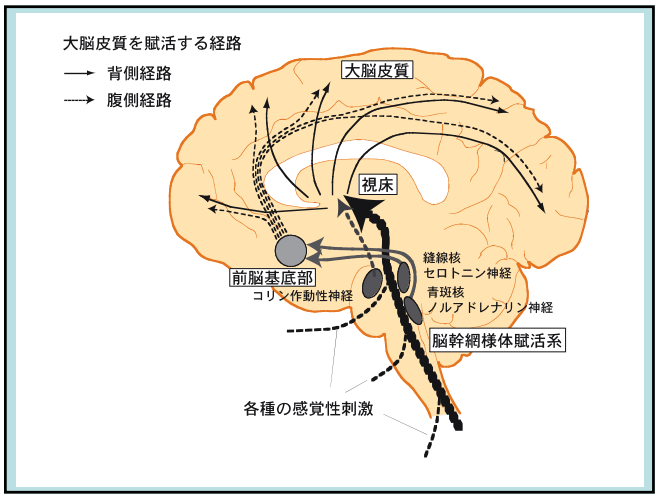
Keywords: blood–brain barrier, microdialysis, serotonin, SSRI

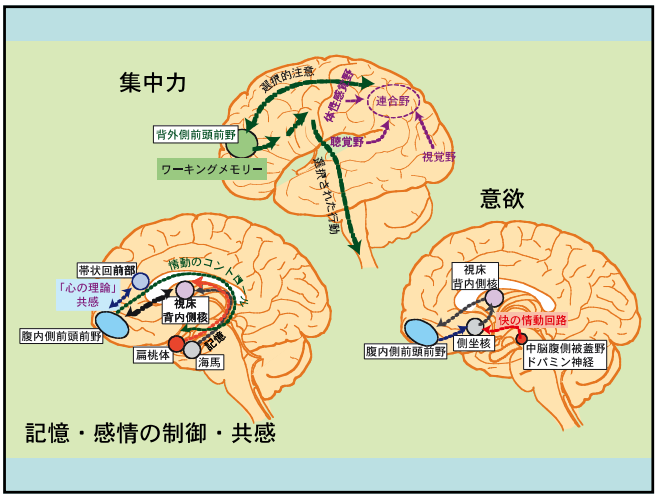
Abstract

The present study re-evaluated an existing notion that serotonin (5-hydroxytryptamine; 5-HT) could not cross the brain to the circulating blood via the blood–brain barrier (BBB). To elevate brain 5-HT alone, 5-hydroxytryptophan (5-HTP; 30–75 mg/kg) was administrated intravenously to anaesthetized rats that had undergone gastrointestinal and kidney resections along with liver inactivation (organs contributing to increasing blood 5-HT after 5-HTP administration). A microdialysis method and HPLC system were used to determine the brain 5-HT levels in samples collected from the frontal cortex. Blood 5-HT levels were determined from whole blood, not platelet-poor plasma, collected from the central vein. We found that blood 5-HT levels showed a significant augmentation whenever brain 5-HT levels were significantly elevated after the administration of 5-HTP in those rats with the abdominal surgical procedures. This elevation was abolished after pretreatment with a selective serotonin reuptake inhibitor (fluoxetine; 10 mg/kg i.v.), although brain 5-HT levels remained augmented. These results indicate that augmented brain 5-HT can cross the BBB through the 5-HT transporter from the brain to the circulating blood.

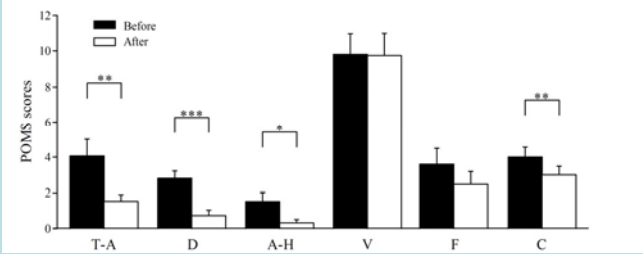
閉眼呼吸法時の脳波解析



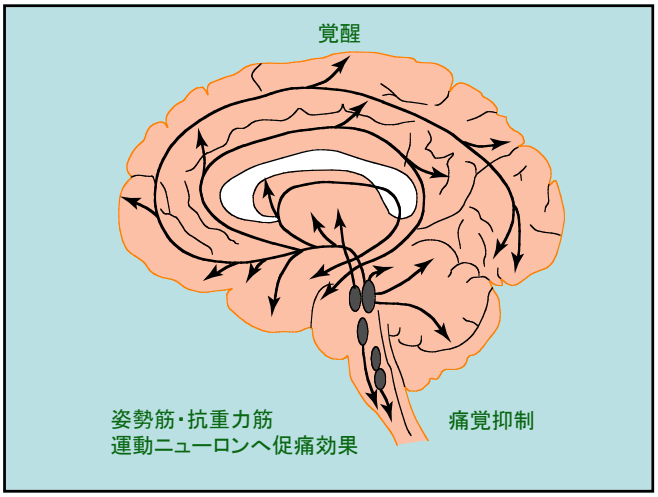




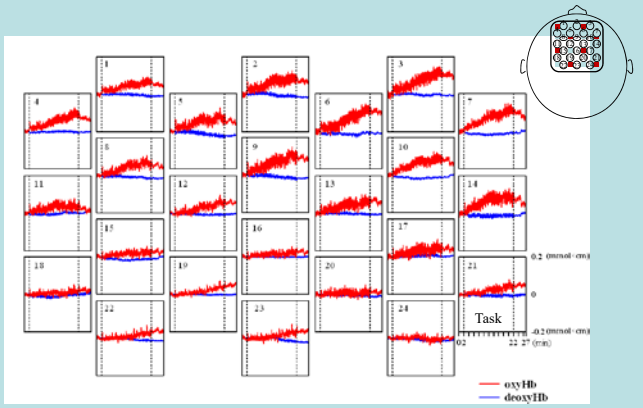
丹田呼吸法前後の心理テスト(POMS)の成績



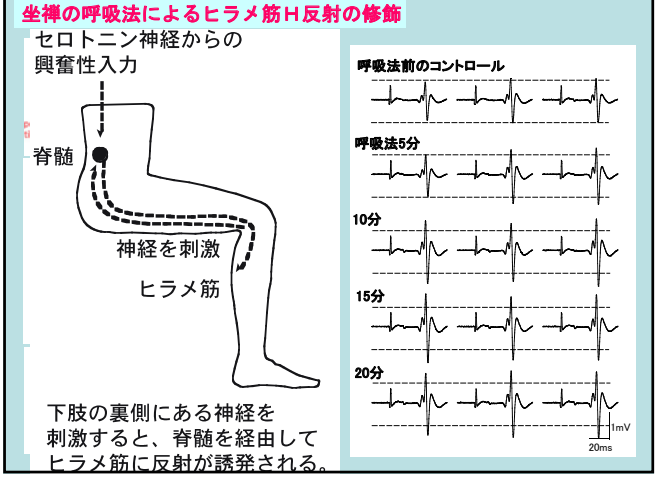
T-A: Tension-anxiety
A-H: Anger-Hostility
F: Fatigue
D: Depression-Dejection
V: Vigor
C: Confusion



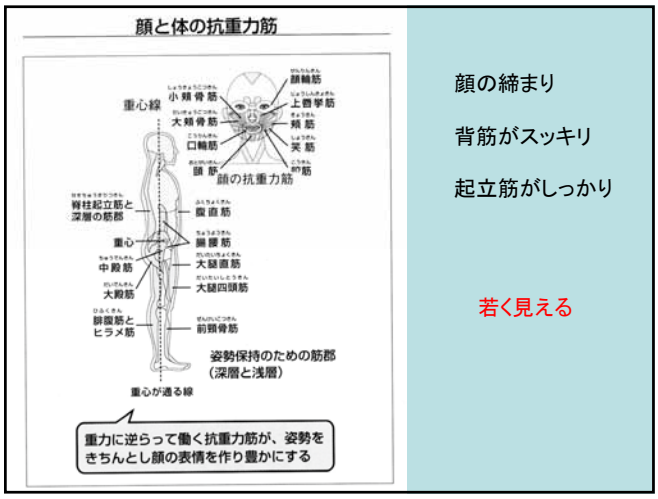
丹田呼吸法による前頭前野のoxy-Hbとdeoxy-Hbの変動(典型例)



坐禅の呼吸法によるヒラメ筋H反射の修飾



下肢の裏側にある神経を刺激すると、脊髄を経由してヒラメ筋に反射が誘発される。

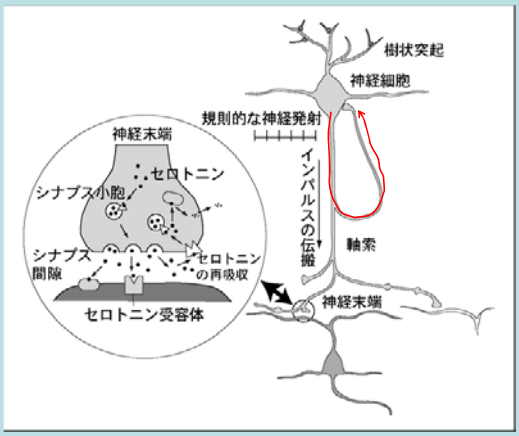


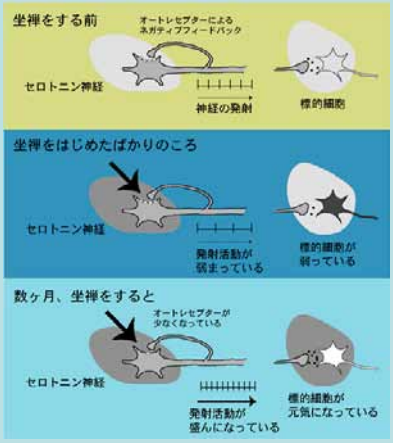
顔の締まり

背筋がスッキリ

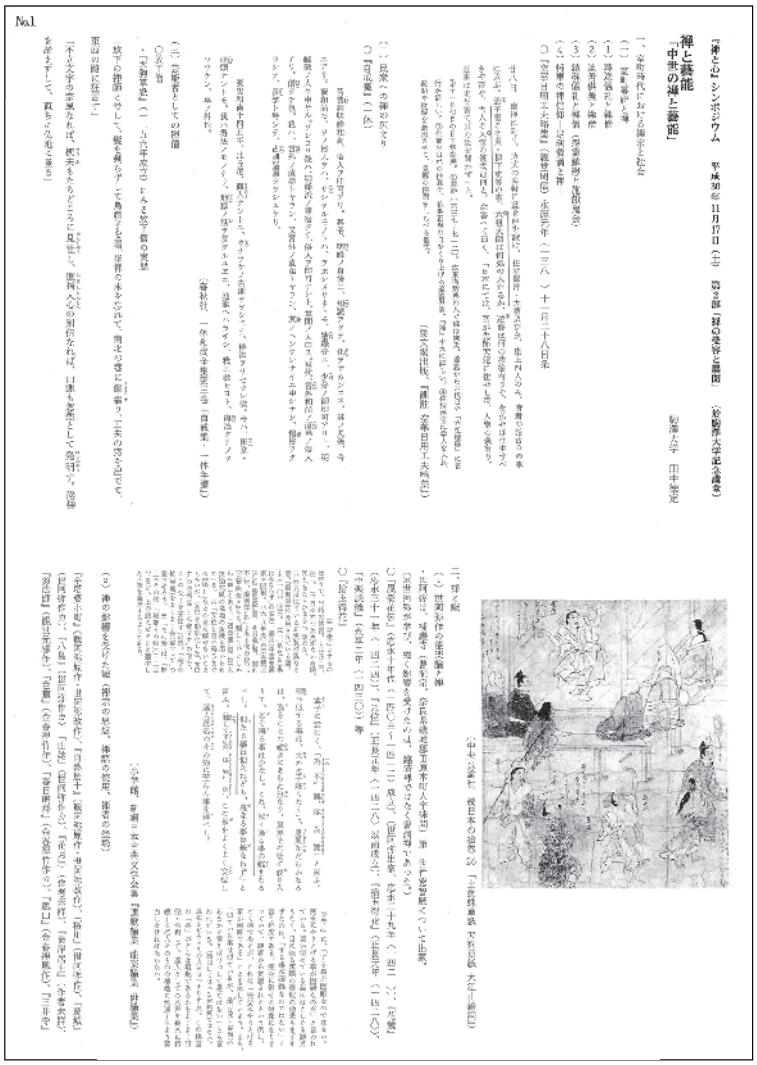
起立筋がしっかり

若く見える





2日目第2部田中氏



No.1

『禅と心』シンポジウム　平成30年11月17日（土）　第2部「禅の受容と展開」（於駒澤大学記念講堂）

禅と芸能
「中世の禅と芸能」

駒澤大学　田中巍先生

（一）奈良時代における禅の伝来と仏法

（二）禅の受容と展開

（三）芸能の成立と禅

（四）結論

（一）奈良時代における禅の伝来と仏法

○『日本紀』（一伝）

・「『釈家集』（一）（一六年故実）」とある故事・説の要録

故事の説話を通じて、優雅な舞を通じて自然の美を感得

第四の段に注目して

「不立文字の宗風を示唆し、禅天の先祖と言う」

（二）芸能者としての聖徳

○『日本紀』（一伝）

・「『釈家集』（一）（一六年故実）」とある故事・説の要録

故事の説話を通じて、優雅な舞を通じて自然の美を感得

第四の段に注目して

「不立文字の宗風を示唆し、禅天の先祖と言う」

（三）芸能者としての聖徳

○『日本紀』（一伝）

・「『釈家集』（一）（一六年故実）」とある故事・説の要録

故事の説話を通じて、優雅な舞を通じて自然の美を感得

第四の段に注目して

「不立文字の宗風を示唆し、禅天の先祖と言う」

（四）結論

・「『釈家集』（一）（一六年故実）」とある故事・説の要録

故事の説話を通じて、優雅な舞を通じて自然の美を感得

第四の段に注目して

「不立文字の宗風を示唆し、禅天の先祖と言う」

（駒澤大学　田中巍先生）

（中世の禅に、現日本の芸能）『日本芸能史』（『日本芸能史』大石一雄氏）

二、禅と能

（一）世阿弥作の能楽論と禅

○『風姿花伝』（『世阿弥』）

○『花鏡』（『世阿弥』）

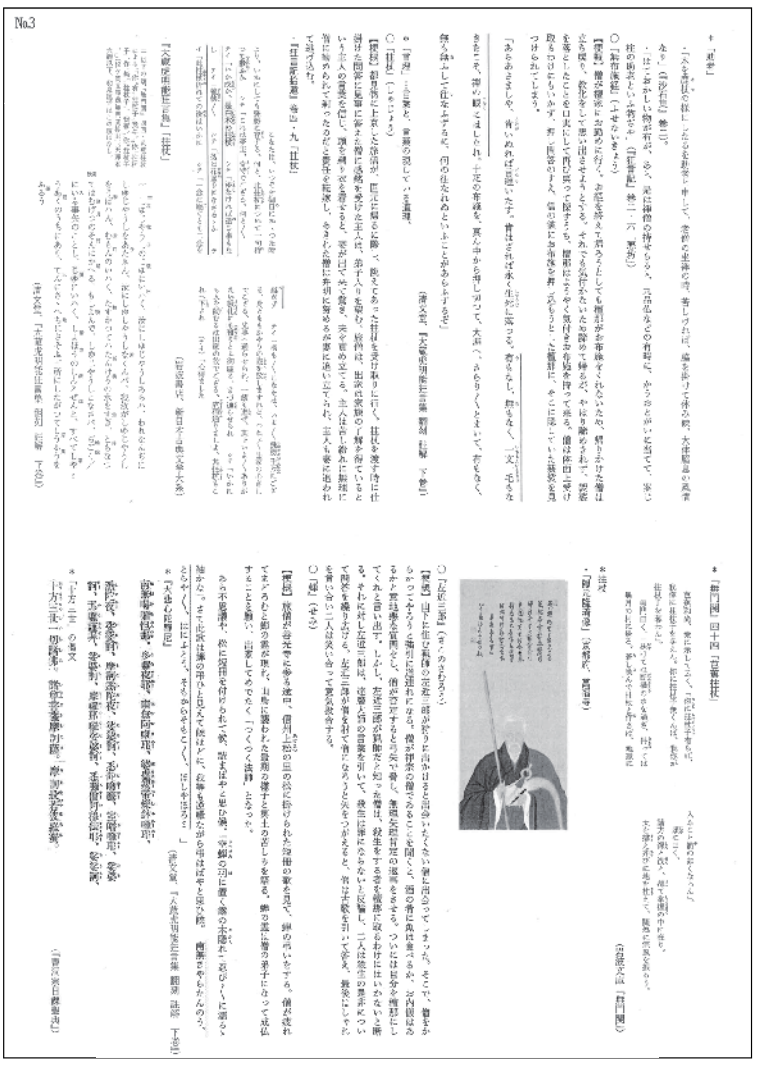
（二）禅の影響を受けた能（能作の発展、禅者の関係）

（三）禅と芸能

（四）結論

No.2

No.3



「禅と藝能」

能楽師　善竹　大二郎
大蔵　教義

一、解説
二、狂言「魚説教」
三、狂言「左近三郎」

大蔵流狂言

魚説経

（前　略）

シテ　（心得ました。）
いで〳〵　鯖ば　説法を述べん迚　烏賊にち鰹に煽けたる　墨鯛の衣を着し
カラ鮭色の袈裟を掛け　珠勝の数珠を蛸り　大鯛の如く成る　高麗鮫の上
へ　数寸〳〵と鮑登り　海鼠を鳴らせ　鯛口　鮪々と打ち鳴らし　先祝
法を鯛なり。廉乗も早く鯊集まり　心の海月　赤エイ　鰹の如きも　鰯
の穴より出するが如く　ぬら星〳〵と頭を下げ聴聞すべし。衝切敬って濱魚
海ヌ鯛数主　鮭知来　鰯子の甚蠅に申して申鯖　鰹経を頂う共　鮠には習
うべからず　鯉願ふ所は　鮒らく世界へ　鯔々と生ぜられ度きなり。佛ヰアン
コウの御弘を成し給ふも　小魚の為なれば子たるもの　生海鼠カマス子
雑子キ残子蔚子鰤子金鬼鼠筋子和海鼠。斯く大勢の数の子も、親に対し鮒なら
ば　是即ち大いなる鯊なり。鯊に親のらび迚　金鱗魚の様成細き心にて
あめの魚の如く　涙を鮪々と流し　鮫々と泣く。されば観音経の文に曰く
干鯛鰹海老　観音力とも殺かれたり。況又　真経の文に曰く　あのく鮪　二
百三文にて買うたる鮪を　佛に奉れば　天晴れ能き鮪かな迚　御客び喫りな
く　即ち御前なる花鰹を給ふ。今日の殺生長迚なり。山蟹河豚海ぎき魚
一栄鰻　鯉志び魚　貝供養　生鮪〳〵　鱧鮎蛸〳〵。
アド　是れいかな事。あの出家は、魚の名を言い並べ、むさとした事斗り言ひ居る。志
はどうでも栄僧と見申る。去ながら、何を申す承ろうと存ずる。
シテ　いよ〳〵　栄僧で御座る。ヤイ〳〵ヤイ和坊主。
アド　何事じゃ。
シテ　己れ憎い奴の。最前から魚の名を言い並べ、むさとした事斗り言ひ居る。志
たい、己れは何者じゃ〳〵。
アド　アヽ是々。そなたは竹笠魚目の穂は、鮎らしうおしゃったが、其の様に顔を
赤貝にし、鮫子をお立ちゃるからは、棒鱈で叩かれぬ内、どれへなり共、飛
魚するぞ。
シテ　まだ其の速な事を云い居る。己れ敬々、打鄙してやろう。
アド　それ〳〵、又平家蟹の様な顔をして、愚僧をにらみ鯛、鰯な事を仰せ。其上、
手長海老を振り上げ、愚僧が火頭を打とうと思さる。浜程蟹なら太刀魚でな
りと切らしめ。【笑】　アヽ、免ひてくれい、〳〵〳〵。〳〵〳〵。
シテ　己れ憎い奴の。逃げたりともにがそうか、あの白坊主、たそ捕らえてくれい。
アド　やるまいぞ、〳〵〳〵。〳〵〳〵。

不許複製

発行　大蔵　吉次郎

大蔵流狂言

左近三郎

山下さんびに住む狩人左近三郎が、山で狩をしようと出かけます。そこで出会ったのが禅宗の僧でした。左近三郎は殺生に対して素晴らしい質問をしてからかいます。さらに、狩人ながらに僧の覆部にしてほしいと願みますが、さすがの僧も「けがらわしい」と断ります。そこで左近三郎は「殺生の何が悪いのか」と言わんばかりに、僧を相手に問答を始めますが、どんな答えが導き出されるのでしょうか？

シテ　いやのうのう、御坊。
アド　やあやあ。
シテ　何と身共を、覆部にとってはくれまいか。
アド　それは出家の役じゃによって、ずいぶん覆部にとっておまそうぞ。
シテ　覆部になるからは、この世の事はさておき、あの世までも頼み参まする。
アド　その分は如才（じょさい）することではおりない。してそなたはいずくの人じゃ。
シテ　身共を得知らぬか。
アド　何とも知らぬ。
シテ　これはこの山下（さんげ）に住まい致す、左近三郎（さこのさむろう）という、狩人じゃ。
アド　なに、狩人じゃ。
シテ　中々。
アド　はあ、けがらわしや、けがらわしや。その様な人とも知らず、これまで問道した。最
早覆部にとることは嫌でおりゃる。
シテ　これも世の営みじゃによって、苦しゅうあるまい。
アド　すれば子細（しさい）を知らぬ人とみえた。すでに五戒というて、殺生を一の頭に戒め
ておかれた。
シテ　やい、和坊主。
アド　何事じゃ。
シテ　己、頭を丸めても事は知るるまい。殺生をしても苦しうない文（もん）がある。
アド　殺生をしても苦しうない文は、いずれにある。
シテ　知らずば言うて聞かそう。達磨大師の文に曰く、殺生をよ殺生をよ。列祖も殺生せざ
れば、その身地獄へ矢の如し。と、説いておかれた。己、その条体にありながら、こ
れを知らぬと言う事があるものか。
アド　それは胸の内の殺生というものじゃ。業身苦使（こうじんくじょう）水陸不定（すいほう
ふじょう）五趣人天（ごしょくじんでん）道者仏果（どうしゃぶっか）とあるときは、殺生
をすれば苦になるではないか。
シテ　まだあるまだある。
アド　あらばおしゃれ。
シテ　一心不生万法無登（いっしんしょうぜざれば、まんぼうにとがなし）、無名無法（とが な
ければほうなし）、無法無仏（ほうなければほとけもない）、とあるときは、殺生をして
も苦しゅうあるまいがの。
アド　そうおじゃるが、猪を射て、猪にならひで叶うまい。
シテ　面白い。猪を射て猪にならば、坊主を射て出家になろう。
アド　ああ、お待ちゃれ。
シテ　何と待てとは。
アド　愚僧の胸には、三尊の弥陀がある。
シテ　その弥陀が見たい。胸を断ち割ってお見しゃれ。
アド　まずお聞きゃれ。年毎に、咲くや吉野の山桜。木を割りて見よ花のありかは。とある
ときは、割っても花はあるまいがの。
シテ　はなはあるではないか。
アド　どれにある。
シテ　それにある。
アド　それとはどれに。
シテ　目の前にある。
アド　目の前、目の前、はは、はは。これかの。
シテ　中々。
アド　これは桑ではないか。
シテ　それは桑か。
アド　こりゃ桑じゃ。
両人　笑フ
シテ　近頃面白い御坊じゃ。一つ申そう。こち へおりゃれ、こち へおりゃれ。
アド　心得た、心得た。

2日目第2部五十嵐氏

緩和ケアの現場に立つ宗教者の活動と信仰

《参加者》

五十嵐　雄道（いがらし　ゆうどう） 佐賀県　浄土真宗本願寺派 円光寺住職 佐賀県ホスピスを進める会 幹事 九州大学医学部 非常勤講師 他、多数の教育機関で講師 心の灯の会（佐賀県立病院好生館内）代表 ハンセン病問題を共に考えるネットワーク ・さが 共同代表	**伊豆丸　展子**（いづまる　のぶこ） ジャーナリスト　好生館の活動をはじめ、医療関係の取材に従事
光吉　祐證（みつよし　ゆうしょう） 佐賀県　曹洞宗　長楽寺住職 佐賀県ホスピスを進める会会員 佐賀県曹洞宗青年会副会長	**山下　一徹**（やました　いってつ） 佐賀県　曹洞宗　海雲寺住職 佐賀県ホスピスを進める会会員

（敬称略　五十音順）

《本日の要旨》

1．デモ「死の準備教育」　五十嵐 雄道 師

2．対話　緩和ケアの現場に立つ宗教者の活動と信仰

　1）緩和ケアとは　―予備知識として―

　2）病院において緩和ケアに関わる宗教者の活動

　　①受け入れる病院側の立場

　　②病院利用者の立場

　　ア．緩和ケアを受ける患者や家族の問題

　　イ．緩和ケア以外の医療を受ける患者やその家族の問題点

　　③ボランティアに参加する宗教者側の問題点

　　④ボランティアに参加するまでの準備　―何を話し合い、何を考えたのか －

　　⑤具体的な事例と、そこから学んだこと

　3）緩和ケアに関わる宗教者の信仰

　　①欧米のキリスト教圏、韓国、台湾のホスピス事情

　　②佐賀県の有する〝土徳〟は　般化できるか

　　③「死の準備教育」を含めた広義の緩和ケアと平常の信仰生活

　　④参加者各自の活動を支える信仰

《用語の解説》

１．緩和ケア（Palliative care）とは

緩和ケアはターミナルケア（Terminal care/ End-of-life care・終末医療）の　環としての営み。

WHO（世界保健機構）による緩和ケアの定義（２００２年）は、

「緩和ケアとは、生命を脅かす疾患による問題に直面している患者とその家族に対して、疾患の早期より痛み、身体的問題、心理社会的問題、スピリチュアルな問題に関してきちんとした評価をおこない、それが障害とならないように予防したり対処したりすることで、クオリティー・オブ・ライフを改善するためのアプローチである。」

というものであり（A）、チームアプローチを特色とする(B)。しかし、我が国の緩和ケアは、その対象が「主として末期の悪性腫瘍（がん）の患者または後天性免疫不全症候群（AIDS）に罹患している患者」(C) と限定されている点に問題があるし、実際の現場でスピリチュアルな問題に関わ

今を生きる私たち

雲の如く　水の如し　臨床宗教師ってどんな人？

日本臨床宗教師会理事長
上智大学グリーフケア研究所所長・
同グリーフケア研究所所長　島薗　進

東日本大震災では多くの方々が亡くなり、また生活の支えとなるものを失った。重い苦難のなかから、仙台では超宗教・超宗派の「心の相談室」が立ち上がり、やがて臨床宗教師の養成が始まった。支援活動を進めるなかから、平常時にも通じる、「ともに苦難を受け止める力」を養っていくための取り組みも進められたのだ。

災害時には宗教や宗派の教えをそれぞれに説くよりも、苦難を抱える人々にともに向き合ってその力になることが求められる。被災者もその世話をする行政関係者も特定宗教団体による支援活動というと対応に困る。だが、超宗教・超宗派の機関の保証があると受け入れやすくなる。

この動きは二〇一一年三月十一日以後に、まったく新たに始まったものではない。仙台地域でふだんから医療や死の看取りの場に宗教者が加わることを模索してきた医師がいた。岡部健（おかべ　たけし）医師である。一九五〇年生まれの岡部医師は九七年に宮城県立がんセンターを辞め、名取市で在宅専門のクリニックを開設し、主に死の看取りの医療に携わることになった。死の看取りの医療を進めるうちに、宗教者の関与が不可欠と考えるようになり、チャプレン（現場で祈る宗教者）を展った。

ところが、二〇一〇年になって、自ら余命が長くないがんに罹患（りかん）していることを知った。そして、死を覚悟しながら震災の被災者のケアにあたるなかで、いよいよ宗教者の役割が大きいとの認識を深めた。そして、日本の実情に即したチャプレンの呼称として「臨床宗教師」が適当と考えるようになった。これまで在宅の死の看取りに関わるなかで、宗教者だけではなく、宗教学や哲学や社会学の研究者とも交流を進め苦難を受け止めるケアのあり方について理解を深めていた。そして、いよいよ臨床宗教師の養成を始めようという気運が高まっていた。

震災後、すぐに東北大学に実践宗教学の講座ができ、二〇一二年から臨床宗教師の養成講座が始まった。その後、岡部医師は亡くなったが、全国の宗教系の八大学で臨床宗教師の養成が行われるようになった。一六年には日本臨床宗教師会が設立され、翌年からは臨床宗教師の資格認定も始められた。病院で臨床宗教師を雇用する例も増えてきている。

臨床宗教師の役割は死が近づいた人を支えることだけではない。死別の悲嘆にくれている遺族のケア、孤立に苦しむ人々のケア等々、様々に需要がある。囚人の悩みに応じる教誨師（きょうかいし）や出獄者の世話をする保護司など、実はこれまでも取り組まれてきた。臨床宗教師の活動は多くの先人たちによって取り組まれてきたのだ。しかし、ふつうの人々が宗教者に苦難や悲嘆のなかでの導きや安らぎを求めるのは自然だ。臨床宗教師に接しているうちに、生きる力の源にふれたように感じる人、生きることがつらかったが、臨床宗教師に会って安らぎが見えてきた人。そんな人たちが増えれば宗教の力が再認識されるだろう。

◆少年院に臨床宗教師任用◆

今年九月一日付で、奈良少年院（奈良県）に、臨床宗教師が一人任用された。任用されたのは、曹洞宗僧侶である氏家栄伸（うじいえ　ひでのぶ）さん。

一年ごとの非常勤講師で、その活動の目的は、殺人などの重心罪を犯した入所者に対する月二回程度の個別面談を中心に、罪と向き合い内省を深める手助けをするというもの。

これまで医療・福祉施設等が主な活動の場だった臨床宗教師が、矯正施設で勤務する初めてのケースとして注目されている。入所者の更生に向けて寄与することができる宗教者の活躍が期待される。

曹洞宗宗務庁刊
『禅の友』平成三十年十一月号（通巻八三一号）

るチャプレン（現場で祈る宗教者）の不在が問題となるという。医療や死の看取りの場に宗教者が関わることを模索していた故岡部健医師のはたらきかけが元となって、東日本大震災の翌年である平成 24 年（2012）に東北大学にて「臨床宗教師」（我が国の実状に即したチャプレン）の養成がはじまった（E)。しかし、在宅の緩和ケアの場合はともかく、病院における緩和ケアの現場での宗教者の活動はまだ活発ではないのが現状である。

「公益財団法人日本ホスピス・緩和ケア研究振興財団」の WebPage によれば、

〈https://www.hospat.org/public_what.html〉

A　WHO（世界保健機構）は緩和ケアを次のように定義しています。（２００２年）

「緩和ケアとは、生命を脅かす疾患による問題に直面している患者とその家族に対して、疾患の早期より痛み、身体的問題、心理社会的問題、スピリチュアルな問題に関してきちんとした評価をおこない、それが障害とならないように予防したり対処したりすることで、クオリティー・オブ・ライフを改善するためのアプローチである。」

Palliative care is an approach that improves the quality of life of patients and their f amilies facing the problem associated with life-threatening illness, through the prevention and relief of suffering by means of early identification and impeccable assessment and treatment of pain and other problems, physical, psychosocial and spiritual

「日本ホスピス緩和ケア協会」は、ホスピス緩和ケアを提供するさまざまな医療機関を中心に組織されている法人ですが、緩和ケアについて次のように説明しています。

1．緩和ケアとは

緩和ケアとは、生命を脅かす疾患による問題に直面する患者と其の家族に対して、痛みや其の他の身体的問題、心理社会的問題、スピリチュアルな問題を早期に発見し、的確なアセスメント対処（治療・処置）を行うことによって、苦しみを予防し、和らげることで、クオリティ・オブ・ライフを改善するアプローチである。

2．緩和ケアは・・・

- 痛みやその他の苦痛な症状から解放する
- 生命を尊重し、死を自然なことと認める
- 死を早めたり、引き延ばしたりしない
- 患者のためにケアの心理的、霊的側面を統合する
- 死を迎えるまで患者が人生を積極的に生きてゆけるように支える
- 家族が患者の病気や死別語の生活に適応できるように支える
- 患者と家族―死別後のカウンセリングを含む―のニーズを満たすためにチームアプローチを適用する
- QOL を高めて、病気のかていに良い影響を与える
- 延命を目指す其のほかの治療―化学療法、放射線療法―とも結びつく
- それによる苦痛な合併症をより良く理解し、管理する必要性を含んでいる。

「ホスピス」について若干、追記しますと・・・

ホスピスは１９６７年、シシリー・ソンダース博士によって開設されたロンドン郊外の聖クリストファー・ホスピスに始る。主にがんの末期患者の全人的苦痛を、チームを組んでケアしていこうというもので、日本では１９８１年に浜松の「聖隷ホスピス」、１９８４年に「淀川キリスト病院ホスピス」が開設されました。

B　ホスピス・緩和ケアの特色としてチーム・アプローチがあります。患者と家族を中心に、医師、看護師、ソーシャルワーカーなどの専門職とボランティアとで構成するチームによるケアです。

現在、日本全国で２１３施設・４，２３０床（２０１１年４月１日現在）あるホスピス・緩和ケア病棟（医療保険制度による承認施設）で提供されている緩和ケアの対象となるのは、

C　「主として末期の悪性腫瘍（がん）の患者または後天性免疫不全症候群（AIDS）に罹患している患者」と定められています。然し、ホスピス・緩和ケアは、此れ以外にも、訪問診療・訪問看護・訪問介護などによる在宅ケア、一般病棟での緩和支援ケアチームによる緩和ケア、ホスピス・緩和ケア専門外来、或いはまだあまり普及していませんがホスピス・緩和ケアのデイケアなどがあり、必ずしも末期（治癒不可能）であることを前提としない場合もあります。

症状や環境（家族、地域の医療施設など）によってどのようなケアを選択するのがよいか、医療者との充分な話し合いが重要です。

２００６年６月に成立した「がん対策基本法」では、国及び地方公共団体に、「がん患者の状況に応じた疼痛等の緩和を目的とする医療が早期から適切に」（同法第１６条の一部）行われるために必要な施策を講じるべきことが定められており、今後、緩和ケアの対象は着実にひろげられていくと考えられます。

浄土真宗本願寺派社会部社会事業担当の WebPage によれば、

〈http://social.hongwanji.or.jp/index.html〉

D　浄土真宗本願寺派では、1987（昭和 62）年に「ビハーラ活動」が始まりました。この「ビハーラ活動」とは、仏教徒が、仏教・医療・福祉のチームワークによって、支援を求めている人々を孤独のなかに置き去りにしないように、その心の不安に共感し、少しでもその苦悩を和らげようとする活動です。そして私たち自身が、苦しみや悲しみを縁として、自らの人生の意味をふりかえり、死を超えた心のつながりを育んでいくことを願いとしています。すなわち、「ビハーラ活動」とは、「生・老・病・死」の苦しみや悲しみを抱えた人々を全人的に支援するケアであり、「願われたいのち」の尊さに気づかされた人たちが集う共同体を意味します。

なお 1998 年には真宗の教えを学ぶ、ビハーラ運動を推進する医療関係者・ビハーラ関係者のネットワークとしての「ビハーラ医療団」が発足している。

２．臨床宗教師とは

参考資料

E.島薗進氏「臨床宗教師ってどんな人？」（曹洞宗宗務庁刊『禅の友』2018.11 月号（通巻 831 号））所収

３．地方独立行政法人佐賀県医療センター　好生館とは

天保５年（1834）第１０代佐賀藩主鍋島直正公により創設された医学館・医学寮を淵源とし、明治２９年（1896）に佐賀県立病院好生館』となる。平成２２年（2010）に地方独立行政法人に移行、平成０２５年（2013）５月に、佐賀県医療センター好生館として現在地に新築移転。緩和ケア病棟・緩和ケア科を有し、各種ボランティアが活動している。〈http://www.koseikan.jp/index.html〉

資料

私立大学研究ブランディング事業
平成28年度の進捗状況

学校法人番号	131021	**学校法人名**	**駒澤大学**		
大学名	駒澤大学				
事業名	『禅と心』研究の学際的国際的拠点づくりとブランド化事業				
申請タイプ	タイプB	**支援期間**	5年	**収容定員**	13584人
参画組織	７学部（仏教・文・経済・法・経営・医療健康科・ｸﾞﾛｰﾊﾞﾙ･ﾒﾃﾞｨｱ･ｽﾀﾃﾞｨｰｽﾞ），１研究科（法曹養成）				
事業概要	**現代社会が直面している「心の問題」に、禅（ZEN）の立場から提言を試みる。**禅研究の最先端に位置すると自負する本学が、江戸時代以来の研究の蓄積を踏まえ、①現代人の心の問題に新たな提言を試みるため、②多様な専門領域と禅（ZEN）を融合した研究を行い、③坐禅の身心への影響を科学的に検証し、④全学的な機関を設置して、研究成果を国内外に向けて発信する。				
①事業目的	1.禅（ZEN）の思想的研究を基礎として、現代人が抱える「心」の問題に対し、新たな提言を行う。 2.禅（ZEN）の研究を、超領域的に行うことを通し、新たな視座を獲得する。 3.禅（ZEN）思想の根幹である「坐禅」が身心に与える影響を科学的に検証する。 4.上記の1．2．3．を総合的に結んだ研究の成果を、混迷の一途をたどる国内外に向けて発信する全学的な組織（禅研究センター）を設置する。				
②平成28年度の実施目標及び実施計画	（実施目標） 平成28年度は研究組織の体制整備や禅（ZEN）セミナーに必要な備品の購入、本事業の広報ホームページの作成等の事業の実施体制の基盤を作る。 ・先行研究の整理や実地調査を中心に行い、平成29年度以降の研究の基盤を作ること。 ・備品の購入、広報ホームページや禅（ZEN）に関するWebコンテンツの作成等を行うこと。 ・平成29年度以降の実施体制の基盤を作ること。 （実施計画） ◎禅（ZEN）の源流および文化の研究 文学や芸能、美術など江戸時代の文化や社会民衆の中にあった禅（ZEN）に焦点をあて、近代以前における禅（ZEN）文化の影響について明らかにするため、本学図書館所蔵の禅籍資料や近世の文学作品等を主な対象とする研究を行う。また、新纂禅籍目録の更新に向けた作業を開始する。必要に応じて、国内外への実地調査を行う。 ◎禅（ZEN）による人の体と心の研究 禅（ZEN）を科学的に検証するため、先行研究の整理と実地調査を行う。国内寺院や修行道場における禅瞑想法、海外におけるマインドフルネス（メソッド化した自己啓発，心理療法として用いる瞑想）等を対象とする。 ◎禅（ZEN）と社会制度の研究 中世の日本において、禅（ZEN）が当時の社会や戦国大名等に受容された経緯を明らかにするため、「林下」や「公案」の制度背景、戦国大名や地方武士に受容された社会背景等を主な対象とする研究を行う。 ◎禅（ZEN）の社会貢献・世界発信事業 禅（ZEN）セミナーに必要な備品の購入や本事業の広報ホームページの作成等、平成29年度以降の実施体制の基盤を作ること。				
③平成28年度の事業成果	【平成28年度の事業結果や実績】 平成28年11月22日に文部科学省より補助事業の選定通知を受け、本格的に開始した。 平成28年度は、選定時期との兼ね合いもあり、主に研究組織の体制整備、研究基盤作成準備、学内関係部署等との調整や各種手続を中心として実施した。 【本事業の成果を基にした社会へのサービス活動】 大学ホームページに禅ブランディング事業に関するウェブページを作成し、社会へ情報発信している。 また、一般参加が可能なイベントとして、体と心チームでは3月4日に坐禅会を、社会制度チームでは3月18日にZEN BRANDING KICK OFF EVENT NO.2を、それぞれ開催した。 【学外組織との連携による本事業の推進】 本事業の連携機関として、曹洞宗の両本山（永平寺、總持寺）や臨済宗の研究を扱っている花園大学国際禅学研究所、公益財団法人禅文化研究所より、承諾をいただくことができた。				

④平成28年度の自己点検・評価及び外部評価の結果	（自己点検・評価） 【点検・評価（効果が上がっている事項）】 〇各研究チームでは、今後の活動を進めていくにあたり、研究組織の体制整備や研究の基盤となるデータ等の準備を実施した。 ・源流チームは、花園大学国際禅研究所や公益財団法人禅文化研究所との連携を実施した。『新纂禪籍目録』のデータ化を行うなど、基礎データの作成に着手した。 ・体と心チームでは、3月4日に坐禅会を開催し、慈悲の瞑想の臨床試験を実施した。 ・社会制度チームでは、禅の基本知識を得るための勉強会を２回開催し、禅研究の基礎的な研究内容の理解やグローバルな視点から禅研究を広めていくための手法や考え方を学んだ。 ・世界発信チームは、本事業のブランディング戦略（５年間）を立案する業者を公募し、株式会社電通と協力する方針が決まった。また、ブランディング効果の測定として、株式会社インテージにステークホルダー調査等を依頼した。 〇事務部門は、本事業を学長のリーダーシップのもと円滑に実施するため、研究活動推進委員会や禅ブランディングプロジェクトチーム合同会議を実施した。また予算管理においては、学内の調達部会の承認を得るなど、既存の学内ルールに準じて執行した。 【点検・評価（改善すべき事項）】 ・各研究チームにおいては、選定時期との兼ね合いもあり、研究の開始が遅れている。 ・研究組織や学内関係部署との連携など、急遽構築した組織体制であるため、今後５年間の事業を進めていく上では、順次見直す必要がある。 ・大学ホームページにて発信している内容は、文部科学省に提出した資料と同一であるため、事業の進捗などの最新情報を載せる必要がある。 ・本事業の連携機関となっていただいた研究機関等と、連携内容等について今後の方針が決まっていない。
	（外部評価） ◎元金沢文庫長・高橋秀栄氏 【事業全体に対する評価】 〇当該事業の適切性・妥当性について 昨年十一月二十一日に採択された国支援の本事業は、本校の七学部、一研究科が共同連携チームで取り組む画期的な一大事業である。複数の学部に渡る実務担当者が目標の遂行に英知を出し合い取り組まれている。坐禅を淵源とする禅の教えは禅の指導者や研究者の活躍により国内外に広く知れわたっているが、さらに混迷に満ちた現代に適応した啓蒙活動も求められている。この事業は、数年後に開催されるオリンピック・パラリンピックを契機に我が国を訪れる人々にも禅の最先端の研究成果を情報発信するというきわめて有意義な事業である。この事業に携わる関係者の真摯な努力の姿勢と成果を見守りたい。 〇当該事業による目的の実現可能性について 本事業のスタートからまだ半年余りのため、取り組みに多少の遅滞があるかに推察されるが、事業計画案は期待度が高く、また注目される事業だけに、遅れが生じないように鋭意努力されたい。学際的チームの事業だけに、精度の高い調整も不可欠であるが、協調性を密にすることにより、大きな知的所産を蓄積することができよう。当面は駒澤大学の禅ブランドが世間に周知され、永続的な事業に繋がっていくことを視野に、実施体制の基盤を堅固にされることを期待したい。 ◎デジタルハリウッド大学准教授・高橋光輝氏 【事業全体に対する評価】 〇当該事業の適切性・妥当性について 約３ヶ月の短期間の間で各事業部門は計画通りの業務が遂行されている。 これまでの禅に対するブランディングが大学としてどのように行われていたかという過去の振り返りも今後の計画に対して成功する要因になる。 〇当該事業による目的の実現可能性について 全学が一体となって本事業に協力し、実行していくかが本事業の要である。今後の年度ごとの実現に至っては、学長及び副学長を初めとしたリーダーシップが必要であり、取りまとめや業務分担など事務局の存在も非常に大きくなる。今後は成果を確認するフェーズに入る事もあり、大学全体での取り組みである事の学内認知を、教職員や学生を初めとして広げる必要がある。
⑤平成28年度の補助金の使用状況	平成28年度の事業経費として、5,233,810円を使用した。 経費使用の主な目的は、研究組織の体制整備や禅（ZEN）セミナーに必要な備品の購入、本事業の広報ホームページの作成等である。 主な使用状況は、研究組織の体制整備に係る物品の購入（PC、脳波測定器等）や広報活動にかかる費用（禅（ZEN）セミナー使用する応量器の購入や広報ホームページの作成、禅文化歴史博物館常設展示図録「禅の世界」の翻訳に係る謝金等）である。

私立大学研究ブランディング事業
平成29年度の進捗状況

学校法人番号	131021	**学校法人名**	**駒澤大学**		
大学名	駒澤大学				
事業名	『禅と心』研究の学際的国際的拠点づくりとブランド化事業				
申請タイプ	タイプB	**支援期間**	5年	**収容定員**	13584人
参画組織	8学部（仏教・文・経済・法・経営・医療健康科・ｸﾞﾛｰﾊﾞﾙ･ﾒﾃﾞｨｱ･ｽﾀﾃﾞｨｰｽﾞ・総合教育研究部），１研究科（法曹養成）				
事業概要	現代社会が直面している「心の問題」に、禅（ZEN）の立場から提言を試みる。禅研究の最先端に位置すると自負する本学が、江戸時代以来の研究の蓄積を踏まえ、①現代人の心の問題に新たな提言を試みるため、②多様な専門領域と禅（ZEN）を融合した研究を行い、③坐禅の身心への影響を科学的に検証し、④全学的な機関を設置して、研究成果を国内外に向けて発信する。				
①事業目的	1.禅（ZEN）の思想的研究を基礎として、現代人が抱える「心」の問題に対し、新たな提言を行う。 2.禅（ZEN）の研究を、超領域的に行うことを通し、新たな視座を獲得する。 3.禅（ZEN）思想の根幹である「坐禅」が身心に与える影響を科学的に検証する。 4.上記の1．2．3．を総合的に結んだ研究の成果を、混迷の一途をたどる国内外に向けて発信する全学的な組織（禅研究センター）を設置する。				
②平成29年度の実施目標及び実施計画	（実施目標） 2017年度は、学外の連携機関と交流を深めつつ、本格的な調査研究を実施する。また、『禅と心』研究の学際的国際的拠点づくりとブランド化事業（以下、「禅ブランディング事業」という。）を所管する学内組織の設置準備や社会への広報活動を行う。				
③平成29年度の事業成果	①研究4チーム（曹洞禅とその源流研究チーム〈以下、「源流チーム」という。〉・禅の受容と展開研究チーム〈以下、「展開チーム」という。〉・禅による人の体と心研究チーム〈以下、「身心チーム」という。〉・禅と現代社会研究チーム〈以下、「現代社会チーム」という。〉）による研究活動として、会議・研究会を合計30回程度行い、成果物としてHP用コンテンツを約15件作成した。禅ブランディング発信事業チーム（以下、「発信チーム」という。〉により禅ブランディング事業ホームページを作成・公開し、HP用コンテンツ8件を掲載した。 ②禅ブランディングメンバー向け勉強会4回、学内向けイベント6回、外部向けシンポジウム1回を催した。 ③事務運営では、研究活動推進委員会4回、禅ブランディングプロジェクトチーム会議4回、チームリーダー連絡会26回を行い、事務所管として、禅文化歴史博物館内に禅ブランディング推進係を新設し、研究チームの支援体制を整えた。 2017年度初段階では研究3チームと発信チームの４チームによる構成であったが、新たに源流チームが加わり、研究活動を拡充させた。				
	（自己点検・評価） 【点検・評価（効果が上がっている事項）】 ①各チームによる研究が進み、その成果を公開するHPも完成した。 ②禅ブランディング事業参加教員や学内向けの勉強会・イベントを多く開催した。 ③禅ブランディング事業に対する事務支援体制の整備を進めた。また、チームリーダー連絡会を定期開催することにより研究チーム間の情報共有を図り、研究活動推進委員会、禅ブランディングプロジェクトチーム会議の開催により学内全体への当事業の取り組みの周知に努めた。 【点検・評価（改善すべき事項）】 ①現状ではHP等にて公開しているコンテンツの少なさが課題であると認識している。 ②外部向けのイベントが少なかったことが課題であった。				

④平成29年度の自己点検・評価及び外部評価の結果	（外部評価） ◎明林寺住職・西田正法 氏 【事業全体に対する評価】 〇当該事業の適切性・妥当性について 　禅を一言で表せば「縁起の体感」ではなかろうか。第二次大戦後協調を歩み始めた世界であったが、また対立の中で混迷を深めている。斯かる世界情勢の中で、縁起の体感を根底とした禅からの提言は、対立しながら平和を希求する人々に対して、新たな視座を開くことは疑いのないことである。本事業の適切性・妥当性は、世界的な注目を集める禅を、客観的学問的立場から正しく伝えることで、仏教が有する縁起に立脚した智慧を、理性的に世界に伝える機会を創出出来ることにあると思う。8学部、1研究科が連携して進める本事業は、関係者自身がこの縁に出遭えたことを喜びとして、この善縁を世界に広げる意気込みで取り組んで下さるよう願います。 〇当該事業による目的の実現可能性について 　自己点検・評価の②において「禅ブランディング事業参加教員や学内向けの勉強会・イベントを多く開催したが、外部向けのイベントが少なかったことが課題であった。」とあったが、広汎に渉る本事業は、先ず関係者全員が禅に対する理解を共有することが事業成功の鍵となると思う。次に、本事業がエゴ（個人・国家・民俗・宗教）により行き詰まった世界情勢に、大きな一石を投ずる有意義なものであるという本事業の価値を共有し、学長を基点に全学的ネットワークを構築することが事業の第一歩と考えると、先ずは学内の充実が大切であると思う。 ◎多摩大学経営情報学部教授・趙　佑鎮 氏 【事業全体に対する評価】 〇当該事業の適切性・妥当性について 　平成28（2016）年度に採択された本事業は、『禅と心』研究の学際的国際的拠点づくりとブランド化事業に向け、禅を中心とした学部横断的な連携による新しい研究領域の開拓として、駒澤大学における既存研究実績の蓄積をさらに深化させ、また新たな視点を取り入れ進化していく本事業は、駒澤大学をより一層発展させるための駒澤ブランドを明確にする事業足り得るものであり、その適切性・妥当性について高く評価する。 また、各チームにおける研究テーマ設定が、大学のステークホルダーと一般社会人に興味を誘発させるようになっており、大学ブランディングに広く貢献できるものと思われる。 〇当該事業による目的の実現可能性について 禅ブランディング事業　5ヵ年計画の2年目となり、チーム毎の研究内容も本格的となり、関係部門との連携による活発な勉強会・研究会が多数開催され、より深まりと広がりが期待できる展開になっている。また、ウェブサイトの特設ページにより研究事業が的確に発信されており、今後の研究と発信の充実により、目的の実現に非常に期待が持てる。 　何よりも大学内の学部と事務局横断の組織体制を意識しており、かつ、HPのコンテンツと外部向けのイベントの少なさを課題として自己認識しているだけに、マーケティング志向に立脚した今後の着実な事業展開ができるものと予想する。
⑤平成29年度の補助金の使用状況	2017年度の事業経費として　31,838,775円を使用した。 経費使用の主な目的は、研究組織の体制整備、各種イベントやセミナーの開催、本事業の広報活動、事務組織の拡充等である。 主な使用状況は、禅と大学ブランドに関する調査費用、本事業のホームページの開設とコンテンツ充実のための調査・視察費用、イベント・セミナー等の開催費用、本事業の事務組織拡充による物品の購入費用等である。

私立大学研究ブランディング事業
平成30年度の進捗状況

学校法人番号	131021	**学校法人名**	**駒澤大学**		
大学名	駒澤大学				
事業名	『禅と心』研究の学際的国際的拠点づくりとブランド化事業				
申請タイプ	タイプB	**支援期間**	5年	**収容定員**	15135人
参画組織	8学部（仏教・文・経済・法・経営・医療健康科・ｸﾞﾛｰﾊﾞﾙ･ﾒﾃﾞｨｱ･ｽﾀﾃﾞｨｰｽﾞ・総合教育研究部）、1研究科（法曹養成）				
事業概要	現代社会が直面している「心の問題」に、禅（ZEN）の立場から提言を試みる。禅研究の最先端に位置すると自負する本学が、江戸時代以来の研究の蓄積を踏まえ、①現代人の心の問題に新たな提言を試みるため、②多様な専門領域と禅（ZEN）を融合した研究を行い、③坐禅の身心への影響を科学的に検証し、④全学的な機関を設置して、研究成果を国内外に向けて発信する。				
①事業目的	1.禅（ZEN）の思想的研究を基礎として、現代人が抱える「心」の問題に対し、新たな提言を行う。 2.禅（ZEN）の研究を、超領域的に行うことを通し、新たな視座を獲得する。 3.禅（ZEN）思想の根幹である「坐禅」が身心に与える影響を科学的に検証する。 4.上記の1. 2. 3. を総合的に結んだ研究の成果を、混迷の一途をたどる国内外に向けて発信する全学的な組織（禅研究センター）を設置する。				
②平成30年度の実施目標及び実施計画	（実施目標） 2018年度は、引き続き学外の連携機関と交流を深めつつ、本格的な調査研究を実施する。また、禅ブランディングWEBサイトの充実を図り、学生や社会への広報活動を行う。				
③平成30年度の事業成果	①研究4チーム（曹洞禅とその源流研究チーム〈以下、「源流チーム」という。〉・禅の受容と展開研究チーム〈以下、「展開チーム」という。〉・禅による人の体と心研究チーム〈以下、「身心チーム」という。〉・禅と現代社会研究チーム〈以下、「現代社会チーム」という。〉）は、研究活動を進め、その成果発表の一環として、WEBサイトコンテンツ28件を作成すると共に、各研究チーム主催または合同でのイベント等を開催し、外部発信を行った（6/7音楽法要、9/25禅の国際化講演会、10/8禅をきく会、10/15・22、11/5・19「禅の歴史」連続講座<4日間・8講座>、11/16・17禅と心シンポジウム、12/14禅の声、12/2～12/7臘八坐禅）。 ②禅ブランディング発信事業チーム（以下、「発信チーム」という。）により禅ブランディング事業WEBサイトにコンテンツ28件を掲載し、インスタグラムも開設した。また、3件の対談収録を行い、1件を公開した（https://zen-branding.komazawa-u.ac.jp/contents/1018/）。 また、制作物としてクリアファイル、トートバック等を制作し、各研究チームのイベントや、大学の行事などで配布して、禅ブランディング事業の訴求に使用した。 ③4月に禅文化歴史博物館内に禅ブランディング推進係が開設され、教務部研究推進課が担当していた業務を引き継いだ。禅ブランディング事業全体に関わる、予算編成及び、執行を始めとした事務運営を行った。 また、禅ブランディングプロジェクトチーム会議4回、チームリーダー連絡会21回、自己点検・評価委員会1回、行った。発信事業の事務支援として、WEBサイト、インスタグラム運営、サーバー管理等を行った。				

④平成30年度の自己点検・評価及び外部評価の結果	（自己点検・評価） ①各チームによる研究も進み、その成果をWEBサイトに公開したが、イベントが後期に集中したため、成果としてまとめきれていないものが多く、コンテンツを増やしていくことが今後の課題となっている。 　2018年度は、多くのイベントを開催したが、在校生の参加が少なかったことが課題となった。今後は内容の検討とともに周知の方法を考えたい。 ②新規開設したインスタグラムには、禅語の書や仏教にまつわる動画、写真を投稿し、新たな発信媒体として軌道に乗せることができた。しかし、フォロワー数は依然として少ない状態であり、認知度を高めることが課題となった。今後は更にWEBサイト、インスタグラム共にコンテンツの充実を図り、発信力を高めていきたい。 ③定期的にチームリーダー連絡会を開催し、研究チーム間の情報共有を図ることができた。禅ブランディングプロジェクトチーム会議の開催や、研究活動推進委員会への審議事項の上程により、当事業の取り組みが学内全体で理解が得られるよう努めた。
	（外部評価） ◎明林寺住職・西田正法 氏 【事業全体に対する評価】 〇当該事業の適切性・妥当性について 　４項目に纏められた「事業の目的」を拝見し、禅研究の最先端にあることを自負する駒澤大学が、全学体制で『禅と心』をテーマとして学際的国際的拠点づくりを目指すことは、時代に即応した適切性・妥当性を有する勝れた事業であると思う。 　今や禅は、一宗一派を超えてZENとして世界的な広がりを呈している。斯かる情勢の中、学問の府としての駒澤大学が、深い研究に裏打ちされた正しい禅を広く社会に発信することは、時代の要請とも言えよう。5チームの密接な相互協力の上に、「何を」「誰に」「どのように伝えるか」を明確にし、混迷の時代に一石を投じて頂くことを期待する。 〇当該事業による目的の実現可能性について 　目的実現の可能性は実に高いと言えよう。本事業は、駒澤大学にとって決して０からの出発ではない。特に、〈源流研究〉〈受容と展開研究〉〈人の体と心研究〉の各チームにおいては、永年に亘る研究の経験と実績がある。目的とする、〈１、「心」の問題に対する新たな提言、２，領域を超えた新たな研究視座の獲得、３、最先端の機器を用いた科学的検証、４、混迷の一途をたどる国内外に向けた発信〉の実現は、現代社会を正確に捉えどう分析するかにかかっているのではないだろうか。全学的体制の上で為される本事業が、学部や研究者間の壁を超え、現代社会の把握と分析において確かな結果を出すこと、それ自体が現代社会への大きな提言になるのではないか。 ◎多摩大学経営情報学部教授・趙　佑鎮 氏 【事業全体に対する評価】 〇当該事業の適切性・妥当性について 禅（ZEN）の思想的研究を基礎とした現代人が抱える「心」の問題に対する新たな提言。 禅（ZEN）の研究を、超領域的に行うことを通した、新たな視座の獲得。 禅（ZEN）思想の根幹である「坐禅」が身心に与える影響の科学的検証。 　上記を総合的に結んだ研究の成果を、混迷の一途をたどる国内外に向けて発信する取組は、『禅と心』研究の学際的国際的拠点づくりとブランド化事業に向け、駒澤大学における既存研究の蓄積をさらに深化させ、また新たな視点を取り入れ進化していくことにより、駒澤大学をより一層発展させるための駒澤ブランドを明確にする事業足り得るものであり、その適切性・妥当性について高く評価する。 　去年より一歩進んだかたちで、学内諸部署と各研究チームにおける連携を図っている点が最も肯定的影響を学内に及ぼしていると推察するものである。課題としては、本来この指摘は事業最終年度で行うレベルのものであるが、この事業によるブランドアイデンティティが学生の意識にどのように変化をもたらしたかをより明確にすることであろう。 〇当該事業による目的の実現可能性について 禅ブランディング事業　5ヵ年計画の3年目となり、駒澤ブランドとして、 　オリンピックを目途とした禅（ZEN）の世界的評価 　禅（ZEN）教育の企業経営への応用 　禅（ZEN）による学生のアイデンティティ の確立に向けて、チーム毎の研究内容も蓄積され、関係部門との連携による活発な勉強会・研究会が多数開催され、より深まりと広がりが見えている。また、シンポジウムやウェブサイト、インスタグラム等により研究事業が的確に発信されており、目的の実現に非常に期待が持てる。
⑤平成30年度の補助金の使用状況	2018年度の事業経費として、24,446,226円を使用した。 補助金の主な使用状況は、各チームの調査・研究経費、各種イベントの開催費用、本事業の広報活動費、禅ブランディンググッズの作製費等である。

私立大学研究ブランディング事業
令和元年度の進捗状況

学校法人番号	131021	学校法人名	駒澤大学		
大学名	駒澤大学				
事業名	『禅と心』研究の学際的国際的拠点づくりとブランド化事業				
申請タイプ	タイプB	支援期間	5年	収容定員	14071人
参画組織	8学部(仏教・文・経済・法・経営・医療健康科・ｸﾞﾛｰﾊﾞﾙ・ﾒﾃﾞｨｱ・ｽﾀﾃﾞｨｰｽﾞ・総合教育研究部)、1研究科(法曹養成)				
事業概要	現代社会が直面している「心の問題」に、禅(ZEN)の立場から提言を試みる。禅研究の最先端に位置すると自負する本学が、江戸時代以来の研究の蓄積を踏まえ、①現代人の心の問題に新たな提言を試みるため、②多様な専門領域と禅(ZEN)を融合した研究を行い、③坐禅の身心への影響を科学的に検証し、④全学的な機関を設置して、研究成果を国内外に向けて発信する。				
①事業目的	1.禅(ZEN)の思想的研究を基礎として、現代人が抱える「心」の問題に対し、新たな提言を行う。 2.禅(ZEN)の研究を、超領域的に行うことを通し、新たな視座を獲得する。 3.禅(ZEN)思想の根幹である「坐禅」が身心に与える影響を科学的に検証する。 4.上記の1. 2. 3. を総合的に結んだ研究の成果を、混迷の一途をたどる国内外に向けて発信する全学的な組織(禅研究センター)を設置する。				
②令和元年度の実施目標及び実施計画	2019年度は、引き続き学外の連携機関と交流を深めつつ、本格的な調査研究を実施する。また、禅ブランディングWebサイトの充実を図り、学生や社会への広報活動を行う。				
③令和元年度の事業成果	①　研究4チーム(曹洞禅とその源流研究チーム〈以下、「源流チーム」という。〉・禅の受容と展開研究チーム〈以下、「展開チーム」という。〉・禅による人の体と心研究チーム〈以下、「身心チーム」という。〉・禅と現代社会研究チーム〈以下、「現代社会チーム」という。〉)は、研究活動を進め、その成果発表の一環として、Webサイトコンテンツ13件を作成すると共に、各研究チーム主催または合同でのイベント等を開催し、外部発信を行った。(6/8講談、7/20シンポジウム、10/4禅の食事作法、10/17「道元絵伝」絵解き、10/25精進料理を学ぶ、11/14「日日是好日」上映会、12/13～1/10「禅の歴史」連続講座〈4日間・8講座〉　、12/2～6臘八坐禅)。 ②　禅ブランディング発信事業チーム(以下、「発信チーム」という。)により禅ブランディング事業Webサイトにコンテンツ13件を掲載し、インスタグラムに34件の投稿を行った。また、2件の対談収録を行い、昨年度収録分2件、今年度収録分1件をWebサイトに公開した。 (https://zen-branding.komazawa-u.ac.jp/contents) また、昨年度に制作したクリアファイル、トートバックは、引き続き、各研究チームのイベントや大学の行事などで配布し、禅ブランディング事業の訴求に活用されている。 ③　禅ブランディング推進係において、禅ブランディング事業全体に関わる予算編成及び執行を始めとした事務運営を行った。 また、禅ブランディングプロジェクトチーム会議3回、チームリーダー連絡会12回、自己点検・評価委員会1回を行った。発信事業の事務支援として、Webサイト、インスタグラム運営、サーバー管理等を行った。				

④令和元年度の自己点検・評価及び外部評価の結果	（自己点検・評価） ① 各チームによる研究成果は、まとまったものからWebサイトに公開したが、これまで開催したイベントの成果にはまとめきれていないものもある。コンテンツを増やしていくことが今後の課題となっている。 　2018年度の課題となっていたイベントへの在校生の参加が少ない、という点は、授業との連動を図ることにより、6/8講談、10/17「道元絵伝」絵解き、11/14「日日是好日」上映会には多数の在校生の参加者があった。また、10/4禅の食事作法、10/25精進料理を学ぶは、在校生メインのイベントとして開催した。 ② インスタグラムは、2020年3月上旬にはフォロワー数が300人を超えたが、投稿数は1年間で34件にとどまった。禅語の書や仏教にまつわる動画、写真の準備には、思ったより手間がかかる状況であり、投稿内容も検討していきたい。今後は更にWebサイト、インスタグラム共にコンテンツの充実を図り、認知度や発信力を高めていきたい。 ③ 定期的にチームリーダー連絡会を開催し、研究チーム間の情報共有を図ることができた。禅ブランディングプロジェクトチーム会議の開催や、研究活動推進委員会への審議事項の上程により、当事業の取り組みが学内全体で理解が得られるよう努めた。
	（外部評価） ◎明林寺住職・西田正法 氏 【事業全体に対する評価】 ◯当該事業の適切性・妥当性について 　禅〈ZEN〉は、行き過ぎた物質文明の中で喘ぐ人々の心を救うべく、今や世界的な広がりを得ている。しかし、民族や文化を超えて広汎に及ぶほど、布教と受容過程で変容することは免れない。「仏祖正伝」を標榜する曹洞宗門であっても、最も基本である坐禅観やその指導は様々に混在している。況んや海外をやであろう。 　斯かる状況下、広く深い禅研究において屈指の存在である駒澤大学が、全学体制で『禅と心』をテーマとして学際的国際的な禅の拠点づくりを目指すことは、正しい禅の方向性を客観的に示すことが出来る世界に期待される事業であり、駒澤大学の禅ブランド化を図る最も正当な方向であり、適切性・妥当性に優れている。 ◯当該事業による目的の実現可能性について 駒澤大学の禅ブランディング事業は、駒澤大学が永年積み重ねてきた禅研究の実績と、それを裏付ける膨大な資料を有することを基礎として、学長を中心として全学体制で実施を進めるものであり、各事業チーム独自のテーマに沿った研究成果の獲得と発表、各チーム間を繋いでの連携協力によるイベントやフォーラムの開催、発信事業チームにより適宜Webサイトやインスタグラムを活用して的確で平易な情報発信、そしてこれらの事業が円滑に進むよう下支えする事業部門の努力があり、目的を実現することは可能であると思う。
	◎多摩大学経営情報学部教授・趙　佑鎮 氏 【事業全体に対する評価】 ◯当該事業の適切性・妥当性について 禅（ZEN）の思想的研究を基礎とした現代人が抱える「心」の問題に対する新たな提言。 禅（ZEN）の研究を、超領域的に行うことを通した、新たな視座の獲得。 禅（ZEN）思想の根幹である「坐禅」が身心に与える影響の科学的検証。 上記を総合的に結んだ研究の成果を、混迷の一途をたどる国内外に向けて発信する取組は、『禅と心』研究の学際的国際的拠点づくりとブランド化事業に向け、駒澤大学における既存研究の蓄積をさらに深化させ、また新たな視点を取り入れ進化していくことにより、駒澤大学をより一層発展させるための駒澤ブランドを明確にする事業足り得るものであり、その適切性・妥当性について高く評価する。 　各々のチームの自己評価と活動報告のなかでも、他学部・部署との連携が強調されている点で、ブランディング事業としての意義は高いものと評価する。 ◯当該事業による目的の実現可能性について 禅ブランディング事業　5ヵ年計画の4年目であるが、補助金受給期間が2019（令和元）年度までに変更となり、予算措置および実行計画の見直しの必要に迫られたところに、新型コロナウイルス感染拡大の影響を受けたプロジェクトもあったが、各プロジェクトが着実に成果を積み上げ、最終年度となる2020年度に一つの区切りとして成果を収斂させ、その後につながる事業展開となっている。
⑤令和元年度の補助金の使用状況	2019年度の事業経費として、16,336,128円を使用した。 補助金の主な使用状況は、各チームの調査・研究経費、各種イベントの開催費用、本事業の広報活動費、Webコンテンツ制作費等である。

曹洞禅とその源流研究チーム

代表者	仏教学部	角田泰隆
メンバー	仏教学部	池田練太郎、石井公成、佐藤秀孝、程正、徳野崇行、山口弘江

●5ヶ年の事業内容・目標

5ヶ年の事業内容・目標

① 曹洞禅の源流を求めて…曹洞禅に至る禅の流れ

禅系三宗の一つである曹洞宗の大学として出発した駒澤大学。禅の源流は、古くインドに遡る。曹洞禅とその源流研究チームでは、インドの禅が中国に伝播し、中国的に展開し、それが中国宋代に入宋した道元禅師によって日本に伝えられ、瑩山禅師によって全国に広まった、歴史と思想を研究する。

また、これらの研究において重要な歴史的文献や、近現代の主要な著書や論文も紹介する。駒澤大学を中心とした禅学および宗学の研究史を明らかにし、それらの研究を概観できるようにして、本学の学生のみならず、広く内外の研究者や一般の人々にも役立つようにしたい。

② 坐禅作法の研究

道元禅師が伝来した禅の中心的修行である「坐禅」について、曹洞禅における坐禅の意義を明らかにし、さらにはその作法について、坐禅に関する文献に基づいた研究を行う。

③ 他チームとの連携

他チームの研究に協力し、また他チームが研究し発信する内容について、曹洞禅の視点による助言を行う。

●事業計画（2020年4月～2021年3月）

① 「禅の国際化」シンポジウム

海外から研究者を招聘しシンポジウムの開催を予定。シンポジウムのタイトルとして「禅の国際化」を考えている。

②曹洞宗における坐禅作法の研究

全国の曹洞宗僧侶教育施設・僧堂で行われている坐禅の作法を調査する。

2020年度は、長谷寺（港区）、永平寺（福井）、總持寺（横浜市）、晧台寺（長崎）の調査を行う。

③「禅の歴史」出版

連続講義の内容を冊子にまとめる。

④臘八坐禅

摂心の時期に合わせ坐禅会を行う。

⑤「禅の歴史―曹洞禅の源流を尋ねて」（全26回）

順次ウェブサイトに公開していく。

●今後の計画

これまでの事業における研究成果をまとめ、『禅の歴史―曹洞禅の源流を尋ねて』という冊子を作成し、令和2年度中に公表（刊行）する予定である。坐禅作法の研究については、坐禅作法に関する文献の研究を継続して行い、できればその一部でも研究成果を公表したい。

●活動報告　（2020年4月～2021年3月）

①「禅の国際化」シンポジウム

「禅の国際化シンポジウム」の一環として、2020年10月24日（土）に「『正法眼蔵』翻訳シンポジウ

ム」を開催すべく海外の『正法眼蔵』翻訳に関わっている講師5人を選定・依頼し、承諾を得て準備を進めたが、コロナ禍により実施が困難となり、同年6月中止を決定した。

②曹洞宗における坐禅作法の研究

坐禅作法に関する文献の研究について継続して行った。

③「禅の歴史」出版

連続講座「禅の歴史」の研究成果報告として、講座の講師を務めた6人の講師に講座内容をまとめた原稿を依頼し提出していただいた。提出された原稿は、編集をおこなって2021年度中に公開する。

④「臘八坐禅」の開催（※禅ブランディング事業の全体の企画として）

2020年12月1～4日、7～8日の早朝、禅研究館4階の坐禅堂での「臘八坐禅」を計画したが、コロナ禍により開催できなかった。しかし、総務部広報課と協力して「せたがやｅカレッジ」に坐禅コンテンツ「自宅で会社で坐禅time」を作成し、「せたがやｅカレッジ」および「禅ブランディング」のウェブサイトで公開することができた。

⑤「禅の歴史―曹洞禅の源流を尋ねて」（全26回）の公開

ウェブサイトのスタディーに全26回の公開を完結した。

⑥ 源流チームの事業は、仏教学部と密接に関わっているが、事業の進捗状況や計画について、毎回仏教学部教授会において報告を行い、連携体制の構築に努めた。

○自己点検・評価　（2020年4月～2021年3月）

①「禅の国際化」シンポジウム

コロナ禍による中止のため、評価の対象としない。

②曹洞宗における坐禅作法の研究

この事業において、全国の曹洞宗僧侶教育施設・僧堂で行われている坐禅の作法の調査については実施することができなかった。この実地調査については取りやめた。坐禅作法の文献の研究については未だ研究成果を公表するに至っていない。

③「禅の歴史」出版

今年度は原稿収集にとどまったが、次年度の発行に向けて準備を進める。

④「臘八坐禅」の開催（※禅ブランディング事業の全体の企画として）

コロナ禍により中止となったことは残念だが、「せたがやｅカレッジ」に「自宅で会社で坐禅time」として坐禅実践編のコンテンツを公開できたことは評価される。

⑤ ウェブサイトのコラムおよびスタディーを利用して、禅の歴史や思想を発信できている。

⑥仏教学部教授会において毎回、事業の進捗状況や計画について報告を行い、連携体制の構築に努めることができた。

○将来に向けた発展方策

「禅の歴史」出版

次年度に出版する連続講義をまとめた冊子は、将来的には授業の副読本としても活用できるように内容を充実させていきたい。

禅の受容と展開研究チーム

代表者	仏教学部	飯塚大展
メンバー	仏教学部	奥野光賢、岩永正晴、程正、村松哲文、大澤邦由
	文学部	田中徳定、近衞典子、モート, セーラ
	学内協力者	櫻井陽子、永井政之（本学仏教学部名誉教授・総長）
	学外協力者	堀川貴司（慶応大学斯道文庫教授）

●5ヶ年の事業内容・目標

・高度な中国文化である禅が、院政期以降、日本社会においてどのように受容されてきたのかを研究する。
・各時代における禅僧の活動、禅宗寺院のありかたを通して、禅が日本社会に及ぼした影響を考察する。
・鎌倉時代末から南北朝期に成立した五山、周縁的存在であった林下、その歴史的展開を踏まえ、多様な禅僧の活動に注目する。特に、戦国期以降、日本語による教義問答、その理解に基づく禅の言説に焦点を当て、日本的受容を明らかにする。江戸時代における禅籍の出版、注釈史的研究を行う。
・禅の影響を、文学や芸能、美術など、日本文化の中に見出す試みを行う。
・コンテンツ作成に特に力を注ぎ、禅語解説（禅僧の言葉、公案など）、禅僧の紹介、頂相・墨蹟の解説などを行い、『新纂禅籍目録』のデータベース作成を通じて、本学の所蔵する禅籍を紹介する。

●事業計画（2020年4月～2021年3月）

① 禅籍抄物データベース作成

禅ブランディング事業及び参加教員による研究成果をデータベース化し、インターネット（オープンアクセス）による外部発信を行い、広く一般の利用に供する。

② 禅フェス（仮称）におけるイベント等

「能狂言」を中心とし、日本の中に受容され展開した禅の諸相を紹介する。イベントの中心は「能狂言」の公演とするが、別会場（もしくは会場内にブースを設置）において、(1)能狂言の解説、演目の中の禅的な要素に関する学術的な解説、(2)芸能・美術の中の禅、(3)体験コーナーなどを企画する。

(1)～(3)については、展開チームが2019年度までに行ってきた研究・イベントを中心に行い成果発表の意味合いも持たせる。

・パネル作成（印刷センター、ハレパネ）、デジタルサイネージでの紹介
・講談、梅花（ポップアート等とのコラボ）、美術（ポスターや本学に残すことができる作品を安西氏等へ依頼も）
・禅の運んできた文化（茶・香・食事など）を体験できるコーナー、念珠作り、和の印刷文化（摺り体験〈摺り師実演〉、和綴じ本作り〈御朱印帳など〉→御朱印の提供も）、仏像の見方、写仏、写経

③ 永平寺展図録の刊行

禅文化歴史博物館歴史博物館で開催する2020企画展「大永平寺展（仮称）」に禅ブランディング事業として共催し、外部発信のための展示図録の制作を行う。

④ 禅の食事作法を学ぶ会（年度内2回を予定）

禅の食事作法の体験や、精進料理を食することによって、日常の生活を大事にする禅の考え方に親しん

でもらい、駒澤大学への興味を掘り起こす。

●今後の計画

禅籍・抄物データベース維持・管理

禅籍目録データベース・抄物データベース・敦煌文献目録データベースの年間保守を行っていく。

●活動報告 （2020 年 4 月～2021 年 3 月）

①禅籍・抄物データベース作成

更新作業は滞りなく進み、禅籍と敦煌文献のデータベースは完了した。抄物については次年度において引き続き更新作業を継続していく。

②禅フェス（仮称）におけるイベント等

コロナ禍にあり、当初の禅フェスの実施は叶わなかったが、代わりに、舞台の様子を動画収録し、WEB 上で配信した。再生回数は合計で 5 万回を超えた。（3 月 31 日で公開終了）

禅フェスのワークショップは実施できなかったものの、展開チームの成果発表展を実施した。

③永平寺展図録の刊行

コロナ禍のため対面での企画展を中止とした。代わりに、WEB での永平寺収蔵品の画像を紹介予定である。

④禅の食事作法を学ぶ会（年度内 2 回を予定）

コロナ禍のため中止とした

●自己点検・評価 （2020 年 4 月～2021 年 3 月）

① 禅籍・抄物データベース作成

抄物データベースの公開が遅れたことは反省点ではあるが、「禅籍目録電子版」の運用開始は評価される。

② 禅フェス（仮称）におけるイベント等

コロナ禍により禅フェスは中止となったが、講談と能・狂言の実演を YouTube で動画配信し、再生回数が 5 万回を超えたことは評価される。また学内者のみの入館ではあったが、成果発表展も好評であった。

③ 永平寺展図録の刊行

永平寺展が中止となり、図録の刊行はできなかったが、展示を予定していた永平寺収蔵品の画像をオンラインで紹介できるよう準備を進めている。

④ 禅の食事作法を学ぶ会（年度内 2 回を予定）

コロナ禍による中止のため、評価の対象としない。

○将来に向けた発展方策

禅籍抄物データベースについては引き続き更新作業を継続し、次年度に公開する。「禅籍目録電子版」の完成は、これからも広く活用されるものと期待する。

禅による人の体と心研究チーム

代表者	医療健康科学部	名古安伸
メンバー	医療健康科学部	吉川宏起
	文学部	鈴木常元、荒井浩道、久保尚也、小室央允、
	経済学部	松井柳平、江口允崇、村松幹二、矢野浩一、井上智洋、増田幹人、 鈴木伸枝、舘健太郎、西村健
	総合教育研究部	鈴木淳平
	学外協力者	瀬尾育弐（駒澤大学名誉教授）、茅原正（駒澤大学名誉教授）、 谷口泰富（駒澤大学名誉教授）、田中仁秀（曹洞宗総合研究センター）

● 5ヶ年の事業内容・目標

近年、世界的に禅が注目されているようです。これは現代社会が急速に変化することから生ずる「心の問題」にあるのではないでしょうか。禅の教えに「身心一如」ということばがあります。身体と心は常に一体で、切り離すことはできない。という意味です。私たちは、「坐禅」が人の体と心にどのような効果をもたらすのか、科学的に分析し研究を進めています。

「坐禅」を科学的に捉える方法として、①脳波測定や、②磁気共鳴画像（MRI ;Magnetic Resonance Imaging）があります。坐禅による体と心の変化を数値または画像で表すことができないか研究しています。また、③坐禅が人の行動特性に与える影響について、その因果関係を客観的なデータから科学的に検証することを目指します。これら 3 つの研究を進めることで、現代人が抱えている心の問題を坐禅の観点から、提言することができればと思います。

今、私たちは先行研究の整理と実地調査を行っているところです。坐禅の姿勢と呼吸はどのように関係するのか、科学的データの蓄積と分析を進めているところです。そして、今後さらに「曹洞禅とその源流研究チーム」、「禅の受容と展開研究チーム」と連携して研究を進めていきます。このページではその結果をお伝えしていきたいと思います。

● 事業計画（2020 年 4 月～2021 年 3 月）

① 椅子坐禅の効能の検討

椅子坐禅において、坐禅時と同様の特徴があらわれるのか、坐禅時に得られるリラクゼーションなどの副次的な効能が得られるかどうかを検証する。

② 坐禅時の f-MRI による脳機能解析研究

坐禅時の脳活動の変化をファンクショナル MRI 法を用いて解析する。

③ 禅の影響についてのランダム化比較実験による統計的研究

ランダム化比較実験により、禅の影響についての統計的研究を行う。

④ 禅フェス(仮称)での報告会またはパネル展示の開催

これまでの検証結果をまとめ、禅フェス（仮称）の時期に合わせ、報告会またはパネル展示で成果報告を行う。

●今後の計画

椅子坐禅の効能の検討

椅子坐禅の効能の検証。実験が 1 回目のみで中断したため、再度協力者を募り、検証を進める。

●活動報告 （2020 年 4 月～2021 年 3 月）

① 椅子坐禅の効能の検討

新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴い、対面での実験実施は困難であると判断し、昨年度より継続していた実験は中断、今年度からの新規の実験は実施を延期した。また、オンラインでの実施も検討したが、実験の特質上、実施は困難であると判断し断念した。そのため、今年度は実験再開に向けての準備と文献研究を行った。

② 坐禅時の f-MRI による脳機能解析研究

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、やむを得ず活動を自粛せざるを得なかった。

③ 禅の影響についてのランダム化比較実験による統計的研究

新型コロナウイルスの感染防止を考慮して、前回の実験を補完・拡張するための追加実験が実施できない状況となった。

④ 禅フェス(仮称)での報告会またはパネル展示の開催

コロナ禍により禅フェスが中止となったため、実施出来ず。

○自己点検・評価 （2020 年 4 月～2021 年 3 月）

① 椅子坐禅の効能の検討

新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、実験を中断・延期したため、当初の計画をほとんど進めることができなかった。そのため、研究、成果ともに不十分であると言える。

② 坐禅時の f-MRI による脳機能解析研究

新型コロナウイルス感染症の影響により、実験はじめ活動そのものが出来なかった。ウェブ上の活動も考慮するべきところではあったが、想定外の事態には対応しきれなかった。

③ 禅の影響についてのランダム化比較実験による統計的研究

今年度は、2019 年に試行的におこなった小規模なランダム化比較実験において得られた経験から、今後の実験について坐禅の効果を測定する行動特性についての再検討、手続きや手順の見直し等の課題の検討をおこなってきたが、新型コロナウイルスの感染防止を考慮して、前回の実験を補完・拡張するための追加実験が実施できない状況となった。

④ 禅フェス(仮称)での報告会またはパネル展示の開催

禅フェスそのものが中止となったため、評価の対象としない。

○将来に向けた発展方策

継続可能な研究については、可能な範囲で進めて行きたい。

禅の影響についてのランダム化比較実験による統計的研究については、今後、研究資金に恵まれる機会があれば、2018 年度に試行的におこなった小規模なランダム化比較実験において得られた経験を踏まえ、より大規模な実験が可能となると思われる。

禅と現代社会研究チーム

代表者	経営学部	青木茂樹
メンバー	仏教学部	飯塚大展
	文学部	
	経済学部	長山宗広
	経営学部	小野瀬拡、兼村栄哲、菅野沙織、中野香織、中村公一、若山大樹
	GMS	各務洋子、山口浩
	法科大学院	日笠完治
	学外協力者	廣瀬良弘、久保田昌希

●5ヶ年の事業内容・目標

禅(ZEN)と社会制度の研究 においては、今日的な禅の世界的な流行、およびその応用として企業や医療、健康などの分野に広く広まっていることについて、各々の専門分野の関心から紐解くことを目途としている。そのためには、⑴中世の日本において、禅(ZEN)が当時の社会や戦国大名等に受容された経緯を明らかにすること、⑵現代の社会制度に求められる経営理念や経営者の意識、ダイバーシティ、サステナビリティ等の思想やその実践に、禅(ZEN)がどのように活かされるかを検討すること、⑶禅(ZEN)の観点から、現代人が抱えている心や社会制度の問題に提言をすることに関わる研究を個々人が進める。

●事業計画(2020年4月～2021年3月)

① 禅ブランディング出版事業

「禅と現代社会研究」の事業を通して蓄積してきた研究成果を幅広く公表することが重要と考え、初学者(特に大学生)でも興味を持つような禅と社会制度に関する多様なトピックを掲載した冊子(エッセイ集)の刊行・配布を予定している。

② 禅をベースとしたアーティストと学生のコラボイベント

禅ブランディング事業において、そのターゲットは学生としながらも、これまでのイベントへの参加状況を鑑みると、必ずしも芳しい成果を挙げているとは思えない。ここで、大きく彼らへのアプローチを変えて、本学に関係の深いアーティストにプロデュースを依頼し、禅の本質を理解しながらも音楽などの創作物で学生を巻き込み、作品を仕上げていくことを企画、実行する。

仏教音楽はこれまでも檀信徒獲得のための重要な手段であり、楽器も多様である。これを現代の楽器を組み合わせながら、現代的な楽曲などを試みる。最終年度の発表会には、学生の音楽サークルやダンスサークルとの共演をすることで、禅ブランディング事業の集大成を盛り上げたい。

③ 宗勢調査

全国14,600寺の曹洞宗寺院のデータを分析し、現状の経営課題を明らかにする。

④ ZEN2.0への参加

ZEN2.0に参加し、禅そのものの理解に加え、いかに企業で取り入れているのか、また他分野がどのように禅を捉えているのかを学び、コラムとして発信する。

⑤ 学際的研究会

ゲストスピーカーを招き、現代社会チームメンバーで研究発表会を行う。成果をWEBサイトで発信する。

●今後の計画

禅をベースとした学生とのコラボイベント

集客型のイベント開催が難しい状況となったため、新たな学生参加型の企画で駒澤大学の禅ブランドを発信する。

●活動報告（2020 年 4 月～2021 年 3 月）

① 禅ブランディング出版事業

『禅から現代社会を考える―禅を初めて学ぶ人のために―』を 1000 部印刷済みにて完了した。

② 禅をベースとしたアーティストと学生のコラボイベント

実施に向けて協議し、様々なプランを試行したが、実施には至らなかった。2021 年度に ZEN FES 駒大エールとして実施計画を提示した。

③ 宗勢調査

宗務庁とのやり取りをしたが原データ入手が難しいと判断。だたしデータ分析の可能性については、『禅から現代社会を考える―禅を初めて学ぶ人のために―』の中に「曹洞宗実態把握の試み」として若山大樹先生が執筆した。

④ ZEN2.0 への参加

ZEN 2.0 に参加し、禅とサステナビリティ の動向を理解した。禅ブランディングのウェブサイトに執筆予定。

⑤ 学際的研究会（年度内 3 回を予定）

企画したものの、コロナ禍のため実施不可となった。ZEN FES の中でオンラインでのゲスト講演や対談を実施する。

○自己点検・評価（2020 年 4 月～2021 年 3 月）

① 禅ブランディング出版事業

予定通り出版できたことは評価できる。本の活用方法については更なる検討が必要。

② 禅をベースとしたアーティストと学生のコラボイベント

コロナ禍により対面での実施が出来なかったのは残念だが、次年度の実施に向けてオンライン開催に切り替えた企画書の作成や内規の整備を行った。

③ 宗勢調査

交渉はしたものの、調査を実施できなかったことは反省点である。

④ ZEN2.0 への参加

オンラインでの参加が出来たが、報告書の作成が進んでいない。

⑤ 学際的研究会（年度内 3 回を予定）

コロナ禍による中止のため、評価対象としない。

○将来に向けた発展方策

2021年度にオンラインで開催することになったZENFESの企画を通じ、禅の精神を楽しみながら学び、在校生に本学が禅と深く関わる大学であると認識してもらい、禅ブランドの周知につなげたい。

禅ブランディング発信事業チーム

代表者	GMS 学部	各務洋子
メンバー	経営学部	青木茂樹、中野香織、中村公一

●5ヶ年の事業内容・目標

1. 禅（ZEN）の情報について、ウェブコンテンツを制作し、国内外に向けて発信する。
2. 禅の（ZEN）の無関心層に向けて、ウェブサイトへ導く企画を実施し、また社会へ貢献する。
3. 駒澤大学を拠点とした寺院との連携機能（ハブ＆スポーク）を構築し、本事業の研究成果を各寺院で活かす環境を整備する。
4. 2020 年の東京オリンピック開催を契機とし、禅（ZEN）を国内外に発信する。
5. ４チームの研究成果の発信をサポートし、大学全体の禅（ZEN）研究ブランドを確立する。

●事業計画（2020 年 4 月～2021 年 3 月）

① 対談企画

禅・仏教の研究者と異分野の著名人との対談を行い、動画と記事をウェブサイト等で発信していく。

② ウェブサイトの多言語化

禅ブランディング事業は、タイプ B(世界発信型)に選定されているため、ウェブサイトに掲載中の研究成果やコラム等を多言語で発信する。

③ 禅フェス（仮称）の記録映像作成

５年間の研究成果の発表として行われる「禅フェス（仮称)」の記録だけではなく、今後、大学紹介に使えるような映像を作成する。

●今後の計画

ウェブサイトの多言語化（2021 年度は英訳）

ウェブサイトに掲出したコラム等の英訳。

●活動報告　（2020 年 4 月～2021 年 3 月）

① 対談企画のウェブ掲載

第５回対談企画「ZEN,KOMAZAWA,MANAGEMENT」のウェブ掲載に向け、編集・確認作業を重ね 2020 年 8 月 7 日に完了した。

② ウェブサイトの多言語化

翻訳する研究成果やコラムの選定を進めると共に、取引業者の見積をとるに留まった。

③ 禅フェス（仮称）の記録映像作成・アセット動画の作成

コロナ禍の影響を受け、禅フェスの開催は中止となったが、展開チーム主催の 10/16 講談、11/23 能楽の舞台収録を行った。収録した動画は編集作業を経て、期間限定で大学公式 Youtube にて公開し、禅ブランディングウェブサイトにも掲載した。また、禅フェスの記録映像の代わりに、禅ブランディング事業 5 年間の活動を記録したアセット動画を作成した。Long ver、Short ver、English ver3 種類の動画を作成。

○自己点検・評価　（2020 年 4 月～2021 年 3 月）
①　対談企画のウェブ掲載 　５本目の対談の掲載が終了し、この企画については無事完了できた。 ②　ウェブサイトの多言語化 　今年度は業者選定にとどまったことは反省点であるが、次年度は英訳を掲載していく。 ③　禅フェス（仮称）の記録映像・アセット動画の作成 　コロナ禍により禅フェスが開催できなかったことは残念だが、代わりに５年間の活動記録を動画に残したことは評価される。
○将来に向けた発展方策
次年度は、ウェブサイトに掲載中の研究成果やコラムの英訳を進め、世界に向けて発信していく。 禅ブランディング事業 5 年間の活動を記録したアセット動画は、2016 年から実施した対談やイベント等を振り返りながら、多様な専門領域と禅を融合した活動・研究が大学の禅ブランドとしてこれからもつながっていくことをコンセプトとした動画となった。

事務部門

代表者	教育・研究担当副学長	日笠完治
関係部署		禅文化歴史博物館、総務部広報課

●5ヶ年の事業内容・目標

① 4研究チームのサポート・5チームリーダー連絡会の運営 （禅文化歴史博物館）

「曹洞禅とその源流研究チーム」「禅の受容と展開研究チーム」「禅による人の体と心研究チーム」「禅と現代社会研究チーム」それぞれの活動の事務的側面を担う。定期的に開催されるチームリーダー連絡会を円滑に運営する。チーム合同で実施する計画の際には、広報活動などの支援も行なう。

② 禅ブランディング発信チームのサポート （禅文化歴史博物館）

禅ブランディング発信チームの活動の事務的側面を担う。禅ブランディング専用ウェブサイト等の運営等における（株）電通との調整等を事務的側面からサポートする。

③ 大学ホームページへのニュースリリース、プレス対応 （総務部広報課）

上記①②などの情報を、大学HPへのリンクや記事の更新、学外からの問い合わせ対応を行う。

④ 禅ブランディングプロジェクト・チーム会議の運営 （禅文化歴史博物館）

教育・研究担当副学長をプロジェクトリーダーとするPT会議の運営を行う。併せて、審議内容の学内調整や各チームを横断する事項など、必要に応じて対応する。

⑤ 禅ブランディング自己点検・評価、及び外部評価 （禅文化歴史博物館）

前年度自己点検・評価結果の外部評価を受けるとともに、今年度の自己点検・評価、及び外部評価を行う。

⑥ 禅センター（仮称）の設置準備 （禅文化歴史博物館、ほか学内関係部局・学部等）

2018年4月を目指し、禅センター（仮称）の設置準備に着手する。関係する事務部門、学部等を含めた設置準備委員会（仮称）を設置して各種検討を行い、その後の学内手続きや施設・設備の整備を実施する。

●事業計画（2020年4月～2021年3月）

① 各研究チームの事務的支援、及びチームリーダー連絡会の運営を随時行う。また、今年度に計画されている各チームのイベント及びチーム全体で取り組む「禅フェス」の開催に向けて運営支援を行う。

② （株）電通との基本契約に基づき、個別契約・注文書に係る手続きを行う。禅ブランディング事業ウェブサイトへの記事の投稿作業については、学内手続きを踏まえ、随時更新していく。今年度、発信チームで計画されている「対談企画」について事務的支援を行う。

③ 大学HPとの連動や、プレスセンターへのリリースを通じ、広報活動を進める。

④ 関係各所と調整し、会議の運営事務を行う。親委員会である研究活動推進委員会との調整を行う。

⑤ 自己点検・評価報告書を4月上旬までに作成し、4月から5月初旬にかけて外部評価委員に評価いただく。いただいた評価は自己点検・評価委員会で報告を行い、禅ブランディングプロジェクト・チーム会議、及び研究活動推進委員会の報告を経て、5月末までに大学HPで公開する。

⑥ 禅センター(仮称)の設置については、事務部門だけでは進められない案件であり、学長の方針を伺いながら、設置準備の事務支援を行う。

●今後の計画

禅ブランディング事業そのものは2020年度で終了となるが、5年間の成果が2021年度以降に繋がる方策を検討していく。

●活動報告 （2020年4月～2021年3月）

① 2020年度のイベントはコロナ禍により多くが中止となったが、10/16講談、11/23能楽へのいざないを少人数で開

催し、運営支援を行った。また、このイベントを動画収録し、ウェブ上で 3 月 31 日まで限定公開を行った。

② 発信チーム「対談企画」に際し、収録～掲載までの事務支援を行った。また禅ブランディングウェブサイトへの掲載手続きや、インスタグラム発信までの事務支援を行った。

○禅ブランディングウェブサイト「ZEN,KOMAZAWA,1592」(https://zen-branding.komazawa-u.ac.jp/)

総 PV 数(2020 年 4 月 1 日～2021 年 3 月 31 日) :26134 回

掲載数:コラム 2 本、研究成果 17 本、SPECIAL 1 本、ニュース 5 本 計 25 本

○インスタグラム投稿数(2020 年 4 月 1 日～2021 年 3 月 31 日): 26 件

③ 2020 年度開催の各イベントは、大学 HP へ掲載し、大学プレスセンターへのニュースリリースも行った。
せたがや e カレッジには「自宅で会社で坐禅タイム」の掲載を行った。

○大学 HP 内禅ブランディング特設ページ(https://www.komazawa-u.ac.jp/zen-branding/)

総 PV 数(2020 年 4 月 1 日～2021 年 3 月 31 日):5312 回

④ 禅ブランディングプロジェクト・チーム会議(5 月 22 日、10 月 9 日、11 月 13 日開催)、チームリーダー連絡会(計 13 回)に際し、資料・議事録を作成し、事務的支援を行った。研究活動推進委員会(5 月 28 日、11 月 23 日開催)※教務部所管のため禅ブランディング関連の議題があった回を記載)へ議題を上程し、資料作成を行った。

⑤ 2019 年度分の自己点検・評価を、外部評価委員会(5 月 15 日開催)にて評価を受け、文部科学省への報告を行った。

⑥ 禅センター(仮称)設置については、11 月 23 日開催の研究活動推進委員会において開設しないことが表明された。

禅ブランディング事業予算は禅文化歴史博物館予算に計上され、2020 年度は予算額 4,132 万円、決算額 2,379 万円、執行率は約 57.6%であった。予算の執行については、コロナ禍の影響で事業計画を変更する対応もあったが、適切に執行することができた。

○自己点検・評価 (2020 年 4 月～2021 年 3 月)

① 2020 年度のイベント、10/16 講談、11/23 能楽は、入場制限のうえ運営開催することができた。また、当日の模様は、動画収録し収録編集を行いウェブ上での公開を行った。

② 2017 年度末に開設された禅ブランディングウェブサイト「ZEN,KOMAZAWA,1592」は、禅ブランディング推進係でニュース、コラム、研究成果等の掲載手続きを行った。インスタグラムは、2020 年 3 月上旬にはフォロワー数が 400 人を超えたが、投稿数が少なく、コンテンツを増やしていくことが今後の課題である。

対談企画は、2019 年度末に収録した「ZEN×MANAGEMENT」を今年度ウェブサイトに掲載した。課題となっていた掲載までの校正や画像のチェック作業の負担は、(株)電通と作業方法の見直しを行い、ある程度は改善された。

③ 総務部広報課により、大学 HP への掲載、プレスセンターへのニュースリリース、関連媒体への記事の掲載を行うことができた。

④・⑤については、禅ブランディングプロジェクト・チーム会議や、定期的なチームリーダー連絡会のすべてがオンライン会議となったが、滞りなく運営サポートができた。2019 年度の進捗状況、自己点検・評価結果等に関する情報も大学 HP にて遺漏なく公開できた。

⑥ 禅センター(仮称)の設置については、各会議用に資料の作成を行った。

○将来に向けた発展方策

本学は 2016～2020 年度までの 5 年間で事業計画を策定しており、2020 年度で区切りとなるが、コロナ禍で中断している一部の事業を 2021 年度に実施する予定である。これまでの事業をまとめたアセット動画を作成したので、ステークホルダーへの周知に努めたい。禅センターの設置は叶わなかったが、禅文化歴史博物館を中心に、事業成果の活用や、研究成果の広報の部分で、事務的支援をしていく。

総　括

● **5ヶ年の事業内容・目標**

現代社会が直面している「心の問題」に、禅（ZEN)の立場から提言を試みる。禅研究の最先端に位置すると自負する本学が、江戸時代以来の研究の蓄積を踏まえ、1.現代人の心の問題に新たな提言を試みるため、2.多様な専門領域と禅（ZEN)を融合した研究を行い、3.坐禅の身心への影響を科学的に検証し、4.全学的な機関を設置して、研究成果を国内外に向けて発信する。

● **事業計画（2020年4月～2021年3月当初計画）**

2020年度は、引き続き学外の連携機関と交流を深めつつ、本格的な調査研究を実施する。また、禅ブランディングウェブサイトの充実を図り、学生や社会への広報活動を行う。

● **今後の計画**

禅ブランディング事業は2020年度が集大成となるので、多方面から研究成果を公開し、その記録を今後も活用していく。また、これまでウェブサイトに掲載してきたコラム等の英訳をすすめ、本事業の研究成果を全世界に発信する。また研究成果を出版物として刊行する。

● **活動報告　（2020年4月～2021年3月）**

① 研究4チーム（曹洞禅とその源流研究チーム〈以下、「源流チーム」という。〉・禅の受容と展開研究チーム〈以下、「展開チーム」という。〉・禅による人の体と心研究チーム〈以下、「身心チーム」という。〉・禅と現代社会研究チーム〈以下、「現代社会チーム」という。〉）は、研究活動を進め、その成果をシンポジウムや禅フェスティバルとして発表する予定であったが、集客型のイベントの多くが中止となり、一部を動画撮影の配信に切り替える対応となった（10/16講談、11/23能楽へのいざない)。現代社会チームでは冊子を発刊した。

② 禅ブランディング発信事業チーム（以下、「発信チーム」という。）により禅ブランディング事業ウェブサイトにコンテンツ25件を掲載し、インスタグラムに26件の投稿を行った。昨年度収録分1件の対談をウェブサイトに公開した。また、これまでの事業をまとめたアセット動画を作成した。
(https://zen-branding.komazawa-u.ac.jp/contents/1018/)
12月にはトートバックを専任教職員全員に配布し、禅ブランディング事業の広報に活用していただくよう依頼した。

③ 禅ブランディング推進係において、禅ブランディング事業全体に関わる予算編成及び執行を始めとした事務運営を行った。
また、禅ブランディングプロジェクトチーム会議3回、チームリーダー連絡会13回、自己点検・評価委員会1回を行った。発信事業の事務支援として、ウェブサイト、インスタグラム運営、サーバー管理等を行った。

● **自己点検・評価　（2020年4月～2021年3月）**

① 2020年度は、コロナ禍による事業計画の変更を余儀なくされ、手探りで進めていくような状況であった。今後も集客型のイベント開催は難しい状況にあるため、オンラインを活用した方法への転換が必要であると感じた。禅ブランディング事業は2020年度で終了するものの、コロナ禍により中断している一部の事業を2021年度に実施することとなった。

② インスタグラムは、2021年3月上旬にはフォロワー数が400人を超えたが、投稿数は1年間で26件にとどまった。もう少し気軽に掲載できるような投稿内容も検討していきたい。今後はウェブサイト、イン

スタグラム共に活用方法を検討していきたい。

③　2020 年度はすべての会議・委員会がオンラインでの開催となったが、定期的にチームリーダー連絡会を開催し、研究チーム間の情報共有を図ることができた。禅ブランディングプロジェクトチーム会議や、研究活動推進委員会を通じ、当事業の今後の方向性を協議し、学内で理解が得られるよう努めた。

● 将来に向けた発展方策

5 年間の研究活動をまとめた報告書を作成し、今後の資料とする。事業をまとめたアセット動画を活用した広報活動を行い、メインターゲットである在校生、受験生をはじめとする社会一般の興味・関心を高めていく。

禅センター(仮称)の設置については検討を重ねてきたが、開設が見送られたため、禅文化歴史博物館を中心に禅文化の広報を担っていきたい。特に学内（在校生・教職員）に向けては、当事業の意義を理解してもらい、禅ブランドを高める取り組みを行っていきたい。

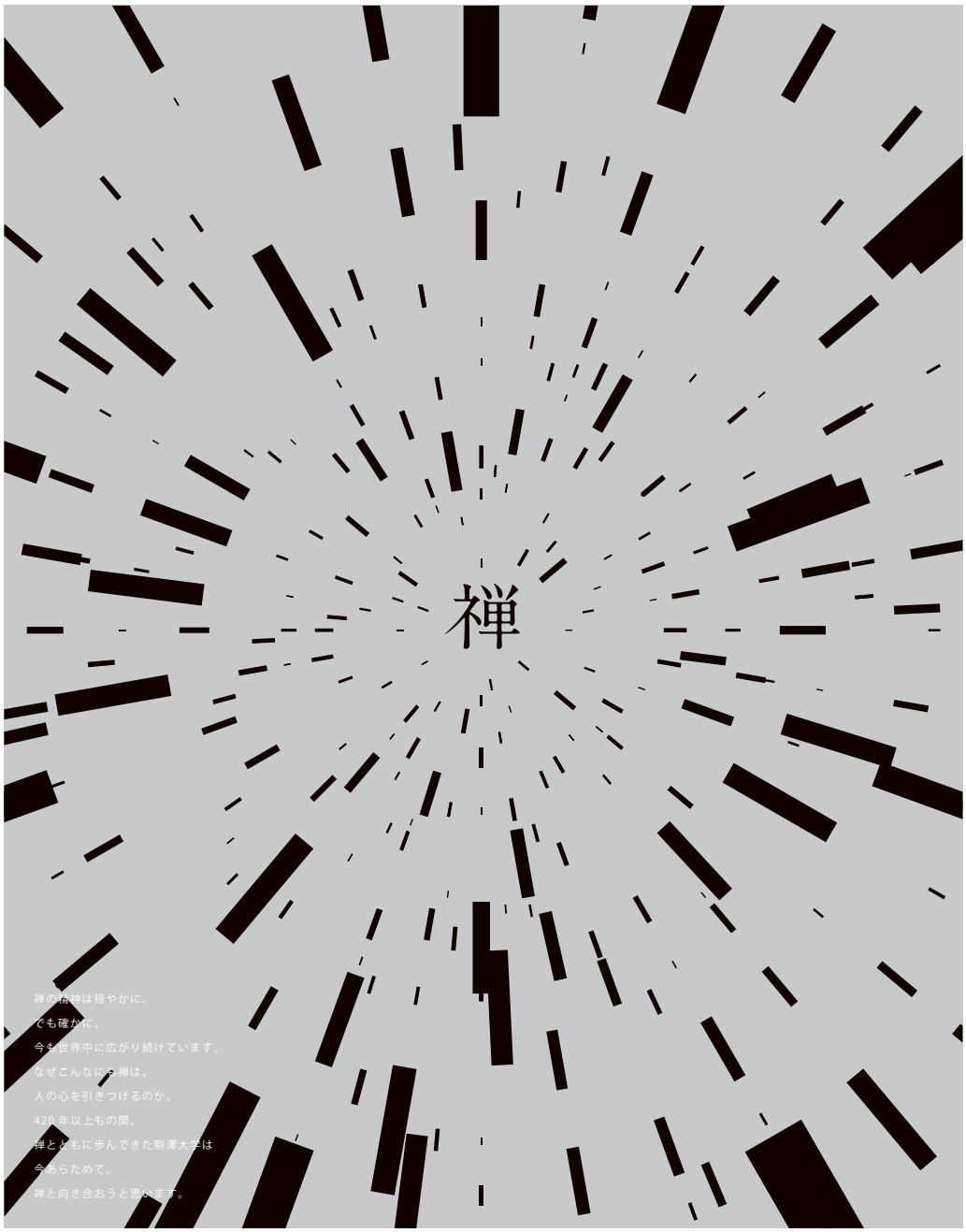
文部科学省　平成28年度「私立大学研究ブランディング事業」選定

駒澤大学
『禅と心』研究の学際的国際的拠点づくりとブランド化事業
成果報告書

発行年月　令和4（2022）年3月31日
発　　行　駒澤大学
編　　集　禅ブランディング事業事務局
連 絡 先　〒154-8525　東京都世田谷区駒沢1-23-1
https://zen-branding.komazawa-u.ac.jp/
印　　刷　二葉企画

ZEN, KOMAZAWA, 1592

なぜ禅は人をひきつけるのか。



禅の精神は穏やかに、
でも確かに、
今も世界中に広がり続けています。
なぜこんなにも禅は、
人の心を引きつけるのか。
420年以上もの間、
禅とともに歩んできた駒澤大学は
今あらためて、
禅と向き合おうと思います。