

【東亞研究述評】 East Asian Studies Review

氣與吟唱：「身」的收縮與舒張
Qi and Chanting:
Flexing and Relaxing of the "Body"[§]

小川侃 講演
Tadashi OGAWA*

§ 本文為「東亞儒學中的身體論述」國際研討會（臺北：臺灣大學人文社會高等研究院，2007年11月23-24日）演講稿。

* 京都大學名譽教授。

首先我要在此感謝邀請我來此演講的各位，特別是要向國立臺灣大學的黃俊傑教授和陳昭瑛教授深深地致上感謝之意。今天演講的題目是「氣與吟唱」。早於今年七月我在京都大學與陳昭瑛教授見面之時，陳教授便希望我能談論有關「身體」的題目。所以今天我想就「身體」和文學作品的吟唱或朗讀之間的關聯來做討論。

一直以來，「氣」和「吟唱」都是我深感興趣的議題。想當然爾，氣和吐氣、吸氣相關。我以「風的現象學」來理解這種現象。風，在希臘文中稱為pneuma，或是anemos。pneuma在新約聖經中的意思不只是風，還有靈、靈魂、或是神所帶來的靈風。anemos在拉丁文中和anima（生命）語出同源，是「心」的意思。簡而言之，風、靈、心可收斂為一物，即人類所呼吸的「氣息」。氣息的確是我們實存的根源。在這層意思下，亞里斯多德說，呼吸代表著人類渴望將生命延續至下一個瞬間的祈求。

呼吸其實有時候也和我們的藝術息息相關，那就是朗誦、歌唱。今天我提出「歌唱、吟詩和吟唱」這樣的題目，並希望能辨明它們和身體之間的關係（以我的說法即是我想辨明它們和「身」的關聯究竟為何物）。

回憶起我的父親，他的興趣廣博，對於釣魚、攝影、書法等皆有涉獵，也時常吟詩，其中最拿手的詩為「川中島」等等。據說我的名字，小川侃的「侃」的由來，就是取自水戶學的頂尖學者藤田東湖的漢詩《和文天祥正氣歌》中的「侃侃排瞿曇」一句。說明自己的名字是件令人感到不好意思的事，但請容我繼續解釋，這句話代表「明白清楚的議論，排除曖昧不明之處」之意。

今天我想有必要說明一下水戶學和藤田東湖。在中國，當蒙古人，也就是後來的元朝侵略宋朝之時，宋人南逃，建立了南宋。文天祥為南宋的忠臣，作正氣歌來再次追念孟子的浩然之氣。這首歌鼓舞了明治維新前夕的水戶學者藤田東湖，而作了上述的《和文天祥正氣歌》。此外，這首詩更是激勵了長州的勤皇志士們。

在集結了日本著名漢詩的詩集中，一定會有這首詩的名字。我認為這是首千古名詩。松下村塾吉田松陰的優秀的弟子久坂玄端，格外喜愛這首詩，據說曾一邊吟唱這首詩一邊舞劍。

雖然近來已經漸趨沒落，但一直到最近之前，日本曾有許多以經由口發出聲音來表演的藝術，像是吟詩、吟詠、落語、浪曲（浪花節）等就不用說了，還有小唄、長唄、端唄等，當然還有稱作《都都逸》的流行俗謠。相傳籌劃明治維新的長州藩高杉晉作所作的都都逸「殺盡三千世界之鴉，想要與你共度清晨」等也一定要一邊和著三味線的琴聲一邊歌詠。這首歌就算在今日，也繼續流傳在當時身為勤皇志士的高杉晉作來京都遊歷的花街「祇園」中，為人所歌詠。若說起更高雅的的藝術種類，謠曲（utahi）、和歌、連歌、詩等等也是經由口中發出聲音朗誦吟唱的類型。想當然爾，若是沒有口、唇、舌頭、喉嚨等發聲器官的話，就不能朗誦或吟唱了。經由口發出聲音來表演的藝術，全部都是因身體，更精確的說，是因「身」而形成的。以下我就要談到有關發聲和音聲的氣。我剛剛將「音聲」這個字發音成onsei，但它也可以發音成onjyo。

「氣」為何物？

自從我一九九六年以「氣的哲學和氛圍」為題在香港中文大學發表演講以來，「氣」一直是我的哲學中重要的主題。我逐漸以氣、氛圍、氣氛等為中心來思考。因此，我的哲學主題可說是使用氣的概念來思考人與環境、人與社會、人與世界的關係等等。

那麼氣究竟是什麼呢？這個問題很難精準地回答。氣不是物質性的東西。譬如氣不是像眼前可以看到的岩石或水一樣。此外，也不能稱作是火或空氣。在所謂構成一切物體的四元素：地、水、火、風當中，我覺得風和氣是最相近的。如同一開始我所說的，風在新約聖經中稱作pneuma，此處的風含有靈魂、靈體之意。我所指的氣，和這種來自神的風、聖靈、靈風等意思

最為相近。在這層意義之下，與其說氣是偏向物質性之物，不如說是偏向精神性的東西。然而氣又並非是純粹的精神，它立足於物質性之物中。氣是被物質性之物所支撐的精神性之物。我想這就是法國著名哲學家柏格森所說的生命力、精神力或是精神的能量。在此，信奉亞里斯多德主義的柏格森很明確地將能量（*energie*）這個字解釋成希臘文的*energeia*之意，也就是說，能量是在現實上已經以充分的方式來運作之物（*ergon*，存在於運作的內部之物）。*energeia*在亞里斯多德的意思中是指完全現實態。在這層意思之下，氣指的就是精神力。我們常說奧運中的選手們（*athlete*）經由觀眾的加油打氣來振奮「精神」（元氣），而在這「精神」當中正包含了氣最重要的意涵。

「氣」這個漢字本身就已說明了氣為何物。在氣這個字當中，已經包含了吐氣、吸氣之意。氣原本的意思是表示：炊米時冒出水氣。同時，在「米」字上面的「气」的意思其實就是呼吸之意。在吸氣吐氣之時，我的「身」會收縮，肺部會膨脹，然後在吐氣之時「身」會舒張。因此，氣這個字已隱含了「身」的收縮和鬆弛，「身」的緊張和膨脹之意。有關這部分，我將在稍後做更進一步的說明。

氣這個字從中國傳入日本後，根深蒂固地成為日文中的一部份。這個字徹底同化於日文中，現在我們幾乎不會意識到這個字其實是中國的語言。在日本，「氣」也是我們最常使用的語言之一。就算在不經意（何気なく）之中，我們也會時常用到包含氣這個字的語彙。譬如剛剛說的「不經意（何気なく）之中」就有氣這個字。「心情」（氣持ち）、「感覺」（氣分）、「精神失常」（狂氣）、「俠義精神」（俠氣）等等也是，也有「六分俠氣，四分熱情」的諺語。還有形容一個人個性的「性情」（氣風）。另外若是將「殺氣」、「怒氣」、「憤慨」（氣色）等語詞排在一起，就成為形容情緒極不穩定的狀況。「隱約地感受到」（氣配）、「氣質」等語彙也含有氣這個字。當我們提到了「高尚品格」（氣品）、「自尊」（氣位）則是表示人的自尊心及人品等，而當說到「心性」（氣立て）「人的本質」（氣心）等字，則是意味著心理狀況、心情、感情等。由此可見，氣這個字，包含了從人心的型態到適應週遭環境的方式，用最近的說法來解釋，就是「氣」代表了對人的身體和週遭環境所發揮的整體的作用。

日本有句古老的說法叫「養氣」，這是很早以前的說法，說不定現在的日本年輕人已經無法理解了。相傳從前日本庶民是由浪曲、浪花節或是落語等經由耳朵聽來的語言而獲得知識的。我們可不能輕視這種耳聞的知識，因為它只是取代眼睛閱讀書本，而由耳朵取得情報罷了。因此我們不能輕視浪曲及落語。相反的，我認為它們可是最了不起的音聲藝術。

我相當喜愛人間國寶桂米朝的上方落語「貧窮賞花」。從前貧窮的人大多住在稱為「長屋」的屋子中，當這些貧民聽到春暖櫻花齊開的消息，大家就會不約而同決定去賞櫻。日本人去賞櫻的時候通常都會帶著食物和酒前往，一邊賞櫻一邊飲酒。但是這些貧民買不起高級的下酒菜，其實他們也沒有酒，而是以茶代酒，帶茶去賞櫻。但是就算是以茶代酒，還是得要有茶點，所以賞花的發起人

就在長屋中發起收集下酒菜的替代品。其中一個人帶了醃漬蘿蔔乾，說這其實是煎蛋料理。其他人也各自帶了顏色形狀相似，但事實上非其物的料理出席。其中有個愛追根究底的人就說了：醃漬蘿蔔乾和煎蛋料理真是相差甚遠。此話一出，貧窮賞花的主辦人之一就說，就算不是煎蛋料理也無妨，「要以氣養氣」。若是以這種「氣」來吃醃漬蘿蔔乾，也會覺得是在吃煎蛋。這是說雖然實際上是醃漬蘿蔔乾，只要把它想像成煎蛋料理來吃，就會覺得它的味道像煎蛋。「要以氣養氣，這可是很好吃的煎蛋呢，喀次喀次。」儘管咬下去會發出喀次喀次清脆的聲音，還是會把蘿蔔乾想成是煎蛋，因為醃漬蘿蔔乾也是黃色的。雖然這是對「氣」相當通俗的解釋，卻也並非全然沒道理。總之，就是試著融入那種「氣」當中吧。

就這樣，人們以各種活靈活現的方式使用「以氣養氣」這句話，一直到江戶時代或是明治時期為止。這樣子的氣的本質究竟在哪裡呢？氣，可說和日本人的生活方式息息相關。另外，氣也有呼吸的意思。氣代表生活方式、呼吸方式。氣也代表人在這世上的做人處事方式、生活方式、走路方式。所以我們的氣和「風體」是連結在一起的。所謂風體，就是指身體與體內產生的風，也就是和呼吸融為一體之物。

打個比方，譬如說我的某位朋友正從對面的街角向我走過來。我的近視很深，所以沒辦法立刻辨視出他的臉。但是從他的體型和肩膀左右搖擺的獨特走路方式，即從他左右搖擺著他寬大雙肩的走路方法的這些「身」的特徵，我可以斷定「啊，就是他沒錯。」就這樣，人在這世上的型態，就是生存於這世界的生活方式。例如在街上走路，步伐的前進，以什麼樣的「身」的特徵來行走，以及最重要的，以什麼樣的方式吸氣吐氣等等。著有《粹的構造》(いきの構造)一書的日本代表性哲學家，同時也是西田幾多郎學生的九鬼周造(相傳他曾從京都的花街祇園坐計程車到京都大學文學部)曾說：「粹」不是別的，正是呼吸方式、生活方式、在世上的生存之道。九鬼周造說這些話並非偶然。根據他的說法，「粹」代表媚態、堅持和瀟灑。一般認為，媚態、堅持和祇園藝妓「身」的收縮和舒張有關。粹即為人的「身」的型態和生活方式。

九鬼將藝妓的生活方式和自己的生活方式重疊了。不僅如此，他還認為人的生活方式正是緊張和舒緩的交錯。譬如說娼妓在害羞隱藏自己的同時，又將這樣的自己展示在別人面前的情形，就是緊張和舒緩吧。把「身」展現在異性面前時會感到緊張，氣會收縮，但同時也可能因為衣衫不整地面對異性，而緩和「身」的緊張也說不定。這就是情色(eroticism)。我認為這樣的情色不只在日本，恐怕是全世界普遍共有的東西。而且終極來說，這種情色也有可能發生於同性之間。也就是說，感官的愛是一種領袖魅力(charisma)的型態。從語源來解釋，charisma的意思是魅惑和給予恩惠。charisma是由希臘文中charizomai(χαρίζομαι)這個動詞演變而來，這個動詞根源的名詞是charis，是希臘神話中鍛冶之神赫淮斯托斯(Hephaistos)之妻的名字，她是賦予喜悅與快樂的女神。感官的愛就這樣存在於緊張與舒緩中，這似乎有其深刻的意涵。

在緊張和舒緩之間，九鬼認同生存於花街中的娼妓的堅持。以下我將引用一段九鬼的文章。「嘴巴是建立在作為異性間的通道而具備現實性的東西，和對運動保有極大可能性的東西，嘴巴可以非常明白的形式來表示作為

粹的表現的舒緩和緊張。」¹九鬼艱澀的用詞遣字（和近年來哲學的隨性易懂的表現比起來，這真不愧是戰前的作品）顯示身為一位哲學者的自傲。用簡單的話來解釋即是，在女性衣衫不整地向異性敞開心和身體的同時，又一心想躲藏在自身內部中那種矛盾情懷的關係裡，他看到了感官的愛。「從薄紗的若隱若現中，通往異性的道路因而開放；覆蓋上薄紗，通往異性的道路隨之封鎖」從這當中，九鬼看到了娼妓身著薄紗衣裳時的「粹」。²

今天演講的題目是「吟唱與氣——「身」的收縮和舒張」。我將試著在上述感官之愛的脈絡下思考這個題目。收縮和舒張即為緊張和舒緩。「氣」之所以出現，也是因為和「身」的緊張和舒緩相關。在跟心愛的人告白之時，常常聲音會變的異常高昂或僵硬，相信各位應該都曾親身體驗過吧？聲音會隨著「身」的緊張和舒緩而改變。當「身」緊張之時，聲音會變的高昂。當「身」舒緩之時，聲音會變的低沉。誦謠、唱歌、吟詩，這些全都是從腹部的深處湧出的聲響。音聲學的學者大多認為，日文和韓文等東亞語言全是由喉嚨發聲，而由喉嚨發聲的語言聽起來吵雜刺耳。相對於此，英文或德文等歐洲的語言一般是由腹底來發聲。因此在日本我們學習唱歌時，總是被叮嚀不要只靠喉嚨發音，而是要靠丹田發聲。用喉嚨來唱歌，和用腹部，也就是由「身」全體收縮和舒張來唱歌，聽起來是截然不同的。從丹田發出的聲音相當怡人，因為從腹部發出的聲音是由「身」的全體，更正確的來說，是從身體和圍繞著身體的周遭的世界所發出來的。

在這樣的背景之下，就出現了以下的問題：究竟氣和「身」是什麼樣的東西呢？

原本氣究竟代表什麼意思呢？氣的思想的源頭是孟子。孟子有所謂「浩然之氣」的思想，這是非常深奧的思想，這個思想不僅只是深奧，更充斥於整個世界中。究竟孟子說的浩然之氣是什麼呢？在拙作《風的現象學與氛

1 九鬼周造：《いきの構造》（東京：岩波書店，1981年），頁54。

2 前掲書，頁51-52。

圍》中有寫到我對於這個思想的解釋，但或許和我在此說的話有部份重疊，還請各位見諒。

孟子對於想用「浩然之氣」這個字來闡述兩件事，即氣與道。氣無法以語言形容，並充滿於世界和「身」當中。人們說氣無所不在。要養此正氣必須要做到兩件事，第一件事是時時刻刻行為正直，並有自信只做正直的事，而不做傷天害理之事。另一方面，氣可說是充斥於天地間的虛無之道。氣是充滿於人的「身」內的活力、精力、氣力、精神力，人們更說這種氣滿溢於天地之中。由此看來，氣充斥於世界，也就是天地之間的同時，也充斥於我們「身」的內部。氣在意味著行為正直的同時，也意味著世界以真理而呈現。用比較艱澀的講法來表現的話我們可說，在氣當中，倫理學和存在論合而為一。

充斥於這世上的氣，可說是氛圍、氣氛。因為這氣超越我主觀的心的型態，所以就姑且稱呼這為氣的客觀面吧。因為無法說是完全的客觀，所以我就暫且稱為準客觀的氣吧。相對於此，「身」當中包含的氣，可說是準主觀的東西，可說是主觀的氣。滿溢於「身」之中的氣是生命力、精神力。以我來看，這兩種氣是一體兩面的。這一體指的是什麼呢？即「身」，或是和氣合為一體的「身」。「身」時而伸展，時而屈縮，收放自如。

「身」是一種時而擴張，時而收縮的系統。比如說宴會時，當高貴人士或是很了不起的人物突然來和我們攀談時，我們的「身」可能會不由得屈縮。以前的人，當突然受人推薦至超出自己能力所及的職務，或是當政治人物任職自己夢寐以求的高位時，他們常會說「全身緊繃地戒慎恐懼」（最近高官的汰換迅速，所以也聽不到這麼坦率而優雅的話了）這種「全身緊繃地戒慎恐懼」的心情正是「身」的緊張和屈縮。

反過來說，「身」一放鬆就會擴張。泡澡的時候，當「身」舒緩，身體和心靈放鬆，也就是當身體的緊張消除，舒展身體之時，「身」就會在浴缸中盡情擴張伸展。

於是日文中就有了「身體緊繃」的說法，而當身體放鬆擴張時，就會說身體「鬆弛伸展」。當我想起一些很難為情的事情時，我的「身」就會不禁收縮，或是巴不得立刻有個地洞可以鑽進去。這些說法正是希望盡可能地隱藏自己的「身」。這樣「自在地鬆弛伸展」的生活方式，和「緊張地收縮緊繃」的生活方式可說是南轅北轍。

就這樣，身體時而收縮，時而擴張。事實上，這樣的「身」的縮小和擴大和「身」的收縮和舒張息息相關。從丹田大力出聲吟唱之時，我們一邊在縮小身體，也一邊在擴張身體。

聲響會擴展至全身，穿透力強的聲音會在會場的氣氛當中擴張，而滲透至整個會場。這正是我們常說的穿透力強的聲音，或是傳播的很遠的聲音的「聲」。古時候沒有麥克風和擴音器，所以戰場上的武士要以很大的音量報上自己的名字。勇士的英姿，也就是勇士的身體，和「讓遠方的敵人震懾於我的怒吼，附近的敵人親眼目睹我們的英姿」這般的洪亮的音量傳遍芒草原，就是因為在戰場上武士的英姿和洪亮的聲音令人無法忽視。這種融入、滲透整個周圍空間的全體的聲音，徹底融入人們身體內部，可說是成為人的一部份。

我剛剛已經說過身體會伸縮，這麼一來，聲的迴響會和「身」的伸展、「身」的擴大合為一體。然後身體會一直擴張至聲音傳播的極限，響遍滲透進一個空間之內。「氣」會和聲響一同擴張，並逐漸由一定的氣氛來掌控。聲的迴響通過「氣」和「身」的伸展相連結，並形成一種氣氛來支配一個空間。滲透力強的聲音可說是能滲透至廣大的空間中，並和空間的全體合而為一。

譬如我們想想看演講的會場，或是劇場等的氣氛，就可以充分了解這種狀況了吧。我們舉「歌謠」和「能」的例子來說吧。今天演講的題目：氣和聲音的關係，在目前為止的現象學當中還未完全的釐清，所以現在我採取敘述性的分析，想要釐清這個問題。另外，氣和吟唱的關係，在現象學中也還未清楚的釐清。不只這樣，一般來說，戲劇、劇場、寶塚歌劇團的舞台表演

也可以用「身」的擴張來說明吧。這種「身」的擴張在同一時間中，也用氣填滿了整個劇場的氣氛。這樣一來，氣氛就把我們給擒住了。譬如說在足球比賽時，一個選手的精采表現就足以擄獲全體觀眾的心，整個觀眾席都會發出震耳欲聾的鼓譟聲。人們的心在那一瞬間確實化為一體。在這個時候，人的「身」的擴張、「氣」的擴張，以及氣氛的擴張都合而為一體。

現在我們回到吟唱這個今天的主題之一吧。吟唱的時候會從丹田發出聲音。在高聲發出聲音之前，因為吸了氣，所以「氣」會緊縮，身體會縮小。但是另一方面來說，發出聲音的同時，因氣息排出體外，所以銷除了緊張的狀態，身體開始緩和，變的放鬆。不過，發出聲音這件事因為是身體內部的空氣向外排出，所以另一方面說來，身體會產生緊張和緊繃，因為聲音的釋放是將身體緊繃的狀態解放至那個場合的氣氛之中。在聲音從身體的內部傳出外部的同時就成為氣息，可說氣息就是表示活著之意。吟唱是與呼吸同時的。

我們來更進一步地觀察呼吸這個動作吧。吸氣時胸部會擴張，身體會擴張。但是吸氣這個動作是經由一部份肌肉的收縮而產生的。至於吐氣時肌肉會放鬆，身體全體會放鬆。就如同我之前所說的，和呼吸一同發出聲音之時，身體雖然放鬆，但在另一層意義上，也代表緊張的湧現。發出聲音，高聲大喊，正代表著聲音和歌聲從丹田及身體的內部向身體外部不斷地擴張。

如此一來，吟唱的時候，「身」的擴張和「身」的收縮會同時產生。身體和聲音一起擴張至周圍的世界和整個會場的時候，其實演出者的身和聽眾的心情會合而為一。換言之，會場的情感和氣氛會融為一體。會場全體的身和氣氛喝成一氣，這一刻會場的聽眾和演出者可以感受到和彼此合為一體。合為一體的感覺會擴張至那個會場，或者是那個會場的氣氛之中。這氣的擴張會變成一種氣氛，滲透到聽眾的身體中。這樣子，聆聽吟唱的人們身體會形成迴響，會感受到節奏的一致協調。緊張和放鬆的節奏會引發愉悅的感覺。會場的人們會不由得和演奏者合而為一，和演奏者產生共鳴，將兩者的「身」化為一體。

當氣圍繞著我們時，我們和演奏者一起歌唱的情形就產生了。當我去看能樂的表演時，常常會看到帶著歌謠的歌本前往的人。這樣的人們在聆聽歌謠朗誦之時，其實是一邊對照著歌本，身體在沉默的同時也一邊吟唱著。

吟唱歌曲時的「間隔」，也就是一首歌和下一首歌之間的時間間隔時間也很重要。不是一股腦兒的吟唱，應該說吟唱時每一首歌中間要有充裕的時間間隔。在吟唱歌曲的時間間隔時會播放旋律。浪花節也有旋律。在這旋律中展現出了日本音階的特徵。「間」這個字，在日文中可唸成「aida」或「ma」。當這個「ma」不見時，也就是說「ma」脫落之後就成了「愚拙」(manuke)。吟唱的成功或失敗取決於時間間隔的拿捏。「間隔」到底什麼呢？它絕對不是固定存在的東西，或是於定點出現的東西。它不是在這種停止或一點中的靜止預先存在，而是在那靜止中產生間隔。先出現的是「間隔」的發生。間隔先出現，之後這樣的靜止之物才隨而出現。那這樣的間隔究竟是什麼呢？它是一種氣氛，出現在人與人之間、氣存在於人與人之間、歌和歌之間、以及歌聲和聽眾之間。氣不光僅是存在於「間隔」中間，氣還涵蓋了人與歌聲，聲與音聲，以及人們與他們所處的整個空間。這涵蓋全體之物，滿溢於間隔中並形成間隔之物，就是「氣氛」。這氣氛就是由底層深處規制了聽眾和和他們的心和他們整個的「身」的東西。

在家人的推薦之下，我在今年五月第一次去觀賞下鴨神社的御陰祭。這個祭典最大的特色在於其音樂，也就是充滿宮廷風的雅樂和歌謠。歌謠隨著旋律的高低起伏，呈現出西洋音樂中所欠缺的「雅」的氣氛。最近感到疲勞的時候，我就會放出手機錄下來的御陰祭的音樂來聽。漸漸覺得日本傳統的雅樂可以治癒我疲憊的心靈。這可能是因為雅樂的旋律是日本獨特的旋律。這旋律像是「嗚——嗚、嗚——嗚」之類的感覺。那麼吟唱也是因為在這樣的日本音階當中才有可能形成吧。「身」的緩急之氣的出現就是吟唱。藉由吟唱，穿過音聲(onjyo)滲透進那個場所的氣氛中。穿透力強的聲音會完整地滲透於這氣氛當中。

我可以說，從中國傳入，於日本生根，和西洋的音階迥異的雅樂旋律中，我感受到東亞文化共通的「氣息」和「傳統」就是存在於「身」的當中。這個「身」

正是以「氣」這個漢字來表現。「氣」在日文中唸做「ki」，在有些地方也唸做「ke」。我們日本人已經忘記這個字最初是從中國傳入的了。因此我今天演講的題目之一是讓大家重新想起這件事。感謝大家的聆聽。