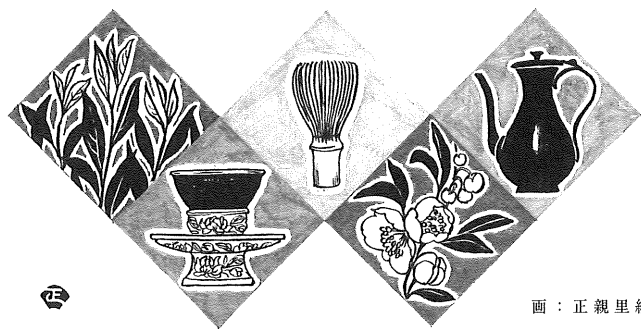


禅が伝えたお茶の話



画：正親里紗

第3回 栄西禅師と喫茶文化

館 隆 志

栄西禅師は比叡山で修行した後、仁安三年（一一六八）に一度目の渡宋をしています。この時はわずか半年ほどの滞在でしたが、天台に登り、天台石橋で羅漢に茶を供養していますし、滞在中に茶を飲む機会も多々あったことでしょう。一度目の滞在時にすでに宋式喫茶文化に触れていたこととなります。

天台石橋は羅漢応現の聖地とされ、石橋を渡った先で茶を供えると、羅漢が現れるとされています。この地には多くの日本僧が訪れましたが、栄西禅師もまたその一人であり、天台石橋で茶を供えたところ、羅漢が現れたので礼拝したことを『興禅護国論』に記しています。

また、栄西禅師はその後、多くの時間を博多をはじめとした九州の地で過ごしました。博多の地では、十二世紀前半の茶器も出土しており、この地にすでに宋式喫茶文化が入っていたと考えられます。博多はとても国際的な都市だったのです。栄西禅師は、この九州滞在中にも茶を飲む機会があったのかもしれない。

ませんね。

榮西禪師は一度目の在宋中に禪に興味を懷いたように、禪の教えを求めて、そしてインドに赴こうとして、文治三年（一一八七）に二度目の渡宋を行います。インドに行くことはかないませんでした。天台山万年寺という禪寺で、臨済宗黃龍派の虚庵懷徹禪師に参じます。懷徹禪師はその後、中国禪宗五山の一つ天童山景德寺の住持となりますが、榮西禪師も懷徹禪師にしたがって参禅を続け、懷徹禪師から印可証明を受け、臨済宗の法脈を受け嗣ぐ禅僧となりました。

在宋四年の禪寺での修行生活は、榮西禪師と茶の関係性を考える上で最も重要なことです。なぜならば、禪の修行生活は、毎日お茶を飲むことが修行生活の規則として決められているからです。禪では日常の心を重んじ、心こそほかならぬ仏であるからこそ、日常生活を重視しました。その結果として、中国で禪寺の修行生活に、当時の日常生活が取り入れられることになりました。中国の禪寺では

毎日茶を飲んでいたので。榮西禪師は、禪宗を日本に請来するとともに、中国南宋の日常生活も一緒に輸入したのです。

中国では宋代に新たな喫茶方法が誕生していました。茶葉のまま保存し、飲用時に茶葉を粉末（「茶末」「末茶」）にして茶器に入れ、湯を注いだ後に攪拌して飲むという飲み方です。現在の日本の抹茶法の原型になった飲み方です。唐式喫茶文化である団茶（固形茶）を用いた喫茶方法とは異なる、その宋式喫茶文化を榮西禪師は輸入したのです。中国では日常の文化であっても、当時の日本では最新の外国文化を導入したことになります。

榮西禪師は博多聖福寺、鎌倉寿福寺、京都建仁寺の開山となり、それぞれのお寺で天台や真言も兼ね行いつつ、禪を修行の中心とし、南宋禅林の修行生活を導入しました。禪の修行生活を記したものを清規と呼びますが、修行生活に清規を導入した最初の日本僧となったのです。榮西が取り入れた清規は限定的だったようですが、おそらく、修行生活

でも宋式の喫茶文化を取り入れていたのではないでしょうか。

そんな坐禅修行の合間に、一冊の本を記しておりました。茶の薬としての効能を記した『喫茶養生記』です。日本最初の茶書として知られています。鎌倉時代の歴史書『吾妻鏡』には、次のような話が伝えられています。

建保二年（一一二四）二月四日、三代將軍源実朝の体調がすぐれず、ご病気かと周囲の人たちが奔走しました。しかし、それ以上特段に変わった症状も見られません。これは昨晩の飲み過ぎによつて体調がすぐれないのではと噂されることになります。そのことを聞いた栄西禅師が、「良薬」といって、お茶を一杯差し上げ、「茶の徳を誉める所の書」である『喫茶養生記』を実朝に献上されました。以上が『吾妻鏡』の記事の要約ですが、『喫茶養生記』には「茶を飲めば、酒を醒まし」と二日酔いの効能が明確に記されているのです。

『喫茶養生記』は「茶は養生の仙薬なり。」

延齡の妙術なり」という序文から始まりま
す。また、朝早く摘み取った葉を蒸し、終夜
かかつて炙り、これを瓶につめて保存してい
たことが記されており、茶葉の状態で保存し
ていたらしいことがわかります。飲むときは
一文銭ほどの大きさの匙に二・三杯をすくつ
て熱湯を注いで飲むとあります。茶は桑の葉
と同様に「末（粉末）」にして飲んでいたこ
とが記されていますから、「茶末」「末茶」の
状態にし、それを匙にすくって、お湯を入れ
て飲んでいたことになりました。栄西禅師の輸
入した喫茶文化は、間違いなく宋式喫茶文化
であったといえるのではないのでしょうか。こ
の宋式喫茶文化である抹茶による喫茶文化
が、後に日本で茶道へと受け継がれていった
のです。

館 隆志（たちりゅうし）

一九七六年静岡県沼津市生まれ。二〇〇九年駒澤大学大学院博士課程修了、博士（仏教学）。駒澤大学専任講師、花園大学国際禅学研究所客員研究員。著書に『園城寺公胤の研究』（春秋社）、『蘭溪道隆禅師全集』第一巻（共編、思文閣出版）。

お願い

花園俳壇・花園歌壇

俳壇・歌壇への投稿は、それぞれ別の郵便はがきを使用し、各三句(首)までを読みやすく書いてお送りください。

*ㄨ切りは毎月1日です。

『花園』へのご意見・ご感想など

本誌へのご意見・ご感想など、「編集室花園係」までお送りください。お待ちしております。

送り先

〒616-8035 京都市右京区花園妙心寺町64
妙心寺派宗務本所内編集室
俳壇／歌壇／花園 係

*住所、氏名を必ずお書きください。

*俳壇・歌壇ともに作品は未発表のものに限ります。(他誌投稿作品、転載は不可)

*なお投稿はお返しいたしません。

花園
hanazono

「いつもココロに花園を」
あなたとわたしのポケットエッセイ集

- 【花園】第70巻 第6号(通巻第826号)
令和2年6月1日発行(毎月1日発行)
定価55円
【発行人】栗原正雄
【編集人】石田信行
【印刷人】喜田眞司
【発行所】京都市右京区花園妙心寺町64
妙心寺派宗務本所 教化センター
振替／01060-9-1400
電話／075-463-3121

表紙の絵

「慈しみ」



ありのままを受け入れ、慈しみの心を持つことで幸せが循環する。

絵・花咲幸絵

月刊『花園』1冊送りの年間購読料は、1,560円(税・送料込)です。
下記のお電話か、ホームページでお申込みください。

【妙心寺派宗務本所 頒布課】電話：075-467-2990

【妙心寺派直売店 web shop】

<http://www.myoshinji-shop.jp/fs/myoshinji/g05-0002>

*乱丁、落丁本はおとりかえいたします。