仏教と飲食

第11回

夕食

柳　幹康

今回は当初禁じられていた夕食が、禅宗において公認されるまでの流れについて紹介します。

インド仏教において、出家者の食のライフスタイルは次のようなものでした。まず朝は精舎で信者が準備した粥を食べます。これは正式な食事にカウントされず、律によっては一定の薄さ――草で線を引いた際に、その跡が残らぬもの――でなければならないという規定が見えます。正式な食事は正午までに済ませる一食のみで、信者が自宅に招待したり精舎（寺院）まで食事を持ってきたりするなどの例外を除き、基本的には托鉢――鉢盂を托げて村や町を歩き食を乞うこと――により得たものを食べていました。正午以降、翌日の夜明けまでは「非時」と称され、果実のジュースや薬など一部の例外を除き、口にすることは許されていませんでした（非時食戒）。

一日一食に限定する理由としては、それが健康に良いことが律に記されています。インド仏教の僧侶は午前中に托鉢と食事を済ませた後、午後は精舎で仏説を学んだり坐禅を組んで心を澄ますなど、総じて運動量の少ない生活を送っていたので、一日一食で十分だったのでしょう。また、夜間の托鉢が禁じられる理由としては、暗がりで溝に落ちたり賊に襲われたり、夜宴で酒を飲まされ泥酔して世人に批判されたことなど様々な問題が諸律に挙げられています。

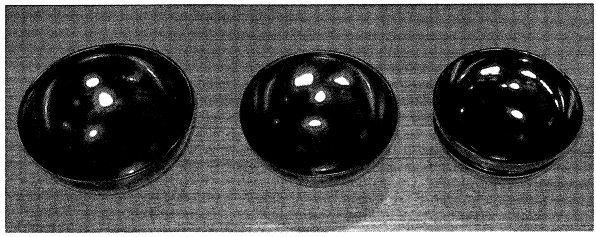
中国の禅宗でも当初は夕食が禁じられていました。十一世紀の初めに成立した禅宗の歴史書には、百丈懐海（七四九―八一四）が示したとされる禅宗の規範が収められており、そこには「斎と粥は適宜、（昼と朝の）二時に等しく皆と

る。倹約に務めるのは、法と食の両輪がともに巡っていることを表すのだ」とあり、夕食は挙げられていません（『景徳伝灯録』巻六「禅門規式」）。また十二世紀初めに編まれた禅宗の規範にも、「非時の食事は、律どおり全て禁じる」とあり、「（昼の）斎と（朝の）粥の二時以外はみな非時の食事である」と注記されています（『禅苑清規』巻一「護戒」）。ただし中には口実を設けて夕食を食べる者もいたようで、同時代の別の文献には批判的な記述が見えます（『祖庭事苑』巻一「雲門録下・羅漢薬食」）。

ところが南宋の時代、十三世紀になると「薬石」と称して夕食をとることが公認されました。当時編まれた禅僧の規範には、「寮に戻り薬石をとる。それぞれ席につく。我先に立って食べ物を盛りつけてはいけない。ご飯や調味料を求めて大声を上げてはいけない。食べ終わったら寮を出て」云々とあり、夕食をとることを前提に、その際の注意事項が記されています（『入衆日用』）。

ちなみに「薬石」とは、病時に服用する「薬」とツボに刺す「石鍼」のことで、ともに病気を治す為のものです（『祖庭事苑』巻一「雲門録下・羅漢薬食」）。飢えや渇きを病とする見方は古い仏典に見え、それを癒やすための「薬石」として禅宗では夕食をとるようになったのでした（『禅林象器箋』「飲啖門」）。夕食が解禁された理由について、当時の文献には明確な説明が見当たりませんが、禅宗において僧侶が農耕など肉体労働に積極的に従事し、一日に必要なエネルギー量が増大したことの自然な帰結だったのでしょう。

なお「薬石」に似た言葉に、茶席の料理を指す「懐石」という言葉があり、これが禅宗に由来するという説がありますが、熊倉氏のご研究によれば実際は関係ありません。古くは集会・料理を「会席」と呼んでいたのに対し、のち江戸時代に「懐石」という当て字が使われ始め、やがてそれが禅門の温石（寒さや空腹をまぎらわせるため懐に入れる温めた石）に由来すると



応量器

いう説が生まれました（『南方続録』）。これは茶の湯の精神性を禅の伝統に求めた結果のようですが、温石は古くから広く用いられていたもので、禅宗に起源するものではありません。ただその一方で幕末の大老井伊直弼（一八一五―一八六〇）は禅寺の食事作法にならい応量器を用いる「真懐石」を考案しており、禅の食文化が多くの茶人たちを魅了しつづけてきたことが窺えます。

ちなみに茶道界では「茶禅一味」（茶と禅は同じ）という説があり、近年中国でも注目されていますが、その成立は新しく、明治の茶人田中仙樵（一八七五―一九六〇）の造語であることが指摘されています。ただし茶と禅を結び付ける発想そのものは古く、千利休（一五二二―一五九一）の弟子山上宗二（一五四四―一五九〇）まで遡れ、その茶道具の秘伝書には「茶の湯は禅宗から出たので、禅の行いを専らにするのだ」と記されています（『山上宗二記』）。茶の湯が禅から継承しようとした精神性については、「日常の営みがそのまま「道」だ、という考え方ではないか」という興味深い指摘が、末尾の参考文献に掲げた小川氏により為されています。

【主な参考文献】小川隆「茶道と禅語」『ゆきま』九一、二〇一五年。熊倉功夫『熊倉功夫著作集』七、思文閣出版、二〇一七年。神津朝夫「「茶禅一味」説の再検討」『禅からみた日本中世の文化と社会』ぺりかん社、二〇一六年。釈演法・向井山主編『首届円悟克勤暨茶禅一味国際学術研討会論文集』宗教文化出版社、二〇一六年。花園大学文学部『三国伝来 仏の教えを味わう――インド・中国・日本の仏教と「食」』臨川書店、二〇一七年。平川彰『平川彰著作集』一六、春秋社、一九九四年。

柳 幹康（やなぎ みきやす）
一九八一年栃木県生まれ。二〇一三年東京大学大学院博士課程修了、博士（文学）。現在東京大学東洋文化研究所准教授、花園大学国際禅学研究所副所長。

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。
＊〆切りは毎月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

〒616-8034 京都市右京区花園木辻北町1
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74巻 第2号(通巻第870号)
令和6年2月1日発行(毎月1日発行)
定価60円
【発行人】野口善敬
【編集人】箱崎善法
【印刷人】古崎良一
【発行所】京都市右京区花園木辻北町1
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

「鶯宿梅(おうしゅくばい)」

鶯の初鳴きと共に
梅の香りが開きます。
絵・元場 葵(もとば あおい)

月刊『花園』1冊送りの年間購読料は、1,620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。