

道元の受食法と作食法

— 栄養療法の知的枠組についての研究 4 —

藤 井 義 博

Abstract

The Goal of this study was to examine Dōgen's idea of receiving and offering food in an effort to give the reason why Dōgen highly estimated Tenzo, a head priest who is responsible for the management and cooking of all food in the Zen monastery. Dōgen identified the monks' way of receiving food and Tenzo's way of offering food with the reality of life as it is when experienced from the viewpoint of enlightenment. Although attitudes of Japanese people toward those who manage and cook food may include indifference, disregard, bullying, returning kindness, and regarding them as agency to holy spirits, they have tended not to respect them. The reason may be that Japanese people have not been instructed sufficiently to show gratitude to them or to regard them as agency to the gods and spirits. Further progress in studies on Dōgen's idea of receiving and offering food would be promising to give directions in this respect.

1. はじめに

1.1 食育基本法

食をめぐる社会経済情勢・環境がめまぐるしく変化する中で、食育について、基本理念を明らかにしてその方向性を示し、国、地方公共団体及び国民の食育の推進に関する取組を総合的かつ計画的に推進するために、食育基本法が 2005 年 6 月に制定された。その前文において、食育は生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けられている。このように知育、徳育との組み合わせにおける食育の捉え方は、村井弦斎 増補註釈 食道楽(39 版)、1905 中の「料理心得の歌」の一首「小児には徳育よりも智育よりも体育よりも食育が先き」に見える¹⁾。食育基本法における食育の具体的な目的は、国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成、食に関する感謝の念と理解、伝統的な食文化、環境と調和した生産等への配慮及び農山漁村の活性化と食料自給率の向上への貢献、食品の安全性の確保等における食育の役割、地域における食生活の改善のための取組の推進、生産者と消費者との交流の促

進、環境と調和のとれた農林漁業の活性化等、食文化の継承のための活動への支援等、数多く列挙されている。

このように、食育の目的のひとつは、食に関する感謝の念と理解である。その具体的内容は、その前文において、自然の恩恵や「食」に関わる人々の様々な活動への感謝の念や理解を深めることと規定すると共に、第三条において、食育の推進に当たっては、国民の食生活が、自然の恩恵の上に成り立っており、また、食に関わる人々の様々な活動に支えられていることについて、感謝の念や理解が深まるよう配慮されなければならないと述べている。現在は食事ができあがるまでの全過程に対する無関心と無知が蔓延しているのである。

1.2 日本人の炊事観

食に関する感謝の念と理解が失われた現在の状況は、いつに遡ることができるのであろうか。料理研究家の平野雅章は、日本人の炊事観について以下のようにまとめている²⁾。「日本人は古来、清潔好きで、殊に食べ物については潔癖ともいえるほどの扱いをし、神事など宗教的儀式にも残って

おり、また、一般によく手洗いなどをするのが慣いとなっている。しかし、そのような清潔な食べ物も、いったんこれをつくり、炊事をするという段取りになると、その仕事も、これにたずさわるひと、むしろ低く卑しめられる風習があった。」さらに、「日本人は、明治時代まで、男子が食べ物についてとやかく口を出すことは、いやしいこととされてきた。」とも、第二次世界大戦後は、「食事づくりを昔のように極端に卑しめる風潮はなくなったものの、まだ、紳士が調理に口出しをしたり、手を下すことをよしとしない風習は、根強く生き残っている。」とも述べている。このように、日本人は従来、炊事に対して卑しめる風潮があり、それは現在においても根強く生き残っている。

1.3 炊へのいじめ

炊事とそれにたずさわるひとを低く卑しめる風習は、司馬遼太郎による高田屋嘉兵衛（1769—1827）の一生を描いた「菜の花の沖」の中で、最下級の船員である炊へのいじめとして鮮やかに描かれている³⁾。炊は、船の台所仕事すなわち飯炊きが仕事の最下級の船員であり、その言葉は「炊く」すなわち米・麦などを蒸したり煮たり飯をつくることに由来する。

炊という最下級の船員ほどつらいものはなく、乗組員たちから人間あつかいにされなかった。

かれらは船内のあらゆる雑役に追いつかわれる。しかもおもなしごとは炊事で、船が湊に入ると、まず食糧の買出しからはじめねばならない。入費は船頭もしくは（事務長）からそのつど渡され、その範囲内で安くてうまい料理を見つけねばならない。

「なんだ、これは。木の根か」というだけで、若衆からなぐられてしまう。めしは、乗組員の人数ぶんだけきっちり炊かねばならない。できあがった飯の量に不足があったり、余ったりすると、「いったい、どういう料簡で船に乗っているんだ」と、綱をつけて海へ投げこまれたりする。綱がついているというものの、波頭の上をときに跳ぶようにひっぱられてゆく。そういうときなど、いつそ死んだほうがましだと思うらしい。

唄がある。

船に乗るとも炊にゃなるな
一にいびられ、二に睨まれて
三にさらされ、四に叱られて
五つ御器碗洗わにゃならぬ
六つ無理なこと言いつけられて
七つ泣いたりなげいたり

というのだが、「炊にゃなるな」とはいえ、船に乗る以上、炊からはじめるほかに訓練方法がなかったのである。

この時代の日本社会の上下をつらぬいている精神は、意地悪というものであった。

上の者が新入りの下の者を陰湿にいじめるといふ抜きがたい文化は、たとえば人種的に似た民族である中国にはあまりなさそうで、「意地悪・いじめる・いびる」といった漢字・漢語も存在しないようである。

江戸期には、武士の社会では幕臣・藩士を問わず、同役仲間であらたに家督を継いで若い者がその役についた場合、古い者が痛烈にいじめつくすわけで、いじめ方に伝統の型があった。この点、お店の者や職人の世界から、あるいは牢屋の中にいたるまですこしも変わりがない。日本の精神文化の中で最も重要なものの一つかもしれない。

このように、炊事に従事することが、低く卑しめられることだけでなく、いじめの対象になることもあったことが理解される。

1.4 貝原益軒の五思

江戸時代における食に関する感謝の念と理解の状況は、江戸時代前期の儒学者で庶民教育に大きな影響を与えたとされる貝原益軒（1630—1714）の「五思」の中にある欠如から伺い知ることができるであろう⁴⁾。貝原益軒は著書「養生訓」の中で、食事をいただく時に思う5つの観想（五思）を挙げています。

第一はこの食は誰が下さったかを思わなければならない。小さいときはお父さんが下さるのだし、大きくなれば殿様が禄を下さるのである。これを思って忘れてはならない。

第二には、この食事はもと農夫が骨を折って作り出した苦しみを思いやらねばならない。

第三には、自分には才能や正しい行ないがなく、

殿様をお助けし民を治めるてがらがないのに、こんなにおいしいものをいただけることはたいへん幸いである。

第四に、世の中には自分より貧乏な人がたくさんいる。

第五に、大昔のことを思うがよい。おおむかしには五穀がなく、草木の実と根・葉を食べて飢えをまぬがれていた。その後五穀がでてきても、まだ食物を火で調理することを知らなかった。釜やご飯蒸しがなくてもものを煮て食べなかった。

食事の時の5つの観想はいずれも食に関する感謝の念と理解に相当している。ここで注目すべきは、五思の対象である。それは、基本的には、父であり、殿様であり、農夫であり、才能や正しい行いや民を治めるてがらのない自分であり、貧乏な人であり、食材や調理において不便な暮らしをしていた大昔の人であった。つまり「五思」においてその対象から漏れているのは、一方では、今日の一日を精一杯生き抜いた肯定的な自分ないしは向上に向けて精進する自分であり、他方では、炊事をする人、食事づくりをする人である。後者の欠如において、少なくとも江戸時代前期における炊事および炊事にたずさわる人を低く卑しめる慣習の存在が推定される。なお、貝原益軒は、この五思は自らが考えだした説であり、坊さんの家(僧家)でいうところの「五観」ではないことを自ら記して注意を喚起している。このように貝原益軒においては炊事にたずさわる人(嫁を中心とする女性)への無視の姿勢が認められる。

1.5 道元の歎き

僧家における食に関する感謝の念と理解の状況については、道元(1200-1253)の著書「典座教訓」(1237年)の中の彼の歎きの表現の中にかがい知ることができる。すなわち、「我が日本国は、仏法という名をすでに久しく聞いて来た。しかしながら、僧の食事を作法通りに作ることは、先輩祖師方は書かなかつたし教えなかつた。我が国一般の人々は、僧の食事、寺院での作食法は、あたかも鳥や獣のようだと思っている。食事法は実にあわれであり、実に悲しむべき状態にある。どうしたものだろうか。」典座教訓は、禅林における食事の一切をつかさどる役である典座の心得と食事の調べ方すなわち作食法を説いたものであり、日

本で初めての座禅堂である興聖寺を建てた翌年に著わされている。「我が日本国の寺院に典座の法初めて伝う、前来曾てあらず」(永平広録)との道元自身の言葉からも推察されるように、道元は、当時の他の僧家とは異なり、作食に価値を認め、作食者である典座の地位を評価した日本の歴史において稀有の存在である。

このような道元の禅林における作食者である典座職の重視にもかかわらず、道元のこの考えは一般世間には影響を及ぼさなかったと推測される。実際、典座教訓を含む禅林における生活作法を定めた清規類はすべて、永平寺の宝庫に秘蔵されてきたが、道元の滅後415年経った江戸時代の1667年に永平寺30世光紹禅師により発見されて、京都の書肆から開板上梓され(寛文本と称されている)、初めて世に知られることとなった。その後約130年経った1794年には、永平寺50世玄透禅師により校訂冠註永平元禅師清規(寛政本と称されている)として再刊された²⁾。

1.6 本論の目的

本論文の目的は、道元の食事観(受食観と作食観)を検討することによって、道元がなぜ禅林において炊事とそれにたずさわるひと(典座)を大切にしたのかその理由を明らかにすることであった。そしてなぜ日本人一般は炊事とそれにたずさわるひとを低く卑しめる風習を持ってきたのかその理由について検討した。

2. 仮説と方法

2.1 仮説と方法

本論は、初期仏教における托鉢乞食によるまかないから、自ら食事を調えることが中心となり、それと共に作食を掌る専門職が成立していったという歴史的背景において、修行のための供養の実践という課題を評価した道元のスピリチュアリティに接近しようとする試みである。言い換えると、「一日作さざれば、一日食わず」と語ったとされる百丈懐海が、禅林における作務(肉体労働)に修行の意義を見出したことを踏まえた上で、道元は禅林における作食(衆僧供養)に修行の意義を見出したという仮説の検証の試みである。

道元の言葉と思索については、道元禅師全集全7巻を用いた³⁾。そのうち、典座教訓と赴粥飯法

の現代語訳については、中村璋八、石川力山、中村信幸⁶⁾を、正法眼蔵随聞記の現代語訳は、水野弥穂子⁷⁾を用いた。

3. 禅林の成立と修行僧の食生活の変化

3.1 初期仏教における食生活：供養・施与

初期仏教においては、出家得度した者は田畑の耕作や賃金を得るための活動などあらゆる生産活動に従事することが禁止されていた。そのため、飲食・衣服・臥具・医薬の4種の生活必需品は、全て在家信者の供養（四事供養）に依存するという生活が営まれていた。そして出家者の食事は托鉢乞食によってまかなわれていて、自ら食事を調えることは禁じられていた。聖職者への供養ないしは施与は、初期仏教が誕生する以前からのバラモン教社会の習慣であった。実際、初期仏教の最古層に属する文献である「スッタニパータ」では、世尊に出会う以前から在家の供養の施主であったスングリカ・パーラドヴァージャ・バラモンやマーガ青年は、供養について世尊に質問し、世尊から真実の供養を教えられている。このように初期仏教においては、供養・施与の倫理が徹底して説かれている⁸⁾。また、大乘仏教になると、悟りの世界に到達するための菩薩の六種の実践徳目である六波羅蜜の第一に布施が挙げられているように、供養、施与（布施）は、初期仏教以来大乘仏教に至るまで一貫して重要な意味を持っていることが理解される。

供養のサンスリット原語は、女性名詞プージャーまたは中性名詞プージャーであり、いずれも動詞の語根プーから派生した語である⁹⁾。動詞プーは、尊敬する、崇拜するという意味であり、名詞プージャーは尊敬、礼拝を意味する。心に尊敬の念がおこると、こんどはそれを形としてあらわすようになる。仏教の術語としては、精神的な尊敬から一步すすめて、衣服・食物・坐具・医薬を衆僧に提供することが、供養とよばれた。このように初期仏教が誕生する以前からのバラモン教社会の習慣であったところの供養は、自然への畏敬の念から発して畏敬されるべき対象を物品で身体的あるいは霊的に養う行為であることが理解される。それは、もったいない、粗末にしては申しわけないという思いや、感謝の念を込めて、畏敬されるべき対象を養ったり、その霊をなぐさ

めることである。

3.2 禅林における作食の開始

6世紀中国にきた達磨によって伝えられたとされる禅宗は、多くは律宗という他宗の寺院において居住しながら、院を別にして生活する禅僧達により命脈を保っていた。こうした中で、百丈懐海（720-814）は、独立の禅院を立てて、大乘仏教、小乗仏教を「まさに博約折中して」、修業僧の集団生活による修道を開始した¹⁰⁾。この百丈門下の禅林においては、全員参加の勤労と自給的生産行為である普請が行われるようになった。このように出家者である禅林の修業僧の食事は、初期仏教における托鉢乞食によるまかないから、自ら食事を調えることが中心となり、それと共に作食を掌る専門職すなわち典座職が成立していった。

3.3 清規の成立

禅林で集団生活をする修行僧の日常生活について定めた規則を清規という。最初の清規は、814年に百丈懐海が定めた百丈清規であるが、これは早くに散逸して現在伝わっていない。百丈の滅後およそ280年を経て、中国宋代の1103年に慈覚大師によって禅苑清規が選述された。その内容は百丈清規に採り、清規再興の抱負をもって作られたものだといわれている。これ以降の清規類はすべてこれを範としいるといっても過言ではなく、道元による典座教訓を含む永平大清規もその例に洩れない¹⁰⁾。

永平大清規は、道元38歳より50歳に至る間に選述された6書すなわち典座教訓、対大己法、弁道法、知事清規、赴粥飯法、衆寮箴規の総称であり、それぞれは独立した一書でもある。永平大清規の中では、作食法を示したのが典座教訓であり、受食法を示したのが赴粥飯法であるが、知事清規の中にも典座の章がある。また、食物管理庫である永平寺庫院における心得を示した示庫院文、さらには正法眼蔵随聞記の中に作食観、受食観うかがわれる章がある。

4. 道元の受食法

4.1 赴粥飯法

赴粥飯法は、禅林での修業僧の一日の食事のあらゆる作法すなわち受食法を示したものである。

一挙手一投足に至るまでの徹底した作法が描かれている。すなわち、入堂、着席、食器の下し方、食器配列、祈り、給仕、受食、粥の食べ方、ごはんのいただき方、食事の態度、食器の洗い方、洗鉢した水の取り扱い方、食器の収め方、食後の祈り、出堂の法、粥後の休みとその作法などである。これらの作法は、供養としての受食の在り方をその細に至るまで明示したものである。

4.2 粥有十利

食事の合図を受けて、修行僧は食事の場所である僧堂に入堂し、自分の坐位に上がって、鉢を下ろす。聖僧侍者による聖僧への供養が終わり、住持が入堂してから、食器を並べる。維那による仏前への供養の主旨を披露する願文の読み上げ、十仏名の唱えの後、首座による施食の偈が唱えられる。

「粥有十利」は、朝食時に唱える偈の出だしの句である。粥とは、朝食に粥を食べることから朝食を意味する。「粥有十利」は、修行者に利益をもたらす朝食の有する十種の功德である。すなわち、

1. 血色をよくする (色)
2. 力を得る (力)
3. 寿命を延ばす (寿)
4. 苦痛がない (楽)
5. 言葉がはっきりする (詞清弁)
6. 胸のつかえがなおる (宿食除)
7. 風邪がなおる (風除)
8. 空腹が癒える (飢消)
9. 喉の渴きが消える (渴消)
10. 大小便の通じがよくなる (大小便調適)

朝食時には、首座が合掌して声を長く伸ばして唱える。「粥には十の功德があり、修行者に利益をもたらす。その果報は窮まりなく、絶対永遠なる楽を得せしむ」。

4.3 三徳六味

「三徳六味」は、齋すなわち昼食の時に唱える偈の出だしの句である。三徳とは、

1. あっさりとしていて口当たりがよいという食事の出来具合
2. 清潔でさっぱりしている見た目のよさ
3. 正しい順序・方法に従って丁寧に作ってあるという3つの徳目をいう。

六味すなわち食事の味付けは、苦い・甘い・塩

辛い・酸っぱい・辛い・淡い、である。淡いは、菜根譚の「濃肥辛甘は真の味にあらず、真の味は是れ只だ淡のみ」の言葉にあるように、薄味であり、素材の持ち味を損なわないことである。薄味は、自分自身を主張していない、むしろ利他の行ないであり、素材を全体として生かす精神に裏打ちされた感性であろう。

昼食時には、三徳と六味の備わったこの食事を、仏と僧とこの世に生きとし生ける者に施し、すべてに同じく供養したてまつる、と首座が合掌して声を長く伸ばして唱える。すなわち食事は施主による供養であるという初期仏教の伝統が守られている。このように修行僧は、食事にあたりまず食事という供養の施主の供養に込められた福德の願いを聞く。

首座が施食の偈を唱え終わると、喝食行者が入堂して、食事の品目と動作名を、進行に従って大きな声で皆に伝える。この後、食事が行き渡ったところで、「五観」を作す。

4.4 五観の偈

五観の偈は、食事をいただく前に、その食事について5項目について観念することである。すなわち、

五観の偈の1：この食べ物が口に入るまでの手数とそれが来た経路に思いをやる。

五観の偈の2：自らの徳行が完全か不完全かを反省して供養である食事をいただく。

五観の偈の3：妄心と過ちを予防することにおいて、貪りの心等を根本と考える。

五観の偈の4：食べ物は飢えや渴きという病気を治療する良薬である。

五観の偈の5：真の自己の実現のために、今この食事をいただく。

五観の瞑想が終わって、目の前の現実に心に戻す。次に鬼神衆への供養を行う、すなわち出生する。そして食事が終わると、食器を洗い、鉢を洗った水を処理した後、食器を納め、食後の祈りをしてから、僧堂を出る。以上が赴粥飯法に述べられている受食法の概要である。五観の偈の4のように食事を良薬と考えると、決して必要以上には摂れない。そこから、逆に、飲食を節してその体を養うという食養生の理念が発展し得る。

4.5 道元における食と仏法の関係：法是食、食是法

道元は、赴粥飯法の冒頭にて、具体的な受食の作法を述べるにあたって、法は食であり食は法である（法是食、食是法）すなわち仏法と食とは一体であると表明する。これは、仏法がそうであるように食は仏と仏のみが究め尽くすことができる（唯仏与仏）という意味である。食事は、仏道の修行者が、仏道修行のための身心を養う手段ではないという主張である。食の実践そのものがそのまま仏法の実践そのものである。それは、今までに培ってきた「これまでの身心をなげ捨てて、ただまっすぐに師匠の教えについてゆけば、それがとりもなおさず真実の仏道の人なのである。」（正法眼蔵随聞記 1.14.）ということを実践することである。仏法と食とは一体であるとは、食は供養、食事することすなわち受食は供養を受けることだと捉えることであると理解される。食と仏法とは一体であるという食の捉え方は、道元独自の提言であると把握されている⁶⁾。このように道元は、禅仏教者の中でもとりわけ食の深い意味を体得した稀有の存在であることが理解される。

4.6 食分^{じきぶん}

道元は、「人はめいめい一生にそなわった食べ料があり、寿命がある。分を越えた食（食分）や寿命（命分）を求めても得られるものではない。」と表明している（正法眼蔵随聞記 1.3.）。人間の生死の観察から、寿命（命分）はわかるとしても、各人の一生にそなわった食分という食料の捉え方は、肉眼的観察（両眼）では理解しがたい。それは洞察力でもって見えない物を見る（一眼）ことに属する。この食分の思想に基づいて、道元は、「三衣と応量器のほかはすこしも貯えるな。乞食によって得た食物も余分があったら飢えている衆生に施すのである。」という仏の言葉を引用しながら、「まして食物のために奔走すること（馳走）などあるはずがない。」と言っている（正法眼蔵随聞記 2.13.）。馳走は、人をもてなすために、あちこちかけ走る意から、おいしい食べ物や飲み物を出してもてなすこと、豪華な食事（ご馳走）を意味する。この意味において、「ごちそうさま」という食後の挨拶は、供養とは正反対の食事観から出た表現であると思われる。

5. 道元の作食法

5.1 典座教訓

道元の作食法を検討するためには、典座教訓の検討は不可欠である。典座教訓の成立は、1237年であり、道元が日本で初めての座禅堂である興聖寺を建てた翌年である。Steven Heine は、道元の著作の成立と解釈についての文献学的研究と伝記の社会・歴史的展望とを統合するやり方で、3つの主要時期と7つの細分時期に分けた¹¹⁾。それによると典座教訓が成立したのは、中期：1233—1246 過渡期（興聖寺／正法眼蔵時代）に属するc 早期中期：1233—1241（春）である。この時期は、興聖寺建立から多くの達磨宗徒の改宗による参加に至る時期であり、正法眼蔵随聞記の書かれた時期でもある。このように弟子達が集まってきて、禅林における生活法を確立する必要があったときに、第一に作食法を選述した意味は大きい。実際、道元は、「我が日本国の寺院に典座の法初めて伝う、前来曾てあらず」と永平広録に記されているように、禅林における生活法のなかでも作食法により力が入っていたように思われる。

典座教訓は、その中に「大抵は須らく禅苑清規を熟見すべし」とあるように、禅苑清規に基づいて著わされている。そうした上で、先輩達の詳しい説明を聞かなくてはならないと道元は述べている。実際、典座教訓には、禅苑清規における典座に関する記載の引用とその説明に加えて、典座職は優秀な僧が当てられて来た職であるという判断とその実例の提示、道元の中国留学中の典座との出会いの経験の開示、中国の禅林での典座の働きの実情の記載、日本の禅林における典座の実情の記載、管理職としての3つの心構えの記載など、禅苑清規には見られない多くの記載が含まれている。これらの事実は、道元における典座像が、禅苑清規の中で禅林における知事のひとりとしてその役割が記載されている典座像にとどまらず、道元の経験によって裏打ちされた具体的な典座像であることを物語っている。道元には諸知事の中でも典座を敢えて独立して採り挙げる理由があったのである。

5.2 食の真の提供者

禅苑清規における典座に関する記載の中には、典座教訓には採り挙げられていない記載がある。

とりわけ注目すべきは、修行僧が学道を成さんがために食を受けるのは、典座に報いるためであるという記載と、修行僧が美膳を貪り求め粗末な食事を非難するのは、典座に報いることにはならないという記載である¹⁰⁾。なぜ道元は、禅苑清規における典座に関するこのような記載を採り挙げなかったのであろうか。その答えは、食という供養の真の提供者は誰であるかという問題への道元の回答でもある。道元は、「是れ第一の美言と覚ゆる」と賞賛している柴西禅師の言葉を残している：「あなたがたこの寺においででの修行者たちが、めいめい使っている衣料や食料などは、わたしがあげるとってはなりません。みなこれは仏法を守る神様たちが供養してくださるのです。わたしはただ取り次ぎにあたっているだけです。また、あなたがためいめい、一生の間に必要なものは、生まれつき備わっております。余分に手に入れようとして走り回ってはいけません。」(正法眼蔵随聞記3.6.)。ここに表現されている目に見えない者からの供養と加護の思想は、貝原益軒の五思の第一「この食は誰が下さったかを思わなければならない。」の対極にある思想である。修行僧が食を受けるのは、典座に報いるためであるという禅苑清規の記載を道元が採用しなかったのは、供養としての食を柴西禅師のように捉えていたからである。仏法と食とは一体であると表明する道元なればこそその不採用である。

5.3 典座のつとめ

典座教訓の冒頭に、典座とは何者であるかが明確に表明されている。すなわちそれは禅林の六知事のひとつであり、その職の目的は禅苑清規の記載をそのまま引用して、衆僧の供養であるとし、心構えとして「道心」が必要不可欠であるとしている。この3つのこと、すなわち典座が禅林の6管理職(知事)のひとつであること、その役割は衆僧の供養であること、典座には道心のあることが要請されていることは、当時の日本の禅林において全くその実が理解されていないことであった。これは、道元自身が宋に留学して初めて気づいた事実であった。その経験の裏付けと禅苑清規の記述に基づいて道元は典座を日本に紹介したのであった。教訓の中で道元は次のように記載している：「宋から帰国して以来、2、3年建仁寺にとどまっていた。この寺では生半可に典座職を置いて

はいても、ただ名目があるだけで、人の実は無かった。未だそのつとめが仏事であることを知らなかった。」言い換えると、当時の日本の最高の禅林であった建仁寺においてさえ、典座の勤めは世俗と大差がない「食事」であり、「仏事」ではなかった。

5.4 典座の仕事の実際

典座の仕事は、禅林では原則として夕食(薬石)は摂らないことから、昼食(齋)の終わった後に、明日の朝食(粥)と昼食の食材、味付け、数量を決めることから始まる。これらを決めるのは典座職が独自に行うのではない。典座を含む六知事が相談(商量)して決める。もし相談しないなら、その典座の行為は、他の知事の権限を侵し、職責を乱すことだと規定されている。専門職による専門分科という機能主義的な視点で見ると、奇妙な制度のように見える。しかしながら、禅林における食は衆僧への供養であるという食の定義に基づいて考えると、供養の準備は管理職(知事)全員が関わるべき過程であることが納得されるであろう。そしてそれらが決定されると、明日の食事内容は掲示板にはり出されて、衆僧への周知が図られる。

材料の準備等、典座が自ら点検することが要請されている。これに関して道元は、帰国後の建仁寺で経験した典座の、食の支度において大小全てのことについて下働きに言いつけるだけで、典座自らが行って監督することがなかったと述べている。

食器・道具類の整理収納は、高い所に置くべき物は高い所に、低い所に置くべき物は低い所に置きなさい(高処高平、低処低平)と道元は禅苑清規にはない注意をしている。これは、正法眼蔵随聞記3.20(1)に記載されている、人物と役職の一致を大切にすることと呼応している。人であれ物であれ、それぞれがそれぞれの場ないしは役との呼応を大切にする精神であろう。実際、典座という役職には、道心を対応させているそのところにも呼応している。平等には、算術的平均という平等と適材適所という2つの平等があると考えられるであろう。そして食器の取り扱い方は、真心をこめて点検して(真心監物)、そっとつかみ手を放す即ち置く(軽手取放)ように指示している。ま

た、典座の下で働いている使用人が米や野菜を選び分けるなどのときには、かまどの守護神にお経を唱えたと記している。

その後は、夜中の12時(三更)以前は他の衆僧と同じように学道修行を行い、それ以降は朝食(粥)の支度に取りかかる。朝食が終わったら、鍋を洗い、昼食のご飯を炊き、おかずの支度をする。このとき典座はこの支度の現場を見て、使用人、雇い人、火たき人夫を使って、昼食を支度させる。

食事の支度を終えると、再び一衆僧として行動する。すなわち小參の合図の太鼓が鳴ったら、衆僧と共に行動し、入室の合図の鐘が鳴ったら、師の個人的な指導を受けるようにして、朝夕の教えに欠かさず出席することが求められている。

教えを受けて自分の居室に戻った典座は、ただちにじっと目を閉じて、禅林内にいる人の数をよくよく思い巡らせて繰り返し数え、もしほんの少しでも人数に不明なところがあったなら、維那などの役職者に質問して、確認できてから、次に食事の分量について相談して決める。

昼食と朝食の支度が作法どおりに調べ終わったなら、食事を台所(庫院)の前の飯台の上に安置して、典座は袈裟を身につけ、坐具を敷きのべて、先ず僧堂を見上げて、香を焚いて九拝の礼を終えてから、食を送り出す(発食する)。

5.5 中国典座との出会いと問答

典座教訓には、道元が中国で遭遇した二人の典座との問答が記載されている。そしてこの問答の後で道元が結論として記載しているように、典座との出会いは2つの意味で道元の学道の発展において根本的な契機となっている。ひとつは、典座職が如何に大切な仕事であるかの覚りの契機となったことである。もうひとつは、典座との出会いを通じて道元が学道(弁道)の何たるかを明らかにする契機となったことである。

ひとつ目の契機は、道元が修行していた天童山の典座との問答であった。炎天下に、笠も被らずに汗を流しつつも歩きまわり一心不乱に海藻を干していて、だいぶ苦しそうであった。背骨は弓のように曲がっており、大きな眉は鶴のように真っ白であった。道元はそばに寄って年齢を尋ねたら、68歳だという。高齢にびっくりした道元は、どうして使用人や雇い人を使ってやらせないのかと、さら尋ねて言った。典座の答えは「他人がしたこ

とは私がしたことにならない」であった。それはその通りだと思った道元は、このような炎天下なのに何故そんなことをするのかと、さらに尋ねた。典座は、「これ以上何時を待とうというのか」と答えた。もう何も言えなかった道元は、廊下を歩みながら、典座職が如何に大切であるかがわかった。それは、典座職について一般の仕事のように結果中心に考えて、その効率性だけを捉えていた道元と、典座職を自己の修行かつ利生の仏事の仏事と捉えていた典座とのすれ違いを、廊下を歩みつつ「退歩返照」した道元が理解したことを示している。

二つ目の契機は、中国に到着したもののまだ上陸せずに船中にいた道元と典座との出会いと上陸後の再会においてであった。中国留学のために博多を出発して、1223年5月中旬に寧波の湊に着岸した道元は、まだ上陸せずに船の中にいた。そんなある日、阿育王山広利寺の老僧の典座が、明日衆僧を供養するための食材として日本産の桑の実を買い求めるために、約19kmの道程を歩いて道元の船にやってきた。道元は、典座を船中に引きとどめて、供養したいすなわち施食をしたいと申し出た。その当時の道元は、典座職は学道(弁道)の何の役にも立たない煩わしい雑役であると信じていたために、同役に代わってもらえばすむことと考えていたのであった。否という典座に対して、あなた程のお年で、何故坐禅につとめたり、先人の学道(弁道)に関する話を讀んだりすることをしないのか、煩わしくも典座職に任命されて肉体労働(作務)ばかりして何のよいことがあるのかと道元は質問した。それを聞いた典座は大いに笑って、道元がまだ学道(弁道)についても文字についてもよくわかっていないと指摘した。この指摘の言葉に自ら恥ずかしくなりかつ心に深く感じた道元は、文字とは何か、学道(弁道)とは何かを尋ねた。典座は、「もし問処を蹉過せざれば、豈にその人に非ざらんや」という言葉で答えたが、道元はそのときその言葉が理解できなかった。道元の不理解を看取った典座は、阿育王山にやってくるように、そのときじっくり話し合おうと言って、すぐに帰っていった。

同年の7月に道元は天童山景德寺に寄宿し修行していたが、そのことを話聞いてあの典座が道元に会いに来てきた。踊りあがって感激した道元は典座といろいろと話をした。その中で、話題はかの船中での文字とは何か、学道(弁道)とは

何かに及んだ。道元は、この典座のお陰で文字の意味を知り、学道（弁道）の何たるかを明らかにすることができたと記述している。このように道元のその後の学道についての覚りの契機は、中国留学の初期における典座との出会いとその好機において典座の仕事についてナイーブだが純粋な質問を道元自らが発したことにあるといえる。

5.6 典座の心の使い方

食（粥と齋）の提供は、供養であり、利生、仏事である。典座の心は、具体的には供養の心であり、利生の心、仏事の心である。以下においては典座教訓に記された典座の心の使い方を個々に点検していく。

必ず道心（仏道を求める心）を働かせて、時にしたがって食に変化を加える。この禅苑清規の言葉を道元は、同じ支度金でも古人よりもすばらしい食を作ってみせるようなものだと言う。このような心を働かせることは、当時の末法思想の支配する風潮中ではとりわけ困難なことに思われるが、道元は古人を越えて見下ろすことができる道理が必ずあることを理解する必要があると説く。その理解に至るためには、道元は野生の馬のように林の中の猿のように制御できない情動を、一旦内に向けて深く反省すること（退歩返照）によって、外界と内界（心）を調和させることが必要であると言う。言い換えると、肉眼で見る（両眼）だけでなく、他方では洞察力でもって見えない物を見る（一眼）ことである。

食材を大切にすること、自分の眼を大切にするようにしなさい。これは、道元が示しているように保寧山仁勇禅師の言葉であるが、その思想は道元の言葉、「まさに自分を見ること他者の如くする愚か者のことと、他者を顧みること自分の如くする君子のことを、はっきり見きわめなさい」に呼応している。すなわち他者（食材）を顧みること、自分（自分の眼）の如くするのである。「ご飯を炊く際には、鍋を自分そのものだと思い、米をとぐ時には水を自分の命そのものと考えて」という古人の言葉の道元による引用も同じ精神の表現である。

審細に看來り看去りて放心しないならば、自然に三徳は円満し、六味は備わる。ここでは道元は、米の中に砂が混じっていないかをよく見て、混

じっている砂を注意して捨てる時のように、放心しないならば、自ずと三徳六味が備わった食になると述べている。このように食における三徳六味の実現は、典座の技術の結果ではなく、典座の心術の結果である。心術が結果として技術の向上を来すという捉え方である。

典座は、夜となく昼となく、食材が来て心に在り、心を帰して食材に在るようにして、食材と半意識的にかつ意識的に一体となることを繰り返して、精進修行する。この捉え方も、他者を顧みること自分の如くする方法であり、看來り看去りて放心しないという方法である。

すべて食を支度するときには、俗人の見方（凡眼）で見えてはいけないうし、俗人の情（凡情）で思っていない。それは、粗末な食材で食を支度するといつて、いやがったり軽く扱ってはいけないうことであり、すばらしい御馳走を作るといつて、喜々として浮かれてはいけないうことである。百千の川の流れ込んでできる清らかな大海に喩えられる修行僧（大海衆）にあつてはもはや資質や年齢による区別をしないように、このような大海衆に供養する食の味はただ大海の味のみであると道元は言う。そうであるからこそ、切に物を追いかけて心を変え、世間の人に従つて言葉改めるなら、それは俗人であり、道人ではないとつう。さらに道人は、古えのすぐれた人達に肩を並べ、さらに追い越して行くべきだとつう。

修行僧は、受食をしてそこに典座の道心を汲み取り、典座は、作食をしてそこに衆僧を見守る。修行僧は典座の道心を喫し、典座は修行僧を養う。このように典座は、修行僧をして典座の道心を用い利益を受けるようになして安樂になるようにする。

道心をめぐらして食の支度をするならば、典座の肉体労働はすべて仏道修行となり、同時に修行僧の安樂の道となる。

5.7 管理職としての心構え

ひたすら修行僧に奉仕することを考えて、貧乏を憂えてはならない。これは禅苑清規に記載されている住持、知事等の管理職の心術である。道元は、喜心、老心、大心という管理職に必要な3つの心構えを述べている。

喜心は、三宝供養の食を作ることが喜びであると観達する心をつう。すなわち天上世界に生まれ

たならば余りにも楽ばかりなので発心もできないし、修行もできず、三宝供養の食を作ることもできない。幸いにも人間に生まれているから自発的に三宝供養の食を作ることが可能なのである。人間世界以外の悪道世界に生まれたならば身心を縛られているので自発的に三宝供養の食を作ることができない。このように三宝に供養し、修行僧に奉仕することは、天上世界に生まれても、悪道世界に生まれても不可能な願いであると道元は言う。

老心とは、父母の心である。たとえば、父母が一子をおもうように、そのように三宝へのおもいを一子へのおもいのようにすることである。父母が一子をおもうとき、自らの貧富を顧みないでひたすらわが子の成長をおもう。自らの寒さ、自らの熱さを顧みずに、わが子を熱から被い、寒さから守る。このように老心は、全く見返りを求めない如来の心である。

大心は大山のような大海のような広大な心であり、impartialな心である。大の字を書き、知り、学ぶべきであると道元は言う。あらゆる物事の上で大の字を学んできた古えの指導者達は、自在に大声を作し、大義を説き、大事を了じ、大人を接し、大事因縁を成就した者であることを忘れてはいけなと道元は言う。大人について正法眼蔵随聞記6.17には、「人が自分をそしっても耳にも入れず、その代わり自分も人の悪いところを言い立てなくなれば、自分の思うところをなしとげることができるというのである。こういう人を一家の大人とするのである」とある。また、大人とは対極にある小人について、「小人というものは、ちょっとした荒い言葉にも、すぐ腹を立て、恥をかかされたと思うのである。大人はそういうことはしない。たとえ、打たれても、しかえしなどは考えない。この国には小人が多い。気をつけなくてはならない。」とある（正法眼蔵随聞記5.12.）。このように、道元は、大の字を還相における菩薩の言動を包括的に表現する言葉として使用している。

6. まとめ

炊事にたずさわるひと（作食者）に対して受食者がとる態度ないしは姿勢は、大きく5つに分けることができる。すなわち、

1. 無関心：これを改善することが食育基本法

の目的のひとつである。

2. 無視：貝原益軒の五思から窺われる態度である。
3. いじめ：「菜の花の沖」に描かれている炊という最下級の船員への乗組員の態度である。
4. 報恩：禅苑清規に規定されている修行僧のとるべき典座への態度である。
5. 取り次ぎ人とみなす：道元が栄西禅師の言葉を用いて表明している供養の真の提供者である「諸天」の「取り次ぎ人」と典座をみなすことである。

道元がなぜ禅林において炊事とそれにたずさわるひと（典座）を大切にしたのかその理由は、典座のつとめが修行僧への供養であるからである。それゆえに、典座が修行僧に提供する食は仏法と一体である。なぜ日本人一般は炊事とそれにたずさわるひとを低く卑しめる風習を持ってきたのかその理由のひとつは、作食者への報恩ないしは作食者を取り次ぎ人とみなすことを日本人一般は十分に教え伝えられて来なかったことにあると推察される。その意味で、食育基本法の今後の成果が期待されると共に、炊事にたずさわるひとを取り次ぎ人とみなすような深いスピリチュアルな心をどのように伝えて行くかが課題である。道元の典座教訓はその心を具体的に記載した稀有のテキストであり、今後の道元研究のさらなる進展が期待される。

7. 要約

本論文の目的は、道元の受食法と作食法を検討することによって、道元がなぜ禅林において炊事とそれにたずさわるひと（典座）を大切にしたのかその理由を明らかにすることであった。そしてなぜ日本人一般は炊事とそれにたずさわるひとを低く卑しめる風習を持ってきたのかその理由について検討した。道元は、典座が修行僧に提供する食は仏法と一体であると考えた。炊事にたずさわるひと（作食者）に対して受食者がとる態度ないしは姿勢は、大きく5つに分けることができる：無関心、無視、いじめ、報恩、眼に見えない存在への取り次ぎ人とのみなし。日本人一般が炊事とそれにたずさわるひとを低く卑しめる風習を持ってきたのかその理由のひとつは、作食者への報恩ないしは作食者を眼に見えない存在への取り次ぎ

人とみなすことを日本人一般は十分に教え伝えられて来なかったことにあると推察される。この意味で、今後の道元の受食法と作食法研究のさらなる進展が期待される。

引用・参考文献

1. 平野雅章 編 料理名言辞典 pp.152-153. 東京堂出版 東京, 1983.
2. 平野雅章 日本料理探求全書 第13巻 道元の食事禅 東京書房 東京 1979.
3. 司馬遼太郎 菜の花の沖(二) 文春文庫 新装版 pp.247-249 文藝春秋 東京 2000.
4. 著者: 貝原益軒 校訂者: 石川謙 養生訓・和俗童子訓 p.69. 岩波書店 東京 1961.
5. 校註者 鈴木格禅 他 道元禅師全集 全7巻, 春秋社, 東京, 1990.
6. 中村璋八, 石川力山, 中村信幸 訳 典座教訓・赴粥飯法 講談社学術文庫 講談社 東京 1991.
7. 水野弥穂子 訳 ちくま学芸文庫 正法眼蔵随聞記 筑摩書房 東京 1992.
8. 宮坂宥勝 ブツダの教え—スッタニパータ 法藏館 京都 2002.
9. 中村元編 仏教語源散策 東書選書3 東京書籍 東京 1977年4月20日.
10. 鍋島元隆, 佐藤達玄, 小坂機融 訳註 禅苑清規 曹洞宗宗務庁 東京 1972.
11. Steven Heine. Did Dogen Go to China?: what he wrote and when he wrote it. Oxford University Press, New York, 2006.