

禅林の食事について

谷口歌子

はじめに

禅宗の大本山や然るべき禅寺で、一山の典座の手になる食膳に接した人は、なんらかの意味で一種の清新なおどろきを経験する。現代の日常生活からは既に遠くなった朱の皆具による膳器具と、給仕の修行僧の厳肅端正な作法、膳組みの一碗一碗にうかがえる鄭重な心くばり、皮相な批判を圧倒するものがそこにはある。中国宋代の学者程明道（1033—1085）が定林寺の齋堂を訪ずれ、食作法の厳肅なさまを眼のあたりにみて「三代の礼楽は浮図に在り」と襟を正したといわれる。このような形態に象徴される禅林の食事には、どのような価値づけがあるのであろうか。また禅寺の精進料理の美味は古来識者のひとしく云うところであるが、その美味を作った根源は何であつたらうか。現代の食事文化に対する一つの思考として、そこにある食のモラルを探ってみたいと思う。

臨済禅院の法式に行なわれる四ツ頭の作法や、現行の叢林における行鉢の作法についても、中国風の形態が少なからず認められる。日本禅宗の沿革史をひもといてみるまでもなく、日本の禅が宋、元代の中国から導入されたものであれば、その食事に関する探求についても、中国禅林の傾向に触れることなくこれをすすめることは困難であろう。

I

I-1. 中国における禅と食の意識の成立

禅宗の禅は菩提達磨が470年頃に南インドから中国に渡来して伝えられたことに始まる。達磨は、人は凡聖の別なく平等の仏性をもつとし、その自覚を禅の修行方法によって求めたのである。達磨から六伝して、六祖恵能に至る六代約二百年間に達磨の禅法は南方支那の風文と同化し、教理的思索よりもむしろ実践的に、日常茶飯事の中において直ちに心性を徹見しようとする端的な禅風となったことが恵能の説示にもみられる。即ち、

「外、一切善悪の境界に於て、心念の起らざるを名づけて坐となし、内、自性をみて動ぜざるを名づけて禅となす……外相を離るるは即ち禅、内、乱れざるは即ち定、外禅内定是禅定となす」¹⁾

禅における食事の意識は、禅が中国において動的禅に発展したという歴史的過程においてはじめて現われたものとみなければならない。しかし禅宗としての宗団組織の成立は六祖恵能から更に百年を経過した百丈懐海（720～814）の時代とみるべきであろう。達磨大師以後禅の修行者は

多く律院にあったが、百丈懷海に至り、戒律から脱化していわゆる百丈清規を制定し、禪林における生活、禪林の組織並びにその運用等まで詳細に規定したのである（唐憲宗元和九年（814）以前、8世紀末から9世紀始めと推定される）。

百丈清規の制定は禪の集団の強化に力あったと同時に、禪の中国化を意味するものとしてとらえられる。このようにして成立した禪は恰も絢爛たる唐の文化をうけ、益々実践的に展開して、宗旨宣揚のため各人によって独特の機関を發揮するようになった。その大要はいわゆる五家七宗²⁾として知られるが、南宋以後は臨済の看話禪が盛んで、曹洞の黙照禪がこれに対峙していた。このあたりの消息について道元（1200—1253）は「正法眼藏」弁道話の中で「見在大宋には臨済宗のみ天下にあまねし、五家ことなれども、ただ一仏心印なり」と伝えている。栄西（1141—1215）道元の渡宋はこの時期であった。

「百丈清規」は唐が亡び宋代になって大部分が散逸したが、百丈滅後二百九十年、北宋の徽宗崇寧二年（1103）宗曠が諸方の見聞に遣った百丈の行法を集めて「禪苑清規」十巻を著わした。現存する清規最古のものであり、後世の清規は大抵この書に依拠したものである（現在一般に流布しているものは嘉泰壬戌虞八宣教による「重雕補註禪苑清規」十巻である）。この「禪苑清規」の第一巻に受戒・護戒・弁道具・装包・且過・掛搭・赴粥飯・赴茶湯・入室等の作法が述べられ、第三巻に監院・維那・典座・直歳等の職掌が説かれている。また道元は「正法眼藏」行持の中で百丈懷海の「一日不作 一日不食」の峻厳な行持を述べ「いま大宋国に流伝せる臨済の玄風、ならびに諸方叢林、おほく百丈の玄風を行持するなり」³⁾と伝えている。即ち八世紀末の百丈清規制定の時代に、既に禪林における嚴たる食の倫理と作法があったことがうかがえるのである。

I-2. 禪林と清規

禪は徹底した実践仏教である。経論に基づいて教義を説くことなく、伝えるものは教義の外にあるとする。禪の生命は言説を通じてではなく、見性という心の体験を通じてのみ伝えられるという。そしてそこに導くものは行持以外にはない。行を外にして法を求めず、仏を求めず、ただ三昧如法に修行するところに眞の仏法が現成するとしている。即ち日常生活の行住坐臥に仏を証し、仏を行得しようとするもので、仏たらんとするものはまず仏の生活に一如するというところに根本がある。道元の「威儀即仏法 作法是宗旨」はこの根本義を標幟するものであり、衆生本来成仏の命題を形の上、身の上から把握しようとする宗風を示している。このことについて道元は「随聞記」巻二に次のように説いている。

「道を得ることは心をもって得るか身をもって得るか教法等にも身心一如といひて身をもって得るとはいへども猶一如の故にといふ。しかあれば正しく身の得ることはたしかならず。今我が家は身心ともに得るなり。その中に心をもって仏法を計校する間は万劫千生得べからず。心を放下して知見解会を捨つる時得るなり。然れば心の念慮知見を一向に捨て只管打坐すれば道は親しみ得るなり。然れば道を得ることは正しく身をもって得るなり」

叢林の生活はその意味で厳格な規矩と綿密な行持によってすべてが律せられている。その依遵

するところを示したものが清規である⁴⁾。厳密な意味で、清規をはなれた叢林の生活はあり得ないわけである。

I-3. 永平清規

「永平清規」は道元が嘉定二年(1236)から宝治三年(1249)に至る十二年間に選述した典座教訓・対大己法・弁道法・赴粥飯法・知事清規・衆寮箴規の六篇より成り、道元の滅後四百十七年寛文七年(1667)に永平三十世光紹によってはじめて梓行されたもので、それ以前においては各巻別々に写本として伝承されたのみであった。しかし寛文版「日域曹洞初祖道元禅師清規」はあまり多くは行なわれなかった。この因子については、室町時代から江戸時代にかけての仏教一般、殊に禅宗の形式化、貴族化の弊風によるところが多かったと思われる。その後百二十七年を経て寛政六年(1794)永平五十世玄透即中により、寛文版に精細な研究が加えられ「校訂冠註永平元禅師清規」として重刊された。これが現行の「永平清規」である。

宗教としての日本禅宗には栄西を祖とする臨済、道元の曹洞、隠元の黄檗の三宗門の別があるが、禅の根本義においてはいうまでもなく一つであり、実践仏教としての面目にかわりはない。したがって本研究を「典座教訓」「赴粥飯法」を中心としてすすめることは本質的な間違いをおかすことにはならないと考える。そしてこの認識を更に深めるものは、これらの書を通してうかがえる道元の思想である。

「典座教訓」は「仏家従本有六知事」の一節をもってはじまっている。仏家は一宗一派をさす言葉ではない。禅宗とも、禅家とも称えずにこの呼称を用いているのである。この理由については「正法眼蔵」弁道話の一節を掲げてみたい。

「いまこの如来一大事の正法眼蔵、無上の大法を、禅宗と名づくるゆゑに、この問きたれり、しるべしこの禅宗の号は、神丹以東におこれり、竺乾にはきかず、はじめ達磨大師嵩山の少林寺にて九年面壁のあひだ、道俗いまだ仏正法を知らず、坐禅を宗とする婆羅門と名づけき、のち代々の諸祖、みなつねに坐禅をもはらず、これをみるおろかなる俗家は実を知らず、ひたたけて坐禅宗といひき、いまのよには坐の言葉を簡してただ禅宗といふなり、そのこころ諸祖の広語にあきらかなり」

道元は宗名を甚しく嫌い、曹洞宗とか、曹洞禅という様な名称を一切使用しなかった。道元の宗教は一宗一派の宗旨を述べるのではなく、ただ真実の仏法を説かんとする根本的な立場を示したのであった。

II

II-1. 禅林における食の意義

「赴粥飯法」の冒頭に食について次のようにある。

経曰。若能於レ食等者。諸法亦等。諸法等者。於レ食亦等。方令二教レ法而等レ食。教二食而法等レ。是故法若法性。食亦法性。法若真如。食亦真如。法若一心。食亦一心。法若菩提。食亦

菩提。名等義等。故言レ等。

經は維摩經弟子品である。等は正等覺の等をさしている。正等覺の等は平等絶対の覺で仏智である。仏智をもってみれば諸法即ち宇宙のあらゆるものみな平等絶対といわなければならない。今食において平等絶対と諦観することができるならば、諸法も平等絶対と諦観することができる。諸法を平等絶対と諦観することができるならば、食においても平等絶対と諦観することができるのである。徹底してみれば法と食は一つであるとみることができる。故に諸法を実相とみるならば、食を直ちに実相と拈することができる。法を真如と拈するならば、食をもって真如と拈することもできよう。法が唯一心であるならば、食もまた唯一心である。法を菩提と諦観すれば、食もまた菩提にほかならない。日用の行持は要するにそのままが平等絶対の真理であり、実相であり、一心であり、菩提である。

この一節は食事に対する禅学上の根本的立場を明らかにしたものであり、叢林の食が単なる食でなく、食を受用するそのままが法を挙揚するものであると説かれているのである。このような食であってみれば、その食法も調製も自ら高い次元における独自のものであることは論をまたないわけである。

II-2. 典座と道心

禅林には百丈の昔から住持を中心として、これを補佐する知事といわれる六役職の制度⁹⁾があり、禅林の運営のすべてにあたっている。典座はそのうちの一職である。「禅苑清規」第三巻に典座之職。主_二 大衆齋粥_一。須_下 運_二 道心_一。隨_レ 時改変。令_中 大衆受用安樂_上。とある。修行僧が修行を成ずるために必要な食事を司どる重要な役職とされ、古来道心の師僧があたってきた職である。現代においてもこれは変りない。禅林において典座は非常に尊敬を払われている役職の一つであり、僧堂にあって数年間を過した修行僧でなければ勤めることはできない。食事に関する仕事は面例であり、しかも表面的観察によっては余り注意されない奉仕である。それだけにこの職につくことは徳を積む好機会を与えられたことになるのである。

「典座教訓」において、道元はまず、

蓋猶_二 一色之弁道_一 歟。若無_二 道心_一 者。徒勞_二 辛苦_一。畢竟無_レ 益也。

といっている。道心とは、

「正法眼蔵」道心に「仏道を求むるにはまず道心を先きとすべし」とあり、同じく「癸菩提心」の巻に「あきらかにしるべし仏祖の学道、かならず菩提心を癸悟するをさきとせりといふこと、これすなはち仏祖の常道なり、癸悟すといふは曉了なり」と説き、更に「菩提心をおこすといふは、おのれいまだわたらざるさきに一切衆生をわたさんと癸願しいとなむなり」ともいっている。また「隨聞記」第二に、学道の用心を「今是を案ずるに、志の至と至らざるとなり。真実の志を癸して随分に参学する人、得ずといふことなきなり。その用心の様は何事を専らにし、その行を急にすべしと云ふことは、次のことなり。先づ只欣求の志の切なるべきなり」と説き、「亦此の志をおこすことは、切に世間の無常を思ふべきなり」ともいっている。道元が常に弟子に説

禅林の食事について

いてやまなかった道心を教理の上からは次のようにみることができる。

菩提心即ち道心とは、一に道を信ずる初発心であり、二に道を求める心であり、三に無常を観じて修行に勤しむ心である。これらは菩提心の消極的な見方であり、菩提心の対己的な観察である。禅では菩提心に更に積極的な、対他的な面をあげている。即ち度衆生の心である。衆生無辺誓願度とあるのは、菩提心の積極的な活動である。この辺の消息を道元は「衆生を利益すといふは、衆生をして自未得度先度陀のころをおこさしむるなり、自未得度先度陀の心をおこさせるちからによりて、われほとけにならんとおもふべからず、たとひほとけになるべき功德熟して、円満すべしといふとも、なほめぐらして衆生の成仏得道に回向するなり」と説いている。菩提心は、自らの得道に止まらず、他人をしてこのような菩提心を發起せしめることを菩提心とする。社会の和平に直接かかわりをもつ菩提心は、禅の社会的意義の一項目となっている。

典座の職務についても、そこにまず対己の菩提心があれば、如何なる種類の仕事であっても深い意義を自覚することができる。炊事に関する一切のことを弁道として励み、一味平等の心をもってこれにあたることができるであろう。そしてこのような道心をもって作られる食物は衆僧を供養し、即ち道心をもって道心を供養することになるのである。このことを鈴木大拙は「その功德は彼等自身が一切智 (sarvajñātā) を証し、またそれを普遍的に実現する方へ廻向せしめ得るのである」と云い、その奉仕の意味は「割当てられた仕事を不平を漏らさず遂行し、物的にも心的にも、何等個人的報酬を考慮にいれざることである。奉仕を為すに当って、奉仕者の懐く唯一の希望は、その功德を転じて一切智の一般的宝蔵に向けることである」⁶⁾と述べている。

II-3. 僧食の尊厳

禅林において食事調製にあたるものは、典座とこれに従がう飯頭・看糧・貼庫・菜頭・行者等で、すべて一山の修行僧である。

日々の僧食の材料、献立等は知事等が相談の上で決められるのである⁷⁾。この僧食の材料について、

打得了護_レ 惜之_レ 如_レ 眼睛_ノ。

と「典座教訓」にある。道元がここにいる眼睛は単なる眼をさしたものではない。「正法眼蔵」眼睛に「億千万劫の参学を拈来して団圓せしむるは、八万四千の眼睛なり」とある。これについて、面山の「聞解」には「眼睛は般若の光明のこと、五眼千手眼、三目等と種々あるも畢竟は五蘊皆空と照し見る。観照般若を眼睛とするなり」とあり、また老卵の「那一宝」には「今干レ 茲八万四千の眼睛なりとは、心上一無明の転変、八万四千の煩惱と波羅密と一合相不可得、業識忙々無不可換眼睛なり、是以億千万劫の本行道の参学を拈来して団圓ならしむるは、八万四千の煩惱の眼睛、即是祖門宗乗の正法眼なり」とある。般若と云い、正法眼と云い要するに仏陀の聖智にほかならない。道元の説いた僧食の尊厳を知るべきである。

II-4. 食事の重視と和敬

如打_レ 物料_一 竝_レ 齋粥味数。竝_レ 預先与_レ 庫司知事_一 商量。「禪苑清規」卷第三。

禪林の食事は古来粗食をもって知られている。僧食の一日の献立は今日でも粥坐は粥と胡麻塩と漬物、齋坐は七分搗白飯（麦入り）と汁と漬物、薬石は残りものを火を用いることなくいただくことを建前とし、薬石喫湯⁹⁾ といっている。実際には一葉と漬物になっている。この簡単な献立の相談が日々綿密にされたということは、食事の重視と叢林にある和敬の法の実践にほかならないのである。叢林における食事は五観の偈にもあるように、成道のために摂る食事であり、食事そのものは威儀であり、仏法そのものにほかならないのである。一度の粥、一度の飯もゆるがせにすべきものではない。また叢林の生活に、和敬が如何に肝要であるかを道元は屢々説いている。「随聞記」第四に、

「出家人は、一師に学して水乳の和合せるが如くすべし、亦六和敬の法あり。各の各の寮々をかまへて身をへだて、心ろ心ろに学道の用心することなかれ。一船にのりて海をわたるが如し。同心に威儀を同ふし、たがひに非を改め、是に随て同く学道すべきなり。是仏在世より行じ来れる儀式なり」

また「正法眼蔵」重雲堂式」に、

「すでに家をはなれ、里をはなれ、雲をたのみ、水をたのむ、身をたすけ、道をたすけむこと、この衆の恩は父母にもすぐるべし、父母はしばらく生死のなかの親なり、この衆はながく仏道のともにてあるべし」

とも説いている。

六和敬の法は一に同戒和敬、二に同見和敬、三に同行和敬、四に身慈和敬、五に口慈和敬、六に意慈和敬である。意は一は他とともに戒法を護持して和同愛敬する。二は他と同じく正見に住して和同し愛敬する。三は他と同じく正行を行なって和同し愛敬する。四より六は身口意の三業に慈悲を行ない、和同愛敬することをいう。

II-5. 三徳六味

六味不_レ 精三徳不_レ 給非_一 典座所_一 以奉_レ 衆也。「禪苑清規」

禪林の食事調製には、三徳六味の教えが古来からある。齋時の行鉢の作法中の施食偈にも「三徳六味 施仏及僧 法界有情 普同供養」とある。三徳の語は「中庸」の智・仁・勇をはじめ、道徳上、また仏法上の三徳の総称として、各様に用いられているが、この場合は食味に関する軽軟・浄潔・如法をいい、六味は鹹・醋・甘・辛・苦・淡の六種の原味である。食物はすべて軽いものは軽く、軟かいものは軟かく、それぞれに適した食感 (texture) に料理されなければならない。また清潔であることが必要であり、調理の手順は如法であることが大切である。すべての味の好悪は、六味調和の巧拙によって現われる。典座の作る食物は、この三徳六味が備わらぬようでは、衆僧に奉仕するという典座の本分を全うしたとは云えないのであるという誠めである。

三徳六味は調理の三句（材料の句・手法の句・味つけの句）とともに、禪林では美味調製の原理とされているが、食味に関してはまた次のような言葉もある。「此丘の口籠の如し」（迦旃延

禅林の食事について

尊者の故事による) 竈は無心で入ってくる焚木は旃檀も焼き、朽木もこれを焼く。その好悪によって捨捨僧愛することはない。僧の食に粗細なし、飽食を限りとなすの意である。この二つの教えは現実においては稍矛盾するところがないでもない。が、次のように解釈すべきではなからうか。古来中国は食事を重視し、これを楽しむ国柄である。中国の風土の中で発達した禅に、この傾向が影響しない筈はない。禅林の食事の重視の根源は、中国の民族思想にあったと云えるであろう。しかしこの思想は、厳しい禅の中で宗教的に昇華され、偏見と執着のない美味哲学となったのである。如何に粗末な素材をとりあげた場合にも、誠心こめて美味しく作るということは、悉有仏性の真理の実践であり、典座の弁道として理想であったのである。同じ素材を用いても、美味しく作られたものはこれを受用するものの口福となり、栄養にもなる。これ典座の功德にほかならない。また修行の僧といえども、食味を弁別しないものはない。簡素な食であればひとしお、その好悪は切実な問題ともなろう。しかし食物がひとたび鉢盂に盛られ、撃手されたとき、一切の偏見と執着はたち切られなければならない。美味も不味も、等しく五観の対象であり、成道のための食となるのである。

この三徳六味備わった食物を作る典座の弁道を、道元は次のように説くのである。

先看レ米便看レ砂。先看レ砂便看レ米。審細看来看去。不レ可レ放心。自然三徳円満。六味俱備。

この一節については茂木無文氏の次のような解釈がある。

「正位の米を看るにあたって偏位の砂を看る。偏位の砂を看るとして正位の米を看る。かように正偏回互宛転して、少しも滞らぬようにし、迂濶にその日を送るようなことさえなければ、求めずして三徳も六味も具備して、大衆に心持よく供養して行くことができよう」(曹洞宗講義)

正位と偏位は、洞山良价の正偏五位説の正中偏、偏中正による語で、正は平等一如の本体をいう。この本体を無相と云い、真如と云い、また平等一如とも云う。時間、空間及び因果の範疇を超えた実在をいうもので、空界本来無物とも云われる。この空界は消極的にいえば無相無物であるが、これを積極的に云えば、万象を顕現するものである。即ち宇宙の実在は、現象界を超越したのではなく、一切万法を顕現すべき活力を有するものであるとする。また偏は千変万化の差別の現象界をいうもので、差別即ち平等の実在界であることを意味する。現象即ち実在である。この故に宇宙の真相は正位と偏位と回互円転して、不二無別なものであるとする。正位を菩提、偏位を煩惱とみても意相は同じである。

この項は更に説きすすめられ、その行持のさまを云えば、

竟日通夜。物来在レ心。心帰在レ物。一等與レ他精勤弁道。

という。まさに打成一片の弁道を典座職の上に説いているのである。「典座は絆を以って道心と為す」の言葉も、典座のこのような精進のあり方をいうものであろう。そこで調理場に立った典座に、

「淘レ米調レ菜等。自手親見。精勤誠心而作。不レ可レ一念疏忽緩慢。一事管看。一事不レ管看。」

「造食之時。須_レ 親自照顧。自然精潔_一。」「一切物色。一等打併。真心鑑_レ 物。輕手取放。」

「如_レ 浸_一 齋米_一。典座莫_レ 離_一 水架辺_一。明眼親見不_レ 費_一 一粒_一。如法汰汰。」

の如き綿密精勤な典座の実践が現成してくるのである。

弁道の語意は、道行を成弁するの意であるが、その方法について、禅では二面をあげている。その一は内向的弁道、二は外向的弁道とする。前者は坐禅をして内観自省することであり、後者は三種あり、一は参師問法で、二は或從経巻であり、三は経験である。即ち日常生活の事物に接して、練磨の力を積むことである。事上得解、事上練磨ともいう。食事調理は即ち事上得解、事上練磨として厳肅な意義をもつのである。しかし、弁道はこのように、その方法に種々あっても、各々別個のものではなく、畢竟相関的なものであるから、内外相応じてはじめてその実を完うすべきものであることはいうまでもない。

II-6. 物を逐うて心を変ずること莫れ

凡調_一 弁物色_一。莫_一 以_一 凡眼_一 觀_一。莫_一 以_一 凡情_一 念_一。

典座たるものは食料を調理する上に、皮相の差別眼をもってみてはならない。物に対する取捨や撰択は分別である。分別は凡眼凡情による妄想であり、煩惱である。妄想のないところに分別なく、分別のないところに取捨はない。取捨のないときにのみ事物の真相は達観されるのである。かくして一茎の菜を扱かうにも、そこに仏法を現成することができるのである（外見的には価値の低い物、また行為も含まれている）。これを調理の実際についてみれば、粗末な副食物を作るときも輕侮の念なく、上味を調製するにも喜悅の情を生じてはならない。「既に耽着なし」の域に到達すれば、粗に向っても全く怠慢なく、細にあっていよいよ精進できるであろう。このように高い見識を有った上で、時に応じて食料を自在に処理運用して行く働きもまた必要である。道元はこれを次のような言葉で説いている。

如_レ 此調和淨潔。勿_レ 失_一 一眼兩眼_一。拈_一 一茎菜_一。作_一 丈六身_一。請_一 丈六身_一。作_一 一茎菜_一。神通及變化。仏事及利生者也。

典座のこの自由自在の働きの上に、典座としての仏事も衆生利益も開展されるのであると説くのである。

「正法眼藏」三界唯心」に、宇宙は悉く心であると道元は説いている。

「青黄赤白これ心なり、長短方円これ心なり、生死去来これ心なり、年月日時これ心なり、夢幻空華これ心なり、水沫泡焰これ心なり、春華秋月これ心なり、造次顛沛これ心なり、しかあれども毀破すべからず、かるがゆゑに諸法実相心なり、唯仏与仏心なり」

この心は相対的な心ではなく、絶対的な物心一如の存在である。それ故この絶対の心が物ともなつて現われ、心ともなつて現われるのである。このような観点からは、現象と本体は本質の上からは一であつて、単に相状を異にするにすぎないのである。そしてこの本体を仏とみるものであるから、宇宙は仏の世界であり、あらゆる現象及びその活動を離れて仏はないという。

「このゆゑにいま如来道の三界唯心は全如来の全現成なり」

ここにおいて一微塵にも偉大な意義があり、「一茎草を拈じて仏となす」のような言葉も生れてくるわけである。

II-7. 齋僧之法以敬為宗

傘松峰大仏寺が永平寺と改称され、山門の規矩はいよいよ厳にされたと伝えられる寛元四年八月六日の道元の説示が「示庫院文」にみられる。要約すると、

「齋僧之法、以敬為宗、印度と支那の仏法を正伝するのに、如来滅度の後、仏と僧に奉獻された供養の飯饌は、至極の尊言と極重の敬礼をもって行なわれてきた。これは深意あることである。深山の叢林なりとも、その礼儀言語を正伝すべきである。これは諸仏の仏法を習学することにはかならないのである」と云って、その詳細を示している。原文を抄記すると

「いはゆる粥をば、御粥とまをすべし、朝粥とも、まをすべし、粥とまをすべからず、齋をば、御齋とまをすべし、齋とまをすべからず」

「齋粥いれたてまつらん調度、みなかくのごとく、うやまふべし、不敬は、かへりて殃過をまねく、齋粥をととのへ、まゐらするとき、人の息にて米菜および、いづれの、ものをも、ふくべからず、たとひ、かはきたるものなりとも、綴袖に触することなかれ、頭顔に触れたる手、いまだあらはずして、齋粥の器、および齋粥に手ふるることなかれ」

「齋粥ととのへまゐらすところにては、仏教の文、および祖師の語を諷誦すべし、世間の語、雑穢の話、いふべからず」

「齋粥のあらんところを、すぎんには、僧行者は問訊したてまつるべし」

食物や食器に対する敬礼は、諸仏の行持であり、諸仏の法の相承であり、悉有仏性の真理の上から道元はこれを説いているのである。それが自然に衛生の法にもなっているのである。

III

前章における食事の禅学的意義を考えると、食事の威儀にある意味の大半は自ら理解されるわけであるが、更にその形態については、仏陀の食事の作法に従ったものであり⁹⁾、それが禅の宗旨において嫡嫡相承され、今日あるということである。行鉢の次第は、文字の上では「赴粥飯法」についてみることはできるが、三代の礼楽に比喩され、化機漏泄すといわれる意味を実感として得ることは難しい。

III-1. 鉢 盂

禅林における食事は、仏陀制定の様式に従った粥坐と齋坐が正規で、夕食は薬石として略儀である。粥坐と齋坐は僧堂または齋堂で行鉢する。行鉢は禅林の規則である赴粥飯法に従い、威儀をもって如法に行なわれる。食器は鉢盂を用いる（鉢は梵語 Pātra の略、盂は漢語で皿、したがって鉢盂は梵漢合成の語である）。一般には応量器といっている。禅林規定の法では、材質は泥及び鉄たるべく、その色は黒、赤、または青色とされているが、日本禅林は木製の黒漆塗を用

いている。

応量器は頭鉢と大小三個の鎖子とから成り、頭鉢を応量器と称する。応用器の中に三個の小鉢が重なって、上からは一個にみえるが、四鉢が重ねて収められている（仏陀が仏法を守護する四天王の四鎖を受けられた伝説を物語っている）。鎖子三個のうち、最大の第一鎖を頭鎖または次鉢、第二鎖を三鉢、第三鎖を四鉢と呼んでいる。但し現在では三つの鎖子のほかに鉢支が重ねられている（木製の小皿のようなもので楪ともいう。応量器の底は円いので、これを敷いて動転を防ぐ）。

「正法眼蔵」鉢盂に、道元は「仏仏祖祖正伝の正法眼蔵涅槃妙心袈裟鉢盂なり」と云い、

「鉢盂は石なり瓦なり鉄なりといふ、かくのごとくいふは、未具参学眼のゆゑなり。仏袈裟は仏袈裟なり、さらに絹布の見あるべからず、仏鉢盂は仏鉢盂なり、さらに石瓦といふべからず、鉄木といふべからず、おほよそ仏鉢盂は、これ造作にあらず、生滅にあらず、中略 鉢盂は但以衆法合成鉢盂なり、但以鉢盂合成衆法なり、これを当面に蹉過せず、用れば尽未来阿耨菩提の法味に飢ることなし」

と説いている。鉢盂は禅僧資身の具とされ、極めて象徴的な意義をもっている。

III-2. 食事の威儀

行鉢は長版にはじまり、入堂 上牀 下鉢 聖像献供 住持赴堂 展鉢 十仏名 施食偈 行食 受食 五観偈 生飯偈 擊手 喫食 洗鉢 折水 取鉢 後唄をもって終る。

長版は庫院の雲版を緩やかに三十六下する。このとき典座は袈裟をかけて威儀を正し、粥飯を盛った鉢桶に焼香し、僧堂を望んで僧食九拜の礼を行ない、終って浄人をして僧堂に粥飯を送らせるのである。運び終る頃、長版は打ち切られる。

叢林において衆僧の行動を告知するものは諸種の鳴物であり、口頭をもって伝えられることはない。食事は殊に三黙堂の戒の一であり、終始静粛のうちにこなされる。そしてこの静粛を、より森厳に、しかもダイナミックにしているものは諸種の鳴物であり（雲版 魚鼓（槌） 大雷（大太鼓） 鐘 槌砧 戒尺（柝木）等）、枯淡な或いは豪快な鳴鐘、鳴鼓、白槌は作法の進行と符説し、行鉢に一種の律動感をももたらしているのである。

行鉢は挙手投足に終始厳しいきまりがあるが、実際における動作は簡潔、しかも流れるように自然で、室内の動静一如である。

「赴粥飯法」行食之法に、

浄人礼合ニ低細ニ。羹粥之類。不レ得レ汚ニ僧手及鉢盂縁ニ。点レ杓三兩下。良久行レ之。曲身斂レ手。当レ胸而行。

ともあるように、飯羹を給仕する僧の作法は敬重を極める。行食の順は首座から始め、最後に住持に盛る習わしである。修行僧に対する住持の慈悲心である。行食は叉手の形で、左手は胸に正しくあて、身をかがめたまま、右手をのばして給仕する。受食の僧は鉢を両手にもって差出し、行食する僧はこれに飯羹を盛る。仏法における食の意義の表象的形態である。飯羹を盛った桶は

胸の高さに捧げもって運ぶ。重いものを持つときに一般にするぶらさげるといふ形はここでは見ることはない。

また受食については、

凡有_二所食_一。直須_レ法_乙 観_応 観_不 費_二 一粒_一 之道理_甲。 迺是法_レ等食_レ等之消息也。

とあり、受食の法は恭敬して受くべしと説く。粥飯を受けるには両手で鉢を捧げ、自分に適した量を受ける。粥飯の多少は右手二本の指をあげてこれを示す。

また喫食の法については、

不_レ 応_二 憍慢_一 而食_一。 恭_レ 敬_一 而食。

と云い、その作法の詳細が示されている。意識して二、三を抄記すると、

1. 食事のときすべて食器音、食事音をたててはならない。
1. 隣りの人の鉢の中をみて、心を動かすようなことをしてはならない。
1. 汁やお菜を鉢の中に入れて、御飯とまぜて食べてはならない。
1. 汚れた手のままで食事をとってはならない。
1. すべて食事のときに、食物を口に含んで話してはならない。
1. 吹いて食物を冷やして食べてはならない。
1. 一口の御飯は三度抄って、食べるときにあまり小さくまるめず、また大きすぎず適当に丸くして食べるがよい。
1. 食事の時には上間下間の人が、余り早すぎたり遅すぎたりしないように、早く食べ終って人を視ているようなことはつつしまなければならない。
1. 食事の時には全心を打ちこんで食べるがよい。
1. 食べ終ったなら知足の心を決断するがよい。

等、日本人のリゴリスティックな食事観と、食事作法とされてきたものの殆どすべてがここにあるのを見ることが出来る。

行鉢において供給の作法は立礼により、受食は跏趺坐における作法で、禅林の食作法の典型である。円覚寺の四ツ頭の行事¹⁰⁾にもこれが示されている。

利休の茶道の真髓が禅の修行にあったことは「禅茶録」(寂庵宗沢)「南方録」(南坊宗啓)などの史料の上でも明らかに認められるが、点前や懐石の作法の元が、行鉢の法にあることもまた論議の余地のないところであろう。また中世以降の日本の礼式全般のものが禅林にあったことも、史実の上から明らかにされるのである¹¹⁾。

III-3. 食事の偈

行鉢の中で数種の偈が宣唱される。いずれも禅林の食事の意識をうかがうにたるものである。

「展鉢の偈」展鉢の前に唱する五言四句の二偈で、一偈のように続唱される。

仏生迦毘羅 成道摩揭陀 説法波羅那 入滅拘絺羅。

如来応量器 我今得敷展 願共一切衆 等三輪空寂。

前者は如来一代の行績を簡説し、後者は釈尊から伝えられる応量器をもって、今食事をいただける幸福を謝し、一切の生けるものとともに食を受け、食事のあとはこの一事に執着することなく、身口意空寂とする意の誓願である。

「施食偈」展鉢につづいて一切衆生に施食する意の偈である。粥時に、

粥有十利 饒益安人 果報無辺 究竟常樂。

斎時に、

三徳六味 施仏及僧 法界有情 普同供養

「五観偈」行食がゆきわたり、維那の白槌をきいて一同合掌揖食し、五観を凝らす。

一計_二功多少_一 量_二彼来処_一。

二付_二己徳行全缺_一 応_レ供。

三防_レ心離_レ過貪等為_レ宗。

四正事_二良薬_一 為_レ療_二形枯_一。

五為_二成道_一 故今受_二此食_一。

「生飯偈」食を鬼界の衆生に施す意で、食前に飯七粒程とり、鉢刷の柄の上におく。その前に唱える偈である。

汝等鬼神衆 我今施汝供 此食遍十方 一切鬼神衆。

「擎鉢偈」粥飯の鉢を両手に捧げ、擎鉢の偈を唱え、終って喫するのである。

上分三宝 中分四恩 下及六道 皆同供養。

一口為断一切悪 二口為修一切善 三口為度諸衆生 皆共成仏道。

この食の功德を上は三宝（仏法僧）中は四恩（国家 社会 父母 三宝の恩）下は六道（地獄 餓鬼 畜生 修羅 人間 天上）に及ぼし、皆同じく供養せん。

一口は一切の悪を断ぜんが為、二口は一切の善を修ぜんが為、三口は諸々の衆生を済度して、皆共に仏道を成ぜん。

III-4. 禅林の料理

禅では無ということを用いる。無とは限定されたかたちにおいてもものをとらえないということである。仏教の真空妙有の思想であり、この禅的無が有に展開するときは無限に展開するのである。こういう禅のもつ本来的な性格からして、禅林の料理、いわゆる精進料理の豊かな開展もみられたのだと思う。現前のものをとらえてそのものを生かす、それは禅の思想であり、禅の料理の行き方である。またときには、姿を変える場合にはきれいに変えてしまって理想を作ってしまう。そこには常に厳しい精進がある。僧堂へ修行にはいると、禅僧は修行として順々に料理を典座寮でさせられる。雪安居の展待のような場合には、典座が貼案を書き、これにしたがって新参の修行僧は工夫研究しながら調製するのである。したがって同じ貼案でも人によって味も違うし、姿も異なる。「庭訓往来」や「尺素往来」にみられる水糰 温糟 糟雞 鼈羹 猪羹 羊羹 温飴 饅頭 索麵 菓子麵 温餅などの点心としての料理も、元来は中国禅林の料理であっても、日本

禪林の食事について

の山野の素材を生かして、日本の料理として工夫勘案されたところに禪林の料理の意義があり、一般の生活の中にひろく定着した理由もあると云える。

あ と が き

本来仏教においては食事をとり、健康を保つことは、菩提に向って精進するためであり、食事すること即精進菩提と心がけるべきであるという思想がある。それ故に僧伽 (saṅgha) の戒律では食事作法に関するさまざまな規定があった。この仏教における食事観が最も忠実に遵守されてきたのは禪宗においてであった。その理由は禪宗が仏教各宗派のなかで最も実践を尊ぶ宗派であり、一面では中国における禪宗発展史のなかで、中国人の食事に対する傾注という国民性によったものであろう。しかも禪宗が有っているもう一つの特色として嫡嫡相承の思想がある。法灯伝承の意識は禪宗一般に誠に顕著である。この傾向は一面では固定的観念を生み、事柄を發展的に捉えようとする面では批判もあるかもしれないが、他面、清規の如く一度規定された事柄を墨守するという特色ある傾向を禪宗のなかに生んだのである。このような禪宗の特色が即ち今日禪林にみられるような精進料理、あるいは峻厳にして端正な食事作法を残し得たのであろう。

注

- 1) 沢木興道「禪の宗旨」(禪の講座) P22
- 2) 臨済(楊岐, 黄竜) 滙仰, 曹洞, 雲門, 法眼。
- 3) 「知事清規」無著尊者の挿話「典坐教訓」洞山, 雪峰の商量等
- 4) 「禪苑清規」は道元の入宋前既に百二十年間中国禪林に行なわれていた清規であり、道元の宗教にこの書の影響は少なからぬものがある。「禪苑清規」の次に瑞巖無量壽の「日用小清規」(宋嘉定二年(1209))があり、道元が「永平清規」の最初の「典坐教訓」を撰述したのは嘉禎三年(1237)であるから、年代の上からみると永平清規は第四番目になる、その後、元の順宗至正元年(1341)東陽徳輝が勅編した「勅修百丈清規」四巻があり、現在一般に「百丈清規」といわれているものは、この重修のものをさしていつている。わが国の主なものは「永平清規」につづいて総持寺開山瑩山紹瑾の「瑩山清規」二巻(元亨四年(1324)月舟宗胡の「相樹林清規」一巻(延宝三年(1674)面山瑞芳の「僧堂清規」五巻(宝暦三年(1753)隠元の「黄檗清規」一巻等があるが、いずれも「百丈清規」を根本義としている点においてはかわりない。
- 5) 都寺 監寺 副寺 典座 維那 直歳
- 6) 鈴木大拙「禪堂生活」P370(鈴木大拙全集第十七巻所収)。
- 7) 今日の叢林では日々ではないが、行事法会その他食事に関することは知事等の相談のもとに決められている。
- 8) 昔の叢林では薬石は米粉の湯を用いたのでこの名が残っている。「永平清規」弁道法に「単を展べ帳を下し罷んで衆寮に帰り、上下肩に問訊し、案頭の位に就いて相向って坐す、喫湯は随意なり」とある。
- 9) 博食についてはその限りではない。わが国の禪林で匙筋を用いることについては「今これを用うことは土風俗に順うものなり」と「赴粥飯法」にある。
- 10) 円覚寺開山忌半齋四ツ頭の行事：開山頂相前に靈膳を供え、開山在すが如く厳肅に齋坐するこの行事は、遠く鎌倉時代円覚寺創建以来宋朝風の礼式を今に伝える古式にて、すべて無言所定の合図により所作する(円覚寺伝承)。
- 11) 清拙正澄大鑑禪師略伝参照「禪宗辞典」

文 献

1. 道元「日域曹洞初祖道元禪師清規」曹洞宗全書第五卷 鴻盟社。
2. 宗蹟「重雕補註禪苑清規」。
3. 面山「僧堂清規行法鈔」曹洞宗全書第五卷 鴻盟社。
4. 面山「僧堂清規考訂別録」同上。
5. 「正法眼藏註解全書」 1・4・6・7・8・9 卷同別巻「正法眼藏」は結集の年代、巻数及び編集の列次によって四種の異同がある（影室本・宋吾本・梵清本・見全本）本書は本文を見全本95巻により、詮慧・経豪の「抄」面山の「聞解」藏海の「私記」父幼老卵の「那一宝」天桂の「弁註」を配してある。
6. 井上哲次郎・宇井伯壽監修「禪の概要」春陽堂。
7. 岡田宣法「曹洞宗綱要」仏教大学講座4，仏教年鑑社。
8. 古田紹欽訳註「正法眼藏隨聞記」角川。
9. 辻善之助「日本文化と仏教」大日本図書。
10. 鈴木大拙全集 11・13・17・19巻 岩波。
11. 古田紹欽「禪の文化」角川。
12. 篠原寿雄「典座教訓」大蔵出版。
13. 曹洞宗行事軌範

(栄養科講師)