

## 料理・共食の意義と日本食文化の歴史

原田 信 男

### I : はじめに

#### 1) 食とは何か——なぜ食べるのか

私たちは毎日毎日、食事を摂らなければ生きていけない。何のためか？ それは、もちろん動物としての身体を維持するためであるが、これには二つの意味がある。まず私たちが動くためには、食物からカロリーを得る必要がある。一つ一つの細胞ごとに、熱を与えることで微妙に温度を変え、それによって身体を動かすことができるが、カロリーの供給が停止すると細胞は死を迎える。

また、こうした細胞の存在を持続させるためには、絶えずタンパク質を供給する必要がある。なかでも必須アミノ酸と呼ばれる一群のタンパク質によって、私たちの細胞は絶えず生まれ変わっている。とにかく食物をとり続けなければ、私たちは生きていくことができない。さらにビタミンなどの栄養バランスによって、身体が健康的に維持されている。

#### 2) 料理とは何か——なぜ料理するのか

では私たちは、単に食べ続けるだけで良いなら、それだけでは実に味気ない生活となるだろう。私たち人間は、料理を楽しむという文化を、歴史上のある段階で身につけてしまった。そして味覚は、それぞれの記憶として確実に蓄積されている。そのため特別な病気にでもならない限り、程度の差はあれ、あれが食べたいこれが食べたいと、許される範囲のなかで料理を楽しみ、それを喜びとしてきたのである。

そして、そのための技術と知識の体系を、それぞれの地域ごとに築き上げてきた。それを料理文化と呼ぶことができる。すなわち、何なら食べられるか、それをどのように食べるか、焼く、煮る、蒸すという加熱法のほか、どう切るか、どう味付けするかという調味法、さらには盛付法など、さまざまな付加価値を食物に与えてきたのである。記憶を消すことが不可能なように、そうした過去の積み重ねを無に帰することは歴史に反する。

#### 3) 共食とは何か——どう食べるのか

人間が他の動物と違うところは、単に食物を摂取するのみでなく、料理をすることと共食することだと指摘されている。わざわざ料理を作るということも、人間の文化であるとするなら、他の人間と共食することも、また人間が生み出した文化であった。もともと共食は、動物的身体能力が低い人間が、集団として生きていく戦略を選択した結果と考えられる。食料の獲得は、人間の歴史のほとんどを通じて苦渋に満ちたものだったのである。

とくに家族という最小の生活集団を基礎としたことから、これを軸にさまざまな社会集団ごとに共食を行うようになった。すなわち日常の家族の食事にも、冠婚葬祭のような特別な共食の場を設けるようになったほか、社会集団としての村の神事や祭りなどの場に、儀礼的な共食の場を設定し、そこに特別な料理を提供することに、大きな社会的あるいは文化的な意義を見いだすようになったのである。

こうした共食の場では、とくに、いつどのような順番で、どのように食べるか、どう並べるか、どのような空間で食べるか、つまりどのように食べるかという食事作法が、儀式として重視されたのである。

## Ⅱ：日本料理の前提

### 1) 神饌と神饌料理——人間と神々

それぞれの人間が所属する集団にとって、その守り神は食物を保証してくれる最大の存在であり、その神に感謝の意を捧げるとともに、またこれからも宜しくという願いを捧げるのが祭りという儀式であった。こうした神事において、最も重要なのは、感謝の意として神に捧げ物をするので、それゆえ神の食事が重視された。しかも神の食べ物とは、人間の食べ物のうち最高のものでなければならなかった。まさに神饌がこれに当たる。

ただ現在の神社で見られる神饌は、明治祭式によって、生饌が正式なものとされたが、もともとは料理された熟饌が本義であった。神に神饌を供えて感謝と願いを捧げた祭儀の終了後に、神が献饌中に食した神饌を、直会という宴会によって神人共食が行われる。神が食べたものを、人間が食べることで、両者の心が通じて神は願いを叶えてくれる。そのために神には、最高の神饌料理が供されるが、その内実については不明な点が多い。

### 2) 大饗料理と儀式——国家と文化と料理

人々が属するさまざまな集団のうちでも、その最高に位置するのが国家である。そうしたレベルの料理様式として、日本で最も古くかつ内容が分かるのは、平安貴族が催した大饗という儀式的料理である。これは摂関家クラスの貴族が、天皇の親族などを招いて催す盛大なパーティーで、豪勢な料理が供された。国家内部での秩序を確認するという意味合いが含まれることから、極めて位階性的な献立構成となっており、上は 20 品から下は 8 品と身分によって相違がある。

この大饗料理は、おそらく神饌料理の成果を受け継ぎながらも、これを中国風にアレンジしたもので、偶数の料理品目や箸・匙の利用などから、中国料理の影響を強く受けていた。これは国家レベルで、中国風の政治システムを受け入れたことと深く関係するが、日本料理独自の切るという料理技法で、料理を庖丁と称することにも繋がる。また、この時期には、魚醬から発展させた穀醬である醬の重視されており、その調味は、食べる人が行うもので、手元の調味料で自らの好みで味付けながら食べるところに特色があった。

### 3) 精進料理の移入——中国文化の摂取

その後の新たな日本の料理様式に、主に禅宗寺院で供された精進料理がある。これは中国北部の小麦文化圏における禅宗寺院で発達を見た。つまり仏道に仕える僧侶としては、肉食を避けねばならないが、動物性タンパク質の持つ優れた味覚を楽しみたいために、さまざまな技術を駆使して、植物性食品を用いながらも、際限なく動物性食品の味に近づけたものである。その特色は、小麦などの穀物を粉食とし、これにゴマ油や味噌などの調味料を用いて、自在な味付けを行うという調理体系にある。

これを中国で学んだ日本人禅僧たちが、帰国して広めたことで、一つの料理様式として

広く定着を見た。従って、これも中国料理の影響が大きい、調理の過程で、かなり手を加えて複雑な味付けを施すという高度な料理技法が伝えられたことの意味は大きい。

### Ⅲ：日本料理の成立と発展

#### 1) 本膳料理の成立——儀式と料理

日本料理は、こうした前史を経て、武家が安定的な政権を確立した室町幕府の下で、本膳料理として成立を見た。これは形式的には、七五三の膳というスタイルを採り、それまでとは異なって奇数の献立となった。これは将軍レベルの儀式料理で、大饗料理の形式を維持しつつ、精進料理の調理技術を取り入れたため高度な料理様式となった。

また味覚としても、味噌などの醬類を多様するようになったほか、今日のようにカツオとコンブを用いた出汁が考案された。コンブは、基本的には三陸以北、むしろ北海道に産するもので、その流通の前提には日本海交易の発達があった。さらにカツオは南方の魚で、かつては煮込んだ汁が使われたが、この時期から鰹節として調味に用いるようになった。まさに、こうした双方の旨味を利用することで、日本料理が誕生を見たのである。

これは将軍への接待料理が原型となるため、かなり盛大で一昼夜をかけて供され、本膳のほかに一七献あるいは二一献にも及ぶものが、延々と出された。また装飾性も重視され、金銀で飾った亀足も用いられた。まさに南北朝期を経て日本社会が新たな展開を遂げ、今日に伝わる日本文化が成立を見た室町期に、日本料理が成立をみたことは特筆に値しよう。

#### 2) 懐石料理の発達——文化と料理

鎌倉期に精進料理とともに、禅僧によって中国から伝えられた茶は、禅院の茶礼として発達し、民間にも飲茶の風習が広まった。いわゆる茶会も、社会の各層に流行をみたが、茶よりも酒に重きが置かれる場合も少なくなかった。そうしたなかから考案された茶の湯は、珠光や武野紹鷗によって精神性が高められ、千利休によって完成を見た。

茶は、ナルコティックスによる一種の酩酊作用を伴うもので、とくに濃茶は陶酔性が高い。これを味わうためには、空腹時よりも食後の方が望ましいため、茶の前に食事が供される。はじめは酒を伴う豪華な食事であったが、利休はこれを戒めて酒の会である後段を切り捨て、一汁三菜程度の質素ながらも実質の伴った食事を旨とした。

とくに茶会には一期一会という思想があり、その時々のお出合いを大切にすることから、その時期の旬の物や季節感さらには器との調和や盛り合わせが重視された。こうした料理は、茶道具ともども茶会記に記録され、その蓄積が料理の質を向上させることに繋がった。まさに茶の湯における料理は、美学の結晶そのもので、いかに料理で相手をもてなし喜ばせるか、に料理人が工夫を凝らすようになった。その意味で、懐石料理は精神性が高く、文化としての料理を発達させたことから、日本料理の最高峰と見なすことができる。

#### 3) 庖丁流派と料理書——秘伝としての料理

また室町期には、本膳料理に示されたような料理技術を体系化するために、いくつかの包丁流派が生まれた。かつて料理流派といえば、大饗料理の系譜を引く四条流のみであったが、本膳料理が発展を見ると、将軍などに使える有力武家のなかに包丁を担当する料理

流派が登場し、これを秘伝書という形で体系化し、派内で伝承するということが行われた。こうした料理書の成立は、日本料理の成熟を示すものでもあった。

本膳料理の料理人は、日本料理の伝統である切るという技術を強調することもあって、庖丁人と呼ばれた。なお精進料理においても調菜人という形で、それが担われた。僧坊のうちでも、料理を担当する者がいたが、精進では魚鳥を扱わないことから、彼らは包丁ではなく、調菜と呼ばれた。

精進料理のうちでも、とくに点心類は、饅頭など身近な食品として広く親しまれるようになった。このため穀物類の調理技術が向上し、後に菓子の調整技術へと展開をみた。いずれにせよ日本料理が完成を見た室町期には、料理技術の体系化と記録化が行われ、多くの包丁流派と料理書が出現をみたのは、日本食生活史上でも画期的なことであった。

#### 4) 近世における日本料理の発達——自由な料理

室町期から戦国期にかけての日本料理の発展には眼をみはるものがあり、今日における日本料理の原型は完成の域に至っていたが、これらの料理は、特定の時期に、特定の場所で、特定の人々が味わうものでしかなかった。また先にも述べたように、料理技術も秘伝として、特定の流派に継承されるもので、門外不出とされていた。料理を食する契機も、それを作る技法も、社会的には閉ざされた一部でしか享受されなかった。

これは大饗料理のほか、本膳料理も同様で、ともに公家儀礼・武家儀礼が行われる時の料理で、参加者も限られていた。また精進料理も、茶礼という儀式的な側面も大きく、懐石料理にしても同様で、茶会は予め定められ、場所も特定されて、呼び集められるのは特定の茶人仲間であった。いわば特権的な人々にしか、洗練された料理の場に臨むことは叶わず、しかも特別な機会にしか楽しめなかった。

ところが近世に入ると、統一集権国家が生まれて、交通網の整備が進み、全国規模での貨幣経済が進展を見せるようになって、料理文化をめぐる状況が大きく変化した。それまでも寺社の境内などで、金銭を介した飲食は行われてはいた。しかし、それは極めて小規模なものでしかなかった。ようやく近世に入って、本格的に料理を提供する料理屋が誕生を見た。そして金さえ出せば、いつでも自由に料理を楽しめるようになったのである。

そして近世後期には、懐石料理から茶の湯の作法を除いて、代わりに酒を採り入れた会席料理が出現をみた。まさに江戸などの大都市では、料理屋で会席料理が楽しめるようになった。さらに、かつては門外不出とされていた料理技術が、近世には出版という形で公開されるに至った。つまり料理の技法も金で買える時代となった。さらに料理本は、プロからセミプロ、さらには庶民を対象としたものとなり、料理屋も庶民に身近な存在となって、18世紀後半から19世紀前半にかけて、近世の料理文化は爛熟期を迎えたのである。

そして明治維新を契機に、西洋料理の移入が始まり、和風と洋風を合わせた折衷料理も試みられるようになる。日本料理は、公的な場からは撤退を余儀なくされたが、日本が国力を得た昭和初期には、新しい日本料理が模索された。ただ戦争という食文化の不在時期はあったが、高度経済成長期を経た今日、日本料理は新たな水準に達するに至った。



D: 本膳料理

永禄4(1561)年3月晦日 室町將軍足利義輝三好享御成献立

献 部		膳 部		献 部		式 部		A
初 献	御手搦	御菓子	結花(厚布)	本 膳	御手搦	御手搦	御手搦	進士美作守讀取献立之次第 (將軍、御相律衆、御供衆、御走衆)
二 献	御手搦	御菓子	結花(厚布)	二 膳	御手搦	御手搦	御手搦	
三 献	御手搦	御菓子	結花(厚布)	三 膳	御手搦	御手搦	御手搦	
四 献	御手搦	御菓子	結花(厚布)	四 膳	御手搦	御手搦	御手搦	
五 献	御手搦	御菓子	結花(厚布)	五 膳	御手搦	御手搦	御手搦	
六 献	御手搦	御菓子	結花(厚布)	六 膳	御手搦	御手搦	御手搦	
七 献	御手搦	御菓子	結花(厚布)	七 膳	御手搦	御手搦	御手搦	
八 献	御手搦	御菓子	結花(厚布)	八 膳	御手搦	御手搦	御手搦	
九 献	御手搦	御菓子	結花(厚布)	九 膳	御手搦	御手搦	御手搦	
十 献	御手搦	御菓子	結花(厚布)	十 膳	御手搦	御手搦	御手搦	
十一 献	御手搦	御菓子	結花(厚布)	十一 膳	御手搦	御手搦	御手搦	
十二 献	御手搦	御菓子	結花(厚布)	十二 膳	御手搦	御手搦	御手搦	
十三 献	御手搦	御菓子	結花(厚布)	十三 膳	御手搦	御手搦	御手搦	
十四 献	御手搦	御菓子	結花(厚布)	十四 膳	御手搦	御手搦	御手搦	
十五 献	御手搦	御菓子	結花(厚布)	十五 膳	御手搦	御手搦	御手搦	
十六 献	御手搦	御菓子	結花(厚布)	十六 膳	御手搦	御手搦	御手搦	
十七 献	御手搦	御菓子	結花(厚布)	十七 膳	御手搦	御手搦	御手搦	
								式三番 老松 八島 野野 春菜 松風 春日庵 野宮 張良 自然香二 鹽々 進士

膳 部		膳 部		献 部		膳 部		献 部		B
本 膳	御手搦	本 膳	御手搦	初 献	御手搦	本 膳	御手搦	御手搦	御手搦	御成讀次之茶献立小西周防守助之 (薄部衆、申次詰衆、御小人家等)
二 膳	御手搦	二 膳	御手搦	二 献	御手搦	二 膳	御手搦	二 献	御手搦	
三 膳	御手搦	三 膳	御手搦	三 献	御手搦	三 膳	御手搦	三 献	御手搦	
四 膳	御手搦	四 膳	御手搦	四 献	御手搦	四 膳	御手搦	四 献	御手搦	
五 膳	御手搦	五 膳	御手搦	五 献	御手搦	五 膳	御手搦	五 献	御手搦	
六 膳	御手搦	六 膳	御手搦	六 献	御手搦	六 膳	御手搦	六 献	御手搦	
七 膳	御手搦	七 膳	御手搦	七 献	御手搦	七 膳	御手搦	七 献	御手搦	
八 膳	御手搦	八 膳	御手搦	八 献	御手搦	八 膳	御手搦	八 献	御手搦	
九 膳	御手搦	九 膳	御手搦	九 献	御手搦	九 膳	御手搦	九 献	御手搦	
十 膳	御手搦	十 膳	御手搦	十 献	御手搦	十 膳	御手搦	十 献	御手搦	
十一 膳	御手搦	十一 膳	御手搦	十一 献	御手搦	十一 膳	御手搦	十一 献	御手搦	
十二 膳	御手搦	十二 膳	御手搦	十二 献	御手搦	十二 膳	御手搦	十二 献	御手搦	
十三 膳	御手搦	十三 膳	御手搦	十三 献	御手搦	十三 膳	御手搦	十三 献	御手搦	
十四 膳	御手搦	十四 膳	御手搦	十四 献	御手搦	十四 膳	御手搦	十四 献	御手搦	
十五 膳	御手搦	十五 膳	御手搦	十五 献	御手搦	十五 膳	御手搦	十五 献	御手搦	
十六 膳	御手搦	十六 膳	御手搦	十六 献	御手搦	十六 膳	御手搦	十六 献	御手搦	
十七 膳	御手搦	十七 膳	御手搦	十七 献	御手搦	十七 膳	御手搦	十七 献	御手搦	
										薄敷

※9-13 長寛5(1163)年...  
記(長寛5(1163)年) 長寛5(1163)年...  
記(長寛5(1163)年) 長寛5(1163)年...  
記(長寛5(1163)年) 長寛5(1163)年...  
記(長寛5(1163)年) 長寛5(1163)年...

E: 懐石料理

懐石料理献立例

『天王寺屋会記』(宗及他会記)  
永禄十二(一五六九年十一月二十三日)朝(千宗易会、宗及一人)

炉一尺四寸、うば口平釜  
どたん二すへて  
床細口、水斗、薄板二、  
始ヨリ、後ニ手桶  
ケンサン、天目、台二、  
なつめ、袋二入、籠ヨリ、

仕立 平折敷、鮭サシミ、たぬき汁、す、飯  
いわし(鯛)とかまほこ(蒲鉾)とにし、鰻と三色、せんば二(煮菓子)くり(栗)のたんこ(団子)、いりまめ(煎豆)、いりこめ(煎米)

F : 会席料理



G : 会席料理屋



cf. : 中世の煮売屋

