

和食は料理の芸術品 = 日本料理と和食 =

ほしひかる*



【料理上達の御守と絵馬】

「日本料理とは何か?」「和食とは何か?」

こんなことを時々訊かれるようになったのも、和食がユネスコの無形文化遺産に登録されたせいもあるだろうが、そもそもがわが国ではその定義について論議がなされていないことが大きいだろう。そこで私なりに整理してみることにした。

先ず、教科書にも載っている日本の歴史区分を持ち出すことにする。

飛鳥時代(藤原京)、奈良時代(平城京)、平安時代(平安京)、室町時代(京)、江戸時代(江戸)、近・現代の明治・大正・昭和・平成(東京)と続いていることはいうまでもない。

()内に、都を表記したが、大事なことは、国の発展は都の生成と深い関係にあるということと、その**都**で**文化**が誕生するということである。

このことをよく理解していたのが足利義満であった。だから、彼は能、茶道、華道などを、都市文化として洗練させ、花開かせたのである。

当然、料理文化も都で生まれるものであって、田舎ではない。仮に似たような工夫があったとしても、それは**文化**ではなく、**生活・慣習**である。

というようなことをふくめた「日本料理史」については、江戸ソバリエ・ルシック「寺方蕎麦研究会」(代表:小林尚人)などで少しお話させていただいたが、ここでも再度述べさせて頂くことにする。

① 先ず、草創期の**飛鳥時代**や**奈良時代**の料理様式というのはあまりはっきりしていない。せいぜい『正倉院文書』や「平城京木簡」などから推定できるていどであるという。

そのころ、主食は白米、副食は魚介類や野菜の粕漬、腐りやすい魚や鳥獣の肉は塩漬や干物や発酵させて熟鮓にし、土師器や須恵器に盛り、匙や箸で食べていたし、調味料も使っていたが、**料理の全体像**はあまりつかめていない。

②それが**平安時代**になってくると、《**神饌料理**》や《**大饗料理**》というれっきとした様式ができてきた。

《神饌料理》は『延喜式』に記されているが、神の召し上がり物として供える飲食物である。米、酒、塩、水や野菜や魚介類を供える。調味料の滓醬も供えられ、箸は耳土器(箸台)の上に置かれていた。

《大饗料理》とは儀礼的な宴会と思えばいい。したがって皇族の宴会と大臣の宴会が年始や就任式などとして自邸で行われた。

献立は生物・干物・唐菓子・木菓子、それに箸と匙が置かれている。

生物は雉、鯉鱠、鱒、鯛、海月、雲丹、海蛸、栄螺など。干物は干鮭、蛸、鮑を楚割(細く割った物)を小皿に盛られた調味料(醬・酢・塩など)を付けて食べる。

ここまで述べると、「平安貴族はグルメだった！」なんていう決まり文句がよく使われているが、そんなことはない。

この時代には献立はできたが、それらに調味料を付けて食べるだけで、まだ料理とはいえる代物ではなかった。一見、食材が豊かに見えるが、それは自然が豊かだったということにすぎない。

③ 鎌倉時代になると、鎌倉新仏教運動の一環をなす禅宗の日本移入がおき、その折に栄西・道元によって食の新思想がもたらされた。

栄西は“五味”、道元は“六味”、という味の見方を持ち込んだ。

つまり、五味とは甘い、酸っぱい、鹹い、辛い、苦い。特に道元は、これに淡いを加えて六味としている『禅苑清規』の考え方を導入した。ただ、この「淡」というのは何なのかよく分からない。今では、文字通り薄味と理解されているけど、当時は薄味も濃い味も、甘い、酸っぱいと同列だったのだろうか。

さらに『禅苑清規』は、食事の出来具合や、見た目も説いている。

1) “如発作” =正しい順序・方法にしたがって丁寧に作ってある。

2) “浄潔” =清潔でさっぱりしている。

3) “輕軟” =あっさりとして口当たりがいい。

この「輕軟」と先の「淡」とどうちがうのか理解できないが、とにかくこれらが《精進料理》のポイントであり、平安時代の単調な献立と味に比べれば、味わいのある革命的料理の誕生となった。

《精進料理》の素材は植物性蛋白質が多い。またその特色に「見立料理」というものがある。つまり植物性蛋白質で肉に“見立て”た料理をするのである。そこでは穀物などを粉にする必要がある。挽き臼の活用である。ここに【粉文化】の成立があることを江戸ソバリエは見逃してはならない！！
つまり、日本の粉文化は精進料理とともに始まったというわけである。

④ そして室町時代を迎えると武家政治が形式を帯びてきて、飲食においても独自の儀礼が考案されるようになった。様式からみれば《平安貴族の大饗料理+鎌倉仏教の精進料理=本膳料理》の誕生であるが、要は部下(家臣)が上司(将軍)を自邸に招いて接待することによって、主従関係を深めようというのである。これを【御成】という。

余談だが、【御成】では、上司が部下に接待されることから、上司は勝手気儘に振舞った。だから、わが国では「食事のマナー」という発想がわいてこなかった。

そのDNAはつい先ごろまで継続し、江戸ソバリエで食べ方の問題を採り上げたとき、「そこまで言

われたくない」とか、「喰うときぐらい自由にさせてほしい」などの声が少なからずあった。「自由に」というのは「勝手」という意味ではないが、たいていが履き違えて「勝手にやりたい」ということになる。それはまさに室町時代の將軍様の態度である。

話を戻すと、接待が主従関係に影響する重要な催事であることから、各大物たちは自邸に専門の料理人(庖丁人)を雇った。

それが足利家の大草流、細川家・畠山家・仁木家の進士流、八条宮家の生間流、これら流派の祖である四條流などである。その庖丁式は、神田神社の祭や高家神社などで見られる。

料理内容は、海のもの、山のもの、野のもの、里のものと複雑になってきた。

配膳は、客の正面に本膳を置く。本膳は右前に味噌汁、左前に飯、右向こうに膾、左向こうに野菜の煮物、中央に香の物を置く。二の膳は客から見て本膳の右、左に三の膳、向こうに与の膳、その左に五の膳、与と五の間に向詰(魚の姿焼)を置く。さらに、真名箸(魚貝鳥類用)と菜箸(野菜類用)を併置する。

食べ方は、汁を一口吸い、飯を一口、膾を一口、さらに飯を一口、本膳が終わってから酒宴に移る。

こうして、精進料理の思想を取り入れつつ日本の料理体系はほぼ完成の域に達した。

⑤ 続く**安土・桃山時代**にはさらに《精進料理の精神＋本膳料理の技術＝**懐石料理**》の基本が整うことになった。

それは鎌倉時代からの禅林の茶礼が茶道となり、室町時代に発展した料理道とが一つになったいわゆる《茶懐石料理》である。

当初は、一座に寄合い、葛切で酒三献、次いで麺を食べて、茶を飲み、その後で山海珍味を以て飯を進め、最後に甘味を楽しんでいた。しかし楽しみ自体は素晴らしいことであるが、ややもすれば俗に墮ちやすい。

それにゆえに、村田珠光、武野招鷗、千利休は茶の湯を“敬礼”の遊びへ導いていった。

そこから素材は旬、新鮮、良質な物を選び、料理は出来たてという風な思いやりが重んじられるようになった。

茶懐石では、「折敷」(平膳)の、左に置かれた漆器に飯を少々盛り、右の汁椀に汁を入れて手前に並べる。向こうは陶磁器に生魚。箸は真名箸と菜箸が一つになった利休箸などを使う。

初めの酒は漆器で飲む。次は、漆椀に入れた煮物を配る。後は、陶磁器の盃で酒を出す。酒は自由、飯を食べても構わない。

この後に出る料理は、一つの器の盛合せ。それを客は折敷の上にある蓋にとって食べる。他に、強肴(も少し召し上がりくださいと強いて出す。だいたい和物か酢物)も出る。さらに進め肴があることもある。次に、小吸い物の箸洗い、薄味仕立になっている。八寸は古くは二種であったが、現在では多種盛込む。最後に、漬物と湯桶が出る。前代より一段の向上が見られるようになった。

以上述べてきたことは、多少のミニ体験はあるものの、本物に接する機会はそうあるものではない。ほとんどが資料の受け売りだ。だから細部については理解不足があるかもしれない。

しかしながら、榮西や道元、そしてあの『四條流庖丁書』を記した多治見貞賢については、小説にして人間の面から見たりしてきたから、本筋の流れとしては間違っていないと思う。

⑥ **江戸時代**になると、前代の利休侘茶は古田織部だけとなり、細川三斎、小堀遠州、金森宗和ら数奇大名の豪華な大名茶が人気となり、一方では城を中心として本膳料理も続いていた。

しかし、これまで述べてきた日本料理史は全て宴会料理であって、主役は貴族と武士であり、庶民

の顔はなかった。

ところが、家康の江戸開府により、新都江戸造りが始まると、職人たちが江戸に集まって来た。続いて徳川政府の参勤交代制により、単身赴任者がどっと押し寄せた。その結果、江戸は男性八対女性二の男社会という、活気はあるが歪な構造をもつ大都市となった。

歪な方を先にいうと、有名な吉原の出現である。私娼というのは世界各地にいるけれど、政府公認の公娼は日本だけだろう。

さて、次からが江戸ソバリエらしい話に移るのだが、男性の単身赴任者の増大によって、彼らに食事を提供する必要に迫られた。

そこで、**1657年頃**、浅草金竜山待乳山門前に「奈良茶飯」という飯屋が開店し、**続く1664年ごろ**には、「けんどん蕎麦」「正直蕎麦」なる蕎麦屋が開業した。

こちらは民間人が立ち上げた店であるが、いずれにしても日本で初めて金を払って飯を食うという**外食屋**が誕生したのは画期的な事である。

それから蕎麦に続いて、鰻重、握鮓、天麩羅、おでんなど。これらは江戸の味とする**濃い汁**を伴った**単品料理**であるところが、特徴的である。

⑦ **明治以降**からは、**2000年**続いていた大陸との外交から欧米へと「世紀の取舵」を行った。

食の世界も段階的ではあるにしても様変わりしたことはいうまでもない。

結論からいうと、餡パン・クリームパン、すき焼き、とんカツ、カツ丼、カレーライス、海老フライ・牡蠣フライなどの日本生まれの洋食の誕生である。

これらは食材では**肉**、料理からみれば**油で焼く・炒める**ことが多くなった。

それから、粉食としては鎌倉・室町以来の、**麺にして汁で食べる**ことに加え、**焼いた粉=パン**が登場することになる。

もっと大きな視点が見れば、「**煮る**」から「**焼く**」に変わっていったのである。

ここで冒頭の「**日本料理と和食**」の問題に戻ろう。

あくまで個人的見解ではあるが、**1)**「日本料理」とは、飛鳥時代に食べていた白米・魚介類や野菜の粕漬から、現代の日本化したカレーライスまで全ての食べ物を指し、**2)**「和食」とは、鎌倉時代の道元の精進料理から、江戸前の蕎麦、鰻の蒲焼、鮓、天麩羅までをいうとしたらどうだろうか。

時代区分すれば、前者の「日本料理」は日本史上の**日本人**が食べた物、後者の「和食」は鎌倉・室町・江戸の、すなわち**武士の時代**に生まれた食べ物だといえよう。

また、「和食」を料理法から見ると、**水で炊いたご飯**や茹でた麺類に合う料理。調味料では、**日本の味噌、醤油、酒、味醂、酢**を使った料理。出汁は、**椎茸、煮干し、昆布、鰹節**を使った料理、ということではないだろうか。その出汁については、伏木享先生が江戸ソバリエ認定講座において、「日本の伝統の『だし』の特徴とおいしさ」として講義されたが、まさにその通りで出汁の「旨味」を七味の一つとして加えさせた独創力をもっているのである。

作家の司馬遼太郎の遺した言葉「武士は人間の芸術品」をもじれば、武士の時代に生まれた「和食は料理の芸術品」ともいえるだろう。

また、作家の島田雅彦氏はこう言っている。「日本料理は、外来語と大和言葉を同じ文章の中に接

合する日本語と同じ構造を持っている。」

日本とはそういう国なのである。だからこそ、「日本料理と和食」について、筋を通して考えるときであると思う。

《参考》

- ・ほしひかる筆 小説『喫茶養生記』（「日本そば新聞」平成18年5月15日）、
- ・ほしひかる筆 小説『典座教訓』（「日本そば新聞」平成23年5月15日）、
- ・ほしひかる筆 小説『四條流庖丁書』（「日本そば新聞」平成23年8月15日）、
- ・ほしひかる筆 「世紀の取舵＝小説『特命全権大使 米欧回覧実記』」（「日本そば新聞」平成28年8月15日）
- ・福島寛之「おいしい記憶をつくりたい。おいしく食べて健康に！」(2016.6.4「先端医療福祉開発研究会」)
- ・伏木享講演「日本の伝統の『だし』の特徴とおいしさ」(平成28年江戸ソバリエ認定講座)
- ・司馬遼太郎『峠』(新潮文庫)
- ・島田雅彦『ひなびたごちそう』(ポプラ文庫)

*ほしひかる 特定非営利活動法人 江戸ソバリエ協会 理事長、エッセイスト

[終]