研究論文：論説

美味礼讃と無味礼讃

川端晶子

東京農業大学名誉教授

“IN PRAISE OF GASTRONOMY” AND “IN PRAISE OF INSIPIDITY”

Akiko KAWABATA

Professor Emeritus at Tokyo University of Agriculture, 1-1-1 Sakuragaoka, Setagaya-ku, Tokyo 156-8502, Japan

Abstract: Food preference is established by the object (the food) as a substance, and at the same time by the relationship with the subject (the eater). The latter has physiological and sensuous dimensions as well as intellectual and cultural dimensions. As regards the ideas of “in praise of gastronomy” and “in praise of insipidity”, I think that the former shows the Western view of value, and the latter shows the Eastern. Each of them is represented by the manners of Western and especially French Philosophers who enjoy conversation at the table, and by that of Zen priests for whom silence and muteness have important meaning, in short, by tables with activity and stillness. I think that “in praise of gastronomy” and “in praise of insipidity” are both ways of pursuing food preference by human beings, and that the different sensibilities about food preference have been formed based on their cultures.

Keywords: *In praise of gastronomy, In praise of insipidity, Food preference*

1. 緒言

おいしく食べるということは、文化現象の一つであり、どういう食べ方をするのかは、それぞれの地域や民族によって異なっている。食嗜好や食習慣を形成する過程でその背景になっているのが食の思想である。食べ物のおいしさは、生理的・感覚的なものを不可欠な媒体とするが、しかし、単に生

理的・感覚的な次元に成立するものではなく、知的・文化的な次元に成立するものであり、またおいしさはそこにはじめから存在するものではなく、人が作り出すものである。おいしさは、一面で客体（食べ物）の物質としての在り方によって成立しながらも、他面で主体（食べる人）とのかかわり方 [注1]（図1）によって成立する。後者には生理的・感覚的

図1：食べ物のおいしさを形成する要素 [注1]

な次元と知的・文化的な次元とがあり、知的・文化的次元では、知と文化の本質から、個人としての次元だけではなく、その時代やその文化圏の知的・文化的な次元もある。おいしさを味わうことは一種の美の体験である。おいしさを生み出すことが調理の重要な任務の一つであり、美を生み出すということが芸術の重要な任務の一つであるから、料理がフランスで一つの芸術として捉えられているのも理由のあることである。

まず、基本的な食の感性について考え、つづいて食の思想について、とくに、「美味礼讃」と「無味礼讃」ということに言及する。前者は西洋的価値観、後者は東洋的価値観から生まれた食の思想のように考えられる。本報では、会話を楽しむ西洋とくにフランスの哲学者の食卓と、沈黙と無言が重要な意味をもつ禅僧の食卓、すなわち、動と静の食卓の背景にある思想について考察する。

2. 食に対する感性

2.1 食と五感

食べ物のおいしさは視覚、嗅覚、触覚、聴覚、味覚などの感覚受容器を通じて知覚され、過去の経験などとも照合し、総合的な判断によって「おいしい」、「まずい」の評価を行っている。人間は五感を総動員して食事を楽しむ。感覚は外界の物理的、化学的特性に対して、身体センサーが感じる程度やその内容を対象としているが、食べ物が「おいしい」という評価は、味に関係した要因のみではなく、食卓上の色彩や食器、盛り付けなど、さらに人々の人生観、ライフスタイルも大きく関与する総合的なものである。

(1) 視覚

五感のなかでも第一印象をとらえる視覚の働きは大きい。たとえば、メニューを読むためには視覚が登場し、料理を文字としてとらえ、続いて色どり、くすみから輝きまでの色調、多様な形状などの料理の外観、食卓上の雰囲気などを感じとるが、その作用は味の評価にも影響を及ぼす。

(2) 嗅覚

食べ物を評価する第二段階は、嗅覚がとらえるアロマやフレーバーの領域である。食べたり、飲んだりする行為に先だって、鼻腔から直接的な香りをとらえるが、これがアロマで食べ物を識別する第一歩である。つぎに食べ物を口に入れて嚙んだあとに起こる味覚との共同作業によってフレーバーをとらえる。

(3) 触覚

食べ物との物理的接触は、触覚が担当する。視覚や嗅覚の感覚器への刺激を経たのちに、具体的に味わう段階に入るが、口中や口蓋、舌、歯肉などで歯ごたえ、やわらかさ、なめらかさ、顆粒性というような食べ物の特性を表すテクスチャーの全体が明らかになる。テクスチャーの表現用語は各地域の食文化と食習慣によって違いがみられる。また、温度の違いもおいしさの質に影響を与え、最もおいしく味わうための温度が考慮される。触覚には、手の皮膚感覚も含まれるが、触れたときのかたさやきめの細やかさなどによって、食材の良

否を識別することもできる。

(4) 聴覚

聴覚は、おいしさに関与する割合が少ないように考えられがちであるが、聴覚を除外して十分に味わうことはできない。聴覚は嗅覚と結ばれ、嗅覚は直接味覚と連結している。触覚は口蓋の中に張り巡らされていて、テクスチャーの受容にも関わりをもつ。たとえば、フランスパン特有のパリッとした歯ごたえは、まず耳によりとらえ、さらに咀嚼時の内部聴覚でも知ることができる。調理過程では、肉を炒めるときのジュージュという音によって火加減を調整したりもする。また、シャンパンのコルク栓を抜くときの音とほとぼしる泡は、会食者の五感を同時にかきたてる。

(5) 味覚

おいしさをとらえる最大の感覚は味覚であると考えられているが、味覚の鋭敏な活躍は咀嚼中にピークを迎える。まず、主に舌の上で基本味が識別されるが、口蓋の内壁でもわずかに感知される。基本味は味の序であるが、つづいて複雑に花開く数々の味が現われる。これをとらえるのは鼻の後方にある嗅球の中の球線毛であり、嗅覚との共同作業によってフレーバーとしてとらえられる。

2.2 食と感性

「感性とは何か」を考えてみると、①感性とは、物事を直観的に感応する力である。②感性は、豊かな感情や好奇心、想像力、創造力を生み出す源である。③感性は、心に安らぎや潤い、活力を与え、意欲を活性化する働きをもつ心のエネルギーである。④感性の要素には、美的価値観と科学的好奇心が大切である。⑤感性は、物事を深く観察したり、感じようと心がけることで深められるなどということになる。「感性」に対するものとして、「知性」や「理性」があるが、感性は人間がもつ感覚・知覚の機能や特性であり、それによって「情」が呼び起こされる。食に対する感性とは、食の場を構成する総合的な成果と、それを評価する人間の内容的基準のレベルとの対応である。

2.3 おいしさの知覚

近年、脳科学の研究は急速に進んでいるが、おいしさの知覚についても研究が進められている。おいしさに関与する大脳新皮質の機能〔注2～4〕は感覚野、運動野、連合野の三つに大別される。感覚野は視覚野、嗅覚野、聴覚野、味覚野、体性感覚野（触覚）などからなり、末梢の感覚器から送られてきた感覚情報の処理を行っている。連合野は大まかに、前頭連合野、頭頂連合野、側頭連合野の三つに分けることができる。連合野にはそれぞれ異なる機能があり、知覚、認識、理解、意志、嗜好、創造というような最も高次の機能をつかさどっている。たとえば、味蕾から味覚神経を経て大脳新皮質に伝えられた味情報は、さらに扁桃体に入って感情、記憶などと統合され、好き嫌いの判定がなされる。海馬は記憶を担うとされ、視床下部は摂食行動を調整する。こうして、扁桃体は、おいしい、まずいを判断するが、周辺には過去の食体験の膨大な記憶ファイルがあり、両者は常に情報を交換していると考えられている。また、味覚情報の処理は、味の分

析をしてからおいしさの判断をするといった直列的なものではなく、同時進行の並列処理であるという。匂いは、鼻腔の嗅上皮にある嗅細胞が感知し、嗅球を経て直接、扁桃体に信号が伝達される。匂いの伝達と記憶はストレートであり、大した情報処理は行なわれない。私達の視覚、聴覚、嗅覚、触覚、味覚の五感、いつも開けっ放しにして無意識のうちにおびたしい数の情報を受け取っている。すなわち、一瞬一瞬、外界の温度を知覚し、視覚は絶えず周囲の匂いを嗅ぎ、聴覚は音の洪水に侵されているが、味覚が喚起されるのは生理上の必要が生じたときである。これに対して意識をもった心が五感の知覚の扉を開き、情報を客観的に捉えるとともに主観的に好き・嫌いを決めている。これらの評価には、各自の教育、環境、感性などの学習体験が関与している。味の嗜好は主観的であり、食べる個人によって異なっている。しかし、客観的な共通分母による価値観の全体像を描くこともでき、食べ物の個性を特徴づけている。

食べる人の主観は、教育、環境、個人特有の感性などによって異なり、知覚される感覚もさまざまであるが、学習によって感性は磨かれていく。近年、とくに脳・神経科学の進歩は著しく、人間の心の問題にも迫りつつあるが、脳の活動から味やおいしさを測定しようとする試みも始まっている。食嗜好性は、①生得的にきまる要素、②学習によって獲得する要素、③観念的要素、すなわち、他人からの意見、教育、宣伝などにより影響を受けて決定される。

3. 美味礼讃

3.1 西洋の食の思想

古代の食べ物と料理は、神話的な儀式によって構成されていた。たとえば、ギリシャ神話では、コムスは料理の神であり、バックスはワインの神、またポセイドンは海の神である。アルケストラート（紀元前4世紀）の詩『美食術』[注5]や『アピキウス古代ローマの料理書』[注6]のなかで、当時の調理法をうかがい知ることができるが、この頃の基本的なテクニックとしては、火であぶる、ゆでる、煮込むの三つの方法があった。この三つには、象徴的な階層づけがあって、それぞれの方法は人類が置かれた状態と進歩の方向を示しているという。すなわち、あぶることから、煮込むことに至る順序は時間的であるとともに文化的な意味をもっていた。これは、未熟から成熟にいたる人間の進歩の順序づけでもあった。旧約聖書に「地のすべての獣、空のすべての鳥、地に這うすべてのもの、魚は恐れおののいてあなた方の支配に服し、すべて生きて動くものはあなた方の食べ物となるであろう」と書かれているが、今日、人間が生物全体の食物連鎖の王者として君臨していることと無関係ではない。西洋料理の主流はイタリアからフランスへと発展した。フランスの18～19世紀にかけては古典料理の基礎が確立し、美食の黄金時代となった。

3.2 フランスにおける「美味礼讃」の思想の背景

フランス人は彼らが「ガリア人」と呼ばれていた昔から、孤独を嫌って集合を好み、おしゃべりをしたり議論すること

の好きな国民である。こうした種族的な傾向が17世紀にサロンを作り出す素地となった。美しく機知に富み優雅で上品な婦人を中心に、言葉を磨き趣味を養い、芸術、宗教、文学を論じた。さらに時事問題が取り上げられたり、ときの政治に影響を与えることもあった。フランス語の特色である明晰性も、フランス文学の特徴といわれる社交性や会話の精神も、サロンの婦人たちを通じて維持されたともいえる。また、時代精神の中に見られる諸要素、たとえば、17世紀における科学革命とバロック精神、18世紀における啓蒙主義とロココ趣味などが融合し、その接点となったのもサロンやさまざまなパーティであった。これらは、概して啓蒙思想家や哲学者たちの集会場の観を呈し、新思想の温床となり、政治・宗教の批判や科学上の新発見などが話題の中心となった。ルイ王朝時代のパリの繁栄は、数々の宮廷料理や貴族料理を生み出し、美食を競い合っていた。宮廷料理として開花したフランス料理も1789年の大革命とともに宮廷を出て、広く市民に公開されることとなった。当時のパリには、豊富な食材、腕利きのシェフ、美食を求める人々の3条件が揃い、レストランの黄金時代を迎え、食卓の喜びを一層高めていった。フランス人が食べることを好むのは、会話の楽しさと結びついているからである。彼らは時間をかけてご馳走を楽しむのと同時に会話を楽しむ。アレキサンドル・デュマ（1802-1870）は『料理大辞典』[注7]のなかで、「晩餐は何よりも重要な日常の行動であり、これを立派に成し遂げるには、エスプリが必要である。晩餐において食べるだけでは十分でなく、出しゃばることもなく、明るくおだやかに話をしなければならない。会話はアントルメに添えられるワインのルビーの色とともに輝き、デザートとともに甘味を帯び、食後のコーヒーを飲む頃にもなると、本当の深みに達していく」と述べている。

3.3 18～19世紀のフランス哲学者の食卓

ここで11名の登場人物[注8]（図2）を中心にフランスの食の思想を考えてみる。文化人類学者は「人間は共食する動物である」と特徴づけているが、フランス人は「食卓は、食べることとおしゃべりの場である」と考えている。

（1）ヴォルテールとジャン＝ジャック・ルソーの食事観

啓蒙思想家であり、作家であるヴォルテールは、パリ生まれでイエズス会士の教育を受け法律を学んで、その後著述業に転向した。彼の仕事は文学、歴史、哲学など、きわめて多岐にわたっているが、彼の思想はフランス革命へとつながる知的思潮に重要な影響を与えている。また、文明化された田園のホスト役として、美食の有害性とともにもその有益性も認めていた。彼はさまざまな友人と交わした書簡のなかで、食べ物や食事に関する話題に触れ、パリの知的階級の集まりにも積極的に参加していた。この時代におけるおおよそ美食というものに無関心な人物の典型として、ジャン＝ジャック・ルソーの名をあげることができよう。彼は「自由、平等、博愛、」のスローガンを掲げてフランス革命の思想に多大な影響を与えた人であり、食べ物を大切にしたりそれは生命を維持する唯一の手段としてであった。ルソーは食の教育についても深い関心をよせ、教育に関する主著『エミール』[注9]のなか

で、子どもに対する食教育について述べている。

(2) コンディヤックの感覚論

同時代に活躍した哲学者コンディヤックは『感覚論』[注10]を著している。彼は「人間のあらゆる精神の働きが受動的感覚に基礎を置くものであり、注意・比較・記憶・反省・推理といった高次の精神的な働きも結局は《変容された感覚》なのだ」と主張した。コンディヤックは思考実験を行なっているが、実験のなかで最も有名なものが、「彫像の感覚実験」である。彫像にまず嗅覚を与え、嗅覚のみによって彫像がいかなる表像世界を獲得するかを想像し推論する。つぎに嗅覚を取り去り聴覚を、さらに視覚を与えてみる。このように五感を順次加えたり、組合せたりするなかで彫像の内面世界がいかに変容していくかを描いたのが本書である。彼はいつかの認識は感覚に由来すること、人間の諸能力は生得ではなく感覚の変容に伴って生成すること、人間の認識の発展は言語の発展に依存していることを主張している。食べ物に対する具体的な感覚論は展開していないが、美食時代にふさわしい感覚についての論稿である。

(3) タレーランの食事外交

政治家、外交官であったタレーラン[注11]は偉大な美食家の一人に数えられている。宮廷人であったタレーランの食卓の華麗さと食事の豪華さは有名であったが、それは純粋な美食上の満足のためだけではなく、レセプションにおける食事の賓客に与える喜びは、外交交渉や駆け引きにおける成功への重要な要素であると考えていたからである。タレーランは生来享樂的な性格の持主で、女性と賭博と美食なしには済まされない人であった。とくに17～19世紀フランスに見られたサロンにおいて、高度な知性と教養を身につけた主宰

する婦人たちに人気のあったタレーランは、フランスが美しい国としていつまでも存続するために、巨額の散財をも惜しまなかった。

(4) ブリア=サヴァランの美味学

日本で美味礼讃という言葉を広めた書に、ブリア=サヴァラン(1755-1826)著『味覚の生理学』[注12](日本語訳『美味礼讃』[注13])がある。このなかで、美味学、すなわちガストロノミー(gastronomie)という言葉は、古代ギリシャ語からフランス人が復活させたものであると述べている。ガストロ(gastro)とは胃袋、腸、ノミー(nomie)とは、法則、学問という意味があり、ガストロノミーとは生理学に準じて、おいしく食べる術、学問であるということになる。本書には、美味学についての20項目の格言、つづいて、感覚や味覚の定義、美味学の誕生、食欲、渇き、消化、肥満、るい瘦、死にいたるまでの随想や食卓の快楽についての論考があり、美味が人間の精神的、肉体的生活にどのような影響を及ぼすかについて、機知に富んだ筆致で書かれている。《いよいよ美味学が出現した!》という文章があり、生命の誕生にも似た迫力と喜びが伝わってくる。また、フランス的思想に裏付けされた、芸術性と科学性の融和を大切にする「食の営み」の雰囲気は脈々と伝わってくる。今日でも世界の多くの人たちに高く評価され愛読されている。こうして、ブリア=サヴァランの登場によって食を対象とした作家に時代が開かれた。彼は快楽がいかに優れているかを絶えず説き続け、その理論、詩情をつくり出した。彼の著書『味覚の生理学』は哲学的、感覚的、文学的書であると評価されているが、世界的成功を収め今日でも広く愛読されている。とくに、格言がしばしば引用され、人間らしい「食」の問題を振り返るよすがとなつて

図2:「18～19世紀のフランス哲学者の食卓」[注8]に登場する人物

いる。

(5) グリモ・ド・ラ・レニエールの食通年鑑

美食に関する記録の基礎を築いたグリモ・ド・ラ・レニエールは弁護士であったが、ジャーナリストとしても活躍した。1803年に『食通年鑑』の創刊号を発行して成功し、新しい文学スタイルの美食評論が生まれた〔注5〕。

(6) メヌ・ド・ピランの習慣論

フランス唯心論の祖といわれる哲学者、メヌ・ド・ピランは生来きわめて内省的で繊細な心の持ち主であり、内的感覚、内的反省が彼の哲学の方法となっている。ピランが活躍した当時のフランスの思想界全体がコンディヤック哲学の流れにあったので、ピランもコンディヤックの諸著作を精読し、その影響を受けている。『習慣論』〔注14,15〕では、習慣の分析とその生理的基礎を考察し、感覚の受動性と知覚の能動性を対比させている。食べ物の嗜好性の形成に習慣論的論究の必要性を痛感する。もう一つ、彼の晩年にまとめた『人間学新論』〔注16〕をあげておきたい。このなかで、ピランは人間の生を動物的生、人間的生、精神的生の三段階に分けている。動物的生とは生理学の対象となる生である。人間的生とは能動的私が経験を構築していく生、心理学の対象となる生である。そして、精神的生では人間自らの能動性を捨て、能動性の権能の外にある神の恵みを恩寵として謙虚に受け入れる生である。ピランはここに至福を見出している。精神的生は人間の生の究極の段階であると述べている。とにかく、ピランはブリア=サヴァランと同時代を生きた哲学者として、美味学の背景にある思想を考える上で重要な存在である。

(7) シャトーブリアンとビフテック

美食家、作家であったシャトーブリアンは文人としての不動の地位をもっていたが、美食家でもあり、「シャトーブリアン」と名づけた牛のフィレ肉の厚切りのビフテックは、彼の料理人モンミレイユによって考案されたものである。

(8) シャルル・フーリエの美食の思想

社会理論家シャルル・フーリエは『四運動の理論』を出版しているが、その後『産業的・共同社会的新世界』といった著作でその思想を発展させている。ブリア=サヴァランの義兄弟でもあるフーリエは、彼の思想を美食のなかに取り込もうとした。幼児期からの教育的原則である美食は、また成人たちにとって普遍化された組織の重要な一部である。共同社会的体制における食は、知と理性との共同社会的合意の源泉であり、同時にもろもろに情熱を均衡させる主要な原動力であるという。

(9) 料理の巨匠アントナン・カレーム

アントナン・カレームは、タレーランのお抱えの料理人でもあった。とくに大規模なbuffetを取り仕切ることに長けていた。彼の食卓では、料理が見事な調和と平衡を保ちながら、建築のあらゆるモチーフを使って仕上げられていた。

(10) オーギュスト・コントの食事

哲学者オーギュスト・コントは実証主義の創設者である。彼の実証主義は、フランス革命後の社会混乱を終息させるためのものであった。その混乱の根底に認められたのは、自然

諸科学の成功の一方で、社会科学は未成立という知的不均衡であった。この不均衡を正し、科学による知的統一を実現すること、それが彼の実証主義の企画であった。コントは妻と別居していて、女中と猫との二人一匹の暮らしであったというが、毎日欠かさず家計簿をつけていた。コントの一日の食物摂取量〔注17〕を当時（19世紀前半）のパリの一般市民の平均食物摂取量と比べてみると、コントは平均的なパリ市民に比べるとずっと高価な美食を食べていたことがわかる。

4. 無味礼讃

4.1 東洋の食の思想

中国の食の思想の根底には、儒教と道教と仏教の宗教的土壌がある。儒教は“敬天思想”と“仁”を基調としているが、孔子の『論語』のなかにも数々の食に関する心構えが記されている。自然界の諸現象の観察から導きだした蕭吉撰『五行大義』〔注18,19〕があるが、医食同源や薬食一如の思想にまで発達した。また、道教は大衆に密着した思考の根源であり、不老長寿の思想が基本姿勢である。賈思勰撰の『齊民要術』〔注20〕は東アジア乾燥地畑作地域における食文化の原型を記した最古の料理書であり、実用科学的価値の高い書であると評価されている。明の医学者李時珍の『本草綱目』は1898種に及ぶ薬用となる植物、動物、鉱物の知識を集大成したものである。袁枚の『随園食單』〔注21〕のなかの「須知單」と「戒單」は飲食に対する精神を集約したものである。

日本の食の思想に目を転じると、いくつかの特徴が見られる。稲作農耕文化に育まれた日本の土壌には、古代から数多くの神々を祭り豊穰を祈る習慣が守られている。日本特有の直会は、これらの神々と共に食べ物を分かち合う儀式である。ここからハレの日の行事が生まれた。仏教の伝来とともに、日本人の食の思想を規制した歴史的な事件として肉食禁止令（675年）があり、獣肉（とくに牛肉）を食べない思想を守り続けた。鎌倉時代は武家中心の社会で食生活も簡素で形式にとらわれず、実質的・合理的なものであった。禅宗などの仏教の普及とともに寺院に精進料理が発達し、民間にも広まった。食べ物の聖典ともいべき道元の『典座教訓・赴粥飯法』〔注22〕がある。これらは禅僧のために書かれた本ではあるが、「無」や「空」の哲学に通じるおいしさの追求が見られる。一方、奢侈を排した実質的生活を誇りにしていた武家生活では、「武士は食わねど高楊子」という考え方が尊重され、武士はたとえ貧しくても清貧に安んじ、気位を保たねばならないと考えていた。日本人の近世における健康思想の根幹をなすものとして、貝原益軒の『養生訓』〔注23〕をあげることができる。江戸時代には現代の日本料理が集大成された。明治以降の食生活の近代化には目を見張るものがあり、欧米化、さらに20世紀後半にいたってはアメリカおよび中国をはじめ世界のさまざまな国の食べ方を受容し、新しい食文化を築きつつあるように見える。しかし、日本人の食生活の根底には、東洋人らしさが脈々と流れていることを無視することはできない。

4.2 道元禅師の「禅」と「食」の対話

(1) 禅の思想

道元禪師は宗教家、思想家、また教育家としてアジアの生んだ最高の巨匠であった。道元は行の人であるとともに多くの著作を残した文人でもあった。日本語で書かれた最高の哲学書ともいわれる『正法眼蔵』[注24]、座禅を正しい仏法として広く一般に勧めた『普勸座禅儀』、弟子に対して修行の心構えを説いた『学道用心集』、禅院での日常の修行生活を律する『永平清規』などがある。禅とは「只管打座」（ただひたすら座ること）であるといわれる。禅は悟りのための手段ではなく、それ自身が目的である。すなわち、日常の行いのすべてが修行であるが、禅の修行に徹することで、自己がすでに本来具えている悟りが顕現すると考えられている。

道元は、「悟りについて、自己の有限な今ここにおいて、全時間、全空間、全存在を把握することである」としている。

『弁道法』の中にある「単に一人一時の座禅であろうとも、諸存在と一体になり、諸時間と完全に一つになるが故に、無限の真実世界の中で永遠不変に仏の働きをなす。そのとき全存在が同時に修行し、同時に悟りである」という言葉が前記のことを端的に表わしている。道元はこの有限物における無限なる全体の把握について追求する過程で、哲学的吟味においても十分に耐え得る独自の言語論、存在論、時間論を展開している。道元の思想は750年を経、表層の揺れ動いている今日でも、なお厳然として根底を流れている「人生の生きる道しるべ」の大動脈の一つであろう。

中国における「無」の思想を学んで、新しく禅の世界に展開した道元の「無の思想」は、無限に知を求めていく西田幾多郎の「無の哲学」[注25]、和辻哲郎の「空の哲学」[注26]にも通じるものであり、東洋の無味礼讃の思想の根源でもある。道元は禅の食事に関して二つの教典を記しているが、それは『永平清規』の中にある『典座教訓』と『赴粥飯法』である。

(2) 典座教訓

典座とは、禅の修行道場で食事を司る役職名であるが、修行を積んだ高僧がその職につく習わしであり、典座職には最高の地位と権限が与えられている。道元の食事観には「食べ物、人間内在の仏性に捧げる供え物である」という思想が貫かれ、食事は人生において最も厳粛な行事であるとして取り扱われている。『典座教訓』は道元が中国留学後、『禅苑清規』（長蘆宗頤撰）を参考にして、食事を作る人の心得を1237年にまとめたものである。まず、典座の一日の勤めについて、材料の調達、食品の保存、献立作成などに関して実に微に入り細にわたって心得を述べているが、その中に座禅三昧、調理三昧の心境が脈打っている。「草木如何でか真如仏性ならざらん」、すなわち、食品を仏として取り扱うようにと述べている。調理の目的として「六味精ならず、三徳給わらざるは、典座の衆に奉する所以にあらず」と記している。すなわち、出き上がった食べ物は、苦、酸、甘、辛、鹹、淡の六味が過不足なく整えられるとともに、輕軟、淨潔、如作法の三つの徳が備わっていなければならない。六味の一つの「淡」には深い意味があり、各食品がもっている本来の味のことを言っ

ている。無きが如き淡い味であり、味わうほどに、広がりを持った、奥深い味わいである。舌先三寸だけの美味に執着したり、これをむさぼることなく、食品が持っている本性と最善の味を出すように調理を心がけなければならないというのが、道元の美味論でもある。

また、食事を作る人の大切な心として、喜心・老心・大心の三つを上げている。「喜心」とは、喜びの心をもって事を行なうことである。いま、自分はこの人間世界に生まれ、その上、尊い仏法僧の三宝に供養する食事を作る典座職にあることは、すばらしい巡り合わせであり、尊ぶことである。「老心」とは、父母の心、つまり親心である。典座が三宝に供養する食事を作るという思いを常に持ち続けること、あたかも親が一人の子を思い続けてひと時も忘れないようなものである。「大心」とは、大山や大海のような心をもって、一方に偏らない心である。たとえ軽いものでも軽々しく扱わず、重いものでも特別に重々しく扱わない心である。このように何ものにも迷わされず、差別しない心が「大心」である。

国家や民族、性別にとらわれず、世界は一つであり、人間も同じ心情をもっているものであるという大心があつたら、あらゆる問題は解決されるであろう。この喜心、老心、大心は今日でも生活の中に生かされるべきである。

(3) 赴粥飯法

赴粥飯法には、食事の根本的意義が述べられ、禅院における食事作法についてその実際が順を追って示されている。

「食堂へ入る法に続いて、食事をいただく席に着く法、応量器（食器）を並べて受食の準備をする。」禅院の一日は、大小の鐘、太鼓、雲版、木版などさまざまな鳴らし物を、定められた時間に定められた打ち方で鳴らすことによって進行する。僧堂は沈黙道場の一つであり、食前の祈りや食後の祈りなどを除いて、すべて無言のうちに順序正しく厳粛に進められる。「三輪空寂」の思想は禅の食事の根幹をなすものである。すなわち、食べ物を与える人、受ける人、食べ物の三者が無我の境地になって、感謝の念をもって食べるようにということである。朝の粥の「施食の偈」には粥の十種の功德を唱えて感謝し、昼食の時には、典座の祈りを受けて首座が、「三徳と六味のそなわった食事を、仏とこの世の生きとし生ける者に施し、すべてに同じく供養し奉る」と唱える。

また、食前に一同で唱える「五観の偈」は、食事を受ける者の反省と感謝、食と自分の評価を内観するという意味である。「五観の偈」が終わってから「出生」という行事を行う。これは、自分だけ、あるいは人間だけが食事をするのではなく、人間以外の生きものにも食べ物を供養する、すなわち食を求めている多くの生きものに食べ物を分かち合うという、施食の思想である。五観を行った結果、いまここに食を得られた幸福を感じ、その食べ物の一部を割いて有縁無縁のありとあらゆる生きものに供養するというというのが出生である。

赴粥飯法に示されている起居動作は一見、ごちなく面倒な挙動を強要するかのよう感じられるが、実際の禅堂での修行僧たちの食生活の動きは感嘆すべき豊かなリズムと美に満ちている。無言の食事、この「無」の思想は、人々を感覚

界の果てへと導き、それを超えたものを実感させる。食べ物に当てはめると「無味」の思想に通じるものであり、東洋哲学的思考ともいえる。

(4) 「禅」と「茶の湯」

「禅」と「茶の湯」には深い関係がある。茶を飲用し始めたのは中国であり、日本へは奈良時代に遣唐使によって伝えられた。その後、鎌倉時代に栄西禅師が中国・宋から茶の実を持ち帰り、全国に茶の栽培が広まり、喫茶の風習も一般化した。道元禅師が『永平清規』に寺院での茶の儀式について記しているが、この寺院での茶の儀式が茶の湯の源流だと考えられている。茶の湯には『典座教訓』と『赴粥飯法』の「作る心」と「食べる心」が脈々と流れ、茶と禅は同じ精神であり、禅院の食礼が茶の湯の茶事に生かされている。

茶の湯では《和敬清寂》の精神が源流であり、この時に共される食事が「懷石」である。懷石とは、戒律の厳しい禅院の修行僧が朝昼の二食だけでは寒中の作務に耐えられないため、温めた石を懷に入れ、一時の飢えを凌いだ事から「懷石」という名が生まれた。茶事の中で濃茶をおいしくいただくためにお腹を整えることが温石と同じ役割であるところから、濃茶の前にいただく軽い食事を懷石というようになった。利休の茶の湯は、著者『南方録』のなかで次のように集約されている。「小座敷の茶の湯は、第一仏法を以て修行得道することなり。家居の結構、食事の珍味を楽しむとするは俗世のことなり。家は漏らぬ程、食事は飢えぬ程にて足ることなり。是れ仏の教え、茶の湯の本位なり。水を運び、薪を集め、湯を沸かし、茶をたてて、仏に供え、人にも施し、我も飲み、花をたて、香を焚き、皆々仏祖の行いのあとを学ぶことなり」と。こうして千利休は簡素、質素を旨とする草庵式茶の湯を完成し、「侘び（質素で落ち着いた趣）」、「寂び（古びてもの静かな趣）」の世界を確立した。

4.3 フランソワ・ジュリアンの『無味礼讃』

フランソワ・ジュリアン著『無味礼讃』[注 27,28]がある。彼は中国の哲学・美学専攻でパリ大学教授であるが、本書は中国的な「無味」の思想と美学を論じた書である。「無味を価値的な存在として論述の対象にすることは、少なくとも西洋世界では常識を逆なですることになる」と述べているが、東洋と西洋の相対的な価値観をあらわした言葉である。「無味を礼讃すること、味をではなく味のなさを重んじること、それは我々にとって最も身近な判断に逆らって進むことである。中国文化においては、無味は一つの価値として認知されている」とも述べている。また、この中に「無味一恬淡」という章があり、「無味のモチーフはさまざまな価値の全面転倒に端を発する」と述べ、「あらゆる味は、食欲をそそりしめるが、期待を裏切る。それは通りすがりの人を立ち止まらせるだけであり、招き寄せはしても満足させはしない。それは利他的・瞬間的な刺激にすぎない。無味はこのような外面的な刺激の対極に位置する、絶えずひろがりゆくものの尽きることの無い源泉へとさかのぼるのである。そのようなひろがりゆくものは、決して具体的な姿をとって顕現するものではない」という。中国では無味であるものの極致として、しばしば「水」

があげられるが、水はいかなる味にも変化するものであり、水にはあらゆる味の可能性が含まれている。すべての味の中心に位置しているのである。水の属性が「無味」の比喩においてきわめて重要な役割をもっている。

4.4 「無味礼讃」と「淡」

『典座教訓』にもある「淡」という言葉は無味に通じ、食材そのものの味を生かした味のことである。食べ物の味は直接的・感覚的な接触を超えたところで、はじめて本当の味が明らかになるという。味を超えた味わいを重んじる考え方は中国唐時代に生まれているが、それが宋の時代になると一層大きな流れとなって引き継がれ、道元もこうした深い味わいを尊重する風潮を身につけたが、それは禅の思想そのものでもある。今日の日本において、禅の思想は茶事のなかに生かされ、とくに無味礼讃の思想が大切にされていることを見出すのである。

味に関する科学的な研究としては、20世紀初期に四本味説（苦い、酸っぱい、甘い、塩からい）がヘニングによって提唱され、支配的であったが、20世紀後半には、だしの味としてのうま味が基本味に加えられ、今日では世界の味覚研究者の間で五基本味（苦味、酸味、甘味、塩味、うま味）が認められるようになった。うま味は昆布やかつおぶし、干しいたけのうま味成分であり、日本の食文化の知恵から生まれた味である。『典座教訓』にある「淡い」という味はまさしく食材に含まれている強烈でなく、ほのかな食品自体のうま味である。この淡い食べ物の味を大切にすることと技術が「無味礼讃」の真髄でもある。

おいしく食べるということは文化現象の一つであり、どういう食べ方をするかはそれぞれの地域、民族、宗教などによっても異なっているが、日本人が好む特徴的なおいしさの文化として、「うま味文化」と「テクスチャー文化」をあげることができる。

(1) うま味文化

先述の「無味礼讃」の思想を根底に、食材自身の「淡い」味を賞味する思想が、日本料理では古くから昆布、かつお節、干しいたけなどで「だし」をとっていたが、経験から生まれた生活の知恵としてのうま味の利用法であった。醤油や味噌などの発酵調味料も同様なうま味成分を活用している。

(2) テクスチャー文化

西洋の「美味礼讃」に対して東洋では「無味礼讃」の思想があることを述べたが、そのことは味に対して、味には直接にかかわらない物理的性質、すなわち、テクスチャー（固さ、口当たり、歯ごたえ）を重視しているともいえよう。それらを裏付ける科学研究として、ツェスニアクら[注 29]や吉川ら[注 30~32]の報告がある。いずれも研究方法に言語表現を用いているが、抽出された語彙はアメリカ人が78個であるのに対して、日本人は406語を用いている。これらの結果について、ボーン[注 33]は「日本人の豊富なテクスチャーの語彙は、日本料理の多様性によるものであろう。日本料理のテクスチャーは多様で絵画的繊細さを秘めている。日本語には多様な擬声語や擬態語があり、食べ物の描写にも

巧みに使われている」と述べている。日本人が賞味しているテクスチャー文化は、伝統的な「無味礼讃」の思想が根底にあり、食品そのままの個性を尊重する食文化のシンボルでもある。淡い味を尊重する心は、ジャポニカ種の粘りのあるご飯、新鮮さを味わう刺身の菌ごたえ、とろろや豆腐などの口当たりなどのテクスチャー文化を発展させた。

5. まとめ

日本人は自らが打ち立てた生活文化のなかに、常に他文化を吸収しながら融合させ、新しい文化を築きつつ今日に至っている。わが国の食生活史をみると、諸外国との交流によって新しい食品や調理加工法に接すると、取捨選択し、融合・同化しながら日常生活のなかに取り入れているが、根底にある東洋的食の思想を見逃すことはできない。美味礼讃とともに、無味礼讃もまた、人間が美味を追求する一途であり、文化の違いによる感性の表現の違いと捉えることができる。

人間の「食」の営みのなかで、美味の問題は個人にとっても、社会生活、また食品産業界にとっても、具体的究明のためのきわめて重要な切り口の一つである。

感覚的な快適さの意味をもつ「美」と、心の安らぎや心温まるという意味をもつ「美」とは位相を異にする「美」であるが、美味学はそれらを融合し総括した「美」の創造と体験である。美味学は脳科学、生命科学とも関係深く、一人一人の今日の幸せと最も密着した複雑系の総合科学でもある。

本論説は2001年3月24日第2回日本感性工学会感性哲学部会研究会・シンポジウム「ライフデザインと感性哲学」における著者の講演内容をまとめたものである。

本研究の遂行にあたり、ご教示を賜りました東京大学大学院人文社会系研究科松永澄夫教授に深く感謝いたします。また発表の機会をお与えくださいました感性哲学部会長・東京工業大学大学院社会理工学研究科桑子敏雄教授に厚く御礼申し上げます。

注

- 1) 川端晶子：食生活学への道(林淳三編著)，建帛社，93-97，1999
- 2) 伊藤正男監修：驚異の小宇宙・人体Ⅱ：日本放送出版協会，1994
- 3) 伏木亨：グルメの話 おいしさの科学，恒星出版，2001
- 4) 山本隆：美味の構造，講談社，2001
- 5) エドモンド・ネランク，ジャン＝ピエール・ブラン（あべの辻調理師専門学校訳）：よくわかるフランス料理の歴史，p.69，同朋社出版，1994
- 6) ミュラ＝ヨコタ・宣子訳：アピキウス 古代ローマの料理書，三省堂，1987
- 7) Alexandre Dumas : Grand dictionnaire de cuisine, Paris, Alphonse Lemerr, 1873
- 8) 川端晶子：VESTA, 34, 28-33, 1999
- 9) ジャン＝ジャック・ルソー著，樋口謹一訳：エミール，

白水社，1992

- 10) E.B.コンディヤック著：加藤周一・三宅徳嘉訳：感覚論，創元社，1948
- 11) ジャン・オリュー著，宮澤泰訳：タレーラン伝，藤原書店，1998
- 12) Brillat-Savarin : Physiologie du goût, Julliard, Paris, 1965 (初版，1826)
- 13) ブリア＝サヴァラン著，関根秀雄・戸部松実訳：美味礼讃，岩波書店，1967
- 14) Main de Biran : Influence de l'habitude sur la faculté de penser. Librairie, Philosophique, J. Vrin, Paris, 1987
- 15) 北明子：メヌ・ド・ビランの世界 経験する<私>の哲学，勁草書房，1997
- 16) メヌ・ド・ビラン著，増永洋三訳：人間学新論，晃洋書房，2001
- 17) Jean-Paul Aron: Essai sur la Sensibilité Alimentaire à Paris au 19^e siècle, Paris, A Coloin, Coll. Cahiers des Annales, n°25, 1967.
- 18) 中村璋八・古藤友子：五行大義 上，明治書院，1998
- 19) 中村璋八・清水浩子：五行大義 下，明治書院，1998
- 20) 賈思勰撰，田中静一・小島麗逸・太田泰弘編訳：齊民要術，雄山閣，1997
- 21) 袁枚著，中山時子監訳：随園食單，柴田書店，1975
- 22) 道元著，中村璋八・石川力山・中村信幸訳註：典座教訓・赴粥飯法，講談社，1997
- 23) 貝原益軒著，伊藤友信訳：養生訓，講談社，1982
- 24) 道元著・石井恭二注釈・現代訳：正法眼蔵1～4，河出書房新社，1996
- 25) 西田幾多郎：西田幾多郎全集，岩波書店，1987～1989
- 26) 和辻哲郎：和辻哲郎全集，岩波書店，1989～1992
- 27) フランソワ・ジュリアン著，興膳宏・小関武史訳：無味礼讃，平凡社，1997
- 28) François Jullien : L'éloge de la fadeur, Philippe Picquier, Paris, 1991
- 29) A.S. Szczesniak and D.H. Kleyn : Consumer awareness of texture and other foods attributes. Food Technol. 17, 74-77, 1963
- 30) S. Yoshikawa, S. Nishimaru, T. Tashiro and M. Yoshida : Collection and classification of word for description and texture. I. Collection of words. J. Texture Stud. 1, 437-442, 1970
- 31) S. Yoshikawa, S. Nishimaru, T. Tashir and M. Yoshida : Collection and classification of word for description of food texture. II. Texture profiles. J. texture Stud. 1, 443-451, 1970
- 32) S. Yoshikawa, S. Nishimaru, T. Tashiro and M. Yoshida : Collection and classification of word for description of food texture. III. Classification of multivariate analysis. J. Texture Stud. 1, 452-463, 1970
- 33) M.C. Bourne : Food Texture and Viscosity, P. 4, Academic Press, 1982