

万葉時代の日本と中国の食文化

古 田 朱 美

万葉時代（8世紀）は狩猟や漁獲、採集、の生活から農耕を中心とする時代になり、また、同時に中国の食文化を模倣し、吸収する時代でもあった。

欧米では、今さかんに日本食は健康食であり、長寿食であると見直されている。その日本食の原点は万葉食ともいわれる。では、その万葉食とは何かを探り、また、中国との食文化の交流をみてみたいと思う。

五 穀

万葉時代、日本の主食は「米」である。漢字で「米」は、いまは米の粒を指しているが、もともとはすべての穀物の粒のことを指しており、粟も稗も黍もすべてが「米」であった。

穀類は、古来においては、大体主食となるもので、主要なものを五種とりあげて五穀という。しかし、五穀は必ずしも一定したものではなかったようである。『大漢和辞典』には、実に七種類もの異なった組み合わせが掲げられている。『論語』には食糧の意味で「五穀」ということばがつかわれているが、どのような穀物を指しているのかはよくわからない。漢の時代になると、異なった二通りの解釈がある。『周礼』に出てくる「五穀」について、鄭玄は「麻・黍・稗・麦・豆」と注釈したのに対し、『孟子』の「五穀」を趙岐は「稻・黍・稗・麦・菽」と注で説明している。「稗」は「粟」であるという説と、「高粱」であるという説があるが、「粟」と「高粱」を入れると六、七種類になる。

万葉時代にも「五穀」（『大日本古文書』六の五三頁）という言葉があったが、それは、稻・

粟・小豆・麦・大豆と稻・粟・稗・麦・豆とがある。

いずれにしても、ここで万葉時代の文献に見られる穀物、あるいはそれに類するものを挙げれば、以下の米（粳米・糯米・赤米）、麦、粟、大豆、小豆、大角豆、黍、蕎麦、蕻、藁子、胡麻、苳などが記録にある。

粳米とは今日のウルチである。飯に炊く米のことで、餅につく糯米と区別するものである。「米」というのは皆この粳米を指す。

赤米とは野生的な米であり、万葉時代の稲作に適した品種であり、広地域で栽培されていた。中国の杜甫や蘇東坡の詩にも現れる「紅蓮米」、「桃花米」、「紅鮮」、「紅罷亜」（今日、台湾の山地民にも米をバァと呼ぶ地方がある）などはこの赤米のことを言う。中国でも八～十二世紀頃にこれを栽培し、日本に伝えたものである。渡来初期の米は赤い色素のある糯米系（赤米）とみられ、そのまま炊けばお赤飯になる。これがもともとのお赤飯であり、赤い糯米の栽培が減ったあとも、糯米に小豆を混ぜて蒸し、お赤飯にする習慣が生まれたのである。お赤飯は、日本ではいまでは「ハレ」の食としてつくり、小豆の色もまた当時では魔除けの色でもある。

中国では、北方の主食が雑穀で、南方の主食は稲である。今日でも、「飯」といって米飯を指すのは、南方ではあたりまえのことだが、北方では、かつては、米ではなく、他の穀類が飯であったため、料理屋などでご飯を注文するときは「大米飯」と言わなければならない。「米」は粒食にするさまざまな穀類の総称であった。区別する必要のあるときは、「粟」は「小米」、「稻」

は「大米」である。また、穀類の種類構成が南北によって異なるので、俗称の「穀子」は、北では、「粟」もしくは「小米」を指し、南では、米の「大米」を指すことである。同じ「穀子」ということばであっても、まったく異なる穀物を指していることになる。

従って、中国は地域によって穀物の種類が多岐にわたり、一定していないということである。いまでこそ中国北方では小麦粉、中国南方では米がそれぞれ主食になっているが、食糧生産が気象条件に大きく左右され、生産規模も生産量も不安定な古代では、食糧の広域的共通は考えにくい。また同じ地域でも、それぞれの階層の人々は異なる食糧を主食にしていた。中原地域では、米、粟、黍は貴族しか食べなかったが、南方では米の普及度が北より高いようだった。

刺身と膾

今さかんに日本型食生活が注目されている。米を主食として、料理を添えて食べることだといわれている。これは朝鮮半島や中国の南、東南アジアも同じである。しかも、いずれの国々も米の飯に添える料理の数が多いことを馳走とする。この馳走観は日本においては奈良時代の天皇家にあったと思われる¹⁾。正倉院に残る金銅製の十重かさね碗や平安時代の貴族達がおこなった宴会の配膳図を眺めてもそのことがいえる。平安のころは「おもの」と呼ぶ高盛りの飯のまわりに料理を盛った碗や盤が並ぶ。それゆえこれらの料理を「おまわり」と呼ぶ。また、飯に合わせて食べるから「あわせ」と呼び、前者とともに今日でも京の旧家で使われている。そのまわりが多いほうが馳走だったから「かずもの」と称され、いつしか「おかず」と呼ばれ、今日もなおこの言葉が日常語として使われているのである。

その「おかず」の中で、万葉びとに最も好まれたものは生ものである。今も日本人がご馳走と思う食べ物は刺身である。

刺身は、地球の裏側まで日本食として知れわたり、また、日本独特のものだと思われる。

確かに、「みそ汁」と「刺身」は、和食文化の二大要素だが、「みそ汁」はふだん、つまり「ケ」の食を象徴し、「刺身」は「ハレ」の日のシンボルとして重要である。

万葉の歌からも、いかにこの頃の人たちが、生ものにあこがれていたかを推し測ることができる。

醬酢^{ひしおす}に 蒜^{ひるつ}搗^かき合^{たひ}てて 鯛^{なます}願^う 吾^に見^せそ 水葱^{なぎ}の羹^{あつもの} (巻16-3829)

当時は刺身という料理名はなく「膾」と呼んでいた。「膾」については後に述べる。

醬（醬油やみその元で、もろみに近い）に酢を入れて、そこへニンニクを搗き混ぜてつくった汁で、鯛の生肉の薄切りをあえて食べたいと言う意味の歌である。

平安時代の辞書「和名抄」で、「蒜」について調べると、

「蒜」蒜類附 唐韻云蒜 音筭和名比流 葷菜也…

とあり、ヒルとよんでいる。またこの唐韻の葷菜は「和名抄」別項に、「葷菜 唐韻云葷 音軍今案大小蒜之惣名也 臭菜也。」つまり大小蒜の総名という。いわゆるネギ、ニンニクの類である。また「和名抄」では「葱」はキとよむ。今日のネギと推定される。従って、ここにある「蒜」はニンニクである。今日、中国では、魚や肉の料理を「葷菜」というが、南北朝以前では、「葷」はまだネギ、ニンニク、ショウガ、ニラなどの刺激的な味のある野菜類を指していた。

つまり、日本人もニンニクを生で食べていたのである。また、これを栽植したようである²⁾。

ニンニクは中華料理に欠かせない香辛料のひとつである。晋・張華 (232-300年)『博物志』に「張騫、西域に使いして、大蒜、胡蒜を手に入れた」とある。原書は散逸し、現在あるのはのちの人が各書物に散見するものを集めて編集したものだが、そのことは『斉民要術』にも引用されているから、つまり六世紀の中頃には広く認められていた。同じく晋の惠帝のときに太傅の崔豹の『古今注』に「胡の国に蒜があり、十個の小球からひとつになる。二重の皮に包ま

れ、胡蒜という。小蒜よりも辛い。一般に大蒜と呼ばれる。」これを見ると、六朝時代にニンニクが西域から中国へきたといえるであろう。

刺身のことを、万葉時代では「膾」と呼んでいた。

後漢の許慎の編纂した『説文解字』は「膾、細切肉也」と述べている。また、『漢書・東方朔伝』では、「生肉為膾」と述べている。つまり、「膾」とは、生肉の薄切り、または糸切りであった。その「膾」には、「魚膾」、「牛膾」、「羊膾」、「鹿膾」などがあった。春秋時代には生食はごくふつうで、孔子も肉の膾を好んで食べていた。『礼記』によると、膾の薬味には、春はネギを用い、秋はカラシナを使うことと述べている。

漢代に至ると、「膾」を食べるのが、すでにたいへん盛んになっていた。隋代においては、煬帝は、それを「東南佳味」と賞賛したという。唐・宋では、李白・杜甫・白居易も、それを美味として絶賛した。明代に至っても「膾」を食べる風習は、依然として盛んであった。劉伯温の『多能鄙事』では、「魚不拘大小，以鲜活為上。…細切如糸。…」と書いてあり、「魚膾」の作り方は、精緻なものになっている。

しかし、現代中国では、ごく一部の地域をのぞき(沿海の地域、特に広州一帯)、肉や魚の刺身をまったく食べない。古代中国では名菜だった「膾」をなぜ現代中国では一般にたべなくなったのかを邱氏の説³⁾によると、それは、李時珍が『本草綱目』の中で、「魚膾」を食べるのに、異議を唱えたからである。李時珍は、「魚膾、肉生、損人尤甚、為症瘕、為痼疾、為奇病、不可不知」と述べている。李時珍によると魚あるいは肉の刺身は、それを食すると体に大きな損失を及ぼし、奇怪な病状が出るので、その害を知るべきであるという。李時珍の説の影響か、清代に至ると、「膾」を食べる風習は、沿海の地域を除き、徐々に衰えるようになった。

もっとも李時珍の説は、内陸部でおこなわれる淡水魚の生食に関する場合であろう。日本での刺身は、ほとんどが海産魚の刺身である。日本の海岸線は複雑に入り組んでいるために、

湾や入江、河口が発達し、大量の魚が住みついて、絶好の繁殖地になっている。その上、暖流と寒流のぶつかり合う潮境が、季節によって、北上したり、南下したりするため、南方系と北方系のさまざまな魚が押し寄せて、列島の近海を海産物の宝庫にした。江戸時代の末期まで「肉食文化」が根を下ろさなかったが、「魚」と「大豆」とで蛋白質を補給し、「和食文化」を形成してきた理由である。

中国では、沿海の地域、特に広州一帯では、刺身を好む人々が多くいる。広州で用いている広東語(粵語)は生に近い状態で食べるからか、「魚生」と呼んでいる。一般の漢語なら「生魚」というべきだが、広東語には、多くの少数民族系のことばが含まれている。たとえば、一般の漢語は、赤い花を「紅花」というように、「紅」という修飾語が、「花」という被修飾語の前にあるのだが、チワン語は、ワ(花)ホン(赤)と称するように、修飾語と被修飾語の位置関係が、倒置されるのである。「魚生」は、したがって、「生魚」の倒置になっている。

韓国料理で、牛肉の刺身を「ユッケ」というのは、よく知られている。この「ユッケ」は中国語の「肉膾」の音読みにしたものである。

言語と食物

一般に、動物あるいは植物としての名以外に、食物としての名を持つものは、その言語を持つ民族にとってたいへん親しく重要な食物であると、かなり積極的に主張できる。日本語には「イネ」と「コメ」の他に「ウオ」と「サカナ」の対立がある。「サカナ」ということばはもと「酒菜」と書いた⁴⁾。奈良時代には魚でも野菜でも、副食物をすべて「ナ」と呼んでいた。「酒菜」は酒と共に食べるおかずのことで、野菜だって鳥の肉だってサカナだった。そのうちの特に上等のものということ、魚だけをサカナということになった。

ところが、英語ではどちらも“fish”と、はなはだ冷淡である。しかし、畜肉については特別である。ビーフ、ポーク、マトン、ラム、チキン

などの食肉名は対応する動物名から独立して、英語圏の人々の生活に密着している。日本人における米と魚の地位になぞらえていうならば、畜肉は欧米の食の代表であることも、言葉の上から確かめることができる。

中国の場合についていえば、料理名に特別な名称がある。「鳳凰」はニワトリの料理における名称であり、「龍」はヘビ、「虎」はイヌ料理である。

中国では「烹飪」・「烹調」の語で表わし、英語では cook という、日本では「料理」・「調理」と呼ぶ。中国の烹は、油でいため、手ばやくかきまぜる料理法か、よく煮ることをさし、烹の心は、火の省略形である。飪もまた火を使って煮ることをしめす。cook もまた、火を使って煮ることをしめす。中国でもイギリスでも、火を使わないと料理は仕上がらないのだ。しかし、日本では、奈良時代に使い始めた「料理」、江戸時代に使い始めた「調理」は、共に、物事を整えおさえること、うまく処理することを意味し、火の気がない。中国、西洋の料理と日本料理の違いを象徴するかのようである。

祭祀と肉食

中国の春秋時代に料理に使われていた肉類は数多くある。『周礼』「天官」には「六牲」ということばが出てくる—馬、牛、羊、鶏、犬、豚の六種類の家畜が君主の饗宴や祭祀など、儀礼的な食事に使われていた。

天・地の神や、先祖を祭るときに料理を供えた。仏教が入るまえから神々に「六牲」をささげる習俗があった。また、死者を祭るときにも料理を供する。『礼記』「郊特牲」によると、天を祭る祭祀では、牲の血を供えるが、先祖を祭る「大饗」では生肉を供え、土地の神（社）と五穀の神（稗）とを祭る「三献」では生煮えの肉を供え、そのほか諸神を祭る「一献」では、人間が食べるのと同じように十分に煮た肉を供えるという。また、牲の首や心臓、肺、肝臓なども供え物として祭祀に使われていることが記録されている。『礼記』では、「首を供えるのは、

首は全体の正（長）であり」、[牲の血を供えるのは生気の盛んなることを尊び、肺、肝、心臓などを供えるのは生気の元になる部分を尊ぶ]と説明している。

祭祀がおわれれば供え物が祭る人々の食べ物になるのは自然である。従って、現代中国で、牛、羊の内臓や、豚の首、足、尾などを食べているのはそのなごりである。中華料理は動物の原形を残して調理するのが普通である。冠婚葬祭をするときには、丸ごと調理した鶏や家禽が使われている。これも、神や先祖にささげるいけにえは本来丸ごと供えなければならないからである。その習俗が今日まで継承されているゆえんである。

翻って、日本の祭祀を見てみると、肉類はまったく使わない。日本では仏教式の祭祀に五品が供えられている。ご飯、煮物、豆類、香の物、汁物である。神道の場合は七品、米、塩、水、お酒、野菜、果物と魚もしくはスルメである。いずれにしても、肉類を供えることはない。まして、丸ごと調理した家畜や家禽などは見ることもなかったであろう。ただ、魚などは丸ごと調理し、丸ごと食べる。これは、祭祀に丸ごと調理した魚を供えるからであろう。日中の食習慣が祭祀のしきたりと密接な関係があった。

日本は、鶏も豚も弥生時代に入ってきたが、それらが本格化したのは、江戸・明治時代からである。

万葉時代にも豚（あるいは飼いならした猪）を食べていたことは事実のようだ。平安朝の書物には、猪や豕（イノコ＝豚のこと）が食物として登場する。崇仏思想に基づく殺生禁断があったにもかかわらず、少なくとも猪は食べつづけていた。江戸時代のはじめ、豚は中国から琉球を経て薩摩に伝えられた。薩摩ではそのころから豚を飼育し食べていたのであろう。「サツマ汁」はそのころの名残りである。

天武天皇は「肉食禁止令」を出したが、この中で牛・馬・犬・猿の肉と並んで鶏肉も入っていた。禁止令が出たことは、当時の人々が鶏を食べていた証左である。

しかし、料理一般はやはり魚や鳥中心の食生活だった。仏教が盛んになり、優雅な生活が好まれ、平安の王朝が花ひらくにつれて、四つ足の獣を忌みきらい、魚を尊ぶ風潮が日本人の生活に固定していったのである。

膳からテーブル

万葉のころ食膳に並ぶ料理はすべて冷たいものだった⁵⁾。今も宴会の席でその伝統がのこっている。万葉時代において、唯一熱い料理は汁物だった。そのため「あつもの」ともいう。このあつものには二種類あり、野菜や海藻を入れたものは「羹」、魚介や獣肉を使うと「臠」と書いた。たとえ魚介や獣肉を使って羹と書いても、獣肉の場合は「肉羹」と記している。そこでこの両方の羹が揃うと馳走だったので、それを「羹臠」という。日本料理は冷めて割合とおいしく食べられるのは油脂を多用しない、いわば、油脂欠乏型の料理だからである。ことに動物性の脂肪を料理に使わないのが、日本の料理の伝統である。日本食と中華食のもっとも大きなちがいは二つある。ひとつは日本食のあっさり味に対し、中華食は油っこい、また薄味が上品だと見られているのに対し、中華食は濃厚な味を尊ぶ、という点である。

日本は今でも、正式な宴会席ではみな一人ずつ目の前にお膳がおかれて、それぞれ自分の膳にのっているお料理を食べる。中国も今とは違い、先秦時代では、靴を脱いで部屋に入り、ゴザの上で生活し、食事のときには「案」と呼ばれるお膳を使う。後漢の墓には画や像を彫ったレンガがたくさん使われている。そうした絵から当時の飲食や食習慣の一端を知ることができる。「出行宴楽画像」には、後漢の宴会の様子が彫られている。みなごぎの上に座って、短い足のついたお膳の上に料理がおかれている。

では、現在と同じようなテーブルを使って食

事する風習はいつからはじまったかは、「韓熙載夜宴図」という、顧闳中（五代）の作である絵巻に、宋代のはじめに、椅子とテーブルを使用していることがわかる。また、同じ宋代の墓から出土した壁画「宴飲」という絵にも、椅子とテーブルが見られる。ただ、「韓熙載夜宴図」に見る精巧な椅子やテーブルと異なり、「宴飲」のなかの椅子とテーブルはかなり粗作である。つまり、宋代には一般庶民までも椅子とテーブルが普及したことになる。

日本で、椅子とテーブルを使用し始めたのは、キリスト教布教によって伝来したことかららしい。長崎の方言に今もバンコ（椅子）、ハーカ（ナイフ）、シッポク（卓）などと、当時の言葉が残っているのは、その名残とされている。

食生活は社会、政治、宗教、嗜好といった文化全体の影響が非常に大きい。文化はつねに拡散と吸収がくりかえされている。一方から他方へ影響があるものもあれば、相互に独立発生し得るものもある。

（この論文は98年5月、大連にて国際食文化学会において、発表したものをまとめたものであります。）

注

- 1) 奥村彪生 1994「万葉の食卓」『言語』Vol.23 No. 1 p.28
- 2) 関根真隆 1969『奈良朝食生活の研究』吉川弘文館 p.78
- 3) 邱龐同「魚臠似玉話來踪」『中国烹飪』第四期 1983
- 4) 大塚 滋 1977『食の文化史』中公新書 p.39
- 5) 奥村彪生 1997「万葉の食卓」『言語』Vol.23 p.33

参考文献

- 1) 周達生 1989『中国の食文化』創元社
- 2) 邱龐同 1986『割烹 飪史話』中国商業出版社
- 3) 張 競 1997『中華料理の文化史』筑摩書房