

茶道は人を美しくする 「五徳」の考察

佐々木 隆*

The tea ceremony makes people beautiful.
Consideration of a tripod named Five Virtues

Takashi SASAKI*

Key words : 美 beauty
五徳 a tripod named Five Virtues

明恵 Myōe
道元 Dōgen

はじめに

日本料理が2013年12月に世界文化遺産としてユネスコに登録されました。伝統的な日本料理である懐石料理は茶道とかわりの深い関係があります。懐石という言葉は禅宗で温石(暖めた石)を懐中に入れて空腹をしのいだという故事に由来し、茶道も禅宗の思想と人物に関係しています。

今日の懐石料理は茶道のお茶事の中で発達してきたものです。茶道文化は私たちの衣・食・住その他の家政学にかかわる生活の分野にさまざまな影響を与えています。それが人としての人の在り方にも影響を与えないわけがありません。いかなる根拠によって美的な影響が与えられてきたと言えるのか考察してゆきます。

この考察は文部省の科学研究助成金によって、1990年度から1992年度まで行った家政学部門で『茶の湯』を中心とした「ポストモダンのオイコノミア」の研究の延長上にあります。泉滋三郎氏との

共同研究で、陰陽五行説が当時の自然学的な考え方の基本として、茶道の中に深く取り入れられていたことを発見しました。これは1993年に産経新聞および1999年に裏千家の雑誌『淡交』に連載され、今日の陰陽五行説と茶道との関係の認識の普及となりました。

1章 茶道とは

日本を代表する茶道の家元である裏千家のホームページには「茶道とは「もてなし」と「しつらい」の美学だといってもよいでしょう。亭主となった人は、まず露地(庭園)をととのえ、茶室の中に、掛物や水指・茶碗・釜などを用意して、演出の準備をしなければなりません。

*東北女子大学

1 「炉と五行」『淡交』1999年8月号では、陰陽五行を中心に延べました。連載は、産経新聞に泉14回佐々木16回計30回、『淡交』に佐々木によって12回発表されました。今回は禅と儒教との関係から考察します。

ん。これらはすべて日本の風土が育んできた文化的な結晶といえるものばかりです。だから茶道とは「日本的な美の世界」だということができます。そして亭主と客の間に通う人間的なぬくもりが重要な要素となります。それを「和敬清寂」の精神といいます²と紹介されています。

ここで言われる「もてなし」とは、客に応じた演出の準備をして亭主と客の間に通う人としてのぬくもりを生み出すことであります。「しつらい」とは露地（庭園）をととのえ、茶室の中に、掛物や水指・茶碗・釜などを美的な統一を考えて用意することです。ここに書かれていることは、やり方や表現は違っても茶道のどの流派にも共通することと思われまます。それを前提に「茶道は人を美しくする」ということを考えてゆきます。

「美の世界」については、お作法やお道具、室内の装飾、茶室や露地に関するものなど、それぞれの物に気を配り、作法をどのようにするか説明されます。しかし、茶道が人を美しくすることについて、つまり人の在り方について、何かを感じ、何かが分かっている、語ることが難しく、これまであまり語られてこなかったように思われます。

茶道で学ぶ作法の稽古において、動作が仕付けられ、立ち居振る舞いが整えられ、さらにそれらを美しい和服などを着て振る舞うこととなります。それだけでも、確かに綺麗に見えるでしょう。しかし、お茶と直接かかわっていない時までも美しいと言われるのは、綺麗に見えるだけのことではないように思われます³。

ここでは、まず鈴木大拙の『禅と日本文化』の茶に関わる言葉から始めて、「もてなし」「しつらい」「和敬清寂」という言葉の意味を明らかにしてゆきます。それによって茶道とその美を成り立たせている

² <http://www.urasenke.or.jp/textb/sprit/sprit.html>

³ 綺麗と美しいは微妙にちがって、どちらかと言えば綺麗が外側からのものであるのに対して、美しいは内側からのもののように思われます。

人の徳と美を明らかにしたいと思えます。

2章 鈴木大拙の「禅と日本文化」について

一 「わび」について

『禅と日本文化』⁴の中で、「和敬清寂」の寂について、鈴木大拙は、寂（さび）は侘（わび）と同意語であると言っています。そして「わびの真意は「貧困」、すなわち消極的にいえば「時流の社会のうちに、またそれと一緒に、おらぬ」ということである。貧しいということ、すなわち世間的な事物（富・力・名）に頼っていないこと、しかも、その人の心中には、なにか時代や社会的地位を超えた、最高の価値をもつものの存在を感じることに、これがわびを本質的に組成するものである」「禅の心的習慣は、日本人が土を忘れず、いつも自然と親しみ、飾りけのない単純性を味わうことを助けてきた。禅は生活の表面に存する複雑さを好まぬ」と述べています。

これは現代の世俗的な世界が経済的な豊かさや快適さを追求することとで、かえって心が貧しくなり、精神の豊かさを持ちえていないことへの批判です。「時流のうちに」いるとは世俗的な生活の中で己を見失っていることなのだ指摘しています。世俗の中にあっても世俗の価値を超えるものこそ鈴木大拙は「わび」であると言っています。

「単純性」への志向とは、人の人としての本来の在り方を忘れさせる混乱や複雑になった現実や真実を隠してしまう虚飾から離れることです。これは仏教も神道もキリスト教も儒教もその中に内在させている普遍的な考え方です。

なお、この貧しさと簡潔、単純性への志向は、お茶会における綺麗な和服と矛盾するように一見えませんが必ずしもそうではありません。柳田国男は日本には晴と藝という時間と空間があると言います。

⁴ 鈴木大拙選集 第9巻 昭和40年 第三刷

日常を藝と言い、特別な冠婚葬祭などを晴と言います⁵。お茶会はこの晴に当たり、庭やお茶室は晴の空間となります。そこへ晴の着物、晴れ着を着て行くのは民俗学的に相応しく、正しいのです。しかし、禅には日々好日という言葉があります。これは毎日良い日だと言うよりも、晴の日も曇りの日も区別なく、どんな日でも修行を同じように続けるという意味です。禅には時間と場所を超えたこだわりのない生き方があります。禅的なものの考え方からは晴着が無ければ心を整えて、身綺麗に心掛ければ、どんな服でも良いこととなります。

さらに「一切の人工による形式を破り、その背後に横たわるものを確実に把握しようという禅の心的習慣は、日本人が土を忘れず、いつも自然と親しみ、飾りけのない単純性を味わうことを助けてきた。禅は生活の表面に存する複雑さを好まぬ」と述べられています。

「人工」は、土に代表される自然から離れ文明と共に現れてきたものです。土から生まれ土へかえる人間にとつては「土」によって象徴される自然性と人工は対立するものです。茶道において炉や風炉の中の白っぽい灰色の「灰」を、番茶で陰陽五行では黄色とされている土の色に似せて黄色く染め、大切にするのは、この土との関連性を示すためです。

「人工」には人間の人間らしい行為でありながら、その背後にある人間を本来的な人間らしさから外してしまうような作為に変わる可能性があるのです。そうなるとう世間的な価値を超える大切なものが何であるか忘れてしまうのです。

鈴木大拙は茶道が禅と深くかかわりながら形成されてきたので禅の精神に通じるものであると認めます。つまり、茶道における「もてなし」が人々に人間の本来性を取り戻させる癒しや喜びを与える仏の行に通じ、それを行う人に禅の精神が実現するために指先にまで神経を

⁵ 福田アジオ編『日本民俗大辞典』上下 吉川弘文館 1999年 お葬式を晴とするかケガレとするかについては議論があります。

集中させる稽古は禅の修行に通じるからでしょう。

二 美について

「美とはかならずしも形の完全を指しているのではない。この不完全どころか醜というべき形のなかに、美を体現することが日本の美術家の得意の妙技の一つである。この不完全の美に古色や古拙味（原始的無骨さ）が伴えば、日本の鑑賞家が賞美するところのさびがあらわれる。古色と原始性とは現実味ではないかも知れぬ。美術品が表面的にでも史的時代感を示せば、そこにさびが存する。さびは鄙びた無飾や古拙な不完全に存する、見た目の単純さや無造作な仕事ぶりに存する、豊富な歴史的な連想（かならずしも現存しなくてもよい）に存する、そして最後にそれはくだんの事物を芸術的作品の程度に引き上げるところの説明しがたき要素を含んでいる」と述べています。

鈴木大拙の「美とはかならずしも形の完全を指しているのではない」とはどのようなことなのでしょう。例えば、美の基準として黄金分割のような物があげられます。しかし、正五角形を眺めて、綺麗に整っていると感じても、それに美しさを感じ、心から感動する人はあまりいないでしょう。少し角度を変えればたちまち形はゆがんで見えることとなります。均整は美の必要条件（材料）の一つではあっても十分条件（目標）ではないからです。若き千利休が武野紹鷗に庭掃除を命じられ、掃き清められた庭に、木の葉を散らしたという話があります。ものを美しくする根源（十分条件）こそ目指されるものなのです。

次に、「この不完全どころか醜というべき形のなかに、美を体現する」とは、手だけで作りゆがんで凸凹している楽茶碗の方に、ロクロで回したり型を取ったりして綺麗に整えられた茶碗よりも、何かを感じるということ。近代の日本で工芸製品の中にも美や人間性を求めたアーツ・アンド・クラフツ運動を受け入れた理由がそこにあつたと思われまふ。またこのことは綺麗に整えられた美術品ではなく無造作に見える日常に使う物のなかに美を感じるということにもなりま

す。茶道における懷石料理でも特別にしつらえたものを嫌い、日常的なものを創意工夫で活かそうとする精神に通じます。「醜というべき形のなかに、美を体現する」とは、老荘思想における美醜を超えるという考え方を受けついでいると思われれます。千利休はそのような不完全な物の中にも本質的な美を発見し、美への理解を深化させたのです。今日的には不完全と言うよりも個性と言うべきかもしれませぬ。

「さび」は金属に生じる錆と人の心の寂しさの二つの意味が含まれています。錆には歴史的な光沢のある金属の表面が古くなり変化し移ろいゆく無情な時の流れが示されています。刀に錆が生じれば、それを醜い汚れと感じ、砥いで落とします。錆の生じる物は刀ばかりではありません。緑の木の葉が枯れて色が変わるのも「さび」です。その赤や黄色の生じ方によって美しい模様となるものがあります。黒く錆れば幽玄に通じます。幽も玄も黒の意味だからです。時の移ろいに人生の寂しさだけではなく、そこに美を発見したことが「さび」という美意識になったと思われれます。

古色や古拙は、奈良の仏像などの古拙の微笑にも通じるものがあります。有名なモナリザの微笑も古拙の微笑（アルカイック・スマイル）と呼ばれます。しかし、古拙はいわゆる未熟な稚拙とは違うものです。アルカイックとはギリシア語のアルケー（根源）を語源とする言葉と言われれます。モナリザの微笑は、澄まして整っているだけの綺麗な顔立ちではなく、それを崩して微笑むところに根源的な美が現れる神秘性や永遠性を示すものだったのです⁷。

これは拈華微笑と禅宗で伝えられてきた伝説に通じると思われれます。釈迦が花を拈って弟子たちに見せると、摩訶迦葉だけが微笑した。

⁶ ウィリアム・モリスらが始めた機械的な無機質的な製品に人間のぬくもりと芸術性を与えようとした運動で、柳宗悦らの民芸運動はその影響を受けたものです。芥川龍之介の卒業論文が「若きモリス」だったことからその影響の大きさを感じます。

⁷ 拙論「モナリザの謎を解く」『モナリザの家政学』国書刊行会1991年

それで釈迦は教えが摩訶迦葉に伝わったと認めたというものです。茶室にはいわゆる生け花とは違う茶花と呼ばれる花がさりげなく飾られますが、そこに禅の微笑の教えが伝えられているように思われれます。すべてのものの根源に真・善・美があるとされます。それらは誰でも知っている言葉ですが、どれも「説明しがたき要素」です。真・善・美とは言えても、それが何であるのかは言えませぬ。同じ人の中でも理解が深められて変化してゆくからです。それについて以下の考察で明らかにしてゆきます。

3章 五徳の命名に示される意識

徳という言葉は美徳とも言われ、美と徳が無縁ではないことを示しています。徳になつたことが善です。茶道で使われる徳という言葉に五徳（ごとく）があります。五徳は、灰に据えられ、炭の上に置かれる釜を支える大切な道具です。金属製のもののは鉄輪（かなわ）と呼ぶこともあります。灰の中の埋まっている部分が輪になっています。釜を置く部分を爪と呼びます。ガスコンロにも同じような形のものがあります。

もともとは、五徳は三本足を灰や土の中に刺して立て、環を上にして用いたものです。これは竈子（くどこ）と呼ばれ、その形は古代中国の鍋なべに三本の足の付いたような鼎（かなえ）に由来するものとも言われれます。鼎は王位を示す宝器で、鼎の足の先は真つ直ぐで先は尖つて土に刺さるようになっています。竈（くど）は「かまど」とも読みます。民俗学によれば「かまど」は神聖なものです。竈子の「子」は竈と比べて小さいという意味だと思われれます。

五徳は、珠光から利休の時代にかけて、茶釜を作った釜師たちの協力によって工夫されてきたと言われれます。室内で用いる囲炉裏より小さな冬に使う「炉」と夏に使う「風炉」ができてから、「くどこ」を従来とは逆向きに設置し、足の先を曲げて爪として、爪を上にして使

うようになったと言われます。逆さまにされた由来は分かりません⁸。輪の部分を上すれば釜は置きやすくなりますが、爪を下にすると灰の中に足が不均等に沈む可能性があるのかもしれない。輪の部分を下にした方が、安定が良いように思われます。逆さまに置いたので、「くどこ」の読みも逆さまにさして「くどく」と呼ばれるようになったと言われます。

陰陽五行の発想では、炉には炭(木)・火・灰(土)・五徳(金)・水の五行の要素が集まっています。そこには相性の良い木↓火↓土↓金↓水の五行相生⁹と相性の悪い木↓土↓水↓火↓金の五行相克¹⁰が存在しています。水と火は相克の関係にあり相性の悪い関係にあり、五徳(金)を逆さまにしたのは、その関係を整え秩序を作りだす発想と思われれます。秩序に乱れがなければ、平和であり皆が幸福(徳)となる調和と繁栄が実現すると思えられたと思われれます。

「五徳」は当て字です。「くどく」は「如」とも「悟得」とも聖なる仏教的な当て字をすることができですが、世俗的な儒教の在り方を示す「五徳」という文字を選んだのは、聖と俗のどちらにも偏ることのないバランスを茶道的に整えたように思われれます。五徳の言葉が定着

⁸ 能の演目に『鉄輪』(かなわ)という作品があり、女性が輪を頭にかぶり爪の部分にロウソクをたて火をつけて呪詛を行う話があります。物を逆さまに使うことでこの世の秩序がひっくり返ることを象徴するからです。逆さ屏風は死者の世界が生きている者の世界とは逆の世界であると言うことで、枕元に屏風を逆さまに立てます。侘び茶が始められた珠光の時代にも、応仁の乱が起り世の中の秩序がひっくり返ったことと関係があるのかもしれない。それは鬪茶のような世俗的で派手な遊びであるバサラのようなものからの価値の転換を示すように思われれます。

⁹ 木は燃えて火となり、火が燃えると土となり、土の中に金属が生じ、金属には水滴が付き、水は気を育てると考え、自然の循環がイメージされたと思われれます。

¹⁰ 木は土に穴をあけ、土は水をせき止め、水は火を消し、火は金属を溶かし、金属は木を切るという否定的な関係をイメージしているようです。しかし、新しいものを生み出す創造的な要素もあるように思われれます。

するには千利休が在俗の修行者を示す「居士」号を持っていたことにもかかわるでしょう。

五徳の由来として儒教における五常(仁、義、礼、知、信)が考えられます。その意味するところは、五つの徳により父子、君臣、夫婦、長幼、朋友の五倫の道を整え、いわゆる修身齐家治国平天下という秩序によって平和が実現されるようにと願ったのでしょう。十七条憲法にある「和をもって貴しとなす」という言葉も『礼記』(儒行)によります。特に「礼」の作法は、目に見える規範として人々の振る舞いと関係を整えることとなります。戦国の時代、お茶事を行っている時間だけでも主人と客が楽しく過ごせるようにという願いがあつたように思われれます。平和であることは麗しい、美しいことであり美しいことです。その秩序観が後に、井伊直弼にまでつながる「茶の湯(政道)」と呼ばれるものの要因となつたと思われれます。そして明治の新渡戸稲造の『武士道』にも茶道について語られ、これらの徳の話が結びついていきます。

一 「仁」とは

人を愛し思いやることであり人を慈しむことです。自己中心ではなく相手の心と体を大切にすることです。それは美しい心であり美しい行為です。孔子は、仁を最高の道徳としました。それは政治家が行うべき政治道徳でもあります。それを実現するには礼によって自己を整え、互いに尊重しあうことによって仁の実践がなされるものです。

仁は人を愛することですが、孔子は弟子の顔回の問いに対して、「克己復礼」(己に克ちて礼を復むを仁と為す)と答えています。仁とは、ただ相手を思うだけではなく、利己心を離れ、礼という客観的で互いを尊重するルールに従い麗しく振る舞わなければなりません。克己とは単なる自己否定ではなく、欲望に克つて本来のあるべき自分に戻り自分を保つことです。だから、礼は「おもてなし」の心と体の基本となるのです。

二 「義」とは

義とは正しい行いのことです。正しい規則を守り、正しく従うことです。私利私欲は人間関係の公平を失わせるので義と対比されます。私利私欲（エゴイズム）から離れば、人としてなすべき正しいことのできるようになります。正しいことは美しいことです。

義という文字は羊と私の組み合わせられた文字です。『新字源』によれば、「神前で行う舞、ひいて、礼にかなった行い、転じて、みちの意を表す」とあります。美という文字も羊と大からできた文字だそうです。また『常用字解』には、神に捧げる羊の生贄は美しくなければ義いとは言えないとあります。英語の fair は正しいという意味ですがその古い用法には美しいという意味があります。日本語でもきれいといふ汚いには倫理的な意味で言うことがあります。私利私欲は汚いことなのです。

千利休の「利休」という名前の意味についてはいろいろな説があります。その一つに名利頓休（名誉や利益を求めるところをやめる）という意味であると言う説もなるほどと思われれます。穢れを作り出す利欲を捨てることは仏教の教えにも一致するものです。

茶祖と言われる栄西禅師が書かれたものに『喫茶養生記』があります。しかし、栄西はいわゆる茶禅一味のようなことはここでは説いていませんが、彼の活動と著作を全体としてみれば、健康のための養生論にとどまらず¹¹、茶を正しく良く生きたるため、禅の修行に役立てるものとしていえると思われれます。栄西の影響を受けた道元は食事の意義と作法そして規則について書いた『永平清規』¹²に茶礼についてと後で述べる「五観の偈」を書いていきます。そのような聖なるお寺で行

わる茶礼が俗なる個人の住宅でも行われる茶道へと姿を変えながらも精神を受け継いできているのです。

三 「礼」とは

仁や義を作法にしたがって行動に表すものです。洗練された作法は美的なものを表現します。利休七則に「おもてなし」の心として「夏は涼しく、冬は暖かく」とあります。食事を出す際には特にかかわります。これは何気ない言葉のようにみえますが、『礼記』（曲礼上）に「冬は温かくして夏は清しく、昏に定めて晨に省みる」（父母に仕える道は、冬は温かく、夏は涼しく過ごせるように、夜は寝床を整え、朝には体調を尋ねる）とあるのを踏まえたものと思われれます。

礼には古代中国において自然や神への畏敬の念を表す宗教的な意味や敵対しあう者の間で和平を結ぶための儀式の意味もあります¹³。袱紗で棗や茶入れ、茶杓などを清めます。これは清潔という意味で美しくすることになりますが、気付いているもの気付かぬものも含めて、人が背負っている穢れや罪を払い、浄化する意味もあると思われれます。浄化は美をもたらすとともに美も浄化をもたらします。

「礼は君の大柄なり」（礼をもって君主は国を治める大きな力となるものである）とあり潔さを美德とした日本の武士たちが作法を学べる茶の湯に親しんだ理由だと思われれます。『礼記』（礼運）は「仁は義の本なり」とあり、仁と義の関係が示されています。

四 「知」とは

物事の表面的な形だけではなくその本質や意味まで分かち、本当に知っていると言われます。茶道では、自分の飲んだ後の茶碗を手に乗せ拜見します。客は主人の動きを観察します。茶道は、実にものをよく見る芸術です。よく見ることは知ることに近いものです。衣食住のさまざまな文化を総合する芸術である茶道には知らなければならぬことが沢山あるのです。

¹¹ 岩間真知子『栄西と『喫茶養生記』2013年静岡茶業会議所

http://shizuoka-cha.com/files/1113_8924_4559/eisai.pdf

中山清治『栄西と喫茶養生記』東京有明医療大学雑誌 vol.4. 33-37, 2012

<http://www.tau.ac.jp/outreach/TAUjournal/2012/09-nakayama.pdf>

¹² 『赴粥飯法』『清規』道元全集六卷春秋社1989年

¹³ 竹内照夫『四書五経』平凡社昭和40年 50-52p 参照

何が礼（作法）であり、自分も他人もその礼（作法）に則っているのか、何が正義であり、それが正義になかった行為であるのか、何が仁であり、仁に従って人に人として接しているのか、知らなければなりません。さらに、そのような人にとって大切なことを理解していなければ知があるとは言えないのです。五徳という言葉に現わされる真理を求め、真理を知り、真理を理解しているのが知となります。

だから「克己復礼」について言えば、己に克つとは自己を省みて（自己をよく見て）、自己の非を認識し改めることが知ということになります。その知に基づいて、「礼を履む」とは礼を形の上だけではなく、礼に従って心から実践することを認識できれば、仁であると言えるのです。それがなかなか実現できない自分に気が付くことは、ギリシアの「汝自身を知れ」という神託の言葉にも通じます。ソクラテスのように自らの無知に気が付いたら、無知を認めて謙虚に学ぼうとしなければなりません。己を知ろうと努力を続けることが美しく生きる条件となります。

五「信」とは

「信」の基本的な意味は真実への信頼です。古くからの伝統が守られ続けるのは、強制的に守らせるからではなく、伝統への理解があるからです。実は、茶道は様々な真に迫るための試みがなされて、美を作りだす創意工夫を発展させてきたものが伝統となっています。その工夫の意味が分からなくても権威として受け入れるのが信頼です。学んでいてなぜこのようなことをするのか疑問に思うことは幾度もあるでしょう。疑問は理解への大切な一歩です。しかし、それに留まらず師を信頼して学ばなければなりません。疑問に答える師の責任もあります。

信頼は対等の関係としての友との間の気持ちの共有、美しき友情という言葉があります。お互いの約束をたがえないこと、真実を教えあうこと、真実に従って誠実であることです。師弟関係においては弟子は師の言葉を信じてその言葉に従い、師においては弟子の信頼を裏切

らないで導くことです。そこで初めて共同の善（common good）を実現することになります。それを麗しき師弟関係と言います。麗しさは美の概念に含まれています。信と知の関係は、知るために信じ、信じるために知ると言われます。信だけでは妄信となりかねず、知だけでは傲慢となりがちです。知と信の両者の対話が相まって理解が深まってバランスもとれてきます。

この中の「仁義礼智」の四徳について、『孟子』（公孫丑章句上）では、人の性が善であることが説かれ、四徳の仁・義・礼・智の徳を誰もが可能性として持っているものであると述べました。それは人間には誰でも「四端」（四つの糸口、手がかり）の心があつて、それは「惻隱」（他者の不幸を見て可哀そうに思ったり憐れに思ったりすること）は仁の端緒となり、「羞惡」（不正や悪を恥じて憎むこと）または「廉恥」（恥を知ること）は義の端緒となり、「辞讓」（謙遜して相手に譲ること）は礼の端緒となり、「是非」（正しいことと過ちを判断すること）は知の端緒となるということです。この四端から始められる根拠に人間の性が善であることがあります。それで仁・義・礼・智という人間の四徳が実践できるのです。

さらに、前漢の儒学者の董仲舒は世界の秩序の元となる五行説にもとづいて「信」を加えたと言われます。五行説とは木・火・土・金・水によって世界が構成されているという古代の自然哲学の考え方で茶道に大きな影響を与えています。五味は甘味・土、酸味・木、塩味・鹹（水、辛味・金、苦味・火などの関係を認めることが出来ます。五行に五徳を当てるとは、木・火・土・金・水に仁・礼・信・義・知を当てることです。それは自然の秩序にかないことになる思われます。

五徳について、その他に、温・良・恭・儉・讓も挙げられます。これは「論語（学而）にある孔子を評した弟子の言葉です。「温」については、春風駘蕩というように温和で、良識ある判断ができ、信頼関係が保たれ素直であることは仁と信に当たり、これは茶道における和敬清寂の「和」と「清」に当たると思われます。恭しく礼にならな

ていることは「敬」に当たります。慎ましやかで謙虚で、他人に譲る気持ちがあれば「寂」に当たると思われます。仁・礼・信・義・知も温・良・恭・儉・讓も矛盾することなく「和敬清寂」に対応するようです。これらを心がけることは大切なことであります。五徳で水を温めるだけではなく、五つの徳で人の心も温めるのです。

4章 明恵の茶の十徳

華嚴宗の僧である梅尾山高山寺の明恵が木の股の間で坐禅をしている絵は有名です。茶の十徳とは、明恵が茶の十の徳を釜に刻み込ませた言葉として伝えられています。明恵は禅宗の『喫茶養生記』を書いた栄西から茶の実を譲り受け梅尾山に蒔いたと言われます。宇治が名産地となるまで、梅尾が良い茶の産地とされてきました。

試みに、その書かれた言葉の順序に読み解くと、お茶を飲めば、1「諸仏加護」さまざまな仏の加護があります。仏の加護によって健康になれば、2「五臓調和」身体の全体のバランスのとれた機能と維持できることになり、病氣も防げるようになります。そうなれば、3「孝養父母」父母への孝行を全うすることができるようになります。お茶は孝行の心を目覚めさせると同時に、父母にお茶を奉げることで父母も健康にすることができます。家族への悩みが無くなると、4「煩惱消滅」煩惱から離れ、煩惱も消えてしまうことになります。そうすると自分も父母も、5「寿命長遠」心身ともに健康ならば寿命も長くなるようになります。茶の覚醒効果によって眠気を払って仕事ができちんとできます。これは、6「睡眠自除」禅の修行で静かに座っていると眠くなりますが、それを防ぎ、修行にはげめることと同じです。お茶と坐禅によって心が整えられれば、7「天心隋心」広く晴れやかな天の心のように自分の心も変わってゆくのです。8「諸天加護」仏が助けてくれるだけではなく様々な神々も助けてくれるようになるでしょう。体が弱った時に茶を飲めば、9「延命息災」もう終わりだ

と思っていた命も延びて、元気になります。そうは言っても死の時は必ずやってきます。不安や恐れに心を乱すことなく、10「臨終不乱」臨終でも安らかにあの世へ行くことができます。明恵の十徳の言葉はこのようなことを語っているように思われます。これこそは茶道の目指す美しい人生ではないでしょうか。

5章 結論として、食事をするとは何か、五観の偈（ごかんのげ）

立花大亀老師は、茶道における茶事は仏事であると言われました。鈴木大拙は臨済宗も曹洞宗も同じ禅宗として見ているので、多少の差異はありますが¹⁴、ここではそれに従って、栄西の弟子であった道元の始めた曹洞宗の作法において考察します。

お茶事の中で食べる懐石料理の起源に禅宗の精進料理はなっています。禅宗で食事の前都合掌して唱えられます。道元の『赴粥飯法』に説かれるもので、毎日の食事が仏事であると言っています。

一 功の多少を計り彼の来処を量る。

この食事がどれほどの手間をかけてできたものか考え、食材がここに来るまでの多くの人々の労働を思います。食物が単なる商品ではなく、動物や植物などの命を分けてもたつたものとして感謝と敬意をもって頂くことになります。人を含めた衆生への思いやりには慈悲の心が感じられます。これは今日の食育に通じるものです。バランスのとれた食事が健康美だけではなく心に充実と和をもたらすことは当然のことと思われれます。

¹⁴ 天地一切衆生の恩徳を思い／己が行いを省み／貪りの心を離れ／心静かに良く噛みて／道業を成就せんがために／この食を戴きます。そして、そして食事の終わりに、衆生馳走のため／今すでに受く／願わくばこの力をいたずらに／消すことなからん。臨黄ネットより、「仏教的食育」http://rinounet/cont_04/rengo/1408.html

二 己が徳行の全欠を付って供に應ず。

何を食べるかということだけではなく、それを食べる自分を省みることが禅そのものなのです。そのために自分が人としてなすべきことを正しく行ったのかどうか、自分が食事をするのに備えるかどうか反省します。謙虚になり励まざるをえなくなります。これまで述べてきた五徳の精神の実践を点検することに通じます。

良く食えることが良く生きることの条件となるように、良く食べるためには良く生きることが条件となります。至らぬ自分を反省すれば謙虚となり、感謝して食事をするようになります。

三 心を防ぎ過を離るることは貪等を宗とす。

良く生きるために、心を迷いから守り、あやまった行いから身を避けるために、貪欲や瞋（怒りや憎しみ）そして癡（無知と愚かさ）など三つの過ちに陥らないように努力することを誓います。これは心を清明賢明に生きることの道徳的な正しさを美しさを実現させるものです。

四 正に良薬を事とすることは形枯を療せんが為なり。

食事をすることは良薬を頂くことなので、体（形枯）を健康にするために頂くのです。いわゆる医食同源の発想ですが、食事が薬であると言っているだけではありません。さらに食事が修行であり食事することが悟りを生きたためでさえあると言っているのです。

五 成道の為の故に今この食を受く。

今この食事を頂くのは、仏の道を成し遂げるためなのです。すでに仏と共に仏として食事をしているのです。感謝して美味しさを深く味わうことは瞑想にも通じます。茶道もまた仏道の歩み方の一つになるものだと思われれます。

ここで言う良く生きるとは、クオリティ・オブ・ライフ（英：quality of life、QOL）と呼ばれるような日常生活に大切な物としての必要を十分に満たすことではなく、倫理的な意味で良く生きることです。それはすべての人にかかわる美しく生きることなのです。

茶道が一部の人のものだけではないことは、それがたとえ豊臣秀吉の政治的な意図であったとしても、北野の大茶会にあらゆる人々を招こうとした発想が生まれたことから伺われます。このようなことは織田信長にも徳川家康にもなかったように思われます。茶道が単なる趣味や娯楽とならないのは、このような禅の厳しい実践が背後にある支え続けているからだと思われれます。

良く生きるようにすることは美しくなることです。そのために禅の修行におけるような生活の無駄と心の雑念をすべてそぎ落とし、人間の本质（花）を現わすべく徳に従って茶道もまた道を歩んでゆくのです。

参考文献

- 中村璋八・関口千代ほか『禅と食の対話』ドメス出版 2001年
 道元「典座教訓・赴粥飯法」講談社学術文庫 1991年
 古田紹欽「采西」日本の禅語録1春秋社 1977年
 岡倉天心「茶の本」桶谷秀昭訳 講談社 1994年
 佐々木隆「花の美学入門」東北女子大学紀要45 2006年

茶道に関しては、八木橋玲子先生、村元千鶴子先生、神山圭子先生、そして村元社中、東北女子大学茶道部、柴田女子高校茶道部の皆様に協力して頂きました。

食えること生きるとを学ぶことの実践に関しては「一生、学び続けることだ」とおっしゃっている佐藤初女先生からお手本を示して頂きました。