

# 衣・食・住 四方山話

文◎渡部 智秀&有本 智成

## 衣の章

服がなければ、人は生きていけない。たとえば災害の時には、まず最初に支援物資として届けられるのが食料と衣料。

また「衣・食・住」の最初にあげられているように、衣服は人が人として生きることの根本を形づくるものだ。

ではなぜ、人は服を着るのだろうか？あまりにも自然で、あまりにも当たり前前に衣服を身に着けている私たち。しかし、そこには意外と奥深い理由が隠されているかもしれない。

### 服の役割って？

人はなぜ服を着るのか？あたりまえのようなこの疑問にあえて答えるなら、第一に「変化の激しい自然環境から身体を保護するため」という説明ができる。確

かに体温の調節装置・皮膚の保護・身体運動のサポーターといった機能的な働きが無い衣服というものは、ほとんど考えられない。現代では宇宙服や消防服や潜水服などが、その最たるものといえるだろう。

しかし私たちが現在、身に着けている衣料を考えた場合、身体の保護ということだけで説明できるものより、できないもののほうが多いのではないだろうか。例えば男性ならネクタイ、女性ならハイヒールがあげられる。ネクタイには社会的な記号としての意味はあるだろうが、身体の保護といった目的は見出せない。ハイヒールともなれば、まるでわざわざ歩きにくくするために考案されたのとは言いたくなる。

### 自由を着る

現代社会における公的な場面では、皇

族も議員も会社員も芸術家も教師も、ほとんどの男性はスーツ（背広）にネクタイ、これがまるで制服のようになっていて。ところが服装の歴史を振り返ると、スーツは「自由」の象徴として意味付けされていたのである。

驚田清一著『ひとはなぜ服を着るのか』によると、一七八九年、大革命に先立つことと十年前前のフランスで、服装の平等化が始まったそう。当時の貴族階級の衣服は、権威と威信の証であり、そこには色や素材、仕立てから裏地や手袋、衿といった細部に至るまで、厳密な決まりがあった。

しかし新しい時代の資本家たちは、貴族階級の華美な服装に対抗し、単色・無彩色の地味な服を「市民の服」として身に着けだした。これが今日のスーツの原型になる。

自由の象徴でもあるこうした市民の制服は、出身階級やそれにまつわる様々な差別を廃棄する意味を持っていた。つまり、社会生活において皆が同じスタートラインに立つという、近代社会の「理念の表明」として編み出されたのだ。

## 不浄な衣服

さて、私たち僧侶の服装にも、実は深い意味がある。白衣の上から衣をまとい、さらにその上に袈裟（けさ）をかけるといって私たちは、日本における僧侶の姿としてはあまりにも自然で、洋服が主流の現代でも、僧侶として当然の服装ととらえられているだろう。

しかし、袈裟に「身体の保護」という衣服本来の目的は見つけにくい。ではなぜ僧侶は、現在のような服装を身につけるようになったのだろうか。

そもそもお釈迦さまのいらっしやった頃のインドでは、現在日本の僧侶が身につけている衣は無く、袈裟だけが用いられていた。袈裟はサンスクリット語のカーシャヤーまたはカシャヤーの音訳で「不浄（ふじょう）」という意味があり、材料には死者を包んでいた布切れや、汚れ果てたぼろ布が用いられていた。つまり「不浄な布」という意味が転じてこの名がついたのである。

またカシャヤーには「赤褐色（せき

かつしよく）の「濁った」という意味もあるそうだ。これはぼろ布を一度裁断し、再びつなぎ合わせた上で、土中に埋めるなどして赤褐色に染めたところから来ている。お釈迦さまに弟子入りすれば、まず髪とひげを剃（そ）り、そのように粗末な袈裟を身につけていた。

## 時代に染められて

当時のインドでは階級制度が確立し、人々はその生まれによって同じ場所で食事をとることさえ許されなかった。また結婚についても厳しい制限が与えられ、死後に生まれ変わってからも、その階級差別は続くと考えられていたのだ。

そんな中、誰でも等しく悟りを得ることができると説かれたのがお釈迦さまだった。たとえどのような身分の者でも、お釈迦さまの弟子として修行すれば、上下の差別無く悟りを得ることができ。しかし、修行に際しきらびやかな衣服や宝石で外見を飾るなどして、煩惱（ぼんのう）に埋（う）もれることのないよう、覚悟が込められた衣服を身につ

けさせた。それが袈裟だったのである。

現在でもタイやスリランカなどの暖かい気候の仏教国では、僧侶は当時のままの服装を踏襲（とうしゅう）している。しかしチベットや中国など寒さの厳しい国々に仏教が広がっていくと、袈裟の下に衣を身につけるようになっていった。

その後、仏教徒の標識ともいえるべき袈裟は、いつの頃からか宮中の官服制度などが取り入れられ、装飾化の方向をたどっていく。そして、本来禁じられていた華美（かび）で豪華なものとなり、着衣法はもとよりその形や大きさも劇的な変化をとげることになる。

時代を経るにつれ意味が変化し、最初の想いも次第に忘れられていく……。そうした変化は、何も衣服に限ったことではない。仏さまの教えは長い時を経て人々に伝えられ、今も数多く残されているが、それでも一向に救われない人々。そんな時、もう一度原点に返り、仏さまの本当の想い「時代によって変わることに無い、どんな人も救われる教えを世の中に広めようとされた、その人こそ日蓮聖人に他ならない。

# 食の章

「人間は、十二歳まで食べていたものを一生食べていく」

食文化の欧米化をかけた、今なお全国に店舗を拡大し続ける日本マクドナルド社の元社長・藤田田（ふじたでん）氏の持論だ。ターゲットを子供にしほり、ハンバーガーを食べ続けることで欧米人なみの体格を身につけさせ、果ては「金髪に改造する」とまで明言している。

藤田氏の思惑通りかはともかく、日本人の食生活はまたたく間にファーストフードへと傾倒していき、金髪・茶髪の人若者は珍しくなくなった。

外国産の安価な農作物や肉を、大量に消費し続けるこの国。ここらで少し立ち止り、「食べる」を考えてみよう。

## 究極の雑食動物

動物が自身の命を保ち、体を養うという、最も基本的な目的のもとに繰り返される行為、それが「食べる」ということ

だ。しかしこれも人間世界では衣服同様、国の風土や民族・生活形態によって大きく様子が異なる。その違いは食材に始まり、調理法やマナーにいたるまで多岐にわたり、いわば「生きるために当たり前」であることにもかかわらず「食生活」「食文化」といった言葉が生み出されていった。

これは人間が、食材を組み合わせ、道具を使って料理をするところに端を発していると言えよう。料理とは「材料に手を加え、調べて作る」という意味で、地域や人の違いがその調べ方の違いとなり、生活や文化にも影響を与えていくと考えられる。

ただし作る側の探求心と食べる側の満足感が、止まることなく料理への情熱をかき立てた結果、文化の枠を飛び越えてしまうこともある。例えば十七世紀のフランスでは、できるだけ多くの料理を一度に長く味わうための、晩餐会（ばんさんかい）が行われていた記録さえ残っている。招待客たちは、自分が満腹になると胃の中の食べ物を戻し、再び空腹の

状態から新しい料理を楽しみ続けたい。

## 日本型食生活

さて日本人の食生活はというと、欧米のそれに比べれば、健康面で実に有利な特徴がある。端的（たんてき）に言えば「お米を主食としている」という点だ。魚や野菜・大豆といった古来の食材に、肉・植物油・果物・乳製品が加わり、調理法も和・洋・中華風と多様化している食文化。そしてこれらの中心に「ご飯」がえられた形こそ、タンパク質・脂質・炭水化物という栄養バランスが、最も理想に近い状態を保つのだとか。この「日本型食生活」は、脂肪と糖分過多の傾向にある欧米に比べ、世界各国から高く評価されている。

しかしこうした状態が、次第に変化していることも周知の通りだ。高タンパク・高脂肪の洋風化した食生活が浸透し、カルシウムの豊富な魚はあまり食べられなくなった。何よりご飯が主食の座を奪われつつある問題は大きい。お米の炭水化物こそが、副食との栄養バランスをつまく保つのであ

り、豊富な食物繊維は急激な血糖値の上昇を抑えるからである。

厚生省が平成九年に実施した調査によると、日本の糖尿病の患者数は六九〇万人、予備軍を合わせると一三七〇万人と推定されたそうだ。毎年新たに約五千人が失明し、約一万人が人工透析（じんこうとうせき）をしなければならぬ状態に陥（おちい）っている。

## 命によって生きる命

「より細く、美しくなりたい」

そんな願望は、ダイエットという言葉のもとに必要な栄養までを拒絶し、女性たちの健康をむしばんでいる。また夕食という自然なコミュニケーションの場は、父親の残業や子供の塾通いで失われる場合も少なくない。

いま食べなければ、それがすぐ死へとつながるといふ危機感はとうに失われ、豊富な食べ物に囲まれた状態を「あたり前」と思う状態さえ通り越してしまった日本。お米のとき汁で食器を洗い、小庵（しょうあん）のぞうきんがけをし、最

後に残った水を菜園の作物に「飲んでおくれ」と手の平でまいていた俳人・種田山頭火（たねださんとうか）の心は、まだどこかに残っているだろうか？

食事の前の「頂きます」とは、自分を生かすために他の命を頂くこと。そして「ご馳走（ちそう）さま」とは、自分がこの食事が頂けるまでに馳（は）せ走（せ）ってくれた、目に見えぬ大勢の人たちに捧げる感謝の言葉であることを忘れずにいたい。

## 肉を食べれば生臭坊主？

ところで「仏教ではもともと肉を食べない」と勘違いしている人も多いだろう。確かに釈迦さまの定められた「不殺生戒（ふせつしょうかい）」は、肉や魚を食べないことにつながり、国や時代によって違いはあっても、今なお「菜食主義」を通ず僧侶は大勢いる。しかし釈迦さまの教えのポイントは、衣・食・住に対して必要以上に執着（しゅううちやく）してはならないということだった。

出家者は自身で作物を育てる等の生産

活動をしてはならず、修行と説法に専念し、托鉢（たくはつ）によって食べ物を得ていた。それにも細かな決まり事はあったのだが、頂いたものの種類によって食べないようでは、新たな執着心を生んでしまう。だから釈迦さまご自身も、供養された食べものなら、肉でも野菜でも召し上がっておられたようだ。今でも厳格な戒律を守るミャンマーの僧侶たちも、托鉢の際に肉が鉢（はち）の中に入れられた場合は、ちゃんとそれを食べているという。

考えてみれば、動物も植物も同じ生命に変わりはない。何を食べるにしても、私たちは命を頂いて生きているのだ。

## 住の章

皆さんは童話『三匹の子ぶた』を覚えているだろうか？

長男が建てたわらの家や次男の木の家は、オオカミの強力なひと息によってアツと言う間に吹き飛ばされてしまう。そこで二匹は、建てるのが一番遅いためバカにしていた三男のレンガの家に逃げ込んだ。さすがに今度はビクともしないので、オオカミは煙突から侵入するが、暖炉（だんろ）では鍋のお湯がグラグラと沸（わ）いており、オオカミは大やけどをして逃げ帰ってしまう……。

この童話からは「手間をかけた誠実な仕事ぶりが我が身を助ける」といった教訓がうかがえる。しかしそのウラには、意外な秘密があった。

### 三番目の家

イギリスの民話であった『三匹の子ぶた』は、実のところ日本に伝えられてから少々アレンジされたようである。なん

と古い翻訳本（ほんやくほん）では、暖炉の鍋の中に落ちたオオカミはそのままグツグツと煮込まれ、三匹の子ぶたによつて食べられてしまうという筋書きなのだ。

また、オオカミに吹き飛ばされてしまつたらや木の家は、東洋の発展途上国を象徴しており、三番目の家は、イギリスの激しい気候変化に耐えうる、レンガ造りの街並みを象徴しているという見方もある。他民族を兄弟としながらも、最後は大英帝国の強固な砦（とりで）があつてこそ、侵略者をせん滅できるという暗示なのかもしれない。

### 日本人の住居

レンガのような強固な壁ではなく、木の柱で屋根を支え、障子（しょうじ）や襖（ふすま）という紙を用いた扉で部屋を仕切る住文化を持つ国、それが日本だ。伝統的な木造家屋は、高温多湿の夏対策に力を注いだ建材と構造をもち、すべての扉を自在に取り外すことで、風を通し湿気を外へ追い出す仕組みになつて

いる。ただし、その機密性の低さは暖房に向かず、冬の寒さにはひたすら耐えるしかない構造でもあった。

また興味深いのは、住宅の西洋化と共に、すっかりプライバシーの概念まで変化してしまつた点だ。生活にまつわる音や匂いも含め、昔の日本人にとって、家の内外の境界線はあいまいだった。現代はその点でプライバシーが守られていると言えるかもしれないが、そのことが個々の安心感と直結しているかどうかは別問題である。隣人同士が信頼し合つて赤ん坊を預け、母乳をもらい、時には調味料を借りるような光景も、今ではほとんど見られない。

しかし私たち日本人は、暖簾（のれん）や衝立（ついたて）という、欧米人から見れば形ばかりの間仕切りが存在するだけでも、個別の空間を認識できる感覚が強いように思う。そして、いまだに子供たちがファミコンやプレステもせず、塾へも行かず、夕食時には必ず家族全員がそろつて丸い「ちゃぶ台」を囲んでその日のできごとを報告し合う日常アニメ『サザエさん』が、長年にわたつて高視聴率を保っている

のも、そこに理想形としての家庭の姿を、今でも大勢の人が認めているからではないだろうか。

## 壁と命とため息と

動物行動学者であり、著書『利己的な遺伝子』で全世界から注目を浴びたりチャード・ドーキンス博士は、あるインタビューでこんな例をあげていた。

一匹のビーバーの遺伝子の、数億字に相当する文字の内たった一文字だけが突然変異し、脳の神経回路に影響を及ぼして、今までより少しだけ頭を高く持ち上げて泳ぐ個体が登場したとする。すると巢の壁を作る枝を運ぶ際、枝同士を粘着させる泥が水に浸かって洗い流される可能性が減り、強固な広いダムを作ることができるよう。その巢は外敵に対してより安全になり、他のビーバーに比べて多くの子孫を残す傾向になる。そしてこのビーバーの持つ突然変異の遺伝子は、世代を経ると共に広まり、標準となっていくそ

うだ。しかし人間の住む都心部では、建造物

が厳しい自然環境から人を守るどころか、道路やビルの壁などから放射される熱で「ヒートアイランド現象」が起り、気圧の方がその影響を受けて集中豪雨という天災をもたらすことがある。

また外敵とはいっても、同じ人間こそ最大の敵で、この不景気でも防犯グッズは飛ぶように売れているという人間社会……。ヒトの遺伝子は、私たちを一体どこへ導こうというのだろうか。

## 仏さまの住みか

最後は、仏さまの家を訪ねてみよう。平家物語の冒頭にも登場する場所「祇園精舎（ぎおんしょうじや）」。「ここはお釈迦さまをはじめ、千人・二千人というお弟子たちが食事をし、寝泊まりすることのできる、仏教教団随一の住居だった。

自らの国にお釈迦さまたちをお招きできる広大な精舎を建て、是非とも皆に法を説いて欲しいと願ったスッタ長者は、ジェータ王子の無理難題どおり、王子の所有する土地に全財産をなげうって

黄金を敷きつめた。すると、その熱意とお釈迦さまのご威徳に感服した王子は喜んで土地を提供し、敷かれた黄金も建築費の一部に充てられ祇園精舎は完成した。尊い法を説く者だからこそ布施を受けるに値し、法を求める者が集う場所だからこそ寺院の敷地は広い。肝に命じるべきである。

さて、そんな立派な住居にも長く留まることなく、お釈迦さまは生涯各地で法をお説きになった。そしてどれほどの未来においても、私たちが世界中どこにいようと、いつもそばにいて法を説き続けているとおっしゃっている。そう、私たちはもう、最初から仏さまのお家に住んでいるのだ。

【衣・食・住 四方山話 完】

2004.02/20

written by

Chishu Watanabe & Chijo Arimoto

produced by NOMA

<http://www.sunlotus.org/>