

「和食に息づく日本人の美意識」

NPO 法人日本料理アカデミー副理事長 栗栖正博

今観ていただいた This is WASHOKU。これも我々日本料理アカデミーが中心になって作っていただいた海外へ和食を紹介するための番組。

今日は、「和食に息づく日本人の美意識」というテーマをいただきお話をするが、まずは和食とはなんぞや。昨年の 12 月 4 日にユネスコの無形文化遺産をいただいた「和食」、日本人の伝統的な食文化と言うことである。

和食と言っても、北は北海道から南は沖縄まで全国 47 都道府県の中に沢山の郷土料理がある。そして、伝統に基づいて、歴史的にずっと作り続けているものもあれば、映像で村田理事長が語っておられたように、料理人がちょっとずつ、ちょっとずつ進化させていって、その時代その時代に即したおいしいものを作り出して、生み出していって、それをまた伝統として引き継いでいく。こういったものと両方ある。

日本は自然環境に非常に恵まれている。気候で言うと春夏秋冬と四季が移ろう。この環境は非常に大事。木の実であったり、フルーツ、土の中にできる野菜であったり、こういったものは自然のものが一番に取り入れられた。それを農家の方々が畑でどんどん、もっと大きいもの、おいしいもの、たべやすいものというように開発していった。それら全てが伝統的な食文化の礎になっている。そして、日本は島国なので、ぐるりは全て海。沢山の海産物、魚介類がいる。それを収穫する。食べられるものと食べられないもの、毒のあるものもあるので区別する。区別して、おいしいもの、普通のもの、余りおいしくないものに分けて、おいしいものはどんどん養殖している。養殖の鯛がものすごく沢山作られているし、鰯も作られている。そういう仕事をされている人に聞くと、日本の養殖技術で、できない魚はないそうだ。全て稚魚さえ手に入ればそれを育てて大きくしていくことが可能と聞いている。それが本当に市場で求められているものであるか。求められていないものを作ってもしょうがない。そして、採算の取れるものであるか。こういったことも研究しつくされている。そういったものを使って、和食と言うものを作っている。

伝統的な料理には平安時代から続いている料理人の、料理の歴史というものがある。794年桓武天皇が遷都されて、今の京都に平安京を築かれた。その時に皇族たちが食していた、おもてなしの料理と言うものが、既にこの時代にある。これは大饗料理と言い、大陸の模倣をした、おもてなしのやり方であった。台盤料理と言いテーブルとイスを使っている。平安時代にイスとテーブルでおもてなしの食事を出している。これはもちろん、皆さんが中華料理を食べに行かれるように、テーブルに料理を並べてイスに座って食事をする。そして調味料がいろいろある。醤油、お酢、からし、また味噌であったり、甘いもの、調味料も並べていた。4種類の調味料。その時代の調味料は、塩、酒、酢、ひしお、醤油の原型。この4つを混ぜ合わせ、食べる人が調味している。食材、料理したものは切っているということ。切ってあって箸でつまんで食べられるようにしてある。

ですので、この時代の料理の名人というのは、包丁名人というのが料理名人とイコール

であった。きれいに魚をさばいて、それをきれいに盛りつけることができる人。もちろん鶏肉もそう。古くは鶴とか白鳥までさばいて食していた。その平安時代の料理を大饗料理という。この大饗料理をずうっと伝統的に京都の料理人が引き継いでいる人たちがいる。

これは有職（ゆうそく）料理の料理人。その時代のものをずっと引き継いで学んでいる。どういう事をしているかという、包丁式といって、魚に手を触れないで、真魚箸（まなばし）と包丁刀だけでさばいていく。それをきれいにさばいて芸術的なものを作る。例えば鯉を一匹さばいて、それに銘がついている。めでたいような銘がついたように、さばいて盛りつける。鯛も同じ。鶏肉もそのようにさばいた。鶏肉は私も見たことはないが、鯉や、鯛がさばかれるのは何回も見ている。本当に公家の装束を着て、袖の紐をしぼって結んで後ろへ持っていく。そうするとたすきがけをしたような姿になる。そこでさばき始め、最初から最後まで食材には手を触れない。食材に手を触れるということは、昔の時代で言うとはい菌が付くと言うことである。そんなに衛生の概念がないので、できるだけ、手で触らないで、それをさばいて、そのまま、真魚箸を使って器に盛りつけることができれば、一切菌は付かない。人間の指に付いている菌ほど多いものはない。体温も高いので、そういうところから始まった。

そして、それが、武家が成長する時代になると、大饗料理が変わってくる。饗応というパーティーだが、武家式のパーティーで、隣の領地の豪族を饗応に招いて、すごい、ごちそう、おもてなしの料理を出す。歌を出す。舞いを出す。ティーセレモニーをする。日本の文化の全てのものを使っておもてなしをする。このようにおもてなしをされると、相手は、それだけのものが、すべて手の中にある。それは、かなり勢力を持っている人であるなあとと思う。攻め込んでも負けるに決まっている。そんな無駄なことはせずに握手をして、一緒に頑張りましょうとなった方がいい。こういう風なことが武家の政治として行われた。

その時の料理を本膳料理という。これは先ほどの台盤と変わってお膳というものが出てくる。台盤の場合は、たたきで床がない。普通の靴でそのまま行けるようになっている。お膳の場合は床ができています。鎌倉時代、室町時代に武家政治の中で生まれたのが本膳料理である。これはお膳が7つ出てくる。本膳、二の膳、三の膳・・・七の膳まで。これがフルコース。

その中にどんな料理があるかという、まずご飯はもちろん、おつゆが五つ。お料理は36種類出てくる。これはもう食べきれない。36種類の料理にお酒も出るし食べきれない。これは、折りに入れて持ち帰るという習慣になっている。近年でも地方の大きなお家の結婚式に招かれると、お料理は最初から折りに入っていて、折りが並べてある。その手前にお膳が三つほどある。このような形が本膳料理の名残である。このような料理は中国の満漢全席に匹敵するようなもので日本料理の中で最も贅沢なものであると言われている。

こういったものは、時代を経て大饗料理から本膳料理へ進化していった。伝統というのは革新の連続である。大饗料理からちょっとずつ、ちょっとずつ革新していった本膳料理に到達している。これが完成するのが室町時代。室町時代でそれが止まっていたかという

と、現在本膳料理はありませんね。現在に残っているのは会席料理。おもてなしの日本料理というのは、料亭が引き継いでいる会席料理である。これは本膳料理を改良したもの。本膳料理は食べきれないから食べきれ分だけにしようと。七の膳まで出さずに三の膳くらいまでに留めところ。これだったら食べきれだろうと。会席の言葉は歌会とか、茶会とか、お香の会とか、そういうような趣味を持って集まった会。その関で出す料理のことが会席料理。例えば茶懐石というが、今の「懐石」より「会席」のほうが先に生まれた言葉である。いろんな会で食べきれのお料理を、温かいものは温かいうちに、冷たいものは、ぬるくならないように順番に出して食べていただく。そして、そこに合うようなお酒を出す。そのような形が会席である。

それから、もう一つそれが改良されていく。それが禅の文化を通じて、それがどんどん、どんどん削られていく。本膳料理が三の膳まで削られたのを、もっと削っていったのが千利休。

茶の湯が茶道となって、茶の湯は武家、公家のお楽しみ。お茶を飲んで遊行をする。遊ぶと言うことだが、茶道は禅の教え。禅の教えと茶の湯が結びついて一つの道になる。そうなってくると入らないものを、ドンドンそぎ落としていく。これで完成するのが一汁三菜というものである。ひとつのおつゆと三つのお料理、これで十分おもてなしができる。これが、利休が考えた「懐石」である。最初が会席で懐石に進化していく。この懐石をベースに、日本料理は江戸時代にまた、どんどん進化をしていく。いろんな南蛮料理であるとか、中華料理、そういったものと融合して現在の日本料理が完成している。

日本料理の美しさについて、これはやはり日本の自然の美であるということにつける。これから山が色づいて紅葉していく。その紅葉した山の合間には谷川が流れている。そこに鳥が集まってくる。そういう風な風景は古代からずっと日本にある。それをずっと見て、そのDNAをずっと繰り返し、繰り返し持っているから日本人の美意識というのは日本の自然の美そのものだ。

先ほどの料亭の映像の中で出てきていた庭や床の間のしつらえ、掛け軸があってその横に花が生けてある。このようなイメージも日本の自然の美を写し取ったものである。だから庭師の方は日本の山を見て谷川を見て、それをずっと凝縮して行って箱庭を作る。それがお寺の庭であったり、公家の家の庭であったり、伝統的な美意識は受け継がれている。日本人のDNA、感性の中にそれはしみこんでいる。それが料理の中にも全部出ている。というのは、日本料理はホワイトプレートには盛らない。いろんな食器がある。これにもデザインが施されている。一つの器に季節が表現されているような絵が描かれていたり、形がそのような形であったり、土のものであったり、磁器のものであったり、漆で塗ってあったり、ガラスのものであったり、金属のものであったり。いろんなものを和食は使う。それを上手に組み合わせる、コーディネートするという。それにどういう風に料理を盛りつけるかということ、これ全てが料理屋の主人が考えることなんです。全部紅葉の柄にしてしまつたらおもしろくないんです。例えば床の間に紅葉の絵が掛けてあるとしたら、それ

を強調するように、ちらちらとしか料理では紅葉は見せない。料理の法で紅葉の葉がぶわーっとなっているような大鉢を途中で出したいのであれば、掛け軸のほうは紅葉の絵は掛けない。墨跡にするとかですね。そのように対比をすることによって、後から出てくる紅葉の絵のお皿であつたりとか、紅葉の葉っぱが、わあっと銀杏の葉っぱと盛られてくるものが、おお、これは素敵梁やな。綺麗やな。と感じるわけです。そのような演出ができないと和食の料理人としては大成しない。

そして、和食の最も和食らしい特徴は、出汁である。出汁とはなんぞや。水の中にうま味成分を抽出したものである。日本は水が非常にいい。日本の国土の70%以上は山林。そこに雨が降り、ずっと浸透していき平野部のほうへ湧き水として出て行く、井戸水として汲む。その水はたまり水と違って非常においしい。このおいしい水を使って、昆布と鰹のうま味成分を抽出したの。これが出汁である。この出汁を今度はお野菜の方へ浸透させていく。これが料理です。

だから野菜をどういう風にむくのか。紅葉の形にむくのか。いちょうの形にむくのか。それともウサギの形にむくのか。そのような包丁技術も、自然の美しさを表現したいから習得していく。その全てが融合したものが、和食の美学である。

これから海外の方へ、どんどんと和食が出て行く。情報として出て行く。料理人も出て行く。食材も出て行く。これをいかに上手く海外の人に理解してもらえるか。まず食器がないから、お弁当がいい。箱に入れる。要するに折り箱。本来は木で作った折り箱だが、今は紙でできる。プラスチックでもできる。お弁当箱の中に箱庭を作る。料理で庭を造る。そこにいろんな季節を感じるようなデザインの料理を盛りつけて、ふたをぱっと開けたときに、わあっ日本の秋やな。また春になれば、桜とかそういうイメージのものを盛り込んで、ふたを開けたときに、これはこの間と違う。春になってるんや…。と言う風なことができると思う。

だから、我々は常々若い料理人に季節感というものを大切にしろと言っている。二四節気七十二候と言う言葉、季節の表現がある。つまり細分していくと365日は72季に分けられる。だから季節は五日ごとに移ろいで行くと言うのが日本人の昔からの感性である。その感性をいつまでも大切に、我々は日本料理を世界に発信していくと言うことをこれからも続けたいと思う。

以上