

# 立 知 耕 平 さん かわら 版

発行編集部

大塚耕平事務所

☎052-757-1955

Kouhei@oh-kouhei.org



皆さん、こんにちは。七月で  
す。いよいよ夏本番。暑い日が  
続きますが、くれぐれもご自愛  
ください。

かわら版では日常会話の中に  
含まれている仏教用語を紹介  
してきます。知らず知らずのう  
ちに使っている仏教用語。それ  
だけ日本人の生活に溶け込んで  
いるということ。

今年も猛暑が心配ですが、夏  
バテ対策には食生活が大切だ  
ね。夏バテを防ぐ食べ物はいろ  
いろありますが、納豆なんかも  
いいですね。この「納豆」、実  
は仏教に由来する言葉です。  
納豆は中国から仏教とともに  
僧によって日本に伝えられ、寺  
院で作られ、やがて人々に普及  
していきました。

元禄時代の「本朝食館」とい  
う書物に、お寺の納所(なっしょ)  
で作られていたために「納所豆」  
と称するとの記述があり、これ  
が単純化して「納豆」になりま  
した。「納所」は寺務をしたり、  
食料を収めていた場所。壺や桶  
に豆を入れて保管したそうです。  
また、初めは寺納豆と言ったと  
も伝わります。  
お寺と食べ物との関係と言え

精進料理がすぐ思い浮かびます。  
過去のかから版でお伝えしたと  
おり、「精進」も仏教用語です。  
精進料理によく添えられるのが  
豆腐。この「豆腐」も仏教由来  
の言葉です。

「腐」は「腐る」という意味で  
はありませぬ。中国ではヨーグ  
ルトを「乳腐」と呼ぶように、  
固い状態ではないこと、あるいは  
液体に近い状態を指します。  
「豆腐」の「腐」もそういう意  
味です。

豆腐も納豆同様、中国から僧  
によって伝わり、お寺から市井  
に広まりました。高野豆腐、南  
禅寺豆腐、空也豆腐など、仏教  
由来であることがわかる呼び方  
もあります。

肉を食さない僧にとって、豆  
腐は重要な蛋白源。油揚げ、が  
んもどき、厚揚げなどの材料に  
もなりました。

同じように、そもそもの原形  
が中国から伝わったものに、味  
噌、饅頭、醤油、湯葉などがあ  
ります。味噌は鑑真が伝えたとい  
われ、日本で作られた最初の  
饅頭は奈良饅頭です。

納豆、豆腐、味噌、醤油等の  
材料は大豆です。そもそも大豆

も大陸由来であり、日本に伝わ  
たのは弥生時代のようなので  
が、日本でも栽培されるようにな  
り、最初の頃は「だいず」で  
はなく「おおまめ」と呼ばれて  
いたそうです。

奈良時代には納豆、豆腐、味  
噌、醤油等が作られ始め、「大豆」  
の呼び方も「おおまめ」から「た  
とう」、「たとう」から「だいず」  
へと変化していきました。

平安時代の日本最古の医学書  
「医心方(いしんぼう)」に大豆  
の食べ方や薬用での使い方など  
が記されています。鎌倉時代には  
精進料理が広がり、室町時代に  
洗練されていきます。

やがて戦国時代には、味噌等  
は武士や農民の兵糧・保存食と  
しても重宝され、江戸時代には  
町人にも大いに広がりました。  
大豆が材料ではないですが、饅  
頭(うどん)の原形も空海が唐  
から持ち込んだと伝わります。

仏教とともに伝来した食べ物  
はたくさんありますね。しかも、  
中国よりも日本にその食文化が  
根付いていることも不思議です。  
ではまた来月。

※



## 待望の新作 穂の国探求

…語り継ぎたい東三河の歩み



歴史研究家であり、参議院議員でもある大塚耕平が「穂の国東三河」を語る渾身の力作！

古代から中世・近世・現代に至るまで、東三河の歴史を辿り、語り継ぎたい様々な人物や特筆すべき出来事を収めた東三河研究必携の書です。

2020年10月から2023年4月まで2年半61回に亘り東愛知新聞に連載されました。今回、この本でしか読めない7話が新たに加筆され更に面白くなりました。

定価 1600円 (税込 1760円) 著者 大塚耕平  
お問い合わせは…東愛知新聞社 TEL.0532-32-3111



大塚耕平事務所 かわら版担当：いわさき  
TEL 052 757 1955



※ 次回の「弘法さん」縁日は令和6年8月24日(土)です。