

# みんなくりポジトリ

国立民族学博物館学術情報リポジトリ National Museum of Ethnology

## "チャングムの誓い"に見る韓国の食文化

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2016-03-08 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 朝倉, 敏夫 メールアドレス: 所属:
URL	<a href="http://hdl.handle.net/10502/00005919">http://hdl.handle.net/10502/00005919</a>

\*\*\*\*\*

# “チャングムの誓い”に見る韓国の食文化

## Korean Food Culture Seen through Dae Jang Geum



朝倉敏夫\*  
Toshio Asakura

\*\*\*\*\*

### はじめに

NHKで放送されている韓国ドラマ「宮廷女官チャングムの誓い」が、日本人に馴染みのない韓国の歴史ドラマにもかかわらず高視聴率をあげ、韓国文化の理解に役立っていると聞く。日本語版監修としてお手伝いした私にとってもうれしいことだ。

このドラマは『朝鮮王朝実録』に記録される「長今(チャングム)」という人物を題材にして作られたドラマである。「長今」は医女として存在したが、宮廷で料理をしたという記録はない。ドラマの「水戸黄門」が史実でないように、「宮廷女官チャングムの誓い」もエンターテインメントとして見て欲しい。

とはいえ、全く荒唐無稽の話ではない。韓国でのドラマ制作にあたって、料理については宮中飲食研究院の初代院長である黄慧性の長女、韓福麗が監修した。黄慧性は、最後の宮廷尚宮であり1971年に第38号「朝鮮王朝宮中飲食」技能保有者となった韓熙順に宮廷料理を習っている。このあたりの事情は、黄慧性・石毛直道による『[新版]韓国の食』(平凡社ライブラリー、2005年)を参照されたい。そして、この韓熙順こそが、ドラマのハン尚宮のモデルとなったといわれている(写真1)。

さて、このドラマの人気の理由は何なのだろう。主人公チャングムのけなげさ、ミン・ジョンホのりりしさ、その彼に想いをよせつつも家門のために生きねばならぬクミョンのせつなさ、彼らをとりまく登場人物に自分をだぶらせて見る人も多かったという。なか

でもチャングムの師であるハン尚宮と、そのライバルのチェ尚宮の人気は、主人公たちにおとらぬものであった。



写真1 宮中飲食研究院初代院長の黄慧性先生(左)とドラマのハン尚宮のモデルとなったといわれる韓熙順尚宮

この二人の尚宮が火花をちらす「水刺間」、そこは宮廷の台所である。ここで繰り広げられるドラマのなかから、私たちは韓国の食文化を読みとることができる。「料理に大切なのは才能や技術よりも真心である」「おいしいものと体によいものは同じでなければならない」「味噌の味を守ることは国の安泰を保つことである」「王の食事は、民の役に立つものでなければならない」。こうしたハン尚宮の言葉は、韓国料理の真髄を表現している。

ここでは「宮廷女官チャングムの誓い」のなかから、「薬」(=身体によいもの)と「情」(=誠意を込めて)と

\* 国立民族学博物館民族文化研究部部長



写真2 水刺床(膳)

いう2つの漢字語をキーワードとして韓国の食文化を概説してみよう。

## 1. 薬—身体にいいもの

チャングムの監修をするにあたって、いくつかの文献にあたった。そのなかにドラマとは直接関係をもたないが同名の小説を見つけた。キム・サンホンの『チャングム』(ハヤカワ文庫, 2004年)である。その一節に、王の食事についての描写がある。

「水刺の飯は白飯と赤飯,そして汁物はわかめ汁とコムタンで,それらも水刺膳の他の料理と同様,すべて国王の玉体に配慮して作られたものだ。小豆のゆで汁に糯米を入れて炊いた赤飯は,小腸で食物が滞るのを防ぎ,尿の出をよくして,体に蓄積した熱を下げる働きをする。糯米と小豆を使うのは,陰陽五行説という温陽の効果を狙ったものだ。わかめ汁は血をきれいにし,宿便を排出し,動脈硬化や心臓病などを予防する効果がある。また,コンタンは活力を高める優れた効果がある。(中略)基本の薬にあたる鍋料理のムジョックは,大根を牛肉の澄まし汁でゆでてから,アミの塩辛の汁で味付けをした料理である。大根は胃腸の気の高まりを鎮め,滞った食物を流し出す働きがある。牛肉は脾臓と胃を守り,筋と骨を丈夫にする。味付けに使うアミは性欲を促進し,産婦の乳の出を良くする。また,大根と牛肉は陰の気が強く,アミは陽の気が強いいため,ムジョックは陰陽がよく調和した料理である」というものだ。そして,「このように,国王の水刺膳は料理一つ一つに宇宙の原理が込められていると言っても過言ではなく,そのすべてが道理に基づき,誠心誠意作られていた」と結ばれる。(写真2)

この文章の中に,韓国料理のキーワードが隠されている。

その一つが,「陰陽五行説」だ。古代中国で生まれた世界観で,宇宙の万物は陰陽の二元の変化により生成するとする陰陽説と,万物を支配する木・火・土・金・水の五元素の盛衰によって変転するとする五行説の二概念が総合されたものである。

陰と陽については,すでに引用文に例示されているのでおわかりだろうが,陰と陽をよく調和させた料理が王の膳に載せられている。

五行説とむすびつくのは,「五味五色」という宮中料理の基本的な考え方である。酸味・苦味・甘味・辛味・塩味の「五味」,そして青(緑)・赤・黄・白・黒の「五色」をあわせた言葉だ。これらの五要素がバランスよく保たれた状態を,物事の平静,心身においては健康と考えるため,料理においても五味五色をバランスよく配置するのがよしとされた。

代表的な例が宮中料理の一つ「九節板」だ(写真3)。小麦粉を水で溶いて薄焼きにしたチョンピョンに八種類の具を巻いて食べる。青(緑)の具にはキュウリやズッキーニのナムル,赤の具にはニンジンのナムル,黄色の具には卵黄の錦糸卵やモヤシ,白い具には卵白の錦糸卵やキキョウの根,黒い具には牛肉やシイタケを用いる。五味五色をバランスよく摂取できる料理だ。宮中料理の代表格とされる「神仙炉」も,五味五色の原則に則って,山海の珍味をひとつの鍋に盛り込んでいる(写真4)。口を悦ばす材料がたくさん入っているという意味で「悦口資湯」と呼ばれた。(八田靖史(監修佐野良一)『魅力探求!韓国料理』小学館,2006年)

もう一つが「気」だ。漢方では人間の身体には「気」が縦横にかけめぐっていると考えられている。専門用語ではこの「気の道」を経絡という。気には陽の気と陰の気があり,この陰陽のバランスがとれている状態を「中庸」という。「中庸」とは健康な状態をさす言葉。しかし,体内の陰陽の気のバランスが乱れると具合が悪くなり,はなはだしきにいたっては病気になる,というものである。(渡辺吉鎔『韓国言語風景』岩波新書,1996年)

これらの概念をより具体的に食の世界に映し出すのが「薬食同源」である。この言葉を在日朝鮮人二世の料理研究家のジョン・キョンファが祖母や両親から受け継いだ食生活を綴った『キムチの味』(晶文社,1993年)の冒頭で,次のようにわかりやすく説明している。「にんにく,唐辛子,ねぎ,ごま,そしてごま油。生まれたときから体にいいものばかりを毎日たっぷり食べ続けているのが朝鮮人です。病気になったら,



写真3 九節板

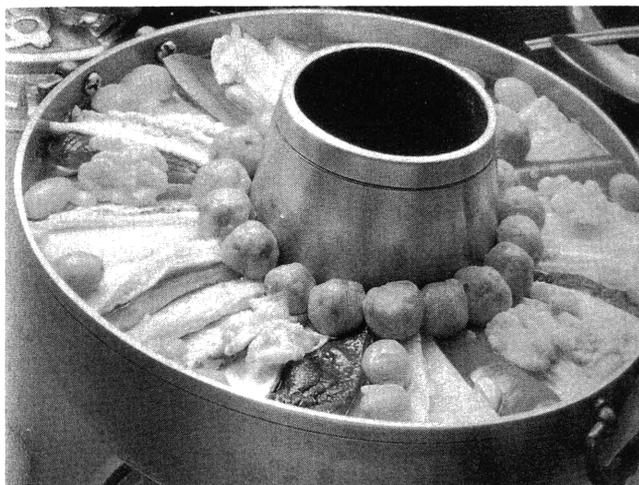


写真4 神仙炉

薬を飲んで治すのではない。毎日の食事で病気を防ぐ。これが『薬食同源』。食べ物はすべて健康を支える薬であるという考え方で、それが食生活にそのまま生きています。子どものときからずっと、誰もがみんなそうやって暮らしてきた。だからでしょうか、朝鮮人はみんな、食べることが大好き。食べものは、元気のもと』というのである。

しかも、韓国の薬食同源は、健康ばかりでなく、おいしさも追求しているようである。「身体にいいもの」と「おいしいもの」が同じでなければならない。韓国語で「薬」のつく食べ物をみると、それがわかる。「薬飯」は栗や棗などの乾果を蜂蜜と混ぜて炊いた飯。「薬水」は薬効のある泉の水。「薬酒」は濁り酒に対して澄んだ酒を意味する。「薬果」は小麦粉を蜂蜜と油でこねて型抜きしたものを油で揚げた菓子をさす。

「薬」のつく言葉に、もう一つ「薬念」がある。日本語で薬味と調味の両方の役割を果たすもので、韓国語で「ヤンニョム」という。この「ヤンニョム」は「薬念」という漢字語にはならないのだが、宮廷料理の人間国宝である黄慧性が「薬を念ずると書きます」と当て字をしている。「ヤンニョムというのは、なかなか魅力のある言葉だと思います。調味料というよりヤンニョムといったほうがやっぱりぴったりする。韓国料理の味つけは、食べ物に薬だというような考えがあるから、ヤンニョムを料理の主材料、副材料に合わせて、たらないものを補って、たいへんおいしく食べられるようにするのが原則とします。からだのためになるということを一いち説明しなくても、ヤンニョムが入っていたら、その食べものがたいへんいい役割をしてくれると信じられるです」(黄慧性+石毛直道『韓国の食』平凡社、1988年)という黄慧性の言を聞くと、「ヤンニョムはおいしくなれ、身体によくなれと念じながら使われるので薬念と書かれる」と言われているようで、納得してしまう。

確かに、「身体にいい」は韓国人にとっての殺し文句になる。韓国から来た知人にぜひ食べさせたいオススメ料理があるのに、彼はいっこうに箸をつけようとしな。こんなとき、どうすればよいか。「この料理は身体にいいから」と、まことしやかにその効用を説いて聞かせたらよいといった話さえある。(林史樹

『韓国がわかる60の風景』明石書店、2007年)

身体にいいことと言えば、栄養豊富な食べ物を食べたり強壮剤を飲んだりして体力を増進させることを韓国語では「補身」という。その「補身」にスープの意味の「湯」をつけた「補身湯」が、犬肉のスープだ。犬の肉を骨ごと煮込み、ネギやニラ、エゴマを混ぜた真っ赤なトウガラシのスープで汗を流して食べると爽快になる。日本で土用の丑にウナギを食べるように、韓国では暦でいう上、中、末伏の「三伏」に、夏バテを防ぐと好んで食べられる。この風習は李朝末期に書かれた歳時記にも書かれており、昔から夏の暑さの盛りである「三伏」に食していたことがわかる。「伏」の日にこれを食べる理由も、先に述べた陰陽五行説に由来する。東洋医学では、犬肉という非常に熱い性質のものを人間が食べると、陽気が高まり虚

の部分に補う、と説いている。五行説では、犬肉は火に、伏は金にあたるため「火剋金」となり、補身湯を食べて暑さに打ち勝つということになる。また、暑さで衰弱した体は、熱い性質の犬肉を食べることによって、すなわち「以熱治熱(熱を以て熱を治める)」の原理で、万病が退くことになるというわけだ。(李盛雨『韓国料理文化史』平凡社、1999年)

薬食同源とはいえ、健康を保とうとする韓国人は食事だけでは満足しない。健康を保つには、やはり薬がある。韓国の街では、「薬」と書かれた薬局の看板が目につく。そこには白衣の薬剤師が風邪や腹痛、二日酔いや疲労回復の薬を求めにくる客を待機している。また、家々の立ち込む路地からは、漢方薬の匂いが流れてくる。暑さ寒さ、季節の変わり目、体調の悪いとき、病み上がり、あらゆる場合に、漢方医の処方を得て、家で漢方薬を煎じて飲むのである。これを「補薬」といい、いわば自ら薬漬けになって身を守っているかのようである。韓国人の薬好き、薬信仰はかなりのものである。

韓国人にとっての「薬」は何なのだろう。実は日本語で「知らぬが仏」ということを韓国語では「知らぬが薬」という。日本人にとって「仏」は、御利益をあたえてくれるありがたいものである。韓国人にとっての「薬」も、そういうものなのかもしれない。(拙稿『韓国の薬食同源』『アジア遊学』No.2, 勉誠出版, 1999年)

## 2. 情—誠意をこめて

幼いチャングムにハン尚宮が水を汲んでくるようにと言いつける場面を記憶する人は多いだろう。「たとえ水でも器に盛られた瞬間から料理になる。(略)料理を作るときは、食べる人への配慮が一番だということ、料理は人の気持ちだということ」。その後、皇后の世話係だった尚宮の看病に出された寺で、チャングムは、幼い頃ハン尚宮に学んだ料理の心得を改めて認識する。「料理は真心と手間、それがすべてなのだ」。

料理を作るときだけでなく、料理の出し方にも真心が表される。韓国では「お膳の脚が曲がるほど」という表現がある。それはもてなしの心を表している。例えば、「韓定食」とよばれる料理は、20余りの皿がお膳に並ぶ。最近ではフランス料理のように、前菜からデザートまで順序よく運ばれてくることもあるが、それこそ「お膳の脚が曲がるほど」たくさんの料理が膳に供されて一度に運ばれてくる。

この韓定食は、「十二椽飯床」といわれる宮廷料理

の流れをくむものと言われている。「椽」というのは、ご飯、汁物、キムチ、醬以外の皿に盛るおかずの数を表す。「三椽飯床」というのは一汁三菜と似ているもので、庶民のお膳だ。「五椽」は経済的に余裕のある人、「七椽」は新婚夫婦のためのお膳、「九椽」は「両班(貴族階層)」のお膳、王様には「十二椽」のお膳を出した。

「韓定食」に限らず、韓国で食堂に行くと、注文したアラカルト料理だけでなく、「ミッパンチャン」といい基本のおかずがついてくる。その代表はキムチ。ほかにも小皿に盛られたナムル(和え物)、佃煮のような魚の煮物、生のニンニクや青トウガラシなどがテーブルを埋め尽くす。平均的な胃袋の日本人には、すべて平らげるのは至難の業だ。仮に無理して小皿を空にしたとすると、今度はお代わりサービスをお見舞いされたりする。

ご飯の盛り方もそうである。韓国では一度に山盛りによそられて出される。まずは食べられるだけの量をよそい、もし足りなければおかわりをどうぞという日本のもてなしとは違う。よそられたご飯を残してはいけないと罵られてきた日本人には、ありがた迷惑でさえある。

日本人がこうした韓国の習慣に戸惑うのは、ひとえに食べ残しすることを嫌うからだ。私も子どもの頃、食事を残すと「お百姓さんに申し訳ない」「残したらバチがあたる」と罵られたものだ。しかし、韓国では、出されたものを残してもよい。

その理由としては、次のように考えられる。韓国の伝統的社会では儒教が定めた厳格な家長長制であり、食事にもしきたりを設けていた。特に「両班」は、まず一家の主人が食べ、家族が残り物を食べる決まりがあった。それは建前としても、父親は家族にご馳走を残してあげようとする。そうしたことが現代にまで伝承し、残すことが美風と考えられるというのだ。

さらに、出された料理を客がすべて平らげると失礼にあたるともいわれる。もし、すべて平らげてしまえば、それは料理が足りないことを意味する。少し食べ残すことで十分にもてなしてもらった謝意を伝えることになる。したがって適度な食べ残しは、むしろ喜ばれることになるというのだ。

こうした習慣の基本には、家庭でも食堂でも、とにかく大量な料理でもてなすのが礼儀だという、韓国人のもてなしの心がある。このもてなしの心こそ、「情」だろう。

話は少し横にずれるが、韓国で「おいしい」という

のは、マシイッタ(맛이 있다)という。マッは「味(맛)」で、イッタは「ある」、つなげてマシイッタは直訳すると「味がある」になる。この「マッ」という言葉によく似た言葉に「モッ(뭉)」がある。「モッ」は日本語に訳すのはむずかしいが、「粹」というような意味だろうか。このモッにイッタ(ある)をつけるとモシイッタ(맛이 있다)となるが、私はこれを日本語では「味がある」と訳す。つまり、モッのある人は「人間味」のある人ということだ。

さて、このモッについて、韓国の心理学者である尹泰林は1970年に刊行した『意識構造으 로 본 韓國人』(『韓國人—その意識構造』高麗書林、1975年)の「韓國人のモッ」という章で「情・風流・義理・諧謔」という四つのキーワードをあげて説明している。すなわち韓國人のモッの一つが「情」なのである。

話を「モッ」から「情」にもどしたが、ここで日韓の「情」の比較をしてみたい。

この本とほぼ同時期の1971年、当時スタンフォード大学の人類学教授であったハルミ・ベフによって著された"Japan: An Anthropological Introduction"(『日本—文化人類学的入門』社会思想社、1977年)には、日本人の規範的価値として「恩・義理・人情」があげられている。

この二つの本を見る限り、韓國人と日本人の精神文化は「義理・人情」という漢字語においては共通する。確かに、東アジアにあって隣り合う両国の人々の情緒が似ているというのは納得できる。ことに西欧人から見ると、同じとみえるかも知れない。しかし、私はどうも同じ義理・人情という言葉であっても、韓国と日本ではその意味するところが少し違っているように思える。

ちなみに韓国語の辞書で義理をひいてみよう。そこには「道義心、道理、信義」と書かれている。一方日本語の辞書はどうだろう。一つは「他人や世間に対し、つとめるべき道」とあり、韓国語の意味とほぼ同じである。しかし、もう一つ、「浮世の義理」のように、「しなくてはならない、つきあい」という意味が付与されている。こうした意味は韓国語の義理にはない。韓国でも日本と同じくバレンタイン・デーの義理チョコといった風習があるが、これを「義理チョコ」とはいわないのだ。

では、情はどうだろう。日韓比較文化論を専門とする金両基は「韓國人は情の深さを大切にすが、日本人は情のこまやかさを大切にする」と述べている(金両基『韓国発見』ベネッセコーポレーション、1999年)。

私もこれに同意する。韓国に行くと、なんらかの関係性をもつと、あたかも家族が親戚といった「身内」同様の「情」をかけられる。

一方、幼い頃から「他人に迷惑をかけないように」と躾られる日本人は、相手のことを考え、ある線を越えないように配慮しつつ親しくなる。「親しき仲にも礼儀あり」だ。韓国では親しき仲に礼儀があったら、それは親しき仲ではない。「親しくなれば、みな兄弟」なのだ。そうした韓國人の情の深さに、日本人は「いいいな」と思う気持ちと「わずらわしいな」と思う気持ちの両方をもつ。

ちなみに、「情が深い」ことを韓国語では「情が多い」という。まさに茶碗に盛られた大盛りのご飯や、お膳に並べられる皿の数のように「情」も多い。それは時として、嫌悪感を生むことさえあるのではないだろうか。

余談になるが、この「情が多い」を「多情」と表すと、日本では韓国にないもう一つの意味が付与されてくる。「多情」を日本語の辞書でひくと、「愛情が深いこと」という意味だけでなく、「気が多いこと、浮気」という意味までついている。韓国語の「多情」は、純粋なのだ。

## おわりに

韓國人のもてなしの心、それが「情」である。この「情」こそが、韓国文化を理解するキーワードとつながってくる。韓国の初代文化庁長官になった李御寧は、その著『韓國人の心[増補恨の文化論]』(学生社、1982年)で、韓国文化のキーワードの一つ「恨」を次のように説明している。すなわち「いままで書いた私の韓国文化論を、もし一つのことばで強いて要約すれば、それは『恨の文化』といえる。

日本語では『恨』も『怨』も訓読すれば、同じ『うらみ』になる。別にその違いを区別しないのである。しかし韓国の場合、『恨』は『怨』とはまったく違った意味でさかんに使われている。『怨』といえば、他人にたいして、または自分の外部の何かについての感情である。『恨』はむしろ自分の内部に沈殿し積もる情の固まりといってよい」というのである。

## <参考文献>

朝倉敏夫2005『世界の食文化① 韓国』農文協

写真は、すべて韓福眞教授(全州大学校)に提供していただいた。