

南海寄帰内法伝中に見る朝嚼齒木について

瀬 戸 俊 一*

序 言

唐代の律学僧義浄が、AD 671年 37才の時、印度ビハル洲バルガオンの那爛陀寺（ナランダジ）で仏教の研究を行う。この折4年間に4巻を著作し、この本を大津禅師に託し中国長安に送る。AD 695年、義浄洛陽に帰り、AD 713年大薦福寺にて入寂す。

本書は義浄が「大唐西域求法高僧伝」とともに帰国に先だって本国に送ったものであり、印度、南浦諸国で見聞した仏教の戒律の実際、僧院生活の規則などを述べて唐の僧風と比較批判し、本国の僧の反省をうながしている。当時の仏教教団の組織や戒律を詳しく知りうる貴重な資料である。これは40項目に渉り述べてあるが、その内の一項目に朝嚼齒木が含まれている。筆者は義浄の原文を所持しているが、高楠順次の訳文を主体とし小野玄妙訳を基本とした。

小野玄妙「訳本文」

毎日旦朝には須らく齒木を嚼み齒を摺り舌を刮って、務めて如法ならむべし。盥漱清浄にして、方に敬礼を行ぜよ。若し其れ然らざれば、礼を受け、他を礼するに、悉く皆な罪を得るなり。其の齒木は、梵語は憚哆家瑟訖と云ふ。憚哆は之を訳して齒と為し、家瑟訖は即ち是れ其木なり。長さ12指にして、短きも8指を減ぜず、大さは小指の如し。一頭は緩く熟嚼すべし、良久しうして淨く牙關を刷る。若し也た尊人に逼り近づかば、宜しく左手を將て口を掩ふべし。用ひ罷めて擘き研り屈して舌を刮れ、或は別に銅鉄を用ひて刮舌の篋を作る可し。或は竹木の薄片の小指の面の如き許

りなるを取りて、一頭を纖細ならしめて以て断牙を剔り、屈して舌を刮りて、傷損せしむること勿れ。亦既に用ひ罷まば即ち俱に洗って之を屏処に棄つ同し。凡そ齒木を棄て、若くは口中より水を吐き、及び洩唾せんとするときには、皆須らく彈指すること三たびを総べし。或時は警欬すること兩たびに過ぐべし。如し爾らざれば、棄つるに便ち罪有り。

（現代文訳） 毎日朝齒木をかみくだき、その齒木で齒をみがき、折りまげて舌をこすり、つとめて方式どおりにしなさい。手を洗い、口をすすぎ清めてからあとで敬礼を行いなさい。もしこのようにせず他人から敬礼を受けてから他人に敬礼を行なうのはすべて罪にあたることである。その齒木は梵語では「憚哆家瑟訖」といふ「憚哆」は訳すと齒である「家瑟訖」は「木」である。長さは指12本幅の長さで、短くとも8指の幅の長さを下らない。太さは小指大である。短かい齒木を不可とするのは全部を口中に入れてかむことになるからである。また目上の人に会った時、あわてて口中に入れることにもなる。一方の端をゆっくりよくかみ、しばらくかんでから齒をみがけ、もし目上の人に近づいた場合は、左手で口を掩え、使い終わったら齒木を裂いて曲げ舌をこすれ。別に銅や鉄で刮舌のヘラを作ってもよい。あるいは、竹や木の薄い片の小指の面のようなものをもって、一端を細くして、齒と齒肉をほじくり曲げて舌をこすれ。舌を傷つけないように注意しなさい。使い終わったならば、ともに洗って、人に見えないものかげに捨てなさい。およそ齒木を捨て、口中から水を吐き、鼻水や唾を出すときは、すべて指をならすこと3回、あるいは咳をすること2回を経た後にしなさい。このようにせず捨てるのは罪にあたることである。

「註」盥漱手を洗ひ口をすすぐ

牙關一齒が並んでいる様子を示している、牙は犬齒であり、現在中国で齒を磨くことを刷牙といふ。

Chewing Shimoku in the morning from "A Record of the Buddhist religions as practised in India and the Malay archipelago (A. D. 671-695)" by I-tsing, 1896, Oxford

Shun-ichi SETO 東京医科歯科大学

憚哆一齒 家瑟訖一木

屏処一ものの陰、齒木の長さは凡そ 22.5 cm
～15 cm

<本文>

或は大木を破って用ゆ可し。或は小条を截りて為る可し。山莊に近きものは則ち柞条・葛蔓を先と為す。平疇に処るものは乃ち楮・桃・槐・柳を意に随って預め収め、備に擬して闕乏せしむること無かれ。湿れるは即ち須らく他に授くべし。乾けるは自ら執持することを許す。少壯の者は取るに任せて之を嚼み、老宿の者は乃ち頭を椎して其の木条を砕かしむ。苦渋辛辣なるものを以て佳と為し、頭を嚼みて絮と成る者を最と為す。麤なる胡菜の根を極めて精と為す。（即蒼耳并に截耳、地に入ること2寸）齒を堅くして口は香しく食を消し癢を去る。之を用ふること半月すれば口氣頓に除き、牙疼齒癰も3旬にして即ち愈ゆべし。要ず須らく熟く嚼み淨く摺ひて涎癢をして流出せしむべし。多くの水をもって淨く漱くことは斯れ其の法なり。

（訳現代文）

あるいは大きい木を裂いて使い、あるいは小枝を切って作ってよい。山家に近い者は、まず、くぬぎの枝・葛のつるを使え、平地に居る者はかじのき、桃、えんじ、柳のうち好むものをあらかじめ取っておき、齒木の形に作り、つねに備えておけ。湿っているものは他人に与えよ。乾いたものは自分が所持していてもよい。若い者はそのままかみ、老いた者は一端槌で打って砕かせる。その木の枝は苦く渋く辛くピリピリするものがよい。一端をかむと綿のようになるのが最上である。あらひ菜の根は極めてよい。

「註」麤～粗と同じ、即ちあらひころ、菜～胡菜おなもみ、別名蒼耳截耳といい、根が地に入ること2寸。

齒を堅くし、口を香ばしく食物の毒を消し（消化を助け）血膿をとり去るのである。半月用ふると口臭がすっかりなくなり、齒の痛みや、齒の病気は30日で治癒する。必ずよくかみ、きれいにみがき、唾液と血膿を流し出し多量の水できれいに漱ぐ、これがそのインドの齒木を使用する方法である。

「註」癢～血痕 食を消す～食物の毒を消すことであり、消化に通ずる。

「註」牙疼～齒の痛み、齒癰は齒の病気、愈は癒に同じ。涎癢はよだれと血うみ。

<本文>

次で後に、若し能く鼻中に水を飲むことを一抄せよ。此は是れは竜樹の長年の術なり。必ず其の鼻中に慣はずんば口に飲むも亦佳なり。久しく之を用ゆれば便ち疾病少し。然して牙齒根の宿穢が積むこと久しうして堅きを成すとも、之を刮りて尽さしめよ。若し湯をもって淨く漱がば更に腐敗せずして、自ら終身に至るべし。牙の疼は西国には迥に無し。良に其の齒木を嚼むが為めなり。豈に齒木を識らずして、名づけて楊枝と作す容けんや。西国にては柳樹は全く稀なり。

（現代文訳）

そのあとで、もし鼻の中に水を飲みこむことができれば、すくって飲みこみなさい。これができなければ、口から飲んでもよい。長い間これを実行すれば、病気になることが少ない。齒のよごれが、長い間に積って堅くなっている、これをけずってすっかり取り去り、湯できれいに漱げば、それ以上は腐敗しないし、一生そのままであらう。齒の痛みは、インドにはほとんどない。まことに齒木をかむからである。どうして西国（インド）の齒木を知らずに楊枝といふのかわからない。西国には柳の木が全く稀であるからである。

「註」一抄一ひとすくい。牙根～大正新修大藏經には牙齒根となっている。宿穢～長い間のよごれ、即ち齒石を意味する。迥遠～遙か。龍樹～人名である印度名 Nagarjuna (AD 150～250 位といわれているが不明)

南印度生れ大乘仏教を確立し後、八宗の祖師となる。印度大乘仏教哲学一派の中観派教祖

<本文>

訳者は輒ち斯の号を伝へたるも、仏の齒木の樹は実に楊柳に非らず。那爛陀寺にて目自から親しく観る。既に信を他に取らずば、聞く者も亦労らはしく惑を致すこと無かれ。涅槃經の梵本を検するに、齒木を嚼む時と云へり、亦細柳条を用ふことあるも、或は5たび或は6たび全く口内に嚼みて漱除を解せず。或は汁を呑みて將に病を殄さんとするものありとせば、清潔を求めてしかも返って穢れ、疾を去るを冀ってしかも病を招くとなす。或は斯をも亦知らざるもの有らば論の限りに在るに非らず。然かも五天の法は俗は齒木を嚼むは自ら是れ恒事にして、三歳の童子も咸く即ち教へ為

八朝嚼齒木

每日旦朝須嚼齒木。指齒刮舌。務令如法。鹽漱清淨。左行敬禮。若其不然。受禮禮他。悉皆得罪。其齒木者。梵云憚哆家瑟。註憚哆譯之。為齒家瑟。託即是其木。長十二指短不減八指。人如小指。一頭緩須熟。寬良。

廣述

示諸君之儀

三

牙

久浮刷牙開石也。通近人宜將左手掩口。用龍鬚破屈而刮舌。或可別用銅鐵作刮舌之篋。或取竹木薄片如小指面許。一頭織細以剔斷牙屈而刮舌。勿令傷損。亦既用罷。即可俱洗篋之屏處。凡棄齒木。若口中吐水。及以痰唾。皆須彈指經三。或駐警。致過兩如不爾者。棄便有罪。或可大木。皮用或可小條。截為近山莊者。則柞條葛蔓為先。處平嚼者。乃楮桃槐柳。隨意預收。備擬無令闕之。濕者即須他授。乾者許自執持。少壯者任取嚼之。耆宿者乃推頭使碎。其木條以苦澀辛辣者為佳。嚼頭成累者。為最。羅胡菜根極。

為精也。即為牙先。或堅齒口香。消食去齋。用之。半用口氣頻除。牙疼齒癢。三旬即愈。要須熟嚼淨。指令涎癢。流出多水。淨漱。其法也。次後若能鼻中飲水。一挾此是龍樹長年之術。必其鼻中不慣。口飲亦佳。久而用之。便火疾。病然而牙根宿積。久成堅刮之。令盡。若湯淨漱。更不腐敗。自至終身牙疼。西國迦無良為嚼。其齒木豈容不識。齒木名作楊枝。西國柳樹全稀。譯者輒傳斯號。佛齒木樹實非楊柳。那爛陀寺目自親觀。既不取信於他。聞者亦無勞致惑。檢涅槃經梵本云。嚼齒木時矣。亦有用細柳條。或五或六。全嚼。

廣述

示諸君之儀

三

牙

口內不解。除或有赤汁。為珍病。水清潔而返。穢冀。疾而報。或有不斯。亦不知非。在論限。然五天法俗嚼齒木。自是恒事。三歲童子。咸即教為聖教。俗流俱通。利益既伸。誠名行捨隨心。

總 括

以上は朝嚼齒木の直訳であるが齒木についてサンスクリット語の泰斗、中田直道文博の意見を紹介したいと思ふ、義浄は齒木といふ語を涅槃經より引用しており、「梵本中に齒木を嚼む時」の文は前述にも出ていたとおりで、その材料は柳に限ったものではない、楊枝よりも齒木の方が適訳である根拠が2つある。印度では柳が全く稀であること、もう1つは義浄が那爛陀寺で実物を見て来たと前文で書いている通りであり、中田氏も同意見である。

印度で、齒木の長さを指の巾で示していたらしいことは、これまた前文で知り得たが、指の巾は成人と児童、男女の差により多少の誤差があることは当然である。

中田氏によれば、仏様が齒木を3種に分けているといふ。上、中、下であり、上は長さ1尺2寸、下1寸余りのものは中と目しておるらしい。現今印度には舌の表面をこする道具がある。これは細巾の金属板等をU字形にしてあるもので、舌面をこすっている。

余談になるが、一般民衆は石鹼を用ひて顔を洗ふが、貧しい者は豆の類を粉末にして手なども洗

しむ。聖教も俗流も俱に通じて利益するなり。既に臧否を伸べたり。行捨は心に随ふべし。

(現代文訳)

本物の齒木を知らずに「楊枝」と名づけたのは不当である印度には、柳の木はまったく稀である。翻譯者は無造作に「楊」(やなぎ)の枝といふ名を伝えたが、仏齒木樹は、実は楊柳ではない、那爛陀寺で、わたし自ら目撃した。他人の言を信ずることなく(著者の言を信じてもらえるなら)読者は真偽についてとやかく迷わないでもらひたい。涅槃經の梵語本を調べると「齒木をかむ時」と書いてある。また細い柳の枝を使ふことがある。長さは5指、或は6指幅の長さである。口中でかむだけで漱ぐことを知らない。ある者は汁を飲みこんで病気を治そうとする。これは清潔を求めてかえって汚れ、病気を取り去ることを願ってかえって病気を招くことになる。このことさえ知らない者があるとすれば論外である。印度では風習として齒木をかむのは広く行われている。3才の児童にもみな教えて行なわせている。仏の数えと一般の風習とが相通じて利益となることである。以上(中国と印度の齒木の使い方についての)にその良否を述べたのである。実行する、しないかは随意である。

「註」楊柳〜古い時代中国に伝わったものらしい、日本名では、しだれやなぎである。楊は別名ねこやなぎといふ。

ふ、豆は莢に入った黒色のものであるそうである。また中田氏によれば澡豆水といふものがあったらしい、これは手を洗い口を嗽ぐに用いたそうである。インドでは仏教の栄えた昔も現在も豆の類を粉にして洗淨用に使っておりわが国でも仏典を通じて研究した無著黄泉といふ人がおる AD 1822~1836 もかかっている資料は正法眼蔵渉眼蔵渉典続貂である。

筆者の調査によれば、齒木はサンスクリット語で dantakastha, 学名 *Ticus religiosa* Linn, 原産地印度であって、有名な印度の菩提樹である。東印度では、古来神聖な木として、寺院には必ず栽培する習慣がある、樹幹から出る乳状の液は弾性ゴムの原料に使われる。日本でいふ菩提樹は印度でいふ菩提樹とは異なる木である。印度で現在用ひられている齒木は昔と少しも変わらず、店で乾いたものを売っており、買ったなら水の中に貯える

か、しめしておく、使用に際して口中に入れる部分のみ皮を剥ぐ、この時、水分を充分含んでいると剥がす時楽である。剥がした皮はそのまま幹に附着させたままとする。剥がされた白い茎をよく嚼み箸の如くにする。出来上ったものをブラシとして歯を掃除する。面白いことには使用した箸の如き齒木の茎も皮もそのまま飲みこんでしまうことである。これは義浄の文中にもあり、古今変らぬところに興味がある。使用が終わったら未使用部は、水中または湿気を与えて保存しておく。

筆者は、この齒木を数種類持っているので、今後植物学的研究と中国の楊枝との差を見極めて行きたいと意欲を燃やしている次第である。

稿を終るに当り横浜市立医大教授 杉田 暉道 医博、同講師大塚恭男医博の資料の提供、御指導を感謝するものである。