

【校長室便り】



No. 4 4

H31年1月30日(水) 土佐町小中学校 谷内宣夫

節分 意味や方法を知ろう

2月3日は**節分**です。節分は皆の幸せを願う楽しい行事!

◆**節分の由来** 「節分」は1年に4度あります。「季節の分かれ目」を意味する雑節で、四季すなわち「立春」、「立夏」、「立秋」、「立冬」の前日をさすもの。日本では「立春」が1年のはじまりとして尊ばれたため、次第に「節分=春の節分」のみをさすようになったそうです。平安時代、季節の変わり目には「邪気」が生じやすと考えられ、それを追い払うための悪霊ばらい行事が行われていましたが、室町時代以降は、豆をまいて邪気を追い出す行事が民間に広まったそうです。



◆「節分豆」で邪気を追い払う

節分に豆をまく風習は、中国から伝わったと言われています。穀物には生命力と魔除けの力が備わっているという信仰があり、特に豆は、五穀のひとつで穀霊が宿るとされており、米に次いで神事に用いられてきました。米よりも粒が大きく、穀霊で悪霊を祓うのに最適であることや、語呂合わせの「魔目、魔滅(まめ)」に通じ、鬼の眼(魔目)にぶつけて魔を滅する(魔滅)ことから、主に「大豆」が使われるようになったそうです。

豆まきには、炒った大豆すなわち「炒り豆」であることが重要です。「炒る」が「射る」にも通じます。つまり、「魔目」を「射る」ことで「魔滅」となるわけです。それと、豆まきの後、拾い忘れた豆から芽が出てしまうと縁起が悪いから、炒ることで鬼を封じ込め、まいた豆を最後は人が食べてしまうことで、鬼を退治したことになるんだそうです。



炒った大豆を「**福豆**」といいます。

福豆は神様の力が宿るように、豆まきをするまで神棚にお供えしておきます。

また、室町時代からすでに「鬼は外、福は内」と唱えていたそうです。



鬼を知ろう

鬼は邪気や厄の象徴とされ、形の見えない災害、病、飢饉など、人間の想像力を越えた恐ろしい出来事は鬼の仕業と考えたからです。「おに」という言葉は「陰(おん)」に由来し、「陰」とは目に見えない気、主として邪気をさし、それが「おに」なのです。また、隠れているこわいものとして「隠人(おんにん)」が変化したという説もあります。

■なぜあのような格好をしているのか

十二支の丑というのも陰陽でいうと陰になります。鬼が住むのは鬼門である丑寅の方角なので、鬼は牛(丑)の角と虎(寅)の牙をもち、虎皮の服を着ているのです。

■鬼はいつ、どこからやってくるのか

鬼門である丑寅は、時刻にあてはめると深夜2時~4時ぐらいで、方角でいうと北東となるため、真夜中に北東からやってきます。



■いつ豆まきをすればいいのか

鬼は真夜中にやってくるので、豆まきは夜のほうが効果的です。また、できるだけ家族全員揃ってやりましょう。

■誰がまくのか

一家の幸せを願う行事なので、本来は家長の役目です。また、厄年の人、年男や年女がいる場合には、その厄祓いの意味でも適任です。とはいえ、家族のイベントという意味合いも強いので、家族全員でまき、それぞれの厄を祓っても構いません。



■どうやってまくのか

窓を開けて「鬼は外!」と外へ向かってまき、鬼が戻らないようすぐに窓を閉めてから、「福は内!」と室内にまきます。奥の部屋から順番に、最後は玄関までまいて、家中の鬼を追い出します。胸のあたりで杓を持ち、そこからまくような感じで下手投げをすると、豊作祈願の豆まきに通じ心に潜む鬼も祓えます。



■豆はいくつ食べるのか

豆まきがすんだら、1年間無事にすごせるようお願いしながら、自分の年齢よりも1つ多く豆を食べましょう(数え年として1つ多く食べる)。福豆を食べることで邪気を祓い、病に勝つ力もついて福を呼ぶとされています。



恵方巻き(丸かぶり寿司)の由来

恵方巻は、その年の恵方を向いて丸かじりすると、願い事が叶ったり幸運に恵まれ、無病息災や商売繁盛をもたらすとされています。さらに、縁起よく七福神にちなんで7種類の具を入れ、福を巻き込んだ太巻きを食べると良いとされ、福を逃さぬよう包丁で切ったり(縁が切れる)、途中で喋ったりしてはいけません(運が逃げてしまう)。また、太巻きを鬼の金棒(逃げた鬼が忘れていった金棒)に見立てて、鬼退治ととらえる説もあり



鬼の苦手な鰯と柊

節分に欠かせないものがまだあります。鬼は、鰯(いわし)の生臭い臭いと、柊(ひいらぎ)の痛いトゲが大の苦手なのです。そこで、鰯の頭を焼いて臭いを強くしたものを柊の枝に刺し、それを玄関先にとりつけて、鬼が入ってこないようにする風習があります。これを「焼臭(やいかがし)」「鰯柊」「柊鰯」「柊刺し」など呼びますが、昔から臭いの強いもの、トゲのあるものは魔除けや厄除け効果があるとされています。

◆残った炒り大豆で「糖質オフごはん」を作ろう!

残った炒り大豆の活用法ですが、「大豆ごはん」はオススメ。米2.5合に豆0.5合ぐらいの割合で混ぜて炊いてみてください。米に比べて炭水化物量が低く、タンパク質が豊富なため、無理のない糖質オフダイエットが実現します。試してみてください。

一年の無事を祈り、豆まきを楽しみましょう!



参考にした話・引用した話・作者(2名)

<TEXT,PHOTO>【スギ アカツキ】東大卒の料理研究家。

三浦 康子 和文化研究家、ライフコーディネーター。著書、監修



書多数。