

地理資料シリーズ

ムスリムの食事

イスラームは信者の衣食住を大きく規定する宗教・文明である。その中でもよく知られているものとして、豚肉食や飲酒の禁止がある。その根拠は、神（アッラー）の言葉を集めたものとされるコーランに見られる文言である。たとえば、第2章173節では、死肉、血、豚肉、それからアッラー以外の名が唱えられて屠られた動物からの肉全般の食が禁じられている。したがって厳格な信者は、日本の普通の店で売っている牛肉なども、アッラーにささげられた物ではないとの理由で口にしない。また、飲酒の禁は第2章219節や第5章90節などでふれられている。一般に、イスラームの規定に従って準備されたものをハラール食材・食品と呼び、そうでないもの（ハラーム）と区別する。近年では日本でもムスリム人口が増えてきており、ハラール食材を専門に売っている店もできてきている。

また、コーランの第2章183～185節などに記されているように、断食の義務もある。

ムスリムが重要な儀礼の際に用いるイスラームの暦（ヒジュラ暦ともいう）は、われわれが使っている太陽暦とは異なり、月の満ち欠けで1か月を計算する太陰暦に基づいている。その第9月、アラビア語でラマダーンと呼ばれる月、その日中に断食は行われる。それは、ある程度の年齢に達したムスリムすべてに課せられる戒律である。ただし、病人、高齢者、妊婦、旅人などは免除されるが、この期間外に断食したり、貧者に施しをしたりしなければならない。

ヒジュラ暦は1年は12か月からなり、1か月は29日か30日、したがって1年は354日前後になる。つまり、ラマダーン月は一定の季節に固定されてはいない。そして、断食は日中、正確に言えば早朝の礼拝の呼びかけ（アザーン）から日没直後のアザーンまで行われるので、ラマダーン月が夏至の頃にあたれば1日の断食時間が長く、冬至の頃であれば短いことになる。

【写真解説】 バグダッドで断食明けの夕食に出かける。客のほとんどは家族、友人と連れだっただけの食事なので、断食が明けの前から出かけて席を確保する。そして料理を机いっぱい注文して、断食が終わる時刻を待つ。

昨年の激しく揺れ動くイラクへの訪問は、10月26日からの断食月にぶつかった。エジプトやトルコなどと比べると、イラク人はまじめに断食をしていた。アンマンからバグダッドへ1000kmの道のりを運んでくれた運転手は煙草、水も口にしなかった。その彼の楽しみは夕食である。テシュリーブ（羊肉の煮込み）、ハンモス（ペースト状のエジプト豆）、トルコでユフカと呼ぶ薄いパン、野菜サラダ、ヨーグルト、水、スイカ、ナツメヤシと食べきれないほどのメニューだ。席待ちの客にはスープが配られる。とても戦争をやっている国とは思えない。（写真／文 大村次郷）

断食月の間ムスリムは、原則的に、朝起きた後は一切の飲食はとらず、喫煙もしない。唾を飲み込んだり、薬を飲んだりすることを慎む者もいるが、その一方で密かに飲食をする者がいないわけでもない。職場、学校、家庭などでいつも通りに仕事に励むが、とくに日照時間が長い夏の暑い盛りにあたって時には苦しく疲れやすくなり、仕事の能率はかなり落ちる。そして月の後半にもなれば疲労は蓄積し、些細なことで争いが生じやすくなる。そこで、多くの者が早めに職場を切り上げ、ゆっくりと昼寝をとる。

日没が近づくと、町や村は静かになる。皆、自宅などで、日没後のアザーンが聞こえてくるのを今や遅しと待ちかまえる。アザーンが聞こえると一斉に食事を始める。最初はシロップとナツメヤシの実を数粒とるのがよいとされている。それからおもむろに肉、野菜、パンなどに手を伸ばす。断食月の夕方の食事はイフタールと呼ばれ、普段以上のご馳走がでることが多い。最後に果物やお菓子を食べて、人心地ついてから礼拝を行う。夜間は親戚・友人などを訪問したり、テレビの特別番組を見たり、この期間限定で開催される遊戯施設や催し物会場にでかけたりして、夜遅くまで町や村はにぎわう。このような娯楽の時間帯にも軽食や飲み物を楽しむ。就寝前や夜明け前にはサフルという食事をとって翌日の断食に備える。

奇妙に聞こえるかもしれないが、断食月の食料、とくに肉、砂糖、バター、小麦などの消費量は、普段の月よりも増える。それほどイフタールにはご馳走があるのである。断食月に特有のお菓子類が作られることもある。そして、月末に近づくと、翌月の最初の3日ほどに行われる断食月明けの祭（イード・アル=フィトル）用の準備が始まる。スーダンではこの期間に特別なビスケットが作られたりする。

（東京都立大学人文学部社会学科教授 大塚和夫）