

**SHŌJIN RYŌRI SEBAGAI MASAKAN VEGETARIAN PADA  
KUIL BUDDHA DI JEPANG**

**SKRIPSI**

**Diajukan sebagai salah satu persyaratan untuk  
memperoleh gelar Sarjana Sastra**



**oleh:**

**SHERA KUMALA WIRYA**

**07110098**

**JURUSAN SASTRA JEPANG  
FAKULTAS SASTRA  
UNIVERSITAS DARMA PERSADA**

**JAKARTA**

**2011**

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul:

**SHŌJIN RYŌRI SEBAGAI MASAKAN VEGETARIAN PADA KUIL**

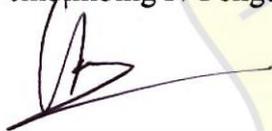
**BUDDHA DI JEPANG**

Telah diuji dan diterima baik (lulus) pada tanggal 21 bulan Juli tahun 2011 di hadapan panitia ujian Skripsi Sarjana Fakultas Sastra Jepang Universitas Darma Persada Jakarta.

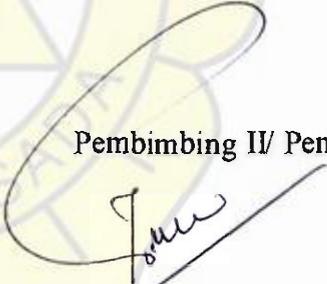
Ketua Sidang / Penguji

  
Dra. Tini Priantini

Pembimbing I / Penguji

  
Irawati Agustine, S.S

Pembimbing II/ Pembaca

  
Dra. Purwani Purawiardi, M.Si

Disahkan Oleh:

Ketua Jurusan Sastra Jepang

  
Rini Widiarti, S.S, M.Si

Dekan Fakultas Sastra

  
Dr. Hj. Albertine Minda MA

## HALAMANPERNYATAAN

Skripsi Sarjana yang berjudul :

### **SHŌJIN RYŌRI SEBAGAI MASAKAN VEGETARIAN PADA KUIL BUDDHA DI JEPANG**

Merupakan karya ilmiah yang penulis susun di bawah bimbingan Ibu Irawati Agustine, S.S sebagai pembimbing pertama dan Ibu Dra. Purwani Purawiardi, M.Si sebagai pembimbing kedua, tidak merupakan hasil jiplakan Skripsi Sarjana atau karya orang lain, sebagian atau seluruhnya dan isinya sepenuhnya menjadi tanggungjawab penulis. Pernyataan ini penulis buat dengan sebenar-benarnya.

Jakarta, 7 Juli 2011

METERAI  
TEMPEL  
PAJAK PEMBANGUN KANGKA  
TGL 20



8E686AAF817069928

ENAM RIBU RUPIAH

6000

DJP

Shera Kumala Wirya

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis mampu melewati segala rintangan dan dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “*Shōjin Ryōri* Sebagai Masakan Vegetarian Pada Kuil Buddha Di Jepang” ini tepat pada waktunya.

Pada kesempatan ini, dengan penuh rasa tulus penulis ingin menyampaikan banyak terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan bimbingan, dukungan, bantuan baik dalam bentuk ilmu, tenaga dan perhatian serta doa dalam penyusunan skripsi ini kepada :

1. Ibu Irawati Agustine, S.S, selaku Dosen Pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu dan pikiran untuk memberikan bimbingan, arahan, dan dukungan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Ibu Dra. Purwani Purawardi, M.Si, selaku Dosen Pembaca yang telah memberikan banyak saran dan masukan dalam penulisan skripsi ini.
3. Ibu Dra. Tini Priantini, selaku ketua sidang.
4. Ibu Dinny Fujiyanti, S.S, selaku Dosen Pembimbing Akademik.
5. Seluruh Dosen Universitas Darma Persada, khususnya Fakultas Sastra yang telah banyak memberikan ilmu pengetahuan yang bermanfaat kepada penulis.
6. Ibu Rini Widiarti, M.Si, selaku Ketua Jurusan Sastra Jepang, Fakultas Sastra, Universitas Darma Persada.
7. Ibu Dr.Hj Albertine Minderop, MA, selaku Dekan Fakultas Sastra.

8. Seluruh staf dan karyawan Universitas Darma Persada.
9. Keluargaku yang sangat aku cintai dan aku sayangi. Ayah dan Mama, kakakku Dankdi dan adikku Donny, terima kasih atas segala doa, kasih sayang dan dukungan yang tiada henti-hentinya. Semoga Allah SWT selalu memberikan kesehatan dan melindungi mereka semua.
10. Para sahabatku Winta, Astri, Nita, Ela, Eno, Pika, Bunga dan Nda terima kasih telah membuat hari-hariku berwarna selama berkuliah di Universitas Darma Persada.
11. Seluruh teman-teman Universitas Darma Persada, khususnya angkatan 2007, terima kasih atas kebersamaan dan dukungannya.
12. Semua pihak yang telah membantu serta mendukung penulis yang tidak bisa disebutkan satu-persatu.

Pada akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca, khususnya mahasiswa dan mahasiswi Universitas Darma Persada. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, hal ini dikarenakan keterbatasan yang penulis miliki. Saran dan kritik yang membangun sangat penulis harapkan untuk perbaikan di masa mendatang.

Jakarta, Juli 2011

Penulis

## ABSTRAKSI

### *SHŌJIN RYŌRI* SEBAGAI MASAKAN VEGETARIAN PADA KUIL BUDDHA DI JEPANG

SHERA KUMALA WIRYA

07110098

JURUSAN JEPANG FAKULTAS SAstra

UNIVERSITAS DARMA PERSADA

JAKARTA, 2011

Pada penulisan skripsi ini, penulis akan menjelaskan mengenai *shōjin ryōri* yang merupakan masakan vegetarian yang terdapat pada kuil Buddha di Jepang sejak berabad-abad lalu. Masakan ini tanpa daging dan hanya terdiri dari tumbuh-tumbuhan yaitu berupa sayuran, tanaman laut dan sebagainya. Dalam *shōjin ryōri* terdapat makna filosofi dan juga makna agama yang dalam.

## 概要

「日本の仏教寺院のベジタリアン料理としての精進料理」

セラクマラ ウィルヤ

07110098

ダルマプルサダ大学文学部日本語学科

ジャカルタ、2011年

この論文を書くにあたって、筆者は精進料理について述べる。精進料理

は日本の仏教寺院で適用することが数世紀前から存在しているベジタリア

ン料理だ。この料理は肉なし、野菜、海草など植物性食品を材料とし

た料理だ。精進料理には、哲学と宗教の深い意味が含まれている。

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	ii
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	iii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iv
<b>ABSTRAKSI</b> .....	vi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	viii

### **BAB I PENDAHULUAN**

1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	6
1.3 Pembatasan Masalah.....	6
1.4 Perumusan Masalah.....	7
1.5 Tujuan Penelitian.....	7
1.6 Landasan Teori.....	7
1.7 Metode Penelitian.....	9
1.8 Manfaat Penelitian.....	10
1.9 Sistematika Penyajian.....	10

### **BAB II FAKTOR-FAKTOR DALAM VEGETARIANISME**

2.1 Pengertian Vegetarian.....	12
2.2 Pendapat Para Tokoh Dunia Mengenai Vegetarian.....	13
2.3 Ragam Vegetarian.....	14
2.4 Struktur Tubuh Manusia yang Menunjukkan Bahwa Manusia Seharusnya Hidup Secara Vegetarian.....	17
2.5 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Seseorang Menjadi Vegetarian.....	19
2.5.1 Agama.....	20
2.5.2 Kesehatan.....	21

2.5.3 Etika.....	26
2.5.4 Lingkungan.....	27
2.6 Vegetarian dalam Agama Buddha.....	28
2.7 Perkembangan Vegetarianisme di Jepang.....	31

### **BAB III SHŌJIN RYŌRI SEBAGAI MASAKAN VEGETARIAN PADA KUIL BUDDHA DI JEPANG**

3.1 Asal-Usul <i>Shōjin Ryōri</i> .....	33
3.2 Unsur-Unsur Dalam <i>Shōjin Ryōri</i> .....	38
3.2.1 Sayuran Berakar.....	39
3.2.2 Sayuran Berdaun Hijau.....	41
3.2.3 Tanaman Laut.....	43
3.2.4 Kacang-Kacangan.....	45
3.3 <i>Shōjin Ryōri</i> Pada Kuil <i>Zen Buddha Sankōin</i> .....	48
3.3.1 <i>Tenzo</i> .....	49
3.3.2 Sikap dan Cara Makan.....	50
3.4 Menu <i>Shōjin Ryōri</i> di Kuil <i>Sankōin</i> .....	52
3.4.1 Nasi.....	52
3.4.2 Sup.....	53

### **BAB IV KESIMPULAN**

Kesimpulan .....	56
------------------	----

### **DAFTAR PUSTAKA**

### **LAMPIRAN**

## BABI

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang Masalah

Jepang adalah sebuah negara kepulauan di Asia Timur. Letaknya di ujung barat Samudra Pasifik, di sebelah timur Laut Jepang, dan berdekatan dengan Republik Rakyat Cina, Korea, dan Rusia. Pulau-pulau paling utara berada di Laut Okhotsk, dan wilayah paling selatan berupa kelompok pulau-pulau kecil di Laut Cina Timur, tepatnya di sebelah selatan Okinawa yang bertetangga dengan Taiwan.

Bentuk negara Jepang memanjang dari Utara ke Selatan dengan pulau-pulau utama yaitu Hokkaido, Honshu (pulau terbesar), Shikoku, dan Kyushu. Sekitar 97% wilayah daratan Jepang berada di keempat pulau tersebut. Sebagian besar pulau di Jepang bergunung-gunung, dan sebagian di antaranya merupakan gunung berapi. Sedangkan sekitar 70% hingga 80% dari wilayah Jepang terdiri dari pegunungan yang berhutan, dan cocok untuk pertanian, industri, serta permukiman. Penduduk Jepang berjumlah sekitar 128 juta orang, dan berada di peringkat ke-10 negara berpenduduk terbanyak di dunia. Pusat pemerintahan Jepang adalah Tokyo sekaligus sebagai ibukota negara Jepang saat ini.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> <http://id.wikipedia.org/wiki/Jepang>

Masyarakat Jepang sampai saat ini hidup secara harmonis dengan alam. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya bangunan kuil tua yang dikelilingi oleh pepohonan rindang. Masyarakat Jepang sangat menghargai tradisi yang diwariskan secara turun temurun oleh leluhurnya. Walaupun Jepang telah menjadi negara maju, upacara atau ritual yang merupakan tradisi tidak pernah terlupakan. Mereka tetap taat dan menghormati apa yang menjadi tradisi mereka dan menjalankannya dengan penuh keyakinan. Hingga dewasa ini, salah satu agama yang banyak dianut masyarakat Jepang adalah agama Buddha.

Perkembangan agama, tradisi dan budaya di Jepang banyak mendapat pengaruh dari Cina dan Korea, salah satunya adalah masakan. Masakan Jepang dari zaman ke zaman kedinastian di Jepang mendapat banyak pengaruh dari Cina. Teknik memasak dari Cina mulai dipakai untuk mengolah bahan makanan lokal. Penyesuaian cara memasak dari Cina dengan keadaan alam di Jepang akhirnya melahirkan masakan yang khas Jepang. Selain itu, bentuk negara Jepang yang memanjang dan dikelilingi laut membuat Jepang kaya akan hasil laut. Namun, sayuran dan beras tetap menjadi bahan makanan utama bagi orang Jepang. Salah satu sebab mengapa orang Jepang berumur panjang khususnya yang berada di daerah Okinawa adalah karena mereka mengonsumsi makanan yang bergizi dan seimbang.<sup>2</sup>

Pada dasarnya ada 3 jenis masakan tradisional lengkap Jepang yaitu *Honzen Ryōri*, disajikan di nampan berkaki pada jamuan resmi; *Chakaiseki Ryōri*, serangkaian masakan yang terkadang dihidangkan sebelum jamuan minum teh,

---

<sup>2</sup> James Danandjaja, *Folklor Jepang Dilihat dari Kacamata Indonesia* (Jakarta : Pustaka Utama Grafiti, 1997) hal 255-256

dan *Kaiseki Ryōri* serangkaian masakan yang dihidangkan secara berturut-turut untuk pesta, biasanya disajikan di restoran, khusus untuk masakan Jepang (*ryōtei*). Selain itu, jenis lainnya adalah *Osechi Ryōri*, masakan tradisional yang disajikan saat hari besar seperti Tahun Baru dan *Shōjin Ryōri* masakan vegetarian Buddha yang berupa sayuran.

Pada abad ke-6 agama Buddha diperkenalkan di Jepang setelah para biksu Cina melakukan perjalanan ke Jepang sambil membawa banyak kitab-kitab suci dan karya seni. Setelah ditetapkan menjadi agama negara, agama Buddha ikut mempengaruhi perkembangan masakan Jepang. Vegetarianisme muncul seiring dengan berkembangnya agama Buddha dan adanya larangan untuk tidak mengambil nyawa makhluk hidup karena hal ini bertentangan dengan salah satu sila dari lima sila dalam agama Buddha yaitu *fusesshō* yang berarti tidak boleh membunuh. Larangan ini berlaku untuk semua makhluk hidup baik manusia maupun hewan. Hal ini membuat masyarakat Jepang tabu untuk mengonsumsi daging. Selain itu, keadaan geografis Jepang pada saat itu juga tidak mendukung masyarakat untuk memelihara ternak karena lahannya yang sempit dan biaya yang cukup mahal. Berbeda dengan sayur-sayuran, biaya yang dibutuhkan untuk bercocok tanam tidak semahal jika beternak.<sup>3</sup>

Bersamaan dengan masuknya agama Buddha ke Jepang banyak bermunculan aliran-aliran baru. Salah satunya adalah *Zen*. Aliran *Zen* merupakan ajaran Buddha yang awalnya berasal dari India. Lalu dari India aliran ini kemudian dibawa ke Cina sampai akhirnya masuk ke Jepang. Aliran *Zen* diperkenalkan dan

---

<sup>3</sup> Soei Yoneda, *Zen Vegetarian Cooking* (Tokyo : Kodansha International, 1998) hal.33

dikembangkan di Jepang oleh Dōgen (1141-1215) dan Eisai (1200-1253) setelah mereka kembali dari Cina. Eisai merupakan pendiri *Rinzai Zen* sedangkan Dōgen adalah pendiri *Sōtō Zen*. Aliran *Zen* berpusat pada meditasi sebagai cara untuk mencapai pencerahan atau *satori*. Selain itu, *Zen* menitikberatkan pada cara hidup yang benar dan melatih diri agar disiplin serta lebih berpusat ke arah pemahaman daripada pemujaan. *Zen* dapat diartikan sebagai pedoman hidup karena mengajarkan manusia untuk meredam nafsu-nafsu duniawi dengan memusatkan diri dan pikiran pada meditasi.<sup>4</sup>

Baik *Rinzai Zen* maupun *Sōtō Zen*, kedua aliran *Zen* ini sangat menentang pengonsumsi produk yang berasal dari hewani. Mereka percaya dari mengonsumsi makanan hewani maka akan timbul sifat-sifat buruk pada manusia. Seiring dengan berkembangnya aliran *Zen*, masakan vegetarian Buddha khas Jepang yang dikenal dengan *Shōjin Ryōri* mulai berkembang khususnya di kalangan kuil *Zen*. *Shōjin Ryōri* adalah masakan yang murni tidak mengandung unsur-unsur hewani seperti daging, ikan, telur, susu atau produk olahan lainnya yang berasal dari hewani. Keseluruhan masakan ini hanya berupa sayuran serta kacang-kacangan. *Shōjin Ryōri* merupakan suatu masakan yang bertujuan untuk mempersiapkan kebiasaan makan sebagai vegetarian murni dan sebagai alat untuk melatih pikiran juga baik untuk kelangsungan kehidupan baik fisik, mental maupun kesehatan jiwa bagi yang memasak dan yang mengonsumsinya.<sup>5</sup>

---

<sup>4</sup> Koji Sato, *The Zen Life* (Tokyo : Tankosha, 1987) hal 150-151

<sup>5</sup> Makoto Sugawara, *Zen and Zoni The Culture Behind Japanese Cuisine* (Tokyo : The East Publications Inc, 1993) hal.7

Selain sayur-sayuran, makanan olahan dari kacang kedelai seperti *tofu* (tahu), *miso* (bahan dasar untuk sup miso) dan *natto* (kedelai yang difermentasikan) merupakan bahan utama dalam pembuatan *Shōjin Ryōri*. Dalam penerapan vegetarian secara Buddha, dikenal konsep (*gohō* 五法) atau lima metode dalam memasak yaitu mengukus (蒸す), memanggang (焼く), merebus (茹でる), menggoreng (揚げる) dan mentah (生物). Lalu, (*goshiki* 五色) atau lima warna yaitu hijau (緑), kuning (黄色), merah (赤い), putih (白い) dan ungu (紫), serta (*gokan no ge* 五感の下) atau lima renungan yang dilakukan sebelum makan sebagai bentuk rasa syukur terhadap Sang Buddha yaitu sebagai berikut:

- 1) Saya berpikir kepada pekerjaan yang mendatangkan makanan ini. Biar saya lihat dari mana datangnya makanan ini.
- 2) Saya berpikir kepada ketidaksempurnaan apakah saya layak menerima makanan ini.
- 3) Biarkan pikiran saya bersih dari segala ketamakan dan hal yang berlebihan.
- 4) Saya mengonsumsi makanan ini sebagai obat yang bertujuan untuk membuat tubuh saya agar tetap sehat.
- 5) Saya terima makanan ini agar dapat memenuhi segala latihan-latihan guna mencapai pencerahan.<sup>6</sup>

Seiring dengan berkembangnya aliran *Zen*, masakan vegetarian khas kuil Buddha atau *Shōjin Ryōri* ini ikut berkembang dan berlanjut sebagai tradisi kuil Buddha di Jepang.

---

<sup>6</sup>Soci Yoneda, *Op.cit.*, hal. 37-38

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, penulis mengidentifikasi masalah dengan mengajukan beberapa pertanyaan sebagai berikut :

1. Apakah masakan vegetarian dapat membersihkan diri dari segala pikiran dan sifat buruk?
2. Apakah masakan vegetarian baik untuk kesehatan?
3. Apakah semua penganut Buddha di Jepang melaksanakan *Shōjin Ryōri*?
4. Bagaimana asal-usul *Shōjin Ryōri* ?
5. Apa saja unsur-unsur yang terdapat dalam *Shōjin Ryōri*?
6. Bagaimana pelaksanaan *Shōjin Ryōri* pada kuil Buddha Sankōin di Jepang?

Asumsi penulis yaitu masakan vegetarian *Shōjin Ryōri* dapat menjernihkan pikiran dan menjauhkan sifat buruk. Karena itu, kuil *Zen* Buddha di Jepang menjadikan *Shōjin Ryōri* sebagai menu utama para biksu Buddha dalam mencapai kesempurnaan hidup.

## 1.3 Pembatasan masalah

Berdasarkan dari identifikasi di atas, penulis membatasi masalah yaitu *Shōjin Ryōri* sebagai masakan vegetarian di kuil *Zen* Buddha Sankōin, Tokyo, Jepang.

#### 1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan pada pembatasan masalah di atas, maka munculah pertanyaan-pertanyaan sebagai berikut :

1. Bagaimana asal-usul *Shōjin Ryōri*?
2. Apa saja unsur-unsur yang terdapat dalam *Shōjin Ryōri*?
3. Bagaimana pelaksanaan *Shōjin Ryōri* di kuil Buddha Sankōin, Tokyo, Jepang?

#### 1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan apakah benar asumsi penulis bahwa masakan vegetarian *Shōjin Ryōri* dapat menjernihkan pikiran dan menjauhkan sifat buruk dengan melakukan tahapan-tahapan sebagai berikut :

1. Menjelaskan tentang pengertian *Shōjin Ryōri* dan asal usulnya.
2. Memaparkan unsur-unsur yang terdapat dalam *Shōjin Ryōri*.
3. Menggambarkan pelaksanaan *Shōjin Ryōri* dalam kuil Zen Buddha Sankōin di Tokyo, Jepang.

#### 1.6 Landasan Teori

Untuk memperkuat penulisan skripsi ini, penulis menggunakan teori yang diambil dari buku *Kunci Untuk Mencapai Penerangan Seketika* karangan Ching Hai Wu Shang Shih. Di dalam buku tersebut dijelaskan bahwa ajaran vegetarian

dalam agama Buddha dilandasi oleh teori menurut Buddha Shakyamuni dalam *Sutra Surangama, Sutra Brahma jala dan Sutra Lankavatara*.

Dalam *Sutra Surangama*:

“Orang yang makan daging akan terjatuh ke jalan yang mengerikan dan menderita kesakitan yang tiada batasnya. Orang yang makan daging tidak akan pernah sukses dalam mendapatkan berkah apa pun atau jasa yang mereka doakan. Pemakan daging menyebabkan makhluk surgawi menghindari mereka dan makhluk hidup lainnya takut terhadap mereka”<sup>7</sup>

Dalam *Sutra Brahma jala* :

“Orang yang makan daging dapat merusak bibit welas asih agung dari sifat Kebuddhaan mereka dan makhluk hidup manapun yang melihat mereka akan meninggalkan mereka. Oleh karena itu, semua Bodhisattva (praktisi rohani) tidak boleh makan daging dari makhluk hidup apapun karena akan mendatangkan dosa yang tiada batasnya”<sup>8</sup>

Dalam *Sutra Lankavatara* :

“Semua makhluk hidup pada awalnya datang dari sumber yang sama dan telah melalui banyak reinkarnasi serta kematian yang saling berhubungan. Semua makhluk hidup telah menjadi saudara satu sama lainnya. Maka dari itu, kita tidak boleh makan daging saudara kita sendiri”<sup>9</sup>

“Para dewa dan makhluk surgawi tidak pernah mendekati orang yang makan daging karena mereka memiliki bau yang tidak enak. Memakan daging menghalangi orang yang mencari kebenaran dan menghambat pikiran penuh welas asih”<sup>10</sup>

---

<sup>7</sup> Ching Hai Wu Shang Shih, Kunci Untuk Mencapai Pencerahan Seketika (China: The Supreme Master Ching Hai Meditation Association, 1994) hal. 318

<sup>8</sup> *Ibid*, 321

<sup>9</sup> *Ibid*, 322

<sup>10</sup> *Ibid*, hal. 323

“Jika tidak ada orang yang makan daging, maka pembunuhan tidak akan terjadi. Jadi, makan daging dan membunuh makhluk hidup merupakan dosa yang sama”<sup>11</sup>

“Mulai sekarang, Saya tidak mengizinkan murid saya untuk makan daging dan Saya melarang semua jenis daging, tanpa menghiraukan apakah hewannya mati secara alami atau disembelih. Jika makan daging, maka akan mendapat pembalasan dari karma buruk yaitu neraka dan kelaparan”<sup>12</sup>

Dari uraian di atas, maka dapat dilihat bahwa teori-teori tersebut mencerminkan nilai filosofi, nilai moralitas, nilai sosial juga nilai agama. Selain itu, cinta dan welas asih kepada sesama makhluk hidup merupakan dasar kepercayaan agama Buddha yang paling penting dan menjadi alasan penganut Buddha khususnya yang beraliran *Zen* untuk menjadi seorang vegetarian. Umat Buddha percaya bahwa menjadi vegetarian akan menciptakan pikiran yang jernih dan terbebas dari sifat-sifat buruk.

### 1.7 Metode Penelitian

Dalam menyusun penulisan skripsi ini penulis menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif analitis, yaitu melalui buku-buku yang berhubungan dengan kebudayaan, agama dan masakan Jepang, khususnya yang berhubungan dengan masalah pokok penulisan ini. Data-data yang diperoleh berasal dari buku-buku Perpustakaan Universitas Darma Persada, Perpustakaan *Japan Foundation* (pusat kebudayaan Jepang), Perpustakaan Nasional Republik

---

<sup>11</sup>*Ibid*, hal.325

<sup>12</sup> *Ibid*, hal.327

vegetarian, vegetarian dalam agama Buddha dan vegetarianisme di Jepang.

BAB III Berisi tentang asal-usul dan pengertian *Shōjin Ryōri*, unsur-unsur dalam *Shōjin Ryōri* dan pelaksanaan *Shōjin Ryōri* dalam kuil Zen Buddha Sankōin meliputi Tenzo, sikap dan cara makan serta menu *Shōjin Ryōri* pada kuil Sankōin.

BAB IV Kesimpulan

