

## 食べ物との向き合い方



広島県普門寺副住職

吉村

昇洋

「お前ん家は寺じゃけえ、肉を食べたらいいんのじゃろ？」

広島県のお寺に生まれ育った私は、何度この言葉を聞いたことであろうか。方言は違えども、お寺に育った者なら、反応するのが面倒臭くなるほど聞かされるフレーズが、まさに「これ」である。

それでも、子どもの頃の私は、「まだ坊さんじゃないから、食べても良いんだよ」と答えていて、周りの友達もそれで妙に納得した

ものだった。では、もう坊さんになった現在の私は肉を食べていけないのか？ と聞かれれば、その答えは「否」である。そればかりか、精進料理で肉同様に禁忌とされる魚や、五葷と呼ばれる五種類の食べてはならない野菜（大蒜・葱・玉葱・辣蕪・薑）も、口にする機会は多い。

肉食が一般家庭で常食ではなかった江戸時代以前であるならばいざ知らず、明治以降近代化の旗印の下に西洋食が紹介されはじめ、

終戦後アメリカの肉食文化が浸透した現代日本の食生活の中で、これらの食材を除いては、食事をすることもままならないのが現状である。特に、外食をする際には難しく、形のある食材として確認できなくても、鰹だしやコンソメといった、動物系のダシが使われていることが多いため、数少ない一部の専門店を探さねばならなくなる。このように、己の信念を通そうと思えば、かえって中道からはずれ、執着心を高めることになってしまい、精神的衛生的に良い結果が待っているとは言い難い。

その一方で、私の修行した大本山永平寺をはじめ、曹洞宗の各修行道場の台所では、修行僧の手で肉・魚・五葷を使わない精進料理が毎日作り続けられており、食事の作法も、道元禅師の生きたられた鎌倉時代から大きく変わることなく踏襲されている。それは、道元

禅師が「食事を作ることでも食べることも、仏道に他ならない」として、それまでの日本の仏教界で軽視されていた食について、仏道そのものであると強調されたことで、現代に至るまで重視し続けられているからである。私自身、修行生活を過ごして初めて、この世間との食に関するギャップを感じるものが出来た。なんとと言っても、食事をする修行僧の所作が、とにかく美しいのである。修行以前の生活では、他人が食べ終えた後の皿を見て、この人は綺麗に食べる人だなと思うことはあっても、今まさに食べている人の様子を見て、食べる姿の美しい人だなと思ったことはなかった。

しかし、僧堂での食事中、音を立てないよう慎重に器を扱い、口からも音を発せず、背筋もピンと伸びた美しい姿勢を修行僧全員がしているのである。この光景ばかりは、実

この五種類の組み合わせは、国・時代・宗教・思想によって異なる。他にも「野蒜」「生姜」「山椒」などが五種類の内に含まれることもある。

際に修行した者でなければ見る機会がないと思うので、『禪の友』の読者の皆様には、ご自分の菩提寺の関係者にもお訊ね頂くことをオススメしておきたい。

と、ここまで書いてきて、ふと「なぜ私は、彼ら修行僧の食行動に、そこまでの美しさを感じたのだろうか」という疑問がわいてきた。そこで、色々と自問自答してみた結果、一つの答えが思い浮かんだ。それが、「機能美」である。

曹洞宗の修行僧は、応量器おうりょうきと呼ばれる漆製の六つの重ね器を使って食事を取る。それを、鉢はつたん単と呼ばれる紙に漆を塗ったものの上に乗せるのだが、漆同士なのでこれがよく滑るのだ。さらに、箸も漆製で、器に乗せる作法となっているので、どうしても慎重且つ丁寧に扱わざるを得ない。音を立てないように動かすためには、両手でそつと扱うしか方法がな

く、この所作がなかなかどうして美しいのである。

実際に試していただければお分かりになると思うが、お茶を入れた湯飲みを、片手で掴んで飲むのと、両手でそつと持ち上げるのでは、両手で扱う方が圧倒的に安定し、同時に美しいという機能美が備わっているのである。

このような食べ方に関する具体的な方法は、道元禅師の記された『赴粥飯法ふしやうはんぽう』に詳しく、料理を食べる側の作法と心構えについて、事細かに述べられている。心構えとしては、「仏法においても食においても絶対平等である」という立場から、「一粒の米も無駄にしない道理を、理屈の上でも実践でも行うべきである」とする。これは、簡単に説明すると、「食べられる一粒の米」と「食べる私」は、実は絶対的に平等で同じ立場であるということを示している。

我々は、普段何気なく食事をし、食べ物を食べることは当たり前であると思っている。しかし仏教は、「果たして、そうなのか？」と疑問を呈するのである。自分の目の前に存在する食事は、私に一方的に食べられて良い存在なのであろうか。答えは「否」である。

人間は自分の力でエネルギーを生成できず、食べ物一つひとつの命を頂いて、自分の命にせざるを得ないわけであるから、私の命と食べ物の命は等価値なのだ。であるならば、食べ物に対して傲慢であってはならない。それが理解できれば、おのずと感謝の念を持って、食べ物と向き合い、「(尊い命を) いただきませう」と合掌出来るだろう。

子どもの頃と違って、もう坊さんになった現在の私は、肉・魚・五葷の食事が目の前に出されたとき、それらを食べないように取り除くようなことはせず、全て美しく頂くよう

味



著者の公開している精進料理のブログ

【禅僧の台所／オトナの精進料理】

<http://www.higan.net/shojin/>

にしている。食べ物が己の前にまで到達している以上、それらの奪われた命に対する責任は、食べる側にあるからである。つまり、食べる者にとって大切なのは、何を食べるかではなく、**どう食べるか**なのである。