新「食事のことば」解説

新「食事のことば」解説

はじめに

新「食事のことば」の制定について

このたび宗門より、新しい「食事のことば」が制定されました。新しい「食事のことば」を提案する理由は、現代日本の食を取り巻く環境、ならびに食に対する意識を勘案したこと、また従来の「食事のことば」が現代人の感覚から誤解を招きそうな危惧があることなどによります。けれども従来の「食事のことば」は、すでに宗門内で定着しておりますし、決してそこに大きな問題があるというわけではありません。そのため従来からの変更は最低限度にして、唱和部分は変わっていません。

「食事のことば」の意義

「食事のことば」をつねに自ら声に出すことによって、食事はただ漫然と食物を摂り、栄養を補給するものではなく、目の前の食事には、そこまでに至る大きなおかげとめぐみがあることに気付きます。そのことによって、ものの本当の価値を見出だす人間性が養われていくことになることでしょう。

本書では、新しい「食前のことば」と「食後のことば」のいくつかのポイントについて説明しています。

一たびごとの食事に際し、一人ひとりが「食事のことば」を口にしていただきたいものです。

もくじ

新「食事のことば」解説

はじめに……2
もくじ……3
食事のことば……4
新「食事のことば」解説
食前のことば……6
■「多くのいのち」について……6
■「みなさまのおかげにより、このごちそうをめぐまれました」について……7
■「深くご恩を喜び」について……9
食後のことば……11
■「尊いおめぐみ」「御恩報謝」について……11

食事のことば

〔食前のことば〕

●多くのいのちと、みなさまのおかげにより、
このごちそうをめぐまれました。
（同音）深くご恩を喜び、ありがたくいただきます。

【解説】 わたしたちは、食べ物をいただくことで、毎日を過ごしています。この食事には多くのいのちをいただいています。またこの食事がわたしの口に届くまでには、多くの方のご苦労もありました。

阿弥陀さまは、わたしたちが、多くのいのちと、みなさまのおかげによって、初めて生きることができているのだと、明らかにしてくださいました。

このご恩を思い、お食事を大切にいただきましょう。

〔食後のことば〕

●尊いおめぐみをおいしくいただき、
ますます御恩報謝につとめます。
（同音）おかげで、ごちそうさまでした。

【解説】 お食事をいただいたわたしたちは、尊いおめぐみをいただきました。多くのいのちと食事を用意してくださった方々のご苦労を思い、そのおかげでいのちをいただいています。

いまここにいのちあるわたしを、必ず救うと願い、支えてくださっているのが阿弥陀さまです。このご恩を思い、阿弥陀さまの願いに応えようと、精一杯に生きていきましょう。

新「食事のことば」解説

食前のことば

■「多くのいのち」について

「多くのいのち」と明記していることは、私たちの食事は多くのいのちをいただいているという事実を深く見つめるためにあります。また、現代社会では「いただきます」ということばをあまり耳にしなくなったのではないかということへの反省でもあります。たとえば、ごくわずかな人のことかもしれませんが、お金を払っているのだから「いただきます」と手を合わせる必要はないように考える人もいるようです。ややもすると私たちも「いただきます」ということばを慣習的に発しているだけになってしまってはいないでしょうか。そこに本当に感謝と慚愧の念がともなっているといいきれる人はどれほどいるでしょうか。ここに「多くのいのち」と明言することで、私たちの日々の食事は多くの動植物のいのちの犠牲の上に成り立っているのであり、そのいのちへ感謝と慚愧を明らかに示すことになります。私たちは多くの尊いいのちによって、今の自分が支えられている「おかげ」に気付くことで、感謝の心が育まれることでしょう。

また、学校の教育現場などでは「いのちの尊さを伝える教育」とは言いつつも、たんに「いのち」という抽象的なフレーズを繰り返すだけであったり、人間の生命の尊重のみに終わっているのが実状のようであります。日常の家庭の中で、動物や植物などの全てのいのちの尊さを実感する機会が求められています。こうした背景から「多くのいのちのおかげ」ということばを口にすることにしました。

■「みなさまのおかげにより、このごちそうをめぐまれました」について

「みなさまのおかげにより、このごちそうをめぐまれました」ということ

ばは、目の前の食事を直接調理してくれた人、そして食材をとったり、あるいは食材を運び届けてくれた人など、さまざまな多くの人たちのご苦労のおかげによることを示しています。

なお、従来の食事のことばには、「み仏のおかげにより、ごちそうをめぐまれる」という文脈がありました。これは「紙切れの一枚にいたるまで、仏さまのおかげと受け止める」といった広い意味での仏恩と受け止めることができます。しかし、特にはじめて聞いた方などは、「み仏が食材を提供する」というニュアンスで理解される方もいるかもしれません。このように理解してしまうと、肉や魚も、人間の食用として神が造ったように考えるキリスト教などの創造主の概念と同じとなってしまい、これでは仏教ではなくなってしまいます。ことに現代は、浄土も天国も同じように考えられてしまいがちです。したがって、キリスト教など他の宗教と仏教の違いについて誤解されることのないような配慮が、これからもさまざまな場面で必要になってくるでしょう。

ここに言う「みなさまのおかげ」は、広く言えばみ仏の御恩をも含めた尊いおかげを言いますが、「多くのいのち」と並列・対句とすることで、「多くのいのち」の犠牲と、「み仏」のおかげとは別であることを示し、み仏が創造主と誤解されることを避けています。

その上で「多くのいのち」ということばに、私たちの「慚愧」の思いを込め、「みなさまのおかげ」ということばには「感謝」の思いを込めています。

そしてこの二つを受けて、「深くご恩を喜び」と結び、食事を通して、単なる味覚ではなく「ご恩」を味わう機縁となることを願っているのです。

■「深くご恩を喜び」について

「多くのいのち」と表明することで、多くのいのちをいただかなければ生きていけない私の本性的あり方に対しての慚愧のこころを呼び起こし、「みなさまのおかげ」と表明することでさまざまなおかげによって、いまこの食事をいただくことができ、生きていくことができることに対しての感謝のこ

ころを呼び起こすことを目指しています。

慚愧や感謝のこころを持ち合わせていなかった私に、「多くのいのち」をいただいていることへの慚愧と、「みなさまのおかげ」によって生きていることへの感謝のこころを起こさせたのは、阿弥陀如来のお慈悲のはたらきにほかなりません。

「深くご恩を喜び」と表明しているのは、この阿弥陀如来のご恩、つまり仏恩を尊び喜ぶことです。

食事を通して、単なる味覚ではなく、阿弥陀仏の「ご恩」、つまり仏恩を味わうことができる機縁となることを願っているのです。

食後のことば

■「尊いおめぐみ」「御恩報謝」について

「食前のことば」をとおして、私たちの食事はさまざまな尊いおかげによって成り立っていることに気付かされます。そして「食後のことば」では、この食事に対して、深い感謝の念を表すとともに、多くのいのちの「尊いおめぐみ」を糧にして今の私が生かされていることが示されます。

「御恩報謝」とは、仏さまから救いの目当てとして願われていることへの、返しても返しきれないほどの大きな仏恩に対し、不断の努力をもって報謝の生活を送ることです。「食後のことば」では、「御恩報謝」と口にすることで、そのことを再認識し、報謝の生活を送る決意を表明しています。

今日、多くの宗教が実践を強調し、実践することの充実感が魅力の一つとも考えられています。しかし、浄土真宗の法義は実践することの喜びではな

く、喜びの上の実践であって、それが「御恩報謝」なのです。「教章」にもお示しくださった「御恩報謝」こそは、まさしく「私の歩む道」としての実践の基本です。私たち一人ひとりが具体的に身に体していかねばなりません。

なお、新しい「食前のことば」においては、「み仏のおかげ」を省略していますが、この「食後のことば」にある「御恩報謝」ということばによってみ仏への感謝の思いを補っています。

親鸞聖人
750回大遠忌

新「食事のことば」解説

二〇〇九（平成二十一）年十二月十五日発行

編集　教学伝道研究センター
「念仏者の生活実践の展開」
に関する検討会議

発行人　浄土真宗本願寺派
代表者　橘　正信

発行所
印刷所　株式会社図書印刷　同朋舎