

仲秋の名月に行われたイベントに、運営側として携わるご縁がありました。イベントの内容は、ヨガ、坐禅、写経、食事と盛り沢山でしたが、私は料理研究家の方と一緒に精進料理を作ることになりました。

打ち合わせは、曹洞宗の「典座教訓」という食事についての教えにふれていくところから始まりました。その後、私が仏教の教えに基いた精進料理のお膳を提案し、それを料理研究家の方にイベントのテーマである「満月」に合うようアレンジを加えていただき、献立が完成しました。

ところで、大本山永平寺を開かれた道元禅師様は、若かりし頃、真の仏道を求め中国に渡りました。入国の許可が下りるまで 寧波港に滞在中、修行道場で調理場の指揮を執る「典座」という役職の老僧と出会いました。その出会いこそが、道元禅師様の仏道修行の概念を覆し、今日の曹洞宗において「修行と食事が、大切な関係で結ばれるきっかけ」となりました。

精進料理は野菜や大豆などが食材の中心となり、食材が限られている分、調理や味付けが難しいものです。その中でいろいろな形に野菜を切り食感を増やしたり、きれいに盛り付け視覚で味わってもらうことも、食べる側を思う大切な工夫です。

道元禅師様は典座教訓の中で「すべからく道心をめぐらして時にしたがって改変し大衆をして受用し安楽ならしむべし」と説かれています。それは「調理するときは一生懸命に食材と向き合い、季節によって調理方法を変えながら、食べる人の心がやすらかなようになる心がけるべきである」という教えです。そして食べる側はまた、そのような作り手の工夫や苦勞を思いながら、感謝して丁寧に食べることを大切に、いくなれば「いただきます」というご縁を大切にしなければなりません。

人間が食事をする回数は、一年で千回を超えます。ものがあふれかえる現代社会だからこそ、今一度、食事が出来るまでのすべての「ご縁」に感謝しながら「いただきます」、「ごちそうさまでした」と心を込めて言いたいものです。