

第13組圓徳寺候補衆徒 佐々木真元（ささき なおはる）

「いただきます」

先日、保育園の年長組の子が、「どうしていただきますっていうの」と聞いてきました。うちの園では食事の前に、年長組は『食前のことば』、「みひかりのもと、われ今幸いに、この清き食を受く、いただきます」を。下の組では「お父さん、お母さん、給食のおばさん、ありがとう。いただきます」と唱和します。私もそうですが、皆様も食事の前に合掌して「いただきます」と言っておられると思います。

「いただきます」は食事を頂けるという感謝を表す言葉ですが、では、何に對して言っているのでしょうか。

それは、私たちが毎日食べる肉、魚、野菜などの食材を育ててくださった農家の方。それが市場へ並ぶようにしてくださった業者の人たち。食べ物を買うお金を稼いでくださった家族。料理を作ってくれた人等などに対して。そして何よりも、これから食べることによって私自身の命の基となる、肉や魚、野菜そのものの命に対して。それに、食事をする私自身の存在には、両親や先祖からの永い命の繋がりがあります。また、食材や自分自身を育ててくれた大地や大気、太陽の恵みなどなど、少し考えただけでも無数の様々な人や事象が絡み合っ、今この食事を頂ける状況が作られていることがわかります。

自分の命は自分だけのものではないというのはよく聞く話です。なかなか素直に頷くのは難しいですが、生命活動の基本である食事一つをとっても、様々な縁によって成り立っていて、自分一人では食事もできない。自分の命は一人ではつないでいけない、自分の力だけで存在しているわけではないことに気がかされます。そうしたことを思いますと、「いただきます」は、突き詰めれば、自分を取り巻くすべての縁に感謝する言葉だと思えます。

全ての悩みや苦しみは、周りや自分自身が、自分の思い通りにならないという自己中心的な思いから起こるのでしょう。全ての縁に感謝するということは、そうした自分を中心に物事を捉えていた自分に気付くきっかけになるのではないのでしょうか。