

ありがとうと言える子どもを育てる

さまざまないのちのつながりに気づき、おかげさまのこころを育む。

今回は、「食前の言葉」と「食後の言葉」についてお話しいたします。

私ごとではありますが、高校1年生の7月に、西山別院で得度習礼を受けました。その頃の「食前の言葉」と「食後の言葉」は、次の通りでした。

【食前の言葉】

われ今幸いに、仏祖の加護と衆生の恩恵により、この美しき食をうく。

つつしみて食の来由を尋ねて味の濃淡を問わじ。つつしみて食の功徳を念じて品の多少を選ばじ。

戴きます。

【食後の言葉】

われ今、この美わしき食を終りて、心ゆたかに力身に充つ。

願わくは、この心身をささげて、おのが業にいそしみ、誓って四恩に報い奉らん。

ご馳走さま。

その時の感想を今も覚えています。「来由は、由来、うく、はぐくむじゃないかな？」「味の濃淡を問わじ。品の多少を選ばじ」とは、旨いか不味いか、多いとか少ないとかを言いませんということか。「心ゆたかに力身に充つ。確かに身に充つなあ」「四恩に報い奉らん」の、四恩って難しいなあ」

次に、2009（平成21）年10月まで使われた言葉です。

【食前の言葉】

み仏と、みなさまのおかけにより、このご馳走をめぐられました。

【食後の言葉】

深くご恩を喜び、ありがとうございます。

尊いおめぐみにより、おいしくいただきました。

おかげで、ご馳走さまでした。

保育園で20年以上も使っていました。短くて分かりやすいですね！

最後に、2009（平成21）年11月からの言葉です。

【食前の言葉】

多くのいのちと、みなさまのおかけにより、このごちそうをめぐられました。

【食後の言葉】

深くご恩を喜び、ありがとうございます。

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。

おかげで、ごちそうさまでした。

解説によりますと、「ご恩」とは阿弥陀さまのご恩、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、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。「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。「食事の言葉」をつねに自ら声に出すことよって、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。そのことよって、ものの本当の価値を見いだす人間性が養われていくことになることでしょう。

どの言葉とても味わいがあって、繰り返せば繰り返すほど仏さまのご恩に感謝せずにはいられないですね。

みんなで、ご唱和いたしましょう。

合掌

まことの保育の願い

教育原理委員会 柳溪暁秀