

日本の食事文化の一つとして、「食べ物を好き嫌いなく残さず食べるように」と、Aさんは小さい頃、祖母より教え込まれてきました。一方、食べ物の食べ方に対して、日本とは考え方が異なる国もあります。

\*

Aさんがある国を訪れ、知人の家に食事の招待を受けた時のことです。テーブルには料理が乗りきらないほど並び、沢山食べるようにと勧められました。御馳走を満喫し一息ついた頃、知人から「食事は済みましたか」と尋ねられました。テーブルには料理が残っていたため、Aさんは申し訳なく思い、満腹でしたが「後で残さずいただきます」と答えたのです。すると、知人が非常に不機嫌になったのでした。

事情が呑み込めずにいたAさんに通訳者が、「この国では料理が残るくらいたくさん料理を出すことが、最高のおもてなしなのです。料理が残らなかつたとしたら、招いた側は相手を満足させられなかつたことになるのですよ」と教えてくれたのです。

国により食事の慣習には違いがあります。日本においても考え方はそれぞれにあるでしょう。以下はAさんが経営しているレストランに来店した家族の話です。

幼稚園児の男の子と母親と祖母が食事をしている最中に、突然男の子が「野菜は食べない」と大きな声で叫んだのです。料理の中に嫌いな野菜が入っていたのです。母親は慌てて「静かにしなさい、好き嫌いせず、残さず食べなさい」と、きつい口調で



## 感謝して食することの 大切さを伝える

言いました。

その後、祖母が「無理して食べなくてもいいのよ」と優しく語りかけ、「だけど食べ物、これを育ててくれた人、料理してくれた人がいるのだからありがたうの感謝の気持ち忘れてはいけませんよ」と告げました。すると男の子は野菜を見て「ありがたう」と言い、一口だけ食べたのです。

Aさんは、祖母が幼い子にもわかるように、食べ物を大切にし、感謝することを教えていた場面を見て感動しました。Aさんも小さい頃、祖母に「食べ物は何でも感謝していただくのですよ」と言われていたことを思い出したからです。そして、感謝して食べることを、食べられない物は誰かに分け、適量をいただこうと決めました。

\*

禅宗には、「五観の偈(げ)」という教えがあります。食事に際して自分が反省すべき五つの心得を箇条書にしたものです。その一つに、「この食事がどのようにしてできたかを考え、自然の恵みと多くの人々の働きを思い感謝致します」とあります。

食の安全が世間で叫ばれている昨今、何を食べたら良いのかと議論されています。それも大切なことですが、まず私たちの命を支えてくれる食べ物に感謝することが肝要です。食事をする際には、食卓に並ぶまでに食べ物に手をかけてくれた人への感謝、食べられることへのありがたさが自然と湧いてくるような心が育まれるよう、家庭から心の構築をしていきたいものです。