

喜心 老心 大心

「典座教訓」から

曹洞宗の御開祖、道元禪師は食事を司る典座和尚の心がまえとして『典座教訓』の中で三つの心を説いています。

一つ目は「喜心」です。

典座教訓では《今の自分は、人間世界に生まれ、しかも三宝供養のための清らかな食事をつくっている。まったく喜ぶべき身の上であり、喜ぶべき自分自身である。》とあります。三宝というのは仏教の三つの宝で仏・法・僧のことです。その宝を供養することを自分の喜びとしなさいと道元禪師は言っているのです。もう少し広い意味で考えれば、誰かの為に食事を作ったり何かしてあげたりすることを喜ぶことが「喜心」です。

二つ目は「老心」です。

子を思う親の心のことです。典座教訓では《親というのは、自分が熱いことも寒いことも忘れて、子どもの暑さを庇い、寒さから守つてやる。思うに、これこそ親が子を思うこの上なく深い心である。》とあります。親が子を思う心は、利害や損得といったものが入り込む余地がなく、また、わが身さえも顧みずに、ひたむきに子のために注がれます。いかなる思惑も、見返りを求める気持ちもない、純粹な心で食事をつくるべきだと言うのです。

三つ目は「大心」です。

《ここにいう大心とは、その心を大きな山のようにどっしりとさせ、大きな海のように広々とさせて、一方に片寄ったり固執したりすることのない心である。たとえ数グラムの軽いものでも軽々しく扱わず、また重いものに対しても、特別に大げさに重々しく取り扱ったりしない》

高級な食材であつても粗末なものであつても分け隔てしない心が正しく大心といつていいでしょう。食材だけでなく食事をふるまう人に対しても相手の地位や立場に関係なく大心の心がまえが求められます。

この三つの心は食事を司る際の心がまえであると同時に、普段の生活においても心掛けたい大事な心です。和食という日本文化の中に息づく禅の教えとして大切にしていきたい心です。