

## 飯島賢二の『恐縮ですが...一言コラム』

### 第 346 回 多くの命に支えられ『人が良くなる』ことへの感謝

2010.1.10

『食』という字を分解すると、『人』と『良』に分かれる。食べることで『人が良くなる』ということを表している。何気なしに毎日食べている食事だが、大変な食物連鎖があり、因果応報を感じざるを得ない。例えば、マグロを2切れ食べたとする。マグロは生涯で、およそ1,000匹のイワシを食べ、イワシはアミエビを5億匹食べ、そのアミエビは、プランクトンを約5兆食べるそうだ。人はマグロ2切れを食べると、20分生きられるだけのエネルギーを得る。ということは、人が20分生きるために、1,000匹のイワシ、アミエビ5億匹、プランクトン5兆の命をいただいていることになる。つまり人が良くなる、人が生きていられるのは、沢山の儚い(はかない)命が支えてくれているということなのである。

動物としての人間が生きていく為には、食物連鎖の中で多くの生命が犠牲になる。これは宿命であり、かつ揺るぎない真理であり、生理的欲求の原点である。調査捕鯨すら目の敵にするグリーンピースやシーシェパードが、あまりにも政策的で、狭隘な活動に見えてくる。

でも、従って、『食』を疎(おろそ)かに考えてはいけない。わずか360円のお弁当も、作った人の心が込められているし、材料も沢山の命の集合体なのだ。自分だけで生きていたと思ったら大きな間違い。むしろ「生かされている」という意識を持つべきなのかもしれない。このことをもう一度、肝に銘じて、食べること、そして作ってくれた人に感謝し、そこで使われている食材に感謝すること、決して忘れてはならない筈である。

でも大丈夫だと、僕は思っている。それは、日本人が昔から「食事」に対する特別な思いに根拠する。例えば食事の時の挨拶にある。外国では、食事ときに宗教的な挨拶がよくみられるが、日本の食事の挨拶には、2つの素晴らしい言葉がある。つまり「**頂きます**」と「**ご馳走様**」だ。この2つは日本独特の挨拶といって良い。

「頂きます」とは、「私の命のために動植物の命を頂きます」の意味から。古くから人は自然の恵みをもって生きてきた。自然の恵みとは、言い換えれば、数々の動植物の生命をもらうこと。これらの行為は生きとしいけるものすべてに共通の行為。命が繋がって皆生きている(生かされている)のであり「多くの生き物を犠牲にして生きている」事、偉大な自然への感謝の気持ちを表したものだ。

そして食事が終わった時に「ご馳走様」と言う。「馳走」とは、本来「走り回る」という意味の言葉だったそうである。その昔、大切な客人を迎える時に、その準備のため、馬を走らせて方々へ出向き、物品を調達していた。その様子から、「馳走」と言う言葉に「もてなし」の意味が含まれるようになった。江戸時代に、ご馳走を頂いた事への感謝の意をあらわす言葉として、使われ始めたのがきっかけのようである。今となっては、何気なく使いがちな言葉だが、元来、食べ物や作り手への感謝の気持ちが自然とわいた表現だったのだ。

日本人の「食」に対する気持ちと振る舞いは、文化として伝統となった。「頂きます」、「ご馳走様」は、食べ物への感謝と、大変な思いをして食べ物を用意してくれたことへの感謝の気持ち、食事への敬虔な気持ちを表す挨拶の言葉であり、日本の食文化の素敵な一面だと思う。「頂きます」、「ご馳走様」の挨拶と共に毎日の食事を重ねていく中で、日本の素晴らしい食文化が、心と体に染み渡っていくのではないだろうか...。豊かで便利な飽食の現代、「食べ物を大切に思う心」をほんの少し呼び戻し、本当の「豊かな食」を楽しんでいこう。