

第二回 日本料理作法 目次

第二項 日本料理作法のこころ

一 求道の精神	2
二 「作法」と「こころ」	3
第二項 箸	5
一 箸にまつわる言い伝え	6
二 食事作法の基本	9
三 割箸の割り方	10
四 箸構え	12
五 箸の作法のいろいろ	16
六 忌み箸・嫌い箸	20
七 箸の種類	23

第三項 会席料理とその作法

一 大切にされる季節感	28
二 会席料理とは	29
三 会席料理の献立	32
四 会席料理の作法（一汁七菜）	34
第四項 いろいろな作法	53
一 上座と下座	54
二 座布団の作法	56
三 お辞儀の作法	57
四 襖の作法	58
五 歩く時の作法	60
六 懐紙の作法	61

第一項 日本料理作法のこころ

一 求道の精神

日本の文化には古来より道を究めるといった

「求道の精神」があります。茶道、華道、書道、

武道などの道の教えは、日本文化の教養を身につけるだけでなく、私たちの人格や日常生活の質を高めるのに大きな役割を果たしてきました。そして私たちはその道を、*所作や姿勢などの決め事の修練や鍛錬の積み重ねにより究めていきます。

「求道の精神」には共通して、「礼に始まり礼に終わる」という相手に対する「感謝のこころ」があり、無形のこころの文化と言えます。

この「求道の精神」は、日本の食文化においても、*庖丁道、*食札などの日本料理作法の中に生きております。「食べる」ことは、生きていくために不

*所作（しよさ） その場に応じたのたちふるまい。茶道や礼儀作法だけではなく能や歌舞伎、日本舞踊などでも使われることば。



*庖丁道 日本料理の流派は平安時代から始まると伝えられ、それらの料理に関する作法、故実(昔の法例や儀式の規定・慣例など)、調理法などのことで、庖丁という最も頻用する調理器具を象徴して呼ばれる。

『職人尽歌合』(模本)部分
(七十一番職人歌合)



東京国立博物館蔵

*食礼 食事の礼儀作法

Image:TNM Image Archives Source:<http://TnmArchives.jp/>

可欠な毎日の行為ですが、人間は他の生物とは違い、そこに「食事作法の文化」を見出し、その作法は他人と食事をする場面で定着していきました。

また、食事の作法は、どこかに通って習うものではなく、躰や毎日の生活、こころがけにより自然と身につけていくものです。

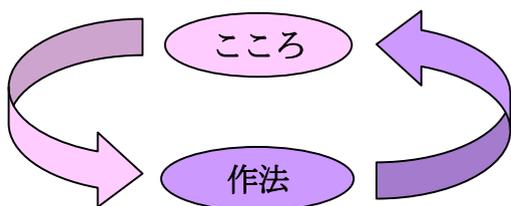
二 「作法」と「こころ」

では何故、所作や姿勢などの決め事(作法)を身につけることが、道を究めることとなるのでしょうか。

それは、決まった所作や姿勢にはそれぞれ意味があるからです。その意味を理解し身に付けることによって、内面である「こころ」(感謝・思いやり・やさしさ)が磨かれていきます。その磨かれた「こころ」が再び「作法」へと宿り循環することで、自然と美しい「こころ」と「作法」が完成されてい

くのです。

一家団欒^{だんらん}、親族の集まり、宴席などの食事の場面では、お互いの理解を深め、よりよい人間関係を築くための機会を提供してくれますが、ここでは「作法」が互いの「こころ」を通わせる重要な役割を果たします。



四條司家で祝う人日の節供（二月七日）