

食育セミナーNo,64 世界無形文化遺産登録 「和食」の精神性

自然の尊重から生まれた「和食」。四季折々、各地域で異なる表情を見せる自然に寄り添い、日本人はそれぞれの食文化を作り上げました。自然は豊かな恵みだけではなく、ときに厳しく災害などをもたらします。風土が持つ地理的あるいは気候的な環境を受け入れ、日本人は自然と深く関わって生きてきました。現代ほど科学や技術が発達していなかった時代には、自然は偉大な存在であり、人はそこに神を感じ、豊作や大漁を祈りました。収穫の喜びと感謝が祭りとなり、今なお各地で続いています。

このようにして日本人は、食の恵みをもたらす自然を尊重する「精神性」を育んできました。



和食が単なるひとつの料理のジャンルとしてではなく、食文化としてとらえられている理由のひとつとして「精神性」があげられます。

自然や自然を守ってきた祖先や神々への感謝の気持ちが「いただきます」の言葉に表れています。

(農林水産省 和食ガイドブックによる)