斎食儀(食事作法)

「食前の言葉」

われ今(いま)幸(さいわい)に、
仏祖(ぶっそ)の加護(かご)と
衆生(しゅじょう)の恩恵によって、
この清き食(じき)を受(う)く。
つつしんで食(じき)の来由(らいゆ)をたずねて、
味の濃淡(のうたん)を問わず。
その功徳を念じて品(しな)の多少をえらばじ。
いただきます。

「食後の言葉」

われ今、この清き食(じき)を終わりて、
心ゆたかに力(ちから)身(み)に充(み)つ。
願(ねが)わくは、この心身(しんじん)を捧(ささ)げて
己(おの)が業(わざ)にいそしみ誓って
四恩(しおん)に報(むく)い奉(たてまつ)らん。
ごちそうさまでした。

(C) Dr.Torako Yui& CHhom　無断転用・無断複写厳禁