



『^み身を削^{けず}り ^{ひと}人に^つ尽くさん すりこぎの
その味知れる ^{ひと}人ぞ ^{とうと}尊き』

仏教には「自利利他（じりりた）」という言葉があります。お釈迦さまのお悟りのご自身だけに留め置かず、すべての人々の幸福のために巡らされたことに依るのですが、すりこぎも「私の幸せはみんなが幸せになること、不幸な人がいるうちは私は幸せではありません」という『忘己利他（もうこりた：自分のことはさておき、他の幸せを願う）』無償の慈悲心を表わしたものです。もちろんすりこぎはそんなことも忘れてひたすらすりこぎなのだと思いますが…。また「人の身を 渡し渡して 己が身は 岸に上がらぬ 渡しもりかな」という世語もあります。自分はいつでも対岸に渡れるのに、まずは人々をこちら岸から彼岸へと渡す船頭さんのような菩薩行も参考にしたいものです。

とかく「情けは人の為ならず」のように、他者への善行が巡り巡って自分に返ってくるとか、他者に善行を施せた自分を喜ぶという自己満足や善行の押し売りが多い世ですが、それでは利他しているつもりでも自利の為の利他に過ぎません。いわゆる「人の為と書いて偽りと読む」という次元に落ちてしまいます。ただ、未熟な私たちは一足飛びにすりこぎや船頭さんのような生き方ができる訳ではありません。すりこぎだって最初からあの滑らかな丸みを持っていたのではなく、すり鉢にすられゴマをすりながら知らず知らずのうちにまあるくなったのでしょう。偽善と知りつつも繰り返し繰り返し…ただひたすらに…やがて無心に…、が大切なのだと思います。

…気まぐレシピ…

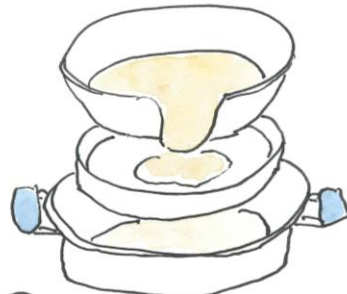
「今月のことば」にすりこぎが登場したので、昔を思い出して精進料理の定番であるゴマ豆腐を作ってみることにしましょう。南禅寺での修行時代には洗いゴマを大きなすり鉢とバットのようなすりこぎでトロトロになるまですっていました。これがなかなか骨が折れる。新参雲水の仕事として100人前くらいのゴマすりを誰もがさせられたものです。そのトロトロをさらし布で水中にこしながら（実はストッキングでこすのがイイ！）作るのが最も風味が冴えて美味しいのですが、家庭用に手軽ながらもそれに近い仕上がりのレシピをトクベツにご紹介いたしましょう。

材料（7～8個分）：水600cc、吉野くず50g、あたりゴマ（ねりゴマ）50g

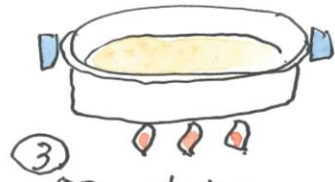
※よくあるレシピでは昆布だしを使ったり、塩やみりん、酒などを入れたりするものもありますが、経験上、何も用いないほうがシンプルでおいしい（「禅」は示すヘンに単と書きます！なんちゃって）。近頃は高級食材の吉野葛もスーパーにありますし、味付けをしていない練りゴマも売っていますのでご利用ください。



① ボウルに材料を入れてよく混ぜる。



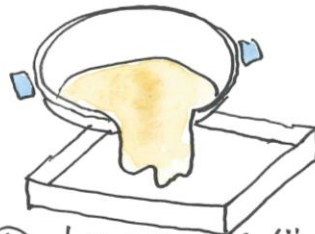
② うらごし器でこしながら鍋に移す。



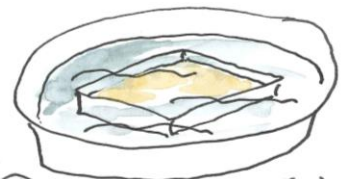
③ 鍋を中火にかける。
(最初から木べらでよく混ぜること)



④ とろみかっついて、フツフツ沸いたら必ず混ぜる。さらに5分。
(火は落とさない)



⑤ 水でさらせたバットに生地を手早く流し入れる。
④ 隅は箸でつつく。

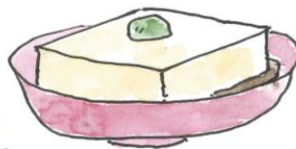


⑥ 粗熱かどいたら水を張ったタライにバットごとつける。

⑦ あとはお好みの大きさに切って冷ゾー庫で冷やし、おさむとしょうゆで召し上がれ。

※水で一度ぬらしたという意味

こんぼ木べらのおさむはやはり生おさむがおいしいのです



「出来あかり!!」

お好みにより、くず粉を減らすとクレンテレンの舌ざわり、これもまたおいしいのです。

今回は気まぐれでしたが、B面のネタに困ったら精進料理のレシピをご紹介するかも？ 期待して 期待せずにお待ちください。