

赴粥飯法（ふしゆくはんぼう）

食と仏道とは一体

僧堂に赴いて粥や飯を頂く作法

僧堂への入り方にはじまり、食器のならべ方、祈り、給仕の仕方、

食事の受け方、食べ方、食事中の態度等

食は毎日のこと

手を合わせ食事を頂くことが心の支えになる