

# 常国寺だより

2018年新春号

## 本山の御影堂・如来堂の国宝指定



新年明けましておめで  
とうございます。

さつそくですが、新年  
にふさわしいご報告があ  
ります。

三重県津市にある高田  
派本山の御影堂（みえい  
どう）、如来堂（によらい  
どう）が、国宝に指定さ  
れました。

なんと、建造物として  
の国宝指定は、三重県初  
ということです。三重県  
といえば、お伊勢参りを  
すぐに思いつきますが、

津市の一身田（いしんで  
ん）にある高田派本山、  
専修寺（せんじゅじ）に  
もお寄りいただきたくい  
思っています。

一身田は専修寺を中心  
として発展した寺内町  
（じないちょう）です。  
いわゆる観光地のお寺と  
いう雰囲気ではないです  
が、町を含めて、昔なが  
らの風景がのこっていま  
す。

国宝に指定された御影  
堂は、一六六六年に建築

され、親鸞聖人の木像が  
安置されており、七百八  
十畳敷のとても大きな御  
堂（みどう）となってお  
ります。

如来堂は、一七四八年  
に建築され、「証拠の如  
来」と呼ばれる阿弥陀如  
来の木像が安置されてお  
ります。

信仰を中心とした文化  
が形成され、静かに受け  
継がれている高田派本山  
にぜひ一度いらしてみま  
せんか。

# 「坊守」とその心をなく。

常國寺坊守 浅尾 昌美

本山の坊守基礎講座で

精進料理講師のお務め。

当寺の本山「専修寺」で開催されている「坊守基礎講座」(年間十一回のシリーズ)を受講しています。坊守(ぼうもり)とは、浄土真宗では僧侶の妻を指しますが、この講座では坊守としての基礎知識や役割、心得などについて学びます。

この講座は今年で三年目。毎回、約二十名の坊守さんが、三重県を中心に近隣のお寺をはじめ、遠くは東京から参加されます。

講座の中の一回として、私も、精進料理の講師を務めさせていただきました。今回は、このときのお話をさせていただきます。

坊守さんとしては、精進料理に関心をお持ちの方が多く、この講座だけを受けたという方もいらっしゃいました。同業の方々なので、厳しい目で受講される方もあるかもしれないと、講師としては、やや緊張するところもありました。

## 精進料理から伝える心。

精進料理といっても、魚や肉を避けたお食事を供すればよいというものではありません。精進料理の歴史や目的、食の文化的な意味、心身を養う意味などを、後世に伝えてゆくことを前提にしてお話しすることを

忘れることはできません。

私たちは、生きるために多くの動物の命を奪ってしまっています。そのことを謙虚に受け止め、慈しむ心を持たなければなりません。

「命を大切にすること」は仏教の中で大事な教えです。それは、自分以外の生命を大切にすることにとどまらず、自身の命、自身の人生を大切にすることをも含みます。

今回、坊守向けの講座でも、食材をていねいに扱い、手間暇かけて作りました。そして、精進料理が大切にする「命を大切にすること」心を入れ込むことによって、滋味あふれる料理

を供することができました。

こんなご感想をいただきました。

「素材の持ち味がよくわかります」

「味つけが穏やかで、好きです」

「からだに染みわたるよう」

常國寺で坊守として、  
心がけることは五つ。

一つ目として、まず大切にしたいのは、お檀家のみなさまへの接し方。あわただしさや忙しさを抑えてご対応することです。日頃の急速な時間の流れを忘れていただけるような場をご提供したいと願っています。

二つ目は、お檀家のみなさまとの会話です。ご来寺いただいたとき、明るく、やさしく接することを心がけます。そして、みなさまのお話に耳を傾けるように努めます。

身近な方が亡くなられた場合には、

そのお悲しみを察し、言葉や表情だけではなく、さらに奥深いところにあるお心をお示ししたいと思えます。

三つ目は、お掃除です。一年を通じていろいろな行事がありますが、その都度、お掃除は欠かせません。みなさまがいらっしやるときには、澄んだ空間のたたずまいを感じていただくように努めています。

お庭は、もちろん毎朝、お掃除をしています。小さな庭ですが、四季折々の息吹が感じられます。

夏は、井戸水で水撒きをしているときなどに、セミの抜け殻を見ついたり、秋から冬にかけては、紅い落ち葉を見つけたりして、ストーブの用意を思いつくこともあります。時折、この赤坂にも雪が降ることがあり、そのときは、樺の花に雪が積もる風物詩を写真に収めたりします。

また、庭のお掃除をしながら、亡

くなられた檀家のみなさまを思い出すこともあります。お掃除は心の中をも清めてくれます。

四つ目は、おいしいお茶を入れること。お墓参りに見えた方が、墓参の後、ひと息つきつつ「おいしいお茶！」と言ってくださいます。夏には、冷えたお茶や、ぬる目のお茶で喜んでいただきます。

五つ目は、常國寺の住職や、前の坊守（義母）の健康を考えます。墓参に見えた方から「おばあちゃんはお元氣？」と尋ねられることがあります。「百歳までは元氣に」と願っています。寺の家族が元氣でいることは、みなさまのお元氣を支えることにもなる、と考えています。

こうした信条は、前坊守から引き継いだ心であり、お務めであります。

# 春夏秋冬お料理帳

管理栄養士 浅尾昌美

新春を祝う



新しい年を迎え、今年も元気で過ごせるように願います。今回は、精進料理の汁もので、滋養があり、おめでたい配色の一品を選びました。

主材料は伊勢いもです。別名つくね芋と呼ばれています。大和芋の仲間、ずんぐりとした形で、昔から滋養があるといわれています。

伊勢いもは、江戸時代から栽培されていますが、土を選ぶため生産地が限られています。また、品質が良いため、和菓子にも使われています。

今回は、昆布出汁に、白みそで味をつけています。そこに田舎みそ少々を加えることでコクが増し、白みそ仕立てが苦手な人にも、いただきやすい味になっています。  
※伊勢いもがない場合は、大和芋が使えます。

## 伊勢いもの紅白の汁もの

金時にんじんを梅の型で抜き、最後に三つ葉を入れて新春にふさわしい色になっています。

### 材料四人分

昆布出汁	600 ml
白みそ	50g
田舎みそ	15g
伊勢いも	300g
京にんじん	60g
三つ葉	2把

### 作り方

- ① 昆布出汁を鍋に入れ、弱火にかける。
- ② にんじんは3cmの輪切りにし、梅の型でぬき、幅5mmに切る。
- ③ ①の出汁の中に入れる。  
伊勢いもは皮をむき、おろし金でおろし、スプーンで混ぜ、空気を入れる。
- ④ 出汁に白みそと田舎みそを入れて味を調べ、伊勢いもをスプーンですくい入れる。
- ⑤ 三つ葉を洗い、3cmに切る。最後に味をととのえる。
- ⑥

赤坂寺庵(てらん) 精進料理教室のホームページ <http://akasaka-teran.net/>

常國寺だより

編集者 浅尾 妙綾  
発行 真宗高田派常國寺