

# 光明

こうみょう

夏  
—  
第235号

特集1

## お盆のある夏

特集2 お施餓鬼

新連載 長谷寺御朱印めぐり

しんごんしゅうぶざんは  
真言宗豊山派



# 光明

目次 夏  
第235号

03 | 特集1  
お盆のある夏  
～ご先祖さまとの数日間～

11 | 仏道・心の処方箋 ⑦

13 | 弘法大師に学ぶ ⑪

15 | 特集2  
お施餓鬼

22 | 新連載  
長谷寺御朱印めぐり ①

25 | 黒川伊保子  
人生のトリセツ ②

27 | 法事のしおり ⑥

29 | 仏教童話 ⑭⑥  
悪竜のなみだ

35 | ヘルシーうれしい 精進料理 ③⑥

37 | 作品募集 仏さまを描いてみよう!

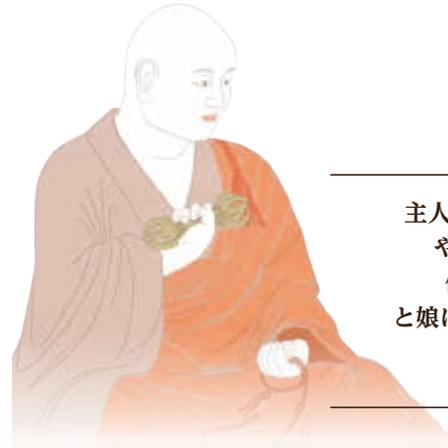
40 | こうみょうパズル



## 弘法大師に学ぶ

## 【相談】

主人が先立ったので、私の葬儀は娘夫婦に  
 やってもらうことになると思います。  
 何かあれば私が面倒をみるからね、  
 と娘には言われます。娘にはなるべく迷惑を  
 かけたくないのですが、  
 どうすればいいでしょうか？



## 【回答者】高橋尚夫

真言宗豊山派総合研究院 前院長  
 大正大学名誉教授／埼玉大王寺 住職

「ご質問の中の「迷惑をかけた  
 ない」という言葉は万人に共通  
 で、だれもが異論のない言葉です  
 が、ときおり葬儀を簡単にする口  
 実ともなっています。家庭の事  
 情、社会の変化に伴い葬儀が簡  
 素化されてきていることは事実  
 であり、それに対するコメントは  
 差し控えたいと思います。ここ  
 では親子の関係について少しく  
 探ってみたいと思います。

大師のお言葉で尤も有名なも  
 のに四恩しおんの教えがあります。「四  
 恩おんとは一には父母、二には国王、  
 三には衆生しゅじょう、四には三宝なり。我  
 を生じ我を育するは父母の恩、

きます」

天よりも高く地よりも厚し、身を  
 粉にし命を損しても何の劫げつにか  
 報ずることを得ん（性霊集八）。  
 第一に父母の恩が挙げられてい  
 ます。誌面の都合であとの三つ  
 は割愛します。「私を養育してく  
 れた父母の恩は天よりも高く地  
 よりも厚い。身体を尽くし、命を  
 懸けても決して報いることは出  
 来ない」ということでしょうか。ま  
 た、「父母には朝夕に孝せよ（実  
 語教・伝弘法大師撰）等ともあり  
 ます。実は「迷惑をかけたくな  
 い」、或いは「心配をかけない」と  
 いう言葉は親だけではなく子の  
 立場からも発せられるべきもの

です。質問には「何かあれば私が面  
 倒をみるからね」という娘さん  
 の言葉があります。まさに親が  
 子に対する思いと、子が親に対  
 する思いが重なっています。素  
 晴らしい娘さんを育てたではあ  
 りませんか。

最後に少し難しいですが大師  
 のお言葉を紹介いたします。「提てい掣せつ  
 撃げつする者は親なり、遠きを追う

者は子なり（性霊集四）。提掣  
 とは「手を引いて助ける」、遠き  
 を追うとは「親の最後まで思う」  
 という意味です。「子を助けて養  
 育するのは親であり、親の最後  
 を思い、弔うものは子である」。

どうぞ今後の憂いなく充実した  
 日々をお送り下さい。

ではないでしょうか。

『六方礼経』という有名な原始  
 経典があります。長者の子シン  
 ガーラは父親の遺言により、訳  
 も分からず、毎朝、東・西南・北・  
 上・下の六方を礼拝していまし  
 た。釈尊はそれを見てシンガー  
 ラにその意味を説いて聞かせま  
 した。それは私たちの日常の倫  
 理、人間関係をやさしく説いた  
 ものでした。東は親子、西は夫  
 婦、南は師弟、北は友人・親戚同  
 士、下は主従、上は宗教者と信者  
 のありかたを述べたものです。  
 二千年以上も前の教えですが、  
 親子については次のようになり  
 ます。（種々な漢訳がありますが、  
 パーリ語の原典から翻訳してお

- 子が父母になすべきこと五つ
- 一、養育された私は彼らを養おう
  - 二、彼らの仕事を行おう
  - 三、家系を存続させよう
  - 四、家督を継いで行こう
  - 五、亡くなった祖霊たちに施物  
 を捧げよう
- 父母が子になすべきこと五つ
- 一、悪事を遮止する
  - 二、善事に入らせる
  - 三、技芸を学ばせる
  - 四、ふさわしい妻（夫）と結婚させる
  - 五、適時に家督を継がせる

大事なことは、一方方向では  
 なく双方のあり方であることで

「西国三十三所 観音巡礼朱印 大悲閣」

長谷寺御朱印めぐり①  
「西国三十三所 観音巡礼朱印 大悲閣」



大悲閣

御朱印は、納経印と呼ばれるように、写経の奉納によって授与されるものです。

近年、納経の証としてだけでなく、旅の思い出や、仏さまや神さまとご縁を結んだ記録として、御朱印をいただく機会が増えていきます。

総本山長谷寺にはたくさんの御朱印があり、今号からひとつずつ紹介していきます。初回は西国三十三所の御朱印です。

御朱印の中央には大悲閣と記され、慈悲深い観音さまのお住まいである本堂（観音堂）を参拝したことを意味します。

西国三十三所の歴史は古く、

養老2年（718）に廻りま

す。長谷寺を開山した徳道上人が病で生死の境をさまよった時に、冥府で閻魔大王に出逢い、世の中の悩み苦しむ人々を救うために、三十三の観音霊場を開き、観音さまの慈悲の心に触れる巡礼を勧めよと、起請文と三十三の宝印を授かります。現世に戻った徳道上人は、観音霊場の礎を築かれました。後に、花山法王の中心を経て広がり、その第八番札所が総本山長谷寺なのです。

西国三十三所は日本最古の巡礼といわれ、2府5県にまたがり、全行程は約1000kmにも及びます。

また、御朱印は徳道上人が

閻魔大王から授かった三十三の宝印が起源といわれています。宝印をすべて集めると極楽浄土への通行手形になるとされたのです。この御朱印が、日本最古といわれているのです。西国三十三所観音巡礼は、令和元年5月に日本遺産に登録されました。

西国三十三所観音巡礼  
公式webサイト



<https://jh-saikoku33.jp/>

# コーンとポテトの 巻き巻きスティック揚げ

トウモロコシは夏の野菜、と思っていませんか？

いえいえ、「小麦」「お米」と並ぶ世界の三大穀物です。

暑い夏、ごはんのかわりにゆでたトウモロコシを

食べる方も多いのではないのでしょうか。

今回は、旬を迎えるトウモロコシと、

相性の良いジャガイモを合わせた洋風レシピです。

爽やかなトマトのソースをつけて、

お召し上がりください。

## 材料・作り方

約4本分 所要時間40分

|         |      |       |
|---------|------|-------|
| トウモロコシ  | 1/4本 |       |
| ジャガイモ   | 1個   |       |
| 春巻きの皮   | 4枚   |       |
| 塩       | 少々   |       |
| カットトマト缶 | 200g |       |
| A       | 砂糖   | 小さじ2弱 |
|         | 塩    | 少々    |
|         | しょう油 | 少々    |
|         | 水    | 小さじ2  |

水溶き片栗粉(使う直前によく混ぜる)  
片栗粉 小さじ1  
水 小さじ2

- 1 トウモロコシは、熱を加え食べられるようにしてから、芯にそって包丁を入れ実をはずす。
- 2 ジャガイモは皮をむき水にさらす。一口大に切って、器に入れてラップをかけレンジで3~4分加熱して柔らかくする。
- 3 加熱したジャガイモをスプーンなどで潰し、トウモロコシと塩を入れて混ぜ合わせておく。
- 4 春巻きの皮を広げ、3の1/4を細長く広げてのせる。
- 5 手前からひと巻きして両端を内側に一度折ってから、更に奥へ巻いていく。最後のひと巻きに、水溶き片栗粉をぬってから巻くと、止まる。  
※巻く時なるべく空気が入らないように
- 5 160℃~170℃の油で、きつね色になるまで揚げる。
- 6 トマト缶を鍋に入れて、Aで味を調え、スティック揚げに添えて完成。

※トウモロコシはよく水を切ったコーン缶(30g)で代用可