

心の宝

令和5年 秋号

謙虚、真実、気高い

花言葉

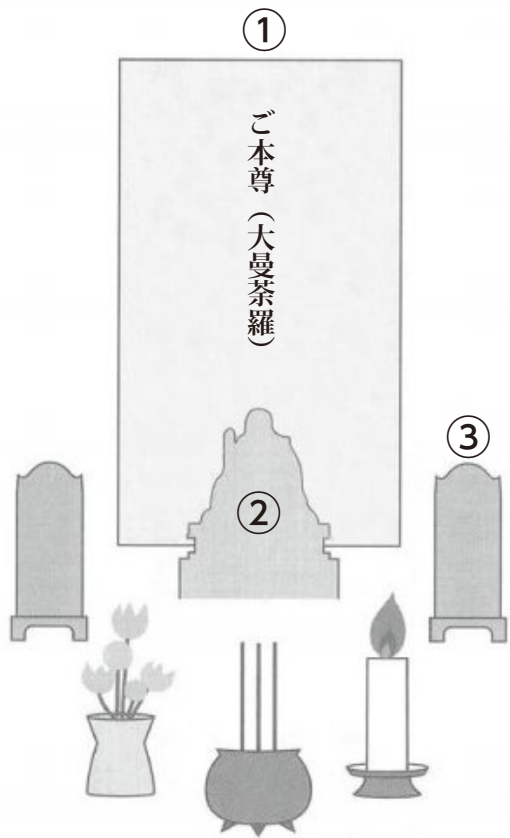
キンモクセイ
(和名・金木犀)

宗華法本顯

ご本尊を正しくおまつりしましょう

私たちが信仰の対象として、心をこめて拜むのがご本尊です。顕本法華宗のご本尊は、お釈迦さまが法華経を説法されておられる様子を、宗祖日蓮大聖人が文字で顕されたもので大曼荼羅といわれます。

ご本尊は、お釈迦さまの悟りの世界そのものであり、その大慈悲心を顕したものです。顕本法華宗の信徒である私たちは、宗祖が顕された正しいご本尊を掲げて、毎日の信仰増進に励むようにしましょう。



①ご本尊（大曼荼羅）

総本山妙満寺から授与されたご本尊をお仏壇の最上段の中心におまつりしましょう。

②日蓮大聖人像

宗祖をお慕いする気持ちからご尊像をおまつりする場合でも、ご本尊の前を大きくふさいではいけません。

③お位牌

ご本尊や日蓮大聖人像をおまつりする壇の一段下におまつりください。やむをえず上段に置く場合も、ご本尊をふさいではいけません。

信徒の心得

- 一、私たちの宗旨は顕本法華宗です
- 一、顕本法華宗の総本山は京都の妙満寺です
- 一、私たちは日蓮大聖人が定められた大曼荼羅を御本尊として篤く仏・法・僧の三宝さまに帰依します
- 一、私たちは妙法蓮華経と日蓮大聖人の御書を教えの拠り所とします
- 一、私たちはお釈迦さまを教主と仰ぎ日蓮大聖人を宗祖日什大正師を開祖として経巻相承を宗是とします
- 一、私たちはお釈迦さまの大慈大悲を信じて努めて菩薩の行を実践します

目次

まなびの時間	2
聖訓カレンダー	6
あやしい宗教団体の勧誘にご注意を！	9
ぶらり寺々を訪ねて	10
おつとめのお経一語一話	12
写して学ぼう 写経体験	14
仏教Q&A	16
ひとくち法話	18
檀信徒のひろば	19
住職からのまごころ一品	20
まちがい絵さがし	22
宗門だより	23
こちら編集部	24
本山だより	25

先師 乾竜院日乘上人にまなぶ

けんりゅういんにちじょう

千葉県 茂原市 龍教寺住職
特命布教師

川崎英真



顕 本法華宗の長い歴史の中では、数えきれないほどの僧侶が輩出され、本山はじめ全国各寺院で檀信徒を教化され、また布教興学に努められてきました。いまこの誌面を見てくださっている方の中にも、菩提寺住職や御歴代の住職と

のご縁によって、仏法に触れられて、顕本法華宗の信仰を深められた方がおられることでしょう。我々僧侶はどの時代、どんな社会情勢になってもお釈迦さまの正しい教えを弘め、人々に安心をあたえていく使命があります。

今回は、数多き本宗の先師の中から江戸初期にご活躍された乾竜院日乘上人（1598-1645）という方を紹介させていただきます。

日乘上人の生い立ちを簡単にお話しします。日乘上人は現在の千葉県東金市の生まれで、市東刑部左衛門という名主の子でありました。

日乘上人の幼少期、刑部左衛門は村の年貢米軽減を幕府に訴え、米蔵をやぶって、飢えた人々に米をほどこしたため、幕府により切腹させられました（諸説あり。東金に義人塚が伝承）。当時は幕府に逆らうと、子どもまで殺されてしまう時代です。周囲の人々は何とか幼き日乘上人を生かそうと、東金市酒蔵の布留川与五右衛門に頼みかくまいました。

その後、日乘上人8歳の時、千葉県東金市の本漸寺六世の自然院日信上人の弟子となり、多くの修行をされました。そして20年後に日信上人の法灯を継ぎ、本漸寺七世になりました。

後、寛永12年（1635）38歳で本宗僧侶の養成機関であった大綱宮谷檀林（学問所の能化（教授）に、寛永16年（1639）には、42歳にして京都妙満寺三十二世貫首に推挙され、正保2年（1645）に48歳でご遷化されました。ご遷化後には、布留川家が中心となつて東金市酒蔵の円蔵寺に日乘上人御像を祀るようになり（乗師堂）、今日でも地元で顕彰されています。

日 乘上人は師である日信上人の教示もあり、日蓮教学の土台ともいえるべき天台学に秀で、多くの注釈書を著して檀林で教鞭

をとられていました。【文末に、日乗上人の著述を天台学、宗学に分類して紹介します。】天台学の詳細は略しますが、中国の南北朝時代から隋の時代にかけて、天台大師智顛（538-597）という方が天台教学を確立されました。そして天台三大部といわれる『法華玄義』『法華文句』『摩訶止観』はとても有名で、先師先哲はじめ今も私たちが学ぶべきものになります。

日乗上人は、この天台学を中心に注釈書を著され、これらは後の先師や同志によってさらに研究され、注釈書、論文等も発行され続けています。

なぜ、日乗上人は多くを学び、それを後進に講義され続けたのでしょうか？ それはひとえに信仰を深め、実践していくことの大事を常に思われていたためだと私は思います。日蓮大聖

し、皆がお題目信仰に基づいた幸福な生き方を実践できるよう、日々応援して、安心をあたえる仏教者です。

皆さまにおかれましては、日々お題目をお唱えください。そしてお寺参りをされ、法華経を誦読してください。また、仏教についての質問は、ぜひ菩提寺住職にしてください。その様な積み重ねが信仰を堅固にし、仏教的な善行や、心豊かな生活につながるのだと思います。

南無妙法蓮華経 合掌



人、日什大正師の教えや本懐を深く理解して宗内同志に教育し、法華経有縁の方々の成仏や追善供養を疑いないものとし、今を生きる有縁の人々に幸福と安心をあたえられた先師だと思います。

日蓮教学は、天台学を学ばずしては我々も深い理解ができません。お寺は葬式仏教と揶揄されることもありませんが、根本法華宗の僧侶は拜み屋でもなければ寺を護持するだけの人もありません。法華経と日蓮大聖人の御書をもつて修行し、縁ある人々に布教教化



※天台学

- ・『西谷名目条例』三卷（寛永年中）・『四教集解誌義』七卷（寛永年中）・『四教集解歴承』二卷（寛永年中）・『四教集解中誌録』五卷（寛永年中）・『四教集解聴視誌録』・『止観述聞』五卷（元和四年）・『不二門指要抄随覧』二卷（寛永年中）・『法華玄義釈籤考拾記』十卷（寛永六年）・『文句揚決』一卷・『説法品神力品講演録』一卷・『法華文句記述解』二卷（寛永十七年）・『法華文句記攬剛』十卷（寛永十七年）
- 宗学
- ・『流通搜源記』一卷（寛永三年）・『受不受抄』一卷（寛永七年）・『信行要道義』一卷（寛永十七年）



写真：『信行要道義』 一卷

十月

日蓮一人 にちれんいちにん

南無妙法蓮華經 南無妙法蓮華經等と
声もおしまず唱うるなり こゑ

報恩抄 ほうおんじょう

建治二年（一二七六） 大聖人五十五歳

『報恩抄』は日蓮大聖人が55歳の時、師僧であった道善房の追善供養のため書き上げられました。道善房は建治2年に亡くなられましたが、大聖人は俗世を離れ山深くおこもり中で、直ちに山を下りられず、弔問するかわりに、衷心からの一書をしたためました。それがこの『報恩抄』です。この中で大聖人は三つの大切なことを述べられています。一つ

目は法華經をお説きになったお釈迦様を御本尊にすべきこと。二つ目は法華經本門に基づく戒壇が大事であること。「戒壇」とは、御本尊に向かってお題目を唱えて修行する場所のことです。正しい修行道場のことです。三つ目は、世界中の人が、何よりも優先して「南無妙法蓮華經」とお題目を唱えるべきであることです。

ご本尊に向かい、戒壇という場に立ち、「南無妙法蓮華經」とお題目をお唱える時、「この『南無妙法蓮華經』は、わたくし日蓮の広い慈悲の心によって、はるか未来まで弘まり続けるだろう」と大聖人は述べられています。そして最後には「法華經の功德が、亡くなられた道善房の精霊に集まることだろう」と、追善の言葉で終わられています。

十一月

一乗の羽をたのみて
寂光の空をもかけりぬべし いちじょう はね そら

壬盃蘭盆御書 うらぼんごしよ

弘安三年（一二八〇） 大聖人五十九歳

この『壬盃蘭盆御書』は日蓮大聖人が59歳の時に書かれたもので、大聖人のお弟子、治部房日位上人の祖母が、お盆供養のお米や瓜やナスを贈られたことへのお礼状です。

御文章中の、お盆の起源となった目連尊者のお話はとても有名なす。目連尊者の母親は目連尊者にはとても優しい母親でしたが、他の人にはとても物惜しみをしたもので、その罪で餓鬼道に堕ちてしま

いました。目連尊者は神通力で母親に食べ物を食べさせようとしませんが、食べ物に火になり、母親は食べることができません。困った目連尊者がお釈迦さまに相談したところ、7月15日に各地の聖僧を集めて百味の飲食物を供養するようにと言われ、そのとおり実行すると、母親が餓鬼道から救われたというお話が書かれています。そのお話の最後に今月のこのお

言葉があり、「法華經という羽があれば寂光の空を飛ぶことが出来ます」とあり、法華經の力こそが、父母祖父母はじめご先祖さま、そして子々孫々の末までの精霊を成仏に導くと示され、孫の治部房が僧として、お釈迦さまを仰ぎ法華經を信する大善は、あなた様も成仏へ導くと語られています。法華經信仰の大切さと有難さを学びましょう。

十二月

南無妙法蓮華經とばかり唱えて
佛になるべき事もっとも大切なり

日女御前御返事

建治三年（一二七七） 大聖人五十六歳

この御遺文は、建治3年8月、日蓮大聖人が56歳の時、身延で認められ、女性門下の日女御前に送られたお手紙です。日女御前についでの詳細は明らかではありません。しかし、お手紙の内容から、法理を理解する教養があり、信心の志の厚い婦人であったことがうかがわれます。

当時は蒙古襲来後の混乱期であり、人々は再度の蒙古襲来を恐

れ騒然としていました。そのような中、日女御前は純真な信心を貫き、大聖人から御本尊を賜ったことへの感謝を込めて、御供養をお届けしたのです。そのご返事がこのお手紙です。

「来世の福運をも得るために、信心に励んでいきなさい。『南無妙法蓮華經』とだけ唱えていくことが最も大切です。成仏を成し遂げるかどうかは、ひとえに信心の

厚薄、信じる心が深いか浅いかによるのです。仏法の根本は信心をもつて源とするのです」と書かれています。

このことから、法華經を厚く信じる心とともに、お題目をお唱えすることは最も大切であるといえます。私たちも日々法華經を受け持ち、至心にお題目をお唱えして、み佛のお心に叶う毎日を過さしましょう。

“子ども”も“大人”も

あやしい宗教団体の勧誘にご注意を！ 顕本法華宗布教部

夏休みや冬休み等、長期休暇日は子どもも大人もつい開放的な気分になります。あやしい宗教団体にとってこのような期間は、信者獲得のため特に利用しやすい手段となります。世の中には宗教団体といたしながら、危険な活動をする集団が存在し、恐喝・怒号・拉致・監禁・付きまといなどの迷惑行為や脅迫で加入させたり、異性を利用した巧みな勧誘や、家庭生活が破綻するような、法外な布施・寄付金の要求もあります。急に昔の知人から連絡があつてファミリーレストランに行ったら数人に囲まれてハンコを強要されたなどの勧誘事例も多数あります。

また、あやしい宗教団体は自分たちに都合のいいように物事を解釈します。ケガをしたら「教団のために尽くさないからだ」「仏罰が当たる」とい

い、良いことがあれば「ほらっ、いうことを聞いたから」といいます。

宗教は本来、人を幸せに、そして、人生の選択肢を増やしていくものですが、逆にあやしい宗教団体は選択肢をなくし、最終的には家族や近所付き合いも崩壊させてしまいます。

おかしいと思ったら菩提寺に相談し、「きつぱり断る」「相手にしない」「警察を呼ぶ」といった強い態度で臨みましょう。

また、家族で話し合う時間もつくり、お互いに注意し合ひましょう。



ぶらり 奇々を訪ねて

かつて好評をいただいた連載コーナーが新しくなりました。ご住職からの一言も紹介いたします。

第2教区

如意山 経胤寺

千葉県印旛郡酒々井町
本佐倉21-1



開基 日怡上人

創建 康治2年(1143年)

住職 第39世 小松正学師



お寺の見どころ

経胤寺は、寺伝によれば千葉常胤公(つねたね)によって祖母(二説には娘)の菩提を弔うため創建され、常胤寺と称していましたが、大永元年(1521)に真言宗から現在の顕本法華宗に改宗後、経胤寺(「つねたねでら」との別称あり)と改称しています。

境内には、高さ2・3mから4・45mの宝篋印塔(ほうきょういんとう)5基と、文政5年に檀信徒によって写経された『法華経』を納めた棹石(さおいし)の巨石供養塔があり、創建は不明ながら棟札によると、延宝3年に改築の本堂は、町の指定文化財となっています。境内地も広く、四季おりおりに散策も楽しめます。

住職として心がけていること

宗教の役割は、日々の生活での心の安心だと思っています。そのために境内掲示版にはポスターを掲示し、檀信徒の方には、『心の宝』とともに寺報を郵送して、日蓮大聖人のみ教えをお伝えしています。



第8教区

佛住山 長久寺

山口県岩国市岩国2丁目12-4



開基 玄種院日浄上人

創建 慶長19年(1614年)

住職 第32世 島田幸憲師



お寺の見どころ

長久寺は、名勝「錦帯橋」(きんたいきょう)に歩いて数分と近く、岩国城下町地区にあります。お寺に隣接する小路は、現在は名称が変わってしまいましたが、以前は「長久寺小路」と名付けられていました。慶応二年に、付近の同宗派寺院「慈雲山日光寺」と合併し、現在の長久寺となりました。

世界でも珍しい木造の五連アーチ橋「錦帯橋」は、春は「日本さくら名所百選」に選定されている桜の名所で、夏には伝統的な鮎漁「鵜飼い」や、秋には城山の紅葉、冬は雪化粧と、錦川の遊覧船など、四季折々の色彩豊かな景観を楽しむことができます。

また、長州藩岩国領、吉川家お膝元城下町として、歴史的な面でも興味深い地域です。

住職として心がけていること

岩国は山口県の東端にあり、広島広域都市圏の二都市でもあります。広島県は勿論のこと、他県に転出されているお檀家さんも多くおられます。地元と他県のお檀家さんに、幅広くかつ細やかに寄り添い、いつでも安心してお寺に参詣いただけるよう努めてまいります。



おつとめのお経 一語一話

第十六回

お経の中には、たくさんの言葉が出てきます。
このコーナーでは、毎回ひとつの言葉にスポットを当てて解説いたします。

「忍善」

忍 善とは「汝今信力をいだして 忍善の中
に住せよ(中略)仏は不実のことばなし

汝達一心に聴け」という法華経 従地涌出品第
十五の文です。

忍にんというと、自分一人だけが辛いことのように
ですが、しかしながら「忍善」となりますと、善
い行いをして良い方向に向かっていくための忍

耐(我慢)という意味になります。

顕 本法華宗のホームページでは、令和5年の
大法要の特命布教師のご法話をYouTube

で見ることが出来ます。その中で、『飛鳥へ そ
してまだ見ぬ我が子へ』という本が紹介されま
した。32歳で悪性腫瘍の転移のため亡くなられ
た井村和清医師が、我が子に向けて、そしてこ

の本を手にとる全ての方々にも送るメッセージ
が記されている書籍です。

本の一文を紹介いたします。

「心優しい、思いやりのある子に育ちなさい。
(中略)私も右足切断の手術を受けたけれども、
負けなかった。これからは熱が出、咳きこみ、
血を吐き、もつともつと苦しい思いをすと思
うが、私は最後まで負けない。おまえたちの誇
りとなるよう、決して負けない。だからおま
えたちも、これからどんな困難に遭うかもしれ
ないが、負けないで、耐えぬきなさい」

井村医師の強い心を表した言葉は、ここで全
てを書き尽くすことはできませんが、真実に裏
打ちされた言葉は、読者の心に鳴り響き、心が
洗われて、感動を与えてくださいます。

私の母親も、急性白血病により25歳で旅立
ちました。昭和52年2月のことでした。その母

が僅かに言葉が出せる時に、まだ3歳であった
私が心配であったのでしよう。祖父母たちと父
に「息子をどうか宜しくお願いします」と言った
そうです。その心からの言葉によって、皆、心
を動かされ、私は育はぐまれました。今私がいるの
は、母に縁のあった人たちのお陰様であります。
ただただ感謝です。

今 号では、井村医師、そして僭越せんえつですが私
の母の話を見せていただきました。まず
井村医師の強い言葉には素直に感動いたしまし
た。また、井村医師の言葉を通して、記憶には
ありませんが、私の母親の思いの一部にも触れ
た心地がいたしました。

これらのお話が皆さまの心の琴線きんせんに触れ、子ど
もさんやお孫さんを心から愛しんで育んでくだ
さればと思います。また、一人ひとりが実行で
きる「忍善」とは何かということを考えていた
きたいと思います。

(成洋)



写経体験

本コーナーでは、前号に続いて「自我偈」の写経を体験していただき、ご自身の「身と心」を清める楽しさをご案内します。

写経作法の一例

- 手を洗い、口をすすいで身を清めましょう。
- 着座して(正座・椅子どちらでも結構です)、静かに目を閉じ、心を落ち着かせましょう。
- 合掌して、お題目を三回お唱えし、家族やご先祖に感謝の気持ちを持ちましょう。
- 写経は、ペン・鉛筆・筆ペン等何でも結構です。書きやすいもので丁寧に写しましょう。
- 写し終えたら、合掌して静かに目を閉じ、お題目を三回お唱えして終わりです。
- 写経の字に、上手下手は関係ありません。一文字一文字心を込めて丁寧に写すことが大切です。

出典

妙法蓮華經法華經 第十六章 如来寿量品の偈文は、冒頭の文字をとって、「自我偈」あるいは内容から「久遠偈」と呼ばれます。すべての仏典の頂点に立つ法華經、その中で特に大事なお経が如来寿量品で、さらにその中でも一番の肝心が「自我偈」になります。この經文の底にこそ、末法の衆生が等しく救われる南無妙法蓮華經の法門が秘められていると日蓮大聖人は教えられています。

經文の意味

餘國有衆生 恭敬信樂者
 我復於彼中 爲說無上法



意味…どこの地であろうと、仏を敬い尊び、教えを信じたいという人があれば、私はそこに赴いて最高の教えを説くのである。

解説文 顕本法華宗 おつとめのお経の解説より

餘國有衆生 恭敬信樂者
 我復於彼中 爲說無上法
 我復於彼中 爲說無上法

書：秋葉敬真師（東京 法成寺住職。毎日書道展審査会員、書道誌三耀社副会長）

正式な写経をされたい方

法華經「自我偈」全文の写経をされたい方は、総本山妙満寺にお問い合わせください。

〒606-0015 京都市左京区岩倉幡枝町91番地

顕本法華宗 総本山 妙満寺

電話番号 075-791-7171

URL <https://myomanji.jp>



／今さらきけない／
仏教Q&A



Q お香について教えてください。

A 仏さまにお供えするもので、お香・華・灯明の三つは、最も大切なものとされています。

お香のツカおりは、私たちの嗅覚を通して感じ取れるものであり、その芳香は心を静めて平和な気持ちを持たせる効能があります。仏さまに供えた馥郁たる香りが室内に満ちて、自分自身を包みます。元々は、香炉に香を焚いていたのですが、

線香ができてからは、これを立てるのが一般的になりました。

法華経法師品第十には、
 ・華^け 香^{こう}
 ・珞^{ろう} 瓔^{おう}…珠玉や貴金属を編んで、寺院堂内の仏具装飾に用いたもの。
 ・抹^ま 香^{こう}…香料を粉末にして調合したお香
 ・塗^ず 香^{こう}…体に塗るお香。
 ・焼^{しょう} 香^{こう}
 ・繪^{えい} 蓋^{がい}…仏殿を荘厳する

絹の天蓋
 ・幢^{どう} 幡^{ばん}…本堂内を飾る旗
 ・衣^{えい} 服^{ふく}
 ・伎^ぎ 楽^{らく}…中国から伝来した仮面をつけて演じられる無言劇

と、仏さまへ供養する十種の方法が説かれています(十種供養)。インドでは体臭を消すために、熱帯地方に多い香木から採った香料を体に塗り、部屋でも香を焚く風習が今でも残っています。

よく、「お線香は何本立てればよいですか?」という質問を受けますが、とくに本数は決まっていません。經典にも、何本でなくてはならないとも書いておりません。

良い香りを仏さまにお供えする「行為」そのものが尊く大切なことで、やがてその善行いが、巡り巡って我が身に「回り向かう」功德となつて報われるのです(「回向」については、本誌令和4年秋号をお読みください)。
 日々忙しく生活している私たちですが、お香を焚いて、仏さま、ご先祖さまと向かい合いい、心落ち着ける静かな時間を、一日一度はぜひ作っていただきたいと思えます。

「まちがい絵さがし」「仏教Q&A」「和顔愛語」応募要項

官製はがきまたは封書にて、住所・氏名・年齢・菩提寺名・『心の宝』への感想を記入の上、下記宛先までご応募ください(匿名で掲載希望の方は、その旨お書きください)。

〒700-0818 岡山市北区蕃山町3-5 本行寺内『心の宝』編集部

〆切り 10月末日 (消印有効)

千葉市
本壽寺
(住職 高吉佑明 師)



檀信徒のひろば

～私たちの菩提寺～

このコーナーでは、各寺院で行っている特色のある法要や、催し物、檀信徒の旅行会や、青年会等の取り組みなどを紹介します。



属することとしました。これが上総七里法華(上総十ヶ寺)の開創となり、当寺もそのひとつです。宝仏殿もあり、その中では日泰上人の法衣や袈裟が仏具といっしょに大切に保

管されています。幕府による厳しい禁制時代を偲ばせる御本尊や、「遍首題、古文書などもあり、先師たちの歩みを引き継ぐ大切さを日々感じられるお寺です。本来、お寺というものは仏道の教えを導く行為、布教というものが中心とならなければなりません。それが頭本法華宗の根幹を成すものです。コロナ禍に置かれる以前は、新年国禱会、4月の釈尊御降誕祭り、11月の御会式それぞれに歌手を呼んで歌謡曲、民謡、また三味線奏者等の奉納芸能としてのミニコンサート、檀家の方々のカラオケ大会など、様々な行事を通じて檀信徒を教化し、寺檀和合して楽しく催していました。再びこのような機会が訪れることを切に願って、仏道に精進してまいります。



ひとくち法話

「いしんでんしん」

区善勝寺
第二教区
千葉市溝口明生



10月になりますと、宗祖日蓮大聖人のご入滅をご供養する「御会式」が全国の寺院にて行われます(月遅れの11月に行う寺院もあります)。
我が宗派でも、茨城県長照寺の「お命日講(御会式)」は、檀信徒や地域の方々が参加され、出店などもあり、秋祭りのように大変盛大にされています。

何百年もの間、大聖人が毎年、人々からご供養されているのは何故か? ということを考えてみた時に私が思うのは「大聖人の決心、信念のもとに起こされた行動やお言葉は、深く人々の心に響いているのだ」ということです。たとえ肉体はこの世界には無くとも、その想い、心は後の世に伝わっていく。お釈迦さま、大聖人、偉人と呼ばれる方々の残したお言葉、言い替えるならば、その「心」は多くの人の心を打ち、そして時代が変わっても伝えられていくのです。これを身近に例えますと、皆様方のご先祖様の生前の「お心」というものも、子孫である私たちが伝え、受け継いでいかなければ

ればいけないものではないかと思えます。例えば年回法要の折にでも、若い方々に「故人はくが素晴らしかった」「人の笑顔が好きならだった」など生前を想い、故人のお心を話して伝え、お偲びする……そしてそれを聞いた人が「よし、私も先祖の心を引き継いで生きていこう!」となること、何よりご供養になるのではないかと思えます。「以心伝心」という言葉がありますが、私はこれを少しアレンジさせていただいて、心を残し後世に伝えていく、当て字にありますが「遺心伝心」という漢字がぴったりと当てはまるのではないのでしょうか? 合掌

Recipe 1

ナスの豚巻きロール

[材料] 2~3人前

ナス … 2本
豚薄切り … 200g
大葉 … 5枚

合わせ調味料

☆麺つゆ 3倍希釈 … 30cc
☆水 … 10cc
☆みりん … 10cc
(☆は混ぜ合わせておく)

つくりかた

1. ナスは、へたを落として皮をむき、豚肉の幅に合わせて4~5等分に切ります。大葉は半分に切る。
2. 豚肉1枚を広げ、大葉とナスを巻く。
3. (2)を耐熱容器にならべ、☆を回しかけ、ふんわりとラップをし電子レンジ(600W)で6分加熱。
4. 盛り付けて完成。



引きながら巻くと崩れにくくなります。



ナスがジューシーで美味しいです。お手軽にごちそうができます。



Recipe 2

キュウリの卵炒め

つくりかた

1. キュウリの皮を縦に3箇所ほどむき、半月切りにする。
2. 卵をよく溶きほぐす。
3. フライパンにごま油をいれ、キュウ리를炒める。少ししんなりしたら塩とごまを加える。
4. (2)を加えて、炒め和える。



[材料] 2~3人前

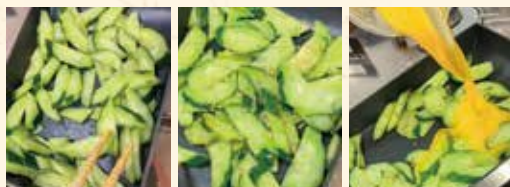
キュウリ … 1本
卵 … 1個
ごま油 … 大さじ1
塩 … ふたつまみ
ごま … 小さじ1



住職さんのメモ



90%が水分のキュウリは疲れた体に潤いを与えてくれます。いつもと違うキュウリの食感が楽しめます。



中村文治師

1976年5月5日生、兵庫県姫路市出身。身延山大学仏教学部卒業。岡山県の寺院で5年間の法務経験を経て、現在は円乗寺(兵庫県明石市)住職を務める。



じきほう
(食前の食法)

てんさんこうみあたたちごこく
「天の三光に身を温め、地の五穀に
たましいやしなみなほんぶつじひ
魂を養う。皆これ本仏の慈悲なり。」

南無妙法蓮華経。いただきます。」

(天の三光・太陽、月、星。 地の五穀・米、麦、粟、豆、黍などの穀物。)



ご住職が、心のこもった一品を紹介していただくコーナーです。皆様もぜひ。

ナスの豚巻きロール



キュウリの卵炒め



旬の野菜を使ったレシピをご紹介します。栄養豊富な野菜をたくさん食べて、元気に過ごしましょう。

宗務院

全国布教研修会

6月16日、全国布教研修会がオンラインにて開催され、特命布教師 吉本栄昶師（茨城県神栖市・長照寺住職）より、「現代を考える布教と墓地、葬儀、LGBTQ、大災害への対応」についての講義と、参加者との活発な意見交換が行われました。

公開研究例会

6月21日、教学研究所以主催（所長 窪田哲正師）の「公開研究例会」がオンラインにて開催され、見玉常優師（千葉県東金市・東

福寺）、河野巧禪師（千葉県東金市・法導寺）、藤崎裕学師（千葉県成田市・大経寺内）より研究発表があり、参加者からは活発な質問等がありました。また、研究発表後には、駒澤大学仏教学部教授 吉村誠氏により「玄奘三蔵のシルクロードー唯識思想の伝来」についての講演が行われました。

西部教区連合会

西部教区連合会総会

6月13日、総本山妙満寺において西部教区連合会総会が開催され、役員の任期満了に伴い、前会長 奥村智学師（大阪府茨木市 法華寺住職）に替わって、新



会長には京藤白應師（大阪市堂閣寺住職）が就任され、各教区代表役員を選出、行事計画、予算等について協議されました。

第六教区

本因坊戦開催

対局者寂光寺へ参拝

7月4日・5日、囲碁の家元元祖・本因坊算砂（本ほん元祖・本因坊算砂（本ほんぎょういん（ごちか）行院日海）上人が二代目の住職を務められた寂光寺（京都市・住職 大川日仰 猥下）において、第78期本因坊戦第5局が開催され

ました。囲碁の「本因坊戦」は七大タイトル戦の1つで、タイトル保持者で11連覇中の井山文裕本因坊に、挑戦者の一力遼棋聖が挑戦しており、当日は文裕氏が勝利しました。

また、3

日には本因坊算砂上人四百遠忌法要も併せて修行され、



（左）井山氏、（右）一力氏

囲碁を通じてお題目信仰を弘められた算砂上人のご遺徳を、対局者はじめ参詣者一同で偲びました。
※7月20日、最終局にて挑戦者一力遼氏が、本因坊を初獲得されました。

寛文法難先師顕彰参拜

6月5日、宮崎県日南市の飢肥において、恒例の寛文法難先師顕彰参拜が行われました。寛文5年(1666)幕府により配流となった精進院日英上人・福智院日応上人のご遺徳を偲び、先師の顕彰碑前において、世良隆善師(広島県東広島市・妙福寺住職)導師の下、先師報恩法要が厳修されました。



什青会

定例研修会

6月26日・27日の二日間にわたり、関西若手僧員の会「什青会」の定例研

修会が兵庫県庫姫路市で行われました。

姫路は



本多日生上人ご生誕・出家得度の地であり、特に縁の深い妙善寺(田久保修心住職)と妙立寺(中村昌平住職)へ順次参詣、各寺住職導師のもと法味を言上、続いて両寺の歴史・沿革と本多殿下にまつわるお話を拝聴しました。

また、播州の名刹で西比叡とも称され、映画「ラストサムライ」のロケ地にもなった天台宗の別格本山、書寫山圓教寺や国宝・姫路城を訪れ、見聞を広めました。

本山だより

塔頭成就院 中村英司師退任

平成14年3月より、21年にわたって本山執事および塔頭成就院住職を務められた中村英司師が、7月末日をもって退任しました。すでにご家族とともに師僧の中村侑司師



(福岡県柳川市・妙経寺住職)のもとに帰山し、法務に専従されています。



7月23日には、京都ホテルオークラを会場に「送別会」を開催、山内はじめ成就院檀信徒・各塔頭総代・満山会幹事など約70名が出席し、宗門・本山の執務、成就院の法務に尽力された中村上人をご慰労するとともに「一家との

こちら編集局

編集後記

石川県金沢市 本成寺 白井鍛光

私が『心の宝』編集局に入りまして今年で6年目を迎えます。初めて編集業務に携わった時には、編集業務とはこんなに変なのかと痛感したことを、昨日のこのように覚えています。それは6年経った今でも変わりなく、日々研鑽であります。

さて編集部では日頃から読者の皆様に興味を持っていただけるよう、わかりやすく、読みやすい誌面を目指しております。昨今では生成AIなどの技術により文書を構成、作成できることが容易になりました。しかし容易な反面そこには人の心というものがありません。

私たち編集局は、手を掛け読者の皆様方に寄り添った「心」ある誌面を目指しながら、残り少ない任期を努めてまいりたいと思います。…と、これもAIが書いたかも…。

別れを惜しましました。

なお、成就院の後任については当面の間、土持栄孝本山総務が住職代務者を務め、大慈院・足立幸謙師が法務を担当します。

山内職員の数は一の方ですが、全国末寺のお上の方・檀信徒の皆様には、変わらぬご支援ご協力を賜りますよう宜しくお願い申し上げます。

孟蘭盆施餓鬼会

8月5日、大川日仰猊下大導師のもと、孟蘭盆会施餓鬼法要が厳修されました。

あわせて、広島・長崎



原爆犠牲者をはじめとする全戦争犠牲者の慰霊法要を併修、さらに阪神淡路および東日本大震災、西日本豪雨など、全国各地で相次ぐ災害の犠牲者追悼と被災地の復旧・復興を祈りました。

うだるような暑さのこの日、御宝前では真剣な面持ちで幡・水・香を捧げ、熱心に手を合わせる檀信徒の姿が見られました。