

お大師様の「とば」(第15回)

時期応ぜざれば我が師黙念す
 く時機がこなければ、

お釈迦さまは説法なさらない。

『続遍照発揮性靈集』

相撲は、まず仕切りをして立ち会います。行司が「見合って、見合つて」と声をかけている間に、両力士は呼吸を整えます。両者の息が



合つたところで、行司がさつと軍配を引いて立会です。息が合うとき、タイミングが合うとき、これが時機です。

春になると桜前線が南から北へ走りますが、桜の花も、季節と桜の木の息が合わなければ咲きません。

密教では師資相承(ししそうじょう)といつて、師僧が弟子に大切な秘法を伝えるには、師僧と弟子に息が合う時機をととても大事にします。時機がこないときには、い

くら弟子があせつて師僧に、「早く行法(修行の極意)を伝授してください!」と頼んでも、師僧は黙つたままです。

和尚は、こういうとき、お釈迦様がおっしゃった「縁なき衆生は度し難し」という文句が大好きです。でも近頃では、この文句が一般化されて濫用されているようです。講演の下手くそな講師が、演説したあとで司会者から「先生、今日の聴衆はずいぶん居眠りしていました」と言われて、「君。縁なき衆生は度し難しだよ」という講師先生こそ度し難いのです。

ではいつ、衆生や弟子を度す時機がくるのでしょうか?その時機は突然やつて来ます。あたたかも相撲の仕切りのように、弟子の「教わりたい!」という気持ちと、師僧の「教えたい!」という気持ちが重なる時がくるのです。弟子をじつと見ている師僧には、それがわかるのです。師僧と弟子の息がぴったり合つ



たとき(この時を感応道交(かんのんどうきょう)といいますが、う)といいますが、はじめて伝授するのです。そのときは「写瓶



無遺(しゃびょうむい)」といつて、一つの瓶(びょう)の水を一滴もこぼさずに、もう一つの瓶に移すように、師僧が知つている秘法を残らず弟子に伝えるのです。和尚も何人かの弟子を育てていますので、よくわかります。時機がこないときにいくら熱心に教えても、弟子のほうは少しも頭に入らないのです。

あなたが部下や家族になにかを教える時や、小言をいうときには、時機をよく見ることです。あなたと息子、あなたと娘、あなたと奥さん、あなたと部下が感応道交したとき、あなたの意思は完全に写瓶(しゃびょう)されるのです。

空海のことば(大栗道榮書より)

納骨堂「太陽の塔 高天原」

からの「案内」

春のお彼岸期間中

見学ご相談会開催

納骨堂「太陽の塔 高天原」は、オープン以来、大変ご好評いただいております。

ご先祖を敬い、ご供養をしつかりしたい。そんなあなたに、天候に左右されずバリアフリーのお参りしやすい環境の「太陽の塔 高天原」をお勧めします。

お彼岸期間中、見学ご相談会を開催させていただきます。ご供養の事、最後の事やその他悩み事など、ご相談もお伺いいたします。

尚、開催期間中にご契約いただいた方には、ささやかですが、プレゼントをご用意致しております。

また、三月二十一日および二十二日には合同供養祭を行いますので、ぜひご参加ください。

三月二十一日(土)・・・真言宗

三月二十二日(日)・・・浄土真宗

永代使用の様々なスタイルの

納骨壇をご用意

和

なごみ

祭壇付納骨壇



(写真は4壇分です)

幅60cm×奥行42cm×高さ200cm

永代使用料



128万円

年間管理料 9,800円

雅

みやび

祭壇付納骨壇



(写真は3壇分です)

幅80cm×奥行42cm×高さ200cm

永代使用料



188万円

年間管理料 9,800円

祈

いのり

ロッカー式納骨壇



(写真は30壇分です)

幅40cm×奥行42cm×高さ34cm

永代使用料



29.8万円

年間管理料 9,800円

心

こころ

祭壇付納骨壇



(写真は6壇分です)

幅40cm×奥行42cm×高さ200cm

永代使用料



98万円

年間管理料 9,800円

お問い合わせ・お申し込みは

「太陽の塔 高天原」

広島市東区尾長東三丁目十一

0120-594-229

供養祭予定(上半期)

今年度、上半期の供養祭の予定をご案内いたします。日程が近づいて参りましたらハガキ、また、現地の案内看板にてご連絡いたします。

宗派は問いません。宗派が違くと馴染みにくいかもしれませんが、みな有難いお経です。一つでもお経をあげるといふ事は、自分自身の功德に繋がります。

【広島地区】

4月5日(日) 海田太陽霊園
5月10日(日) 矢野太陽霊園

【福山地区】

4月11日(土) 福山西太陽霊園

【岡山地区】

4月18日(土) チボリメモリアルパーク
5月24日(日) 金甲山太陽霊園
6月13日(土) 第2西大寺太陽霊園

【兵庫地区】

5月16日(土) 北神戸太陽霊園
6月6日(土) 相生西太陽霊園

【九州地区】

4月4日(土) 野口太陽霊園
5月2日(土) 宮崎布教所

6月27日(土) 始良太陽霊園

【愛媛地区】

4月25日(土) 北海道後太陽霊園

その他の行事予定

4月8日(水) 花祭り
毎月8日 薬師会
毎月18日 観音会
毎月21日 勉強会
毎月24日 地藏会
毎月28日 大日会

毎月18日の観音会に合わせて、高松太陽霊園や福山西太陽霊園の観音様をご供養しています。また、毎月24日の地藏会に合わせて、児島太陽霊園や金甲山太陽霊園のお地藏様をご供養しています。

霊園での供養祭は、ご参加いただいた各家の先祖供養をはじめ、各家のご繁栄と皆様のご健康、ご多幸を祈願するものです。また、なかなかお参りが出来ないご家庭もありますので、霊園全体のご供養をさせていただきます。

参加費や線香、ローソク等も不要ですので、お気軽にご参加ください。

尚、予定は変更になる場合がございます。



皆様のお越しを
お待ちしております。

春彼岸

「暑さ寒さも彼岸まで」という言葉があるように、寒さも遠のいて花便りもちらほら聞かれる頃となります。

お盆はどちらかといえば亡くなった方のため、という側面が強いことに対し、お彼岸は主に自分のためと捉えてもよいようです。

少し手間のかかった精進料理を調べ、仏前にお供えし、自らもそれを頂いて、ご供養してみたいかがでしょうか。

食べ物の命、自らの命、そして亡き人に感謝の意を込めて精進料理を作ってみましょう。

『春の食材を使った
精進料理をご紹介します!』

- 飯碗 わかめご飯
- 汁碗 新じゃがのあげ汁
- 平碗 春の味噌煮込み
- 膳皿 牛蒡の酒粕和え
- 坪 フキの酢味噌かけ
- 香の物

特別な法要は出来
ないけど…

おじいさんの好物
を作ってみたの。



お彼岸にはお墓参りに行かなくちゃ!

ご供養っていうのは、お墓参りだけじゃないんじゃよ!

そうだ!
相談しよう!



春のお彼岸前には是非ご検討ください!

春分の日、昼と夜の時間が同じに成る日、私たちの住む迷いの此岸（現世）と悟りの境地である彼岸（極楽）の距離が最も近くなります。この日の前後三日間に、ご先祖様の供養をしましょう。

お供え物をし、線香をあげ、手を合わせるといふ普段のお墓参りの他に、下記の方法もご供養になります。是非、お彼岸前にご検討してみたいはいかがでしょうか。

①建墓 ②墓地・墓石の補修 ③ロウソク立・線香立などの設置

なぜこのような供養をするのか?その理由は、御子息、お孫様などがお参りしやすい環境を整える事により、未来に徳を積むことに成ります。これが家の幸せ、親族の発展につながるからです。

ご相談は下記にて承っております。お気軽にお問合せください。

■広島地区

JAB 協同組合 広島石材事業部
(旧 日本国際通商支援協同組合)

☎0120 - 411 - 492

■岡山・倉敷・愛媛・倉吉・相生地区

JAB 協同組合 岡山石材事業部
(旧 日本国際通商支援協同組合)

☎0120 - 411 - 492

■鹿児島地区

JAB 協同組合 鹿児島石材事業部
(旧 日本国際通商支援協同組合)

☎0120 - 411 - 492

■福山・三原地区

株式会社フジタ石材

☎0120 - 541 - 594

西日本各地に広がる **太陽霊園**

お便りコーナー

皆様からのご質問にお答えします。



お寺さんを決めるにはどうしたらいいですか？

ご実家や、ご親戚がお世話になっている寺院があれば、その菩提寺にお世話になるという流れが一般的でしたが、ご事情により自分で新しく菩提寺を持つという方もいらっしゃいます。では、何を基準にして菩提寺を選んだらいいのか、左記に例を挙げてみました。



菩提寺を選ぶ基準

- ① 自宅に近い寺院
- ② 宗派の教義を理解した上で自分の考えにあった寺院
- ③ 様々な費用負担が少ない寺院
- ④ 葬儀会社や石材店の紹介する寺院

重要なのは、その寺院、住職を信頼し、護持協力をしていけるかということではないでしょうか。



永代供養について

最近では、色々な事情で永代供養をお考えになる方が増えています。

日本のお墓では、継承者がいることが前提となつていますが、継承者がいない場合は、寺院などに永代供養をお願いすることができます。



永代供養の種類

① 合祀型

観音様、石塔などの供養塔の地下にある方ロート(お骨を納める所)に他の個人のお骨と一緒に、お骨を納めます。他の個人の遺骨と混ざってしまうため、後から改葬することはできません。

② 個別型

お骨を一定期間(33年や50年など)個人の納骨壇や供養塔にお祀りし、契約期間が終了すると合祀へ移されます。

③ 集合安置型

骨壺を他の個人と共通の棚や場所に安置します。

改葬の手続きや墓石の撤去など、諸手続きが必要な場合があります。



納骨堂「太陽の塔高天原」

餅つき大会のご報告とお礼!

昨年12月28日、太陽の塔高天原において餅つき大会を開催いたしました。

当日は晴天に恵まれ、多くのご利用者様や地域の皆様にお越しいただきました。ご来場いただきました皆様に、心より感謝申し上げます。

もち米を蒸して、杵でつき、丸めるといった工程に30人のスタッフが大わらわでしたが、つきたてのお餅を頬張り、笑顔の絶えない、大変賑やかな餅つき大会となりました。

ご参加いただいたお子様は、慣れないながらも小さな体で大きな杵を振るい、小さな手で餅を丸め、全身真っ白になりながら頑張りました。皆様との触れ合いの中で、大変うれしいお言葉もいただきました。

今年も計画をしております。精一杯おいしいお餅をつきますので、皆様ふるってご参加ください。



塩分を無理なく減らす食生活のコツ

今回は無理なく実践できる減塩生活の知恵とコツをご紹介します。

高血圧は、動脈硬化、脳卒中、心筋梗塞、腎硬化症などの原因になる病気です。その高血圧の主な要因に挙げられているのが塩分の過剰摂取です。男性に多



いとされていますが、女性は更年期以降、女性ホルモンの減少に伴い、高血圧の割合が急激に増加するので気をつけなければなりません。

「ヘルシーな食事」と世界的にも評価が高い日本食ですが、味噌、しょうゆといった基本調味料や、漬物など「高塩分」が多いのが難点です。現在、日本人の塩分摂取量の平均は11gほどで、目標値に挙げられている6gよりかなり高めです。

減塩食は「物足りない」「美味しくない」というイメージがつきものですが、日常生活で少し意識することで、普段どおりの美味しさと満足感を保ちながら無理なく続けることができます。

★調理のテクニック

- ① 塩分以外の要素で味に深みをプラス。かつお節や昆布などのだしや、干しいたげや干し貝柱、きのこ類など、うま味成分を活かす。
 - ② 和え物やドレッシングはだしで割る。
 - ③ 鍋物は味をつけないだしで煮る。
 - ④ レモン、すだちなど柑橘類や酢などで酸味を活かせる。
 - ⑤ 炒めたゴマやクルミなどで和え、香ばしさをつける。
 - ⑥ 洋風料理には牛乳を使ってコクを出す。
 - ⑦ ごま油やオリーブオイルを少量だけ加えて風味を出す。(但し、食べる直前に)
 - ⑧ 唐辛子、山椒、わさび、カレー粉などの香辛料を使う。
- ★塩分以外の要素で味に深みをプラス
- ① シソやミョウガ、ハーブなど香味野菜で味付けに変化をつける。
 - ② 味噌汁は具を多くする。(4〜5種類)。
 - ③ 焼き魚は焼く直前に塩をふる。(中まで塩が染み込まない)
 - ④ 煮物や汁物は最後にしょうゆを加える。煮物は煮つめ過ぎない。

★食へのコツ

- ⑤ 見た目より塩分が多い加工食品(ハム、チーズ、練り製品など)に注意する。
- ⑥ 少量の調味料で美味しく食せる旬の素材、新鮮な材料を選ぶ。
- ⑦ 味にメリハリをつける(主菜をしつかり味にしたら、副菜は控えめな味に)

★食へのコツ

- ① 漬物と汁物は1日1回。
- ② 麺類の汁は、少なくとも半分は残す。
- ③ しょうゆやソースは、かけるよりもつけて食べる。
- ④ 最初は薄味のものから手をつける。(最初に濃い味を食べると、舌がそれを覚え薄味を感じなくなってしまいます)

★外食時のコツ

- ① うどん、そばは「煮込み」や「かけ」でなく、「ざる」にする。
- ② 井よりも定食。炊き込みご飯やまぜご飯ではなく、白いごはんを選ぶ。



日頃の心がけひとつでかなりの減塩が可能になります。無理のない減塩生活を始めてみましょう。

春のお出かけスポット

今回は各地の春のおでかけスポットをご紹介します。暖かい季節になり、少し足を延ばして、お出かけしてみませんか？

🌸 がいせん桜 (真庭郡)

「がいせん桜」は宿場町の街道の両側に日露戦争での戦勝を記念して植えられました。満開の時期には通りに137本の桜が咲揃う素晴らしい桜並木のトンネルとなります。



新庄村の春を代表する景色です。通りの両側には、さらさらと流れる水路があり、そのやさしい音色は「日本の音風景百選」「日本のかおり風景百選」にも選ばれています。

がいせん桜まつりでは特産品の販売や、傘踊り、民謡、太鼓などの郷土芸能が披露され、大勢の観光客で賑わいます。(4月中旬の日曜日)

【問合せ】新庄村産業建設課

☎ 0867-56-2626



朝霧湖公園鯉のぼり架け渡し(西予市)

自然美あふれる朝霧湖上の爽やかな空気の中を、鯉のぼりが悠々と泳ぐ姿を見ることのできるイベントです。子供が成長し役目を終えた各家庭の鯉のぼりを集め、子ども



たちの健やかな成長を願い架け渡しを行っています。約150匹の鯉のぼりは、大ききや形、色も様々で目を楽しませてくれるほか、時期が合えばツツジなど季節の花も咲き乱れ、鯉のぼりの架け流しに華を添えてくれます。(4月下旬〜5月中旬)

【問合せ】西予市役所

☎ 089472-1115



霧島神宮 お田植祭 (霧島市)

五穀豊穣を願う霧島神宮の「お田植祭」は、毎年旧暦2月2日に開催されます。ニギノミコトが初めて水稲を作ったという謂れに由来し、境内斎場で「田の神舞」が奉納されます。300年程の歴史をもつとされる

「田の神舞」は県の無形民俗文化財に指定されており、神宮の社人である児玉、橋元両家によって先祖代々引き継がれています。「おきな」や「おうな」、しゃもじを担いだ「田の神様(たのかんさ)」により、鹿児島弁で面白おかしく農耕劇が披露されます。(開催予定日時)

平成27年3月23日

・神事 午前10時〜

・お田植行事 午前11時〜

【問合せ】霧島神宮

☎ 0995157-0001



🌸 造幣局広島支局

花のまわりみち(広島市)

造幣局広島支局構内の一部が、八重桜を楽しむ人々のために、見頃にあわせて1週間ほど開放されます。「関山」「松月」「普賢象」など一般的な八重桜から、「大手毬」「紅手毬」など他ではあまり見られない珍しいものまで約20本が見事に咲き誇ります。開催期間は開花時期を考慮するため3月中旬頃に決定します。

【問合せ】造幣局広島支局総務課

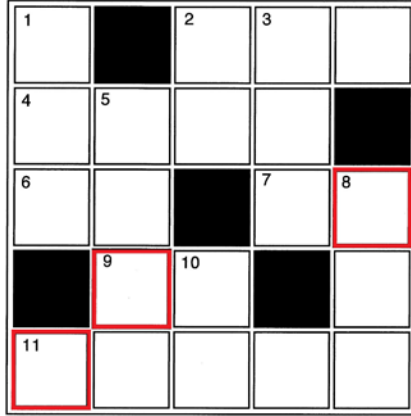
☎ 0821922-1597

クロスワードパズルにチャレンジ!!

ヒントを元に、マスに言葉を当てはめてください!

赤枠に入る文字を並べて出来る 3 文字の言葉はなんでしょう?

ヒント★太陽霽園を使用するには守らなければならない「○○○」があります。



【たてのカギ】

- 1 仕事で初めて会った時に交換する
- 2 子供の子供
- 3 権利などを手に入れるときに先に手続きをする
- 4 温度が低くてぬるいお湯

8 馬鹿の反対は?

10 特定のことにとっても詳しい人。食○○

【よこのカギ】

2 迷う事。気持ちに○○○がある。

4 ポチやシロの居る小さな建物。

6 スープを日本語で何という?

7 秋の味覚。おいしい木の実。

9 ○○ぼつくり。盆栽にもなる。

11 普通電車より早く、特急電車より遅い

52 〒700-0942
岡山市南区豊成2丁目10番113号
(宗) 円蔵院太陽の会
岡山事務局
クイズ係
行

・クイズの答え
赤枠の文字を並べて出来た 3 文字の言葉を記入してお送りください。

・今回の面白かった記事

・掲載を希望する記事

・ご意見ご感想

〒 住所
電話番号
会員番号
氏名 年齢

赤枠の文字を並べて出来た 3 文字の言葉を入力して上記宛先までご応募ください。

正解された方の中から抽選で豪華景品をご用意しておりますのでお楽しみに!

【締切り】平成27年4月末日(当日消印有効)

【当選者の発表】

第97号は発送が遅れたことにより、クイズの締切を平成27年2月末日としております。

当選者の発表は景品の発送をもって代えさせていただきます。

【川柳募集】

川柳を募集しております。日頃の思いを川柳で表現してみませんか。形式は問いません。上記宛先まで、ご応募ください!

ご応募いただいた川柳は太陽の会会報に掲載させていただきます。

