



## 灰峰山西教寺十五世坊守 釋尼彌遠（法藏院）一周会法要



母岩崎ヤヲ（前坊守）は一九三六（昭和十二）年四月一日、西教寺十四世岩崎俊雄とナヲの長女として生を受けました。辰川小学校（一〇〇八年廃校）時代は、学年では一番遅生まれで小さかつたので、よくいじめられて泣いていたそうです。片山中学を経て呉三津田高校に入学、当時はお寺にはきれいなお嬢さん（姉妹）がいるなど評判だったそうです。本当にどうか。その後、京都女子大学食物科（現食物栄養学科）に進学。楽しい大学生活だったみたいで、晩年は毎日のように「大学時代は楽しかった」と話していました。栄養士の資格を持つているのが自慢で、料理が得意でした。

その後、一九六〇（昭和三十五）年、坂田衛（正衛）

と結婚。結婚記念日の四月十日は、当時の皇太子（現上皇）と一年違いで同じ日にしたのだそうです。結婚後は、本山聖典意訳編纂委員会に従事していた父正衛と京都で暮らし、長女マヤを授かります。その後帰郷し、長男寧（やすし・ちねい）（智寧・筆者）が誕生あそばされました。

坊守としては、住職を補佐し、盛り立てたというやはり、性格の違う二人がお互いの足らないところを補い合っていたという感じだったとは、娘であり筆者の姉マヤの弁。確かに子供の頃から「お父さんは偉いんよ、何でも知つとつてんよ」と母が言うのをよく聞きましたし、父も「お母さんは偉いわい」と母の言動に感心している場面をよく見ました。若い頃はケンカもして

いましたが、基本的にお互いの違いを尊重し合い共存共生していた（笑）という感じです。

また母は、思いついたら即実行し、何でも熱中するタイプでした。私が幼稚園の頃でしようか、法座や日曜学校（子ども会）で仏教讃歌を歌うのに夫婦でエレクトーンを習いはじめました。練習はお夕事後、本堂で毎晩練習していたのですが、曲に合わせて姉と二人でスキップしながら本堂をぐるぐる回ったのが楽しい思い出です。加齢とともにだんだん上手に弾けなくなりました。また、長ノ木本坊でコーラス「歌いましょう」を始めたり、「歌のある楽しいお寺」にしてくれました。そこで、このたびの記念品は「仏教讃歌集」にしました。時々前坊守のことを思い出していただければ嬉しいことです。

私が小学校の頃でしようか、得意の料理の腕を生か

いうとなぜかご門徒さんのも作って、結局餡こがたらなくなつて父の分がなくなるということもありました（笑）。あらためて気づかされたのですが、母は自分が食べるチョコレートを買う時も、いつもご門徒や他の人にあげる分も買って、大概ご門徒とセットの生活をしていました。息子（私）は、余つたら勿体ないからやめるよう意見していましたが、今思うとお寺の者といふか佛教徒の大変な生活感覚なのかもしれないと思ふことです。

父である俊雄（前々住）の看病介護も大変だったようです。私は何も知らず京都で呑気に大学生活を送っていましたが、介護保険もない時代、時々つらそうな顔をしていたというのを、姉が母の七日参りの時に教えてくれました。

両親を見送り、子ども（姉と私）が結婚してからは、

お茶（数内流）やぶのうちりゅうに熱中。また、腰痛治療のため始め

して精進料理をはじめました。えいたいきょうじんし永代経懇志を進納された方にお斎ときとしてお出ししていたのですが、凝った精進料理が評判になつて、「どうやつたら食べられるんですか」と問合せが来たりしました。お斎の日は、台所は大騒動、子どもも手伝つて、私はよく胡麻豆腐用の胡麻搗り係りをしました。じょとうどう御正當（御正忌）報恩講の大深夜にお出しする白味噌仕立ての雑煮とか、御命日講のおはぎとか、手間のかることですが、「美味し物がいただける楽しいお寺」にしてくれました。



たフランダンスにも熱を上げ、インストラクターの資格までとりました。家族の制止も耳に入らず、教室をかけもちで教えたりしていました。

最後に、母（ヤヲ）は、み教えに生き、ご門徒さんを大切にした両親（俊雄・ナヲ）をとても尊敬し、手本としていました。長ノ木本坊は毎座、藏本通・三津田支坊は必ず一度は参つて本堂でお聴聞していました。それから、毎朝事の「正信念仏偈・和讃」の繰り読みを楽しみにしていました。同じくお寺で生まれ育つた者として、何年経つても格好ばかりの仏参ぶつさんで中身が伴わない私としては、理解を超えた世界を生きていた人でしたが、もしかしたら母にとつて本堂は、両親をはじめご縁をいただいた色々な方々、そして親鸞さまに会うことのできる楽しい場だったのかもしれないと思ふことです。

晩年は、軽度認知障害と診断され、徐々にできない

ことが増えていきました。お参りの約束を失敗したり、ご門徒の皆さんに大変な迷惑をおかけしてしまいました。この場を借りてお詫び申し上げます。また、ご門徒とお話をするのが好きで、あちこち電話をかけまくっていましたが、皆さん本当に優しく接してください、支えてくださいました。心より御礼申し上げます。

亡くなる少し前のことです。買った物を冷蔵庫に入れずに腐らすことが増えてきて、長ノ木本坊の台所で私がネチネチと母に小言を言つていた時、母が突然、「まづ三悪道をはなれて人間に生ること、おほきなるよろ」びなり。身はいやしくとも畜生におとらんや。家はまづしくとも餓鬼がきにまさるべし。心におもふ」とかなはずとも地獄じごくの苦にくらぶべからず。」と、源信和尚の「横川法語」の一節を誦じはじめました。どうしたのか尋ねると、母が子どもの頃、父さま（前々住俊雄）がこの言葉を紙に書いて食卓に貼つて、これを食事の

言葉として皆で唱和していたというのです。ご文の意味は、人間に生まれるとはどういうことか、人間として生きるとはどういうことか、地獄や餓鬼、畜生のいのちを生きてはいないか、人間を見失つてはいないか、そういうことを今から千年前の人が問いつづけ生きてゆかれた言葉です。現代の私たちは、千年前の人間の言葉だと馬鹿にできる生き方をしているでしようか。それにしても、なんでこの言葉が食事の言葉だったのだろうと思うことです。

母が子どもの頃は、ちょうど戦争中で食べる物もなく、皆生きるだけで精一杯の時代だったと聞いています。これは別の時に聞いた話ですが、お寺に来られる方もなく、祖父（前々住俊雄）がお寺の門のところに立っていた時に、母（ヤヲ）が、「誰かお参りをたのみに来てくれたらいいね」と言うと、祖父は「そういう時は餓（かつ）えて死ねばいいんです」と言つたそうです。



今はコロナで多くの人が同様の悩みをかかえていることですが、当時小さな娘の父親であつた若かりし頃の祖父の心境いかばかりかと想像することです。また、いつの話がは知らないのですが、人間関係がうまくいかず家族がグチを言つていた時に、祖父が「仏さまの方に顔を向けて生きていればいいんです」と言つたという話を聞いたことがあります。祖父の僧侶としての姿勢を感じるエピソードとして印象深く憶えています。

大変な時であるからこそ、人間を見失つてはいけないか、畜生や餓鬼になつていはいなか、自らを問い、律する言葉を祖父は選んだのだろうと想像することです。「世の住み憂きはいとふたよりなり。このゆゑに人間に生れたる」とをよろこぶべし。信心あさけれども本願ふかきゆゑに、たのめばかならず往生す。」

できなくなつたことを叱責しつせきする私に、母は「今でも言えるわよ」と、懐かしそうにツルツルと誦じてみせて

くれました。色々できなくなつて、いる母のいのちの深いところに届けられた深く尊い願い、今もなお生きているお育て、仏の心に触れ、涙が噴き出してきて何も言えなくなくなつてしまつたことでした。

晩年の母は、本堂のお仏飯ぶつばんを盛ることを自分の使命とし、亡くなる前日までお仏飯のことを気にかけていました。よたよた、もたもた、時間までに間に合わすことができなくなつても頑張つて本堂に通いました。

何が何やらよく分からぬまま一年が経ちました。一年経つてみて、上手く言葉にできませんが、少しですが感じ方や見え方が変化している気がします。そのわずかな変化とともに、気づいていなかつた深く大きく豊かな世界に開かれてゆく自分を感じます。粗末な心では何も見えませんが、心の眼を凝らし、耳を澄ませて大切なことに気づいてゆきたい、大切に伝えたゆきたいと思うことです。　　合掌称名（釋智寧・住職）



## 精進料理のすすめ

じょうじん

# 精進料理は、究極の健康料理だった

医食同源。身土不二。食が大事と言なながら、私達の住む地域に根ざしていた「精進」の習慣にどうして気づかなかったのだろう。私達にとって、仏事の日に精進料理を食べることは、日常あたりまえのことだった。精進の日には、肉や魚を食べないでつしみの日を送る。これは安芸門徒と呼ばれる淨土真宗を信仰する人達に受け継がれた美習である。つい最近まで「おたんやの市止まり」といい、一月十六日は市場が休みになっていたほどである。「おたんや」とは淨土真宗の祖、親鸞聖人の亡くなつた命日のことで、市場が休みならももちろん魚屋さんも休みだつたのだ。しかし、その「精進」の習慣も、少しづつ薄れてきたところに、最近のグルメ一边倒だった食の流れが、体にいい食材を食べる

西教寺長ノ木本坊住職の奥様、岩崎ヤヲさんは、おたんやや先祖の命日に精進するのは勿論、お寺でも精進料理を出している。この日は西教寺の庵にお邪魔して精進料理をいただいた。写真手前の煮込みはおたんやの保存食として考案されたもので、かつてはどこの家庭でも作り置きしておたんやの日まで一週間も精進していくのだそうだ。

「でも毎日煮込みばかりでは、特に子ども達は飽きてしましますでしょう？お精進といつてもやっぱりおいしくなくつちや。私は、テレビや雑誌を見て、中華や洋食も参考にして自由に色々作つてみるんです。精進スパゲティーや精進ピザは好評でした。お肉やお魚は、チーズや豆腐や湯葉で代用します。豆腐の天ぷらなど、たのんだぞうだ。

すり下ろした蓮根にパン粉と片栗粉を加えて混ぜる。これを海苔の片面に片栗粉をまぶしてのせ、油で揚げる。みりんと醤油を水で割り、砂糖を加えたそれを塗る。

### 蓮根の精焼き風

白胡麻を煎つてすり鉢でよくすり、水切りした豆…

腐乳、白味噌、砂糖、塩、酒を入れてさらにすり合わせる。ゆでて薺の目に切ったじやがいも、ゆでた菜の花、刻んだ干し柿、別に薄味で煮ておいた椎茸と人参を加え、最後に刻んだ油を加えて和える。

こと、特に野菜が注目され、意識して食べられるようになってきたのだ。そこで、精進料理の出番である。この地域に根ざしている精進を、野菜料理として紹介していく。しかも、おいしい精進料理としてクローズアップしていくというのだ。精進料理は質素、まことにいうイメージから、ひと手間かけて作る精進料理は本当においしくて、おもてなし料理としても蘇るごとうけあいなのである。

## 精進料理のすすめ NO.1

# おいしく、楽しくお精進できたらいいですね

もちもちとしておいしいですよ。

なるほど。ちょっと手を加えれば、肉や魚を使わなくて充分味わえる料理になるのである。メニューの中の蓮根の蒲焼き風など、もつちりした練り物のような味で、とても蓮根だとは想像できなかつた。汁をとるのは昆布と干し椎茸。水と干し椎茸を入れた瓶を冷蔵庫に入れ

ておき、常に作り足していく。

「その時にある材料で作りますから、いつも材料の顔を見つめはあれこれ考えています。精進料理は本当に奥が深い。これからも一生かけてお精進に精進しなくちゃ、という心境です。」

岩崎ヤヲさん



胡麻豆腐



### 薺の花の白合え

カツップに缶詰の胡麻ペーストと昆布各1杯、水3杯、牛乳2杯を混ぜてこし、しゃもじでかき混ぜながら煮詰める。最後に醤油を少し落として型に流し入れ、冷やす。「牛乳を入れると味が柔らかくなつて、子どもにも喜ばれますよ」と岩崎さん。

煮込み

大根、薺、人参、玉葱、ごぼう、里芋、玉葱、こんにゃく、干し椎茸、油揚げは全て薺の目に切る。野菜はあり合わせのものでよい。野菜は予め炒めておき、昆布と椎茸の出汁で煮る。味付けは醤油、砂糖、みりん、酒。小豆は一緒に煮てもいいし、別に煮ておいて盛り付ける時に合わせてもよい。