

ぼく・わたしを育てる ほとけのことば

今月のことば：「彼岸」(ひがん) ー目標を知るー

お彼岸の期間は、3月の「春分の日」と9月の「秋分の日」のそれぞれ前後3日間を合わせた7日間です。「彼岸」とは、「かの岸」、すなわち極楽浄土のことです。阿弥陀様がおられるこの極楽浄土は西のかなたにあるとされています(西方極楽浄土)。「春分の日」と「秋分の日」には、太陽が真西に沈むことから、これを縁として、お念仏し聞法につとめるべく、春秋彼岸会をお勤めします。

そしてこのことこそが、私たちの最後の目標です。最後というのは、私たちが亡くなる時のことですが、一番大切な目標は極楽浄土、つまり彼岸へ行くことなのです。

この目標をしっかり持っていれば、しんどい時にも頑張れますし、楽しい時にもハメをはずしすぎることもありません。そこで、極楽を目指しながら、少しずついろいろな目標を立ててみましょう。小さな目標でも構いません。例えばお彼岸にお墓をそうじする、明日は早起きする、嫌いな食べ物を食べられるようになる、逆上がりの練習をする・・・など、小さなことでも一つずつ達成できるよう努力すれば、普段の生活の中で、正しい行いができるようになっていきます。

そんな私たちのことを、阿弥陀様は必ず見守って下さっていますよ。



🐷 菜園 🐛 日記 🐛

—土に親しもう！—

東山浄苑には、親子で野菜の種まき・収穫体験ができる（※）菜園があるのを知っていますか？その名も「あみだっこ菜園」です♪

（※）毎月第3日曜日に開催している親子向けイベント「親子仏法の集い」。詳しくは最後のページに！

9月13日（日）にらを収穫しました！

らっかせい
落花生は、花が枯れて新しく子房柄が地面に向かって伸び始めています。
また大根と玉ねぎの種をま蒔きました。これからの成長が楽しみです！



↑にらの収穫



↑しょうが ↓落花生



↓大根の種まき

↓玉ねぎの種まき



たまねぎ

大根 ハーブ

落花生 しょうが

現在育てている野菜

★おうちでつくろ★

—おはぎをつくってみよう—



東山浄苑では、彼岸会中の20日と23日に、御供物奉納会（おくもつほうのうえ）という仏事をお勤めした後、阿弥陀さまにお供えした御仏供米（おぶくまい）で、おはぎを作り、参詣者と一緒にいただいています。

お彼岸の食べ物と言えば、「おはぎ」（「ぼたもち」）ですね。春のお彼岸の頃には「牡丹（ぼたん）」の花が咲くので「牡丹餅（ぼたもち）」、秋には萩（はぎ）の花が咲くので「お萩（はぎ）」と呼ばれます。あんこに使われる小豆（あずき）は、古くから悪いものを追い払う力があるとされてきました。春は種をまき食物の成長を願う季節、秋は食物の収穫に感謝する季節です。この時期に小豆を使った食べ物を食べたり、阿弥陀様に感謝することは自然への感謝とも深く結びついているのです。

おはぎを手作りしてみませんか？市販のあんこを使えば意外と簡単に作れますよ！

【材料】（15～20個分）

もち米2合、白米1合、小豆250g、砂糖240g、塩少々（市販のあんを使う場合は不要）※、きな粉適量、砂糖適量

【作り方】

- ① 米は洗って、水を入れ1時間くらいつけてから炊く（水加減は3合お米を炊くよりやや多め）
- ② 粒あん作り：1）鍋に小豆とかぶるくらいの水を入れて、火にかけ沸騰したら、お湯を捨てる。
（これをさらに2回繰り返す）
2）小豆の5倍くらいの水を入れて、沸騰後は弱火で、豆が指先で簡単に潰れるくらいまでゆでる
3）2）のお湯をほぼ捨てて、分量の砂糖を2～3回に分けて加える。
4）中火にかけて水分が少なくなるまで、豆をつぶさないよう気を付けて、鍋底から混ぜながら煮て、固くなる前に火を止める。（冷めると少し固くなる為）
- ③ 【あんこのおはぎ】もちを手で適量に分けて、もちをあんこでつつむ。
（底は薄くした方がきれいに包める）
【きなこのおはぎ】きな粉と砂糖を適量混ぜバットに入れ、もちを手で適量に分けてきな粉をまぶす。
- ④ あんこときな粉のおはぎをお皿にのせていただく。



東山浄苑で年中行事の際におはぎ作りや餅つき、お寺案内のお手伝いなどを一緒にやったださる**仏恩報謝団**（ぶっとんほうしゃだん）の**参加者募集中！**ご家族で参加してみませんか？ベテランのおばあちゃんたちが丁寧に教えてくれます♪

—参加者募集中！今後の親子仏法の集いご案内—

10月活動

らっかせい
落花生の収穫/ラディッシュの種まき

○日 時：平成27年**10月18日**（日）
10時～12時

11月活動

生姜（しょうが）の収穫

○日 時：平成27年**11月15日**（日）
10時～12時

○場 所：東本願寺東山浄苑内

○参加費：1家族 1,000円 ※初回参加は無料

**事前にお電話でお申込み下さい。

**野菜の生育状況などによって、活動内容は変更になる場合があります。あらかじめご了承下さい。
雨天の場合は、お念珠袋づくりなど室内企画を行います！お楽しみに♪