



今月は旧盆がやって参ります。各家庭でたくさんのお供え物を準備されるかと思いますが、その中に目立たないですが大切な「ミンヌク」のお供えがあります。今回はミンヌクについてのお話です。

ミンヌク 裕俊

①ミンヌクとは

旧盆にグソーから先祖さまが帰って来ますが、その際に餓鬼畜生がついてくると言われています。帰る家が無く、誰にももてなしてもらえない餓鬼たちの為に、野菜を細かく刻んで小麦粉をまぶしたものをお供えします。これをミンヌクと呼びます。本土では「水の子」と呼び、餓鬼が食べようとしたものは燃えてしまつて食べられないことから、水をひたして燃えない様にお供えするため水の子と呼ばれています。

②ミンヌクの原型 施餓鬼

仏教では、私たちが住む世界以外に五つの世界があるとされ、その五つの世界の一つ「餓鬼道」に居る、瘦せているのに腹が膨らんだ鬼の事を餓鬼と呼びます。その餓鬼に食べ物を施し、供養する事を「施餓鬼」といいます。元々施餓鬼は毎日行なうものでお盆にのみ行う行事ではなかったのですが、お盆に施餓鬼をすると、先祖に高い功德が伝わると説いたお経が広まったことにより、お盆に行うのが一般的となりました。餓鬼にミンヌクを施すことにより餓鬼たちが喜び、その喜びが功德となって先祖さまに伝わります。また施した自分自身にも伝わるとされ良い事だらけですので、お盆にミンヌクをお供えするようには如何でしょうか？神宮寺では、八月の学ぶ会（八月六日、木曜日）にて盂蘭盆会、施餓鬼会を行います。参加費は五百円となっています。卒塔婆と呼ばれる板に皆様の先祖さまのお名前を書いて頂き、「ご供養させていただきます。ぜひご参列くださいませ。」



高野山へのいそがない

良啓

高野山大師遍照金剛



旅行や観光の楽しみは色々ありますが、その中でも特に楽しみなのが「お土産」ではないでしょうか？

高野山の代表的な土産物と言えば胡麻豆腐です。肉魚を禁止する精進料理では、胡麻は大事な栄養素の一つです。作り方は、すり鉢ですった胡麻と葛と混ぜて練り上げ、枠に入れて冷やすと言つシンプルな工程です。他に何も混ぜないので、フレッシュな胡麻の香りと味が口に広がります。

山内には胡麻豆腐専門店はもちろん、食事処でもサイドメニューにあり、宿坊の献立にもよく登場します。また、各専門店ではこだわりの製法があり、もっちり派、さっぱり派など店舗ごとに色々な味が楽しめます。

そこでお薦めのお店を紹介します。

○濱田屋 鮮度にこだわりあり。店舗で食事可能。

持ち帰りは保冷バッグ要。

○森下商店 さっぱりしていて、食べやすい。

真空パックがあり、土産に便利。

○角濱ごまどうふ総本舗

空海が感動したと伝えられ、伝統的な製法を守る。

高野山を訪れる際は、お土産に胡麻豆腐は如何でしょうか？

そのままでも美味しいが、ワサビ醤油を掛けると、更に美味しいよ(´▽`)

