

四食しじきの教えおし — 身心しんじん一如いちよ 人間にんげんを育はぐくむもの — (二版)

心こころと身からだは一つひとなり  
身心しんじん育はぐくむ四食しじき有あり

日々ひびの食しょく事を大切たいせつに  
段々だんだん育はぐくむ食じきならん

段食だんじき

自分じぶんの子供こどもを抱だきしめて  
触ふれあう温ぬくもり伝つたうべし

触食しょくじき

夢ゆめと大志たいしを抱いだきなば  
心こころは明あかるく豊ゆたかななり

意食いじき

美うつくしきもの見みて聞きいて育はぐくまん  
感かんじる心こころの尊とうとさを

識食しきじき

受うけ難がたさいのち生いかして  
共ともに歩あゆまん我われ等らなり

宮城県大崎市 瑞川寺住職 木村謙文