

こころの定期点検

「分別^{ぶんべつ}」とは、一般には物事の判断に明るいという意味で使われています。しかし、元来の意味は、自分と他人は本来平等であるにもかかわらず、それを区別してしまう凡人の迷妄を戒めた仏教用語です。つまり、仏の心は「無分別」です。

すべての人には仏の性質があります。これを「仏性^{ぶつじょう}」といいます。仏性の自覚があれば、お互いに理解し、尊敬しあうことができます。凡人は分け隔てをします。仏さまは変化する心を静かに観察して平常心をつかんでいます。

車の定期点検は法令によって義務づけられていますが、心の点検は任意です。ときどきは自分の心を仏さまのライトで照らしてみたいかがでしょうか。次のような所見に気づかされるはずです。

- ①欲の泥まみれが丸見えになります。
- ②馴れてしまった悪い習慣に気づきます。
- ③ギスギスした人間関係の原因を発見することができます。
- ④迷っている人生に道が示されます。
- ⑤その他、いろいろ。

もし自心を知るは仏心を知るなり

仏心を知るは衆生の心を知るなり

*衆生=あらゆる生きもの

三心平等なりと知るは大覚^{だいかく}と名づく

*三心=自心・仏心・衆生心 *大覚=さとり

本心を知れば、自分も、仏も、他人も、心は一つという弘法大師・空海さまの名言です。真心には自と他の区別がありませんから、気持ちのいい関係でいられます。これは、三心平等の無分別によってお互いの心がスムーズに交流しているからです。

ときどき仏前に坐って、あなた自身を静かに観察してみたいかがでしょうか。その方法は、正座、瞑想、読経、写経など、いろいろあります。金龍寺ではこれらの行事を定期的で開催しています。お経が読めなくても、本堂で坐っているだけで心の点検ができます。