

色々な迷い悩みがあると、心安らかに暮らせない。しかもこの複雑な世の中、一人で解決することもかなわない。どうしよう……と、ますます深く思い悩んでしまう。私達人間は、何と弱い生き物だろう。心の安らぎを得、迷わなくなるにはどうしたらいいのだろうか。

悩んで迷って気も弱くなった時、何かにすがりたいと思う。そんな時、仏の教えにすがっている自分自身に気づく。仏の教えに導かれて困難に動じない境地になれば、強い心と広い心で物事にむかっていける。そして正しい判断もできるようになり、解決の糸口もおのずとみつかつてくる。

この困難に動じない、安定した心になることを^{アンシン}安心（仏教ではアンジン）という。「ほっと一安心」と胸をなで、何かに感謝したいような気持ちになる時、私達は知らず知らず仏様に手を合わしている。