

ハンニャシンギョウ
「般若心経」の一節に「無有恐怖」とあります。

キョウフ
「恐怖」を仏教では「くふ」と読みます。「恐怖の有ることがない」つまり、「おそれおののくことがない」の意味です。恐怖心や不安感の無い状態です。

日々様々なことに心を廻らしております。心が物事にとらわれることで不安感や恐怖心が出てくるのです。地位や名誉や財産、家族・身内・知己の事、病気や事故、さらには死ぬこと。数え挙げれば切りがありません。不安感や恐怖心は感情です。物事をより正確により正しく見極めて、より誤りの少ない判断をするよう心掛けたいものです。常に心を落着けて、より冷静に見聞きすることが望ましいのです。

とらわれない心、こだわらない心。自制心を育て、感情は一番最後に付けたいものです。