

①『割愛』（かつあい）

「^{くわ}詳しい説明は、^{かつあい}割愛させていただきます。」と使う、“^わ割る”“^{あい}愛”と書く「^{かつあい}割愛」は、現代の暮らしの中にあっては、大切なものを^お惜しみながら都合により仕方なく省くという意味で使われています。

仏教の中で登場する「^{かつあい}割愛」は、この手放さざるを得ない苦しみを^{ともな}伴う意味が込められています。

^{どうげん}道元禅師は、^{だるまだいし}達磨大師より伝わる禅宗の^{ろくそ}六祖にあたる^{えのう}慧能禅師について、以下の物語を紹介されています。

^{えのう}慧能禅師は、幼くして父を^{うしな}喪い、母親と生活をしていました。ある日、出かけた街なかで^{きょうもん}経文の一句を聞き、^{いっく}年老いた母親を残して^{ぶつぼう}仏法を求められました。道元禅師は、この時の^{えのう}慧能禅師の母親への思いを断ち切る覚悟を「^{かつあい}割愛」と呼び、その覚悟が身を切る以上に並々ならぬものであったことに思いを馳せています。

このように「^{かつあい}割愛」とは、身を切るような心の痛みを伴う言葉なのです。

②『三昧』（ざんまい）

^{ざんまい}三昧という言葉は、普段私たちが使う「読書三昧」のように、ある行動に^{せんねん}専念し、一つの状態に心が集中するようすを表します。

この「三昧」という言葉は、インドの言葉「サマーディ」の音を漢字に^{うつ}写したものです。仏教の中で「三昧」は、深い瞑想の中で心が^{しず}鎮まった状態を表す言葉です。道元禅師は、坐禅の修行によって「三昧」に入ることの大切さを示されています。

しかしながら、私たちの生活の中で使う「三昧」は、ともすると、「^{どうらく}道楽三昧」のように、一つのことに^{おぼ}溺れてしまうほど夢中になるという意味で使われることもあります。

私たちが何に専念をするかによって、私たちのあり方も変わっていきます。また、一つの状態に集中をすることには、時間も努力も必要になります。

自分自身の大切な人生、同じ時間をかけて努力をするのであれば、自らを見失ってしまう欲望や快樂に心を向けるのではなく、静かな心で自分を見つめる「^{ざんまい}三昧」を実践してゆきたいものです。