

本日、十二月二十二日は二十四節気の冬至に当たります。この日は太陽が天の赤道より南側の最も遠い地点を通るため、北半球では太陽の位置が一年で最も低くなり、昼の時間が一年で最も短くなります。こうして太陽の力が最も弱く感じられる事と相俟って中国の陰陽説では、万物の根源である陰と陽の二氣のうち陽の気が全て失われ、陰の気だけになる日ともされました。

陰の気が極まるということは私達の生命力が最も力を失う時と考えられ、疫病や災いに晒されやすくなり、その予防のための様々な方策が考えられました。疫病を運ぶ魔物が嫌うとされた小豆粥が食されたり、魔よけには黄色いものが良いと考えられたところではカボチャが食されました。

奈良時代に僧侶によって中国からもたらされたと考えられている蒟蒻こんにやくは、「砂払い」と言われ、一年間たまった砂、つまり煩惱を洗い流す効果があるとされて一般にも広まりました。

その他、馴染みがあることと言えば、柚子湯に浸かることかもしれません。実がなるまでに十年近くかかると言われる柚子の実は風雪に耐え抜くイメージとも重なり、私達は黄色い柚子湯に入浴することで邪気を払い、香りを楽しみつつ、体を温めることで病気の予防を願ったのです。

一年で一番生命力が枯渇する時とされた一方、この日から北半球では太陽が再びエネルギーを増してくることから、陰陽の陽の気が兆きざし始めるという意味で

「一陽来復いちようらいふく」とも言われます。そこで幸いの兆し始めとして吉日とも考えられて

## 『 禅のこころ -曹洞宗- 』

---

きました。

このような縁起担ぎをすることで身体の安寧を願いつつ、これから冬本番を迎えます。道元禅師は『正法眼蔵』の「春しゅんじゅう 秋の巻」にこの様な問答を取り上げています。

ある僧侶が中国の洞山とうざん禅師に「暑さ寒さがやって来たらどう避ければいいですか。」と尋ねたところ、洞山禅師は「どうして暑さ寒さのないところに向かって行かないのか。」と、答えます。僧侶が更に「それはいかなるところですか。」と、問い返すと、禅師は「暑さ寒さにしっかりと向き合うことだ。」と、答えたと言います。

最初にご紹介したような冬至の行事を始めとして様々な四季の行事の中には、俗信、迷信、非合理的なものだとして過去に置いて来てしまったものも少なくありません。実際の効果の有無も無論考慮に入れなければなりません、そこに通っていた困難に立ち向かう心構えと、直面してしまった困難を受け止める決意をも置き忘れてきてはいないでしょうか。

洞山禅師が、来るべき暑さ寒さという困難を心配する僧侶に答えた「暑さ寒さにしっかりと向き合うことだ。」という答えは、人生において向き合うことになるかもしれない困難に対して、昔の方々が四季折々の行事に込めた心構えや決意とどこかつながっているような気がします。

— 終 —