

平成31年1月25日(金)

### 日々是好日

「日々是好日」この語は中国の唐末から五代にかけて活躍された大禅匠、雲門文偃(うんもんぶんえん)禅師の言葉だそうです。

私は、なぜこの言葉を知ったかという、昔、磐城高校にいらした渡辺先生が、いつもこの言葉を文章に書かれるので、「毎日が良い日である。」という意味なんだろうなあと勝手に解釈していたのを思い出しますが、「日々是好日」というのは、よいとか悪いとかそんなこだわりや心のとらわれをさっぱり捨て切って、その日一日をただありのままに生きるという意味だとこの頃知ることがあって、そんな清々しい境地を語る言葉であるなら、もっと早く調べておけばよかった、よいことがあったとか嫌なことがあったというのではなく、悪天候極まりない嵐の日であろうと、本当に何か大切なものを失った日であろうと、ただひたすら、ありのままに生きれば、全てが好日こうにちになるという考え方を身に着けてこれたらなら、私のこの40年も少し違ったものになったかもしれないと思ったのです。

雲門文偃(うんもんぶんえん)禅師というお方は、聞くところによりますと、たぐい希な、鋭い考え方や、すぐれた禅的力の持ち主であったということで、いつも簡潔な語句を駆使して、自由闊達に禅を説いたそうです。

この「日々是好日」は雲門禅師の悟りの境地を表した、最高の言葉であるのだそうです。物事の優劣や損得や是非にとらわれた私たちの日々を、積極的に生きる決意をもって"よし"として生きる意味がこの"好"であるといえます。

「運命なにするものぞ!」、「機会や大切なものを失ってしまったとしても、よし、どうにかこれを改善する!」と、考えを改めることで、過ぎてしまったことにいつまでもこだわったり、まだ来ぬ明日に期待したりせず、新しくただ今、この一瞬を精一杯に生きることができれば、それは今までにない、素晴らしい一日となるはずだということなのだということです。

私たちは、自己撞着せず、こだわりや後悔を捨て、今の瞬間から、新しい今を創造する力を持つことができます。

「日々は是、まさに好日」であり、「日々は是まさに新たなり。」とするとき、私達は変わっていくことができるのではないかと思うのですが、皆さんはいかがでしょう。