

# 今日 日を「好日」に

上 廣 榮 治  
うえ ひろ えい じ

「日々是好日」という、よく知られた言葉があります。どこか明るく前向きなイメージの言葉です。そのためか、リタイアして書き始めた随筆のタイトルなどになっている人もいます。平々凡々、何のさわりもない穏やかな日々とでもいう気分なのでしょう。

辞書を引くと「毎日が平和で楽しい日々であること」などと解説されています。しかし、もし本当にそういう意味であるとすれば、ずいぶん能天気な言葉だということになってしまいます。

もちろん、毎日を本当にそう感じている楽天的な人もいるかもしれませんが、しかし、人々の多くは、現実世界の厳しい局面に不安や心配を抱え、あるいは直面する問題の解決を迫られていたりします。まして、視野を世界全体に広げてみれば、自分が直面する現実を「毎日が平和で楽しい」などとは到底言えない困難な状況下にある人々の、なんと多いことかと、嘆じざるを得ません。

そこで、「日々是好日」とは、実際に平和で好い日が続いているという意味ではないという人も出てきます。「毎日感謝の心で生きよう。そうすれば、毎日が好い日になる」、そういう意味だと説くのです。

物事の善し悪しは、すべて心の持ち方しだいだ。「お蔭様で」という素直な感謝の心をもってすれば、毎日

が好日になるというのです。これは、直面する現実を見ないで、毎日が平和で楽しいという極楽とんぼに比べれば、「心の持ち方を変えよう」という分だけ人生に対して積極的です。また、言うまでもなく、常に感謝の心を持つことも大切なことです。それによって、より善い人間関係が結べるのも事実です。

しかし、現実世界に生起する深刻な問題、例えば戦争や災害、貧困や差別などに直面する人たちが、心の持ち方を変えただけで、はたして「毎日が好日」に変わるでしょうか。もし、心の向きを変えただけで、すべての現実が好転するならば、世の中に苦しんだり悩んだりする人などは、とつくの昔にいなくなっているはずです。つまり、この説もまだ現実離れした説だと言わざるを得ないのです。

実は、「日々是好日」は、中国唐代の徳の高い禅僧、雲門禪師うんもんぜんじの言葉です。あるとき、雲門禪師が大勢の弟子たちに向かって、「明日からどういう生き方をするつもりか、その心境を一言で述べなさい」と尋ねました。しかし、誰もすぐには返答ができません。しびれを切らした雲門禪師は皆に代わって「日々是好日」と覚悟の一句を言ったというのです。この一句をどう解釈するかというのが、禪師の課した公案こうあん（課題）でもあったのです。

ある禅僧は「日々是好日」とは、「災難に逢う時節には災難に逢うがよく候、死ぬ時節には死ぬがよく候」と言った、あの良寛さんの境地と同じだと解説していましたが、もうこうなると、門外漢の私には、ほとんど理解の外です。

一般に「禅問答」とは、何を言っているのかわからない問答のことを指すように、古い高僧の言行はどのようなにも解釈されて、おおよそ正解というものがありません。つまり、どのような解釈もあり得るのです。

ただ、はつきりしていることは、かつての禅の修行は命がけの真剣勝負で、観念的であったり、独善的であったり、さらに、現実から逃避したりすることを極端に嫌ったことです。「日々是好日」も、そうした厳し

い心境から発せられた言葉であったに違いないのです。

例えば、臨済宗の中興の祖といわれた白隠はくいん禪師は、若い頃、禪ぜんの奥義おうぎを極めたと確信して向かった修行先で、ある老僧に、力まかせの鉄拳を二、三十発も見舞われて、ぬかるみに突き落とされて気絶したことがあると、自ら記しています。

老僧は息も絶え絶えの白隠を見て、大笑いしていましたが、やっと息を吹き返して拝礼する白隠に、「この番犬め」と大喝たけがっしたというのです。

何の番犬かというと、観念的な学問の番犬でしかないというのです。白隠の見解など、頭で学んだ知識でしかない。もつと現実と斬り結んだ、切れば血の出るような思いを出してみると断じたのです。

ここにおいて、私は禅門の先人たちに共感を覚えるのです。なぜなら、私たちが日々積み重ねてきたものもまた、彼らと同じく、現実と斬り結んだ「実践」であるからです。

実践とは、独善的な観念に閉じこめることでも、非現実的な理想論に身をゆだねることでもありません。他に助けを求めることでもないのです。自らが直面する現実を真っ向から受け止めて、自分一身の実践によって、これを克服する。克服し続ける。それが私たちの実践道なのです。

禅門の先人たちの修行もまた、その一身一命を賭した真剣勝負でした。現実逃避や観念的な理屈は、我が実践倫理と同様に、一切許されなかつたのです。とすれば、雲門禪師が「日々を好日と思ひなして楽しめ」などと言うはずはないのです。

では、「日々是好日」を実践倫理的に解釈すると、どうなるでしょうか。昨日のこと、明日のことに思い煩わされることなく、「今日一日を活かしきって、好日にせよ」と、私は解釈します。どのようにすれば「好日」となるかは、言うまでもなく、「我も人ももの仕合わせ」のための「実践」によつてです。

さらにまた、今日一日を活かしきる心得についても、私は春の大会で禅門の言葉を引いて述べました。すなわち、私たちは「随所に主となる」ことよって、一日を活かしきることができるのです。

あなたの一日を振り返ってみてください。自分を高めるために一日を有効に使いきっているでしょうか。「我も人もの仕合わせ」を実現するために、一日を十二分に活用しているでしょうか。もし、この間に「然り」と答えることができるならば、今日一日は最高の「好日」なのです。

もし、仕事や家事や雑事に追われて、一日を有効に過ごせなかったと嘆くなら、残念ながら、あなたは「時間の奴隷」となって、ただ忙しく無為に一日を終えたのです。仕事であれ家事であれ、あるいはどのような雑事であっても、あなたが直面しているすべてのことを、なぜ、より善く、より見事に成し遂げようと思わないのでしょうか。

あなたがいま直面しているすべての課題に真っ向から取り組んで、より善く、より見事に磨き上げること。その課題を自分のため、人のためになる解決に導くこと。それこそが「随所に主となる」ということなのです。あなたが「時間の主」となって、今日一日を「我も人ものため」に有効に活かしきる実践をする。それこそが、あなたの日々を本当の「好日」にするのです。

さて、あなたは「日々是好日」をどのように解釈しますか。また、日々を「好日」にするために、どのような実践をしようと思えますか。

