

冬の修行道場は、坐禅堂にある火鉢の炭をおこすことから始まります。朝の厳しい寒さの中、前の晩に灰に埋めておいた、埋^{うず}み火^びを種火にして新たな炭をくべ、火を大きくします。これは、その日の当番の僧侶の役目なのですが、こうすることで、多くの修行僧が坐禅を始める頃には、寒気がゆるみほのかな暖かさを感じます。

冬の修行というと、厳しい寒さを我慢してぶるぶる震えながら行うように思われがちですが、苦^{くぎょう}行^{なま}と怠^{ちゆうどう}け心の両極端を離れる、お釈迦さまの「中道」の教えがありますので、厳しすぎる寒さはゆるめて、坐禅をします。

とはいえ、雑巾がけの時の、バケツの水の冷たさはどうにもなりません。両手を冷たさで赤くしながら、裸足で勢いよく廊下や階段などを拭きます。そうすると、手足に霜焼けやあかぎれが出来てきます。

そのあかぎれだらけの足に草鞋^{わらし}をつけて、托鉢^{たくはつ}に出かけます。冷たい風に吹かれながら、鈴^{すず}を鳴らし、一^{いっしん}心に歩きます。門前^{もんぜん}の家々のみなさんや道行く人が、托鉢の列に近づいて浄財^{じょうさい}を施^{ほどこ}してくださいます。「がんばってくださいね」という声がかかると、ぽっと心にあたたかさが湧いてきます。

毎日、寒さにさらされていると、やはり暖かな春が待ち遠しくなる気持ちが出てきます。そんな時、道元^{どうげん}禅師の次のような言葉が思い出されます。

「生きるというのも、死というのも、『今・ここ』の出来事なのです。生きる時は『今・ここ』に生き、死ぬ時は『今・ここ』に死ぬということです。それは、たとえば、冬と春の関係のようなもので、冬時は冬、春時は春で、冬がそのまま春になるわけではないのです」

つまり「今・ここ」を生きよ、ということです。どれだけ、心に春の暖かさを思いうかべても、それは概念でしかありません。「今・ここ」である冬の日々を、心を^{こころ}尽くして生きていくのです。

托鉢の途中で、お食事を供養していただくことがあります。出していただいたうどん^{うどん}で、凍え^こきった身体^{からだ}をあたためる時も、やはり「今・ここ」です。食材のひとつひとつのいのち、調理をしてくださった方の思いを、一口一口かみしめながら、いただくのです。

ときはまだ十二月半ば。冬の修行は、まだまだ続きます。