

「光陰矢の如し」

大本山總持寺布教教化部参禅室長 花和浩明

新しい年を迎え、皆さまそれぞれ新年の抱負を抱かれていますことと思います。本山の年始は大変忙しく、三ケ日が過ぎるとやっと我に返ります。そして、今年はこの年にならんと、漠然と新年の抱負を抱くのが、ここ何年かの私の恒例になっています。

それにしても、なんと月日の経つのが早いことでしょうか。昨年も忙しい新年の行持がおわって、「やっと終わったな。この忙しさも一年後。ずっと先のことだ」とため息をついていたのが昨日のことに思えるぐらい、この一年はあっという間に過ぎてしまった感じがします。このままだったら、あっという間に人生が終わってしまうかもしれません。

思えば、歳をとるにつれて、時の流れが加速度的に早くなっている感じがします。皆さまもそう思われているかもしれませんが、子供のころの一年がなんと長く感じられたことか。物理的時間は一秒も変わらないのに。江戸時代の哲学者・貝原益軒は「老いての後は、一日を以て十日として、日々に楽しむべし。つねに日をおしみて、一日もあだにくらすべからず。」との格言を残しています。つまり私たちは、時と場合によっては、感覚的には子供のころの十倍時間が早く過ぎると思ってもよいようです。

仏教でも、「時間をことさら大事にしなさい」ということが、常に説かれます。私たちのいる大本山總持寺では、夜の坐禅の後、木版が打ち鳴らされ、「生死事大、無常迅速。各宜醒覺、慎勿放逸」（しょうじじだい むじょうじんそく おのおのよろしくせいかくすべし つつしんでほういつなることなかれ）と指導僧が大きな声で唱えます。意味するところは、人生の真実を解明することは最も大事なことです。しかし、時はとどまることなくあっという間に過ぎ去ってしまう。したがって、修行者はくれぐれも常に目覚めて自己を参究せよ。決して怠ってはいけません。ということです。夜坐の後の静寂の中唱えられるこの言葉は、心に染み入る感じがします。人生の儚さと成すべきことを就寝前にしっかりと心に刻んでおくのです。

新年を迎え、清らかにリフレッシュした心で、今年はどうな抱負を抱きましょうか。老いを少しずつ感じてきた今、私は「今年一年は、一日一日を、子供のころの十倍だいに思える思いで過ごしてみよう」ということにいたします。