

WABI LOVE

す き 数寄じゃけん

(数寄=風流の道、特に茶の湯等を好む事)

ハレの日とケの日 Hare Days and Ke days

昔の日本人の暮らしでは、「ハレ」の日と、「ケ」の日という区別がはっきりしていました。祭りやお祝いの日等、特別に晴れやかな時を「ハレ」と言い、よそ行きの服を着て、食べきれない程のご馳走を作り、多くの人と交流し、賑やかに過ごしたものです。それに対して、「ケ」の日には、質素で落ち着いた生活をし、心穏やかに過ごしました。現代の生活では、「ハレ」と「ケ」の区別が殆どなくなっています。普段からご馳走を食べ、いい服装をし、仕事に追われる状態で暮らしています。私達は毎日、「ハレ」の日のように生活していると言ってもいいかもしれません。

そこで、私は毎週、「ケ」の日を作り、心を落ち着かせる工夫をしています。具体的には、週に1日断食し、茶道の稽古に没頭します。これによって「終わりのないハレ」から開放され、心のゆとりや自然に対する感謝の気持ちが生まれ、心が少しだけ強くなった気がします。また、「ケ」の時間を作る事によって、「ハレ」がより特別で有意義な時間になります。皆さんも、暮らしに「ハレ」と「ケ」のメリハリをつけてみませんか。「ハレ」の日には、記念日を大切に過ごしたり、様々な行事やお祭りに参加する等、心から、精一杯「ハレ」を楽しみましょう！

「ケ」の日には、丁寧に家事を行ったり、勉強や稽古等に没頭し、日々の忙しさを忘れてみましょう(私のように断食をする必要はありません「笑」)。「ケ」の日の質素な落ち着いた暮らし、そして心がリラックスする時間があってこそ、「ハレ」の日が思い切り楽しい1日となるのです。

現代の生活の中で、「ケ」の日を作るのは、そう簡単ではないかもしれません。強い意志がなければ、心を静かに落ち着かせる時間を確保する事もできないでしょう。だからこそ、「ハレ」の日と「ケ」の日をはっきりと区別して生活できる人は、心が強くなります。またメリハリある生活を積み重ねる事で、自然と心がリラックスし、心にゆとりが生まれます。この心の強さとゆとりが、武家茶道の美意識には欠かせない要素なのです。次回は武家茶道の美意識について少しお話しようと思います。

Adam Wojcinski
明多夢 ウォジンスキ
uedaryumelb.com
sadosamurai.blogspot.com



In old Japan there was a clear distinction between *hare* (auspicious) days and *ke* (inauspicious) days. Festival days, celebrations, and special events were regarded as *hare* days. On these days people wore their best clothes, prepared lavish feasts and engaged in festive activities. In contrast, *ke* days were observed in a more mundane fashion, by making sure to be diligent, conscientious and frugal. Regard for *hare* and *ke* days are lost from our current lifestyles. It has become a matter of course to enjoy lavish meals, dress our best and busy ourselves every day. It seems every day is a *hare* day.

To reinstate the variation of *hare* and *ke* days, I allocate one *ke* day a week to fast (abstain from food) while studying the tea ceremony. This change in my 'never-ending *hare*', has brought significant calmness of mind, strength of character, and affinity with Nature. *Hare* days in the tea ceremony are celebrations of annual and seasonal events. Last month was Hatsugama (New Year's tea gathering) where we wore our best kimono, shared good food and high quality tea while celebrating traditions that invite health and prosperity. By reinstating a *ke* day in my week, my *hare* days are more productive, vibrant and meaningful. You don't have to fast one day a week to bring back the variety of *hare* and *ke* days! You might observe a *ke* day a week quietly doing housework, studying, or practicing your art. And anyone can mark *hare* days by celebrating anniversaries, special events and Melbourne's many festivals.

So exert your full potential *hare* days! But balance them with *ke* days. It is because of quiet conduct on *ke* days that *hare* days burst with vigour.

With our busy lifestyles, marking *hare* days is easy. It's the *ke* days we have to work on reinstating. You need a strong will to reduce the hectic pace of your life and make time to find calm. For this reason, distinguishing *hare* and *ke* days in your life gives you a strong character. And with a variety of *hare* and *ke* days, you increasingly become more relaxed and composed. A strong, composed character radiates the samurai beauty ideal we pursue in the Ueda Sōko Tradition.

着物ハウス秋茶会 3月26日(土) 予約は Kimono House ウェブで Autumn Tea Gathering at Kimono House Sat 26 March Book through the Kimono House website: kimonohouse.com.au