

とうじ

# 12月22日（月）冬至

今日は冬至です。一年間で、最も  
昼間の時間が短い日。夜が長い日  
です。

昼の太陽の高さも、一年間で一番  
低くなります。太陽からもらえる  
力が一番小さい日とも言えます。

昔の人は、この日を特別な日として過ごしてきました。なぜなら、明日から少しづつ昼が長くなるからです。太陽の力が大きくなっていくからです。ゆずをお風呂に入れた「ゆづ湯」に入る習慣も、昔からあったようです。ゆづのにおいや栄養で、体をきれいにして、清らかな気持ちで明日を迎えるということです。また、冬の寒さを乗り切ろうという願いもあったのかもしれません。

私も、子供の頃「ゆづ湯に入ると、かぜをひかない」という話を聞いてきました。「病は気から」と言いますが、確かに、かぜをひかないという気持ちになったことを覚えていました。皆さんは、今日、ゆづ湯に入りますか。



村越 新