



2011年9月 第9巻第9号

かく語りき—聖人の言葉

「神はまさにあなたの身内です。神との関係は永遠です。」

(ホーリー・マザー シュリー・サーラダー・デーヴィー)

「私は行為者ではないのに、どうして私が束縛されたり解放されたりすることがあろうか。」

(グル・ナナク)

今月の目次

- ・ かく語りき—聖人の言葉
- ・ 今月の予定
- ・ 2011年 スワームー・ヴィヴェーカーナンダ生誕149年記念行事
来賓のスピーチ 奈良 毅 東京外国語大学名誉教授
- ・ 2011年7～8月 協会の活動
- ・ 忘れられない物語
- ・ 今月の思想

今月の予定

・ 生誕日 ・

スワームー・アベダーナンダ

9月22日(木)

スワームー・アカンダーナンダ

9月27日(火)

・ 行事 ・

カーリー・プージャ

10月26日(水) 19:00～21:30

逗子本館

19:00 礼拝、アラーティー、花の礼拝

20:00 火の儀式(護摩)

21:00 夕食(プラサード)

途中でお帰りになることもできます。

皆様のご参加をお待ちしております。

2011年 スワームー・ヴィヴェーカーナンダ生誕149年記念行事

東京・インド大使館

来賓のスピーチ 奈良 毅

東京外国語大学名誉教授

2011年5月22日に東京・インド大使館のオーディトリウムで開催されたス

ワーミー・ヴィヴェーカーナンダ生誕149年記念行事でのスピーチを、本ニューズレターで数号にわたりご紹介しました。最終回の本号には、奈良 毅 東京外国語大学名誉教授のスピーチを掲載しました。テーマは『現代社会において積極的に生きるために必要な手掛かりと霊性の果たすべき役割』です。



スワーミー・メーダサーナンダ、日本ヴェーダーンタ協会会長。サンジェイ・パンダ 在日インド大使館首席公使。上野理絵、コンパス社長。ご来賓の皆様、友人の皆様。

まず初めに皆様に「あなたにとってこの世で一番大切なものは何でしょう」という質問をさせていただきます。それに対して皆様は、たぶん「自分の命」であるとか、「家族、恋人、財産、社会的地位、名誉・・・」などと、様々にお答えになるかもしれません。

しかし、論理的に考えますと、「自分

の命」と皆様はお答えならなければいけないはずです。何故なら、「命あつての物种（ものだね）」という日本語の諺がありますように、もしも自分の命が無くなってしまいますと、自分のしたいことは一切できなくなってしまい、家族であろうが、恋人であろうが、何であろうが、それらを守ることなど全く出来なくなってしまうからです。外国でも同じような考え方があり、英語の諺に「命あつてこそ、人間は色々と望むことができるのだ」という表現があるようです。

ところが、過去の日本では、特に武士階級の間には、自分の命よりも自分の家の名誉の方がもっと大事だとおもう習慣がありました。例えば、ある武士が誰かに侮辱され、自分の家の名誉が傷つけられたと感じたときは、その名誉を守るために、侮辱した人に果し合い（＝決闘）を申し込まなければいけませんでした。その結果、その武士が決闘に勝って相手を切り倒した場合、同僚である他の武士達を初め特にその武士が仕えていた領主から、よくぞ名誉を守ったとして賞賛されたものです。

しかし、その反対に、決闘に敗れ相手の武士に殺された場合、特に背中から切り殺された場合には、卑怯にも逃げようとして敵に背中を見せたと解釈され、本人にとってもその家族にとっても、大変な不名誉となるだけでなく、

社会的地位も財産も全部没収されてしまいます。また、勇敢に闘ったけれども運悪く殺されてしまった場合、ある条件付きでその武士の家の地位と財産は保障されますが、その条件とは、殺された武士の子供が殺した武士に仇討（＝復讐）するということでした。

そのような決闘は、単に個々の武士同士の間で起こるだけでなく、たくさんの家来を抱えた領主同士の間にも起こり、その結果として領土そのものを失う領主も、日本の中世の封建時代にいました。そうした事態が起こりますと、領土を失った領主に仕えていた家来たちは、当然ながら地位も財産も失い、所謂「浪人（＝波のように世間を漂って歩く人）」となります。運が良ければ、他の領主に召し抱えられ、再び地位と収入が保障されますが、そうした機会に恵まれない武士たちは、武士であることを止め、農民や職人あるいは商人にならざるを得ませんでした。

江戸時代に流行った「忠臣蔵」という題の物語がありますが、浪人とならざるを得なかった四十七人の武士たちが、自分たちの主人である浅野内匠頭（あさのたくみのかみ）の無念を晴らすため、艱難辛苦の生活を送ったのち、主人を侮辱した吉良上野介を殺して仇討をするというお話です。

実は、この浅野内匠頭という大名は、

当時の日本政府である徳川幕府によって切腹させられ、すべての領土を没収されたため、自分の家族はもちろんのこと、家来全員も同様に地位と財産を失うこととなったのです。当時としては仕方のないことでした。しかし、「喧嘩両成敗」という言葉がありますように、浅野内匠頭の喧嘩相手である吉良上野介にも何らかの処罰があるのではないか、と思われていたにもかかわらず、一切のおとがめがなく現状維持が保障されたため、浅野家も浪人となった家来たちも、徳川幕府の不公平さに腹を立て、何らかの方法で世間にそのことを訴えよう、主君の無念を晴らそうと考えたものと思われています。

こうして幕府や吉良家の監視の目を避けながら、長年にわたる艱難辛苦ののち、吉良上野介を打ち取って、主君の無念を晴らすと同時に、幕府の不公平さに対する不満も解消することができたのです。この物語は、やがて歌舞伎座で上演され、江戸中の民衆を熱狂させただけでなく、実に今日に至るまで、劇場や映画館やテレビの番組でたびたび上演され、日本中の人々の心をとらえて離しません。

このような武士達により、切腹という形式によって示された自己犠牲の精神は、単に昔の物語の中に残っているだけでなく、実に現代の日本社会にも引き継がれています。例えば、ある有力

な政治家が汚職の廉で特捜部に検挙された時、証拠隠滅を図ると同時に、自分の主人の罪をかぶって世間に謝罪するため、その政治家の第一秘書が自殺することがよくあります。

さて、一八六八年、徳川幕府が倒れ武士階級が政治を支配する時代が終わりを告げ、天皇の親政政治が行われる明治時代が始まります。明治政府は、日本を西洋諸国と同じような強力な軍事力と経済力をもった大国にしようとし、そうした国家目標を達成するために自らを犠牲にしても悔いなしとする国民を作り上げようとします。

そうした愛国教育によって日本国民は、母国の国家目標を達成し、国家の精神的支柱である天皇陛下の栄光を称えるため、自分の命を含めすべてを犠牲にすることが人生の目的なのだ、と洗脳されていきました。その結果、すべての職業軍人は言うに及ばず、中学生で有能な若者達までが、自分達の命は召集令状の紙と同じほど軽く、国家のために自分の命を犠牲にすることこそが自分の家族すべてにとっての最大の栄光なのだ、と信じ込まされてしまったのです。こうした洗脳教育の結果、たくさんの有能な若者達が「神風特攻隊」となってアメリカの軍艦に突っ込み自爆していきました。

しかしながら、第二次世界大戦で日本

が敗戦した結果、日本人のものの考え方や価値観が劇的に変わってしまいました。人々の忠誠心は、国家や天皇から、自分の家族や会社や所属組織に向けられるようになっていたのです。そして、ほとんどの日本人は、アメリカ人風の生き方を自分達の理想的な生き方であるとして、真似をするようになっていきました。



やがて日本人は、生来の勤勉さと基本教育のお蔭で、大多数がアメリカ人と同じ生活程度に達し、ある面ではそれを凌ぐほどにもなりました。例えば、平均的日本人は、

- (1) 世界中で最も高い貯蓄高を誇り、
- (2) 世界中で最大の日常電化製品消費国となり、
- (3) 世界の最長寿国（平均寿命一八十四・五歳）となっています。

こうした事実があり、日本をモデルと考え多くの発展途上国から羨ましがられているにもかかわらず、奇妙なことに、当の日本人は一向に幸せを感じておらず、むしろ今後の生活の不安を感じています。

特に第二次世界大戦の後に生まれ、両親に過保護に育てられた日本人は、日常生活において当面する困難に打ち勝つような抵抗力をもっておりません。

その結果、日本経済の先行き不安や個人的人間関係の軋轢に悩み、自殺する中年男性の数が増えてきたのです。世界保健機構が発表した過去十年間における統計資料によりますと、自殺者率の高い国は次のような順位となっています。

- 一位 ベラルーシ
(十万人中三五・一人)
- 二位 リトアニア
(同 三〇・四人)
- 三位 ロシア
(同 三〇・一人)
- 四位 カザフスタン
(同 二六・九人)
- 五位 ハンガリー
(同 二四・七人)
- 六位 日本
(同 二四・〇人)
- 七位 ガイアナ
(同 二二・九人)
- 八位 ウクライナ
(同 二二・六人)
- 九位 韓国
(同 二一・九人)
- 十位 スリランカ
(同 二一・六人)

因みに、インドの自殺率は四七位で、エジプトやハイチやホンジュラスやヨルダンの四か国は自殺者がゼロと報告されています。この表によれば、日本の自殺率は世界で六位となっていますが、所謂先進国の中ではトップの位置を占めていることを見逃してはなりません。

また最新の日本政府の発表によりますと、年間の自殺者数は三万千人を超え、さらに増える傾向にあるそうですから、ほぼ毎日百人ぐらいの日本人が自殺していることとなります。そしてこの数字は、日本国内における交通事故による年間死者数の実に六・五倍に相当し、しかも過去八年間にわたって増え続けてきていますので、このままではいけば、日本はまさに「世界における主要自殺大国」ということになりかねません。

東京では毎日のように、自殺願望者が走行中の列車に飛び込むという事故があり、その大半が四五歳から六四歳までの中年男性だそうですが、自殺願望の主な原因はノイローゼつまり神経症だとされています。そしてこの精神的な病の根本原因は、今後の生活への漠然とした不安や過去に経験したことの無い事象に対処する自信のなさにあるようです。

さてここで、少し観点を変え、信仰と

いうものが、日本社会におけるこうした問題の解決に、どれほど役に立っているか、あるいは役に立ちうるか、という点について考えてみたいと思います。

まず、キリスト教徒の場合、自殺は神に対する背信行為として禁止されており、その罪を犯した者は死後地獄に堕ちるとされています。したがって、キリスト教の信者たちは、そうした信仰を持ち続ける限り、現実の苦しみから逃れる手段として、自殺行為を考えるなどということは、まずあり得ません。

次に、敬虔な仏教徒の場合、自分の身に起こるあらゆる事象は、自分が過去に行った行為の結果であるとして受け止め、因果応報の法に基づき、善事を為し、今後の生の善き因を作るべく努力するに違いありません。そうした仏陀の教えに基づく正法護持の精神と生き方は、仏教徒の日常における様々な心の病を癒すことに、大いに役立つことでしょう。

また、神道を信ずる者の生き方としては、世の中のあらゆる現象を神の意志の表れとして受け取ることが基本となります。人間の生命や生活は、空気を初め、太陽熱、水、土壌など、数多くの自然要素によって支えられていることは言うまでもありません。そして、これら主要な自然要素を保有し一瞬の

休みもなく補給し続けているのは、まさしく「母なる地球」に他なりません。その地球そのものも太陽を初め月、金星、水星、火星、土星などを含む太陽系によって統御されており、太陽系もまた銀河系やその他の星雲によって統御されているのです。つまり、私たち一人一人の生命は、約六十兆もの星を含む宇宙全体によって支えられており、それと同時に、自分の頭や目や鼻や耳や口や胃や肺や腸や手や足などを構成する約六十兆個の体細胞によっても、支えられているのです。したがって、真摯な神道実践者は、体内および体外に存在するこれらすべての要素に対し、命の恩人として感謝の念を常に抱いています。

しかし、こうした信仰を持たない神経症患者に対しては、いったいどういう働きかけをしたらいいのでしょうか。もしも、物やお金が、こうした人々に精神的安らぎを与えることができないとするなら、残る方法は、現代の日本社会にふさわしい新しいタイプの教育を見出し、それを実践することによって、彼らの心や考え方を新しい方向へ向けさせることしか、ないのではないのでしょうか。

ところで、日本国内にある四十八都道府県のうち、一番自殺率の高い県は私の郷里である秋田県ですが、秋田県は一方では全国一教育程度の高い県とし

ての榮譽を誇りながら、他方では平成七年から今日に至るまで、全国一高い自殺率を維持する県という不名誉な地位に留まっています。因みに全国平均の自殺率が二四・〇であるのに対し、秋田県の自殺率は三九・一ですから、その異常さは際立っています。そこで県当局としてはなんとかこの不名誉な状態を改善できないものかと考え、秋田大学の医学部の協力を得、まず県内自殺者の実態調査を始めました。その結果、自殺者に六十代の男性が多いこと、自殺願望の原因としては、病気を苦しめてが三〇・八パーセント、借金などの経済苦が二七・二パーセント、精神障害が一七・八パーセント、であることがわかりました。

そこで、当局は、「自殺予防専従班」なるものを組織し、相談者のもとに精神科医や心療内科医を派遣し、本人の悩みや苦しみを徹底的に聞き取ることをはじめました。その際、最も注意したことは、専門医達は自分の意見や助言を相談者に対して述べるのではなく、ただひたすら本人の告白を真剣に聞き取ることとに専念するということでした。そうした地道な努力を二年間続けた結果、「本心から自殺を望んでいる人は一人もいない」ことがわかっただけでなく、自殺者率が二〇パーセント減るという実績を挙げることもできたのです。

秋田県のこうした努力は、その後も続

けられておりますが、家族にも明かせない苦しい胸の内を、ただひたすら真剣に聞いてくれる人を、身の回りにせめて一人でも持つような社会体制を造り上げることこそが、自殺願望者をして死を思いとどまらせ、生きるためのかすかな望みを取り戻させる最も有効な方法であるように思われてなりません。

ところで、本当のことを申し上げますと、私は十日前からある病院に入院して治療中なのですが、今日は担当医師の特別の取り計らいで病院を出、どうかこの行事に参加し講演することができたのです。人は、普段の、つまり健康な状態の時には、それが当たり前のこととして、自分の身体に関して特別の感情をもつことはありません。しかしながら、ひとたび病気になり、入院して治療を受けるということになりますと、その人は普段の健康な状態に戻ることの有難さと、病気を治療して元の状態に戻すのにいかに多額の治療費がかかるかということ、身に染みて感じさせられてしまいます。

同様に、私たちは普段私たちが受けている大自然の恵みというものを、あまり意識することはありません。そうした自然現象を、ごく当たり前のこととして受取り、特別視することはまずありません。しかし、ひとたび地震や津波や台風などという自然災害が起こっ

た場合、人々は初めて自分達が、いかに情け深い大自然によって守られ、恩恵を受けていたかを思い出すのです。

さてここで、今日の日本社会の人々にとって有益な日本古来の諺や言い伝えを、二つ三つご紹介して、私のお話を終えたいと思います。

- (一) 欲張りは怪我のもと。
- (二) 腹八分目に医者要らず。
- (三) 「勿体ない」の精神と「慎みの心」が人を幸せにする。

2011年7～8月 協会の活動

(協会の定期刊行誌『不滅の言葉』2011年5号より)

逗子例会

7月17日(日)、逗子の協会本館において逗子例会が行われました。午前10時半から瞑想、マントラの朗誦、聖典の輪読が行われた後、奈良 毅東京外国語大学名誉教授から、「無限の喜び」というテーマで講話が行われました。12時半からランチが用意されました。参加者は約30名でした。

ナラ・ナーラヤン活動

7月22日(金)、横浜市中区寿町ホームレス支援活動に月例参加しました。協会から6名が参加しました。今回は恒例のバナナ400本に加えてお米の5キロ入り1袋を提供しました。ホームレスの人々は果物をなかなか口にでき

ないので、大変喜ばれているようです。今回は夏休みに入っていたこともあり、学生のボランティアも沢山参加していました。

戸外リトリート(御岳山)

7月19日から31日にかけて、東京都青梅市御岳山の宿坊において、恒例の「瞑想と学習による霊性の修養会(戸外リトリート)」が開かれました。リトリートでは、毎朝午前5時20分からまず瞑想を行い、朝拝、賛歌、輪読の後、東京ヨガセンターの荒井先生のご指導でヨガレッスンを一時間弱行ってから、朝食をいただきます。休憩の後、朝の講話、昼食、午後の講話、散歩、夕拝、夜の瞑想、夕食と規則正しく生活し、終始沈黙の中で進められました。



今年のマハーラージの講話のテーマは「ポジティブな生き方」で、午後の特別講話は、日本テーラワーダ協会のスmanaサーラ長老をお招きして、「ヴィパッサナー瞑想について」というテーマで講話をしていただきました。講話の後、マハーラージとスmanaサーラ長老と参加者の皆さんで散歩に行き、御岳山の自然の中を歩いて神秘的な雰囲気

気を満喫しました。参加者は 33 名でした。



東京例会

8月6日(土)、午後2時からインド大使館において東京例会が開かれ、マハーラージによる「バガヴァッド・ギーター」の講義が行われました。今回のテーマは「トリグナの超越」で、出席者は35名でした。

長野講話

8月9日、マハーラージは、小澤尚子さんが主催する長野県上辰野町小野宿「こめはなや」のサットサンガに招かれ、講話を行いました。協会からは他4名が参加しました。

「こめはなや」は農家の敷地内に建てられたお店で、窓に広がる田園風景を眺めながら、体が喜ぶ優しい食事やお

菓子をいただくことができます。到着後さっそく尚子さん手作りのカレーをいただきました。

講話は午後1時半から、昔ながらの風情が残る離れで行われました。テーマは「ポジティブに生きる」でした。ポジティブに生きるための考え方や実践的なヒントをたくさん教えていただき、参加者はとても興味深く聞いていました。



3時からのお茶の時間には、手作りの草もち、すいか、とうもろこしをいただき、その後、質疑応答が行われました。

4時から散歩にでかけました。田んぼや畑を歩いて近くの山へ行き、森林の澄んだ空気や山の湧(わ)き水などを楽しみました。

6時から夕拝が行われ、シュリー・ラーマクリシュナのバジャンを歌いました。続いてマハーラージによる誘導瞑想が行われました。

7時から参加者の持ち寄りによる心のこもった料理が並べられ、夕食会が開かれました。最初は緊張していた様子の参加者も、このころにはすっかり表情も和み会話が弾みました。

翌日は、尚子さんと「こめはなや」のスタッフの有賀享子さんの案内により、マハーラージ他六名で諏訪大社を訪れました。諏訪大社は日本でもっとも古い神社のひとつとされており、諏訪湖をはさんで南に上社、北に下社があります。今回は上社の前宮と本宮を参拝しました。本宮の境内では瞑想を行い、神聖な雰囲気にも包まれました。その後茅野市神長官守矢資料館を訪れ、4時のバスで帰路に着きました。



今回のサットサンガは初の企画で、参加者は20名でした。夕食後の感想からは、マハーラージの講話や誘導瞑想、そして尚子さんの心細やかなおもてなしにとっても満足している様子が伺われ、次回の開催を望む声も多数聞かれました。

逗子例会

8月21日（日）、逗子本館においてシュリー・クリシュナ生誕祝賀会が開催

されました。午前10時半から瞑想がはじまり、続いてヴェーダ・マントラ、バガヴァッド・ギーター、キールタンの朗誦が行われました。その後、マハーラージから「アヴァドゥータの24人のグル」というテーマで講話が行われました。通訳は横田さつきさんでした。昼食の後、輪読、朗誦、質疑応答、瞑想が続き、茶菓をいただいて、散会となりました。出席者は28名でした。

東京講話

8月28日（日）、午後2時から5時まで、パドマ・ヨーガ・アシュラムの第9回研修会が東京都文京区の大塚公園集会所において開催され、マハーラージが「瞑想と幸せ」というテーマで講話を行いました。マハーラージは毎回招待されて講話を行っています。この研修会は、当協会の役員でもある山田泰子さん及び平野久仁子さんが主催していらっしやいます。

平野さんから寄せられた報告を要約してご紹介します。「今回は二時間に亘って、瞑想の目的、意義、方法について具体的かつ解り易く、時々ユーモアも交えてお話をいただきました。講話の後には質疑応答も行われ、最後にマハーラージによる誘導瞑想の実践が行われました。

参加者からは、瞑想の意義や目的等がクリヤーに理解できた、瞑想の実践的

かつ具体的な注意事項が聞けてよかった、瞑想についてとても解り易く教わることができてやる気が出てきた、心新たに組みたい、などの感想が寄せられました。

セミの鳴き声の聞こえる残暑厳しい中で、緑溢れる公園内の静かな会場での講話と瞑想の実践は、充実感を得るひと時となりました」

東京例会

9月3日（土）午後2時からインド大使館において東京例会が開かれ、マハーラージによる「バガヴァッド・ギーター」の講義が行われました。出席者は35名でした。

多治見講話

以下、上野理絵さんからの報告をご紹介します。

9月4日（日）岐阜県多治見市にて、（株）コンパスの主催により、マハーラージによる講演会が行われました。講演前の朝6時30分に、スタッフが土岐川に集合し、ヴェーダの祈りのあと、バガヴァッド・ギーターの勉強会、マハーラージのお話、そして十五分の瞑想が行われました。目を閉じると聞こえる川の音を、「オーム」という音と聞きながら、という瞑想は、はじめてで感動的でした。9時30分から12時まで会場にて行われた講演会は、「現代社会

を前向きに生きる」というテーマでの講演は、初めてご参加の方もとてもわかりやすく、心がやすらぐそして勇気が出るお話で、さっそく逗子の例会に東京に住む子供を参加させたい、というお申込みまでいただきました。



今回、マハーラージが強くおっしゃっていた言葉です。「逃げないで立ち向かえ」「すべての力はあなたの中にある」「この瞬間、よく生きる」

名古屋サットサンガ

9月4日午後2時から5時15分まで、名古屋市において、日本ヨーガ療法学会愛岐法人会のサットサンガが開催され、マハーラージは招待されて講話を行いました。テーマは「東日本大震災の悲しみを越えて」でした。このサットサンガは日本ヨーガ療法学会愛岐法人会事務局の半谷明美さんが主催されたものです。参加者は36名でした。

その半谷さんからマハーラージの講話内容の長文の報告が届きましたので、その一部を要約してご紹介します。



大災害を個人的レベルで語ると心は否定的になるが、普遍的アプローチで話せば「心は肯定的」になる。問題が起きた時には逃げるのではなく正面から立ち向かって問題の解決を図るのが、肯定的な態度である。逃げれば問題は逆に大きくなる。肯定的になれば苦しみや悲しみから解放される。心配事の90パーセントは実際には起こらない。心が否定的になると、想像だけで心が心配で一杯になってしまう。肯定的考えでは、過去や未来についてはあまり考えず、むしろ「この瞬間」を良く生きること集中する。コントロールできるのはこの瞬間だけである。肯定的になると、目先の結果や一時的な結果を考えるのではなく、最終的な結果や永遠の結果について考えるようになる。否定的な考えを制御するには「瞑想」が一番である。

忘れられない物語

成人

いつも神に祈っては願いごとをして

いる弟子がいた。師は言った。「お前はいつになったら神に頼るのをやめて自分の足で立つのだね。」

弟子は驚いた。「神様を父親と思いなさいとお教えになったのは、先生ではありませんか。」

「父親とは頼る相手ではなく、人を当てにしてばかりいるお前のその癖をやめさせる人なのだというのが、一体いつになったら分かるのだ。」

(Anthony de Mello 神父)

今月の思想

「口で平和を讃える時は、自らの心も隅々まで平和で満たすようにしなさい。」

(アッシジの聖フランチェスコ)

発行：日本ヴェーダーンタ協会

249-0001 神奈川県逗子市久木 4-18-1

Tel: 046-873-0428

Fax: 046-873-0592

Website: <http://www.vedanta.jp>

Email: info@vedanta.jp