



2011年10月 第9巻第10号

今月の予定

### かく語りきー聖人の言葉

「ヴェーダやウパニシャッドでは、女性が至高の真理を説き、男性と同じ尊敬を得ていた。」

(スワミー・ヴィヴェーカーナンダ)

「真理の叡智を説く教師は、十人の講師より重要である。父親は、真理の叡智を説く教師十人より重要であり、母親は父親十人より重要である。母親ほど偉大なグルはいないのだ。」

(マハーバーラタ、シャンティパルヴァ、30章シュローカ9)

### 今月の目次

- ・かく語りきー聖人の言葉
- ・今月の予定
- ・7月の逗子例会「無限の喜び」奈良 毅  
東京外国語大学名誉教授による講話
- ・2011年9～10月 協会の活動
- ・忘れられない物語
- ・今月の思想

### ・ 生誕日 ・

スワミー・スボダーナンダ

11月7日(月)

スワミー・ヴィジュニヤーナーナンダ 11月9日(水)

### ・ 行事 ・

11月3日(木)

サットサンガ in 浜松

お問い合わせ：杉原 090-8964-7362

11月5日(土)

東京例会 14:00～16:00

東京・インド大使館

(電話 03-3262-2391)

講話 バガヴァッド・ギーター (無料)

お問い合わせ：逗子協会 046-873-0428

11月12日(土)

サットサンガ in 熊本

お問い合わせ：プシュパ 090-3073-4063

11月13日(日)

## サットサンガ in 阿蘇

お問い合わせ: 正木ラビ 080-5266-3399

11月20日(日)

逗子定例会 10:30-16:30

場所: 逗子本館

講話: スワミー・メーダサーナンダ  
ジ

テーマ: 未定

11月23日(祝)

アカンダ・ジャパム 5:30-20:00

場所: 逗子本館

11月23日(祝)

サットサンガ in 山形

お問い合わせ: 協会

皆様のご参加をお待ちしています。

## 7月の逗子例会

### 「無限の喜び」奈良 毅 東京外国語大学名誉教授による講話

本当は今日は10時半ぐらいまでにここにつきたいと思って、計算して家を出たんですけども、途中で電車が遅れまして、逗子についたのが10時40分ぐらいでした。でも、何とか11時に間に合っただけ良かったです。このように、いくら計算してもその通りに行かない場合が多いですね。3月11日に起きた東日本大震災も、予想していた人は

誰もおらず突然起こりました。津波の被害だけに留まらず、福島原子力発電所の事故が起こりましたが、これについても、政府も学者も「想定外」だったと盛んに言っています。

### 将来の計画を立てる

このように、私たちは日々努力して生きていますが、自分の考えていなかったことがいつでも起こるわけです。私たちは、毎日楽しく健康で長生きしたいと考えていますが、明日どうなるか誰にも分かりません。将来の計画を立ててそのために努力することも大事ですが、一番大切なのは、生きている「今」だと思います。また、あのときこうすればよかった、など過去のことを考える人もいます。同じ間違いを繰り返さないためには過去を振り返って反省することも大事ですが、過去のことはもう変えようがありません。変えられるのはこれからのことだけです。ですから、大切なのは今とこれからなのだと思います。

私たちは気がついたらこの世に生まれて生きているわけですが、何のために生きているのでしょうか。全く考えない人もいるし、考えすぎて何のために生きているのか分からなくなっている人もいます。どちらであっても私たちの本心は、生きている以上毎日楽しく喜んで生きたい、ということでしょう。

う。苦しんで悲しみながら生きたいと思っている人はいないと思います。楽しんで生きるためにはどうするかをいろいろ考えます。すると、現代では、お金をたくさん貯めたら毎日楽しく過ごせるのではと考えたり、いやお金だけではだめだ、権力が必要だと、努力して勉強して学者や政治家になったり、あるいは事業家になったりするなど、金と力を手に入れようとするでしょう。または、有名になって皆のあこがれの的になりたいと考え、努力して歌手や役者、ダンサーなどになる人もいます。人によってそれぞれ違いますが、すべての努力は、楽しく生きたいという目標があるからこそ積まれるものでしょう。宗教を志す人も、毎日心豊かに愉快地に生きたい、そのためには真理を悟らなければならないと考え、苦しい修行や勉強をしてコツをつかもうと努力します。苦しむために修行するのではなく、修行した結果、真理をつかんで毎日心穏やかに楽しく暮らせるようになるために修行するのです。では、真理とは一体何なのでしょう。真理をつかんだ時には、必ず喜びが心に満ちあふれてくれる。皆さんご存じの通り、サチダーナンダという無限の喜びです。どんな苦しみが伴う修行でも、真理が得られたならば無限の喜びが感じられるだろうと考え頑張るわけです。

## 決めるのは自分である

このように、お坊さんであろうと一般の人であろうと、毎日楽しく生きるためにどうしたらいいかを日々考えているわけです。では、喜び、真理とはどうやってつかめばよいのでしょうか。真理とは正しいことです。しかし、本当に正しいかどうかどうやって判断すればよいのでしょうか。どれが本当に正しいかは、私から言わせれば分かりません。例えば、学者は宇宙や原子について研究し、法則を見つけます。その法則は本当に正しいのでしょうか。その時は正しいと思えても、後になって別の人が別の法則を見つけて、今までのものは間違っていたということがあります。このように、本当に正しいかどうかは証明が難しいのです。誰でもいつでもどこでも正しいものが、あるだろうと思って皆追い求めています。本当にあるかどうかは分かりません。



今、皆さんは自らの目と耳で私を見て私の話を聞いているから、これは本当に起きていることだと思うでしょう。でももしかしたら、皆さんは夢を見て

いるのかもしれない。これが現実なのか夢なのかを証明する手段はありません。本当かもしれないしそうでないかもしれない。どちらの可能性もあります。では、どうしたらいいのでしょうか。第三者に頼もうとしても、その人が正しいかどうか分からない。自分で決めるしかないのです。ではどう決めればよいのでしょうか。それが本当だと信じた時、自分が楽しいと感じられるかどうか。逆に、それが本当でないと信じた時に、喜びを感じられるかどうか。人が判断するのではなく、自分自身が判断するのです。誰にでも判断する力、直感があります。人の話を聞いたり、本を読んだりすることは大切です。しかし、本当のことを本当であると証明する手段がない限り、自分がそれを信じたら安心して楽しく生きられるかどうか、または本当でないと信じた方が毎日楽しく生きられるかどうか、このどちらかしかないわけです。それを自分の直感で判断するのです。人の話を聞いてもいいですが、最後は自分が判断するのです。

皆さんはここに来ていろいろな話を聞いたり、ヴィヴェーカーナンダの本などを读んだりしますね。どれも素晴らしい内容です。しかし、そこに書いてあることが本当かどうか。もちろん、シュリー・ラーマクリシュナやスワミー・ヴィヴェーカーナンダにとっては本当のことだと書いてあるでしょう。

しかし、それを皆さん自身が本当だと思うかどうか、それは皆さんが自分で決めることです。皆さんが幸福に心安らかに生きられるかどうかは、自分はどう生きるかは皆さん自身にかかっているのです。そのうちに、勉強しているうちにそういう境地になれるだろう、というのは私から言わせると少々怠けているということになります。「そのうちに」ではなく「今」から努力を始め考え始めるべきでしょう。「いつか」ではなく「今」なのです。成功するかもしれないし失敗するかもしれません。でも、それをやり続けるのです。この「やり続ける」ということが、人間が生きていることの本当の意味、姿ではないでしょうか。

## 自由と神

スワミー・ヴィヴェーカーナンダの言葉に、「人間が一番喜びを感じる時は、自由を手にした時だ」というものがあります。自由とは何でしょうか。自由とは自分の思い通りになることです。思い通りにならない状態を不自由といいますね。自由になった時、自分の思い通りになるわけですから、こんなに楽しいことはないでしょう。金を儲けたい、有名になりたい、健康になりたい、世の中を変えたいと思ったら、その通りになる。それが本当の意味の自由です。しかし、その自由を手に入れない限り、不安や不満が残ってしまう。

ですから、自由を本当に手にすることが、人間にとって一番大切で、人間の生きる意味もそこにあるとヴィヴェーカーナンダはおっしゃっているわけです。自由である、思い通りになる、というのは大変なことです。少しだけ思い通りになるのでは本当の自由ではありません。何でもいつでもどこでも思い通りになるのが本当の自由です。では、この本当の自由を手をしている人はいるのでしょうか。私の考えでは、このような自由を手をしているのは、万能の存在、宇宙の大霊である神様だけです。

神様は、宇宙を作りたいと思えば作れるし、宇宙を消したいと思えば消せるし、できないことはない。完全に自由を手をしている存在です。では、我々人間が完全な自由を手にするにはどうしたらいいのでしょうか。人間だからできないのか。できないのであれば、我々は永遠に幸福になれないのか。できるはずだ、とまず思うことから始めなければいけません。できないと思ったら生きている意味はありません。できるはずだと考えたら、どうなったらいいのでしょうか。神様が自由を手をしているのであれば、我々も神様になるしかありません。だから、皆さんの目標は、神様になることです。そうすれば、皆さんは真理を悟り無限の喜びを感じる事ができるわけです。

皆さんは毎日、勉強したり話を聞いたりしていますが、その目的は自由を手にすることであり、自らが神様になることです。神様になることはそう簡単ではないだろう、シュリー・ラーマクリシュナのような特別な人だけがなれるのだ、と普通考えます。しかし、神様は不平等に人間を作っていません。形や性質は違っても、神と同じ力を持っている存在として人間を創造していると私は考えています。ですから、各自がそれを自覚して神を求めていけばいいのです。神様になることは大変だと考えがちです。それぞれの宗教がそれぞれの修行方法を持ち、断食したり、瞑想したりしながら神に近づいていくと考え、ある時神の状態に達する、神の状態を実現すると表現します。しかし、私はそのように表現しません。私たちは最初から神様ですから、神様に「なる」必要はありません。そうでない自分がそうなるのは大変ですが、元々そうなのです。問題は、皆さんが自分は神であることを忘れているのです。問題は「なる」ことではなく「思い出す」ことなのです。なるための努力ではなく、思い出す努力が必要です。素直に「自分は神の子である、神様のものである」と信じられる人ほど幸いなものはない、と私は思います。素直になり、人に頼るのではなく自分で自分の本心に聞き、「なるほど、私は神様のものだ」と感じるのです。



## 全体を支える個々

神様は無限ですが、我々の体はこんなに小さい。どうやって一緒だと言えるのかという人がいます。神様は無限で形はないという人もいるし、いや形を取って現れるのだと言う人もいます。しかし、神様は万能ですからどちらにもなれるのです。有限の形も無限の形も取れるのです。ですから、形の有無、大小を論じるのは意味がない。そして我々一人一人も神様なのです。そのことを思い出せばいい。そういう気持ちで、すべてを見、すべてを感じ、日々生きていくことです。病気だとか、お金がない、権力がない、そのために苦しんでいるという人もいるでしょう。しかし、我々にとって一番大事なものは命です。命がなければ何も始まりません。

この大切な命を誰が支えてくれているのでしょうか。単純に言えば神様ですが、もう少し具体的にいうと、まず空気でしょう。空気がないと数分でだめになってしまう。さらに、太陽の熱も必要です。これは自然が我々にただで、一瞬の休みもなく与えてくれるもので、神様のお力です。そしてこれは、我々皆が平等に持っています。中には、暑すぎるから太陽の熱はいらないと思っている人がいるかもしれませんが。しかし、文句を言う人にも感謝をする人にも、見返りなしに全く同じように与

え続けてくれるのです。これが神の姿で、自然のあらゆるものはこのように働いています。我々も神であるとするならば、我々も誰に対しても何に対しても、平等に差別しないで接する必要があります。我々はつい、あの人は好きだとか嫌いだとか心が動いてしましますが、それは本来の動きではない。誰もが世の中にとって必要で欠くべからず存在であるとして、同じように思う、つきあう、そうして始めて我々は神のように生きていると言えます。

世界には 70 億近い人がいますが、我々はその一部の人にはしか会いません。一生かけても会わないままの人がたくさんいる。しかし、見たことも聞いたこともない人でも、今地球上に生きているのであれば、我々はその人たちのおかげで生きているのだと感じ取らなければいけません。日本は食糧の自給率が 40%程ですから、6 割は輸入しています。外国でこの食糧を作っている人たちは、我々が一生会うこともない人たちで、それを誰かが運び、売っている。それを私たちは買って生きているのです。つまり、70 億近いすべての人たちのおかげで我々は生きているということが出来ます。そうすると、好き嫌いの問題ではなく、我々は 70 億近いすべての人たちに分け隔てなくありがたいと思って生きなければならないと思います。同時に、私たち一人一人もこの世に生きている限り何かをして

いるわけです。それは自分のためでもあると同時に、世界中の会ったこともない人たちの役に立っているのです。70億近い人たちが我々の役に立っているのと同じに、我々も70億近い人たちのために何かの役に立っているのです。そういう自覚が神の意識に連なっていくと思います。ですから、世の中にむだなことは一つもない。しかしその目的は、自分が神であることを思い出し、常に楽しく、人に感謝し、かつ自分が人の役に立っているということを意識して生きていくことです。

## あらゆるものとコミュニケーションを取る

さらに、これは物に対しても同じです。今私が話しているマイク、建物、クーラーなどは人ではなく物です。西洋の人たちは人と物を区別する傾向がありますが、東洋人、特に日本人は、人と物を同じ仲間だと考える頭を持っています。どうして日本人はこういう感覚を持っているのでしょうか。例えば、家を建てると地鎮祭を行いますし、車を買った時にお祓いする人もいます。人と物をあまり区別せず、同じ命を持っているものとして考える傾向があります。また、人だけでなく、動物、植物、物に対しても言葉をかければ通じるように感じてしまいます。なぜでしょうか。

これは不思議なことですが、日本語を生まれてからずっと使っていると、大体9歳までに、脳がそのように感じるようになってしまうのです。これを研究した人がいます。世界中の人たちの脳と言葉を研究し同じかどうか調べたわけです。あらゆる言語を対象にして調べた結果、日本語を話す人、サモア、トンガ、ハワイなど南太平洋の島々の言語を話す人、これらの人たちの脳は、それ以外の言語を話す人たちとは少し違うことが分かりました。人間の脳には右脳と左脳があり、左右で働きが違います。言葉は左脳で聞いて理解しています。それ以外の音、例えば自動車や機械の音、雨や虫などの音は、普通は右脳で処理しています。ところが不思議なことに、日本語を話している人は、人間の言語だけでなく虫の音や鳥の声などもすべて左脳で処理しているのです。どうしてそうなのか誰にも説明できませんが、事実そうなのです。

これは何を意味するのか。日本語を話す人たちは、「人間だけでなくあらゆるものが言葉を持っていて、それに話しかければコミュニケーションができる」と脳が思って生きているわけです。となると、この世に存在するすべてのものには命があり、言葉を通して意思を伝え合うことができている、ということになります。神様は、誰とでもコミュニケーションができなければいけません。たまたま、日本語や南太平洋

の言語を話す人たちは、意識していないけれども脳がそのようにできている。それは途中からなるのではなく、生まれてから9歳までの間にそうなるのです。私は日本人という言葉は使いません。日本人でも外国で日本語を使わないで生活した人はそうならないし、外国人でも日本で育った人はそうなりません。これはDNAの問題ではありません。あくまで言語の不思議な力なのです。このような力を持っているということは、我々は無意識に、神と同じようにすべてのものとコミュニケーションを取りながら毎日生きていくということになります。ですから、目に見える存在であろうと目に見えない存在であろうと、我々は真心を込めて言葉を伝えれば、あらゆるものとコミュニケーションが取れる。無意識のうちに理解ができる。そういう特殊な言語や文化を持っているのです。

## 祈りの力を信じる

そのような特殊な言語や文化を持つ人々が住む日本が、今回、大きな震災に遭いました。これからどうやって立ち直っていくか、直接被害を受けていなくてもどうやって働きかけていくかを考えます。亡くなった方たちに対しては、その魂に対して慰めていくことになり、生きています方には、慰めの言葉をかけ、必要な食べ物、道具、住まいを提供することになります。

これを一生懸命にやらなければいけません。普通の災害であればこれでいいでしょうが、今回の場合、原子力発電所の事故があります。これは全くの想定外で、現在、汚染した水や空気が拡散しないよう懸命に取り組んでいます。そう簡単には解決しないでしょう。何年かかるのかも分かりません。その間にも被害は広まっています。今、あらゆる科学的な方法で処理しようとしています。ただそれだけでは不十分だと私は思います。我々日本語を話す人々には、壊れた機械、原子炉に語りかける必要があるでしょう。ヨーロッパの人は笑うかもしれませんが、我々の脳は必ずコミュニケーションできると思っています。一つは、感謝を伝えることです。今まで我々は、作ってもらっていた電気をふんだんに使ってきたわけですから、それに対する感謝を伝えるべきでしょう。もう一つは、今壊れている部分が何とか収まって、これ以上汚染された水や空気が広まらないようにと伝え、祈ることです。神が無限の力を持っているとすれば、必ず我々の祈りは届きますし、原子力発電所も神の一部だとするならば、必ず応えてくれ最も好ましい状態になっていくと私は考えます。これが、日本語を話す我々にできる最大のことだと思います。

神に祈ることとは、あらゆるものに同じように接して同じように祈っていく



ことです。そして、その力を信じ、それによって自分があらゆるものから生かされていることに感謝し、また自分も他者を生かしているという自負心を感じ喜びを感じて、日々生きていく。そういう生き方を、そのうちやるのではなく、今の瞬間からやる、それが大切ではないでしょうか。今日は「無限の喜び」という題をもらいましたから、これを伝えたいと思います。



## 2011年9～10月 協会の活動

### 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』を良く生きることに集中する。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

#### 割れたグラス

夕食が終わって間もない時だった。テーブルの上にある水の入ったグラスを、先生がわざと手ではたいて床の上に落

とした。ガラスは粉々になってあちこちに飛び散ったが、先生は落ち着いた様子だった。一方、生徒のラハは怒りを感じていた。レストランの従業員も腹立たしく思っていたが、しぶしぶと掃除を始め、グラスのかけらを拾いだした。レストランにいる誰もが不快に思った。落ち着いていたのは先生だけだった。

ラハは怒りを隠そうとして、先生に尋ねた。「どうしてあんなことをしたのですか。」先生は答えた。「私の行動よりも、君の行動の方がよっぽど大切だ。今なぜ自分がそういう気持ちを感じているのか、自分に聞いてみたらもっと面白いことが分かるだろう。」

この言葉にラハは強く動かされ、すぐに立ち上がって行動を起こした。従業員の掃除を手伝い始めたのだ。手伝うにつれて、ラハは自分の中から怒りが消えていくのを感じた。ラハのその姿を見ていると、先生の目は次第に涙でいっぱいになった。

数分後、テーブルも床もきれいになった。ラハのハートもきれいになっていた。感謝の思いから、ラハは先生に会釈をして外に出て行った。後に残ったのはもはや先生ではなく、再び生徒に戻り真理を求めている者の姿だった。

(Fr Eugene Lobo S. J.)

## 今月の思想

一オンスの母は一ポンドの神父に匹敵する。

(スペインの諺)

\*オンス：重量の単位。1ポンドは16オンス。

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](mailto:info@vedanta.jp)