



2012年12月 第10巻第12号

かく語りき—聖人の言葉

「ちょうど雲が風によって吹き払われるように、物質的快樂への渴望は、主の御名を唱えることによって追い払われます」

(ホーリー・マザー シュリー・サーラダー・デーヴィー)

「神に会いたがるものは誰でも、神が会いたがる」

(預言者ムハンマド)

今月の目次

- ・ かく語りき—聖人の言葉
- ・ 2月の予定
- ・ 2012年12月の逗子例会

「神聖な交わり」 スワームー・メーダサーナンダによる講話

- ・ 愛媛サットサンガ
- ・ 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・ヴィヴェーカーナンダ

2月3日(日)

スワームー・ブラマールナンダ

2月12日(火)

スワームー・トリグナティターナンダ

2月14日(木)

スワームー・アドブターナンダ

2月25日(月)

・ 協会の行事

2日(土) 14:00~16:00

東京・インド大使館例会

講義：バガヴァッド・ギーター (無料)

場所：インド大使館 : 03-3262-2391

お問い合わせ：逗子協会 046-873-0428

3日(日)、10日(日)、17日(日)、24日(日) 14:00~15:30

ハタ・ヨーガ・クラス

場所：新館アネックス

*体験レッスンもできます。

お問い合わせ：逗子協会 046-873-0428

16日(土)

シヴァーナダ・ヨーガ東京センターにて講話

詳細：<http://www.sivananda.jp/>

17日(日) 11:00~16:30

スワミー・ヴィヴェーカーナンダ生誕祭

場所：新館アネックス

講話：スワミー・シャマーナンダ(インド・マヤヴァーティ アドワイタ・アシュラマ)

22日(金)

ホームレス・ナーラーヤナへの奉仕活動

現地でのお食事配布など。

お問い合わせ：佐藤 090-6544-9304

24日(日) 13:00~15:00

サットサンガ in 沖縄

沖縄ヒンドゥーテンプルにて

お問い合わせ：シニア 090-7454-2188

ラジャニ 080-3943-5821

*23日~25日 スワミーは不在になります。

2012年12月逗子例会

「神聖な交わり(Holy Company)」

スワミー・メーダサーナンダによる講話

初めに、「神聖な交わり」とはどうい

う意味なのかを理解する必要があります。「神聖な交わり」とは神聖な人と一緒にいることを言います。神聖な人をインドでは「サドゥ」と言います。神様を中心とした生き方をしているので、サドゥは僧侶でも家住者でもよいのです。

しかし、もっと広い意味で言えば、「神聖な交わり」には信者との交わりも含まれます。信者が集まって料理やファッション、仕事、家族のことなどだけをおしゃべりするのではなく、神様について話したり瞑想、聖典の輪読などを一緒にしたりするのであれば、これもまた信者同士の神聖な交わりです。一方、神聖な人と政治や世俗的なことや他愛のない話をするのであれば、これは神聖な交わりとは言えません。大切なのは話のテーマです。霊的なことがテーマなら、神聖な交わりとなるのです。インドでは「サットサンガ」という言葉をよく耳にします。アシュラムや僧院などに行くことをサットサンガと言います。今私たちが行っているこの「リトリート」は、霊的なことをテーマとしたプログラムですからサットサンガです。

世俗的とはどういうことか、霊的とはどういうことか、はっきりと理解しましょう。例えば、仕事をただ仕事と見なせば、世俗的なこととなります。しかし、同じ仕事でもそれを礼拝と見な

せば、靈的なことになるのです。つまり違いは、それをどう見るか、どのような態度で臨むかにあります。これは何事にも当てはまります。家族を、結婚しているから家族だ、血縁だから家族だ、としか考えないのであれば、家族の関係は世俗的なものになります。そうではなく、家族の中に神様を見て神様に仕えるのだと考えて接すれば、家族との関係は靈的になります。違うのは、テーマでも人でも仕事でもなく、自分の態度なのです。

靈性とは、永遠で絶対で無限の存在である靈に集中しているということです。人間関係や仕事の中にこの存在の存在を見るなら、人間関係や仕事は靈的なものとなり、この存在を見ないのならば世俗的なものとなります。もしお寺が仕事の間として使われたら、それは世俗的な活動の間と化してしまうのです。あらゆる仕事や関係の中に無限の存在、永遠なるもの、絶対者を見、つながるのであれば、私たちは靈的な空気の中にいつもいることになるのです。

どのような人が神聖な人、交わりを持つべき人なのでしょう。最も高い意味では悟りを得た魂です。一般的な意味では、神以外のことに興味を持たず神を悟ろうと真摯な努力をしており、しかもかなりのレベルに達している人です。そういう人の人生では、主に神

様と神様を悟ることが中心になっています。このような人はたとえ神をまだ悟っていなくとも神聖な人なのです。それ以外には神聖な交わりを持つことはほとんど不可能でしょう。国や時代に関わらず、悟りを得た魂はごくわずかですから。

どの聖典も、特にヒンドゥー教の聖典は、神聖な交わりが非常に大切であると説いています。『ラーマクリシュナの福音』やスワミー・ブラマーナンダジなどの教えを読むと、神聖な交わりをととても重視していることが分かります。この理由はまず、神聖な交わりによって神を慕う気持ちが芽生え、やがてその気持ちが大きくなっていくことです。一般に、私たちの気持ちは一時的で有限のものにばかり向けられています。神聖な人と一緒にいることで、「はかなく世俗的な物事にばかり目を向けていると、平安や喜び、知識を本当には得られない。神に気持ちを強く向けなければダメだ」ということがだんだんと分かるようになるのです。

どうしてそうなるのでしょうか。ご存知の通り、人の生き方は他者の生き方に影響を与えます。ランプに火を灯したければ、他の燃えているランプから火をもらうのが一番簡単です。生き方はランプと同じなのです。神聖な人は燃えているランプのようなもので、その聖なる炎からもらった火で私たちは

自分のランプを灯すことができるのです。神聖な本を読んだり、録音した言葉などを見たり聞いたりしただけではできません。一番大切なのは生き方です。サドゥの生き方、神聖な人の生き方は、霊的な教えを見せてくれます。ここで忘れてならないことがあります。サドゥにも欠点のようなものはありますがそれはあまり気に留めず、サドゥの生き方の良い面、神聖な面だけを重視することです。そうすれば、神聖な交わりの恩恵を受けることができます。神聖な人と一度会うだけで、すぐに、というわけにはいきませんが、神聖な交わりを続けることで、ゆっくりと私たちの生き方は変わっていきます。

生き方を変えるのに、神聖な交わりが最も大切であると言われてきたのはもっともなことです。例えば、瞑想について読むことはありますが、神聖な人の所に行けば瞑想をしている姿を直に見て、自分もやってみようという気持ちになります。シュリー・ラーマクリシュナの弟子であるマヘンドラナート・グプタ氏、通称「M」は『福音』を記録した人ですが、Mの家には弟子らが定期的に集まっていました。Mは彼らにベルル・マトに頻繁に行くよう、特にサドゥが瞑想をする時間に行くよう勧めていました。これは、サドゥが瞑想しているのを見れば、信者はインスピレーションを得て自ら瞑想しようという気持ちになるからです。僧侶が互い

に話をしていたり、仕事をしていたり、お茶や食事を取っているところを見るだけなら、噂話や仕事、飲食をする普通の人の所に行くのと何ら変わりはありません。違いは、サドゥが霊的修行を行っている時に会いに行くところがあり、それが重要なのです。

今ここで行っているような講話はサットサンガと言いますが、これもまた役に立ちます。こうした話を聞くことで私たちの考えが明確になるからです。時には、サドゥは普通の話をしているだけということもありますが、これにさえインパクトがあるのです。スワミー・ブラマーナンダジはよく在家の信者に会ってごく普通の会話をしていました。誰かが霊的な質問を具体的にしない限り、ブラマーナンダジは話の中で霊的な話題を取り上げようとはしませんでした。大抵は楽しい話で、話をしている間、その場は笑いでいっぱいでした。

僧団に入って間もないある若いブラフマチャーリが、これを見て少し困惑しました。普通、信者というのは霊的な話をしたり霊的な質問の答えを得ようとしたりして僧侶のところに来るものです。そこで、このブラフマチャーリはこれらの在家の信者のうち年配の一人に近づいて、ブラマーナンダジが日常のことばかり話題にして皆で大笑いしているのはなぜかと尋ねてみまし

た。「ブラマーナンダジは神聖な人であな
たは信者ですよ。でも靈的な話は
しません。なのに、なぜわざわざコ
ルカタからベルル・マトまでブラ
マーナンダジに会いにいらっしや
るのですか」

この信者は、君のような若者には家
住者の暮らしがどれほど大変かき
つと分からないだろうね、と答
えました。「人生には多くの苦し
みがあるんだ。たとえブラマー
ナンダジが神について話さな
くても、笑ったりおしゃべりし
たりしてただお側にいるだけで
そういう苦しみをすべて忘れら
れるんだよ。帰る頃には、私
たちの心は平安と喜びで満た
されているんだ」このような形
で影響を与えることもあるの
です。

この例のように、神聖な人の中
には靈的な質問をされない限り
自分からは話さない人がいま
す。ですから、靈的な質問があ
れば聞いてみた方がいいでしょ
う。他者のいる前で聞けること
もあれば、個人的に聞いた方が
良いこともあります。この例会
の午後のプログラムでは質疑
応答の時間を設けていますが、
これは良い慣習だと思います。
皆さんの役に立つわけですから。
私が日本各地に講話をしに行
く場合、必ず質疑応答の時間
を取ります。大抵、活気に溢
れた興味深い時間となります。
今年山形を訪問した時、保育
園と幼稚園と小学校が一緒
になったようなところ

で子供たちに会ったのですが、
ここでインドの文化について少
し話をしました。そして子供
たちに、聞きたいことがあ
れば質問してくださいと言
うと、ある子供はインドの
カレーの作り方とどんな
スパイスを入れるのかと
聞いてきました。他の子供
からは、おもしろいことに、
なぜ私がお坊さんにな
ったのか聞かれました。さら
に、別の子はお坊さんの生
活は楽しいですかと聞いて
きました。(笑い) 子供から
そんな質問をされるなんて
私はびっくりしました。

自分が具体的に聞きたい
ことがなくても、他の人の
質問に神聖な人が答える
のを聞いて、疑っていた
自分の気持ちが少しずつ
変わっていくものです。
それだけでなく、神聖
な人が靈的なことにつ
いて話すのを聞くと同
じ効果があります。

ある日、シュリー・ラーマ
クリシュナが靈的生活にお
ける自己努力と神の恩寵
の役割について話してい
ました。問題は、自己
努力だけで神様を悟
ることができるか、それ
とも神様の恩寵が必
要かということでした。
長期間瞑想をする
など何らかの方法を
実践すれば、自分の
努力だけで悟りを
得ることは可能
だという考え方が
あります。例えば、
パタンジャリの『
ヨーガ・スートラ』
には瞑想技法が
細かく記されて
います。ですから、
もしこの方法に
従って長期

にわたり瞑想を続ければ、神様を悟ることができるのです。偉大なスワミー・トゥリヤーナンダジは若い頃そう信じており、シュリー・ラーマクリシュナがこの話をしている時その場にいました。トゥリヤーナンダジはその時ヴェーダーンタを実践しており、ブラフマンを瞑想し識別してさえいればブラフマンを悟れると信じていました。つまり、非常に真剣かつ真摯であれば、自己努力だけで十分だということです。

シュリー・ラーマクリシュナはインドの偉大な叙事詩『ラーマヤナ』に関連のある歌を歌いました。それは、神様の恩寵がなければ、どんなに努力しても神様を悟ることができないというものでした。ラーマクリシュナは大変感情を込めて歌ったので、トゥリヤーナンダジはこの歌は自分にメッセージを伝えるために歌っているのだと感じました。自己努力だけでは悟りに達することはできない、自分で努力することは大切だが神様の恩寵も大切なのだと。この話は、神聖な人が一般的な話をしていても聞き手の心にあった疑いが晴れることがあるという例です。このことから、神聖な交わりがどれほど大切か分かりますね。

禅寺のお坊さんと侍の話があります。侍は自分の力や勇気、鍛錬、腕前を大変自慢にしていました。侍は霊的な助言を求めてある禅寺のお坊さんの所に

行きました。侍が中に入って静かに座っていると、禅師が急須から湯飲みにお茶をつぎ始めるのを目にしました。禅師がつぎ続けているうちに、お茶は湯飲みからあふれ出して畳の上にこぼれてしまいました。侍は心の中で、「こいつは何という禅師だ。常識のかけらほども持っていない」と思いました。その時急に、ある思いが心に浮かびました。これは、自分に教えを授けているのではないかと。心が自尊心でいっぱいだと何の教えも心に入らない。心を空にしないと教えは役に立たないのだ、と気付いたのです。

また、ある時別の侍がこの禅師を訪ね、天国と地獄の違いとは何かと問いました。すると突然、禅師は大変立腹して言いました。「この汚らしい奴め。お前は臆病者だ」禅師はさらに大声になって、不快な言葉をわめき散らしました。侍は怒りのあまり刀を抜き、今にも禅師に切りつけようとしていました。すると禅師は、急に落ち着いて静かに言いました。「これが地獄です」侍はこれを聞くと、禅師が怒ったふりをして自分に教えを説こうとしたのだとすぐに気が付き、後悔の気持ちでいっぱいになりました。侍は刀をさやに収めました。「これが天国です」と禅師は言いました。

ある所でトゥリヤーナンダジは神聖な交わりについてこう説明しました。「神聖な交わりについて何が分かって

いると言うのか！神聖な人の生き方をよく見なくてはいけない。その純粹性、信仰心、愛、慈しみを見て、自分の生活の中でこれらを発するのだ。神聖さを発することで、信仰心は強くなりハートは純粹になる」ここで大切なのは、自分が変わろう、向上しようということです。このような姿勢がなければ神聖な人を何度訪ねようと意味はありません。本当にそうなりたいという強いあこがれがなければ、神聖な交わりから何も得られません。

インドでは、行脚僧の中に大麻を吸う人がいます。これには様々な理由がありますが、その一つに、行脚僧は十分な衣類を身につけていないので大麻を吸って体を温めるというものがあります。行脚僧の所に、大麻のプラサードをもらうためだけに来る人もいます。(笑い) このような神聖な交わりは靈的生活には何のメリットもありません。

ダクシネシュワルについて考えてみましょう。そこにはたくさんの人が働いていて、彼らはシュリー・ラーマクリシュナに何度となく会っていました。何度もシュリー・ラーマクリシュナを見て、話をしたわけですが、寺の職員の中に重要な信者となった人は誰もいません。なぜでしょうか。彼らの関心は他に向いていたのです。何度も見ているものから靈的な影響を受けようと望んでいなかったのです。このように、

神聖な人の所に行って靈的生活を求め、気持ちを強めたいと思うこと、僧侶を模範として自分を変えようと思うこと、そういう気持ちがあると神聖な交わりの効果が表れ始めます。例えば、靈的生活を送りたいという気持ちが強くなっていきます。

また、このような神聖な交わりの効果は、家に戻る時まで保ち続けなければなりません。神聖な交わりや神聖な会話の記憶を家まで持ち帰るのです。シュリー・ラーマクリシュナはよく、自分を訪ねてくる者を鳩にたとえました。鳩が食べ物を消化する前にその嚢に貯えておくように、訪問者の中には世俗的な考えを貯えたままやって来て、家に戻るとそれを取り出すだけだと。そのような人たちにとって、神聖な交わりはほとんど意味がありません。「自分の人生を変えたい。少しでも自己成長したい」と思うことが大切です。

そうでないと、大多数のインド人のように、幻想を抱いて苦しみを抱えることになるでしょう。靈的な生活を送りたいという気持ちがなくても、神聖な人に触れたりお寺や巡礼の地を訪問したりするだけで靈的にプラスになると誤ったことを信じてしまうのです。変わりたいという強い気持ちがあることが大切なのです。そういう気持ちがあれば、神聖な交わりが本当に役立ちます。神聖な人の所に行っても全く効果

がないと言っているわけではありません。靈的になりたい、純粹になりたいと思うことで、その効果が非常に大きくなるのです。

スワミー・シャンカラナンダジはスワミー・ブラマナンダジの直弟子で、ラーマクリシュナ・マトとラーマクリシュナ・ミッションの第7代プレジデントとなった方です。シャンカラナンダジは非常に靈性が高く、大変まじめで厳格でした。ある信者が、勇気を出してシャンカラナンダジに靈的なアドバイスを求めました。シャンカラナンダジは、この信者がたくさん本を読みたくさんのアドバイスを聞いているのを指摘してこう言いました。「あなたにこれ以上何のアドバイスがあるでしょうか」つまり、これまでに聞いたアドバイスを実践しなさいということです。また、神聖な人を誰それ構わず何人も訪ねることで、別の問題が生じかねません。信者の中には神聖な人をあちこち訪ねて靈的な質問をする人がいます。しかしこのような人には靈的な進歩がまったくないのです。なぜでしょうか。様々な靈的アドバイスをたくさんもらって、混乱してしまうからでしょう。これは、靈的な本を読みすぎた場合にも起こります。こういうことは選りながらやらなければならないのです。

私自身の経験ですが、私の所に靈的な

アドバイスを求めて人が訪ねてくることがあります。そういう方に、これまで他の宗教グループでトレーニングを受けたことがあるかと尋ねると、超越瞑想を試してみた、あとサイ・ババやヨガナンダも、と答えることがあります。あらゆる所に行きあらゆる本を読んでいるわけですから、私はこう言います。「私から何を聞きたいのですか」このような人たちは、あちこちの宗教団体にただ出かけて行くだけで、一つの教えに従って最後までやってみるといふ真剣な気持ちは全くないのです。

神聖な交わりを通して、私たちは「万人への愛」の意味も理解します。「無私の奉仕」の意味を理解します。スワミー・ヴィヴェーカーナンダは、神聖な交わりのもたらす効果について語っていたとき、次のことを強調しました。「サドゥ・サンガ（神聖な交わり）によって、神の言葉を聞き、神の化身やその生涯、神のリラ（遊び）、神の教えについて聞く機会ができる」ということです。これらすべてが神聖な交わりを通して得られるのです。また、サドゥ・サンガから万物への慈悲心、愛、思いやりを学びます。ブッダやイエスを考えてみると、他者に対してどれほどの慈しみを持っていたか分かります。スワミー・ヴィヴェーカーナンダも、他者への慈しみがたくさんありました。

他者への愛や慈悲心はなぜ重要な

でしょうか。私たちが苦しむ最大の原因は、私たちが利己的であること、自分や家族のことばかり考えていることにあります。束縛や無知、苦しみ、不満は主にここから生まれるのです。家族や親類以外の人たちを考え、あらゆる方法で他者に仕え、限られた人たちの輪の外へ出ない限り、私たちのハートは小さいままで本当の平安を得ることはできないのです。自分と関係のない人たちを自分のことのように考える。神聖な人の生き方ではこれが体現されています。他者への愛を育んでいない人は神聖な人ではありません。神聖な人の唯一最大の特徴は、万人への普遍的な愛を持っていることです。この愛は自分の信徒だけに限られたものであってはならず、隔たりがあってはなりません。普遍的な愛は、ブッダやイエス、ヴィヴェーカーナンダの生涯に見られ、非利己的になろう、利己心なく奉仕しようという気持ちを起こさせます。他人のことを自分のことのように考え、自分の中にいらっしゃる神様が他者の中にもいらっしゃるのだと考えて、利己的から非利己的へと進む、という考え方です。これは霊的な生活の助けになるだけでなく、私たちに喜びと心の平安をもたらします。

スワームージーは、神聖な交わりから謙虚さも生まれると言っています。神様は偉大で私たちは小さな存在だという気持ちです。こうした考え方はサド

ウ・サンガから得られます。真の霊性について理解し、霊的な目覚めを初めて経験するのもサドゥ・サンガからです。シュリー・ラーマクリシュナの弟子の一人にアダール・センという名の政府高官がいました。彼はラーマクリシュナの所に行く前にも著名な霊的人物と会ったことがあり、法悦状態になった時に顔をしかめていたのを見たことがありました。彼が初めてラーマクリシュナのところに来た時、サマーディの状態に至福の表情を顔に浮かべていたのを見たのです。彼はそれまで、神が至福に満ちているのならなぜ神様とつながっている時に苦痛に満ちた顔になるのか納得できませんでした。しかし、シュリー・ラーマクリシュナの至福に溢れた顔を見て、これこそ本当のサマーディだと分かったのです。

世俗に生きる人々は、楽しいことに夢中になって結局は悲しんだり苦しんだりします。どうしたらこのような欲望を燃やせるのでしょうか。楽しみばかりを思い巡らし喜びにひたった心を乾かすには、まず熱が必要です。サドゥはその熱を与えてくれます。欲望を断ち切ろうと思わせてくれるのです。そして、これが体現されているのは僧侶の生活だけです。祭司 (priest) と僧侶 (monk) には違いがあります。祭司は儀式を執り行いますが、家住者の生活を送ります。職業は神様中心ですが、普通の人暮らしをします。

しかし、神様中心の生活、神を悟るための人生、神様を愛する人生を送ることは、様々な国で長年にわたり主に僧侶が実践し手本を示してきました。例えば、カトリック、仏教、ヒンドゥー教などの僧院などです。

修道院は社会の目的に合うよう奉仕をし、僧侶らの働きに報いてその生活を支えるのは社会の責任でした。こうした僧侶らは、家主者に心の平安、喜び、叡智を与えるという大変重要な霊的役割を果たしており、他にこのようなものを得られるところはありません。インドでは、家主者は今なお僧侶に、霊的な奉仕や刺激を与えてくれることを期待します。近ごろではカウンセリングを職業とする人やそのような専門家によるカウンセリングのサービスというものがありますが、このような役割を長い間果たしてきたのは僧侶でした。

私たちのラーマクリシュナ・ミッション本部のベルル・マトに、ホーリー・マザーの直弟子で高僧のスワミー・アヴァヤーナンダジという方がいたのを覚えています。アヴァヤーナンダジは本部の業務や、信者のためのプログラムなどを取り仕切っていました。よく目にしたことですが、一般人だけでなく政財界や貴族出身の高名な人々がコルカタなど各地からアヴァヤーナンダジに会いに来て、長時間話していた

のです。おもしろいことに、そういう人々は自分の家族や様々な事柄をひたすら話し、アヴァヤーナンダジはただ聞いていただけでした。時折うなずいたり「そうですね」と返事をしたりするだけでしたが、効果は絶大でした。実は、彼らはアヴァヤーナンダジに問題を解決してほしいと思っていたのではなく、ただ悩みを打ち明けて心の重荷を下ろしたと感ずることが出来ればよかったです。アヴァヤーナンダジに率直に話すことで、問題や悩みから解放されたと感じたのです。こうして心の平安を得ると、彼らは帰って行きました。首相であったインディラ・ガンディーは幼少の頃、アヴァヤーナンダジによく世話をしてもらいました。ジャワハルラール・ネルーの妻であり、彼女の母であるカマラ・ネルーは、スワミー・シヴァーナンダからイニシエーションを受けました。インディラは小さい頃アヴァヤーナンダジが大好きになり、首相になってからもよく会いにやって来ました。そして、家庭の問題をアヴァヤーナンダジに打ち明けることができました。

家主者が個人的な問題を僧侶と話したがるのはなぜなのでしょう。友人など、他の家主者ではそのような話が出るほど信頼できず不安を感じることがあるからです。また、家主者である限り誰もが似たような問題を抱えているので、そうやって心の内を打ち明

けてみても現実的ではありません。こういう理由から、個人的な問題を打ち明ける相手として僧侶を選ぶのです。少なくとも、お坊さんなら話しても安心です。もし自分の悩みを打ち明ける相手がいないのなら、僧侶の元に来てください。神聖な人に心の内を話して、気持ちを軽くしてください。これも神聖な交わりに備わっている点の一つです。

しかし先ほど言った通り、そのような神聖な交わりを見つけることはふつう難しいものです。しかし、それを補う方法があります。まず、神聖な人や神聖な像の写真をいつも持ち歩くことです。また、神聖な本を読むことを神聖な交わりと見るとよいでしょう。例えば、神聖な人の思い出を書いた作品などを読むことをお勧めします。こうしたものを好きになったら本当に楽しめますし、ためにもなります。真の興味を持ってこうした本を読むと、神聖な人たちがと一緒にいるような感覚になります。怪談をたくさん読むと幽霊がそばにいるような感じがするでしょう。犯罪に関する本を何冊も読むと、犯罪者と一緒にいることになります。同じように、神聖な本をたくさん読むと、神聖な人と一緒にいることになるのです。心のいる場所があなたのいる場所になるわけです。

私たちの僧院はシュリー・ラーマクリ

シュナやホーリー・マザー、ヴィヴェーカーナンダに関する本を数多く出版しています。また、翻訳した日本語版もいくつかあります。私自身はここに常駐するただ一人の僧侶ですが、これらの本を読むと神聖な人たちと一緒にいるような気がします。インドに行つてベルル・マトやダクシネシュワルなどこれらの本に出てくる場所を訪ねたことがある人は、本を読みながらこうした場所が頭に浮かぶので、本に書いてあることがより生き生きとなるのです。

『ラーマクリシュナの福音』を読む時は、自分がシュリー・ラーマクリシュナと一緒にいると思いながら読んでください。あなたはダクシネシュワルのラーマクリシュナの部屋に座っている信者の一人で、ラーマクリシュナのお話を聞いているのです。このシーンを思い浮かべながら読めば、これも神聖な交わりになります。こうした交わりを好むようになれば愛が育ちます。時間を有効に過ごせるだけでなく、世俗的な本からは決して得られない喜びを得るでしょう。自分でも気付かないうちにゆっくりと変化していくでしょう。

これに加えてインドでは、信者が集まってグループを作っています。月に一、二回集まって輪読や供物の奉獻、瞑想などをします。霊的なテーマについて話し合うわけですから、これも神聖な

交わりです。九州・熊本では信者の方々がこのようなグループを作って定期的に集まっています。東京でもこういうグループが出来ればよいと思います。また、神聖な交わりは家庭で持つことも可能です。これには家族のうち少なくとも二名がこういうことに興味があれば出来ません。もちろん、夫婦が共に興味があればそれがいちばんよいです。家族が週に一度集まって輪読や霊的な話をするだけでも、大変素晴らしいことです。そうでないと、家族の関係がただの世俗的なものになってしまいます。このようなことを実践すると、人間関係に新たな局面が生まれます。これは霊的な関係であり、人間関係のストレスを和らげストレスを超越するのに大変役立ちます。

神聖な交わりには様々な形があること、神聖な交わりの代わりとなるものがあることをお話ししました。一つ目は、アシュラムや寺院に行くこと。そして、個人で学ぶこと。二つ目は、グループを作って神聖な本を輪読すること。最後に、家族で定期的に集まりを持つこと。このような神聖な交わりがあれば、私たちはゆっくりと変化していき、神様が好きになっていきます。永遠で無限の存在を愛することは、長い目で見れば、苦しみの人生から至福の人生へと高めてくれることなのです。無知の人生から叡智の人生へ、束縛の人生から自由の人生へと高めてくれる

のです。そして自分がどこにいても、心の内にも外にもいつも、シュリー・ラーマクリシュナなどの「イシュタ(自分の選んだ理想神)」が存在し続けるのを感じる心の状態が得られるのです。ラーマクリシュナがいつも私を守ってくださる、私を導いてくださる、私の「永遠の伴侶」であると感じるのです。シュリー・ラーマクリシュナなどの写真を常に持ち歩き、最初のうちは時々その写真を見ることで、高まった状態を何となくでも経験できるでしょう。

2012年11月愛媛リトリート 塩路法子氏寄稿

2012年11月25日、26日に愛媛で始めてマハーラージをお迎えしてリトリートを行いました。

四国には「四国八十八か所」という巡礼の道がありますが、その58番目の仙遊寺というお寺で開催しました。お遍路さんが絶えなく訪れますが、静かで紅葉のきれいなお寺です。

リトリートは「瞑想とは何か」というテーマで、30人ほどの人が参加しました。そのうち宿坊に泊まって2日とも参加したのは10人ほどでした。地域の文化祭など行事も重なっていましたが皆さん時間を駆使して参加してくれました。

セッション1では瞑想の必要性、効果など具体的に学び、それを理解した上で実演をしました。マハーラージの誘導により、皆は沈黙を体験しました。「時間がなくてできない…は嘘で、テレビをみる時間、食事をする時間、入浴する時間などは作りだせるのに、瞑想の時間はつくりだせないことはないでしょう」と耳が痛い言葉でした。毎日やることを目標にしました。

精進料理の昼食をはさんで、セッション2は神について話してくださいました。神様は純粋な意識である。形はないが性質はある。形で現れることもある（シバ、クリシュナ、弁天様等）。人間の形で現れる（お釈迦様、キリスト等）。普段疑問に思っていることなどの答えが導かれたようでした。

夕食後は、サットサンガ。宿泊者10人ほどでマハーラージとともに自己紹介などを交えながら交流しました。朝は散歩に行く予定が雨で中止、マハーラージにシバのマントラなどを教えていただき、チャンティングをしました。

セッション3ではポジティブに生きることについてのお話。3つのグナの性質を詳しく開き、ポジティブに生きるための名言を教えてくださいました。たくさんある中から一つか二つ紙に書いてよく見えるところにはっておくようにと。毎日それをみて実践できるよ

うになりなさい、と言われました。参加者はそれぞれにマハーラージから大きな物をいただきました。それはまだ堅い種かも知れませんが、いつか芽をだすことでしょう。

マハーラージは来年も来ると約束してくださいました。毎日少しずつ実践して一年後の私たちを見ていただきたいと思います。ありがとうございました。



忘れられない物語

願いごとからさまざまな問題が生ずる

昔々、若く美しい娘が森を散歩していました。すると突然、とても醜いウシガエルが丸太に座っているのを見つけました。驚いたことに、そのウシガエルは、娘に話しかけてきました。

「お嬢さん。」そのカエルはしわがれ声で言いました。「大きなお願いを聞いてくれませんか。とても信じられないでしょうが、昔、私はハンサムで魅力的な王子でした。しかし、ある時、意地悪な醜い魔女に魔法をかけられて、

カエルになってしまったんです」

「まあ、なんて気の毒なんでしょう」と、美しい娘は叫びました。「あなたの魔法が解けるよう、できることなら何でもするわ」

「ああ、お嬢さん」と、カエルは答えました。「魔法を解く方法がたった一つあります。そうすれば、私はもう一度ハンサムな若者に戻れます。その方法とは、愛らしくきれいな若い女性の家に連れて行ってもらって、その女性の枕の下に入って一晩過ごすことなんです」

娘は醜いカエルを家に連れて行き、その晩、枕の下にカエルを置いて寝ました。次の朝、娘が目覚めると、本当に娘の隣にとっても若くてハンサムな男性、明らかに王家の血筋と分かる男性が寝ていました。そうして、二人はそれから幸せに暮らしました。ただ、娘の両親は今日に至るまで、娘の話をしていません。

そして、あなたの人生もそういう話に他ならないのです。なぜなら、すべての願いごとは空想しか生み出さないので。すべての願いごとは想像上のものであり、幻想を生み出します。あなたは、ひとつの幻想から別の幻想に移り続けます。幻想を変え続けるのです。次から次へと幻想を渡り歩く、それが

あなたのやっていることです。幻想のしくみはこういうものだと本当に分かったとき、幻想は止み、大きく進歩するのです。

その時、物事の本質があなたに見えてきます。その瞬間、この世界が無意味になるだけでなく、すべての世界、すべての世が無意味になるのです。その瞬間、願いごとはなくなります。あなたは、願いごとのないことさえ願わなくなり、一切の願いごとがなくなります。突然、願いごとは消え、煙はなくなり、炎が明るく燃えるのです。

幻想から幻想へと渡り歩いて、問題を変えないようにしなさい。そんなことをしても、何の役にも立たないのです。
(出典：『Source: " Zen: The Path of Paradox, Vol. 2 " - Osho』)

今月の思想

「忙しいだけでは十分ではない。蟻も忙しい。

問題は、何に忙しいのかである」

(ヘンリー・デイヴィッド・ソロー)

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