



2015年11月 第13巻第11号

### かく語りき—聖人の言葉

「神に帰依すれば、運命の定めさえも取り消されてしまいます。運命の女神が、その人に対してお書きになった定めをご自身の手で消されるのです」

(ホーリー・マザー シュリー・サーラダー・デーヴィー)

「わたしは、平和をあなたがたに残し、わたしの平和を与える。わたしはこれを、世が与えるように与えるのではない。心を騒がせるな。おびえるな」

(日本聖書協会『新共同訳 新約聖書』 マタイによる福音書 14章 27節)

### 今月の目次

- かく語りき—聖人の言葉
- 2015年12月の予定
- 「霊的な生活の課題」第3部 (全3部)  
スワーミー・メーダサーナンダによる講話
- 協会の信者さんマハーラージと訪印
- “A Highly Blessed, if Short, Visit

to India”

One pilgrim shares his impression  
...

- 忘れられない物語
- 今月の思想

### 今月の予定

- 生誕日

スワーミー・プレーマーナンダ 12月19日 (土)

クリスマス・イヴ 12月24日 (木)

### • 協会の行事

※講話はすべて日本語で行われます。

※今月の火曜勉強会 (12月1日、15日) は中止です。

12月5日 (土) 14:00~16:00

東京・インド大使館例会

講演：バガヴァッド・ギター (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

12月6日 (日)、13日 (日)、20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：080-6702-2308 (羽成淳)

12月12日(土)

国際ベンガル学会第4回大会

東京外語大学

12月13日(日)

日本統合医療学会

山口市民会館

12月19日(土) 14:00~16:00

ウパニシャッド スタディークラス

講演：ウパニシャッド(無料)

場所：インド大使館 : 03-3262-2391

12月20日(日) 10:30~14:30

逗子例会

お問い合わせ：逗子協会 046-873-0428

12月23日(祝) サットサンガ  
in 浜松

詳細は後日HPに記載いたします。

12月24日(木) 19:00~21:00

クリスマス礼拝

場所：逗子協会本館

<プログラム>

17:30 夕拝

19:00 礼拝、聖書朗読、キャロル、

瞑想

19:40 講話

20:40 夕食(プラサード)

※12月のホームレス・ナーラーヤナへの奉仕活動：越冬炊き出しの準備のため11月第2週で今年の炊き出しは終了します。協会はそのため例年通り12月の参加はお休みになります。

お問い合わせ：佐藤 090-6544-9304

### <2016年>

1月1日(祝) カルパタル

逗子協会→鎌倉大仏→カトリック雪ノ下教会→鶴岡八幡宮

11:30 スワミーより新年のごあいさつ、朗読、輪読など

14:00 協会より参拝に出発

お問い合わせ：逗子協会 046-873-0428

1月3日(日) ホームレス・ナーラーヤナへの奉仕活動

1月3日の越冬炊き出しに協会として参加します。

参加される方は15:00頃、現地(横浜市中区寿町炊き出しの公園)に集合してください。

・配食時間は、16時から17時すぎになります。

野外での作業ですので参加されるかたは、各自十分な防寒の対策をしてご参加ください。

1月9日(土) 東京・インド大使館例会

14:00~16:30

講演：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

1月12日(火) 26日(火) 火曜勉強会  
10:00~12:30 ※1月は第2第4火曜  
に変更になりました。

※必ずご連絡お願い致します。

[benkyo.nvk@gmail.com](mailto:benkyo.nvk@gmail.com)

1月17日(日) <シュリー・サーラダ  
ー・デーヴィー生誕祝賀会> 10:30~  
16:30

場所: アネックス

6:30 ~7:30 朝拝、朗読と賛歌

10:30 礼拝、アラティ、花奉獻

12:30 昼食(プラサード)、休憩

14:45 賛歌、

16:30 お茶

18:15 夕拝、輪読、瞑想

1月23日(土) 関西地区講話 13:30~  
17:00

場所: 大阪研修センター

内容: 「バガヴァッド・ギーターとウ  
パニシャッドを学ぶ」

\*詳細は[特別プログラム](#)をご覧ください。

## 2015年4月の返子例会 「霊的な生活 の課題」第3部(全3部)

### スワミー・メーダサーナンダによる 講話

「霊的な生活の課題」をテーマに、講  
話の第1部、第2部では「理想を愛す」  
「自己分析と内省」、「識別」「節制」「純  
粋性」「サムスカーラ」「誠実」などに

ついて説明し、第2回の最後にはエゴ  
をなくす方法についてお話ししました。

今日は「霊的な生活の二分化  
(dichotomy)」についてお話しします。  
「二分化」とはどういうことでしょう  
か。朝、仕事に行く前に家で祭壇の前  
に座って瞑想などの霊的实践をしても、  
立ち上がって仕事に行くと神様のこと  
を忘れてしまいます。仕事中はもちろ  
ん、それ以外の時間も世俗的な考えや  
活動に没頭し、神様とつながることが  
ありません。

### 道徳観と心の静けさ

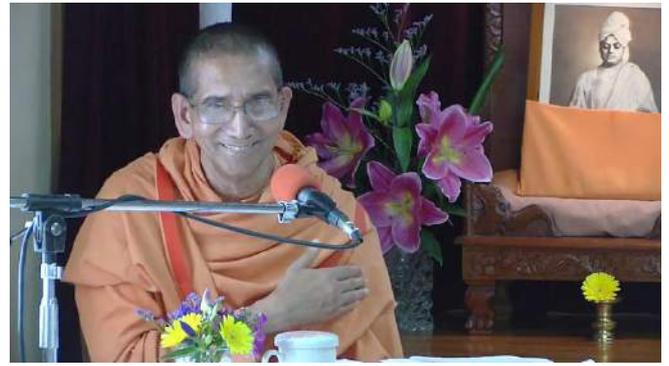
たいていの人はこのように生活を二  
分化して満足しています。霊的な生活  
はパートタイムで世俗的な生活がフル  
タイムです。しかし霊性を追求したい  
と真剣に考える人にとって、世俗の生  
活と霊的な生活をどうやって一緒にし  
て生活していけばいいのかは課題であ  
り、悩みます。自分や家族が生きてい  
くために仕事を捨てるわけにはいきま  
せんが、神様のことを考えるのが大好  
きで霊的になることを望んでいるので、  
どうしたら霊性と世俗の折り合いをつ  
けられるのかが問題になります。

先日、ちょうどこのことを相談に来た  
日本人の女性がいました。若くて聡明  
なこの女性は、霊的なことや神様が本  
当に大好きだけれども、同時に、仕事

や世俗の生活においてどうしても達成したい目標があり、霊的な生活と世俗の生活の折り合いをつけるのが難しく、どうすればいいのかアドバイスが欲しいとのことでした。

仕事によるストレスは、長時間働かねばならない事が原因というわけではありません。良心に反することをしなければならぬからです。例えば売上を伸ばすためには、お客様にとってもっと良いものが他にないと分かっているが最良でないものを勧めなければならないことがあります。倫理に反することでも妥協してやらねばなりません。

瞑想には心の静けさが必要ですが、長時間働くことと心の静けさが損なわれます。仕事をしながら、道徳観や倫理観を大切に心静けさを保ち、怒りや嫉妬を感じないようにするのは非常に難しく、どうすれば良いのかと悩みます。ですから、霊的な生活と世俗的な生活のどちらを望むのか選ばなければなりません。悟りを得ることが人生の目的であれば、それを妨げるような仕事はしない方がいいでしょう。道徳的に妥協が必要な仕事はしてはすべきではないですし、仕事の成功を望むのもほどほどにしなければなりません。上司に気に入られて昇進するには、良心に反することもしなければならぬでしょう。



## 野心はほどほどに

ですから、私たちは普通の生活水準で満足すべきです。こんな例があります。ある若いインド人の信者が日本の企業に就職し、妻子を連れて日本に来ました。給料は非常に良かったのですが、その代わりに毎晩遅くまで必死に働かねばなりませんでした。1~2年後には、家庭が壊れかけていました。週末は疲れ切った体を休めることしかできず、時間を作って家族と過ごすこともできませんでした。日本ではよく聞く話ですね。そこで彼は上司に、自分は家庭の方が仕事よりも大切だから、6時以降は仕事をせずに家に帰りたいと話しました。上司からは、それなら減給することになると言われましたが、普通の生活水準が保てるのならそれでもいいと答えました。

仕事には、道徳観以外にも考えるべき点があります。家庭です。この男性は、給料が減って生活水準が下がってもそれを受け入れ、家族を大切にすることで、家庭が平和になりました。妻子から不満を言われることも減ったので、

自分の心にも平安が得られました。高い給料がもらえてもそれを使う時間がないのなら、意味がありません。ですから、霊的生活と世俗の生活の折り合いをつけるには、普通の生活水準で満足しなければならないのです。

望みすぎることなく霊的な生活や理想の方を大切にしながら、かなりの成功を収めた人はいるものです。著名人では、エイブラハム・リンカーンがいます。リンカーン大統領はアメリカの全大統領の中で最も理想的な人物でしょう。道徳的、霊的に守るべきことを決してないがしろにすることはありませんでした。マハトマ・ガンディーも同様です。道徳的、霊的な理想を曲げずに仕事で大きな成功を収めることは可能なのです。簡単ではありませんし、犠牲も払わねばならないでしょうが、努力することで霊的な生活と世俗の生活の二分化という問題を解決することができます。大変だからと妥協して良心に反することをすれば、霊的な生活は成り立ちません。本当に霊的な生活を送りたいのであれば、困難を受け入れ犠牲を払う覚悟が必要です。

## 仕事を礼拝と考える

次に、どうすれば仕事の中に神様のことを思うことができるかです。仕事をしている時間は長いですから、仕事の中に神様のことを考えるには仕事をカル

マ・ヨーガだと考えて行うのが一番よいでしょう。スワミー・ヴィヴェーカーナンダ（スワミーजी）がこの点について講話を行ったものが本になっており、『カルマ・ヨーガ』というタイトルで出版されています。この本のテーマは、仕事を通じて悟りを得る方法です。

ラージャ・ヨーガで論じられているような長時間の瞑想は、たいていの人には無理です。ギャーナ・ヨーガの説く実在と非実在の識別も簡単ではありません。長時間仕事をしていると、バクティ・ヨーガの勧めるような礼拝と祈りを行う時間もあまりありません。では悟りは得られないのでしょうか。悟りを得るには、仕事も家族を捨てて出家し、僧院に入るか森や洞窟に入らなければいけないのでしょうか。これは、真剣に悟りを得たいと考える信者がよく尋ねる質問です。

仕事を礼拝と考えれば、仕事は神様に祈りを捧げているのと同じになります。この点をよく理解すれば、普通の生活を送っていても悟りを得ることができるのです。『バガヴァッド・ギーター』で悟りを得るために最も重視されているのは、カルマ・ヨーガです。

（ここで、マハーラージは講話の参加者に対し、『ギーター』でシュリー・クリシュナが説いている教えを要約して

言える人はいますかと尋ねました。参加者からは、「仕事をする権利はあるが、その結果を得る権利はない。また、仕事はすべて神様への捧げ物として行わねばならない」「私（クリシュナ）にすべて委ねなさい」「仕事をして、その結果は神様に任せる」「悪しき考えが世にはびこる時、私（クリシュナ）は何度でも姿を現して世を救う」などの答えが出ました）

主クリシュナの戦士アルジュナに対する教えの中心は、「mām anusmara yudhya ca」すなわち「常に私のことを思い、そして戦え」です。「常に」は忘れがちな部分ですが、神様のことを時々しか考えないから問題に巻き込まれるのです。心の半分で常に神様とつながっているようにし、残りの半分で仕事をするのです。「Yudhya ca」は「そして戦え」という意味です。サラリーマンは本当に戦闘を行うわけではありませんが、「戦う」とは比喻で日々の生活で行う活動を意味しています。「mām anusmara yudhya ca」が『ギーター』の要旨でしょう。シュリー・ラーマクリシュナはこのことを、「片方の手でお前の仕事をし、もう片方の手で神の御足に触れていなさい」と大変美しく表現されています。仕事をしながら神様のことを考えるのです。仕事が終わった時や定年退職した時、祈りや瞑想の時には、両手で神の御足に触れましょう。

## 結果は神様に捧げる

どうすればこれができるのでしょうか。まず、自分の仕事を単なる仕事と思わず、神様への奉仕、礼拝だと考えましょう。スワームージーもよく、「仕事は礼拝だ」と仰っていました。次に、自分は神様の道具だと考えましょう。3つ目に、エゴを捨てましょう。この才能もこの力も私のものではない、すべて神様がくださっているのだと考えてください。ベンガル語のとても有名な歌で、カーリー母神（マー）に向かってすべてはあなたのものだと歌うものがあります。「マーよ、私はあなたの機械、あなたが操作者です。私はあなたの荷馬車、あなたが御者です。私はあなたの家、あなたが住人です。私は、あなたにさせられる通りにいたします」私たちもこの態度を取らねばなりません。

4つ目に、ベストを尽くしましょう。これはカルマ・ヨーガの中で最も大切なことです。一生懸命に、できる限り頑張りましょう。神様からいただいた才能や力を使って頑張り、結果は神様にお任せするのです。どんな結果でも満足し、その仕事を神様に捧げましょう。よい結果が出ればそれでいいですが、悪い結果だったらどうすればいいのでしょうか。神様にお任せしていないと、うまく行くかどうか心配で大きなストレスになります。ですから、

神様にお任せして、成功も失敗も感謝して受け入れるのです。そうすればストレスはなくなりますし、結果に振り回されて過度に喜んだり落ち込んだりすることはありません。

普通の人には、成功するとエゴやうぬぼれが生じ、次の仕事に影響が出ます。また、失敗すると大きく動揺します。神様にお任せすれば、失敗にも成功にも振り回されることがなく、心の静けさを保つことができ、それにより、次に何をすればいいか落ち着いて考えることができます。もし企業の重役だったら、このような状況に何度も直面するのではないのでしょうか。成功の度に大喜びしたり失敗の度にいつまでもクヨクヨしたりしている余裕はありませんから、気持ちを切り替えて次のプロジェクトに全力で取り組みます。感情におぼれると、落ち着いて次の仕事に取り掛かることができなくなります。また、企業であれば、自分の才能や能力だけが成功をもたらしたのだと考えたら、他の人の貢献をすべて認めないことになります。

結果は神様にお任せし、どんな結果であっても満足して神様に捧げましょう。但し、失敗してももう一度やるべきだと思うのなら、やってください！一度失敗したからといって、あきらめなければならぬというわけではありません。もう一度やってみるべきだと 100%

思うのであれば、その時はもう一度トライしてみましょう。続けるべきかどうか、またどのようにやり続けるかは内省して考える必要があります。また、これにも心の静けさが必要です。成功や失敗に心が揺れていたら、できません。しかし、実践していくうちに、感情をコントロールして落ち着いて正しい態度を取れるようになります。

### 神様のことを考える

くり返すと、1つ目は仕事を神様の仕事、礼拝だと考える。2つ目は、自分は神様の道具で才能も力も知性もすべて神様からいただいていると考える。3つ目は、ベストを尽くして頑張るが結果は神様にお任せする。4つ目は、どんな結果でも感謝して受け入れ、その結果も神様に捧げる。結果が失敗であれば、必要な場合はもう一度やってみる。

そして5つ目として、仕事の前に最低1回は神様のことを考え、仕事が終わったらもう1回神様のことを考えてください。仕事でも、休憩時間に神様のことを考えてください。仕事の前、仕事、仕事の後、この3回で十分です。

こうすればカルマ・ヨーガができます。4つ目までのポイントを実践すると、実は5つ目は自然とできるのです。仕事の前に「これは神様の仕事だ」と考えれば、そこで神様のことを考えること

になります。また、仕事を通して礼拝するにも、仕事の結果を神様に捧げるにも、神様を思い浮かべることが必要です。

この5つのポイントをメモして、パソコンなど仕事をする場所に貼り、毎日仕事の始めに目を通すようにするとよいですね。この5つが実践できるとだんだんストレスが和らいでくるでしょう。初めは20%ぐらいかもしれませんが、やがて70%以上なくなるのではないのでしょうか。そうすれば、仕事の重圧を感じなくなり職場で心の穏やかさを保つことができます。仕事でストレスを感じるのは、仕事の量よりも仕事に取り組む態度である場合が多いものです。これは本当で、内省してみると分かります。

肉体労働の場合、例えば大工さんであれば、1日の仕事が終わると体は疲れていてもストレスはあまりないでしょう。ストレスと疲れは違います。体の疲れであれば休息すれば回復しますが、ストレスは少し休んだだけではよくなりません。ストレスは心が原因であることが多いものです。仕事に対する心の持ち様が間違っていたり、仕事の仕方がよくなかったりするとストレスを感じるものです。ストレスが非常に強くなるといろいろな問題が生じます。イライラし、怒りっぽくなるので、家族との関係や仕事そのものにも悪い影響

を与えます。

『ギター』には、カルマ・ヨーガを少しでも実践することで大きな危険や恐怖から救われて自分のためになると書いてあります。『バガヴァッド・ギター』で説かれているシュリー・クリシュナの教えは数千年にわたって読まれています。これを実践した人は一体どのくらいいるのでしょうか。

### 協会の信者さん、マハーラージと訪印

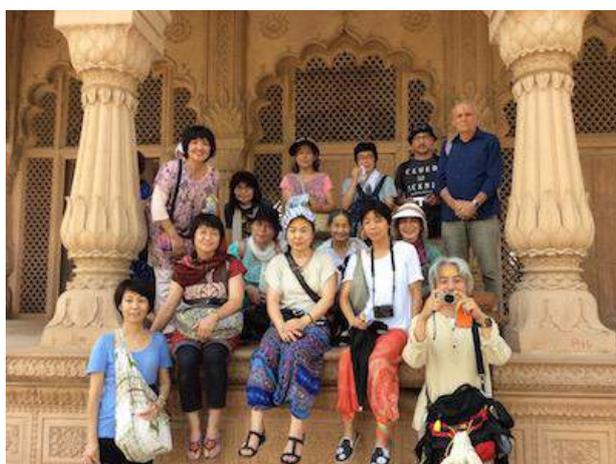
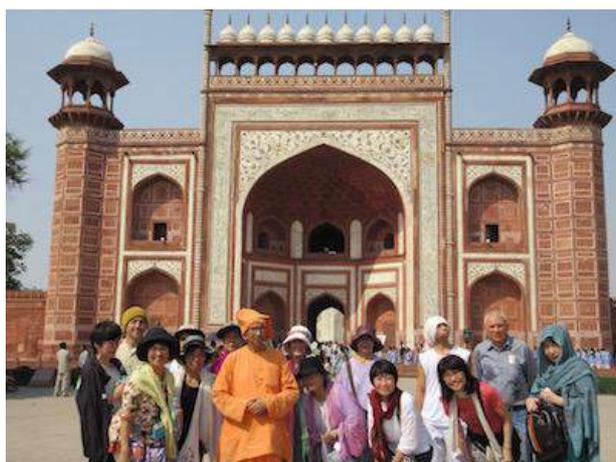
10月4日（日）～11月7日（日）、マハーラージはインドに帰省しました。今年は15名を超える信者さんがマハーラージと一緒にインドを訪問し、短い方は1週間ほど、長い方は10月20日まで2週間ほど、マハーラージと一緒に聖地を訪ねました。

一行は成田からデリーに行き、世界遺産のタージ・マハルを見学した後、クリシュナが幼少期を過ごしたヴリンダーヴァンにあるラーマクリシュナ・ミッションの支部に3泊しました。周辺にあるいろいろな寺院を見学し、クリシュナの生誕地マトゥラーやヤムナー川にも行きました。

その後、ヴァラナシに移動して当地の支部に3泊し、数々の寺院を見学したりガンジス川を船で遊覧したりしました。

そして、コルカタ近郊にあるベルル・マト本部に行き、カーマールプクルやジャイラムバーティなど、シュリー・ラーマクリシュナ、シュリー・サーラダー・デーヴィー、スワーミー・ヴィヴェーカーナンダに縁のある地を訪問しました。

(本ニュースレターの PDF 版に写真掲載)





## インドへの、短くも恩寵に恵まれた旅 (フィリピン在住 エンリコ・コロ ンボさん寄稿)

2015年10月5日午前3時、ニューデリーの空港に到着。フィリピンを発した後、香港付近にある強い台風の影響でフライトのスケジュールにかなりの乱れが出たため、大変な旅となった。香港の空港では数千人の乗客が何時間も足止めされた。

午前3時の空港の巨大な入国審査ホールには素晴らしい光景が広がっていた。国際線のフライトがいくつも到着したため、入国審査を受ける数千人の旅行客で混み合っていたが、たくさんの審査官が一生懸命に仕事をして対応していたため、手続きを終えるのにあまり時間はかからなかった。

空港から料金前払いのタクシーを拾ってホテルに向かった。市内のほとんど人がいない通りを、タクシーは猛スピードで進んでいき、午前4時半にホテルに着いた。この時間から寝ても意味がないと思い、シャワーを浴びて、すぐ近くにあるデリーのアシュラムまで歩いて行った。その後しばらくして、アシュラムに日本ヴェーダーンタ協会のスワーミー・メーダサーナンダ・マハラージと15人程の日本人信者さんらが到着し、彼らに合流した。日本からの一行は前日にデリーに着いていた。

私たちは、シュラインに行きお坊さんたちにプラナムをした後、3台の車に分乗してアグラとヴリンダーヴァンに向かって出発した。

アグラまでのルートのほとんどは、近代的な高速道路を走ったため、それ程時間はかからなかった。お昼頃アグラに着き、南インド料理のレストランに入って、マサラ・ドーサ（米粉の生地をクレープ状に焼いたドーサで、調理した野菜を包んだもの）などのおいしい昼食を取った。エネルギーを補充した一行は、レストランを出て世界的に有名なタージ・マハルへと向かった。白亜の大理石でできたこの美しい建築物には様々な宝石でできた装飾が埋め込まれており、午後の熱い日差しを受けて光り輝いていた。現地のガイドにタージ・マハルの歴史について興味深い説明をしてもらいながら見学をし、意義深い時間を過ごすことができた。

午後3時か4時頃アグラを出て、夕方にヴリンダーヴァンのラーマクリシュナ・ミッションに到着した。広大な敷地の中には、メイン・シュライン、僧侶の住居、食堂、信者などの来客用のゲスト・ハウスがあり、私たちはこのゲスト・ハウスに宿泊した。その他、大きな病院、看護学校、看護師用の寮、牛舎もあり、雌牛もたくさんいた。さらに、野生のサルも敷地内のあちこち

におり（ヴリンダーヴァンではあらゆる場所で見かけた）、少々厄介者であった。

翌10月6日の午前、マンガラ・アラティに出て朝食を取った後、いくつかのお寺や名所の見学に皆で出かけた。若い男性（编者注：ミッションの看護学校の先生）が親切にも同行してガイドをしてくれた。見学した場所について大まかにメモを取ったが、それよりも、何千年ものほるか昔にシュリー・クリシュナとゴピーらが有名なラーラー（神の戯れ）に興じたこれらの地の雰囲気を感じ取ることに集中した。特に印象に残った場所は、マトウラーにある、ベビー・クリシュナが生まれた城と牢獄だった。正直なところ、シュリー・クリシュナが生まれた牢獄の独房が本当にこの場所だったのかという点については個人的に疑念を禁じ得ない。が、独房の中には明らかに特別な雰囲気があるのが感じられた。これが、クリシュナの誕生という聖なる出来事によるものなのか、何百年にもわたってこの場所を巡礼した数多（あまた）の信者やサードゥ（出家の修行者）の信仰心と祈りが凝縮されて醸し出しているものなのか。が、どちらであろうとよいのだ。

その日の夜、シュリー・クリシュナとシュリー・ラーダーを祀った風変わりな（自分の目にはそう映った）現代的

寺院を見学した。この寺院は広大な敷地の中にあり、敷地のあちこちには鮮やかなイルミネーションが施され、クリシュナとラーダーの物語に出てくる様々な登場人物や動物を模した色とりどりのグラスファイバー製の像がいくつも飾られ、エピソードの数シーンが再現されていた。像の中には動くものまであった。至る所に設置されたスピーカーからは、クリシュナとラーダーの賛歌が流れていた。寺院の中にはさらに多くの像があり絢爛たる装飾が施されていた。敷地内には人が溢れており、光の装飾や建物を心から楽しんでいるようだった。実のところ、自分には特別に霊的な刺激はまったく感じられなかったが、それでも楽しい場所であることは確かだった。

翌10月7日の午前、私たちはさらに寺院や名所を見学した。前日の親切で有能な若者が再びガイドをしてくれた。記憶に残ったのは、丘の頂上にある、古びた感じがよい雰囲気を醸し出している寺院と、慌ただしく参拝した古いシヴァの寺院だった。このシヴァの寺院は、心を集中させるには少々うるさすぎると感じられた。入口の周りには、供物とプラサード用の様々なお菓子や花を売らんとする売り子が溢れ、意地悪そうな目つきのへビの見世物で客の気を引こうとする子供たちもいた。また、かなりのお布施と引き替えに祈祷を受けるようにと大声で信者に呼びか

けている祭司も数人いた。それでも、この場所に来る巡礼者らの信仰心の篤さには疑いの余地はなかった。

次に見学したのは、スワミー・ヴィヴェーカーナンダ（スワミージー）などシュリー・ラーマクリシュナの直弟子に縁のある大きな池であった。池は確かラーダクンドの近くにあり、ここにまつわる話は次のようなものであった。スワミージーが池で泳ごうと、腰巻きを脱いで池の土手の日向に置いた。泳いでいる間にサルが腰巻きを取ったらしく、スワミージーが池から上がると腰巻きがなくなっていた。スワミージーは、窮状をシュリー・ラーダーに訴えると、どこからか突然男性が現れてスワミージーに駆け寄り、黄土色のローブを手渡した。スワミージーは主の恩寵に感動し、ローブを受け取った。後でスワミージーがこの池に戻ると、腰巻きは自分が置いた場所であったそうである。

その日の午後、もういくつかの場所を見学した。記憶に残った場所はヤムナー河で、皆この聖なる水に足を浸した。また、ヤムナー河のすぐ近くにある、最近ミッションが購入したという建物にも行った。ここは、シュリー・サーラダー・デーヴィーのヴリンダーヴァン訪問に縁のある地だった（編者注：この建物はMa Sarada Kutirと呼ばれ、師が亡くなられた後マザーは一年間こ

こで過ごされた)。ここでは、サルの攻撃を受けた。一匹のサルがある信者のメガネをサッとつかんで逃げていった。何とかとり返そうと、アメをやったり棒で脅したりしたがダメだった。メガネはサルに一番狙われやすい物だそうだと、ヴリンダーヴァンの細い小道を歩いている時にも、通りがかりのインド人女性が同じような被害に遭っているのを目撃した。他にも寺院をいくつか見学したが、特によかったのは、中で大勢の人が「ラーデー、ラーデー」と熱心に唱えていた大きなお寺だ。この甘美なチャンティングはヴリンダーヴァンとその周辺地域の至る所で聞こえてくるのだが、大きめの声で（時には本当に大声で）楽しげに唱えるものだそうだと。

翌10月8日の早朝、ヴリンダーヴァンのミッション内にある牛小屋を見学した。搾乳は近代的な装置を使って行われており、毎日80リットルもの新鮮な牛乳が生産されているとのことだった。

その後午前中に、ミッション内の病院と看護学校を見学した。看護学校の教頭先生が病院をくまなく案内してくださり、病院の運営や各病棟の業務などについて詳しく説明してくださった。患者の宗教や経済状態に関わらず、誰に対しても体のためだけでなく精神的、霊的にも尽くそうとする僧侶やスタッ

フらの姿勢や努力は到底言葉で言い表すことはできない。

看護学校の見学も大変興味深いものだった。学生らは2年間無料（学費と寮費とも）で勉強し、卒業したらこの病院で2年間、低いお給料で働く。その後は正看護師として、海外も含めどこでも好きなところで仕事ができるそうだ。

午後、ヴリンダーヴァンのミッションの大変親切なお坊さんたちに別れを告げ、一行はデリーに戻り、デリーのミッションの夕拝に参加した。

翌10月9日、デリーのミッションで早朝のマンガラ・アラーティに参加した。平安に満ちたよい雰囲気だった。その後は一日自由行動だったので、皆それぞれに観光などに出かけた。自分は午前中アシュラムにいて、アシュラム内のブックストアで本を数冊買い、シュラインの正面にある庭を行ったり来たりして散歩した。この変わった外国人を見て話しかけてきた僧侶やいろいろな人たちと話をした。アシュラムでおいしい昼食をいただいた後、小さな土産屋などが立ち並ぶ通りを教してもらい、そこに行ってフィリピンの家族や友人のためにお土産を買った。

夕拝の後、ちょっとしたサプライズ・ディナーで日本食レストランに食事に

行った。レストランに着くと結構高級なレストランだということが分かり、当然金額も高かった。皆、無理のない値段の和風ベジタリアン料理を注文した。かなりおいしかった。

デリーでの最終日も、いつも通りマンガラ・アラーティで始まった。その後、かなり早い時間にホテルを出て空港に行きヴァラナシ（カシ）行きのエアインディアに搭乗した。ヴァラナシには昼頃着き、そこからラーマクリシュナ・ミッションに行つて昼食をいただき、ミッションの快適なゲスト・ハウスに荷物を置いた。

午後3時頃、リクシャに分乗して聖なるガンガー（ガンジス川）の近くで降りた。狭い小道を少し歩いてガートに出ると船が待っており、私たちはガンジス川の遊覧を大いに楽しんだ。マニカルニカー・ガートなどの有名な場所を見渡す絶景は素晴らしかった。あちこちで船を下りて名所を訪ねた。印象に残ったのはイスラム教の礼拝の場所で、私たちはしばらくそこにいてイスラム教の役人らと親しく会話を交わした。また、トライランガ・スワーミーを祀った小さな寺院は特に印象に残った。トライランガ・スワーミーは有名なサードゥで、200年以上生きたと言われており、このサードゥのもとをシュリー・ラーマクリシュナは1868年に訪ねられている。最後に、3つの隣り合っ

たガートで合同で行われる壮麗な夕拝を船から見物した。ガートの周辺には数千人の見物客がおり、川にも私たちの船を含めたくさんの船が停泊していた。スピーカーからシヴァの賛歌が流れ、祭司らが香を焚き火や花を捧げてアラティを執り行った。香の匂いが夕風に乗って一面に運ばれていった。

翌10月10日、私たちは午前3時にミッションの入口に集まって巡礼に出かけた。リクシャに分乗してガンガーの近くで降り、そこから川岸まで歩いて行った。沐浴する人もいれば、自分のように足首まで入って聖なる川の水を頭や体にかける人もいた。

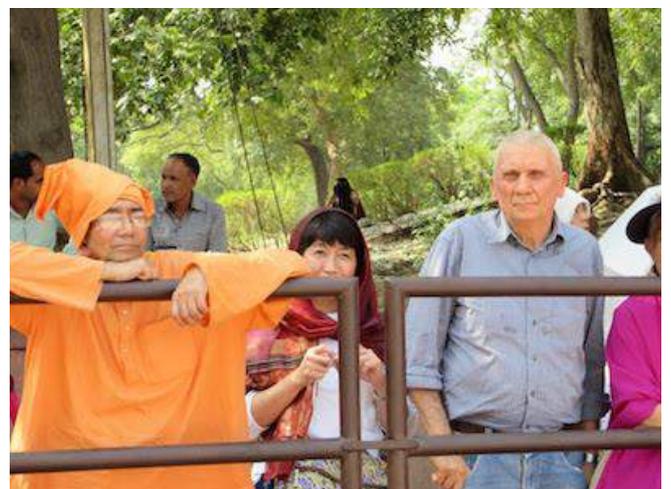
少ししてガンガーを離れ、ヴァラナシのミッションのマハーラージと祭司の先導で、狭い急な小道を上ってヴィシュワナート寺院に行った。まだ早朝だった。この寺院はヴァラナシで最も重要かつ有名な寺で、シヴァ神を祀っている。セキュリティが（当然のことながら）非常に厳しかったが、この聖地に何とか入ることができ、シヴァに礼拝を捧げた。ちょうど日が昇ってきた。耳にはまだ「オーム・ナマー・シヴァーヤ」のチャンティングが残っている。

印象的なひとときを過ごした後、私たちは近くのアンナプルナ寺院に行った。この寺院はドゥルガー母神を祀っており、重要かつ有名な寺だが、正直言っ

て、その前に参拝したヴィシュワナート寺院での気持ちの高ぶりがあまりに大きかったので、この寺の美しさや雰囲気十分に堪能するのは難しかった。

私たちはお祭り気分でミッションに戻り、おいしい朝食をいただいた後、自分は午前中をミッションの敷地内で過ごした。ミッションには当地で重要な役割を果たしている非常に大きな病院もあった。それから荷造りをしてミッションを発ち、空港から飛行機でデリー、香港、マニラを経由してセブに戻った。

自分はヴァラナシに24時間しかいなかったが、寝ていた時間は短く、多くの時間を有意義に過ごせた。そして、聖地ヴァラナシと、ヴリンダーヴァンやデリーのミッションを訪問することができ、短くも多くの恩寵をいただいた旅だったと感じた。



写真左がコロンボ氏

## 忘れられない物語

### カルマ・ヨーガの理想

ですからたった一つの道は、働きの果実をことごとくすてることです。それらに執着しないことです。この世界はわれわれではないし、われわれはこの世界ではないのだ、ということをお知りなさい。われわれは実は肉体ではないのだ、ということをお知りなさい。われわれは実は働いているのではないのだ、ということをお知りなさい。われわれは自己（アートマン）であって、永遠に静かであり、平安なのであります。なぜわれわれが、何かで縛られなければならないのですか。

われわれは完全に無執着でなければならぬ、と口で言うことは大変によろしい。しかし、それにはどうすればよいのですか。利己的動機まったくなしに行う善行の一つ一つは、新しい鎖を造る代わりに、現存する鎖の環の一つを破壊するでしょう。なんの報いも求めることなしにわれわれが世に送る善い思いの一つ一つは、そこに蓄えられて鎖の環の一つを破壊しつつ、次第にわれわれを浄めて行き、ついにはわれわれは、人々の中の最も浄らかな者となるであります。

しかしながら、このような話はすべてドン・キホーテ式であまりに哲学的だ、

実践的というより理論的だ、と思われるかもしれませんが。私はバガヴァッド・ギーターに反対する多くの議論を読みましたし、また多くの人々が、動機なしには人は働くことはできない、と言います。彼らは狂信の影響のもとでしか無私の働きは見たことがないので、そのように話すのです。

最後に私に、このカルマ・ヨーガの教えをほんとうに実行したある人のことを少しだけ話させて下さい。その人はブッダです。彼は、これを完全な実行に移した唯一の人です。ブッダを除く世界のすべての予言者は、彼らに無私の活動をさせる外部の動機を持っていました。このたった一人の例外を除き、世界の予言者たちは二組に分けられるでしょう。一組は、彼らは地上に降りて来た神の化身であると主張し、もう一組は、神からの使者にすぎないと主張します。そしてともに、彼らの働きのための原動力を外部から摂取します。彼らの用いる言葉がどれほど高く靈的であるにせよ、外部からの報いを期待しているのです。

しかしブッダは、「私はあなた方の神についての様々の学説を知ろうなどとは思わない。魂についての微妙な狭義などを論じて何になるか。善をなせ、そして善良であれ。そうすればこれがあなたを自由に導き、何であれ、そこにある真理に導くのである」と説いた、

たった一人の予言者であります。彼はその生涯の行為において、個人的動機をまったく持っていませんでした。しかも、彼以上に働いた人がいますか。歴史上に、彼ほど高く他のすべてを抜きんでて天かけた人物を、一人でも見せて下さい。全人類はたった一人のこのような人物を、このような高い哲学を、このような広い慈悲心を、生み出したのです。この偉大な哲人は、最高の哲学を説きながら、最低の獣にまで最も深い慈悲心を注ぎ、しかも自分みずからのためには何の主張もしないのです。彼はまったく動機なしに活動する、理想的なカルマ・ヨギです。そして人類の歴史は彼を、かつて生まれた最も偉大な人である、と称しています。かつて存在した中の、比較を絶して最大の、ハートと頭脳の結合です。かつて表現された、最大の魂の力です。彼はこの世界が見た、最初の偉大な改革者です。彼は、「何かの古い写本が出て来たからといって信じるではない。あなたの民俗の信仰であるからといって、子供の時から信じさせられてきたからといって、信じるではない。ただ徹底的に推理し、分析した後に、それはすべての人に善をなすであろうと分かったら、それを信じよ、それを生きよ、そして他の人びともそれを生きるように、彼らを助けよ」と、敢えて言い切った最初の人でした。鐘のためでも、名声のためでも、他のなにものためでもなく、何の動機もなしに働く

人が、最もよく働くのです。そしてある人がそれができるなら、彼は一個のブッダでありましょう。そして彼からは、世界を変容させるような働きをする力が生まれるでしょう。この人が、カルマ・ヨーガのまさに最高の理想を表現するのであります。

(出典：スワミー・ヴィヴェーカーナンダ著『カルマ・ヨーガ』)

## 今月の思想

「信じるもののために立ち上がりなさい、さもないとあらゆる事に屈してしまう。

今、力強くそびえ立っている檜の木も、かつては地に根を張ろうと踏ん張ったドングリだった」

(ローザ・パークス)

**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)