

## 【Khaṇḍana bhava-bandhana】解説④

ジリムビタ ジュガ イッーシュワラ ジャガディーシュワラ ジョーガ シャハーイ

### 4. Jṛīmbhita juga - īśhvara jagad- īśhvara yoga- sahāy

現れた 現代の 預言者 (神の化身) 宇宙の 持ち主 靈的なヨーガ 助ける

ニーローダーナ シャマーヒター マナ ニラキ タヴァ クリパーイ

### Nirodhana samāhita -mana (×2) nirakhi tava kṛipāy

抑制する 静か 心 見る あなたの 恩寵

#### <賛歌集の訳>

あなたの恵みによって、このことをはっきりと知る。  
常に高いサマーディの中に心定まっているお方。あなたは宇宙の主。  
この現代に、靈性を求めて励む人を助けるために現れられた。

#### <内容>

おおシュリー・ラーマクリシュナ！あなたは宇宙の主、神の化身。  
この現代、靈性を求めてヨーガを実践する人を助けるために現れられた。  
あなたの恩寵で私は自分の心を抑制することができ、心静かになってあなたを見ることができ、あなた（神）と一つになることができます。

#### <語句解説>

Jṛīmbhita : 現れた (シュリー・ラーマクリシュナ)

juga : 現代の

īśhvara : 前後関係で意味が変わる。この場合は預言者、神様の化身

jagad : 宇宙の

īśhvara : 持ち主

yoga : ※1 ヨーガをジョーガと発音する。普通は肉体的な意味でヨーガと言っているが、この場合のヨーガは靈的な意味で「神と信者の合一」「アートマン (個人的な魂) とブラフマン (偉大な魂) の合一」を意味する。ヨーガの目的はアートマンとブラフマンの合一、信者と神との合一である。その目的を達成させるための「目的」と「方法」の両方をヨーガという。

sahāy : 助ける

Nirodhana : (感覚と心を) 抑制する。そうしないとヨーガはできない。シュリー・ラーマクリシュナはまず自分の感覚と心を抑制した。その結果心が静まりサマーディの状態になった。

samāhita : 静か。サマーディの状態。神と自分が合一した三昧の状態。

mana : 心

nirakhi : ※2 見る。深い意味で識別する事ができる。真理を理解できる。

tava : あなたの

kṛipāy : 恩寵

### <注釈>

※1 言葉のスペルが同じでも、サンスクリット語の発音とベンガル語の発音が違うため読み方が異なる。

例)

単語	サンスクリット語の読み方	ベンガル語の読み方
juga	ユガ	ジュガ
yoga	ヨーガ	ジョーガ
sahāy	サハーイ	シャハーイ
samāhita	サマーヒタ	シャマーヒタ
mana	マナ	マノ
tava	タヴァ	タヴォ

この曲「カンダナ」はベンガル地方（東インド）で作られた曲なのでベンガル語で発音するのが自然。南インド人はほとんどサンスクリット語の発音で歌うが、ベンガル語の歌詞なのでベンガル語で発音しないとおかしい。

例えば、サンスクリット語では「ナ」と「ノに近いナ」が別だが、ベンガル語ではどちらも「ノに近いナ」になる。またスペルが違って発音が同じ時もある。ベンガル人がどのように歌っているのか聞いてまねするのが良い。

### ※2 nirakhi tava kṛipāy について

「ニラキ・タヴァ・クリパイ」とは

「あなたの恩寵で私はそのことを深く理解します」の意味。

nirakhi は「見る」「識別して真理を見る」の意味。

### 何を識別するのか？

「実在」と「非実在」すなわち「永遠なもの」と「無限なもの」を識別する。

「実在」の例は魂、アートマン。

「非実在」の例は体（粗大な体、精妙な体、原因の体）。

精妙な体（心など）は目には見えないが死んでからも残る。

体はサンスクリット語ではシャリーラ(sarīra)。定義は「衰えているもの」。  
粗大な体、つまり肉体は目に見えて衰えがわかり、死後火葬し肉体が減びる時に無くなる。

精妙な体と原因の体は目に見えないので衰えはわからないが、これも無くなる。  
しかし悟った後、解脱の後には無くなる。

このように「永遠なものと無限なもの」を識別する事が大切。

#### 人格の4つの姿（人格の基礎）

人格には4つの姿がある。

- ①粗大的な体：肉皮膚、血、骨…死んだ時無くなる
- ②精妙な体：プラーナ、生命エネルギー、感覚、心、記憶、知性
- ③原因な体：自我
- ④魂

体は全て物質でできている。

魂だけは意識があり、他の部分は魂の意識を借りて動いている。

我々はシュリー・ラーマクリシュナの恩寵でそのことを頭だけではなく、  
深く理解することが重要。なぜなら、頭では私はアートマンとわかっているが、  
深い理解がないと会話、心、思考のレベルで矛盾が出てくる。

例えば食事の時、お風呂の時などすぐ体意識が出てくる。

何かを見ている時は「感覚意識」

心配している時は「心意識」

本を読んでいる時は「知性意識」

忘れたものをまた思い出す時は「記憶意識」

このように、体意識が出てきても、すぐ「私は魂」だと思ってお越し

1秒も忘れないことが深い理解になる。

頭だけではなく、心でも、働いている間でも忘れない。

#### 何が矛盾か？

勉強や瞑想の時、我々は「私はアートマン」だと思っているが、その後  
すぐに忘れてしまうので矛盾が出てくる。

魂意識が本当に出ると、また「私はアートマン」だと深い理解をしていると、  
死ぬ恐怖は無くなる。

私の「体意識」がある時には死の恐怖がある。

死ぬ恐怖がある間は「私はアートマン」だと理解していない。

その状態のうちは **nirakhi** はまだまだできていないという事。

最後に

nirakhi tava kṛipāy 「あなたの恩寵で私はそのことを深く理解します」

皆さん頭では「私はアートマン」だとわかっているけど、無知・マーヤーは  
ずっと続いているので、深い理解は普通できません。

もし簡単にできるのなら特別な恩寵はいらないでしょう？

ラーマクリシュナの福音には何度も恩寵と出てきますが、我々の努力だけ  
では深い理解はできません。

だから皆さん実践が必要になるのです。でも最終的には神様の恩寵が必要です。  
自分が識別して努力しても恩寵がないと成し遂げられませんが、識別と努力  
をしなければ恩寵も得られません。