

靈 性 の 光

スワミー・ブーテャーナンダ



日本ヴェーダーンタ協会

目次

第一章	まえがき	7
第二章	人生における至高の目的の必要性	10
第三章	霊的生活の目覚め	19
第四章	シュリー・ラーマクリシュナの理想	32
第五章	ホーリー・マザー、シュリー・サーラダー・デーヴィーの理想	51
第六章	スワームイー・ヴィヴェーカーナンダの理想	62
第七章	霊性のイニシエイションの意義	75
第八章	ラーマクリシュナ寺院——その重要性	93
第九章	放棄の重要性	101
第一〇章	神のさとり	111
第十一章	奉仕の理想とラーマクリシュナ僧団	130
第十二章	行為の道と知識の道による悟り	149
第十三章	ヨーガの正しい理解	164
第十四章	霊性と神の愛	171
第十五章	シュリー・ラーマクリシュナと帰依	182

出版者のことば

スワームイー・ブーテーシャーナンダはラーマクリシュナ僧団の副僧院長そして僧院長としての長い在職期間中、インド国内外の靈性の求道者たちからの熱心な要請に応えて各地で講話をしました。その講話は、靈的生活についての広い領域を話題とし、即興で行われましたが、すべて「人生を靈的なものにする」という一つのテーマに集中されていました。

スワームイー・ブーテーシャーナンダは靈性について熟考する生涯をおくり、また長いあいだシュリー・ラーマクリシュナの直弟子たちへの奉仕に献身してきました。さらに彼は聖典にも靈的生活の多様な面にも深い理解をもつという天分に恵まれていました。そのため彼の講話は、私たちが聖典の真理を把握し、また現代人の靈的生活に関するさまざまな疑問の解答を得るためにひじょうに役立つものであることがわかります。

本書において、靈的生活の多様で重要な側面が語られています。靈的生活は、最後には苦しみをもたらすような、世俗の一次的ではかない感覚の楽しみでは満たされず、深い叡智、平安、解放、神性を強く求めます。

人生の真のゴールは何であるべきか、どのようにしてそのゴールに到達するか。このような問題について、敬愛する作者は、率直でわかりやすく、論理的で奥深い表現を用いて説明しています。

原著は英書 “Thoughts on Spiritual Life” で、村椿^{しんこう}笙子氏によって日本語に訳されました。さらに出版費用についても、村椿氏と佐藤洋子氏に負担していただきました。発行者として深く感謝するものです。

本書が、スワミニー・ブリーチャー・ナンダが深く愛した日本の信者の皆さんにとって、またこの国の多くの霊性の求道者にとって有益なものとなることを心から希望します。

二〇一八年三月

日本ヴェーダーンタ協会

第一章 まえがき

現代の世の中は、生活の快適さを得ることに関しては多様で大きな進歩をとげてきました。しかし楽しみの対象は、私たちが日常の暮らしの中で苦しむようなトラブルもともなっています。結果として、そのような快適さを楽しんだあとも、不安や不幸といった感覚がのこります。

洋の東西をとわず、また喜び悲しみの内容において質的にも量的にも差異があるにもかかわらず、現代人の状態はみなほとんど同じなのです。後進国でも先進国でも、富める国でも貧しい国でも……。そしていたるところにある問題があり、それが不幸を広げています。富裕な国では人びとはじゅうぶんな富と快適な生活を得ていますが、それでもかれらは幸せではありません。一方、インドでは、多くの人びとが貧困ライン以下にいます。かれらには最低限の生活必需品でさえ欠乏していて、食べるものも着るものも十分ではない、多くの人びとは住むところさえないという状態です。現在、インドがかかえる問題のほとんどは食物、衣服、住まい、教育、財源の不足などです。比較的裕福な人びとは、彼らの生活を安定させ堅固にさせている古代からの道徳感や哲学的なルーツに對する信仰を失っている例が多く見られます。そのような人びとに関する問題は、道徳的倫理的そ

して靈的な価値観の欠除です。

私たちがかかえるすべての問題の根源は何でしょうか。私たちが進むべき方向を見つけれないことに原因があります。世界中の人びと、とりわけ若い世代の人びとは自分の人生の目的が何であるかがわからないために、希望を失っています。明確な目的を失って、たくさんの若者が生活に適応できず、遠まわりな道をとリ、反社会的な生き方をするのです。彼らは社会の中に居場所を見つけれず、また社会も彼らに調和のとれた生き方をしめすことができていません。各個人が生活の単位であり、社会はそのような個人によって構成されているのですから、各個人の中にあらわれの弊害は社会全体に影響し、不幸や苦しみは今や全世界におよんでいるのです。

では、私たちが努力すべき目標は何なのでしょう。ひとつのことが理解されなければなりません。外に幸せを探し求めることはむなしということ。幸福、平安、喜びそして完成はすべて私たちの内側にあるということです。すべての人間は自分の内に神聖な要素を持っています。それは自己、あるいはアートマンと呼ばれるものです。スワミー・ヴィヴェーカーナンダが「われわれの内には自由で完全なるものがある。それは肉体でもない、心でもない。肉体というはかないイヤを超え、それよりは精妙な心という覆いを超えて、自己『アートマン』永遠に完全に自由なるものがある」と言っているように、至福、永遠の平安、幸福や喜びは完全なる自由の中にのみあります。人間が自分の感覚にしばられているかぎり、彼は真の幸福を手に入れることはできません。人

間は無知にしばらくされているのですから、人生の目標は無知からの解放であると言えるでしょう。スワミージーが「すべての魂はほんらい神聖であり、そのゴールは内にある神性をあらわすことなのだ」と言っているように、内なる神性をあらわすことによって、真の平安と幸福を得ることができ、また苦しみから解放されることができるとは可能です。これが、私たちが自分をもっと進めたいというゴールです。本書において、この考えを検討してみることにしましょう。

第二章 人生における至高の目的の必要性

そこは広大な牧草地です。一頭の雌牛が放たれていて、よい草を食べています。しばらくは、牛は幸福で満足しているように見えます。しかしまもなく、他の牛の近くに生えている草が食べたくなります。そこにある草は、自分が今まで食べていたものほどよい草ではないのですが、うらやましくなったのです。その結果、この牛はよい草をわけもなしに失うこととなります！ むだな努力とはこのようなものです。

私たちのエネルギーはあらゆる方面にむけて浪費されています。私たちは目的もなく、ただ生きています。それはちょうど、動物の生を生きているようなものです。動物は感覚の中に生きていて、瞬間ごとにその目的がかわります。私たちの努力は、ひとつの統合された人格をそだてることをおこしたために、失敗におわっています。そのような人格がやしなわれれば、私たちは人生に永続的な目的を持ち、その成就のために自分の全エネルギーをかたむけるようになるでしょう。

「人格」とは、私たちの個性とその人生観のことです。それは、自分がどのように世界をながめているか、どのように世界に参加しようとしているか、世界でどのようにふるまうか、によってき

まります。統合された人格とは、人生のあらゆる段階において、ある最高の理想を持ち、他のすべての二次的な理想をこの至高目標の下位に置くような人格のことです。

人格統合の必要性

すべての人格がつねに統合されているわけではありません。なぜなら、私たちがやしなう人格は、系統的に組み立てられたものではないのですから。私たちは自分が考えるようにふるまいます——自分の目的どおりに人生を生きます。過去をふりかえってみますと、子供時代には人生のはっきりした目的などは持っていなかったことに気づきます。あるときはあるものを追い求め、別のときにはちがうものを求める……そのように子供の心はいつもゆれています。それは気まぐれです。それはまだ、バランスのとれた人格を発達させてはいません。子供のころ、私たちは何を探し求めていたでしょうか。たぶん何か甘い食べものや年長者たちのほめ言葉でしょう。それがすべてでした。他の目的はありませんでした。しかし成長するにつれて、私たちの選択はかわっていき、欲望はかわっていき、それらの欲望を満たそうとする努力もまた、非常にかわっていきました。私たちは、食べ物やオモチャをほしがるような、子供の欲望だけでは満足しません。もっと持続的に自分ともにあるものを要求します。社会における地位をほしがり、目上からの評価を求め、目下の人たちからは尊敬されることを求め、グループの他の人たちからは抜きん出たいと思います。これが、ちょ

うど身体が成長するのと同じように、心の中でしだいに育っていく思いなのです。しかし、たとえこれらすべてをもっとしても、私たちの人格はまだ統一されてはいませんし、私たちの希望はみだされてはいません。それは私たちが、ある至高目標を達成するために自分のエネルギーを集中しようとしていないからです。ある高い目的または高い人生の目標に到達することをめざして生きるの
でなければ、人生は無価値なものになってしまいます。それら相互の関連性を理解しないで、さまざまな追求にときを浪費することになるのですから。若い頃にいわゆる成功をおさめた人が晩年にさしかかって、自分が人生の時間をむだに過ごしてしまったように感じる場合があります。その理由は、当時彼が人生の目的だと思っていたものが、今はただの子供の遊びにすぎないことがわかったからです。それは、私たちが貴重な時間を意にまかせて浪費しつつあるということをしめします。時間はつねに一方通行です。すぎたらかえってはきません。人生における子供時代は、つかのまのものです。その後大人としての時期がやってくる——そこで私たちは十分に成長して、さまざまな責任を自覚します。もしそれらの責任を引き受けなければ、またそれらの責任を果たそうとしなければ、私たちは価値のない人間とみなされ、社会に適応できないでしょう。それゆえ私たちは、自分が人生において何を成就したいともっともつよく望んでいるのか、はっきりと知らなければなりません。まずその確信を持つこと、そしてそれが正しく熟慮され、合理的な基盤にのせられたものであることが必要なのです。

唯一の目標をめざして人生を生きる人たちは、よく「偏執狂者」と言われます。偏執狂者は自分に対して絶対的な支配力を有するひとつの理想を抱いていて、普通の人びとのようなやり方で他人にふるまうことができません。彼らにとっては、他人とコミュニケーションするためのトビラが閉ざされているのです。統合された人格はもちろんこのようなものではありません。偏執狂者は自分の理想に支配されているのですが、統合された人格は、みずからの熱心な努力によって理想を徐々に彼の人生に展開させる健全な個人です。統合された人格の場合には、彼が成長するにつれて思想はより明確な安定したものになります。そして彼は人生のある至高目標を終着点と考え、他のものはすべて彼にとっては二次的なものになります。

統合的人格を発展させる

では、どのようにして統合された人格をやしなえばよいのでしょうか。それはまさに探求です。まず第一に、人生を注意深く考えてみなければなりません。さまざまな理想を検討して、それらの重要性を比較し、最後に関心の対象を定めなければなりません。すなわち、あるものはつかの間の興味の対象としてしか必要ではありませんし、またあるものはそれよりもっと重要であって、その達成にむけてより多くのエネルギーをさかなければならない——そしてそれらすべてを超えて、人生におけるひとつの最高の探求があるべきなのです。その至高目標が何であるかというこ

とは、はじめのうちにははっきりしないかもしれませんが。人生の至高目標というものはっきりとした概念を持ってさえないかもしれません。徐々に私たちは、至高の目標は何であるべきか、そして他のものはどのようにその目的の下位に置かれるべきであるか、ということをはっきりと理解するようになるでしょう。これはだれもがしなければならぬ、本当にだいたいな決断です。最初から正しい決断ができるとはかぎりません。前にも述べたように、私たちの考えは変わるかもしれませんが、人生の究極の目的もいまはまだはっきりしていないかもしれませんが。しかし私たちは目標にむけてどのように進むかについて、何らかの考えは持っている必要があります。合理的であつても真の加護をもたらず要素であるべき最高の目標が、人生の中で着実に探求されなければなりません。理想のない人生は、かじを失つた船のようなものです。かじは船が進む方向を定めます。それがなければ、船は流れにただようばかりで、けつして目的の場所にはつきません。もし私たちがある目標をめざすなら、それはむこうからやってくるということはけつしてあり得ません。私たちが自分で、そちらに向いて行かなければならないのです。これと同様に、人格もまた正しく養成されなければなりません——「時間を浪費せず、すべてのエネルギーを人生目標の達成のためにふり向けるべきだ」という決意をもって、人生のあらゆる瞬間を有益に、そして目的にむかって生きられるように……。はじめから至高目標に向けてエネルギーを集中できる人、そしてその結果、統合された人格を得られる人は本当に幸運です。しかし、私たちはいつもそのような幸運に恵まれてい

るわけではありません。

人生の四つの理想

古代のインドでは、人生における四つの理想がはっきりと分けて語られていました。ダルマ、アルタ、カーマ、モクシャ——すなわち宗教的正義、快楽の対象、欲望、そしてすべての欲望からの解放の四つです。これらすべてがひとしく重要であるわけではなく、あるものはその他のものほど重要ではありません。古代の見解によると、ダルマは現世および来世において善徳を積むための手段です「1」。最終的に至高のさとりにみちびいてくれるのは、このダルマの道です。ダルマはまた、他者に対する、ともに生きる人びとに対する、私たちの義務をも意味します。人間であるかぎり、私たちは社会の中に存在し、他の人びととともに生きています。自分自身とその周囲の環境との間には何らかの関係——ともに生きる人びととのキズナがなければなりません。この世で孤立して生きることは不可能です。私たちの人生は周囲にいる人びとの人生とつねに結びついているので、彼らに対して特定の関係を持たなければなりません。人びとに対する態度はどうあるべきでしょうか。弱い人たちは保護されるべきですし、年長者はうやまわれるべきです。私たちの奉仕が必要な人たちには奉仕しなければなりません。他の人びとにおしみなく与えることができれば、私たちはさらに統合された人格になることでしょう。利己的な考えから解放されればされるほど、統

合された存在になることができます。利己主義こそが統合をさまたげる要因なのです。

アルタとカーマは、快楽の対象を追いもとめる人にとっての二つの目標です。貪欲どんよくな人、利己的な欲望（カーマ）に満ちた人は、自分の世界——十分な快楽を与えてくれる世界を求めめるのです。人生の最終的な目標はモクシャです。それはあらゆる欲望、あらゆる無知、あらゆる束縛からの解放を意味します。

これらのさまざまな目標はしばしば私たちを当惑させます。またそれらは互いに衝突することもあります。そのような衝突のない人、人生の唯一最高の目標すなわち霊的さとりを慎重に選択して、他のすべての追求を二次的なものとしか見ない人は、最高目標に達することだけに努力をかたむけるでしょう。まさにこれこそが、自分の人格をよりよく活用するということなのです。

最高者への道

わが国の古代の賢者たちは、私たちの人生を四段階、四つの時期に分けました「2」。第一はブラフマチャーリヤ、すなわち禁欲の訓練の期間、自分の関心とエネルギーを目標達成に向けて活用できるように訓練する期間です。これは準備の期間です。この時期は、昔は二五歳ぐらいで完了しました。次の約二〇年間はガールハスティヤ、すなわち家住者として生きることにささげられました。一定の義務をとまなう家長としての生活は、最終的には人を人生のもっと高い追求に向かわせるよ

う、いとなまれるべきです。第三の期間はヴァーナプラスタ、いんとん隠遁生活です。人がすべての活動から退き、隠遁の生活に入るべきときはかならずきます。そこでは彼は、人生のより高い価値、すなわち神のさとりや無知からの解放を追い求めることだけに専念するでしょう。このように、人は若い頃の低い追求から次第にはなれていくように、自分を訓練しなければなりません。隠遁者の生き方は、家長としての生活とはまったく異なっています。隠遁者は自分を過去の習慣や環境からひき離し、独居して、内なる光明に達することを追求しなければなりません。最後にはサンニャーサがきます。究極的な放棄の段階です。この段階では永遠の平安、永遠の幸福、永遠の喜び、そしてもっと重要な永遠の知識と永遠の存在という普遍の原理に到達するために、あらゆるものが放棄されます。私たちはみな、不死でありたいと思います。ふつう私たちは、肉体は不死ではあり得ないということを考えようとしません。寿命をもっとのばそうとがんばっています。決して肉体存在のかぎられた喜びをあきらめしようとはしません。だからできるかぎり長生きしようとするのです。しかし、感覚の中で、肉体の中で永遠の生命を得ることは不可能です。さまざまの要素の集合体であるものはずべて、崩壊しなければなりません。それはかならず、最期の時をむかえるでしょう。そこから逃れるすべはないのです。私たちは、永続的で終わりのないひとつの状態にたどりつかなければなりません。なぜなら、その状態にあることこそ、私たちが望んでいることなのです。つまり私たちは、肉体的なものではない種類の不死性しか持つことはできないのです。

それは不滅の内なる自己、私たちの真の人格の不死性・永遠性です。それは肉体に限定されず、感覚にしばられず、単に存在の一段階でもないものです。それは「存在」そのもの——サット・チット・アーナンダです。私たちは意識するしないにかかわらず、みなそれを追い求めているのです。しばしばその真の意味に気づいていない場合もありますが、私たちの生きる動機は実はそれなのです。

それは人生の若い時期から持つべき目標です。開発の時期が早ければ早いほど、そして集中が強ければ強いほど、私たちの進歩は大きく、目ざすゴールは近くなるでしょう。究極の目標が、一時的なほかない感覚の対象にまざっているということが、理解されるはずです。

人生において、永遠の存在・知識・至福の状態と、この完全な統合をかちとるために、私たちは利己主義をのりこえなければなりません。利己主義は人生を崩壊させる主要因子だからです。

〔1〕『カナード』

〔2〕『ジャーバローパニシャド』