



2019年2月 第17巻 第2号

### かく語りき—聖人の言葉

「私の師が発見したことは、全ての宗教に含まれる唯一の観念は、「私ではない、あなたです」であり、主は、「私ではない」と言う人のハートをお満たしになるのです。かれの内にこの小さな「私」が少なければ少ないほど、そこにはより多く、神がましますのです」  
…スワミー・ヴィヴェーカーナンダ

「ハートの中に師のみ足を思い浮かべよ。常に師を思うことで、汝は幻影の大海を渡れるであろう」  
…グル・ナーナク

### 今月の目次

- かく語りき—聖人の言葉
- 2019年4月の予定
- 2019年1月の逗子例会にて  
ホーリー・マザー生誕祝賀会を開催
- 2019年1月 ホーリー・マザー・  
シュリー・サーラダー・デーヴィー  
生誕祝賀会

午後の講話 「欲望と解脱」  
スワミー・メーダサーナンダ  
• 忘れられない物語  
• 今月の思想

### 4月の予定

#### • 4月の生誕日

ラーマナヴァミ (ラーマ生誕日)  
4月14日 (日)

#### • 4月の協会の行事

4月21日 (日) 10:30~12:30

逗子午後例会

場所：逗子協会本館

ゲスト講演者：平野久仁子

上智大学アジア文化研究所客員所員、

パドマ・ヨーガ・アシュラム代表

テーマ：「スワミー・ヴィヴェーカーナンダの教えに学ぶ」

4月26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  
urara5599@gmail.com

4月の毎土曜日 10:15～11:45

ハタ・ヨーガ・クラス

場所：逗子協会本館

お問い合わせ：羽成淳（はなり すなお）  
080-6702-2308

体験レッスンもできます。

※予定は変更されることもありますので、日程は直接お問い合わせください。専用ウェブサイトをご覧ください。  
<http://zushi-hatayoga.jimdo.com/>

※スワミー・メーダサーナンダは訪印中につきしばらく不在となります。

## 2019年1月の逗子例会にて ホーリー・マザー生誕祝賀会を開催

1月20日（日）、日本ヴェーダーンタ協会では1月の逗子例会にて第166回ホーリー・マザー・シュリー・サーラダー・デーヴィー 生誕祝賀会を開催し、約35名が参加しました。

午前6時、逗子本部本館のシュラインでマンガラ・アーラティ（朝拝）が行われました。祝賀会の準備を手伝うために協会や近くのホーリー・マザー・ハウス（女性用宿泊施設）に前泊したボランティアや早朝に参集した人などが参加しました。

本館で早めに朝食を済ませた後、ボランティアはいくつかのグループに分かれてそれぞれの持ち場に到着し、祝賀会の用意を着々と進めていきました。本館では、祭壇に供える食物と花が準備され、プシュパンジャリ（花の奉獻）で捧げる花のつぼみと葉がトレイに並べられました。本館の2軒隣にある、祝賀会の会場となる別館の1階では、プージャー（礼拝）の儀式台が祭壇の隣に設置され、一つひとつ磨き上げられたプージャー用の金属製の道具が台上に置かれました。床には、この儀式台と祭壇がよく見えるように折りたたみ式のイスが並べられました。また、マイクやストリーミング放送のためのビデオカメラなどのAV機器のセッティングとチェックも行われました。



プログラムの開始時刻の10時30分が近づくと、参加者が次々と到着し始めました。祭壇では、スワミー・メーダサーナンダジー（マハーラージ）が供物の皿と飾り付けの生花のレイアウトや、ホーリー・マザー、シュリー・ラーマクリシュナ、スワミー・ヴィ

ヴェーカーナンダのお写真に掛けられたガーランド（花輪）のバランスを確認しました。そしてマハーラージは儀式台に上がってプージャの準備を整えると、ギー（精製されたバター）の灯明に火を付けて香を焚き、特別なマントラを唱えながら約 1 時間プージャを執り行いました。



続いて、マハーラージは台から降りると、祭壇の前でベルを鳴らしながらアーラティを行い、地球の 5 大構成要素（エーテル・空気・火・水・土）を象徴する祭具（炎・牡牛の尾でできた扇・織物など）を奉獻しました。時折、参加者の数名がベルの音に合わせてほら貝を吹き鳴らしました。次に、マハーラージは床に置かれたハーモニウム

（インドの手動のポンプ式オルガン）を弾きながら参加者と共に、チャンディ聖典にある賛歌「サルヴァ・マンガラー・マンガレー」（Sarva-Mangala-Mānglaye）を歌いました。



オーム サールヴァーマーンガラー  
マンガレー シーヴェー サル  
ヴァールタサーディケー

シャランネエー トゥラムバケー  
ゴウリー ナーラーヤニー ナモース  
トゥ テー

Om sarvamangala mangalye shive  
sarvarthasadhike,

Sharanye tryambake Gauri Narayani  
namo' stu te.

スリスティー スティティ ヴィナ  
シャーナム シャクティブーテー  
シャーナーターニー

グナーセラエー グナーマーイー  
ナーラーヤニー ナモーストゥ テー  
Srishti sthiti vinashanam

shaktibhute sanatani,

Gunashraye Gunamaye Narayani  
namo' stu te.

シャラナーガータ ディーナタルター  
パーリートウラーナ パラーヤネー

サールヴァスヤールティハレー デ  
ーヴィー ナーラーヤニー ナモース  
トゥ テー

Sharanagata dinarta paritrana  
parayane,

Sarvasyartihare Devi Narayani  
namo' stu te.

ジャヤ ナーラーヤニー ナモース  
トゥ テー ジャヤ ナーラーヤニー  
ナモーストゥ テー

ジャヤ ナーラーヤニー ナモース  
トゥ テー ジャヤ ナーラーヤニー  
ナモーストゥ テー

Jaya Narayani namo' stu te, Jaya  
Narayani namo' stu te,

Jaya Narayani namo' stu te, Jaya  
Narayani namo' stu te.

ジャイ バガヴァーン シュリー  
ラーマクリシュナ デーヴ キー ジ  
ヤイ!

ジャイ マハー マイ キー ジャ  
イ!

ジャイ スワミジー マハラジー  
キー ジャイ!

ジャイ ガンガー マイ キー ジ  
ヤイ!

ジャイ シュリー ブッダ デーヴ

キー ジャイ!

Jai Bhagavan Sri Ramakrishna dev ki  
jai!

Jai Maha Mai ki jai!

Jai Swamiji Maharaj ji ki jai

Jai Ganga Mai ki jai

Jai Sri Buddha Dev ki jai!

(意味)

おお、幸あるもののうちで、最も幸あ  
るものよ！おお、すべての祈りを叶え  
てくださる方よ！

おお、すべてのものの避難所よ！

トゥリヤンバカおよびガウリとして  
知られる、シヴァの妻であるあなたに、  
そのあなたに、おお、ナーラーヤニよ、  
礼拝いたします

おお、永遠なるものよ！あなたは世界  
を創造し、保ち、破壊する力です

あなたの上にこの物質の世界は憩い、  
その世界はあなたから構成されていま  
す

そのあなたに、おお、ナーラーヤニよ、  
礼拝いたします

おお、弱い者、苦しむ者を守るもの  
として知られている、神なる母よ！

おお、すべての悲惨を退けられるあな  
たよ！

そのあなたに、おお、ナーラーヤニよ、  
礼拝いたします

そのあなたに、おお、ナーラーヤニよ、

礼拝いたします

祭壇の供物は、果物を盛った皿数枚を残して、昼食のプラサードにするために本館の台所へ下げられました。マハーラージは全員に起立を促すと、参加者の間を縫って歩き皆の頭にガンジス川の聖水をふりかけました。そして、プシュパンジャリ用の花のつぼみと葉が全員に配られた後、参加者は祭壇の近くに寄り、マハーラージの先導でホーリー・マザーに捧げるプシュパンジャリのマントラ（聖句）を唱和しました。



その後、数人ずつ順番に祭壇に花を奉

献し礼拝しました。これで午前のプログラムが終了し、皆本館に移動して昼食をいただきました。



午後のプログラムは、再び別館で2時45分に始まりました。聖句詠唱、『ホーリー・マザーの生涯』の朗読を行った後、マハーラージが「欲望と悟り」をテーマに講話を行いました。マハーラージは一人ひとりに考えを深めてもらうために、参加者と対話をしながら講話を進めていきました。佐々木陽子さんが通訳を行いました。



続いて、日本人信者による賛歌の独唱の後、全員で日本語の賛歌を歌いました。そして数分間瞑想し、午後のプログラムが終了しました。皆で本館に移動して茶菓を頂きました。



今回もボランティアの方々に前日までの準備、当日の式進行や食事の提供、後日の片付けなどさまざまな仕事をお手伝いいただきました。心よりお礼を申し上げます。

2019年1月 ホーリー・マザー・

## シュリー・サーラダー・デーヴィー 生誕祝賀会 午後の講話 「欲望と解脱」 スワーミー・メーダサーナンダ

ホーリー・マザーの真の人物像を話すのは大変難しいものです。人は自らが体験したことでないと正しく話すことはできませんね。去年のホーリー・マザー生誕祝賀会では、マザーの教えをいくつか取り上げてお話ししましたが、今年も同じようにマザーの教えについて考えてみます。まず初めに、皆さん、マザーの特徴は何だと思えますか。少し時間を取りますから、一人ひとり考えを整理してください。そうでないと、皆さんが「私も同じです」という答えになってしまいますから。(笑い)

では、意見を聞いてみましょう。

(参加者) ホーリー・マザーが、自分は良い人のお母さんであるだけでなく全ての人のお母さんである、と言ったことを、私はかみしめています。

(参加者) マザーはとても霊性が高いと思いますが、あえて普通のレベルにとどまり信者や家族のために「お母さん」として生涯を送られました。

(参加者) マザーはご自分の大変高い霊性や神秘性を隠していらっしゃる、

靈性の高いお坊さんでなければその偉大さが分からず、普通の人には自分と全く変わらないと思われていました。

(参加者) とても慈悲深い方でした。食事を出しているときに、食べ物を投げつけて給仕している人がいるのを見て、「そのような失礼な態度を取るのなら、私に食事を渡してください。私からこの方に差し上げます」と言われました。マザーは、どんな人も差別することなく優しく接する方だったと思います。

今の話は、イスラム教徒の人に食事を出した時のことですね。マザーの親戚はブラーミン（最も高いカースト）の人たちだったので、イスラム教徒には触らないのが普通でした。だから、投げるようにして食べ物を渡していたのですが、ホーリー・マザーは、このような態度を取るのはいくつかとおっしゃったのです。

(参加者) 私は、マザーがとても静かな方だと以前に聞いたのを思い出しました。また、個人的に、シュリー・ラーマクリシュナとホーリー・マザーは一つだったと思います。

(参加者) マザーは、小さい頃は清らかさに憧れていた人、ドッキネッショナルにいた頃は謙虚さそのもので全てを主に委ねていた人だったと思います。ま

た、慈悲の権化だったと思います。

## マザーのみ遊び

マザーの従者だったお坊さんの中に、出家の道を離れて結婚し家住者として暮らすようになった人がいました。さて、シュリー・ラーマクリシュナの直弟子のスワミー・サーラダーナンダジーはマザーのお世話をしたお坊さんで、最後にはラーマクリシュナ・ミッションの事務総長 (General Secretary) になった方ですが、このサーラダーナンダジーがベナレスの支部を訪ねた時のことです。ベナレスのお坊さんの一人が、元従者のお坊さんをマザーが心から愛していたのを知っていたので、僧団をやめたのになぜマザーはそのお坊さんを助けたのかとサーラダーナンダジーに尋ねました。この問いにサーラダーナンダジーは少し困惑した表情を見せましたが、すぐに歌で答えを返しました。

楽しむことがお好きなマザーの「み遊び」を見るにつけ

私は実に驚く

何年もマザーのおそばにいて

あちこちお供しているのに

マザーの神秘は計り知れない

この世界はマザーのみ遊び

創造なさった途端、破壊なさる

まるで自分の作った物を壊して遊ぶ

子供のようだ

マザーのみ遊びは誰とも違う  
私に分かるのはここまでだ

私は実に驚く

楽しむことがお好きなマザーのみ遊びを見るにつけ

歌が終わるとサーラダーナンダジーは、家住者になった僧侶を落伍者だと思ふ人もいるかもしれないがマザーがどのように弟子に教えを授けているかは誰にも分からない、とおっしゃいました。「本当に、誰にも分からないのだ！あの僧侶はもしかしたら私たちの誰よりも早く進歩したのかもしれない。マザーのなさり方は誰にも分からないのだ」



先ほど、マザーは霊的レベルがあまりにも高くそのすごさに気づいた人はわずかだったという意見がありましたね。実はこれは良いことだったのです。もしそうでなかったらマザーは自由に

動き回ることができなかつたでしょう。マザーの本性に気付かなかつたから、皆気軽にマザーに近づくことができたのです。一方で、スワーミージー（ヴィヴェーカーナンダ）やブラフマーナンダジー、プレーマーナンダジーのような、シュリー・ラーマクリシュナの直弟子である霊性の偉人は、マザーの偉大さに気付いていたので気軽にマザーに近づいて話しかけることはしにくかつたのです。

（ここでマハーラージは『霊性の師たちの生涯』（協会刊）「第二部 サラダデヴィの生涯」の「言葉の断片」を読み上げる）

12 欲望から、この肉体は生まれるのです。全く欲望がなければ、肉体は死にます。欲望が完全にとまれば一切の終わりが来ます。

13 人が欲望を持っている限り、かれの転生は終わりません。欲望ひとつが、かれに次々と肉体をとらせるのです。欲望のある間は再生を避けることはできません。

## 欲望の種

ホーリー・マザーのこの教えについて考えてみましょう。ある時マザーは、（意識と潜在意識の両方の領域において）あらゆる欲望が完全に無くなれば

私たちはこの瞬間にでも解脱できる、とおっしゃいました。しかし内省してみれば、欲望を全て無くするのがどれほど難しいかわかります。

私たちにはこれまでのいくつもの前世において欲望から生まれたカルマがあり、このカルマは今生か来世で消化していかなばなりません。だから私たちは再生するのです。念のため言いますが、何度も何度も生まれたい方にはこの話は必要ありません。しかし再生を望まない方にはこの話はとても大切です。ですからまず自分はどっちなのか決めてください。(笑い。)中には、欲望を減らしたくなく再生もしたくないという人もいるでしょう。そういう人はどうすればいいのか私には分かりません。胃腸が弱っているのを治したいけれど食生活を変えたくないというようなものですから。

ほんの小さな種からとても大きな木が育つものですが、欲望も同じです。欲望の木が育つのを止めるにはどんなに小さな種も燃やしてしまうしかありません。種は常に生まれ続けますからこれを燃やすには大変な努力が必要です。いつも気を付けて、とにかく戦うしかありません。野菜の根は短くて簡単に土から引き抜くことができますがバンヤンのような大木の根を想像してみてください。根っこがどのくらい広く深く伸びているか土の上から見ただけ

では分かりませんが、いぎ木を抜こうとするとよく分かりますね。私たちの欲望はこのような大木の根のようなものです。

深く根付いた欲望を引き抜くことはできないのでしょうか。そんなことはありません。これには識別がとても大切です。私たちが何かを願ったり、想像したり、夢見たりすると、欲望が意識の中を占める割合が大きくなります。しかし私たちは、このような思いを心に持つことで欲望がどれほど多くどれほど強く意識の中に根付いてしまうか、ほとんど気付いていません。ですから、まず現在の状態に気付く必要があります。自分が再び生まれてきたくないのはなぜなのか。無限に繰り返される再生から解放されたいのはなぜなのか。この点をはっきりさせなければ、この大変な仕事に取り掛かることはできません。気付くことから全てが始まります。

そこでまず、ここにいる皆さんが「再生したくない」グループ A なのか、「再生したい」グループ B なのかを聞きたいと思います。

(参加者) グループ C はないのでですか。(笑い。) グループ C と言ったのは、私は長く生きてきましたから、死ぬときにはもちろん主に全てをお任せします。でも、その時までには何とか解脱し

たい、死ぬ瞬間に解脱の状態になったときに、主よ、思し召しのままになさって下さいと言いたいのです。もし、ここにまた戻ってきなさいと言われたら、喜んで受け入れます。この世に80年近く生きてきて、人生の99%までが苦しみ、悲しみ、辛いことで、たまに少しだけ楽しいことや幸せだなあとと思うことがありました。私のカルマを償却させるために、神様はこうやっておられるんだなと思います。でも、もういい、静かになりたいです。だから解脱したいです。

## 解脱の理由

ほとんどの信者さんが解脱したいと言います。ではなぜ解脱を望むのでしょうか。この世は苦しみに満ちていると仏教で言われるように、本当に、一切は苦しみに再生しても同じ経験を繰り返すだけです。ですから、このような辛い人生はもうたくさんだという理由から解脱を望む人がいます。

また、失われることのない喜び、無限の喜びを求めて解脱を望む人もいます。この世に何度生まれてきてもこのような喜びを経験できない、解脱だけが唯一の方法だということに気づいて、解脱を強く求めるようになるのです。

さらに、自由を求めて解脱を望む人も

います。経済や政治、宗教、社会など自分の外側は自由であっても、それだけでは絶対の自由とは言えず、私たちに様々な束縛があります。例えば、私たちは自分の肉体の奴隷で、肉体を維持するために必要なことをやり続けねばなりません。また、私たちは感覚の奴隷であり、心の奴隷でもあります。自身の奥深くにあるサムスカーラ（前世から持ち越された傾向）に左右されています。偉大な宗教はどれも、私たちを縛る鎖について語っていますね。

飾りのついた小さな鳥カゴの中に鳥が一羽いるのを想像してみてください。または、この鳥はとても大きな鳥カゴの中にいて、そこには木が生えていて果物やエサや水が置いてあり、他にも鳥が何羽もいるのを思い浮かべてみてください。鳥は自然の環境にいたことがなく、カゴの外に出て大空を飛んだこともないので、自分がカゴの中にいることにすら気付いていないのです。

この大きな鳥カゴの鉄の柵一本一本は、私たちの今生のサムスカーラと同じだと言えます。一本一本が欲望や執着、行為の結果などでできています。柵が鉄であろうが金や銀でできていようが柵であることには変わりありません。カゴの中にいて束縛されていると、自分が縛られているなどとはほとんど思いません。頭上高くにある空をたま

たま見上げたとき、自分の本当の居場所をあそこだと感じて飛び立ちたくなります。しかし執着や欲望やサムスカーラでできた柵があるためカゴから出られません。人の潜在意識の中にはサムスカーラが実にたくさんあるのです。欲望がなくなった瞬間に解脱する、とマザーがおっしゃったのにはこのような理由があるのです。

解脱を望む人を解脱したい理由で分けるとバクタ (Bhakta)、ギャーニ (Jnani)、ヴィッギャーニ (Vijnani) の3種類があります。最低限必要なことは、再び生まれて肉体に入ること望まずに永遠に神様のそばで暮らしたいということです。天国に行きたいとか、楽しいことがたくさんある場所に行きたいとか一切考えないで、シュリー・ラーマクリシュナ、お釈迦様、キリストなど自分のイシュタ (理想神) のそばにいて「砂糖を味わう」ことだけを強く望んでください。

このように神のそばにいることを望むがバクタで、これは解脱を求める最初のレベルです。次がギャーニで、ギャーニは神様あるいはブラフマンと一つになることを望みます。川が海に流れ込んで一つになるように、自身が絶対の真理と一つになることを望みます。では、ヴィッギャーニとはどのような解脱を望んでいるのでしょうか。まず真理を悟り、その後降りてきて神

の至福を味わうという望みです。言い換えると、バクタは砂糖を味わいたい。ギャーニは砂糖になりたい。ヴィッギャーニは砂糖になった後に砂糖を味わいたいのです。皆さんはどのタイプでしょうか。

## 終わりに

どのような理由から解脱を求めても構いません。苦しみたくないからでも、絶対の至福や自由が欲しいからでもいいのです。ただ、とても強く求めることが大切です。表面的な気持ちや気軽な考えで求めるのでは十分ではありません。自分の選んだ道を歩いて解脱というゴールにたどり着くだけの強い心構えが必要なのです。

## 忘れられない物語

### わが師とパリヤー

さて、この場所の近くにパリヤーの一家が住んでいました。パリヤーは全インドに数百万人いまして、ある書物には、もしブラーミンが家から出てパリヤーの顔を見たら、かれはその日は断食し、ある祈りをとなえなければ再び浄くはなれないと、書いてあるほどの低い階級です。ヒンドゥのある都市では、パリヤーが入ってくる時には、自分はパリヤーであるということを示すために頭にカラスの羽をつけ、「お気

をつけなさい、パリヤーが街を通っております」と叫ばなければなりません。すると人々が、魔法にでもかかったようにとびのくのが見られるでしょう。もし何かのはずみでかれに触れようものなら、かれらは衣服を変え、沐浴し、まだその他のことをしなければならぬからです。そしてパリヤーが幾千年の間、それは当然のこと、自分にさわれば誰でも汚れる、と信じてきたのです。

今や私の師はそのパリヤーを訪ねて、かれの家の掃除をさせてくれ、と頼んだのでした。パリヤーの職業は、街路を清掃したり、家々の掃除をしたりすることです。かれは家の表口から入ることはできません。裏口から入り、かれが出て行ったあとはガンジスの水をふりかけて浄められるのです。生まれたときから、ブラーミンは浄いことになっており、パリヤーはその反対なのです。しかもこのブラーミンが、パリヤーの家で下賤の仕事をさせてくれと頼んだのでした。パリヤーはもちろん承知しませんでした。かれらは、ブラーミンにそんな下賤な仕事をさせるのは恐ろしい罪悪であって、そんなことをすれば一家は断絶する、と考えているのですから。

そこで、真夜中のみなが寝静まっているときに、ラーマクリシュナはその家に入りました。かれは髪が長かったの

でそれでその場所を拭い、「おお、わが母よ、私をパリヤーの召使にしてください。私に、自分がパリヤーよりも低い者であることを感じさせてください」と言いました。

「私を礼拝する者たちを礼拝する者は、私を最もよく礼拝する者である。これらは全て私の子供たちであって、汝の特典はかれらに仕えることである」というのが、ヒンドウの聖典の教えであります。

(出典：『わが師』スワーミー・ヴィヴェーカーナンダ講演集 日本ヴェーダーンタ協会)

## 今月の思想

「心が強く独創的であるほど、孤高の宗教に惹かれるようになる」  
…オルダス・ハクスリー

**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](mailto:info@vedanta.jp)