



2020年11月 第18巻 第11号

これからの予定

かく語りき—聖人の言葉

女性の状況が良くなならない限り、世界の幸福はありません。鳥は片翼だけでは飛べないのです。

…スワミー・ヴィヴェーカーナンダ

男性にとって、女性は気品の先生です。女性は男性が道徳的になるのを助けます。女性は男性の人生の持続力です。

…ザルスシュトラ

今月の目次

- かく語りき—聖人の言葉
 - お知らせ
 - 2020年12月、2021年1月の予定
 - 2020年10月逗子例会
- 「霊性の学びを身につける」 パート3
講話者：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

～お知らせ～

<1月より日程が変わります>

1月より各講話の日程、配信方法、開催場所に変更がありますので、下記のスケジュールでご確認ください。

<新講座「ウィークリー・ウパニシャッド・クラス」がスタート！>

2021年1月より、毎週水曜 朝 8:30 から 45 分間、

「ウィークリー・ウパニシャッド・クラス」がスタートします。

どなたでも参加できますが、協会出版のテキスト『ウパニシャッド』が必要です。

Zoom ID などの詳細は、後日ホームページにアップされます。

• 1月の生誕日

ホーリー・マザー・シュリー・サーラダー・デーヴィー 1月5日(火)

スワミー・シヴァーナンダ 1月9日(土)

スワミー・サーラダーナンダ

1月19日(火)

スワミー・トゥリーヤーナンダ

1月27日(水)

・12月、1月の協会の行事

<12月のスケジュール>

12月27日(日) 14:00~16:00 逗子午後例会

テキスト「瞑想と霊性の生活I」は

☞ [こちら](#)

講話のまとめは ☞ [こちら](#)

メールによるQ&A有

<2021年1月のスケジュール>

1月01日(金) カルパタル

14:00 ヴェーダーンタ協会出発巡礼
鎌倉の大仏、カトリック雪の下教会、
鶴岡八幡宮

ご予約は要りませんので14:00までに
協会にお越しください。

1月03日(日) ナラ・ナーラーヤナ お
正月恒例の炊き出し

お問合せ：佐藤 urara5599@gmail.com

1月10日(日) 14:00~16:00 ラーマ
クリシュナの福音勉強会

テキスト「ラーマクリシュナの福音」

は☞ [こちら](#)

講話のまとめは ☞ [こちら](#)

★Zoom、ライブストリーミング、
メールによるQ&A有

送り先：benkyo.nvk@gmail.com

1月13日(水) 8:30~9:15 ウィーク
リー・ウパニシャッド・クラス (NEW)

★Zoom、後日講義の映像をHPにアップ

1月17日(日) 10:30~16:30 シュリー・
サーラダー・デーヴィー生誕祭

場所：別館アネックス(逗子協会斜め
前)

<プログラム>

06:00 マンガラ・アーラティ、朗誦、
賛歌

11:00 礼拝(プージャ)、供物奉獻、花
奉獻など

12:45 昼食(プラサード)

14:45 輪読、講話、賛歌

16:30 茶菓

※11:00からライブストリーミングを
いたします。

※参加ご希望の際はご予約が必要です。

1月11日迄に benkyo.nvk@gmail.com
にお知らせ下さい。

※駐車場はございません。

1月20日(水) 8:30~9:15 ウィーク
リー・ウパニシャッド・クラス

★Zoom、後日講義の映像をHPにアップ

1月23日(土) 10:30~12:00 インド
大使館バガヴァッド・ギター聖典講
義

※開催場所はインド大使館です。一般
の方は後日配信の映像をご覧ください。

テキスト「バガヴァッド・ギーター」

☞[こちら](#)

講話のまとめは ☞[こちら](#)

★後日講義の映像を HP にアップ

1月27日（水）8:30～9:15 ウィークリー・ウパニシャッド・クラス

★Zoom、後日講義の映像を HP にアップ

1月31日（日）14:00～16:00

逗子午後例会（瞑想と霊性の生活）

テキスト「瞑想と霊性の生活 I」は

☞[こちら](#)

講話のまとめは ☞[こちら](#)

★Zoom、ライブストリーミング、

メールによる Q&A 有

送り先：benkyo.nvk@gmail.com

<ハタヨガ・クラス>

日程：通常 毎月 第1、第2、第4

土曜日

時間：10:30～12:00

ヴェーダーンタ協会のハタ・ヨーガ
教室生徒募集！

体験レッスンもできます。

※現在予定が不規則ですので、ヨーガ
教室ホームページよりお問い合わせく
ださい。

月例講話

2020年10月

「霊性の学びを身につける」 パート3
スワミー・メーダサーナンダ

さて、私たちは何を身につければいいのでしょうか？ 答えは、真理、神、そして『ラーマクリシュナの福音』の霊性の教えです。今から、『ラーマクリシュナの福音』（以降『福音』）第40章『バララームとギリシュの家で』から、身につけることに関する話を引用します。

（ラームに）「おまえは医者だ。薬は患者の血液とまじって一つになったときにはじめて、功を奏するだろう。同様に、ブラフマギヤーナの状態にあっては、人はうちにも外にも神を見る。彼は、肉体、心、生命および魂になっておられるのは神御自身であることを知るのだ」

M（心中に）「身につける！（assimilation!）」

前回、食べ物を食べてその栄養を吸収したときに初めて食べ物から身体の強さを得る、という話を引き合いに出して、身につけるについての話をしました。先ほど読んだ『福音』の話でシュリー・ラーマクリシュナが医者であるラームチャンドラ・ダッタに説明しているのは、薬を飲んだ際にその薬が血液と混じり、血液とひとつになって初めて薬が身体レベルで身につく、ということです。 霊的レベルでも、マナス（心）、ブッディ（知性）、アハンカーラ（自我）のレベルで、さまざま

な教えを自分のものにして初めて、私たちはその教えを身につけることができます。9月の講話ではおもにパタンジャリの教えをもとに、靈性を身につける際の障害について、以下のような話をしました。①身体的な病気、②無気力、③疑い、④不注意、⑤活力低下、⑥感覚の対象への執着、⑦間違っただ認識、⑧間違っただ実践や、良い師の指導の下にありながらも安定して実践をしない、などの理由で、求道者はしっかりとしたヨーガの状態に達することができないこと、⑨最後に、ヨーガの道でいくらか進んだ後に、超能力を使ったりうぬぼれが生じて、墮落すること。



決断できない

今日は、私たちの経験をもとにした具体例から、身につける際の障害の話をします。というのは、自分の経験をもとにしている方が、聖典の例よりも分かりやすいからです。最初の障害は、決断できない、です。今から人生の目標について話をしますが、神の信者か

世俗的な人物のどちらになるか、という話ではありません。みなさん神の信者にとっての目標の話です。さまざまな種類やレベルの神の信者がいます。あるレベルの信者は、神を信じ、教会や寺に行き、神に祈ります。その信者たちの神への願いごとは、ほとんどが、自分や家族を助けてください、守ってください、というものです。それ以上に踏み込もうとしません。そのような信者は自分自身に問わなければならない、このままで十分だろうか、このレベルを脱して進むべきだろうか、と。

「私は靈性の求道者となるべきだろうか？」と自問すべきなのです。そうするとその自問の後に、「どの靈的レベルをめざせばいいのだろうか？」という混乱が出るかもしれません。

靈性の求道者とは何か、ということを知らなくてはこの自問の答えは得られません。靈性の求道者とは、人生とは何かについて深く考える人のことです。神、宇宙、自分の本性について考える人のことです。その人は、神と宇宙と自分自身との関係がどんなものであるかを考えます。また、自分の中にも他者の中にも神を見て、その気づきをもって他者のお世話をする人も靈性の求道者です。人生の目的は、至福、自由、至高の知識を得ることだと知っている人も靈性の求道者です。

神の話を聞くのが好きで、それだけ

で満足している信者がいます。彼らは実践する気持ちがありませんので、神の話を書くだけで十分なのです。また、霊性を深く追求したいと望んでいるが、そのような努力が家族や友達や仕事のもめごとのもとになるかもしれないことを、最初は心配する人もいます。それで真剣な霊的生活を送ることをためらうのです。このことは人生の目標を決断できない原因となります。

同一視についての混乱

私たちは皆、自分自身についてのイメージがあります。私は男、女、夫、父、妻、母、アメリカ人、日本人である、などです。また、私は信者、私はスワミー（僧侶）である、というイメージもあります。同一視の混乱は、同一視の優先度によって起きます。例えば、自分は忠実な会社員であると考えている人の最優先事項は、会社の発展です。その人は、私は三菱の者です、ソニーの者です、と会社と自分を最優先で同一視します。私自身の同一視は、私は僧侶、ある僧院の僧侶です。しかし本当は、さらに深い意味でいうと、私は神の信者です。私は神の子供です。神の信者、神の子供との同一視は、霊性の求道者として最高の同一視です。自分が何と同一視しているか考えてください。自分は神の信者、神の子供である、という最高の霊的同一視が最優先にされることはほとんどありません。

それが問題なのです。

もし自分を、主婦、サラリーマンなどと同一視しているなら、その同一視している対象が永遠であるかどうかを自問してください。例えば、今生では女性であっても、死後、生まれ変わったときに、自分が女性になるか男性になるか、どこの国に生まれるか、さらに言うと、どんな生物として生まれるかさえ分かりません。だからこれらすべての同一視は間違いとは言えないまでも、すべて一時的でいずれは消えてなくなるものです。私たちの同一視は、今生のうちにさえ変化する可能性があります。例えば、主婦が離婚をしたら自分を主婦と同一視することはなくなるし、仏教徒がキリスト教に改宗すると、仏教徒であるという同一視は変わります。今日では、自分の身体上の性別を変更する必要があると深く感じている人がいますが、それも一つの同一視の変化です。ヨーガの先生は身体が元気なうちは先生でいられますが、元気がなくなるとヨーガを教え続けることはできません。

僧侶、妻などを含めた多くの同一視は、一時的なものです。僧院を去って結婚する僧侶もいますし、尼僧になるために家族との生活を捨てる主婦もいるでしょう。しかしながら、神は永遠です。だから、自分は神の信者、神の

子供である、と考えるなら、その関係が変わることはありません。だからこれが私たちにできる最高の同一視なのです。

スワミー・ヴィヴェーカーナンダは宗教を次のように定義しました。「永遠な絶対の真理と、永遠な魂との、永遠なる関係 (The Eternal relationship of the Eternal-soul with the Eternal Super-soul.)」。私たちは、何を一番に優先する同一視かを決めなくてはなりません。それから、その他の同一視を調整するのです。もし決断せず、優柔不断のままでは、いかなる霊性の教えも身につけることはできません。このことは霊性の求道者にとって、とても重要なことです。なぜなら、もし霊性の求道者が、霊的生活を進めたいなら、目標に達したいなら、私は神の信者である、私は神の子供である、という同一視を最優先にして、神を中心とした人生を送らなければならないからです。

間違った認識

次の障害は、間違った認識です。私は身体です。私は心です。私は知性です。これら（身体、心、知性）は永遠ではありません。正しい認識は「私は魂です」という考えです。また、感覚を使って永遠であると認識したものは、どれも永遠ではありません。なぜなら

神だけが永遠だからです。さらに、霊的な本や宗教的な本を読むだけで霊的になれる、という考えは正しくありません。

やる気、熱意の欠如

霊的な本を読み、霊性の話しを聞いても、実践をやる気が内側から出てこない人がいます。また、実践のやる気があっても忍耐が足りず、長期にわたって実践を続けることができない人もいます。やる気のなさを直すためには、神聖な交わり（ホーリーカンパニー）を持ち、聖典を読んでください。また、スワミージー（スワミー・ヴィヴェーカーナンダ）の小冊子にある「立ち上がれ、目覚めよ、ゴールに達するまで立ち止まるな！」という魂を鼓舞するような言葉が自分の一部になるまで毎日読むのもいいでしょう。そうすると心は安定し、私たちは実践を続けることができます。

否定的な心の傾向（ネガティブ・サムスカーラ）

いざ実践を始めよう、霊的なことを考えようとする、突然世俗的な考えが心に湧き上がってくるのが何度もあります。このような邪魔が入るのは、自分の過去の世俗的な傾向（サムスカーラ）が心に影響を与えているからです。

サムスカーラとは、心のパターン、感情のパターンであり、習慣です。西洋の心理学にはフロイトが想定した「イド(id)」という概念がありますが、イドはさほど明快ではありません。サムスカーラは、インドの心理学と聖典で広く認知され理解されているアイデアです。サムスカーラは『ラーマクリシュナの福音』やシュリー・ラーマクリシュナの弟子の著作で頻繁に述べられています。インドの偉大な聖者パタンジャリも、ヨーガの著書の中でサムスカーラについて述べています。なぜなら、霊性の求道者が生きているうちはサムスカーラと格闘しなければならないからです。

心の傾向を修正する

肯定的なサムスカーラを作れば、否定的なサムスカーラを正して変容させられる、とパタンジャリは言います。ひとりの若い僧がスワミー・ブラフマーナンダのもとに行って言いました。「私たちは本当にもっと霊的な生活を進めたいし、もっとシュリー・ラーマクリシュナのことを考えたいです。それなのに強烈な世俗的で俗悪なサムスカーラのせいで、進むことができません。そのことに時々とても失望し、とても悲しいのです」

ブラフマーナンダジーは答えました。

「失望することはない！ 悲しむこともないのだよ！ 最善を尽くしなさい。そして、霊性の実践をして良い霊的なサムスカーラを形成するのだ。そうすれば否定的で世俗的なサムスカーラを克服できるだろう」

プラティパクシャ - バーヴァナ

心に否定的なイメージが沸き上がったら、その逆の、肯定的なイメージで対抗しなければなりません。このことをサンスクリット語でプラティパクシャ - バーヴァナと言います。例えば、残酷な思いが出たら、慈悲について考えてください。世俗的な考えが心に浮かんだら、その考えの中にも神を見ようとしてください。また、否定的で汚い考えに関わる人物の中にも、物の中にも、神を見ようと努力するのです。結局、すべては神なのですから。その具体的な例のひとつが、シュリー・ラーマクリシュナがドッキネッショルに住んでいるときに起こりました。ぼろを身にまとった汚い狂人がドッキネッショルにやってきたとき、神のお下がり（プラサード）が配られるところでした。寺のスタッフはその男がどう見ても狂人のようだったので、お下がりを与えませんでした。しかし、後で犬に残り物を与えました。男は犬と一緒に食べ始めたが、犬はその男と一緒に食べることをまったく気にしていないようでした。タクール（シュリー・ラ

ーマクリシュナ)はそれを見て甥のフリダイに言いました「見てごらん、彼は、本当は悟った魂だよ」。それを聞いてフリダイは彼の後を追い、何か教えてくださいと懇願しました。男は了解して言いました。「汚い排水と、きれいなガンジス川の水が見えるかね？両者に違いを見ないようにすれば、排水にもガンジス川の水にもブラフマンを見る」 [一]

誰かに悪感情を抱いているとします。その相手の中にも神がいることを理解すれば、その人への憎しみや嫌いという感情は変化するでしょう。心に浮かぶすべての否定的なイメージの中に神を見る、という実践をすれば、否定的なイメージは清められ、次第に減っていきます。そうです、このようにして、良い考えも悪い考えも、自分のあらゆる考えを霊的にしましょう。これがプラティクシャ・バーヴァナの実践の方法です。

不規則な生活態度

不規則な生活態度は私たちが直面しているもう一つの障害です。そのためにこれまでに毎日のスケジュールを作りそれを守ることの重要性を詳しく話してきました。(日本ヴェーダーンタ協会 2020年5月のニュースレター参照) その時にお話ししたように、不規則な生活態度は霊的な教えを身につける能

力に悪影響を及ぼします。だから、瞑想、聖典学習、エクササイズ、仕事、カルマ・ヨーガ(祈りの一形態としての正しい行動)のための特定の時間を設けた理想的な毎日のスケジュールを作ってください。

環境

スワミー・ヤティシュワラーナンダの霊的教えの記録である『瞑想と霊性の生活』という本の中でスワミーは、一般的に西洋にはより多くの世俗的なものがあるので、西洋で霊的实践をするのはアジア、インドでするよりも難しいと言われているが、それは間違っているし、西洋においても霊的苦行はできる、と言いました。世俗的な環境で生活しているのなら、世俗的な影響から身を守る方法、霊性の生活に合わないことを避ける方法を見いださなければならない。言葉を変えると、世俗的な環境の中では自分の意志の力をもっと使うべきだ、ということです。そして、自分に生じている霊性の障害を回避する方法を、霊性の師に相談するのもいいでしょう。

仕事の予定が減り個人的な状況がもっと良くなったら神を想おう、という考えの人もいます。そのことについてスワミー・トゥリーヤーナンダは次のようなサンスクリット語を好んで引用しました。「海で沐浴したいから波が

おさまるまで待とう、と思っている人はいつまでたっても沐浴できない。波がおさまることはないのだから」 私たちの状況は往々にして良くならず 「霊的实践に理想的な環境」などまずあられませぬ。だから、海で沐浴したければ、波のことは気にせず、今すぐ飛び込んでください！ 本当に霊性の修行をしたければ、どんな障害があっても、今、始めてください。私たちは死をいつまでも延期することはできないのだから、もっと良い状況になるまで実践を先送りするなら、生きているうちにそのような好機があらわれることはまずないでしょう。

実践の意味

パタンジャリのヨーガ・スートラの第1章サマーディ・パーダ（悟りについて）の14節は言います。

sa tu dīrghakāla nairantarya
satkāra-āsevito dr. dhabhūmih' :

サ トウ ディルガカーラ ナイラン
ターリヤ サトウカーラセヴィタ
ドウルダブン

サ トウ sa tu = そして それ
(実践)

ディルガカーラ dīrghakāla = 長
期間

ナイランターリヤ nairantaira =
不断に、いつも

サトウカーラ satkāra = 信仰、誠

実さ、尊敬をもって

アーセヴィタ asevitah = 厳格に
[※知識をもって] 実践、修行を積む

ドウルダブン dridha-bhumih = 安
定してしっかりと地面に根ざす

格言の意味：

「長期間にわたり、不断に、真剣な信
仰をもって、実践を積み重ねると、し
っかりと根付く」

お医者さんになりたいなら、7、8年
は徹底的に勉強しなければなりません。
神の悟りは人間が到達しうる最高の目
標なので、なおいっそうの大きな努力
が求められます。そのためにパタンジ
ャリが言うように、霊性が確立されな
いうちは、長期間、継続的に、愛と敬
意をもって、実践しなければならない
のです。

ブラフマンについて考える、という
実践法について、ヴェーダーンタ哲学
には、アースプテ (asupte) とアーム
リテ (amrite) というアイデアがあり
ます。スプティ (眠り) という言葉が
もととなるアースプテは「寝るまで」
のことです。つまり、アースプテは「起
きた瞬間から寝るまで」という意味で
す。アームリテ (āmrite) のもとは「死」
を意味するムリテ (mrte) で、アーム
リテは「死ぬまで」という意味です。
すなわち、死ぬまで毎日、起きてから
寝るまで、実践、実践、実践、闘い、

闘い、闘い、です。それだけが私たちがこれまでに学んできた霊性の真理を身につける唯一の方法だからです。私たちは目標に達するまでずっとやり続けなければなりません。私たちの人格には、心、身体、会話という三つのレベルがあります。私たちが霊的实践を行うとき、人格のそれぞれのレベルはお互いに調和がとれていなければならない。つまり、私が学んできたことや考えと、行動、会話、は一致していなければならないのです。では、自分の考え、行動、会話の矛盾を認識するにはどうすればいいのでしょうか？ それは、内省による自己分析で可能となります。

忠実に一つのことを実践する

これまでにいくつかの実践について話してきましたが、そのすべてを行う必要はありません。最初はあなたが気に入ったものをひとつ選んで、それを誠実に実践してください。シュリー・ラーマクリシュナの教えをたった一つでいいので心を込めて実践すれば、その人は人生の目的を満足させられるだろう、とスワミー・シヴァーナダ（シュリー・ラーマクリシュナの直弟子）は言いました。『福音』の中にもシヴァーナダジーの助言と同じような例があります。真珠貝はスワティ星が上昇するときに降る雨（星の接近）のひとつしずくを受け取ると、口を閉ざし、

深い海の底に沈み、真珠が形成されるまでそこにじっとしています。[二]

敬虔なペルシャのスーフィー教徒で詩人ハーフィズ(1315-1390)を主人公につくられた物語はたくさんあります。今から話す物語の中で、ハーフィズは貧乏で少し変わり者です。ハーフィズはあまり霊的实践をしませんでしたが、毎晩、あるイスラム教聖者の墓所に行つてろうそくを灯し、そこで祈りました。

ある日ハーフィズは、富豪の顧客から寵愛を受けている大変美しい娼婦に恋をしました。彼女は非常に人気があったので、彼女自身も裕福でした。彼女の値段はとても高く、貧しいハーフィズは彼女に近づくことさえできませんでした。そこでハーフィズは彼女の歓心を買うために、毎日早朝に彼女の召使いが起きる前に彼女の家の庭をきれいにしました。何日か続けたある日、召使いが彼女に庭がきれいになっていることを報告しました。彼女は召使いに、明朝庭かげに隠れてそのおせっかいな人を捕まえてくるように、と言いつけました。

次の朝、召使いたちがハーフィズを彼女のもとに連れて行くと、彼女はなぜそのようなことをしたのか尋ねました。ハーフィズはあなたのことが大好きなのだが自分は貧乏なので近づくこ

とができないからです、と答えました。喜んだ彼女は、召使いにハーフィズを沐浴させて服を着せるように言いました。それから、ハーフィズに夜になったら会いましょう、と言いました。ハーフィズは朝も昼もずっと大変うきうきしていたのですが、夕方になって突然、墓所に行つてろうそくを灯さなくてはいけない、ということをおもひ出しました。ハーフィズは、ずっと切望していた愛しの女性に会うべきだろうか、それともろうそくを灯すために墓所に行くべきだろうか、と大いに内なる葛藤をしました。ハーフィズはそれまで一夜たりとも墓所に行かなかつたことはなかつたので、まずは走つて墓所に行くことにしました。

墓所につくと、二人の男が土製の壺から注いだ酒を飲み、楽しそうに歌い踊っていました。二人はハーフィズに一杯どうかね、と誘いましたが、ハーフィズは、アルコールは飲まない、と断りました。何度熱心に誘つてもハーフィズがウンと言わないので、二人はハーフィズのために酒を注いだコップを地面に投げつけました。二人ががっかりしているのを見て、詩人は心変わりして、ほんの少しだけください、と言いました。彼は、一口飲むと歌い踊りだしました。なぜならハーフィズが飲んだのはアルコールではなく、神の愛の甘露だったからです。

一方、娼婦はハーフィズを探し回り、墓所で見つけました。彼女を見るとハーフィズは喜んで一口どうですか、と勧めました。彼女も一口飲んだ瞬間、喜びで踊りだしました。なぜそのようなことが起こつたのかというと、本当は、二人の男性は天使だったからです。毎日欠かさず聖者の墓所に明かりを灯す、というハーフィズのたった一つの信仰の実践のおかげで、ハーフィズも彼女も変容しました。

(パート4に続く)

[一]『ラマクリシュナの福音』
485, 486 頁

[二]『ラマクリシュナの福音』
1126 頁

※本文は主に英語のニュースレターの翻訳です。メーダサーナンダジーが加筆されているので、実際の講話とは内容が異なる部分があります。なお、本文内の [※] は、実際にマハーラーヂが講話で話された内容です。

※ニュースレターに載せている講話の内容に変更がある場合、協会ホームページの [テキストギャラリー](#) → [各種講話](#) 内の講話データを変更いたします。

忘れられない物語

「感覚同士のけんか」

昔々、すべての感覚器官が、自分たちの内で誰が一番偉いか言い争った。互いに「私が一番偉い、いや私が一番だ」と自慢しあった。言い争いは続き、ついに彼らの父なるプラジャパティ [一]のもとへ行くことにした。「尊者、私たちの中で誰が一番偉いでしょうか？」と感覚器官たちは尋ねた。

プラジャパティは答えた。「おまえたちの中で、身体から出てゆかれると一番身体が危うく見える者が一番偉いのだ」

その言葉を受けてまず「会話」が身体から出ていき、一年後に戻って言った。「私の不在中、君たちはどうして生きてゆくことができたのか？」

他の感覚器官は答えた。「ちょうど啞者が、語ることはできないが、プラーナによって呼吸し、目によって見、耳によって聞き、心によって考えているようなものだよ」それで会話は身体に戻った。

次に「目」が身体から出て行き、一年後に戻って言った。「私の不在中、君たちはどうして生きてゆくことができたのか？」

他の感覚器官は答えた。「ちょうど盲人が、見ることはできないが、プラーナによって呼吸し、口によって会話をし、耳によって聞き、心によって考えるようなものだよ」それで目は身体に戻った。

次に「耳」が身体から出て行き、一年後に戻って言った。「私の不在中、君たちはどうして生きてゆくことができたのか？」

ほかの感覚器官は答えた。「ちょうどろう者が、聞くことはできないが、プラーナによって呼吸をし、口によって会話をし、目によって見、心によって考えるようなものだよ」それで「耳」は身体に戻った。

次に「心」が身体から出て行き、一年後に戻って言った。「私の不在中、君たちはどうして生きてゆくことができたのか？」

他の感覚器官は答えた。「ちょうど心がまだ形成されていない子供が、プラーナによって呼吸し、口によって会話し、目によって見、耳によって聞いているようなものだよ」それで、「心」は身体に戻った。

さて、次に「プラーナ（呼吸）」が身体から出て行こうとすると、他の感覚器官たちは彼の周り集まって、涙なが

らに言った。

「尊敬すべきお方、あなたは私たちの主人です、一番偉いお方です。どうか私たちから離れないでください」

そうして「会話」が「呼吸」に言った。「尊者、私がかつて公言した最も優れているというその属性はあなたのものです」「目」も「耳」も「心」も後に続いた。これら（口、目、耳、心）は感覚器官であるというだけでなく、「プラーナ」すなわち生命のあらわれなのだ。プラーナこそこれらのすべてなのだから。

[一] 生類の主宰者たる神。しばしばデーヴァとアシュラの両種族の祖先とされる。

佐保田鶴治ウパニシャッドより

今月の思想

万里の道も一歩から

…老子

発行：日本ヴェーダータ協会

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