

【ウパニシャド勉強会サマリー--5月分】

14回目～16回目（2021年5月05日, 12日, 19日）

5月05日 中と外、肯定的と否定的の放棄

ヴェーダンタを勉強する準備の段階として、まず識別が最初の段階です。そして、次のステップが放棄です。無執着を実践することで、放棄することができます。

rāga（執着）の語源は、「色（Ranji）」という意味です。執着とは、いろいろな色を混ぜて心に色がついている状態です。すべての宗教の目的は、放棄（Tyāga）です。放棄については、バガヴァッドギーター18章66節やバイブルの山上の垂訓などでも言われています。その心の色付けがないのが virāga（無執着）です。

放棄という言葉を知ると、多くの方は、心配したり、怖がったり、心が痛む思いをする、難しいものと考えます。本当の意味が分かると放棄の実践は難しくありません。福音の中で、シュリ・ラーマクリシュナは、「女と金」を放棄することを言いました。しかし、弟子には、家主者もいましたから、「中の放棄（Antah-Sanyāsa）」または「精妙な放棄」と「外の放棄（Vahi-Sanyāsa）」または「粗大な放棄」の事を説明しました。

中の放棄（アンタ・サンニャーサ）とは、欲望や執着を放棄することです。一方、外の放棄（ヴァヒ・サンニャーサ）とは、家族、持ち物、お金を棄てて、森や僧院に入り僧侶になることです。しかし、外の放棄をしても、欲望や執着があると、外の放棄は見せかけになり無駄になります。お坊さんにとっては、両方の放棄が重要ですが、家主者にとっては、中の放棄が重要です。

もう一つは、「肯定的な放棄」と「否定的な放棄」があります。シュリ・ラーマクリシュナの放棄の定義は、「世俗に無執着、神に執着する」です。

世俗的なもの、一時的なものを放棄するのがネガティブ放棄、永遠なもの、神に執着する、のがポジティブな放棄です。

また、ホームレスとサンニャーサの違いにおいて、ホームレスの方は、いろいろな問題で、しょうがなくそうになりました、お坊さんは、それが好きで、自分で選択して、すべてを放棄しました。これも、ポジティブな放棄とネガティブな放棄の例えです。

では、どうして放棄するのでしょうか。その人たちは、一時的な小さいものに満足しないで、

永遠な、偉大なものを手に入れたいのです。そのために小さいものを放棄します。偉大な楽しみのために小さな楽しみを放棄するのです。それが本当の放棄です。

これが理解できると、家住者でも、家族に執着をしないで愛することができます。執着した愛は、苦しみ、悲しみが絶対ですが、無執着の愛は、楽しみ、幸せ、平安が得られます。

yat bhumā-eva tat sukham na-albe sukham asti

(ヤット ブーマー エヴァ タット スカム ナ アルベ スカム アスティ)

「一番偉大なもの（ブラフマン）が本当の楽しみです。小さいものは、楽しむことは出来ません。」

一時的で小さいものでは、不死にはなれません。ですからそれに無執着になるのです。

5月12日 天国の放棄の必要性

真理を悟るためには、この世界 (iha) と天国 (amutara) の楽しみを放棄しないと行けません。この言葉は他の言葉でも表現しています。「iha-loukika、aihika (この場所)」 「pāra-loukika、pāratrika (この上の場所)」など同じ意味です。loka とは場所の意味。

ヒンズーの聖典の中に 7 つの天国のイメージがあります。ガヤットリーマントラにもありますが、⑦ブルローカ、⑥ブヴァルローカ、⑤スヴァルガローカ、④マハルローカ、③ジャナローカ、②タポローカ、①サッティヤローカの天国があります。サッティヤローカが一番高い場所で、ブラフマーローカとも言います。タイッティリーヤウパニシャッドの中に天国のレベルに応じてのユニットで、楽しみを表しています。「協会本 P114 参照」

そして、最後に悟った人の後の楽しみは、サッティヤローカよりも高いと述べています。そのことを理解すると、天国の楽しみを放棄するやる気が得られます。そして、現代科学の発展で、悟った人の写真 (シュリ・ラーマクリシュナ) や悟った人の生活 (ラーマクリシュナの生涯、福音) を勉強することで、その状態を理解できるようになります。

スワミートゥリヤーナンダ は、「悟った方に一生の間に一度でも挨拶することができると、その愉しみは、生きている間の苦しみ、悲しみと比べても、その愉しみの方がもっと大きい」と言いました。それを知ったら、一時的な小さな楽しみは、放棄して、永遠の愉しみ、偉大な愉しみを実践します。iha amutra phala bhoga virāga の意味です。

iha amutra phala bhoga virago の必要性はウパニシャッドのエッセンスであるバガヴァッド・ギーターの中にもあります。(9章20～21節 参照)

天国に行くために沢山の儀式（カルマ）をします。良いカルマの結果として7つの天国で沢山楽しめますが、必ず、また地上に生まれないといけませんから、天国にいても、ストレスや階層による嫉妬はあります。しかし、また生まれ変わっても、天国の楽しみの記憶がありますから、儀式を行って、天国に行きたいと思います。行ったり来たりの繰り返しですから、そこに解脱の考えはありません。ですから、天国の放棄が大切なのです。

5月19日 カタ・ウパニシャドから放棄の例

前回は、バガヴァッド・ギータの中から放棄について説明しましたが、カタ・ウパニシャドの中にも天国の引用があります。

眺めるだけでも美しく、本来ならば・・・「協会本 P48（テキスト P39 25 節）参照」
しかし、ナチケートスはじっと立ち・・・「協会本 P49（テキスト P41 26 節）参照」
世俗の欲望が目的とするところ・・・「協会本 P51（テキスト P65 11 節）参照」

ナチケートスは、最初に、永遠と一時的を識別して（nitya – anitya vastu viveka）次に、この世と天国での楽しみに無執着（iha-amutora phula bhogavirāga）になりました。

今度は、6つの訓練「shama（シャマ）dama（ダマ）śraddhā（シュラダー）uparadhi（ウパラディ）titikṣa（ティティクシャ）samādhāna（サマーダナ）」によって、心（中）と感覚（外）を制御する訓練です。

私たちの今の状態は、心は落ち着きがなく、集中できていません。真理を悟るためには、心を純粹にして精妙にしないと真理の事を集中して考えることはできません。いっぱい勉強して知識があっても、本当に深い意味を身につけることは無理です。

タパッシャー（tapasyā）という言葉は、霊的実践として、苦行、瞑想、識別など包括的に使われていますが、語源は tapah で、熱という意味です。訓練は、熱をともなう程行い、楽にできないという意味です。

タイッティリーヤ・ウパニシャドには、その事が書かれています。（協会本 P117～119）最初に最高の真理を教えることはしないで、ゆっくり、ゆっくり、プリグに霊的訓練をしながら、父であるヴァルナが真理について導いています。