

【ウパニシャッド勉強会まとめー8月分】

90回目（2024年8月14日）

8月14日 3つの「シャーンティ」と「ハリヒ・オーム・タット・サット」の説明

オーム（Om）についての補足

今回は、シャーンティマントラ1の最後の部分「Om shāntiḥ shāntiḥ shāntiḥ」からの説明です。

Omの説明は、2024年3月6日の講義の時に詳しく説明しました。

Omは、3つの音節から作られています。AUM ア、ウ、マで、カタカナで発音するとMは「ム」ですが、マントラの発音は、Mは「マ」になります。そのAUM（ア、ウ、マ）を繰り返していくと、最後には「オーム」になります。

サンスクリットの発音はグルから聞かないとわかりません。Omの文字のシンボルの意味は前に話しました。

バガヴァット・ギター8章13節にもOmについて書いてあります。

オーム イティ エーカークシャラン ブラフマ ヴァーハラン マーム アヌスマラン
Om ity ek' ākṣaram brahma vyāharan mām anusmaran /
ヤハ プラヤーティ テャジャン デーハン サ ヤーティ パラマーン ガティム
Yah prayāti tyajan deham sa yāti paramān gatim // 8-13

そしてブラフマンを表す聖なる一つの音オームを唱え、至高者たる

私を想いながら肉体を離れる者は、必ず至高の目的地へと到達する。

Omを唱えながら死ぬと、その結果はどうなるでしょう。ブラフマンを想いながら体がなくなると、その求道者は解脱を得ます。

3つの「シャーンティ」の意味

次に、「shāntiḥ shāntiḥ shāntiḥ」と3回シャーンティを唱える意味について説明します。

なぜ3回唱えるのでしょうか。それは、私達の包括的な幸せのために3つの大切な意味があるからです。

1回目の「シャーンティ」は、アーツチャートミカ・シャーンティ（ādhyātmika shāntiḥ）

自分自身の個人的な障害から守って下さいーという意味です。

2回目の「シャーンティ」は、アーディボウティカ・シャーンティ（ādhibhautika shāntiḥ）

自分以外の動物や悪い人から守って下さいーという意味です。

3回目の「シャーンティ」は、アーディダイヴィカ・シャーンティ（dhidaivika shāntiḥ）

地震、津波、台風、洪水などの自然災害から守って下さいーという意味です。

① アーツチャートミカ・シャーンティ（ādhyātmika shāntiḥ）

自分自身の体と心から出る問題です。つまり体の病気、心の病気などです。心に苦しみや悲しみがあると勉強に集中できません。いろいろな問題の源は、自分です。そのため最初に「シャーンティ」と唱えて、体と心のいろいろなレベルの問題を取り除きます。

shāntiḥのshānは、シャマ、ダマのシャマから来ています。シャマとは心の静かな状態です。shāntiḥの1番大事な条件は、その「心の静けさ」です。静かにならないと、平安、幸せの心の状態は無理です。ですからその「シ

ャーンティ」になるために、体と心の問題を取り除きます。すると心は静かになり、「シャーンティ」の状態に入ります。

② アーディボウティカ・シャーンティ (ādhibhautika shāntiḥ)

自分以外の動物や悪い人から受ける問題です。

昔、ウパニシャドの勉強は、生徒は森の中に住んでいるリシ（先生）の所に行きました。インドの森の中には、トラやライオン、象などの猛獣が住んでいます。その猛獣から襲われないように、神様に「危険な動物から守って下さい」と祈ります。

聖者の霊的な力の影響で、その周りの動物もとても静かになる、そのような場合もあります。

また、街の中では狂犬病を持っている野良犬がいたり、蛇などがいますから、そのような危険動物から守ってもらうために祈ります。

それ以外に、動物よりもっと厄介な生き物…人間が犯罪者になることもあります。トラの赤ちゃんはトラになり、ライオンの赤ちゃんはライオンになりますが、人間の赤ちゃんは必ずしも人間に成長するわけではありません。その意味は、形は人間で生まれても、中身が動物より低い、性格は動物より危険な人間がいるということです。動物はお腹が空いている時にだけ、他の動物を殺しますが、人間は理由や必要がなくても、他の人を傷ついたり殺したりすることがあります。そのような人から「神様、私たちを守って下さい。」と祈ります。

シュリー・ラーマクリシュナも言っています。

神はすべての生きものに宿っておられる。しかしお前たちは善い人びととだけ、親しくしたらよいのだ。悪い心の人びとは避けるようにしなければいけない。神はトラの中にもおられる。しかしそれだからといってトラを抱くわけにはいかないだろう（笑い）。

（協会発行「ラーマクリシュナの福音」第一章 師と弟子 P11 上段 L8 より）

今は人間と動物の話をしてきましたが、昔は、悪魔や悪霊、人食い、幽霊も人に憑依したと言われました。それは、想像ではなく本当の場合もあります。そのような存在からも守ってもらうという意味で、「シャーンティ」を唱えます。

③ アーディダイヴィカ・シャーンティ (dhidaivika shāntiḥ)

地震、津波、台風、洪水など、自然災害から守って下さいと祈ります。ヒンドゥ教の聖典には、海の神、風の神など、自然の神様が存在していて、その神々が自然をコントロールしているとあります。その神々に「自然災害から守って下さい」と祈るのが、3つ目の「シャーンティ」です。

皆さんこれらの意味を理解したら、今度は皆さんが他の人に伝えて下さい。

ある「もの」を他の人にあげると、その「もの」は段々と減っていきます。しかし、他の人にあげるともっと増やすことができるものがあります。それは、「知識、学問」です。

ベンガル語に例えがあります。「それを寄付すると、それはもっとももっと大きくなります。それは知識です。

知識を他の人に与えると、その知識はもっとももっと増えていきます。」それが、知識とそれ以外のものとの大きな違いです。

※「シャンティ」とは、サンスクリット語では「śānti」という綴りで、正式な読み方は「シャーンティ」で、「平安、安らぎ、静けさ」という意味です。

「Om śhāntiḥ śhāntiḥ śhāntiḥ」も、サンスクリット語では「Om śāntiḥ śāntiḥ śāntiḥ」が正式な綴りです。ですが、一般的には、カタカナでは「シャンティ」、ローマ字では「shanti」と記すことが多いです。

「ハリヒ・オーム・タット・サット」

次に、^{ハリヒ オーム タット サット} Hariḥ Om Tat Satの説明をします。

まず「Hari」の意味を調べると、少なくとも10個の意味がありますが、1つは、ブラフマンという意味です。

そして、Om Tat Sat は、ブラフマンの3つの名前がその中に入っています。「オーム」もブラフマンのシンボル、「Tat」もブラフマンのシンボル、「Sat」もブラフマンのシンボルです。その3つのシンボルを合わせて、「オーム・タット・サット (Om Tat Sat)」です。

Om Tat Sat は、全部ブラフマンのことを思い出します。

Om を唱えると、ブラフマンのことを思い出します。

Tat を唱えると、ブラフマンのことを思い出します。

Sat を唱えると、ブラフマンのことを思い出します。

そして、これらは、全部のウパニシャドのある部分からピックアップして作りました。

最初の Om の意味については、タイッティリーヤ・ウパニシャド1章8節の中で、「Om iti brahman (オームはブラフマンです)」^{注1)}とあります。その Om が、最初の Om Tat Sat の「Om」の部分です。

次に「Tat」です。チャンドーギヤ・ウパニシャド6章12節1～3の中の、「tat tvam asi śvetaketo iti」^{注2)}から、アールニは、シュヴェータケートゥに菩提樹の種の例えを使ってブラフマンを説明しました。そして最後に先生が言いました。「シュヴェータケートゥ、あなたがそのブラフマンです。あなたの中にそのブラフマンがいます。それだけでなくブラフマンがあなたになりました。」と。

ブラフマン以外何もありません。ブラフマンはシュヴェータケートゥのお面を被って現れましたが、本当はブラフマンです。それは形と名前、行動、性質が全部違って見えますが、本当はマーヤーの影響で別々に見えています。しかしマーヤーを取り除くと、ブラフマン以外何もありません。そのマーヤーもブラフマンから出ています。ブラフマンから出てブラフマンに戻ります。

「tat tvam asi」の意味は、tat: ブラフマン tvam: あなた asi: です
なので、その「tat」をピックアップしました。

最後に、「sat」です。これは、チャンドーギヤ・ウパニシャド6章2節の中の
「sadeva somyedamagra āsīdekamevādvitīyam」からの部分があります。

somye: ソーミヤ 生徒、息子 を呼ぶときの愛称

idam: イダム これ、この世界の agra: アググラ 最初に、前 āsit: アーシット ありました

ekam: エーカム 1つ eva: エーヴァ まさに～だけ a: 無い dvitīya: ディヴィテーヤ 第2は

advitīyam: アッドウィティーヤム 第2はない、1つだけ

意味を説明すると、「生徒よ、この世界の前はブラフマン (sadeva) だけ存在していました。」ゼロからは何も現れません。あるものからこの世界はあらわれました。精妙ですから見えませんが、絶対に存在しています。

例えばクモの巣は、クモから現れます。それと同じように、この宇宙はブラフマンから顕れています。

その「sadeva」の「sat」です。(sadeva=sat+eva なので)

そして、もう1つは、「ekam eva (まさに1つだけ)」と「aditiam (第2はない)」という意味を合わせると、「絶対的存在」、「超越的なもの」という意味ですから、ブラフマンのことです。その「ekam evaditiam」の中の「eva」は、1番目の意味のところで、「sat」は「sat-eva」、ブラフマンの意味のサットと説明しました。

ですから、「sat」も「eva」もブラフマンのことです。そして、2番目の「ekam eva (まさに1つだけ)」の「eva」もブラフマンのことです。

つまり、「sat」と同じブラフマンという意味になります。その2つの部分から、「sat」をピックアップしています。

そして、それらすべてを合わせて、「Om Tat Sat」が作られています。

普通に祈りを唱える時、その意味全部を思い出して唱えるのは難しいですから、ブラフマンのイメージだけで充分です。

バガヴァッド・ギーター 17章 24節～26節に「Om Tat Sat」を、毎日の生活の中でどのように使うかが書いてあります。

タスマード オーム イティ ウダーフリッティヤ ヤジャニヤ・ダーナ・タパハ・クリヤーハ
Tasmād om ity udāhṛtya yajña-dāna-tapaḥ-kriyāḥ /
ブラヴァルタンター ヴィダーノクターハ サタタン ブラフマ・ヴァーティヤーム
Pravartante vidhān' oktāḥ satatam brahma-vādinām // 17-24

故に、ヴェーダの聖典を信奉する人々は、聖典の規則に従って供儀や布施や苦行を行なう時、必ず初めに聖語の「オーム」を唱えるのだ。

タッド イティ アナビサンダーヤ ファラン ヤジュニヤ・タパハ・クリヤーハ
Tad iti anabhisandhāya phalam yajña-tapaḥ-kriyāḥ /
ダーナ・クリヤーシュ チャ ヴィヴィダーハ クリヤンター モクシャ・カーンクシビヒ
Dāna-kriyāś ca vīvidhāḥ kriyante mokṣa-kāṅkṣibhiḥ // 17-25

物質界を解脱して真の自由を願う人々は、物質次元の果報をなんら期待せず供儀や修行や布施を行う時、聖語の「タット」を唱えるのだ。

サド・バーヴェー サードゥ・バーヴェー チャ サド イティ エータト プラユッジャター
Sad-bhāve sādhu-bhāve ca sad ity etat prayujyate /
ブラシャステー カル マ ニ タター サツ・チャブダハ パールタ ユッジャター
Prašaste karmaṇi tathā sac-chabdah pārtha yujyate // 17-26

聖語「サット」は、実在と至善の意味に用いられ、またお目出度い行為や善行に対しても「サット」が用いられる。プリター妃の息子(アルジュナ)よ!

ヤジュネー タパシ ダーネー チャ スティティヒ サド イティ チョーツチャター
Yajñe tapasi dāne ca sthitiḥ sad iti c'ocyate /
カル マ チャイヴァ タッド・アルティヤン サド イティ エーヴァービディヤター
Karma c'aiva tad-arthiyam sad iti ev'ābhidhiyate // 17-27

さらに、供儀や修行や布施を行うに際し、不動の信念でそれを続けることも「サット」であり、それを常に至高者に結び付けて行うことも、「サット」と言われる。

このように、「Om Tat Sat」は勉強の前だけではなく、他のいろいろな行いや、毎日の生活の中でも使います。「Om Tat Sat」の中で、ある時は「Tat」、ある時は「Sat」を使っています。いつ何を使うのかは、バラバラです。

しかし、チャンティングの時はそれを合わせて、「Om Tat Sat」と唱えます。

ヴェーダーンタを学ぶ時、間違いを回避するために

では、なぜ聖典の勉強の前に、「Om Tat Sat」を唱えるのでしょうか。どうして何回も何回も「ブラフマンを思い出して」と言うのでしょうか。

ギャーナ・ヨーガの考えでは、何回もブラフマンを唱えると、自分とブラフマンが繋がっている状態になるからです。

別の理由もあります。3つの「shānti」は1回ずつ意味がありましたね。それと同じく、問題を取り除く意味でも「Hari Om Tat Sat」を使います。

また、勉強の時、いろいろな問題が生じたり間違いをすることがあります。昔は紙やメモがありませんでしたから、生徒は何回も聞いて覚えました。ヴェーダーンタの別の呼び名は、「シュルティ」と言います。聞いて勉強するので、聞くことがとても大事でした。その時のマントラは、完璧で正しいやり方が必要です。

しかし勉強の時、先生と生徒が間違いを犯すケースが6つあります。

①意識的に間違える。

先生が聖典の意味をはっきり分かっていないので、想像で説明してしまいます。先生自身が理解していないことを分かっているので、意識して間違えて話す可能性があります。良い先生なら、「今はっきり覚えていませんから、次のクラスで説明します。」と言います。それはOKです。しかし、先生がそのように言わないで、自分が分からないのを知っていて説明します。そうすると生徒は間違ったことを勉強してしまいます。

②無意識で間違える。

③不注意で間違える。

輪読の時に、不注意で聖典を読むと、発音のミス、発音が良くないなど、不注意でマントラを間違えることがあります。本当は知っていても、集中していない時に間違えます。タイピングをする時も不注意で間違えます。そのような種類のミスです。

④感情に圧倒されて間違える。

とても怒って勉強すると間違えます。感情によって、先生も生徒も間違える可能性があります。

⑤見落としで間違える。

輪読の時など、集中していないと見落とす可能性があります。言葉を飛ばして読んだり、行を見落としとして読んだりします。見ていないので、見落とします。

⑥完全な勉強のためにはいろいろな規則がありますが、それに従わないと間違えます。

マントラを唱える時、正しいマントラを唱える規則があります。発音などです。

次のクラスの時に、マントラの正しい唱え方の規則の説明をします。

注1) 2022年10月のインド大使館バガヴァッド・ギーター聖典講義で解説がありました。

協会 HP (<https://www.vedanta.jp.com/>) →★講話のまとめ★→インド大使館バガヴァッド・ギーター聖典講義→2022年 からご覧頂けます。

注2) 2023年6, 7月のウイークリー・ウパニシャド・クラスのサマリーに詳しい解説があります。