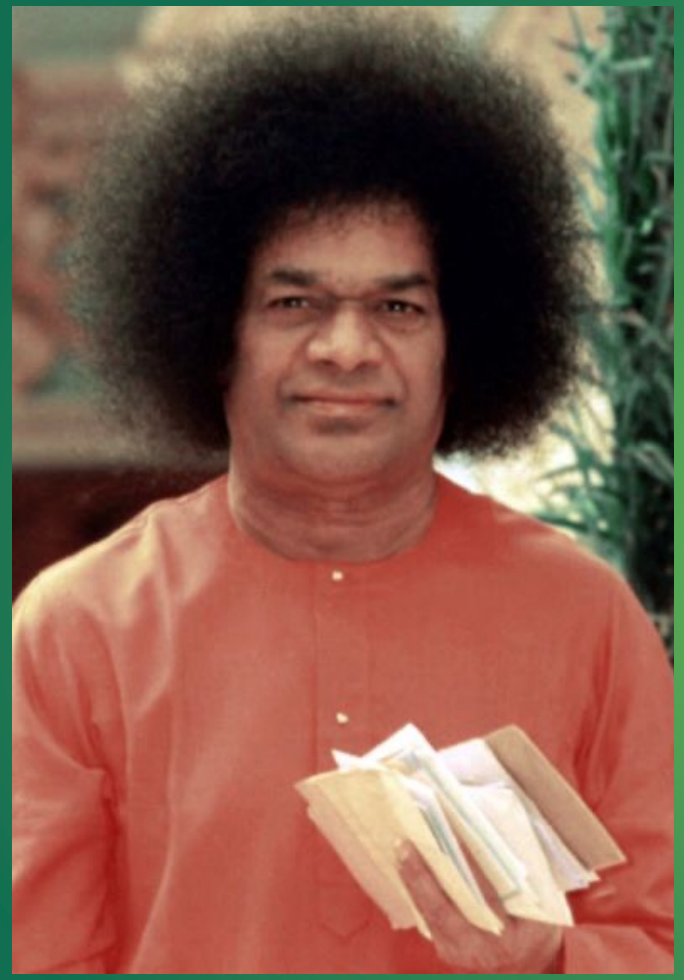
Love All, Serve All　Help Ever, Hurt Never

SRI SATHYA SAI RAM NEWS

No.202 | 2 月号 | 2022 年



プラナヴァ〔原初の音〕であるオームは
神のギーター〔歌〕

CONTENTS

サイの御教え
シュリ サティヤ サイ ババ様御生誕
１００周年記念ヴィジョン
～日常における靈性修行～
帰依者体験談
サティヤム・シヴァム・スンダラム
気づき
サイと共に
ワカ チンナ カタ
活動報告

サイの御教え

オームに関するババの御講話

魂の音楽

神は、山のこだま、木の葉のサラサラという音、人のささやき、子供の片言であり、あらゆる所に漂っているオーム（神の音）です。神はあらゆる場所に存在していますが、神を認識するには、聖人たちは千もの方法を定めなければなりませんでした！神はすべての人の中にいますが、ごく少数の人以外には見つけられません。全能である神は、すべての贈り物の贈り主であり、私たちにあらゆる才能を与える摂理でもあります。

サルヴァム アーヴリッティヤ ティシタティ
（神はすべてを包含している）

神以外には何も存在しません。自然は神の表れです。人は、すべての人間の中に、そして、存在するすべてのものの中に、神を認識しなければなりません。ジーヴァ（個々人）は、自分の視点を自分が宿っている肉体だけに限定し、自分の注意や関心、愛や愛着を血縁や友人の小さな輪に限っているせいで、神のことも特定の御名と御姿に限定し、神の慈悲や恩寵、恩恵や祝福を、その特定の御名と御姿を崇拝する「信者たち」の限られた小さな輪の中に見ています。人間の願望は狭量なので、それを叶える神の恩恵も狭量だと人は思っています。ですから、理想的には、祈るときには完全に委ねて、「御心のままに」と言うべきであり、あれこれ求めてはいけないのです。というのも、人は自分にとって何が一番善いのかを知るための、英知も先見も持っていないからです。

プラナヴァ〔原初の音〕であるオームは神のギーター〔歌〕

バガヴァッドギーターは、嫉妬と貪欲は愛と無執着を実践することで克服できる、と教えています。人々は、バガヴァッドギーターが生まれた日として日を定め、豪華なプージャー〔供養礼拝〕やスピーチをして祝っています！ その混雑の中で、ギーターの本質的な教えは無視されています。ギーターは正確にはいつ生じたのでしょうか？ ギーターとは何を意味するのでしょうか？ ギーターとは、文字どおり「歌」という意味です。神は遍在しているのですから、神の歌も遍在しているはずです。

ですから、実のところ、プラナヴァ〔原初の音〕（OM／オーム）が神のギーターなのです。神の歌は、少数の人のためだけのものではなく、一部の人のためだけのものでもなく、一つの国でしか理解できない言語でもありません。オームは普遍であり、永遠であり、オームにはすべての霊的なことのエッセンスが詰まっています。ですから、オームこそが神の真のギーターでありえるのです。そして、オームは人間が祝うべき誕生日を持つことはできません。なぜなら、オームは時が始まる前から存在しているからです。

私たちの自己〔真我〕はプラナヴァと共鳴しています。しかし、市場の喧騒や、日々の生活での売買の騒音の中では、私たちの小さな自己はそれを聞くことができません。私たちの五感は、私たちの注意は自分のものだと主張します。私たちの心（マインド）は、外の世界の快楽の中に解放されることを切望します。ですから、ハートから湧き出る主の歌、オームを聞くためには、まず私たちの激情や偏見を静めなければならないことは明らかです。

奉仕への感謝さえも受け取らない

あなたの目をしっかりとゴールに定めて進みなさい。過去のこと、過去の過ちや失敗を気にしてはいけません。

もうこれ以上、心の気まぐれに従ってはなりません。心の気まぐれや思いつきは、賞賛や非難を耳に詰め込み、あなたをアーディヤートミカ（霊的）な道から引き離します。すべての生きとし生けるもののハートから生じる、神の呼びかけに従いなさい。見返りを期待することなく、礼拝をするのだという姿勢で、生きとし生けるものすべてに奉仕しなさい。感謝さえも受け取らず、自分のすべての行いを内なる神に捧げなさい。そうすることで、あなたは浄化され、それによって、あなたの呼吸が刻々と繰り返す「ソーハム」に耳を傾けることができるようになるでしょう。「ソーハム」は、サマーディ〔三昧〕の過程で「神」と「私」の区別がなくなると、オームへと変わります。

ソーハムがオームへと変わっていくのはSAIの原理である、ということを信じなさい。「SAI」の「S」はSaiを、「A」はAndを、「I」はSaadhaka（サーダカ、霊性の求道者）を表しています。このように、SAIはヴェーダの格言である「タット トワム アスィ」（汝はそれなり／タットワマスィ）を象徴しています。サーダカは、第１段階では「私はサイの中にいる」と言い、第２段階では「サイは私の中にいる」と言い、最終の第３段階では「サイと私は一つである」と言い、二つの間の二元性が取り除かれていきます。暗雲の中の一筋の稲妻のように、真理が個人を打ち、それが続くと、それは至福を授け、その光が当たった瞬間にオームの威風の全容が明らかになります。クリシュナの教えを実践することで、人はその光、すなわちグニャーナ ジョーティ（英知の光）であるオームを得ることができます。

クリシュナの笛は、４つのヴェーダを表現するもの、説明するものであり、オームはその真髄です。「A」、「U」、「M」〔AとUとMの音が一つにつながってオームという音になる〕、そして、「点」（ハートの奥底でオームの音が反響すること）は、４つのヴェーダの象徴です。オームは「ラーマの原理」の象徴でもあります。４兄弟である、ラーマ、ラクシュマナ、バラタ、シャトルグナは、それぞれ、リグ ヴェーダ、ヤジュル ヴェーダ、サーマ ヴェーダ、アタルヴァナ ヴェーダを象徴しています。

人は、自分の本質である神の側面を顧みず、遍在にして全能のオームに気づくことを確実にしてくれるサーダナ（霊的規律）〔霊性修行〕を追求することもせず、エゴに支配された衝動や本能の餌食となって、物質的な利益への信心を深めています。人は、富や力や権威を集めることに人生を費やして、他人を自分の支配下に置くことが望ましい業績であると信じています。

人は知る価値のあることを ほとんど知らない

もし天国に空きがあったら、人はきっと神の地位に応募することでしょう。なぜなら、自分にはそれに必要な属性がすべて備わっていると思っているからです！ けれども、抜きん出るための真の属性は自分のアートマの実在への揺るぎない信心である、ということを人は忘れています。ちっぽけな自分だけを知っていても、それが何の役に立ちますか？ それは、医学を身に付けたと称する医師たちが、この部分のことを少し、あの部分のことを少し知ってはいても、癌や風邪といった病気の治療法を知らないのと同じです。科学は、人間が知る価値のあることをほとんど知らないことを明らかにして、人間を謙虚にさせなければなりません。

あなたの人格の神聖な側面は、謙虚さ、真実への立脚、愛、奉仕への熱意、不屈の精神、無執着を促します。あなたの生活の中でこれらの資質が芽生えたら、大切に持ち続け、チャンスがあればいつでも実践しなさい。人類を聖化する生来の兄弟愛は、心（マインド）に育つ妬みという雑草によってだめにされてしまいます。妬みという雑草は人の人格をだめにします。この雑草はその人の首を絞めるほどに成長するのです。

悲しみはエゴに付きまとう影です。近所の人が愛する人を失って悲しんでいたら、あなたは「この世のものを失って泣くのは賢明ではありません。泣いても亡くなった人は戻ってきません」と言って慰めます。しかし、あなたの家族に死が訪れると、その隣人があなたを慰めるのにその言葉をそのまま繰り返さなければならないほど、あなたは悲しみます。

このようなことが起こるのは、アートマへの信心を深めず、舌の上にナーマ（御名）を置かず、ハートにプレーマ（愛）を持っていないからです。

ある人が瀟洒（しょうしゃ）な家を建て、家の周りに造った庭や、室内の塗装の色の効果などを自慢に思っていました。もしその家の庭を囲む壁に、選挙期間中、青年がスローガンを落書きしたら、彼はその青年に腹を立て、無垢な壁の白さを台無しにしたといって、この悪党め、叩きのめすぞ、とその若者を脅します。しかし、その家を売り、家が自分のものでなくなると、家が瓦礫の山になっても彼は何とも思いません！ エゴに耳を傾けると、知らない間にそのようになるのです。あなたが生まれる前は、親類縁者はおらず、あなたが死ねば、彼らはあなたを一人で逝かせます。それなのに、なぜ短い一生の間だけ彼らとの絆を深め、そのために、この人生が与えられた目的を忘れてしまうのですか？ この世での業績はもろいものだということを常に意識しながら、あなたの才能や技術や他の一切を人の内にいる神への奉仕に、可能なかぎり最大限に役立てなさい。

１９７８年８月１３日
プラシャーンティ ニラヤムにて
Sathya Sai Speaks Vol. 1 4 Ch 9

サイの御教え

１９６９年
ダシャラー祭のババの御講話２

栄光のしるしと表れ

人は苦楽と悲喜の上に敷かれた道を旅しなければなりません。その旅がスムーズにできるのは、その骨の折れる旅の道具として、英知と信愛と無執着を用いる場合だけです。これらは、経典に書かれているように、あるいは、あなたの身の回りで個人的に語られているように、もしあなたが先人たちの経験に耳を傾けさえすれば、大抵の場合、手に入れることができます。また、もしあなたがしばらく静座して、人生というキャラバンのさまざまな出来事が流れていくさま、通りすぎていくさまを眺めさえすれば、それらに精通することもできるでしょう。

道端の糞尿の上を子供が平気で転げ回るのは、子供はその汚さや嫌悪感を知らないからです。しかし、子供が成長して経験と知恵を積むにつれ、汚物の上を這い回るのは恥ずかしくて危険なことだということを学びます。それと同じように、大人も無知なうちは五感の求める馬鹿げた物事にふけりますが、その時は、よく知らなかったからという言い訳もたつでしょう。けれども、もしその後も、経験から学んで自分の知性や識別力を低下させるような不快な習慣や追求から遠ざかることをしないなら、嘲笑の的となってしまうでしょう。そのような人は、本人にとっても他人にとっても危険人物です。

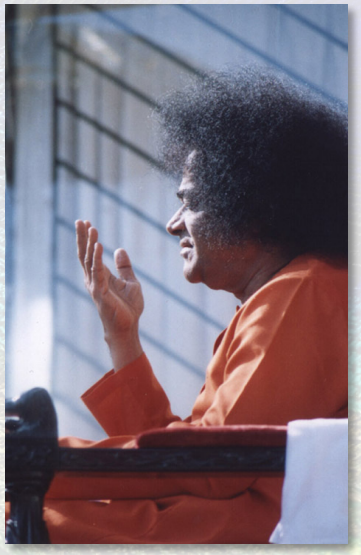
名詞が多くの形容詞を集めて自らに付加するように、純朴な人は、多くの属性を付加されて自分の純粋さを汚されてしまいます。医者が病気の性質を究明することはできず、医者が診断できるのは三種の体液であるヴァータ（風）とピッタ（胆汁）とカパ（粘液）の均衡だけです。グナ（三属性）を識別して、それらが個人の性格や行動に及ぼす影響を見分けることができるのは、神という医者、すなわち、個人の内なる鞘であるヴィグニャーナマヤ コーシャ（英知鞘）とアーナンダマヤ コーシャ（至福鞘）の専門家だけです。

功徳とは他人に善いことをすること

霊的な分野で向上して、それによって心の安らぎを得たいという熱意が近年高まっていますが、これはアヴァター（神の化身）が注いでいる恩寵のもう一つの証拠です。この国のリシ（聖仙）たちが採用した、プレーマ（愛）やヨーガ（神との合一のための行）やダルマやサティヤ（真理）を通じてシャーンティ（平安）を得る方法に、インドのみならず世界中で大きな関心が寄せられています。１０年前、１５年前は、宗教的なテーマの講演会への参加者は非常に少なく、一握りの老人だけでした！ しかし、今では、何千という大勢の人々が遠方からやって来て、期待に胸を膨らませながら熱心に長い時間、講演会に座っています！ そして、その大部分が若者です！

若者たちは、過去の遺産を分かち合って自分たちのためにより良い未来を築くことを望んでいるのです。

ヒンドゥーという単語には、「ヒン」（ヒンサーすなわち傷害や暴力）＋「ドゥー」（ドゥーラすなわち遠ざかる）で、暴力の道から遠ざかる人、他人を傷つけることから遠ざかる人という意味があります。シャーストラ〔諸経典〕は、インドで大変崇拝されている１８のプラーナの本質はどれも、功徳とは他人に善を行うことであり、罪とは他人に悪を行うことであると明言しています。この道に定まるなら、あなたはすべての信仰と宗教を親類縁者として歓迎するようになるでしょう。すべての信仰はこの道に沿って人を教育しようと努めています。イスラム教徒もキリスト教徒も、仏教徒もユダヤ教徒もパールシー教徒〔ゾロアスター教徒〕も皆、善行によって心を清めることで同じ光源を得ることを切望しています。



これらの種はすべて、ヴェーダーンタのサナータナダルマ〔古来永遠の法〕の中に存在します。

インドの議会には、サミュクタ社会党やプラジャ社会党、さらには共産党まで、多くの分派が存在しますが、それと同じように、他のさまざまな信仰も、インドのサナータナ ダルマの右寄り、左寄り、中央寄りであるにすぎません。そのダルマは、神へのあらゆる可能なアプローチを検討し、志願者が自分の身につけた知識や達成度に応じて活用することができるよう、それらを順に配置しています。木の種が芽を出すと、初め、芽には双葉と茎が付きます。けれども、その後、成長すると、一つの幹と多数の枝になります！ どの枝も幹と呼んでもいいくらい太いかもしれませんが、根が養分を樹液として送っている先は一本の幹であるということを忘れてはなりません。神が、同一の神が、真理、美徳、謙虚さ、犠牲といった共通の栄養を通して、あらゆる国、あらゆる信仰の霊的飢えを満たしているのです。

ヴェーダのダルマは
すべての宗教の祖父である

５月に私がダルマクシェートラの創立記念日でボンベイにいた時、K・M・ムンシ博士のところで知識人の集まりがあり、副学長、医師、弁護人、教授といった多くの人たちがそこで私に会いたがりました。その会合は質疑応答の場となり、それは６時間ほどにも及びました！

そのうちの一つの質問は、「信仰の違いが、人を多様な道、分かれ道へと引きずり込む」ということについてのものでした！

私は彼らにこう言いました。

ヴェーダがいつ現在の形にまとめられたのか、誰も正確には知りません。バール ガンガーダル ティラクはそれを約１３,０００年前と推測し、他の人は６,０００年前としていますが、誰もが同意しているのは、それは４,０００年以上前であるということです！ブッダは約２,５００年前に生きていた歴史上の人物です。キリストが生まれたのは今から１９６９年前であり、イスラム教ができたのはその６００年後です。ですから、年代的にも論理的にも、ヴェーダのダルマが祖父であり、仏教が息子、キリスト教が孫、イスラム教が曾孫である、という推論は正しいのです。これらの間で誤解があったとしても、それは一家族の問題であるにすぎません。万人が共有している先祖代々の財産は同じものです。

もう一つの質問は、原子爆弾についてで、「インドは原子爆弾の獲得に努めるべきか否か」というものでした。私は、原爆を作っていないことは恥ではない。原爆を作っていないことは誇りである、と答えました。安心感を得るために原爆を持つ必要はありません。

パーンダヴァ五兄弟を率いていたのは長男でした。彼は、ダルマラージャ〔ダルマの王〕という、まさしく正義の支持者にふさわしい名で呼ばれていました。弟のビーマは当代最強の戦士で、よく鎚矛（つちほこ）を振り回していました。ビーマが鎚矛を地面に叩きつけると大地が揺らぐほどでした。ビーマは巨漢のキーチャカ〔ヴィラータ王の義弟〕と格闘し、見事に倒しました。ビーマは、知力、体力ともに群を抜いていました。もう一人の弟であるアルジュナ〔五兄弟のうちダルマラージャとビーマとアルジュナの三人はクンティー妃の息子で他の二人はマードリー妃の息子〕は、当代の弓の名手で、最も強力な矢で武装していました。それらの矢は神々がアルジュナの勇気と信心を高く評価して授けたものでした。この二人の弟は、長兄ダルマラージャの手足であるかのように、兄の敷いたダルマの道から決してそれることはありませんでした。

「奉仕」をこの国のスローガンとしなさい

私はその会合で、インドがダルマの道を歩むかぎり、現代のビーマであるロシアや現代のアルジュナであるアメリカはこの国を尊敬し、心の平安と安全を確保する手段を学ぶだろうと話しました。なぜなら、二者の現在の力とプライドは内在する恐怖の表れであり、命をむしばむ、まだ癒えていない苦痛だからです。だからこそ、パーンダヴァ兄弟は、襲ってくるあらゆる苦難を乗り越えるために、主クリシュナの祝福を得たのです。パーンダヴァ兄弟は、敵であるカウラヴァ兄弟がガンダルヴァ〔空中や水中の住むとされる男の半神〕の一族に誘拐されたことがわかると、急いで彼らを救出するほどの正義感を持っていました！ というのも、ガンダルヴァの手からカウラヴァ兄弟を解放するには他に方法がないということを知っていたからです！これは、あなた方が果たすべき役割でもあります。「奉仕」――これをこの国のスローガンとしなさい。それは、奉仕してくれる人が大勢いる人や自助努力ができる人のためのものではなく、看護してくれる人や栄養補給をしてくれる人、あるいは、入院先の病院で笑顔や花で見舞ってくれる人、家に手紙を書いてくれる人のいない、病人のための奉仕です。

与えること、分かち合うことで、喜びは倍になる

ある日、聖賢たちが何人か集まって、女性の行動規範について議論していました。そこには女性もいて、主婦の務めを知りたがっていました。女性たちは、自分たちが至福に満たされるのは与える時であり、受け取って保有する時ではありませんと言いました！母親にとって最も幸せな瞬間は、目に入れても痛くないわが子に母乳を与え、自らの活力をわが子に吸わせている時です、と。また、別の女性は、自分がこしらえた料理を自分で食べる時よりも、夫や子供や客人に振る舞った時のほうが喜びを感じます、と言いました。喜びは与えることにあるのであって、受け取ることにあるのではありません。どんなに豪勢な食事でも一人では楽しめません！ 分かち合うことで喜びは倍になるのです、と。

私が皆さんに伝えたいのは、あなたが奉仕から得る至福は、奉仕以外の活動からは決して得ることのできないものである、ということです。優しい言葉、小さな贈り物、適切な身ぶり手ぶり、同情のため息、思いやりのしるしが、苦しみ悩む心にもたらす感動は、言葉では言い表せないほどのものです。

ヴェーダは、すべての人は親族である、すべての人は神である、ということを人に教えています。神は愛であるということを、ヴェーダは強調しています。この貴重な伝承を保持して広め、この世を圧倒している憎しみと暴力の波から世界を救うために、全インド プラシャーンティ ヴィッドワン マハーサバー（偉大な学者の集まり）は結成された〔設立は1963年〕のです。この会は、この国の古来の寺院への敬意を植え付けます。霊的な波動は寺院から共同体すべてに広がっていきます。寺院は、芸術の博物

館であり、詩の振興会、ヴェーダの学問の学校、カーストを統合するもの、そして、道徳的な向上の手段でした。プラシャーンティ ヴィッドワン マハーサバーは、そうした活動を促進し、宗教の普遍的価値を育むという理想を有する他の関連団体を奨励するよう努めています。

今、人は平安という恩恵を自ら拒んでいる

西洋諸国のいう平和（平安／シャーンティ）とは、戦争と戦争の合間に敗北の屈辱を晴らし、戦利品を整理し、次の戦争に備えるために精力的な努力をすることを意味します！ それは平和ではありません！ 人が善いことを考え、善いことを話し、善いことをすれば平和は確実ですが、人は今、悪いことを考え、悪をしようとしているにもかかわらず、口では善いことを話しています！ 人は、自分の核である不死の原理や、人間社会の生命線である愛の原理を無視し、平和という恩恵を自ら拒んで、破壊に向かって突進しています。他人を滅ぼすことで自分を滅ぼしています。

人が平安でいられるのは、神の美しさ、荘厳さ、遍在を黙想している時だけです。皆さんは、ここでぎゅうぎゅう詰めになって私の前に座っている時間、きっとそれらのこと以外考えていなかったはずです。

神の栄光と、あなたがその栄光のしるしであり現れであることを回想することによって、あなたのハートをプラシャーンティ ニラヤム（至高の平安の館）にしなさい。大臣は、このニラヤム〔ババのアシュラム〕のために何かしたいと言いました。大臣は、自ら省内の同僚に働きかけてこの場所への道路がすぐに改善されるようにしますと言いました。体は、砕石やタールで舗装した道の快適さを切に求めますが、ハートは、神への帰融というゴールに到達することができるよう、清らかさと謙虚さの道を好みます。私はこの道のほうに興味があります。私にはタールで道を舗装することへの熱意はありません。なぜなら、それはこの場所への旅を今より容易にするものであり、そうなれば、今ここに来る人々に課されている、ゆっくりと慎重に運転するという小さな規律さえも消えてしまうでしょうから。

ここに来る間に多少の困難に耐えることを学びなさい。人生は平坦な道ばかりではありません。人生は山あり谷ありの連続です。バーラタ〔インドの正式名で神を愛するものの意〕は、何世紀にもわたって、スムーズな旅をするこつを教え、実践してきました。そのこつを身につけて、平安でいなさい。

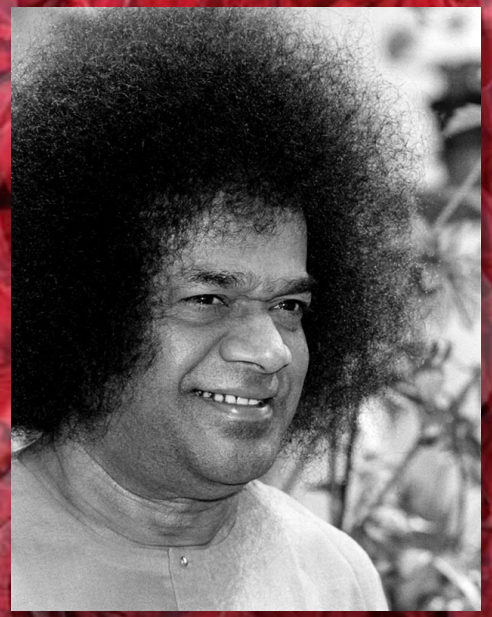
サティヤ サイ ババ述
１９６９年１０月１４日ダシャラー祭
（ナヴァラートリ祭）
Sathya Sai Speaks Vol. 9 C２２

シュリ サティヤ サイ ババ様 御生誕１００周年記念ヴィジョン

ハートの中におられる神様を絶え間なく憶念し
人類同胞愛という一体性の花を捧げます

日常における霊性修行

SSSIOJ会長　住友正幹



私たちは、センター活動やグループ活動で様々な霊性修行に取り組んでいます。各センターやグループでの定例会では、バジャンを歌い、ヴェーダを詠唱し、ガーヤトリーマントラやサイスリーマントラを唱え、世界平和の祈りや光明瞑想などを行っています。また、スタディサークルやナーラーヤナセヴァあるいは施設セヴァなどの奉仕活動にも取り組んり組んでいます。

さらに、マハーシヴァラートリ、ラーマナヴァミー、お花祭りや仏陀プールニマー、アーラーダナマホーツァヴァム、グルプールニマー、クリシュナ御生誕祭、ガネーシャチャトゥルティー、ダシャラー祭、レディースデー、御降誕祭、クリスマスなど、年間を通して様々な祭事に取り組み、霊性の教師や神々に祈りを捧げ、その御教えを学ぶ機会としています。その他、各チームが主催する活動や、各センターやグループ独自の活動などがあり、実に様々な霊性修行を行っていると言えるでしょう。

霊性修行の目的は、いうまでもなく、人間の本質である真我を顕現させることですが、霊性修行自体は、「わたし」や「わたしのもの」という肉体から生じる自我意識を克服し、心を浄化するために行うものであり、いわば庭の雑草をぬく作業と言うことができるでしょう。心を整地した結果、そこに真我顕現という花が咲くかどうかは、神の恩寵によるものであり、私たちの意志の力でできるものではないのではないかと思われます。したがって、私たちはそれをあずかり知らぬこととして、霊性修行自体に専念することが大切なのではないでしょうか？

ヴェンカタラーマン博士のお話しです。
数年前、スワミは奉仕について話をされていました。話しの途中で急に声を大きくされ、「解脱とは、まったくなんとナンセンスなものでしょう」と言われました。すべての人が解脱を望んでいます。スワミは（あるときは）「あなたがたは解脱を熱望しなければなりません」とおっしゃり、（またあるときは）「なぜあなたがたは解脱を求めるのですか？」とおっしゃるのです。解脱を求めることは非常に利己的であると言われます。「あなたは解脱を望みますが、他の人はどうなのですか？困っている人のところに行って奉仕しなさい。行って奉仕するのです。あなたがそうするなら、神があなたのところにやって来て、私の愛しい帰依者はどこにいる？さあ、解脱を受け取りなさいと言うでしょう」（サイセヴァ P.124）

これは、解脱、解脱と力まなくても、自分に与えられた役割やなすべきことをなしていれば、時がくれば神が導いてくださると言われているように思います。真我顕現へのコミットメントは大切ですが、解脱こそが唯一の人生の目的であり、今生の成否はここにかかっていると考えれば何か窮屈な生き方になるようにも思えます。

また、大多数の人はその目的を成就せず道半ばにして肉体を離れているという現実を思えば、それは失敗の人生であったと自己評価してしまいかねません。そのような否定的な自己評価に陥らないためには、今生の人生が一歩でも神に近づいた人生であったかどうかという視点をもつことも大切だと思われます。つまり、山頂に着くことが登山の目的であるとすれば、山頂にたどり着かなければその登山は意

味のないものとなりますが、山頂に近づいたかどうかを問う登山であれば、たとえ山頂に着かなかったとしても、登山の意味を見出すことができるようになります。

人間だれしも挫折し後退するときがあるかもしれませんが、そこで踏ん張り前進するかどうかが大切であり、神の方向に近づくことができれば、その人生には大きな価値があることになります。スワミは行為の結果を求めるのは苦しみの原因になるとおっしゃいます。ですので、私たちは結果を求めないで、霊性修行というプロセス自体に意識を向けることが大切なのだと思います。

さて、私たちがセンターやグループで行っている様々な霊性修行ですが、センターやグループ内では神様に心を向けていても、センターやグループを離れ、自分の暮らしにもどれば、誰でもすっかり神様のことを忘れてしまうことがあります。家庭のことや仕事のこと、次々に起こってくる生活上の問題などでいっぱいで、神様に心を向けるのはセンターやグループ活動の時だけというようになりがちです。しかしスワミは「日常生活においてどのように霊性を実践することができるか？」という御講話で次のように説かれています。

「人は瞑想のために座ります。瞑想とは何ですか？人生においてはすべてが瞑想です。あなたは仕事場に行き、そこで働きます。仕事に瞑想をしないのであれば、どのようにそれをするのでしょうか？仕事場に行くときに車の運転をします。運転中に道に集中しないのであれば、どうして着くことができますか？瞑想とは何を意味しますか？歩くこと、話すこと、読むこと、書くこと、食べること、すべてが瞑想です。一つのことに集中する意味は、瞑想なのです。学生は勉強に集中します。母親は子供に集中します。主婦は家族に集中します。労働者は機械に集中します。農夫は畑に集中します。そのようにそれぞれの人は、一つのことに集中します。

同様に、あなたは神に集中します。自分の仕事を行っているときに、決して神の仕事を行っていないと考えるべきではありません。あなたが、何をするにしてもそれは神への奉仕です。すべての行いは神への捧げものと考えるべきです。農夫として畑を耕すとき、自分のハートという畑を耕していると考えなさい。畑に種を蒔くとき、自分のハートという畑に良い思考という種を蒔いていると考えなさい。育てるためには水が必要ですが、私は愛という水をやっていると考えなさい。霊性生活を送るためには、人は座っている必要はありません。どんな種類のジャパマラも必要ありません。森に行く必要もありません。しかし、人は自分に与えられた仕事の中で霊性生活を送ることができます。」（1992年11月23日、御生誕67周年記念祭の御講話より）

つまり、スワミは、これは神の仕事、これは自分の仕事などと分けるべきではなく、日常の生活のすべてを霊性生活とするべきだと説かれているのです。主婦が料理を作るのは神への奉仕であり、夫が仕事に出かけるのも神への奉仕だといえます。そのように見れば、私たちの人生はすべてが霊性修行なのだと言えるのではないでしょうか？

「仏道を習うというは自己を習うなり、自己を習うというは、自己を忘るるなり・・・」これは正法眼蔵（しょうぼうげんぞう）にある有名な言葉ですが、僧堂で雲水が一心不乱に日常の仕事（作務）をするのも、それに集中して自己を忘れるため、つまり自我意識の放棄という修行なのでしょう。しかし、自我意識を放棄し無の境地になるのは簡単なことではありません。それに対してスワミの説かれる、神を愛し、神に奉仕することは誰にでもできることではないでしょうか？神を思い、神のために行うあらゆる行為は、ニシカーマカルマ（無私の行為）であり、結局は自我意識を放棄する道と同じ道をたどることになります。

このように、日常における霊性修行とは、生活のすべてを神に喜んでいただくために行う日常行であり、難解な霊性の言葉を覚える必要もなければ、難しいマントラを唱える必要もありません。また、宗教的な儀式も必要としていません。しかし、日常における神への奉仕は何にもまして心からの満足と真の喜びをもたらしてくれるものとなるでしょう。なぜなら神と共に生きること以上の喜びは他にはないからです。

帰依者体験談

Sis. Shruti Samantray
（シュルティ・サマントレイ）
第1回

Profile：シュルティ・サマントレイ
シュリ・サティヤ・サイ・アナンタプル女子カレッジ卒業。キャンパスで物理学の優等学位を取得。観光ガイドの国家試験に合格。インド観光協会に就職後、スワミの指示でMBAを取得。現在は、ブバネーシュワル（インドのオリッサ州）の大手企業で事業開発責任者として勤務しながら、近い将来、観光学の博士号を取得予定。

（2021年04月29日 金沢サイレディース発足一周年記念祭ゲストスピーチより採録）

スワミの蓮華の御足に心からのお祈りを捧げます。幼い頃からバジャンやナガラ サンキールタン、バル・ヴィカスは私の生活に欠かせないものでした。プッタパルティは、私にとって第二の故郷のようなもので、3ヶ月に一度は頻繁に訪れていました。私の両親であるサティヤ・ナーラヤン・サマントレイとリーラマイエ・ダスは、「スワミが私たち家族の長であり、人生のすべての時間をバガヴァンに捧げている」といつも私に言っています。確かにスワミは私たち家族の長です。

私はここ数年、インドのさまざまな地域で複数の企業に勤務してきましたが、経験したことのすべては、スワミが行ったことであり、スワミが実行者であり、私たちは単なる道具です。まず肉体のスワミとの関わりと体験をお話ししたいと思います。

インドの全国共通テスト（就職に関わる重要な試験）を受ける学生たちは、事前にスワミと直接お話する機会を頂けます。私の誕生日は、3月29日だったので、本来なら二重にスワミの恩寵を受けることができるはずが、脚を骨折してしまったために、スワミのインタビューを受けられない、また通常なら誕生日のバースデーガールとして祝福していただけるはずなのに、それもしていただけないということで、本当に悲しくて涙が止まりませんでした。

私は、ダルシャン会場まで歩くこともできず、そこには母親もいないので、スワミに手紙を書くことにしました。そして、その手紙をプライマリースクール（サイババの女子学校）の祭壇に置きました。それは、スワミは私の一番近しい母親だと思っていたからです。

「29」という日は、誕生日のみならず、色々な恩寵があった日でもあり、私にとって特別な日です。今日の記念日（金沢サイレディースの発足1周年記念祭）もスワミのご意志で29日になって、そして私のところに、こういう素晴らしい機会（ゲストスピーカー）が来たということを、とても嬉しく思います。

さて、脚を骨折したときの話に戻ります。誕生日には、小学生と中学生は、スワミにアーラティーを捧げることができます。しかしながら、私はできないということで、その日は、すごく悲しい気持ちで、全国共通テストのために自分の部屋で勉強をしていました。ドアを見て（スワミがここにいらしてくれたら、どんなにいいか。スワミの恩寵をいただきたい。スワミに直接祝福していただきたい）と、ちょっとした想いが浮かんだその瞬間に、サイレンが鳴りました。プッタパルティはとても田舎で、サイレンが鳴ることには、2つの意味があります。1つは何か災害があるから逃げなくてはいけない、もう1つはスワミが来られたか、近くまで来ておられるというサインなのです。まさに、そのサイレンが鳴りました。先生方が「スワミがいらっしゃった、スワミがいらっしゃった」と言い出したので、窓の外を見ますと、スワミの車がプライマリースクールに入って来られるのが見えました。それはとても稀なことで、普段のダルシャン後に、スワミは直接プラ

イマリースクールに来られたのです。

スワミはゲートから広場の所まで来られて、玄関先で先生方に「今日の誕生日の子供たちすべてを、ここに呼びなさい」とおっしゃいました。私は骨折をしていたので、片足を引きずりながら、他の人の助けを借り、なんとかスワミのところに行きました。スワミは慈悲深く、すぐに車の扉を開いて出て来てくださり、まっすぐ私の目を見てくださいました。そしてテルグ語で、「お誕生日？！」と声を掛けてくださいました。「怪我してしまったのだね？！」とスワミがおっしゃったので、私は頭が真っ白になり泣き続けていると、「おいで！」と私を呼んで「パーダナマスカールをしなさい」とおっしゃいました。パーダナマスカールをいただいてから、誕生日の4～5人の子供たちは、アーラティーを捧げることができました。それは、ほんの10分間ほどだったのですが、特別な出来事でした。

手紙を書いた私に、すぐにスワミが100歩近づいてくださったこの日の出来事から、私とスワミとの関係性は、日に日に強くなりました。私たちのどんな小さな祈りでも、心からその祈りを捧げれば、スワミは、スワミのやり方で確実に応えてくださいます。スワミはすごく些細なことまでも面倒をみてくださっています。神なる母は、学生や生徒の一日の食事のメニューや、小さな子供にはどんな保湿剤を使えばいいのかなど、あらゆることに気を配っておられました。今も、本当にいつも小さな事まで、面倒をみてくださっています。

神と私たち個人の関係は、あなたが神をみれば、神もあなたをみています、という様に、あなたの態度で決まるということを、私の故郷ブバネーシュワラ（オリッサ州）での体験談を通してお話したいと思います。

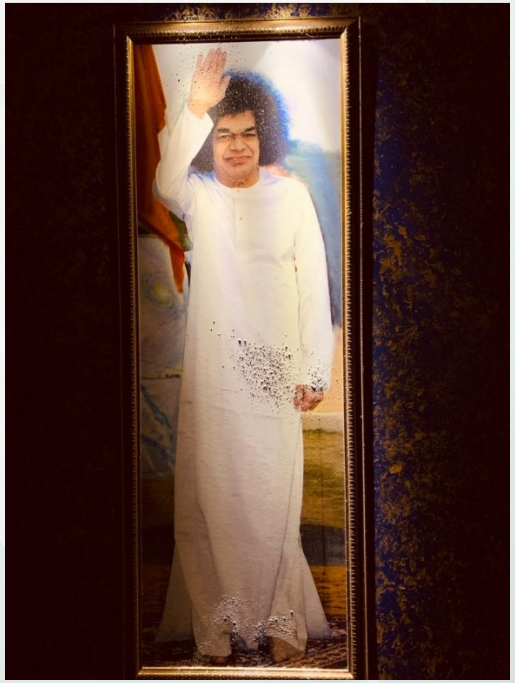
実家で新しく家を建てたので、その落成式の日に、プージャを行いました。そこでも、スワミはいつものように家族の一員でした。

入居後4年が経過し、落成式の時の写真を父が見ていましたら、ある一つの写真に、スワミが白いローブを着て立って、両手を上げて祝福されている御姿が写っていました。しかも1枚のみならず、何枚もあったのです。私の住まいは3階で、下の階はまだ建設されていなかったので、スワミは下の階からではなく、窓から祝福しながら家に入られたというのが、わかりました。

私はその写真に映っているスワミのイメージを念頭におきながら、プッタパルティに行って、同じ様な写真を購入し、玄関に置いておきました。この写真というのは、力強く素晴らしく、誰もが玄関に入ったときに、そこにスワミが立っておられるのを感じることができるそうです。そして1年前からこの写真からビブーティが出始め、アムリタも出てきています。

何をするにも、スワミに聞いて選択するという、一つひとつの行為をスワミに捧げるということで、私たちがどこにいようとも、スワミはすぐそこに一緒にいてくださいます。プッタパルティにいようと、日本にいようとムンバイにいようと、カナダにいようとも、どこにでも私たちが行為をスワミに捧げることで、スワミはそこに来てくださいます。それはとてもシンプルなことで、例えば重要な会議があったとします。会議の前に「どうか私と一緒にいてください」という風に少しお祈りすること、また何か話さなければいけないとき、（スワミ！どうか私を通してお話しください）という風に祈れば、スワミは私たちの祈りを聴いて下さっています。

JAI SAI RAM



玄関にあるスワミの写真

サッティヤム シヴァム スンダラム 5

第35回

フィリップ マシュー プラサード氏は、ケーララ州のパールガートという町の非常に信仰の篤い家庭に生まれました。その町の調和に満ちた環境で育ったフィリップの若いころは、すべての宗教に共通の根源である霊的かつ道徳的な価値への理解において際立っていました。しかし、15歳の時、カレッジで学業を修めるためにトリヴァンドラム市〔州都〕へ移ると、彼の物の見方は突如として変わってしまいました。マルクス主義思想の強い風〔ケーララ州はインド共産党マルクス主義派が政権をとっている〕に煽られて足元から揺るがされた彼は、極端な無神論者となってしまいました。17歳になるまでにマルクス主義の学生運動のリーダーとなり、18歳でマルクス主義の政党の党員となりました。彼は21歳の時に学業を捨て、ナクサライト運動〔極左の急進的な共産主義運動〕に参加しました。そして、1968年にカルカッタで創設された全国ナクサライト委員会の創設者の一人となりました。ほどなく、警察との武力衝突の渦に巻き込まれたり、ケーララ州の丘陵地帯の部族のために働く一方で地主から土地を略奪したりするようになりました。そして、一年もしないうちに投獄されました。

1973年、カリカット〔ケーララ州の港湾都市〕の管区刑務所の独房に入れられたフィリップの精神は混乱状態にありました。彼は人生における根源的な問題について深く考えるようになりました。魂の霊的な飢餓感がさまざまな形で顔を出し、昼となく夜となく彼に付きまといました。彼は自分が選んだイデオロギーと道に幻滅していました。人生で最悪の暗黒の危機が立ちはだかってきた時、彼が子供のころに祈りを捧げていた神は、彼を見捨てませんでした。その地域のサティヤ サイ オーガニゼーションが、彼の独房を出てすぐの刑務所内の場所でバジャン〔神への讃歌〕を催しました。けれど、霊的なものすべてに対する否定的な考えによって心（マインド）が完全に混乱していたために、一時間に及ぶバジャンの間、彼はいらだち、立腹していました。バジャンの最後にボランティアの一人が独房にやって来て、鉄格子の隙間からプラサード〔神に供えた果報として神の恩寵が注がれた供物〕のオレンジを優しく彼に手渡しました。フィリップは激怒し、それをくれた人にそのオレンジを投げ返しました。その弾丸はボランティアの後頭部に当たり、その人は振り返ってフィリップを見ました。その人の目には怒りも恐れもありませんでした。その人はただ立ち去りました。フィリップはその出来事を思い返して深く考えるようになりました。その出来事は彼のハートの中に強い道徳的ジレンマを引き起こしたのです。

ある夜のこと、突き刺すような苦悩に耐えられなくなって、彼はどうしようもないほどに泣き崩れました。とうとう、祈りたいという耐え難い欲求が爆発しました。彼は「主の祈り」――イエスが弟子たちに教えたとされるもの――を祈りました。それは子供の時に母親から教わったものでした。彼は願いをたった一つ請いました。それは眠りたいという願いでした。その願いはすぐに聞き届けられました。後悔の涙で濡れたシーツの上で、彼は静かに、夢を見ることもない甘美な眠りへと落ちていきました。

その夜再び授かった信仰心が、彼の人生を完全に変えました。それから4年間、彼は刑務所での日々を、祈り、ナーマスマラナ〔唱名〕、黙想、そして、ヒンドゥー教、キリスト教、イスラム教、仏教の経典を学ぶことに費やしました。彼はバガヴァッドギーターのメッセージを深く探求し、永続するインド文化と多宗教のエートスの現代的なシナリオにおけるマルクス主義の哲学思想との統合を探っていきました。何年も経ってから、この探究は、近代インドにおける宗教間の調和の救世主として光を放つ、

シルディ サイ ババの教えへと彼を導きました。彼のハートに、シルディ ババの慈愛に満ちた姿への親近感が自然と湧き上がってきました。

ついに刑務所を出たフィリップは、弁護士の職に就き、政治活動家として、そして、ソーシャル ワーカーとして、虐げられた大衆を向上させる仕事に身を捧げました。彼は、スワミ アーナンダ ティールタという、大衆の擁護者であり、シュリー ナーラーヤナ グル〔1856-1928〕から直接教えを受けた最後の門弟であったサンニャースィン〔出家行者〕と接触を持つようになりました。重病を患っていたアーナンダ ティールタは、フィリップと共に過ごしていたある日、グルの生まれ故郷であるチェムパザンティに連れて行ってほしいと思いました。そこはトリヴァンドラムから数マイル離れた所にありました。アーナンダ ティールタはひどく弱っており、2、3歩歩くことさえできませんでした。ところが、車でその地に着くやいなや、沸々と活力がわいてきて、信愛の涙を流しながら嬉々としてマンディル〔お寺〕を歩いて巡礼したのです。フィリップはその姿を見て衝撃を受けました。

フィリップはその日、グル バクティ〔導師への信愛〕の力というものを理解しました。彼のハートは真のグルを見つけたいという思いに焦がれました。アーナンダ ティールタはプラシャーンティ ニラヤムを2度訪れたことがあり、ババに大いなる畏敬の念を抱いていました。ババに対する敬意に満ちた彼の言葉は、フィリップに深い衝撃を与えました。さらに、ハワード マーフェットの『奇跡が生まれる』という本によって、彼の心の準備は整いました。1984年のクリスマス直後に、奇跡的な方法で神からの招集がかかりました。その2日前、彼は、弁護士が着用することになっている上着と訴訟案件の書類を入れた箱を父親の家に置き忘れ、彼の父はそれを12月26日の午後6時に彼のところに持っていきました。箱を開けると、何か金属がぶつかる音がしました。フィリップは指輪が1つ入っているのを見つけました。その指輪にはシルディ サイ ババの顔が彫られていました。それは彼の指にぴったりでした！

フィリップの言葉です。

「その指輪を見ただけで、私は恍惚とした気持ちに満たされました。その至福は3日間、私の全身に染み渡っていました。神はもはや知性の命題ではなくなっていました。神は即座に生きた現実となったのです」

けれど、フィリップの懐疑的な心（マインド／頭）は、その3日間の後、彼がそこに安住することを許しませんでした。彼は言います。

「私は、その指輪は誰かあまりに熱狂的な帰依者がババのメッセージを広めたいという必死な思いから箱の中に入れたものかもしれない、という疑念を引きずっていました。私はそういった品物が売られているようなトリヴァンドラムの店を歩き回り、同じような指輪を探しました。ですが、無駄に終わりました。情けないことに、ではなく、幸いなことに、です」

すぐに彼はプラシャーンティ ニラヤムへ行き、師のダルシャンを受けました。しかし、彼のハートにあった罪の意識という重荷と、他人からの疑いの眼差しが、彼の平安と幸福をさまたげました。最終的に、彼は1985年のオーナム祭の時、主によって罪悪感という渦の中から救い出されました。師との初めてのインタビューは、彼の人生における決定的な瞬間でした。

フィリップは純粋な喜びと共に思い返します。

「スワミは、私に干渉することなく、ありのままの私――錠前も、中に詰まっているものも、何もかも――を受け入れてくれました。無条件に受け入れられたことによって、私は至福に満たされました。45分間続いたインタビューの中で、スワミは17回こう繰り返しました。

『あなたの良心を罪悪感で汚してはいけません！』

スワミは、まるで私がたった一人の友人であるかのように、そして、この全宇宙で彼の友情に値する

価値のあるたった一人の者であるかのように、私を扱ってくれました。私はどれほど誇らしく、自信を持てたことでしょう！ 今まで誰もそんなふうに私を受け入れてくれた人はいませんでした。私の母親ですら。

“世界”は私を変えたがり、そして、ただ私を受け入れました。“世界”、すなわちスワミは、ありのままの私を包み込んでくれました。そのように受け入れられたことで、涙がごうごうと止めどなく流れ出て、私の服もスワミのローブもぐっしょりと濡れてしまいました。スワミは私の涙をご自分のハンカチで拭い、ヴィブーティを物質化し、私の口の中に入れてくださいました」

ババはフィリップのためにエメラルドの指輪を物質化しました。それを贈りながら、バガヴァンはすでにフィリップの手に飾られていた指輪に目を向けて、目をキラキラさせながら尋ねました。

「その指輪は店で手に入るものですか？」

フィリップは、ババは自分の疑り深い性格をからかっているのだと理解しました。彼の家族全員に物質化の贈り物がありました。3歳の息子には真珠で飾られた金の十字架、娘には片面にババの写真、もう片面にキリストの肖像が描かれたロケット〔ペンダント〕、奥さんにはシルディ ババの顔が彫られたロケットで、「私がここにいるのに何を恐れるのか！」と刻まれていました。

言うまでもなく、フィリップはケーララ州におけるサイ アヴァターの強力なメッセンジャーとなりました。演説の才能、文才、そして公共の福祉への情熱によって、彼は使命を果たしました。カリカットへ旅行した時のことです。自分の人生における真のターニングポイントは、師との最初のインタビューではなく、師の謙虚な召し使いだった人にオレンジを弾丸のように投げ返した時だったと、彼は悟りました。フィリップはその時のことを次のように語っています。

「以前、私はカリカットのサティヤ サイ オーガニゼーションに招かれて、市の公会堂のぎっしりと詰まった聴衆の前でバガヴァン ババについてスピーチをするようにと依頼されたことがありました。話を進めていくうちに、不本意ながらも刑務所で囚われの身でいた際に、初めてサイ バジャンに接した時のこと、その時の私の怒りに満ちた反応について話をしました。私のスピーチが終わると、一人の老人がやって来て、近くにある自宅にどうしても来てほしいと言いました。彼の名前はシュリー シャンカラ アイヤルといい、花の卸売を営んでおり、何十年も前にババの帰依者となったということでした。彼の家で一杯のコーヒーが出され、私がそれを飲み終えると、彼は泣き崩れ、この話を語り始めました。

シャンカラ アイヤルは、刑務所で私のオレンジの弾丸を投げつけられたボランティアその人だったのです。彼にオレンジが当たった時、彼は独房の中の怒れる若者に――私のことですが――お慈悲をと思わずにいられませんでした。彼はバガヴァンに祈りました。

『スワミ、あなたのお慈悲をこの青年に注いでください。そして彼が幸せになれるように変容させてください。どうか、いつの日か、あなたの恩寵で、私の家で彼に一杯のコーヒーを入れてあげられますように！』

スワミはシャンカラ アイヤルの祈りを聞き入れて、私を救いに来られたのです。そのころでした。私の人生が急展開し始め、神への信仰を取り戻したのは。彼が私にオレンジの弾丸を投げつけられた独房で、私はスワミによって振られた旗の下、長旅に終わりを告げたのです。シャンカラ アイヤルは私の旅の駅長だったのです！」

気づき

SSSIOJ 副会長 小窪正樹

― 私は、今、この時点で神 ―

凍てつく朝に、雪をフワッと手に掬（すく）ってみた。キラキラッ、キラキラッとまばゆい輝きを放つ結晶は、その冷たさとは裏腹に私の心を温めてくれる。よく見ると、どれ一つとっても同じ形がない。何という不思議だろうか。神の無限の栄光を感じる瞬間である。

無知の極み

「私は神です。あなたも神です。私とあなたの唯一の違いは、私はそのことを知っていますが、あなたはそのことを全く知らないことです」
http://www.sathyasai.or.jp/international/saibaba.html

霊的な教えを殆ど知らない頃の私にとって、この御言葉ほど印象深くショッキングなものはありませんでした。なぜなら、それは「今、この時点で、私は神である」と解釈されるからです。どうしてそんなことがあり得ましょうか？これまで悟りを開かれた聖者や賢者は、苦行を積み重ねた結果として神になったはずです。あれは無駄な努力だったのでしょうか？さらにスワミは、次のようにもおっしゃいます。

私とは別に、私から遠く離れたところに、私には分からないある偉大な力がある”と考えて、ある人たちは瞑想を始めます。“自分とははっきり別のある秘密の神聖な力がある。私はそれを獲得しなければならない”と想像して、別の人たちは多くの誓いを守り、いろいろの儀式をとり行い、種々の難行を始めます。こういったことは全て無知の極みです。あなたとは別の何かがあると思っている限りは、あなたは無知の中に沈み込んでいます。宇宙にはあなた以外のものは無く、あなた以上のものもありません。- ブリンダヴァンの慈雨 P.175

私の霊性修行は、まさにスワミがここで述べておられる「自分とは別の神聖な力」を獲得しようとするものでした。それをスワミは「無知の極み」と厳しい言葉で表現されます。私たちは、錯覚しているということでしょうか。

少し話はそれますが、日本の曹洞宗の開祖で「道元」という高名な禅僧がおられました。彼は、仏典には、本来本法性天然自性身（ほんらいほんぽっしょう てんねんじしょうしん）、つまり、人間は生まれながらにして仏であり、そのままで仏である、と説かれているのに、なぜわざわざ修行して悟りを求めなければならないのか、と疑問を持ちます。最終的に道元は、「身心脱落」という状態に至り悟りを得るわけですが、私たちの迷いもこれに近いのかも知れません。

自分を拠り所として自分を知る

さて、「私」とは何でしょうか？私たちは、まず、自分を知らなければなりません。では、どうしたら良いのでしょう？

あなた自身がパラマートマであり、アートマであり、そしてジュニャーナ（英知）なのです。独座して、このジュニャーナがどのようにして存在するかを静かに問うとき、あなた方は自分の深奥から永遠不変の自発的な声を聞くでしょう。- ブリンダヴァンの慈雨 P.182

私たちは霊性に興味を持ちはじめると、神を知ろうとして、多くの聖者や霊性に関する書物を読みあさります。それはそれで素晴らしいに違いありませんが、スワミは他者に頼らず、自分を拠り所として自分を知ろうと努力しなさいと仰います。「静かに問う」とはどのようなことでしょうか？「永遠不変の自発的な声」とはどのようなものでしょうか？道元の只管打坐（しかんたざ）にはほど遠いかも知れませんが、独座して、皆さんと共に「自分」についての考察を深めて行きたいと思います。

肉体は実在しない？

私たちは通常、「私」というモノを肉体と心と魂の複合体として捉えているように思います。それぞれについて、それが「私」であるか否かについて検討したいと思います。

まず肉体についてです。私たちの肉体は60兆個の細胞が集まって出来ていると言われますが、それとは別個に、腸内には60兆個の腸内細菌という細胞が存在しています。細胞数の観点から見れば、半分は人体から分離した「私以外の要素」で成っているわけで、肉体の全てが「私」であるとは言い難い状態といえます。

また、肉体には限りませんが、これらのモノは、

空間的観点からみますと全て原子から出来ていて、原子は原子核と電子で構成されています。後者は負のエネルギーで前者は中性子と陽子（正のエネルギー）からなっています。原子核の周りを猛烈なスピードで電子が回っているのですが、その距離と大きさは、電子の軌道が体育館とすると原子核はその中の１ｍｍの仁丹にも満たないほど小さい存在ということです。つまり、原子はほぼ空間のみの存在となります。それから物質が出来ているわけですから、私たちの肉体は隙間だらけであり、その実態はエネルギーであると言えます。ちなみにアインシュタインの相対性理論による$E = mc^2$（E：エネルギー、m：質量、c：光速度）という等式は、「物質はエネルギーである」ことを証明しているとも捉えられます。

また、現代物理では量子力学が発達し、物質の最小単位は原子ではなく素粒子（上記の陽子や中性子を構成するクオークのほかレプトン、電子、光子、ヒッグス粒子などがある）とされていて、それは、にわかには信じがたいことですが、大きさの無い点粒子として存在し、同時に波・波動の性質があるとされています（素粒子標準理論、Wikipediaより）。大きさのないものが集まると物質が出来ると言うのは矛盾しているようにみえますが、結局は全てが波動エネルギーで繋がっていて形態をとっていると推察されます。そうすると、見える世界は、実は映画のような実態のないものとも考えられるわけで、「私」と思っている肉体も実在しないことになります。まさしく「色即是空 空即是色」と言えるのです。

本題から外れますが、波のエネルギーが物質や肉体を支えていると言うことになりますと、波の代表格である音、つまり神性な音であるバジャンやヴェーダが世界を変えるというスワミの御言葉がいまさらながら頷けます。スワミの御言葉を以下に列記します。

オームから五大元素が生じた。最初は空だった。空から風が生じた。風から火が生じた。火から水が生じた。水から地が生じた。- タイッティリーヤ ウパニシャッド 2.1.

可視世界で見られるあらゆるもの、音の領域で聞くことのできるあらゆる音、ハートの多種多様なあらゆる体験――これらはすべて、プラナヴァ（原初の音 オーム）に包含されています。- 1987年10月1日ご講話「プラナヴァを唱える礼拝」

私たちはプラナヴァがなければほんの一瞬でも存在できません。プラナヴァは、生きとし生けるものすべての内に存在しています。- 1987年10月1日ご講話「プラナヴァを唱える礼拝」

大気が神の御名の波動で満たされたなら、すべての環境が浄化されます。-「今日の御言葉」2006年8月11日発行

肉体は私のものとは言えない

次に、私たちの肉体を時間的経過で考えるとどうなるでしょうか？私たちは誰もが例外なく母親から生まれてきました。母親の卵子が「私」の出発点ですが、この卵子は母が産みだしたものであり、「私」が産み出したモノでも、「私」のモノでもありません。「私」の元である卵子が受精すると、母親の胎内で、母親から栄養をふんだんに吸収し成長して、この世に赤ちゃんとして誕生します。この時点でも「私」の力で大きくなったとは全く言えないわけですが、その後も、自然界からの食物や水や空気を得て成長し成人となるわけです。卵子から成人まで「私」の力は全く関与しておらず、完全な他力本願でここまで成長してきたことが分かります。おまけに、命の大本である心臓や肺を動かしているのは誰でしょうか？少なくとも自分の意志で動かしているわけではなく、それを考えれば、この肉体が「私」である、「私」のものであるとは口が裂けても言えない、言ってはいけないことに気づかされます。さらに付け加えるなら、肉体を構成する60兆個の細胞は、それぞれが日々、誕生と死（アポトーシス）を繰り返していて、肉体は常に変化しています。同一の肉体が存在しないということは、「これが私である」と言える肉体が存在しないことになり、この点からも「私は肉体である」とは言い難いことになります。このように、私たちの知識を整理して空間的・時間的に理詰めで考えていきますと、「私」は肉体ではないことが当然のこととして理解されてきます。

心は「私」の意志とは無関係に動きまわる

では、次に心について考えてみたいと思います。もし「私」が心であるなら、「私」の思うように心は動くはずです。ところが、心は全く制御することが出来ません。もし、心が傷付くような出来事があった場合、余りにも苦しいので、「楽しいことを考えよう！」と念じても、そう考えれば考えるほど「心が辛くなる」ことは良く経験することです。「心よ、静かになれ！」と言って心を静止できる人は、聖賢以外には皆無のように思われます。心をコントロールしようとすればするほど、心は「私」の

意志とは無関係に勝手に動き回る性質があることは誰もが納得されると思います。

心はいたずらです。それは疑いから疑いへと飛び回り、道に障害物を並べます。心は網を編み、自分でその中に絡まってしまいます。それは決して満足することがありません。それは百もの対象を追いかけ、別の百のものから逃げ回ります。心は、主人を車に乗せていながら自分の好きなところばかり走っている運転手に似ています。ですから、心を訓練して従順な召使にする仕事に取り掛かりなさい。 - 1961年2月27日の御講話より

心は対象物

また、心を別の視点から考えてみたいと思います。読者の皆さんは、心がどのような要素で成り立っているかを考えたことがあるでしょうか？私は瞑想中あることに気づきました。それは、心が音またはイメージで成り立っているということです。この考えが正しいか否かを知りたいと思っていたところ、「この世のモノには全てに名と形があり、それがこの物質世界を創っている」と言う御言葉に出会いました。心も例外ではなくある種の物質であると言えるように思います。

一切の粗なる名と形には、それに対応する微なる名と形がある。- 平安・瞑想・大成就 P.100

ヒスロップ：心を通る想念は物質なのでしょうか?
サイ：そうです。物質です。あらゆる物質は一時的なものです。 - サティアサイババとの対話 P.105

心を見つめる上でとても大切なことは、私たちは常に感覚の主体であるということです（詳細は後述します）。これは至極当然のことなのですが、あまりにも当然すぎて、普段は意識することがありません。心を静かにしてこの真実に注意を向ける必要があります。つまり、「私」は聞くものであって聞かれるものではなく、「私」は見るものであって見られるものではない。聞かれる「心の声」、見られる「心のイメージ」は客体つまり対象物であって「私」ではないと言う事実です。私は、この事実に気づいたとき、驚きと同時に、心というモノが遠くに行ったような感覚を抱きました。皆さんはどうでしょうか？

さて、今、ここで目を閉じ、自分の心を見つめてみてください。「この筆者は･･･なんか訳の分からんことを言っているな～、どんな人なんだろう？」などなど、心の声が聞こえるはずです。そして、その声を聞き続けてみてください。声の内容は無視して、その音声自体をターゲットに聞くことがポイントになります。心は決して「私」ではないと言うことが実感されるでしょう。そして、心の声が小さくなって行くのを感じると思います。ちなみに、これに加えて「その思考は誰に表れた？」、「私に」、「私は誰か？」と繰り返し心の主人（起源）にフォーカスする方法がラマナ・マハルシの真我探求の方法のようです。

心を見つめて気づくことは、心が常に変化しているということです。心が自分であるとすれば、毎瞬、違う「自分」が生じるということになり、この観点からも「私」とは言い難いと思います。

最後に魂についてですが、それは私たちの心の次元を超えた領域であり、さらに定義も曖昧であることから説明することは困難と思われます。ただ、魂には真我（アートマ、神、愛）の要素と、わずかながら他者と自己を区別する境界のようなものが残っているイメージがあります。私たちが誰に教えられなくても、愛し愛されることで喜びを感じるのは、私たちの本質が魂にあるからなのかも知れません。

あなたは純粋で不滅です。あなたは人生の浮き沈みを超越しています。あなたは、真実にして永遠不変のブラフマン（神）です。5分間探求するだけで、あなたが肉体や感覚ではなく、心や知性や名前や姿でもない真我そのもの…このすべての多様性として現れている真我にほかならないことを納得できることでしょう。いったんこの真理を垣間見たら、それをつかまえておきなさい。それが滑り落ちることを許してはなりません。それをあなたの永遠の所有物としなさい。 - 1965年1月30日の御講話より

ババ様は、5分間探求するだけで、私たちは肉体や感覚でも心でもないことが納得されますよ、とおっしゃいます。皆さんはどうでしょうか？では、私たちは一体何ものなのでしょうか？ここからは「私は誰か」について深く掘り下げていきたいと思います。

「私」について否定できない真実

「私」について否定できない真実とは何でしょうか？私は次の4つを思い浮かべました。A存在すること、B意識を持つこと（意識の定義：自己や周囲の状況を認識できている状態）、C唯一であること、D感覚の主体であること、の４つです。「私は存在

しない」と言う言葉には矛盾がありAは容易に了解されると思います。Bについては異なる見解もあるかも知れませんが、私の考えはこうです。覚醒状態では「私」はもちろん意識を持ち問題ありません。昏睡状態や熟睡状態では、意識が無いと同時に「私」も存在しないのでこれも了承されると思います。ただし、常時統合意識を悟った状態では、昏睡状態や熟睡状態さえ認識できており、その場合はアハムを私と考えます。また、夢見の状態や幽体離脱の状況ですが、この場合も覚醒状態と同様、夢や状況の認識があると同時に「私」も存在するため矛盾しないと思われました。Cについては、私が2人居るという人は世の中にいないと思いますので、これも納得されると思います。Dについては、感覚というものは主体が客体を認識するための手段ですので、これも異論は無いと思います。スワミの御言葉です。

人間は自分自身を、肉体、感覚、心、理性から分離する能力を持っている。人は言う。「私の眼、私の耳、私の足、私の手、私の心、私の理性等」と。しかし、心の奥底では自分はこれらのものとは別のものであることを知っている。自分はそれらのものを使用し、所有し、支配する者であることを。 - すべてはブラフマンなり P.43

肉体や、心や、知性や、感覚は、単なる道具にすぎません。あなたが主人です。 - Sathya Sai Speaks Vol.33 C10 、2000 年 7 月 16 日

私は主体であり客体（対象物）ではない

「あなたが主人です」というスワミの御言葉を踏まえ、ここからは「私」は感覚の主体であると言う観点から真の私に近づいていきたいと思います。繰り返しになりますが、心、知性、感覚、感覚器官など、これらは対象物または対象物を捕らえる手段ですから主体ではあり得ません。ですから、それらは「私」ではありません。「私は、見られるものではなく、見ることでもなく、見る主体である。私は、聞かれるものではなく、聞く主体である。私は、知られるものではなく、知る主体である」。スワミがよく「私は私である」とおっしゃるのは、「私は主体であり、客体ではない」という意味を含んでいるように思います。これらのことは普段意識することはありませんが、慎重に熟考すると思いもよらぬ気づきが得られることがあります。

私は主体ー実験１

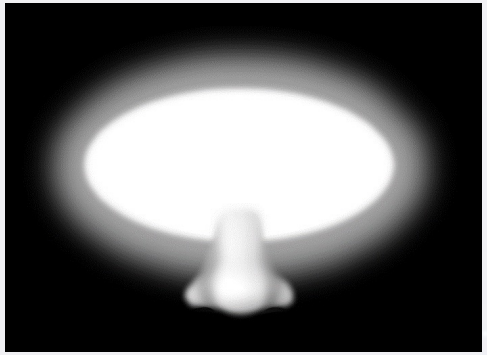
ここで、早速ですが、自分の手をじっとみつめていただけますか？皆さんの視界には「自分の手」が映っていると思いますが、それは私でしょうか？いいえ、違います。それは見られるものであり、自分ではないはずです。さらに実験を続けましょう。両手指の先端同士を合わせて丸い輪を作り、両目の前に当ててその輪の中から周囲を見て下さい。両手指が視界の縁になり、その中に被写体が見えていると思います（右図参照）。被写体というのは、皆さんが普段見ている世界と言うことになります。さて、ここで質問です。あなたはどこにいますか？被写体の中でしょうか？それとも外でしょうか？そうですね、私は、見られるものではなく、「見る主体」ですので、勿論、「被写体の外」と答えられると思います。では、世界はあなたの中に在りますか、それとも外ですか？これも同様に、自分が被写体の外にあるのですから、当然、「世界はあなたの中」に在るという答えが得られるでしょう。では、あなたは動いているでしょうか？それとも動かない存在でしょうか？これも上述と同様です。自分は見る主体であり、被写体の外にいる存在ですので、決して動くことはなく「不動の存在」と言えます。動いているのは被写体、つまり、見られる世界だけということになります。最後に、あなたに境界はありますか？という質問ですが、これも被写体の外に在る、見る主体としての自分に境界を見れる人はいないと思いますのでNoになると思います。

つまり、自分を「見る主体＝目撃者」にフォーカスすることで、肉体は分離し無限かつ不動の存在としての自己を実感認識できるようになるわけです。しかも、驚くことに、自分が目撃者であることを意識しようとしまいと同じ世界が見えているのであり、従って、今、この時点で私たちはアートマの状態にあると言えるわけです。実に不思議な感覚です。

私は主体ー実験２「眼横鼻直（がんのうびちょく）」

実験を続けましょう。両目の前に当てていた手を離して、眼の奥にいる自分を意識して世界を見てください。見える世界の縁、つまり視界の縁はぼん

やりとしていて楕円形を横にした形になっていると思います。その楕円形の外側に在るのが「私」ですが、視野の下方には鼻が直に自分に付いているのが分かると思います（下図参照）。



この鼻は常に自分に付いていて離れません。先にご紹介した曹洞宗開祖の「道元」は、中国から帰国した最初の説法で、自分が悟りによって知り得たことは「眼横鼻直（がんのうびちょく）」であると語ったそうです。身心脱落により肉体意識を離れ、自分が「見るもの」であることを悟った道元にとっては、まさに眼横鼻直こそが自分のあるがままの表現であったと私は捉えています。

「私は見るものであって、見られるものではない」と確信するとき、シュティタプラグニャー（揺るぎない英知の持ち主）は執着から自己を解き放ちます。この方法によって、人は欲望を克服するのです。あなたは心の外側から、心の働きを注意深く見なくてはなりません。あなたは心に巻き込まれるべきではないのです。- ギータヴァヒニ第5章その2、サイラムニュース No.111 P.33、2006、11/12月号

私は主体―実験３

実験の続きです。瞑想をしているときのことを想い浮かべて下さい。「・・・何分経ったかな・・・もうやめようかな・・・足がしびれてきた・・・」などなど、瞑想時には次から次と心の声が聞こえてくると思います。でも、「私」は勿論、そのような心ではありません。心の声を聞いている主体です。ここで、読者の皆さんは不思議に思ったことはないでしょうか？つまり、どんなに小さく微かな心の声であっても、確実に「私」という存在はそれらを聞くことが出来る不思議さです。私は、その理由を突き詰めたとき、ある結論に達しました。それは、「私」という存在が全き静寂にあるから、ではないかということでした。皆さんはどう思われますか？でも、こんな声が聞こえてきそうです。「無限、不動、静寂」と言われても実感認識できないと。全くその通りですが、それは、私たちは自分を「見る主体」や「聞く主体」ではなく、客体である心や肉体に置いているからと言えるように思います。

私はどこに？―私はここに

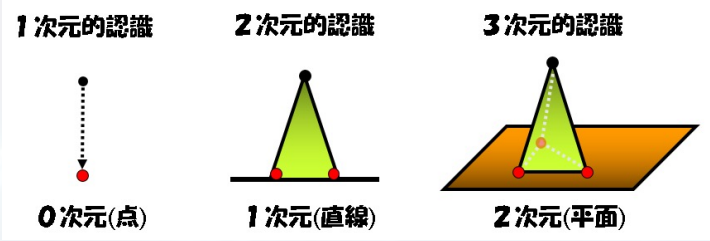
自分はどこにいるでしょうか？主体である「私」の居場所は常に「ここ」です。心や肉体などの「そこ」ではありません。「私はここに居ない」と言える人は世界中どこにも居ないでしょう。私は在る、しかも、私は一人しかいない、ことを考えれば、私は、最初から最後まで常に「ここ」に居るわけです。私はここにも居るがそこにも居て二人居ると言える人は誰もいません。では、なぜ、「ここ」から「そこ」に自分を敢えて置いてしまうかと言えば、見ている映画が余りにも楽し過ぎてその主人公になりきってしまった人物と同じように、「そこ」に興味があり、「それ」を楽しみたいからであり、一方、「ここ」に戻ると、つまらなくなると勝手に思い込んでいたり、さらには、自我消滅の恐れや脅えがあるからとも言えるような気がします。私たちには、「どんなことがあっても絶対的に神に戻りたい」という熱烈な思いが、案外欠けているのかも知れません。スワミは、シラッダー（熱意と信念）、サッティヤム（真理）、リタム（道義）、マハト・タットワ（偉大な原理）、ヨーガ（合一）というブッディの5つの要素のうち、シラッダーが最も大切と説明されています。スワミの御言葉です。

人間が目的のある人生を送るのに、自分の才能と賢さだけに頼るのは無駄だと言うことです。根気と確固とした決意とともに、信仰と熱意を養うべきです。そうしたとき初めて、その人は自分の人生で偉大なことを成就できるでしょう。スラッダ〔シラッダー〕すなわち信念は最大の重要性を持っています。スラッダ〔シラッダー〕がなければ、何も成し遂げることは出来ません。小さい火花のような火でもあれば、それを扇いで燃えさかる炎にすることが出来ます。信仰はこの火花のようなものです。- ブリンダーヴァンの慈雨 P.132

私はどこに？―４次元以上の世界に（幾何学的考察から）

私たちが、実は、肉体にではなく、それを超えた世界に居るということは、中学時代に習った数学（幾何学）からも容易に証明できそうです。点の位置を示す直交座標系というのを習ったことがあると思います。その座標系では、0次元は「点」であり、1次元は点に直行する座標系の「直線」、２次元は直線に直行する座標系の「平面」、3次元は、平面に直行する座標系の「立体空間」を表します。もし、

０次元の点を（どこに存在するか）認識するためには、同じ点の位置に居ては認識不可能であり、その上の次元、つまり１次元の直線にあることが必要になります。もし、１次元の直線に存在するものを認識するためには、同じ直線上にあっては全てが点にしか見えませんので不可能であり、その上の次元、つまり2次元の平面上にあることが必要になります。同様に、2次元の面に存在するものを認識するためには、同じ平面上にいれば全てが直線にしか見えませんので認識不可であり、その上、つまり３次元の立体的位置にいることが必要となります。私たちは、今、この３次元、立体空間に住む住人ですが、自分と他者の存在を認識できており、従ってその意識は4次元に存在すると言うことが出来ます。このように、私たちは意識してはいないのですが４次元以上の世界に存在していることが分かります。



また、上記とは別に、この3次元的空間から直接的に４次元の世界がどこにあるかを推察してみましょう。すると、それはこの直交座標系の規則から考えて、この立体空間に直交した位置にあると言うことが出来ます。立体空間に直交した位置とはどこでしょうか？先ほどの実験を思い起こして下さい。私たちの見る世界は楕円形の視野の中に在ります。その世界をあるがままに見てみますと、それは決して立体的ではなく、平面的世界であると言えます。映画のスクリーンに映る世界をイメージすると分かりやすいかも知れません。そのスクリーンに垂直に存在している位置はどこでしょうか？そうです、それは、驚いたことに「見る主体」、つまり「私」なのです。この事実に気づいたとき、私は「私」というものの不可思議さ、偉大さ、深遠さを思わずにはいられませんでした。

神ながらの生活をして至福を顕現するだけで良い

ここまで読まれた読者の皆様は「私」という存在が、実はすでに神であるということをある程度理解されたことと思います。

人間は、歓喜と至福の性質を持ったいくつもの霊的光線を発しています。人間はただ、その至福を顕現するだけで良いのです。探し求めるという考え方は間違っています。すべての人がすでに真理を知っています。必要なのは、その真理を実践して、それを顕現することだけです。私たち人間の人間性とは、この歓喜の霊的光線のことに他なりません。花を押しつぶしたり、まばたきをすることはとても簡単です。自己実現もそれと同じくらいに簡単なことです。
- サティアサイババとの対話 P.122-123

スワミは、自己実現は瞬きするくらい簡単であると言われます。では、なぜそんな簡単なことができないのでしょうか？おそらくそれは、私たちはある種の魔法（マーヤー）にかけられ、自分を忘れるという記憶喪失に陥っているからと考えられます。一般的に記憶喪失の治療は、記憶喪失以前の習慣や環境にできるだけ戻すことが推奨されます。同様に、神であることを忘れた私たちが最もすべきことは、神であったときと同じように振る舞うことと言えるのではないでしょうか？

私は以前、人生の目的は何かと聞かれたとき、それ以外は考えられないというような、ある種の自信を持って「解脱」と答えていました。しかし、解脱を目的とした場合、それは崇高な目的には違いありませんが、微かな欲望と、今どこにいるだろうかという結果を気にする感覚があります。スワミは、「人間に唯一許される欲望は解脱である」ともおっしゃっていますので、これはこれで良いのでしょうが、私の場合、何となく全託に反しているようにも感じていました。スワミの御教えを学び、時宜を得た気づきを重ねる中で、私の修行の方向性が微妙に変わりつつあります。そして今は、人生の目的は「自分の中にある神性を顕現すること、愛を顕現すること」と考えるようになりました。「真理を実践して、それを顕現するだけで良い」という前述御言葉の実践です。解脱を目的とした場合とは違い、実践そのものが目的になり、結果は神任せです。バジャン、ヴェーダ吟唱、奉仕、瞑想、ダルマの実践、照覧者意識、「Love all, Serve all」、「Help ever, Hurt never」などなど、すべてが無理なく行われ平安な気持ちになります。なぜなら、それは「私は神である」という真理を基盤とした行為であり、当然のことだからです。

最後まで、私の拙い文章を読んでいただいた読者の皆様に心よりお礼申し上げます。皆様の霊性修行に少しでも役に立つことがあれば幸いです。ババ様に感謝の祈りをお捧げし、筆を擱きたいと思います。

サイと共に

1998年2月17日の会話

スワミ：（テルグ語で）その学生はどこにいますか？
学生 ：　テルグ語はだめです。
スワミ:　何ですか？
学生：　テルグ語はわかりません、スワミ。
スワミ：　さっきは何と言いましたが？「テルグはだめです」ではなく、テルグはわかりませんと言うのですよ。（MBAの学生に向かって、教師の名前を挙げながら）今日、その先生のクラスで、先生がマラーティー語の歌を歌っていました。そうですね？
学生 ：　はい、スワミ。
スワミ：　先生が授業中に歌を歌ってもよいのですか？ 教師は科目を教えるべきです。（ある教師に向かって）教師が授業中に歌を歌ってもいいのですか？
教師 ：　いいえ、スワミ。
スワミ：　しかし、今日、その教師は授業でマラーティー語の歌を歌いました。そうですね？
教師：　スワミ、彼はあなたのことを歌っていたのです。愛の歌です。
スワミ：　だめです。あそこはバジャン マンディル〔バジャンを歌う寺院〕ではありません。教室です。バジャンを歌うことはできません。科目に関連したシローカ〔詩節／スローカ〕や引用句を話すことはできますが、歌うべきではありません。（スワミはその教師を呼んで、微笑みながら）
スワミ：　なぜ教室で歌うのですか？ あそこは教室であってバジャン マンディルではありません。この教育機関では教科を教えるべきです。
教師：　スワミ、この教育機関はヴィッディヤー マンディル〔光を照らす知識の寺院〕です。スワミ、この教育機関はハイヤー ラーニング〔高次の学識すなわちヴィッディヤー〕の教育機関であって、ハイヤー エデュケーション〔一般の高等教育〕の教育機関ではありません。
スワミ：　（しばらく微笑んで）もしあなたが一週間精神病院に送られたとしたら、それはもっともなことですね。あなたはマラーティー語の歌を歌っていたのですか？ 学生たちは理解できないでしょうね。
教師：　スワミ、ウルドゥー語の歌です。
スワミ：　何を歌っていたのですか？（教師が歌おうとすると）いや、いや、ここで歌わなくてよろしい。あなたが話していたことを私に話しなさい。
教師：　スワミ、私が話していたのは、貧しいけれども平安に満ちた男が裕福な地域を歩いていた時の話です。誰もがその男を見つめ、その男も皆を見つめ返していました。
スワミ:　それはピースフル（peaceful／平安に満ちた）ではなく、ピース プル（peace pull／平安を引き寄せる）です。
教師 ：　スワミ、歌はどうでしたか？
スワミ：　よろしい。あなたのお母さんはどこですか？
教師：　スワミ、〔実家に〕行って母を連れてきましょうか？
スワミ：　いいえ、今はだめです。今は、あなたは大学にいなければなりません。学校が休みの間に行きなさい。奥さんはどうですか？
教師：　スワミ、妻はあなたの御足のもとにおります。妻がどうしているかはあなたがご存知です。
スワミ：　彼女は元気です。あなたの子供はどうですか？（その教師には子供がいないため、教師はただ微笑んでいました）私が「子供」と言ったとたん、彼〔この教師〕は幸せな気持ちになりました。

Students With Sai: Conversations 1991 to 2000 P.218-219より

ワカ チンナ カタ

金塊

ダルマラージャは、クルクシェートラの戦いで何百万人もの命を奪った罪の意識から後悔の念に駆られ、神の恩寵を得るためにアッシワメーダ〔馬祀祭/アシュワメーダ〕を３回続けて執り行うことを決めました。しかし資金はなく、配下の王たちもダルマラージャを助けるだけの財力はありませんでした。彼らもまた戦争のために困窮していたのです。

すると、クリシュナは言いました。

「王は国民の苦しい労働からのみお金を得ている。国民が汗水たらして稼いだお金を、君をおびやかす罪の償いのヤーガ(供儀)に使うのは間違っている。そんなことをすれば、さらに罪を重ねることになるだろう」

これを聞いたダルマラージャは苦境に立たされました。ダルマラージャはこの苦境から助け出してほしいとクリシュナに嘆願しました。その時、クリシュナは言いました。

「かつて、マルトという名の統治者がいたが、彼はそれまでどんな統治者も着手したことのない方法でヤーガ〔供儀〕を執り行った。僧侶や学者や祭司らには金塊を贈り物として与えた。貧民や困窮している人々には、牛や家をかたどった何千個もの金の模型や金の皿を贈り物として与えた。しかし、受け取った人々は重い荷を運ぶのに苦労して、たくさんの金塊や金の模型を捨てざるを得なかった。あまりにも疲れてしまったのだ。今、その人々が通った道の両脇に残っている金塊なら手に入る。場所はわかっている。行って、それらを拾ってきなさい」

ところが、ダルマラージャはためらいました。ダルマラージャは言いました。「それらの金塊は与えられた人々の所有物です。どうして彼らの許可なく使うことなどできるでしょう？」

クリシュナは答えました。

「彼らは自ら進んで金塊を捨てたのだ。今はもう生きてはいない。捨てられたのはずっと大昔のことだ。金塊は地面の下で眠っている。すべての埋蔵物は統治者の所有物だ。君は統治者だ。誰にも異論を唱える権利はないのだよ」

そういうわけで、金は掘り出され、３度のヤーガは無事に執り行われたのでした。

『ワカ チンナ カタ』とは「ある小話」という意味のテルグ語で、ババ様が御講話の中で話された、たとえ話や物語です。

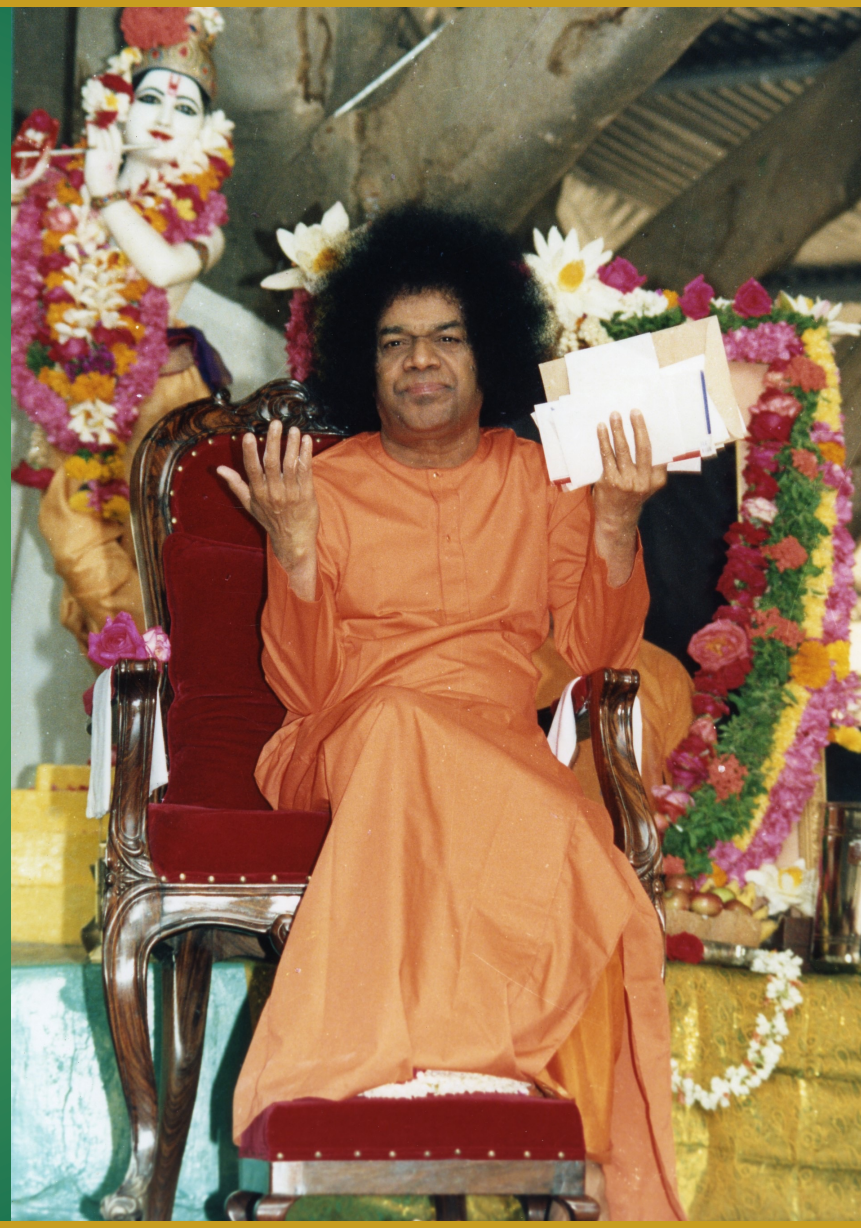
活動報告

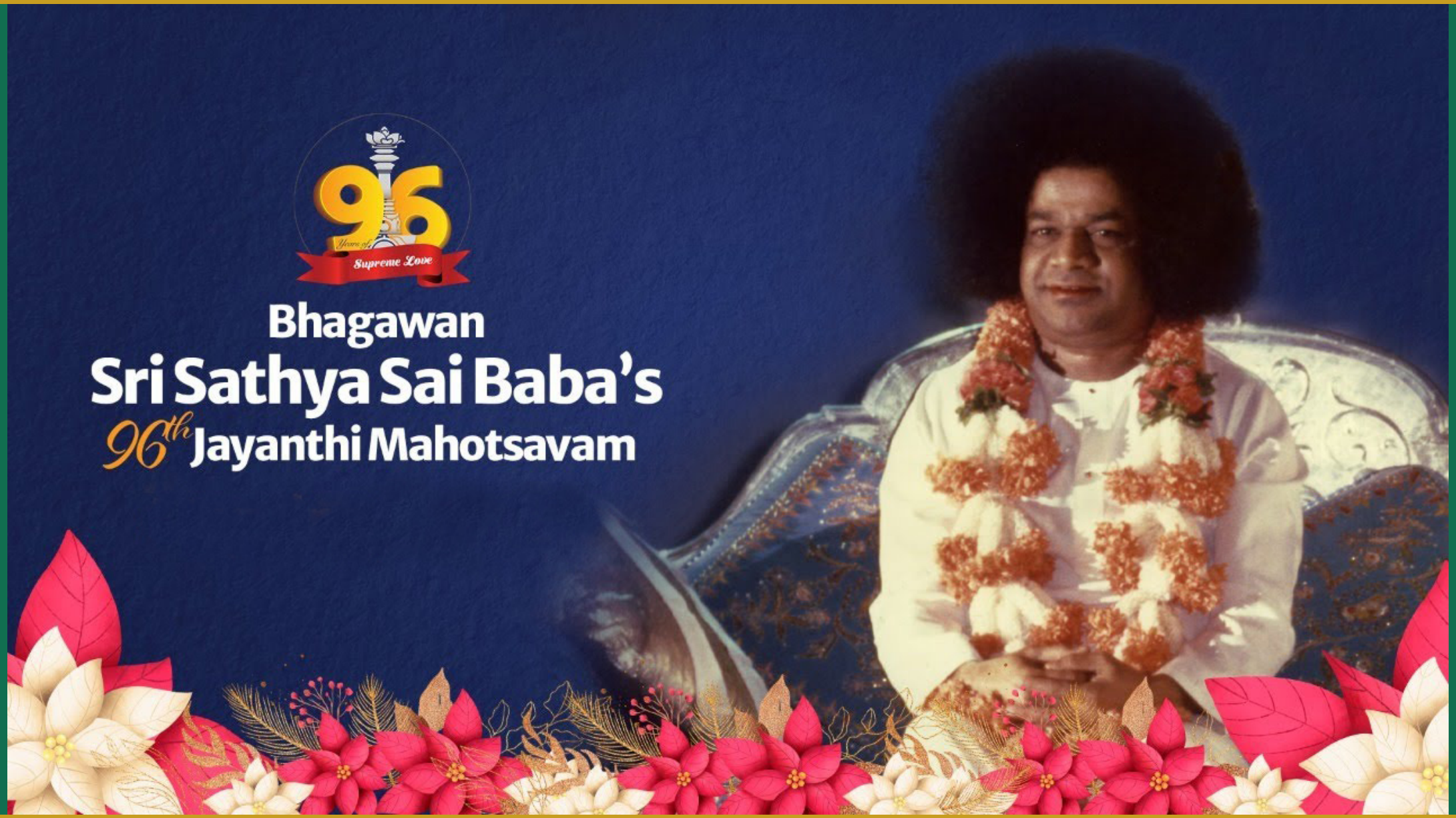
Sri Sathya Sai Baba 様
御生誕 96 周年祭
２０２１年11月２３日

サイセンター＆グループ
周年祭

大阪センター

スタディー・サークル




96
Years of
Supreme Love
Bhagawan
Sri Sathya Sai Baba's
96th Jayanthi Mahotsavam

２０２１年
Sri Sathya Sai Baba 様
御生誕96周年祭

オーム シュリ サイ ラム

ババ様の蓮華の御足にお祈りを捧げます。

２０２１年の御降誕祭は、昨年と同様に、オンラインにて行われました。

今年は初めての試みとして、第一部の本プログラム、第二部の文化プログラムの二部構成となりました。本プログラムでは各チームからのプレゼンテーション、文化プログラムでは各地域からのプレゼンテーションが行われました。

午後２時に開始されたプログラムは、ヴェーダの祈りとジョーティ※の後、SSSIOJ世話人より、今年の御降誕祭から始まる、今後５年間にわたるババ様の御言葉実践ヴィジョンが発表されました。

（※ ジョーティ：光 / ここでは灯火すること）

シュリ サティヤ サイ ババ様
御生誕１００周年記念ヴィジョン

ハートの中におられる神様を
絶え間なく憶念し、
人類同胞愛という一体性の花を捧げます。

このヴィジョンは、各センター・グループにおいて、また、各個々人において実践と探究を促すための指針となるものです。私たちはこの目標にむかって、想いと言葉と行いの一体性や、シュリ サティヤ サイ オーガニゼーションにおける一体性、そして人類同胞の一体性を実現すべく努力していくことになります。

また、意識を常に内在の神様に向け続けるためのツールとして、ハートの中におられる神様をイメージしたシンボルマークも発表されました。

副世話人からは「ヴェーダの第一の教えは一体性を培うこと」「サイ オーガニゼーションが作られた目的はその一体性を強調するためであること」についてのお話がありました。

その後、「万物に浸透している内在の神」についてのスワミの御講話（動画）を分かち合い、「全宇宙が神であること、真の至福とは何か」などが説かれました。

事務局からは１年の振返りがあり、コロナにより活動が休止に追い込まれたものの、オンライン活動が活発になったことが報告され、その後、各チームよる「１００周年ヴィジョン５ヵ年計画」の発表がありました。

◉ ヴェーダチーム
ヴェーダを毎日聞き、正確な唱え方や意味を学んで、真心を込めて皆でぴったりと息のあったチャンティングを神様に捧げます。そして得られた喜びや知識を他者と分かち合います。

◉ バジャンチーム
バジャン練習がより甘く、より楽しく継続できるように、練習の音源や練習のポイントを発信していきます。ニューバジャンやディボーショナルソングの作成をおこないます。

◉ バクティチーム
ラーマ物語の朗読版を継続的に配信します。
サイババ様の御言葉を常に肌身離さず持ち歩けますように、スマホ対応の御言葉集を配信します。

◉ スタディーサークルチーム

自己探求を通して『私』から『私たち』への道を歩み本当の自分自身へと向かいます。

◉ セヴァチーム

奉仕を通じて、全てにおわす神との一体性を体験できることを目標に、地域・サイセンター・サイグループが主体となり、奉仕に関するワークショップや体験談などのサットサング開催をサポートします。また、コロナ禍での奉仕の検討を行い分かち合います。

◉ サイレディースチーム

現在、北海道地域、中国九州地域、金沢グループ、川崎グループ、東京センター、横浜センター、大阪センター、神戸センターの８地域でサイレディース活動が行われています。各地域の特徴的な活動紹介がありました。

◉サイユースチーム

Unity（一体性）を目標とします。想いと言葉と行動という個人の中での一体性、サイユースチーム内での一体性、すべての人々との一体性の促進を目指します。御言葉にフォーカスする取組みとしてスタディーサークルやワークショップを開催。サイセンターの外に向けた取り組みとして、現在も行われているナーラーヤナセヴァの他、児童養護施設へのセヴァも計画中です。
また、スワミに捧げる音楽アルバムの制作や、EHV（人間的価値教育）を伝える動画制作なども企画して、形にしていく予定です。

◉ バルヴィカスチーム

目的は一つでも、個々人の現状と成長度合いは様々であり、チーム全体として各年で目標を固定するのは難しいですが、個人、各クラス単位の目標を見極めます。まずは、ビジョンを実現するためのキーワードを探りながら最適を見極め、小さなステップを設定し、積み重ね実践していきます。チーム全体の取組みとしては、教師勉強会やペアレンティング、教育コーディネーター、運営マニュアル、ガイドライン以外の資料、教材の共有、保存などを行います。また、サーダナキャンプ、地域合同プログラム、オンライン合同プログラムなどを通じチーム内の交流をはかります。最後に次世代への展望が語られました。

その後、サイ ババ様によるバジャンとアルティで締めくくられました。

文化プログラムは午後８時から始まり、盛りだくさんなプログラムが発表されました。

◎**バルヴィカスチーム**からは、「ヴェーダ」「バジャン」「絵画プレゼンテーション」「合唱」が捧げられました。
◎**サイユースチーム**からは「一体性」に関する動画プレゼンテーションや過去の活動の振返りがありました。
◎**スタディーサークルチーム**からは、サイの学生たちによる霊性ロードマップの解説がありました。
◎**北陸・名古屋地域**は「スワミがスーリヤダルシャンを授けられたエピソードのプレゼンテーション」「ディボーショナルソング」が捧げられました。
◎**北海道地域**からはバジャン「母なる大地と父なる空のもと」が捧げられました。
◎**東北・関東南北地域**からは、バジャン「ジャヤグル ジャヤグル ジャヤグル サイ ラム」が捧げられました。
◎**関西合同チーム**からは、バジャン「讃えようガナナータ」が捧げられました。
◎**中国・九州地域**からはバジャン「神の愛の中で生きる喜び」が捧げられました。

そして、文化祭も本プログラムと同様に、最後にスワミのバジャンで締めくくられ、全体として、「一体性」というテーマが感じられた素晴らしい御降誕祭となりました。

※ジョーティ：光。ここでは灯火をつけること。

オーム シュリ サイ ラム

大阪センター

30th

オーム シュリ サイ ラム

ババ様の蓮華の御足にお祈りを捧げます。

令和３年１０月２８日（木）大阪センターでは、３０周年祭をババ様の恩寵により行うことが出来ました。

神戸センターの発足から遅れること１６年後の１９９１年に、新大阪の地に、既にあった３つのグループが集まり、１つとなって大阪サイセンターが開設されました。当時、センター会場は常設ではなく、帰依者の方のマンションで、バジャン会を中心に活動をしていました。そのあと一時、「靭公園」の会議室へ移り、そしてSSIO第五地域相談役のお陰で、現在の大阪市中央区に常設会場を持つことができ、現在に至っております。

初期世話人の方たちが基礎作りをされ、その後歴代の多くの世話人の皆様の働きにより、確固としたセンター活動が今日まで出来ております。

これも一重にババ様の恩寵があればこそであり、ババ様に、相談役の方に、そして多くの帰依者の皆様に、心より感謝申し上げます。

３０周年祭はコロナ禍の為、ZOOM（オンライン）によるものでしたが、バジャン７曲を捧げた後、ババ様のバジャン動画を拝見し、その後サットサング※の時間を持つことが出来ました。

そのテーマは「これからの霊的な抱負をスワミに捧げる」というもので、参加者が『大阪センター設立３０年（または、個人が各センターに来てから今まで）を振り返り、これからの霊的な抱負（どのように成長したいか、社会へ奉仕したいか等）を表明し、ババ様に捧げる』という内容で、ババ様への感謝と共に、霊的な抱負を発表してくださいました。

ZOOMというオンラインツールのお陰で、今まで年に１～２回、大阪へ出張の折には常にセンターを訪れてくださっていた遠方の方もご参加くださり、普段はお目にかかれない方からもお話を聞くことが出来ました。

また、他のセンター方々もご参加くださり、皆で３０周年をお祝いすることが出来ましたことを、ババ様に心より感謝申し上げます。これからも更に５年、１０年、２０年と、大阪センター一体となって、霊性の道を前進していきたいと思います。

丁度幸いなことに、この度、SSSIOJ会長から、シュリ サティヤ サイババ様ご生誕１００周年記念ヴィジョンとして、**『ハートの中におられる神様を絶え間なく憶念し、人類同胞愛という一体性の花を捧げます』**というテーマをご提示いただきました。大阪センターとしても、次の５年間は帰依者一同、心を１つにして５か年計画を策定、実施展開していきたいと考えます。コロナ禍でこの２年間、皆が集まってフェイス・トゥ・フェイスでのバジャンや、セヴァ、ヴェーダ、スタディーサークルなどの活動が出来なくなりましたが、その反面、遠ざかる事によりサイセンターの存在意義と、その「場のエネルギー」の大きさ、意義、重要性についても気づくことが出来ました。コロナ明け後は、世界へ愛の波動を発信し、仕事などで疲れた方にとってはエネルギーの瞬間充電所で在ることができるように、一日も早く元の状態に戻って、多くの帰依者の方々と共に、帰依の心をババ様に、世の為人の為に捧げたいと思います。

ここにあらためて３０周年を迎える事が出来ましたことを、ババ様に心より感謝申し上げますと共に、１０年、２０年と今後とも見守り、お導きくださいます様、お祈り申し上げます。そしてコロナが終息した後の最初のバジャン会は、皆様のババ様を想うエネルギーが爆発して、特に愛の波動の大きいバジャン会を持つことが出来るものと、今からワクワクしつつ楽しみにしています。

オーム シュリ サイ ラム

（※ サットサング：善い仲間と共に過ごすこと）

スタディー・サークル

◉ 2021/3/4（木）のオンライン・スタディーサークルでは、『プレーマヴァーヒニ』第２章 第４節「一点集中と公平な見方を培いなさい」について48名の参加者のもと分かち合いました。Bro. Pに段落を選んでいただき、段落選定の理由や、クリシュナ神※1がバガヴァッドギーターの中で、アルジュナに一点集中の重要性を説いたエピソードなどについて、簡潔な導入のお話がありました。

一点集中によって、どのようなメリットが得られるか？日常生活、霊的な生活における一点集中の真の意義とは？どのように一点集中、公平な見方を培うか？等について話し合いました。

参加者の皆さんからは、「一点集中の一番のメリットは、早くスムーズにゴールにたどり着けることだと思う」、「一点集中によって冷静沈着に目的地に到達できるようになるのではないか」、「（以前のサイの活動で）自分が誓ったことが守れないと分かったことで、一点集中ができなくなってしまった。その時に、いろいろな人からの言葉にすごく揺さぶられたりとかして、意味がない結果に終わることが多かった。一点集中ができていたらもっと良いことがあったと思う」、「将棋の羽生さんの『瞬間を生きる』という本の中に“結果じゃなくリスクを取った時に納得しているかどうか、それをすべての物差しにしている”という言葉があり、スワミの御教えとピッタリ合致すると思った。そのように瞬間、瞬間に勝負をかけるというのは、私たちもマハーバーラタのように瞬間、瞬間をエゴと戦っているというか、勝負している。そういう状況なのだと思う」、「一点集中によって、物事のメリハリがついて、目標ができて、そして楽しくなる。それで勿論、神様に捧げることによって順調にいくように導かれると感じる」、「一点集中することで完全な仕事をすることができて、そのことによって至福が得られると思う。一点集中すると記憶力が良くなるというスワミの御言葉の紹介があったが、一点集中すると心配もしなくなるから、記憶力が高くなると思う。

Bro. Bが先週のスタディーサークルで写真を見せてくれた、スポーツ祭でのシヴァ神※2やクリシュナ神像の捧げものを思い出した。あの大きな素晴らしいシヴァ神やクリシュナ神の像の制作は、本当に完全な仕事をされていると思った。神への一点集中は、仕事を完全にするのだと今まで気づかなかったことに気づかされた。完全性によって至福が得られ、そして神の恩寵が来るのかなと思った」、「今日の話を聞いていて、一点集中している時というのは神様と一つになっている時だと思ったので、一点集中をしていると周りの人の悪い面を見なくなると思う。周りを批判し、悪いことを思うことは、一点集中ができていないということ。私自身は、瞑想は苦手なので、11秒や12秒集中する訓練をしていきたいと思う」、「私はこの一点集中においては、第三の目（神の目である神眼）に意識を集中して、そこから、光を見て、そこに集中して、自分というのがなくなって神と一つになっていくというやり方をしている。そうすると、神と一つになっているので、内なる歓喜の泉が湧いてきて、とても至福に満たされ、神と共にいるという状態になっていく。それによって良いインスピレーションや静寂な気持ちになるという体験をしている」、「皆さんのお話を聞いて、神に一点集中すると真実の体験ができるのかなと思った。このお題をいただくちょっと前のことだが、なかなか集中できず神様を思えなくなっていた。私は神の近くにいるのだと自分自身に言い聞かせた途端に、周りにいた知らない人たちが皆、神の近くにいるように見えて、これは自分の思いが周りの世界をそのように思わせているのかと思うくらいびっくりしたことがあった。本当に神に集中した時に、真実の体験ができると思った」等のコメントの共有がありました。

サイの学生の皆さんからは、「１番目の質問で何かを述べる資格が自分にあるかどうか分からない。自分にはフォーカスが欠けているのではないかと思うが、このスタディーサークルが自分にはとても利益があると思う。まず一点集中というものがあれば、それによって自分の義務をしっかり果たすことができるだろうと思う。そして心はいろいろ彷徨ってしまいがちだが、一点集中により心が固定されると思う。そしていつも自分自身は、周りにいるあらゆる人は等しいということを、常に思い出していたいと思う。非常に長い間、そのような実践を続けることによって、一点集中ができるのだろうと思う。また、自分は他の人達のことをいろいろ区別したりしないようにと考えている。自分の周りにいるすべての人は神だという考えに集中したい。そのように考えると周りの人たちのことをありのままに愛することができるのではないかと思う」、「一点集中のメリットとは、それによって私たちがクリアーに考えることができるということ。心というものは私たちの道具であって、一点集中によって一つの目的の為に働くことができるようになる。そして一点集中によって、とても大きなエネルギーをもって、善い行いを集中して行うことができる。一つのことについて、しっかりと取り組むことができれば、そういった取り組みが 一点集中の態度を身につけることを助けてくれるだろうと思う。

ブッダは“フォーカスをもった心ほど従順なものはなく、そうでない心ほど従順でないものはない”と言った。そして本当に一点集中によって日常生活においても、霊的生活においても成功することができるということだと思う」、「『プレーマヴァーヒニ』のスタディーサークルで、以前も少し一点集中についての話題があった。

私たちの日常生活の中では本当にやらなければいけない義務がある。また、私たちを道から逸らせるいろいろなものもある。今日の最初にBro. Pが、どのようにアルジュナが目の前の義務から逸らされてしまったのかを思い出させてくれた。日常生活の中でも時々私たちは、“あぁ、この仕事をもっとやっておくべきだった”と思ったりする場面があると思う。私たちはしばしば、何か過去に行った仕事に対してそのように考えたりする。これは誰でも持っている共通した問題だと思う。もし、そういったことを克服できたのであれば、私たちの持っている能力を完全な潜在力を発揮して行うことができるようになると思う。」、「スワミは人間の心のことをモンキーマインドなどと呼ばれる。心というものは、あまりにいろいろなことを同時に行おうとする。心は決して一か所に留まっていようとせずに、ある所から次の所にどんどん彷徨って行こうとする。さらに、そのプロセスが早いスピードで起ころうとする。

心はそのようにパワフルなものだが、そうであればこそ心を適切に訓練することがとても有用。多くの参加者の皆さんがこれまでのコメントで、一点集中がない場合に心がどうなるのかという話をしてくださった。実際に一点集中があった時でさえも、心を逸らそうとする力は常に周りに働いている。心のフォーカスというものは、ただ一つの目的であるべき。

このスタディーサークルではないが、サイ大学卒業生間の別のスタディーサークルで、Bro. Sが教えてくれたが、携帯などで動画を見ている時、私たちの目は完全にスクリーンの上の動画だけを見ている。それは携帯の周りの他のものが動いているとか動いていないとか、そういったことは一切関係がない。ただ周りの状況にかかわらず、私たちの目が、その携帯の上の動画にフォーカスされているという状況を意味する。皆さんが旅行している時に、電車の中で本を読んだりする。そういった時に、電車の外の景色や、あるいは車掌など、いろいろな人が歩き、様々なことが周りには起きていても、電車の中で本を読む人は、本だけに集中している。それと同じように、一点集中している時というのは、私たちが目的としているもの以外には、それが何であれ気を留めていないという状況にある。

スワミが言われていることは、この一点集中を日常生活や霊的人生の中でもつことができたなら、英知というものが、制限を超えて育っていくということ。そして永続する神なる喜びを味わうことができるようになる。それは、一点集中によってそうなるということ。人生に対してより明確な理解ができるようになる。では、どのようにしていろいろなものに逸らされないようにするかというと、心が逸らされそうになったら元に立ち戻るということ。瞑想時も、いろいろな思いが浮かんでこないようにできない。ただできることは、一つのものに心を留めておくこと、それだけができること。私たちの心を、留めるべき一つの場所に置き、しかるべき仕事に従事させることがすべきこと。日常生活においては、怠惰になってはいけない。人間の心の性質として、あまりハードワークをしたがらない。できればリラックスしたいという習性はどうしてもあると思う。しかし、私たちの人生にとってハードワークはそういった意味において非常に大事だということを私たちの心に植え付けていく必要がある。一点集中によって、ハードワークできることは、霊的なことだけでなく、仕事上のキャリアや他の全てのことにおいて同じように重要」、「この『プレーマヴァーヒニ』の中でスワミがおっしゃっているのは、この一点集中と同様に、公平なものの見方をすることが大事だということを教えてくださっている。

ここで思うのは、どんなことでも邪悪なものとして見てはいけないということ。例えば自分のことを振り返った場合に、どうしてあるものは邪悪だと見たりするのだろうかと考えると、それは、自分が一番良い、最善だと思っているからそう見える。自分以外の存在や周囲のものが最善であると見ようとしていないからではないか。外に対して最善なものを見るというフォーカスで物事を見ることができていないことが、外に邪悪なものを見るということにつながっていくと考える。そこから周囲のすべてのものに、同じような注意を向けるということが大事だと思う。そうやって身の回りのすべてのものを愛していければ、周りのものを邪悪に見るという、一切の感覚を取り除くことができるだろうと思う」、「私たちの生活の中で色々な物事を行っているときに、様々な他のことにさらされてしまい、一点集中できないときがあると思う。すべての人に適用できる一般的な方法はないと思うが、私たち自身が、私たちの欠点が何であるのかを分析して、時間をかけてそれを改善することだと思う。自分がこうするのが良いと思っていることは、ノートや携帯に、やるべき一つひとつのことを書いていくこと。バジャンやヴェーダなどの活動もそういったことを培う活動になると思う。何であれ、私たちがするべき明確な目標を持っていることが大事だと思う。

例えばヴェーダを学んでいる人なら、４週間なり、５週間のうちにこれを終えようとか、常に目的意識をもって向かっていくということ。この方法によって、私たちを逸らすようなものを取り除いていくことができると思う。

公平な見方というものはとても難しい。なぜなら私たちは最初に偏見のような、ものを見る前に最初からセットされているものを何かしら有している。奉仕というのは、人々の心を理解するためにとても良い方法だと思う。私たちと同様に非常に多くの人が色々な問題に直面している。私たちはすべての人たちを、自分自身を扱うのと同じように扱う必要があると思う。そういった意識と行動を続けていくことにより、すべての人に公正な見方ができるようになるのではないかと思う」等のコメントの共有がありました。

また、この日のスタディーサークルに該当する旧RadioSai（現Media Center）のヴァーヒニーサットサングのアーカイブから紹介されていた関連エピソードを複数ご紹介いたしました。

※1　クリシュナ神：ドワーパラユガにおける神の化身
※2　シヴァ神：破壊を司る神

◉ 2021/3/8（日）のオンライン・スタディーサークルでは「マハーシヴァラートリをどう過ごすか？」について50名の参加のもと話し合いました。Bro. Vが導入スピーチを担当しました。

年に一度、マグハの月（2月～3月）の満ち欠けの14日目にマハーシヴァラートリが訪れます。これはマハーシヴァラートリの夜の中で最も吉祥の夜です。「マハ」は「偉大な」、「マハーシヴァラートリ」とは「偉大なシヴァラートリの夜」の意味です。

シヴァラートリは「吉祥の夜」を意味し、夜は基本的に暗闇を象徴しています。プルシャスークタムの一節では、月が心から生まれ、太陽がプルシャの目から生まれたと言われます。心と月の間には密接な関係があり、月はマハーシヴァラートリの時期には最も影響力がなくなった心を表します。霊的な探求者にとって最も吉祥な時期と考えられており、いったん心がコントロールされ、神の方向を向いてしまえば、人は自由になり解脱することができます。しかし、もし心がこの世に向けられているならば、私たちは束縛の中に留まります。マハーシヴァラートリは、求道者が心と感覚をコントロールすることが容易になるので吉祥な時期であるとスワミはおっしゃいます。

スワミは霊的な求道者のために、３つのことをアドバイスされています。

❶ **体を曲げること、すなわち奉仕すること、**
❷ **感覚を正すこと、つまり感覚をコントロールすること、**
❸ **思いと心をコントロールすること、すなわち心を終わらせること、**

です。

シヴァラートリは11のルッドラを克服するために捧げられる日であり、11のルッドラのすべての主である至高神を崇拝します。ルッドラはブッディ（知性）を感覚的な対象に向かわせ、個人を輪廻（サムサーラ）の海（世俗的な生活）に置き去りにします。パラマートマ（至高神）はすべてのルッドラを支配しており、11のルッドラを克服した者だけが、至高神を悟ることができるのです。

11のルッドラとは誰なのでしょうか？５つのカルメンドリア（行動の器官）、５つのグニャーネーンドリヤ（5つの知覚器官）、そしてブッディです。（中略）シヴァラートリとは、夜を主の御名だけを唱えて過ごさなければならないという意味です。この吟唱は内側から来るものでなければなりません。シヴァラートリの夜に、真夜中にスワミがマンディールに行くと、すべての帰依者と生徒たちが幸せそうに歌っているのをご覧になりました。しかし、帰依者の中で誰が本当の帰依者だったのでしょうか？

安定した心を持ち、神の御名を無執着で唱えている者こそが本当の帰依者なのです。ホールには何千もの席がありますが、すべてが帰依者なのではありません。肉体はここに座っていますが、心は神に集中していないということです。ですから、心を神様に向けることが真の帰依です。私たちはどこに座っていても構いませんが、心は神への近さを感じなければなりません。あなたはそこで神性を体験することができます。もし私たちが眠いと感じたら、私たちは眠りにつくことができます。しかし、たとえ眠っていても、神性の原理を心の中に留めておいてください。神について考えるためには、どんな便利さも、どんな幸せも、どんな食べ物も必要ありません。そのような時にだけ、スワミとの一体性の原理を体験することができます。私たちはどこに行っても構いませんが、自分の心を完全にコントロールしなければならないのです。（後略）

マハーシヴァラートリの意義についてどのように理解するか、過去のマハーシヴァラートリからどのような教訓を得たか？マハーシヴァラートリをどのような点に留意して過ごしたいか？等について話し合いました。

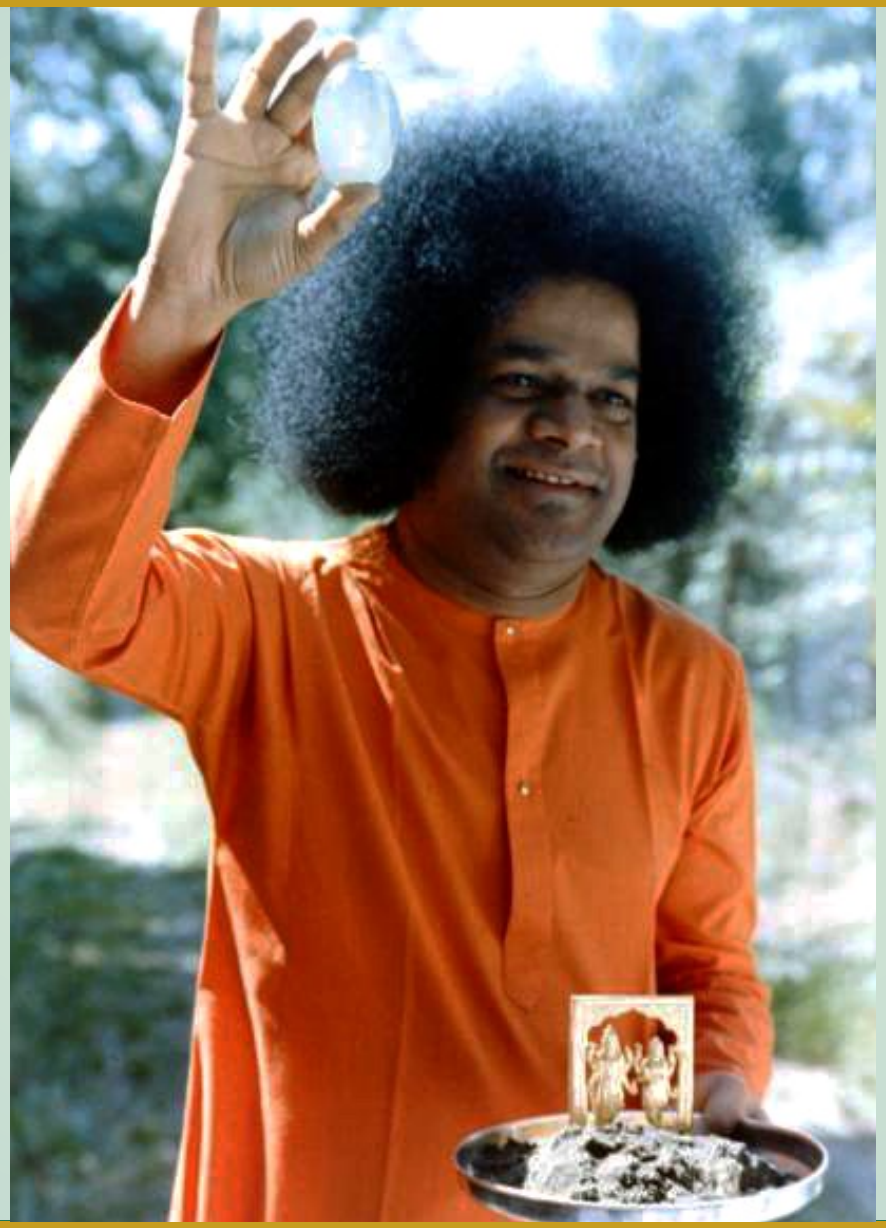
参加者の皆さんからは、「その日には心が一番小さくなる。月が本当になくなって、心である月の象徴である心が一番なくなるとき。だから、本当に自分たちにとってはチャンスだと思って、その時はずっと神の御名を唱えて過ごしたいと思っている」、「浄化の一番極まった日だと思う。シヴァラートリのバジャンに参加したときに愛で満たされた感じになった」、「やはり一心に神の御名を唱えて集中するということ。シヴァ神※1のバジャンとかストットラムとか、マントラとかそういったものを色々考えながら、お祭りを通じて神の内的意義を理解することがとても重要になってくるのかなと思う」、「私はセンターで、バジャンでマハーシヴァラートリを過ごしているので、そのことしか分からない。本当に毎年毎年、私一人ではとても一晩起きて神を想うっていうことはできないと思うが、センターで皆さんと一緒にバジャンをしながら過ごすということができるので、一晩起きてその吉祥の日に御名を唱えながら過ごすことができ、とてもありがたいと思う。そして私の場合、今はだいぶ良くなったが、リウマチなので、手足の関節が痛い。でも楽器をしているので１時間ごとに痛み止めを飲まないととてもできない状態。薬を飲みながらでもしたいという気持ちがある。本当にセンター活動を通してバジャンをして、いつも毎年幸せに、シヴァラートリを終えることができる。

最終盤の時は皆さんもそうだと思うが、本当にできたという達成感の喜びの涙がある。皆さんもシヴァラートリ終盤は、いつも２時間ぐらいはすごく盛り上がって、皆さんが本当に喜びの中で終えるというのをいつも毎年体験していた」、「私のマハーシヴァラートリは、センターで一夜中バジャンを皆と一緒に歌う活動をしている。このシヴァラートリの意義を改めて今日教えていただいた。本来は食事も睡眠も取らないで神に一点集中し、神の御名を唱えて、思いと心をコントロールしていくということ。やはり人間は肉体の中に入っていると、途中でどうしても体が痛くなってきたり、声が出なくなってきたり、少し眠たくなったり、食事はできるだけしないようにしようと思いながらも途中でそういう時間もあったりする。そういう意味では少し外れているのかもしれないが、それもまた一つの私たちのシヴァラートリの形にはなっている。いずれにせよ、本当にずっと神に集中しているのかというと、とても、そういう状況ではない。本当にこの肉体に囚われてしまっている。痛みに捕らわれたり、声が出なくなったり、違うことを考えてみたり、次何を歌おうかなと次のバジャンのことを考えてみたり、雑念まみれのような状況。しかし先ほどの方が言われていたように、最終盤の時間になって、ラストバジャンになるとエネルギーが上がってきて、皆で盛り上げて、また盛り上がって、神と皆との

ユニティー、サイファミリーとのユニティー、そのパワーが最高潮に達して、最後には充実感に達して、満たされたように感じる。まだまだ、改めて今日その意義を聞くと、もう一度その仕切り直しが必要かなと感じながら聞いていた」等のコメントの共有がありました。

サイの学生の皆さんからは、「マハーシヴァラートリに関連した物語やエピソードはとても多く、シヴァリンガムにまつわる物語は最も強力なエピソードの一つだと思う。

ある時、ヴィシュヌ神※2とブラフマー神※3が戦った時があった。その時ブラフマー神とヴィシュヌ神の戦いがエスカレートして、物凄く大変な戦いになった。他の皆がシヴァ神にブラフマー神とヴィシュヌ神が戦うのを止めてほしいと嘆願したことがあった。皆が祈るので、シヴァ神が巨大なリンガムを物質化し、巨大なリンガムによって、喧嘩しているブラフマー神とヴィシュヌ神を分け、彼らを離した。引き離されたブラフマー神とヴィシュヌ神は、自分たちを引き離したリンガムがどこに始まりがあってどこに端があるのかを調べ、探そうとした。その端を探すために、ブラフマー神は鳥の姿に変わって上の方を探しに行き、ヴィシュヌ神は豚のような姿をとって、一番底はどこにあるのかと探しに行った。それにも関わらず、ブラフマー神もヴィシュヌ神も、結局リンガムの上と下の端がどこにあるのかを見つけることができなかった。スワミは御講話の中で、リンガムには始まりも終わりもないのだとおっしゃった。始まりも終わりもないにもかかわらず、すべてのものがこのリンガムに融合している。そのリンガムの一番基盤になる事象（顕現）がマハーシヴァラートリの深夜に起こる。マハーシヴァラートリの深夜に起きていることがとても大事である理由。マハーシヴァラートリの夜は、心にとって月の影響が非常に少ない日であるので、霊的向上のためチャンスがとても多い夜であり、ユニークな特有のチャンスを与えてくれている」、「サナータナダルマの中で沢山の夜（ラートリ）、例えばマハーシヴァラートリもそうだが、定められている。霊的に本当に大きな意味を、それらのラートリ（夜）が有していると思う。夜というのは暗闇を象徴している。暗闇の中では目的物を目で見ることができない。どんなものも可視化するためには、光が必要になる。暗闇の中ではどんな物も人も見ることができない。そんな状況の中では恐れを抱くことになる。暗闇というものが無知の状態、二元性を表している。私たちは二元性の中にいる状態では、あらゆる恐れに苛まれる。このシヴァラートリというのは、そのような二元性の無知を取り除き、英知を得て、それによって恐れを取り除くことを意味している日であり、神と一つになる日だと思う。



シヴァラートリの日にすべきことが、サナータナダルマの中で２つ述べられている。一つはウパヴァーサム、断食。サンスクリット語でウパヴァーサムとは、より近くに行くということを意味する言葉。そして、共に生きるという意味もある。それは神と共にいるとか、神により近くなるということだが、ではどうすれば、神により近くなるのだろうか？

例として挙げられるのが、砂糖と水の関係。水と砂糖が離れて存在しているときには、別々の物質。それを混ぜてしまったら、元々どこの部分が砂糖でどこの部分が水だったか区別がつかない。その時、砂糖が水に溶けて水の形をとってしまう。では、もし私たちが神と一つになってしまったら、私たちはどんな姿をとるだろうか？

スワミが色々なところで教えてくださっていることによれば、私たちの中に神の性質と取り入れることによって神になる。そして私たちが神の性質を取り入れる時というのは、三つのグナ（浄性・激性・鈍性）を超越するときのこと。

シヴァラートリの日に断食することは、感覚器官を止めて、浄性のグナを取り入れるということを目的としている。終夜のバジャンを行い、様々な霊的な活動を行い、鈍性の性質を制御する機会になる。それだけではなく他にも色々な意義もある。「心や思いをコントロールしなければならない」とスワミがおっしゃる意図は、私たちが神の御名をいかなる難しい状況においても常に唱えなければいけないということ。

例えば、私たちが肉体を去るとき、とても大変な肉体的痛みを感じることになるかもしれない。そういった時であっても、神の御名を唱え続けることが、最終的に私たちに求められる。そういう背景のもと、マハーシヴァラートリは大変な状況の中でも神の御名を唱えるという練習の機会を与えてくれている。食事も睡眠もとらず、神の御名を唱えるという訓練の機会になっている。このことが私がシェアしたかったとても大事な意義だと考えている」、「いつも私たちが幸せであるかとか平安であるかとか、というのは本当に心の状態によっている。私たちの日常生活の中で心の状態というのは、大いに私たちの身の回りの環境によって変わることが多い。例えば、すごく怒っている人に接さなければならないことがあると、すぐに、私たちはあまり気楽な心ではなくなってしまう。

マハーシヴァラートリは12時間バジャンを歌い続ける機会だが、同様にルッドラムを11回唱える機会も同様だが、私たちの心はそういう時は静寂で穏やかになる。それは本当に、相当の時間に渡って、私たちの元々の源泉（ソース）に結びついている機会だと思う。その一方で、もし一晩の間で５つか６つの映画を見れば、心はとても満たされると思う。しかし、それだけの時間ずっと長い間、ルッドラムを唱えたりするのであれば、非常に平安が得られる。それによって私たちの源泉と繋がることができるから」、「本当にマハーシヴァラートリというのは、プッタパルティにおいても、非常に多くの意義を与えられているお祭りのひとつ。同様に、スワミからたくさんの意義が与えられているものとしては、グルプールニマーがある。

例えばシヴァ神の家族のことを考えるのであれば、シヴァ神の家族は、とても調和の中で生きている。シヴァ神の乗り物はナンディであるが、それに対してパールヴァティーの乗り物は虎。

一方、シヴァ神は蛇を飾りにしているが、スップラマンニャムの乗り物は孔雀。本来であれば牛は虎に、孔雀はヘビに食べられてしまう。しかしながらそれにも関わらず、シヴァ神の家族は、調和のもとに暮らしている。スワミご自身がシヴァラートリの祝祭に、非常に沢山の重要性を与えてくださった。

これまで、午前中のご講話から、午後の御講話、夕刻の御講話に至るまで本当に何回もシヴァラートリのバジャンなどの意義についてスワミが幾度となく話してくださった。スワミはヴィブーティをたくさん物質化された。それはただの灰に他ならないが、そのシヴァが自らを飾っているヴィブーティ、灰というものが教えているのは、すべてのものは、いずれ灰に帰るということ。それはあらゆる創造物が永遠のものではないということを示している。

また、シヴァには第三の目があると言われている。そして、スワミによれば、シヴァの第３の目が英知の目を意味している。３つの矢尻のついた武器をシヴァが手にしているが、それが意味しているものは、時間を超越していることであり、その三つの矛先が過去・現在・未来というものに対応している。シヴァが楽器を手に持っているが、その楽器は、オームの音を繰り出す楽器。そしてシヴァはいつも瞑想していて、ラーマの御名を唱えている。ナマシヴァーヤという御名はすべての生きとし生けるものの生命力を意味している。ガンジス川がシヴァの顔のところまで流れている絵をよくご覧になると思う。そのガンジス川は、生きとし生けるものの生命の維持にとても必要なもの。そしてトータルで言えば、結局シヴァというのは吉祥を意味している。

シヴァは、あらゆる種類の富を人類に与えてくれている。それがシヴァの顕現の意義であるとスワミがおっしゃっている。自分（Bro. KP）がプッタパルティのマハーシヴァラートリで体験したことだが、インドの言い伝えで、もし徹夜して、ずっとバジャンを続け、また断食もしながら、終夜バジャンを続けたのであれば、その次の日にシヴァが姿を現して恩寵を与えてくれるというものがある。２００７年のマハーシヴァラートリの時に、本当に実際に試してみようと思った。

その日のマハーシヴァラートリには食事も一切とらず、また、それに先立ったエーカダシャ ルッドラ パーラーヤナにも参加した。その日は、マンディールで行われているあらゆる行事に可能な限り参加した。最終的に、本当にスワミにパダマナスカールを頂きたいと思っていた。その次の日にバジャンが終わり（たいてい次の日には車椅子でスワミがお越しになる）、その朝にスワミは自分の左にいた学生から手紙を受け取り、自分の右にいた学生からも手紙を受け取られたが、私の手紙は受け取ってくださらなかった。その時には少しがっかりした。何故なら、前日からずっと自分の手紙を受け取って欲しいと思い、パダマナスカールもさせて欲しい、と思ってルッドラムからすべての行事に参加してきた。にもかかわらず、スワミには無視され、そういったことが更に２日ほど続いた。“どうしてスワミはこの手紙を受け取ってくださらないのだろう？”と、その二日間それ以外のことはまったく考えていなかった。その時、スワミの高校（ハイヤーセカンダリースクール）の先生にそのことを全部話した。すると先生が驚くべきことを教えてくれた。「もしすんなりスワミが手紙を受け取ってくれていたのであれば、その後二日間もずっとスワミのことを考え続けるということはなかったことでしょう」とのことだった。

そのことを先生が説明された後で「その２～３日間ずっとスワミのことを考えていたことを、必ずスワミは分かっています。だから今日手紙を取ってくれますよ」と言ってくださった。私たちがスワミのことをずっと考えてお願いをするのであれば、スワミはそれを認めて祝福する以外のことは出来ないのだということだった。

その日の夕方にダルシャンがあり、スワミは入り口の柱の所に座っておられた。スワミは私をお呼びになり、手紙を受け取られ、パダマナスカールを与えてくださった。もしあの時、スワミが手紙を受け取ってくださっていたのなら、ただそれを受け取ってもらって、スワミの御足に触れただけだったと思う。けれども、２～３日を経てからそうしていただいたおかげで、手紙とパダマナスカールだけではなく、その機会にスワミとお写真も撮っていただくことができ、スワミの御足にキスまですることもできた。

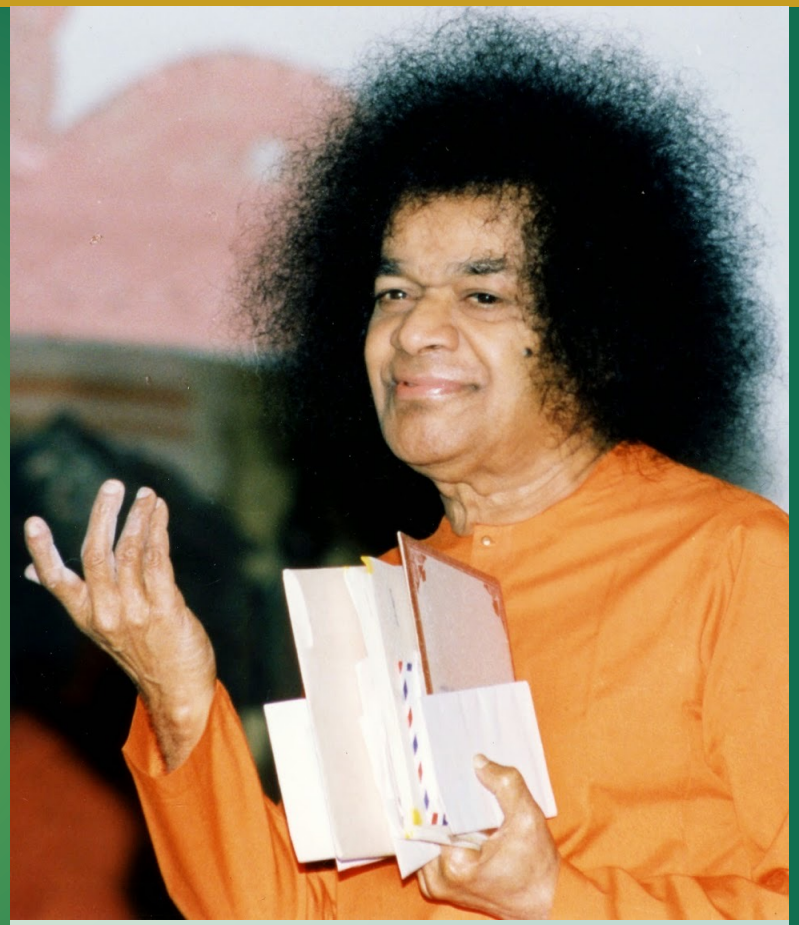
このことから学んだことは、スワミが何かを遅らせるということは、決して何かを否定しているのではないということ。本当に何かを遅らせるということがあったとしても、完全にスワミは彼自身を与えてくださる。スワミは本当に助けてくださるのだろうかとか、いろんな疑問が私たちの中に湧いたりすることもあると思う。

今年のマハーシヴァラートリは平日のため、実際には色々な仕事もしなければならなかったり、何かを夜通し出来ないかもしれない。それでも、あらゆる恩寵をいただくことができると思う。恩寵が必ず得られるという根拠は、何をしていても、仕事をしたり、何か他のことをしていても、ずっとスワミのことを考え続けていることができるから。

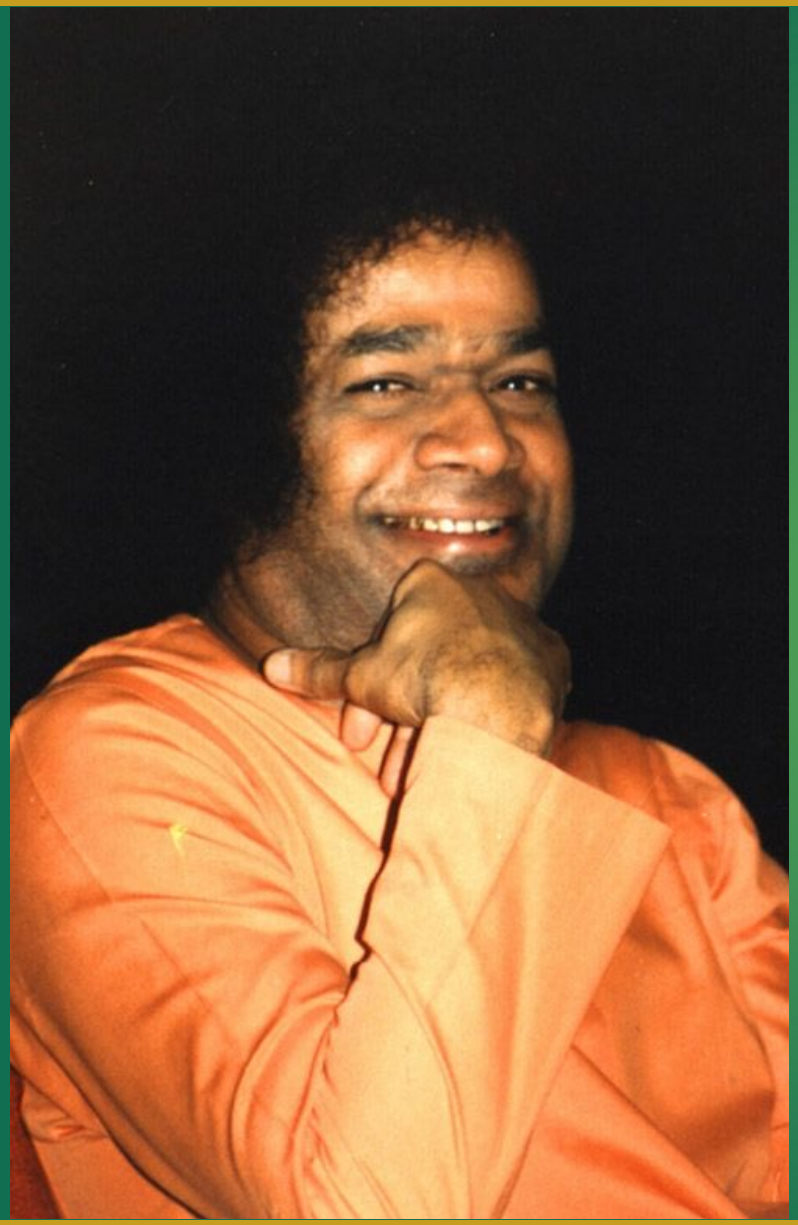
２００８年のマハーシヴァラートリの日に、サイの高校のあるクラスは、一晩中ずっとマハーシヴァラートリに参加することを許可されなかったことがあった。実際、近い時期に試験があったりして、その結果のことを皆とても心配していた。その日には、一度寮に戻って、次の日の朝にもう一度ダルシャンを受けてから、直接試験を受けに行った。その時に皆で寮で睡眠につく前に、バジャンを３曲ぐらい歌って眠りについた。翌朝、私たちはスワミにお渡したい手紙を持って、マンディールへ行った。スワミは、私たちが手に持っている手紙のことに気が付いて、すぐにお尋ねになった。その時、私はスワミに、“今日は試験なのです。私たちのことを面倒みてください。よろしくお願いします”と言った。スワミは、美しく微笑まれ、“心配しなくてもよい。すべては上手くいくでしょう”とおっしゃった。パダマナスカールを頂いて、マハーシヴァラトリの朝に配布されるプラサーダムを頂いた後、直接試験を受けに行った。それまで、自分は物理が苦手で、どんな試験も50点以上取ったことがなかったが、その時だけは、苦手な物理も90点以上取れて、クラスの皆もよくできた。バガヴァッドギーターの中で、クリシュナ神※4が言ったシローカ（詩節）も思い出される。

神というのは霊的なことだけではなく、私たちの世俗的な生活のことや、すべてのことをしっかりと面倒を見てくださる方。そしてその神様が求めておられることは、本当に私たちの思いだけなのだということ。スワミは、いかなる時も私たちの外面的な活動を観ておられるのではなく、私たちの内なる思い、感情とかそういったものだけをご覧になっている。私たちが行っているどんなに小さなことにおいても、その思いをスワミがご覧になっていて、受け取られて、その祝福を与えてくださる」等のコメントの共有がありました。

また、サティヤ サイ オフィシャルのYouTubeコンテンツより60年代、70年代マハーシヴァラトリの様子を説明付きでご紹介しました。



※1　シヴァ神：破壊を司る神
※2　ヴィシュヌ神：宇宙を維持し守護する役割を担っている神
※3　ブラフマー神：梵天、創造を司る神
※4　クリシュナ神：ドワーパラユガにおける神の化身



◉　2021/3/10(水)のオンライン・スタディーサークルでは『プレーマヴァーヒニ』第15章、第27節「死の瞬間に何を思うかで来世の心的傾向が決まる」について、53名の参加者のもと話し合いました。

Bro. Tがパラグラフを選んでくださいました。内省と自己修正の重要性についてどう考えるか？死を覚えていることによって何故正しい行いがもたらされるのか？最も小さな行いにも注意を払い信愛を込めて行うにはどうすれば良いか？等について分かち合いました。

参加者の皆さんからは、「内省の重要性というのは、周りから見ていても、何かを意図しているのか、何故そうしているかということまでは、端から見ても全然分からないので、結局自分にしか分からないと思う」、「自分自身の過去を考えたときに、本当にスワミはずっとプログラムを組んで自分自身が成長できるように色々な体験をさせて気づかせてくれたと思う。色々な体験にどういう意味があるのかというのは自分にしか分からない。それを探っていくことが自己探求だと思う」、「コロナが始まったばかりの１年ぐらい前、スタディーサークルで自分の思いに気を付けましょうという話があった。その翌日からちょうど良い機会なので、自分が瞬間、瞬間思っている思いを、よく見つめてみようと思って、今はこう思った、今はドアを開けている、今は会社の中に入ったとか一つひとつ自分の思い、浮かんでくる思いをずっと見つめ続けてみると、本当にたいしたことを全くやっていないことに気づいた。自分が何も考えていない人間なのだということが本当に分かったので、その頃から物事を一つひとつ深く掘り下げて考えるようにした。学生さんたちは研究熱心で小さなことでも掘り下げている。

今日のBro. Tのお話はチューリップの花の中を何分間もずっと見ていたということだった。そのぐらい小さなことに研究熱心になることによって、自分の内面を深く掘り下げることで、自分の欠点がよく分かった。その気づきによって、修正も少しずつできているのかなと思う。

スワミも人が悪かろうがそれは関係ないとおっしゃっている。人の欠点はどんなに大きくても小さいものとして、自分の欠点はどんなに小さくても大きいものとして捉えなさいとおっしゃっているので、内省や自己修正は一番大事なものだと思う」、「私たちは死というものをどういう形で迎えるかまったく分からない。それをいつ迎えるのか、すぐ来るのか明日なのか分からないが、死を片隅に置いておくことによって、どう生きるかということに焦点を当てることができると思う。

世俗的なことに執着していれば、自分がこの肉体を離れる時に、その行為によってより苦しむこ

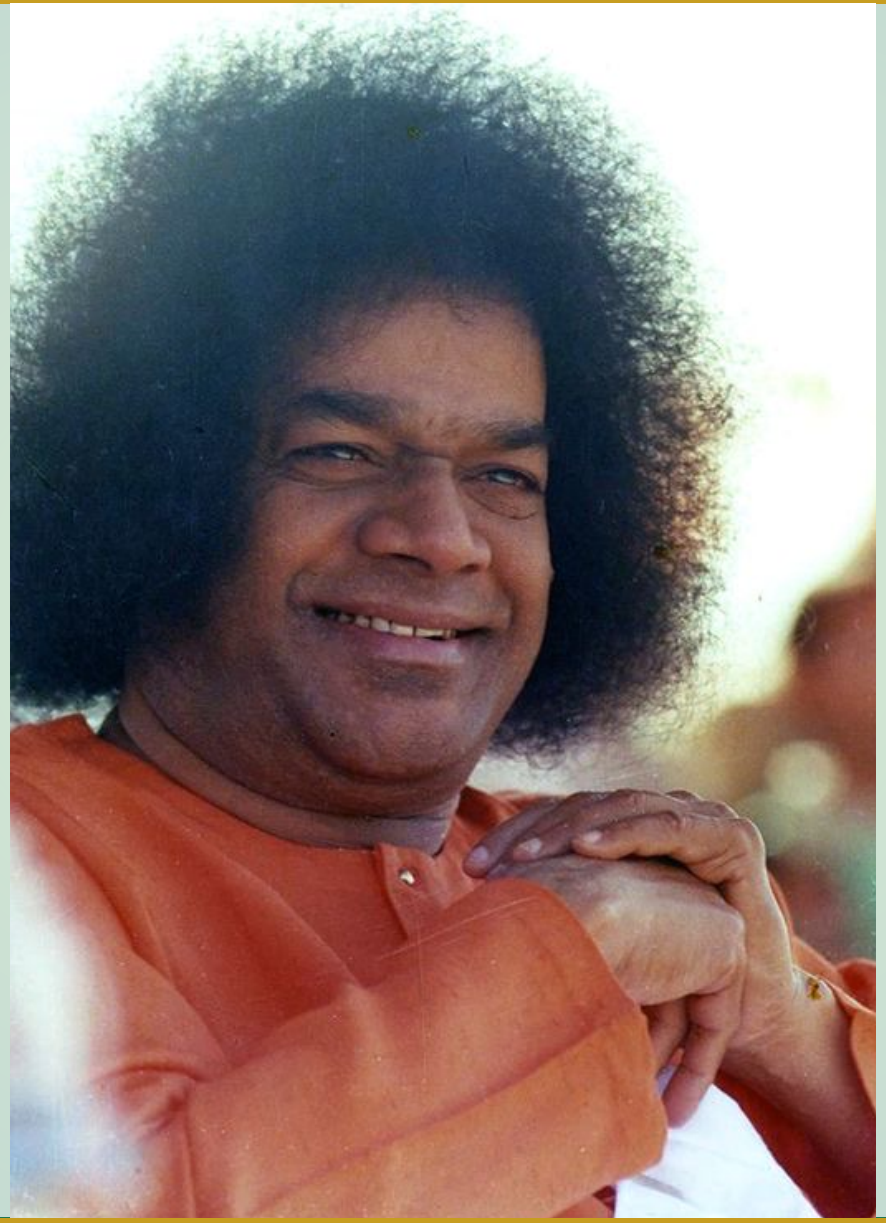
とは目に見えている。そのように考えるとやはり死を常に意識することが大事になってくるのではないか」、「自分の人生を期間限定の人生と知ることによって、限りある人生をどう生きるかということになる。それが神聖なものに目を向けるか不浄なものに目を向けるかということ。限りある命だからこそ尊いのだと自覚すると、やはり神のほうに向いて正しい行いをすることが良いのだと悟っていく」、「死を覚えていると正しい行いがもたらされるかは分からないが、悪いことをする人は何日もかけてそれを計画したりとか、それを実現するために多くのお金を使ったりするものだと思ったことがある。死を覚えていればそんな努力までして悪いことをしようとは思わないのではないか」等のコメントの共有がありました。

サイの学生の皆さんからは、「１つ例え話をします。人間をソフトウェアに例えると、日常生活で使い続けているソフトウェアは時々時間がたつとアップデートしなければならない。ではアップデートとは何だろうか？例えば、何かバグ（エラー）があれば修正してより良く動くようにしていく。それがアップデート。そしてアップデートが行われた後は、そのソフトウェアがもっと丈夫なものになってよりよく機能するようになっていく。人間の心もソフトウェアのようなものだと思う。その心というものは、私たちの周囲や環境に基づいて機能するが、心という機能がより適切に機能していくためには、そのソフトウェアを保有している人によってちゃんとアップデートされていかなければならない。

では人間の心をアップデートするにはどうすればよいのか？それは自分自身を分析して、それによって間違いを見つけて、その間違いを修正することが人間の心のアップデートの仕方。ソフトウェアのアップデートは１回だけでなくて、本当に何年かおきにアップグレードされていく。そして、霊的な道においてもアップデートは１回だけではなく、絶えずアップデートを継続的にいつも行っていかなければならない。

そのソフトウェアのアップデートと同じように、人間の心をそのようにより多くの人を無条件で愛することができるようになるのか、そのように修正を必要としている。いくつかのソフトウェアはオンラインで自動的に定期的にアップデートしてくれるものがある。同じようにいつも規則正しくアップデートしてくれる方法というのは、いつも規則正しく神の御名を唱えていることだと思う。それがどのようにコンスタントに内省して自己修正しながらより良い人間になっていくかということではないかと思う」、「どういう道を私たちが歩いているかということを知るために内省が大事だと思う。そして良いものを人生の中で培って、欠陥のあるものを修正するためにそれが必要。私たちが子供の頃には先生がこれは正しいとか、これが間違っているとか教えてくれた。そうやって一つひとつどれが良いkとかを学んできたが、年齢が上がってくるといろんな思いが私たちの中にやってきて、その思いが私たちの人格を決定づけていく。どの思いを抱いておくべきで、どの思いをもつべきでないと識別していくために内省が必要。そして内省によりネガティブな思いを制御してコントロールすることが必要で、良いことを実践するためにも、この内省が必要になってくる。そのような内省を繰り返すことによって、結果的に良いカルマを構築していくことができる。実際に自分を修正することができるようになれば、本当に力強いことだと思う。神様が私たちの中にいて、私たちをより良くするためにそこにいらっしゃる。そして日々良くなっていくというのは人間の本能であると思う」、「死というものは私たちがいつかは直面するものであって絶対に避けることができないもの。また私たちは時間がとても速く過ぎると感じている。今自分は24歳なので、大体人生の３分の１ぐらいはもう終わっていると考えられる。本当に誰もが既に人生の時間の中のかなりの部分を過ごしてしまったと感じられると思う。もしそうであるなら、私たちがもっている限られた時間を、善い行いをすることによって、最大限に活用することが必要だ。

歴史上で１つのとても有名な例として、アレキサンダー大王を挙げることができる。アレキサンダー大王は自分の人生の95％を、人々を殺しその領土を征服することに費やした。そして人々もそういうアレキサンダー大王を称えていた。それでも亡くなったときは、他の誰もと同じように普通に埋葬された。死後は、アレキサンダー大王は偉大だったとは受け止められず、すごい時代を生きたということで終わってしまった。そのようにならないためには、私たちの人生を良いもので満たしていかなければならない。周りの人の利益になるような人生を送りながら自分自身の霊的な利益になるような人生を送り、そして願わくば、生死のサイクルを終わらせることができるような人生にしていけると良い。死というものはある意味、それまでに良い行いを沢山行わなければならず、それまでに良いカルマを蓄積するための締め切りのようなもの」、「マハーバーラタの中で鬼がダルマラージャに沢山の質問した時に、“人生の中で、一番大きなジョークは何か？”と聞いた。ダルマラージャは”本当にあらゆる人が至る所で死んでいくのを目にしているのに、それにも関わらず、すべての人々があたかも永遠に生きるであろうかのように生きている”と答えた。そのような最も大きなジョークは今日までずっと続いている。



また小さな例を挙げてこのポイントを説明したい。例えばビデオゲームをプレイしているとする。そのビデオゲームの中で本当に無限の命を与えられているとする。そうすると、決して死ぬことがないゲームの中ではすごく粗雑に振舞うことになる。なぜなら、どんなに粗雑に振舞っても何も失うものがないから。一方でゲームのルールが違って、本当にゲームの中でたった一つの命しかなく、その命を失ってしまえば、すべて最初の振出しに戻らなければならないとする。そういう条件でゲームをすると、自分の決定にすごく気をつけることになる。そして人間の人生とは１つしか命がない今のゲームのようなもの。

スワミは、8000万回動物として生まれ変わった結果、やっと一度の人間の人生が得られると教えてくださったことがある。考えてもみてください。もし、人間として過ちを犯した人生を送って、動物に戻ってしまったら、もう一度人間の生を得るために8000万回の生を繰り返さなければいけないかもしれない。そういう背景で考えた場合に、私たちはどのようにして一つひとつの行動を考えるだろうか。このような背景に照らして、それが正しい行動だったといえるのかどうかを考える必要がある。そして行動だけではなく、私たちの思いも、私たちの人生にとても大きな影響を及ぼす。

例えばバーガヴァタム※1の中でバラタというリシ（聖者）がいた。そのバラタという王様は食事

の施しなどいろいろなことを行って、それによってモークシャ（解脱）に近づいた方だった。しかし、最後に解脱を目の前にしたときに、小さな鹿に執着を抱いてしまい、肉体を去るときに湧いてきた思いは、“その鹿は安全にいるだろうか”ということだった。その結果として、解脱に近づいていたはずが、再び鹿の姿に生まれ変わってくることになってしまった。ただ、その王様は英知をもった方だったので、鹿としての人生を早く終わらせて、人間として生まれ変わることができた。何かの動物に執着して、その安全を気遣うようになってしまうと、その動物に生まれ変わってしまうかもしれないということ。それを念頭に、今自分が置かれている状況をよく考えてみましょう。生きとし生けるものがすべて永続しないということを理解していることが大事なだけでなく、すべてを創られた創造者が永遠であるということの両方を理解していくことが必要。

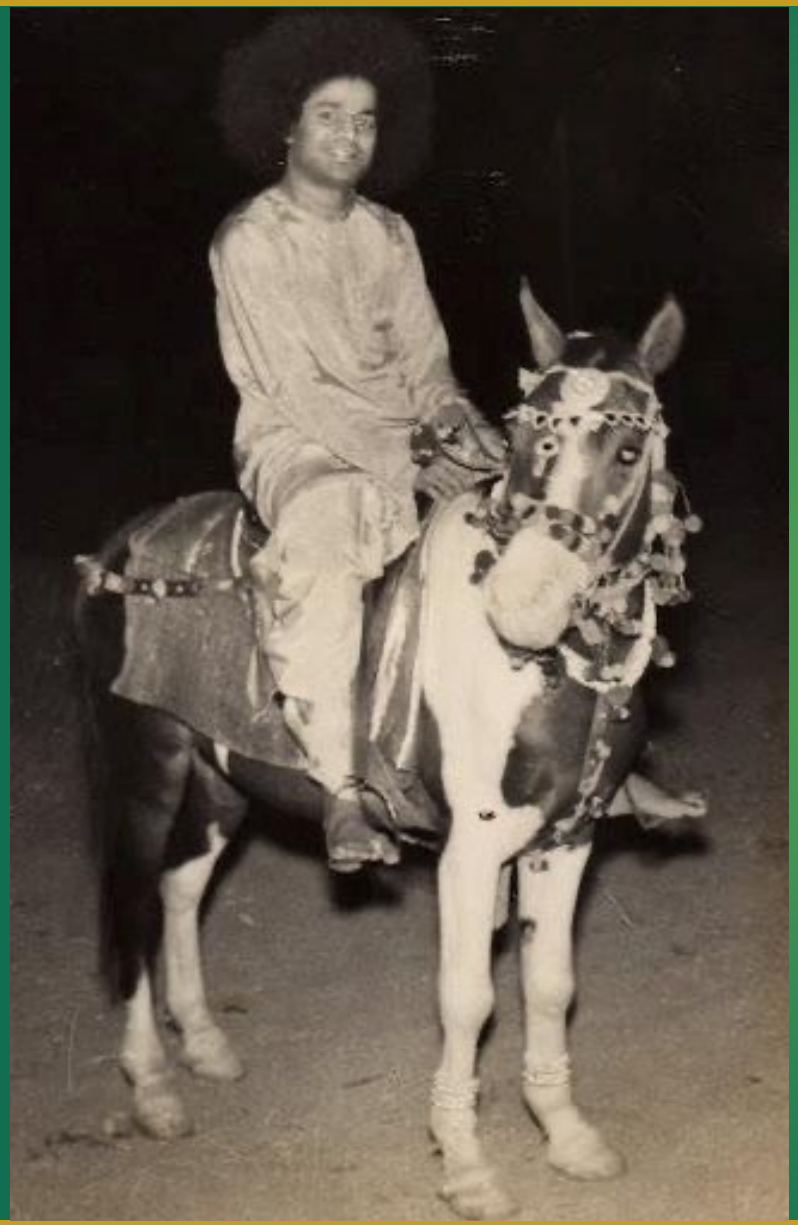
スワミがおっしゃるように、私たちは神への執着を培って、他のものへの無執着を同時に培う必要があり、この２つが、私たちが生きている間にやらなければならないことであるとおっしゃっている。

１. 私たちの人生がずっと続かないということ
２. 神が永遠であること
３. 神に執着するということ

これらが、私たちが生きている間に理解しなければならないこと。とはいっても、それほど簡単なことではなく、私たち自身がそのように取り組みを続けなければならない」、「例えば実験室で何かを実験して上手くいったら、次に実験するときも気を付けて上手く行おうと思う。電池の実験をしていてとても上手くいったら、次も上手くいくように細心の注意を払って実験を行う。行いをするときに、その行い自体に私たちがどれほどの興味をもっているかということは、それほど大事なわけではない。もし私たちの本当の目的が人格形成であるなら、一つひとつの行いがそのためのものだという関心を持ち続けることができると思う。もし私たちの一つひとつの小さな行いも周囲の人に対する愛やケアの気持ちから行うのであれば、それが私たちの人格形成にとても役立つ態度だと思う。そしてそれを感謝の念をもって行うことが大事。以前のスタディーサークルで話し合った質問で、とても忙しい生活の中で神にそのように集中して生きていくことができるか？という質問があった。たとえどれほど忙しくても神様とつながっていることができる。なぜなら私たちを忙しくさせてくださっているのは神様だから。世の中には住む家もない方々がたくさんいる。ちゃんと働ける手足を持っていても、雇用を見つけられない人達もいる。体が丈夫でなくて働けない方々もいる。そういった恵まれない方々がたくさんいる中で、忙しくしていられるということ自体が、神様への感謝につながる。どんなに忙しい一日の中でも食事をする時間を見つけることができる。そして忙しい一日の中でも食事の時間にそれを与えてくださる神に感謝することができる。このような考え方が私たちの助けになればと願っている」

「非常に多くの興味深いポイントが話し合われたと思う。皆さんに多くのことを言っていただいたので、とりわけそこに付け加えることはないが、このトピックを理解しようとするときに３つのポイントを思った。それは自分自身のアクションプランでもあるが、内省と自己修正と成長。何をするときにもそれが最後の時だと思ってそれをすること。１００％、１５０％の力を注ぐ。愛と感謝を培う。この『プレーマヴァーヒニ』の部分からの自分のアクションプランがこの３つになった。一人ひとりが今日の部分からアクションプランを作ってこれからの人生に生かしていければよいのではないかと思う」等のコメントの共有がありました。

※1　バーガヴァタム：聖賢ヴィヤーサの著で、バガヴァットという名で呼ばれるヴィシュヌ神とその化身の物語集。



◉　2021/3/14（日）のオンライン・スタディーサークルでは、「社会意識、役を演じること」について43名の参加者のもと話し合いました。Sis. Aが導入スピーチを担当しました。

　社会意識とは何でしょうか？誰もが自分だけの離れ島として存在できません。誰のために生きているのか」と問われれば、「自分のために生きている」と答えるかもしれません。さらに仕事のことを聞かれたら、妻や子供のために働いていると答えるでしょう。さらに質問されれば、自分や家族の様々なニーズを満たすために社会に依存していることを認めるでしょう。個人も家族も、社会に依存せずに存在することはできません。
（中略）私たちは、自分の行動の一つひとつが、自分自身の利益ではなく、社会の福祉を促進するにはどうしたらよいかを自問しなければなりません。誰もが感じなければなりません。"私は社会の一員である。私の幸福は、他の人々の幸福と結びついている」と感じなければなりません。神性は、すべての人の中に、姿こそ見えませんが存在しています。すべての人間は、海の波のように、神の火花です。すべての人間は、神聖な「サット チット アーナンダ（存在・意識・至福）」の体現者です。このことは、バガヴァッドギーターの中で明確に述べられています。神が愛の体現者であるように、人間もまた愛の体現者なのです。

人間は平安を切望しています。まず初めに、最初に平安が自分自身の中で育まれなければなりません。そして、その平安を家族に広げていかなければなりません。家庭からは村へと広がっていかなければなりません。このように、平安は個人から始まり、社会全体へと広がっていくべきなのです。サイオーガニゼーションでは、真理、正義、愛、平安、非暴力の価値観を広めるための努力がなされています。

　あるとき、一人のサンニャースィン（離俗者）がマハラジャ（王）のもとを訪れ、ヴェーダーンタの聖なる真理を説きました。王は彼の説明に満足し、皿いっぱいの金貨を彼に差し出しました。サンニャースィンは、自分が身につけている頭巾の中に、物質的な贈り物を受け取るのは相応しくないと言って、受け取りを拒否しました。“私はこの世のあらゆるものを捨てたのに、どうしてこのようなものが必要なのでしょうか」と言いました。王はこのサンニャースィンの態度に満足しました。
　次の日、同じ人が踊り子に扮して宮廷に現れました。彼女は王の前で見事な踊りを披露しました。王様は喜んで、彼女に金貨の皿を差し出しました。しかし、彼女は、そんなはした金では満足できない、もっと欲しいと言いました。王はその時、踊り子のドレスを着た人物が、前日にサンニャースィンとして現れた人物と同じであることに気づ

きました。王様は彼女に言いました。“昨日は私の手からの贈り物を断ったのに、今日は私が与えた以上のものを求めている。この態度の違いの内的な意味は何か？”彼女は、誰もが自分の役割に応じて行動しなければならないと指摘しました。サンニャースィンのローブを着ている修行者は、どんな物質的な贈り物も拒否するのが適切なことでした。しかし、踊り子の役割として、彼女は自分が望むだけのものを要求する権利がありました。

その日、彼女は踊り子の役割を果たしていました。彼女の返事を聞いた王は、彼女から良い教訓を得たと思いました。"私は王様だ。王としての振る舞いをしなければならないし、王の服を着ている者として相応しくない振る舞いをしてはならない」。彼はその女性が教えてくれた教訓に感謝しました。

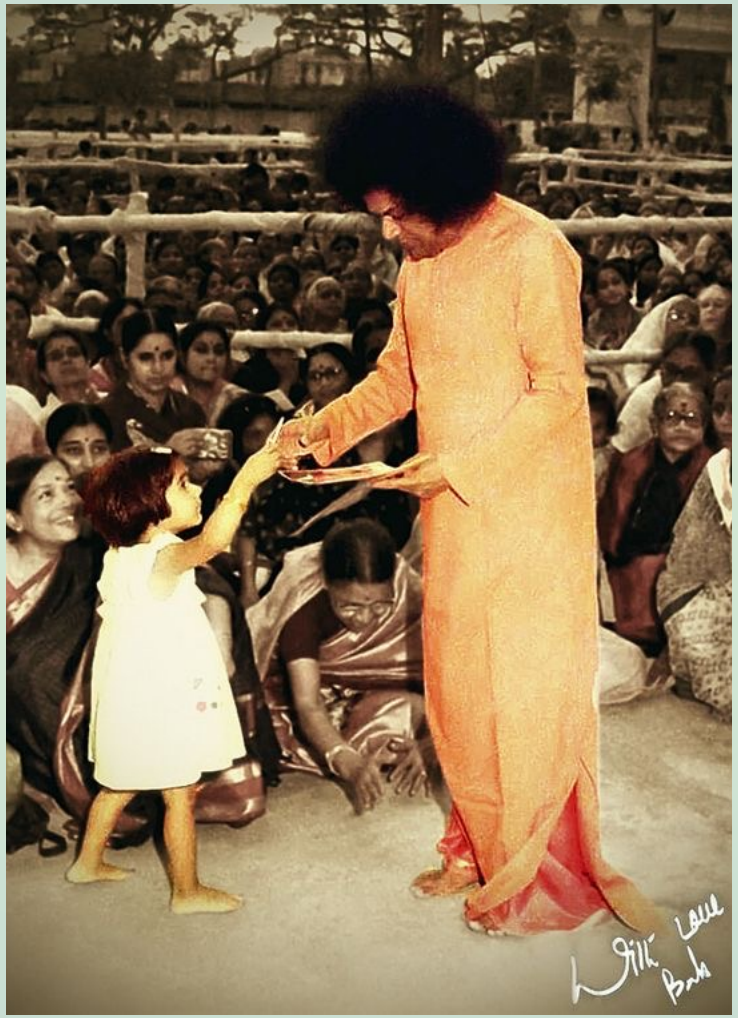
私たちは、サティヤ サイ セヴァ ダル（サティヤ サイの奉仕団体）のメンバーです。そのため、あなたの役割に沿った奉仕を提供するように努めなければなりません。私たちはセーヴァカ（奉仕をする人）です。あなたが誰に奉仕するにしても、私たちは神に奉仕しているという気持ちを持ちましょう。（中略） 家庭での義務を果たすことは、サットサング※1に参加するのと同じくらい神聖なことです。家庭での義務をきちんと果たしてこそ、外で適切な奉仕を提供することができるのです。床を掃除するにしても、チャパティを作るにしても、家でするどんな仕事でも、それを霊的な行為の形に変えましょう。すべての行動に神への愛を吹き込み、神に捧げるのです。どのように社会意識を持ちつつ霊的な意識と結びつけることができるのか？人生において様々な異なる役を演じることによって、どのような気づきを得ることができるか？自分の人生における様々な役割に、どのように沿いつつ上手に演じることができるか？等について話し合いました。

参加者の皆さんからは、「ダルマを果たしながら、御名を唱えながら生活するというのが一番大事だと思うし、すべての行為を神に捧げることができたなら、とても幸せだと思うが、まだまだできていない」、「私は今日も仕事で、今も職場にいます。自分は、本当はアシュラム※2とかパルティ（プラシャーンティ・ニラヤム※3）にずっと居たくて、ずっとヴェーダを唱えたくて、神聖な場所にのみ居たいのに、なぜ会社や社会に生きていなければいけないのだろうとよく思っていた。それは自分がすべての人の中に神を見ることができていないから。それができるまではずっと会社に行ったり、社会の中にいなければいけないのだと去年ようやく気付いた。（中略） 本当にすべてが神だという意味が分かったときは、多分今の生活からスワミは解放してくださるのかなと思い、日々精進している。真の意味でサットサングと他の社会の人々との区別がなくなるまでこの生活が続くのかなと思っている。すべての人の中に神を見るという意識をもって、すべてが霊性修行だと捉える必要があると思う」、「怒る役割の人とか、太陽の様な役割の人とか、賑やかな役割の人とか、静かな森のような役割の人とか、色んな存在がいらっしゃって、皆が先生。色々な方の姿を見ながら本当にこの世の中は、それぞれの役割の人々が助け合っていると思う。（中略） 自分を通すのではなくて、調和して行くと決めたなら、神様の導きで、いろいろな状況があったとしても、自分を無くすことができる。そのようなプレゼントを与えていただいた体験がシヴァラートリの日にあった」、「いろいろな役をすることによって、その役の大変さが本当に分かる。例えば娘は娘の役とか、母親は母親の役とか、妻は妻の役とかがあると思う。バジャンにおいても、ハーモニウムを弾く人、太鼓をする人、バジャンをコーディネートする人、コーラスをする人、手拍子をする人、また祭壇の飾り付けや、掃除をする方とか、本当にたくさんの方が参加して、一つの素晴らしいバジャンをスワミに捧げることができる。いろんな役をすることがどれも本当に重要な役で、等しく大事であるということが、他の役を演じてようやく分かることもある。本当にいろいろな役をすると、相手の立場の大変さ、難しさ、楽しさや、喜びを理解することができるような気がする」、

「まず自分のやりたいことではなくて、自分の思いとかそういうものを一旦棚上げにするなり、横に置くなりして、今自分が神から与えられた役割は、いったい何なのかということをちゃんと理解しておくと、それがたとえ自分の思いではなかったとしても、自分の役割を果たすことになるのではないかと、そのように思った」、「ガーヤトリーマントラを唱えて神様に捧げますと言ってから、ウサギ小屋の掃除をした。そうすると本当に神聖な気持ちになって、今までもう嫌で嫌で仕方なかったことが、何だったのだろうと思うほど、ものすごく神聖な気持ちになって、終わった後もすごく気持ちが良かった」等のコメントの共有がありました。

サイの学生の皆さんからは、「社会の中では何らかの役割を与えられており、何かの役割をすることが想定されている。私たちの完全な潜在力を発揮する為にそういう役が与えられていると思う。そういう役をしていても、霊的な側面を失わないようにしていくことがとても大事。

例えばサイオーガニゼーションの奉仕活動も私たちの社会的な責任。そして奉仕などの意義について、スワミが教えてくださる霊的な意義などについて考えていくことができる。そういうプロセスを通して私たちの霊性を向上させることもできる。人生の他の色々な活動においても、私たちが



行う様々な義務についてスワミが教えてくださる色々な御教え、サイの原則に基づいてそれを行っていくことができると思う。先ほどのSis.Aのお話にあったように、例えば、家事をやっている間にも、霊的な御教え、霊的な原則に従って義務を果たしていくことができる。これがどのように社会的義務と霊的な意識を統合していくことができるかということではないかと思う」、「Sis.Aが言ったように、私たちは皆社会によって育まれるために、生を受けて生まれてきている。私たちが病院で生まれると、すぐに病院がお世話を始める。学校に行き始めると、そこには教えてくださる先生がいる。私たちが来ている衣服も私たちがどこか知らないところで誰かが作ってくれたもの。もちろん、病院や学校では彼らは給料をいただいているが、それでも私たちは感謝しなければならない。なぜなら、彼らがちゃんと自分の義務を果たしてくれているから、私たちはその恩恵を受けられる。

同様に私たちに与えられている義務をできるだけ完全性をもって誠実に行わなければならない。私たちがもっている責任、他の皆さんが担って下さる責任、その両方の責任を意識することが社会意識だと思う。霊的な意識ということになると、バガヴァッドギーターの中で、あるとき、アルジュナが疑問を抱いたときにクリシュナ神がヴィシュワルーパのヴィジョンをアルジュナに見せたことがあった。

その時に同時に見せたものは、アルジュナもヴィシュワルーパのヴィジョンの中の一部であること、そしてヴィシュワルーパもアルジュナの中の一部として内在しているということだった。それらを同時にクリシュナ神がアルジュナに示してくれた。同時にクリシュナ神は、ヴィシュワルーパはアートマ原理であって、いかなるところにも遍満しているのだと教えた。さらに教えたことは、アートマの原理というものは本当に最も微細なるものの中で最も微細なもの、原子のレベルの中にも存在し、最も広大な銀河の中にも遍満しているということを教えた。私たちが社会的義務を果たす時には、同時に霊的な意識としてその根源である存在がすべての中に遍満していることを意識しながらその義務を果たさなければいけないということ。それは誰にとっても自然なことでないのかも知れないが、私たちはそれを日常生活の中で実践しなければならない。

例えば、簡単に実践をできることとしては、どんな行動を私たちがするときにも、スリーオームを唱えて、あるいはサイガーヤトリーを唱えてから行動を行い、その行動が終わった後にはオームシャンティ、シャンティ、シャンティで終える。そのような形で行動をすべて神に捧げることができる。そのようなやり方が、社会意識の中に霊的意識を併せもつことができる１つの方法だと思う。

以前、スワミが、グラマセヴァ(村落への奉仕)の前にすべての学生を指導されたことがあった。グラマセヴァに行く前に、“オーム サット チット アーナンダ　ナマハ”を唱えることを教えてくださった。スワミが説明を続けられたことには、“サット チット アーナンダ”は、私たちの中にもあって、同時にセヴァ(奉仕)を受ける人の中にも同じ存在があるということ。どんなセヴァをする時にも、このマントラを唱えることによって奉仕の行為者もまた私たちも、それを受ける方々も皆が神であるということを、このマントラを通して理解することができる。このようなマントラを唱えてから行うということは小さなことだとは思うが、これは私たちがすぐにでも始めて実践することができる。そういった意識で奉仕活動や様々な日常生活での行為を行いながら社会意識を持ち、霊的意識を同時にもつことができる」、「いろいろな役割を演じるということにおいて、その中では一番根底を流れているものが愛なのだと考えている。例えば、もしお父さんが子供に“これをやってはいけないよ”と厳しく教えるとすれば、それは自分の息子を愛しているから、そのように教える。他のいろいろなお世話、自分の息子に対するアレンジも、すべて息子への愛によってお父さんがそうする。いろいろな役割において、そのように愛が根底を流れていて、役が演じられることが様々な助けになっている。アナンタプールキャンパスの一人の先生の例を紹介する。

2020年の学期末に、ある先生のお母さんの健康状態がとても悪かった。しかし、その先生には職務上の重たい責務があり、次年度の教育のプログラム（シラバス）をしっかりと作り上げる責務を負っていた。他の先生方もその状況をふまえて考えて、この状況でその先生が教育プログラム（シラバス）を作るのは少し難しいのではないかと考えていた。しかし、そのように、自分のお母さんの健康状態が厳しい中で、先生はハードワークをして、一回もその場を離れて休暇をとることをしなかった。同時に、自分のお母さんに対して可能な限りのケアをされた。とはいえ本当に状況は深刻だったが、同時に彼女はそのシラバスをしっかりと完成させるために完全な努力をされた。その先生は自分のお母さんと、そして自分のクラスの生徒たちの両方を、とても愛していたので、そういう難しい状態においても、両方の役割をしっかりと果たされたのだと思う」、「どんな役を果たすにしても大事なことは、自分が果たさなければならない役割が何であるのかを、ちゃんと理解すること。私たちは本当に人生でいろいろな役を持っている。仕事もそうであり、家族においてもいろいろな役割がある。例えば、自分は理系の学生をしているが、自分の一つの役割は、職業的な観点から、ちゃんと理工学を勉強するということが一つ。

しかし、例えば、自分のおじいさんに科学のことを話すとか、それは自分の役割ではない。そしておじいさんの前では、私は果たすべき別の役割がある。それぞれの状況において、私たちが果たす役割は何なのかをはっきりさせる必要がある。大事なことは、もし特定の役割のところに他の人がいるのであれば、その人にどのように役を演じて欲しいと思うだろうかと考えることが大事。そして、その時に他者に期待するのと同じように、自分の役を上手に演じる必要が出てくる」、「今回の１番目の質問と３番目の質問は強く関連している。スワミが言われれるのは、“ある人は子供たちの中に混ざれば子供であり、人間たちの中に混ざれば人間であるし、でも一人でいるのであれば彼は神である”ということ。スワミの場合には、誰と一緒にいる時でも自分が神であることを忘れるということはない。そしてスワミがおっしゃるこの点が、本当に私たちがこの世の中でどのように役割を果たすべきなのかということを最善のやり方で教えてくださっている御言葉だと思う。

例えばスワミは全宇宙の神様でいらっしゃるが、それにも関わらずサティヤサイ大学の学長という役割も果たしておられた。同時にプラシャーンティ・ニラヤムのアシュラムの毎日の仕事も果たしてくださった。さらに、スワミは一つひとつのことに細かく関わられて、中でもショッピングセンターの中で、どのようなものが売られて、それはどういう値段にすべきだとか、細部に至るまでスワミが決定されたり、関わられたりしてこられた。そして同様に物凄く煩雑な、スーパースペシャリティホスピタルの中でどのように仕事がなされるかなど、そういったことに関してもスワミが関わられて決めてこられた。そういったすべてのことをスワミが実際に関われてこられながら、同時にスワミは“自分は神である”、“私は常に至福である”と言ってこられた。

例えば自分自身に関しても沢山の役割がある。例えば研究室においては、仕事のことをちゃんと報告することが仕事だったり、どのように過ごしてるのかを自分の親に報告することも仕事。あるいは友達との関係における義務もあり、兄弟たちに対して兄としてアドバイスする義務もある。あるいはサイの学生としての義務もあり、数え切れない義務がある。それを通して一番大事なことは、１日が終わったときに幸せであること。それが一番大事なことではないかと思っている。

もう一つ大事なことは、これらすべての義務を果たしていることに、自分自身が満足して幸せでいること。そして自分の中に何のネガティブな感情も残らないこと。それを通して、初めてこれらのすべての役割をちゃんと果たすことができて、それを毎日行い続けていくことができるのではないかと思う。実際に私たちも人間なのでネガティブなこともやってくることがある。いろいろなことが起こっても、スワミがシナリオをすべて書いていると思い起こすことによって、それを上手くやり過ごすことができる。本当に自信を失いそうな時でも、常にすべてスワミが横にいらっしゃることを信じて、ネガティブなものを取り去って行動していく必要がある。スワミがそこに一緒にいらっしゃるという自信があって初めて、私たちがすべての義務を完全に私たちのキャパシティーをもって行う力を与えていただくことができるのだと思う」等のコメントの共有がありました。

また、スワミがウラヴァコンダに滞在され劇作をされていた頃のエピソード動画をご紹介しました。

※１　サットサング：善人との親交　神との親交、善い仲間と共に過ごすこと、善い仲間に加わること。

※２　アシュラム：修行場、道場、隠遁所、行者の住処、隠遁者や引退した聖者の独居所

※３　プラシャーンティ・ニラヤム（プッタパルティにあるサイ ババの住まいとアシュラムの総称）

◉　2021/3/17（水）のオンライン・スタディーサークルでは『プレーマヴァーヒニ』第４章、第8節「すべての行為を神への礼拝として捧げなさい」について52名の参加者のもと話し合いました。

Bro. Rがパラグラフを選んでくださいました。3/14（日）に実施した社会意識をもちつつ役割を演じることとリンクした内容となりました。Bro. Rがサティヤサイ大学に入学したとき、なぜ神を礼拝する必要があるかなど、様々な疑問を抱えていた時に、ブリンダーヴァン校でのスワミのお話で最初に接した御教えの一つが「義務は神であり仕事は礼拝である」というものであったことから今回の箇所を選んでくださったということです。

なぜ神を礼拝するのか？どんな姿勢で礼拝すべきか？「義務は神であり仕事は礼拝である」という御教えをどのように理解するか？このような御教えは日常生活、霊的生活にどのような影響を与えているか？等について話し合いました。

参加者の皆さんからは、「共通して言えるのは、どの人にも、どの国の宗教にも、それぞれの信愛の念があると思う。なぜかと言えば、この世の中に生きている苦痛とか惨めさから解放されたいという思いがあると思う。やはり身体をもって生きている以上、その時その時の願いがあって、神とつながることによって癒されたいとか、神にこの想いを届けたいということがあると思う。一番良いのは両手を合わせること。心そのものを捧げつつ両手を合わせるという姿勢がベストだと思う。

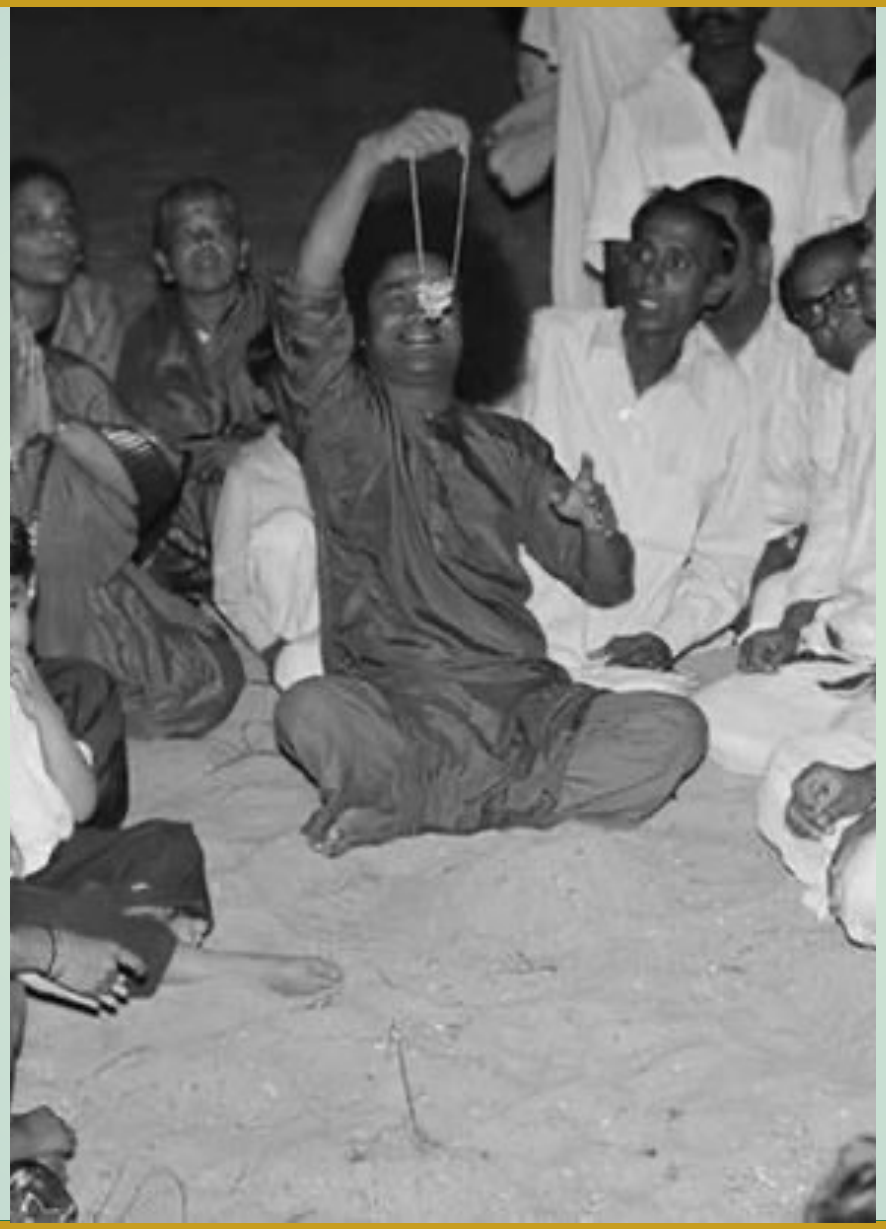
もし両手を合わせることができない状況においては、心そのものを受け取ってもらいたいという謙虚な思いが不可欠」、「スワミが、“あなたたちは寺院に行くと神様の前で手を合わせますが、その時に目をつぶりますね。なぜ目をつぶるのですか？”とおっしゃる御講話があった。それは自分自身の中に内在する神を意識していなくても、信じているからということだった。要するに自分自身の内側に実は向かっているのだということだった。やはり、こんな世界を生きていくことで、いろいろな良いことも悪いこともあって、様々な感情の中で生きている。その中で真の自己を見出していくのが神に向かう道だと思う。だから神を礼拝することが必要だと思う。その姿勢としては、手を合わせるとか、他にも様々な儀式はあるが、やはりそこに愛がこもっていないといけないのかなと思う」、「小さい頃にキリスト教系の日曜学校に通っていた。その時に聖書の中で、創成期に神が世の中を創ったというのを教わったので、物心ついた時から神様が世界を創ったと思っていた。すべては神様が創ったから神を礼拝するというのは、小さいころから普通で当然になっていた。スワミを知ってからは自分の内側にも神様がいると知り、

とても嬉しかった。なぜ礼拝するかというと、神様がすべてを創って、私も神様が創られたからという感覚。礼拝にはどんな姿勢が必要かというと、謙虚な気持ちも大切だが、自分自身を愛することも凄く大事で、それを通して自然や他の人を愛することが一番礼拝になるのかなと思う」、「すべての人は神から生まれ、神に還る。常に神に礼拝するということは、源を恋しがるというか、そのようなものが本能的に人間に備わっている。義務を礼拝とすることによって心の安定とか、人間の中の最大のものを引き出してくれるのではないかと思う」、「義務は神であることに関して、私にとっての義務は家庭で、妻と母親としての仕事が義務。神は愛であるというのであれば、子供が成長していくのも愛が成長させていくので、神が成長させていると思う。ちょっと言葉が難しいが、そのような考えに沿うことが義務になっている。神を愛する姿勢で行ったほうが仕事も効率がよくできるのではないかと理解している」、「“義務は神であり仕事は礼拝である”という中の、仕事は礼拝であるという点は比較的つかみやすい。神への捧げものとして、神への奉仕として行うというイメージがあると思う。一方、義務は神であるというところがよく分からなかったが、ダルマと考えるなら、ダルマはまさに五大価値の一つで、神自身、つまり愛から生まれるものだと思うので、それは愛をベースにした行為、そして仕事は神に喜んでいただくためのものと思った」、「万物は礼拝するための道具であるということが書かれていた。私たちは何かと言うとすぐに私の仕事とか、私の家族とかそのように考えがち。しかし、すべては神のものであって、家族も神のものであって、ただ私たちは一定期間預かっているだけだということだと思う。だから自分が行っているのではなく、神のために行っているという、執着のない行為に結びついていく」、「自分自身の進歩のために働くのだと思っている。自分の親から、私が子供の頃に、私が祈るたびに体を動かして働きなさいといつも言われていた。祈ってばかりいる私をすごく心配した親が、とにかく祈るよりも働きなさいと言っていた。親は私の進歩のためには働くことが必要だと見抜いていてくれたのかなと思う。スワミは親を通して教えてくださったのかなと思う」、「オーガニゼーションの活動に参加してから、世俗の仕事とオーガニゼーションの仕事を切り分けることが自然とできなくなってしまい、何故だろうと思っていた。しかし御教えを学んでいくうちにそれが明らかになってきた。僕は個人的にはあまり要領がよくないもので、人よりも時間をかけてしまう。結局急いでやろうとしてもそれがなかなか果たせない。でも思い返すと、急いでやるよりも、スワミは世俗の仕事を愛を込めて行いなさいとおっしゃっている。その愛が足りないのかなと今思った。そういうことを心掛けていきたいと思う」、等のコメントの共有がありました。

サイの学生の皆さんからは、「スワミは人間の人格の卓越性は神の性質だとおっしゃっている。例えば人間と同じような視点でスワミの人生を眺めてみると、スワミのいろいろな振る舞いなどがあまりに卓越しているので、それによって私たちは彼のことを神だと思っている。本当にどのように人間が神であり得るのか、スワミが模範を示してくださっている。なぜ、神を礼拝するかというと、自分自身がスワミのような理想の人間になるために、そのために礼拝しなければならないということ。礼拝には人間的な五大価値の実践が含まれる。

スワミは人間として、人生の中で五大価値を実践されてきた。実際には私たちはスワミのことを礼拝しているのではなくて、スワミがもっている特質を礼拝しているのだと思う。そして卓越した人間的性質のことを神と呼んでいると思う。これらの神を礼拝することは、卓越したそれらの価値を礼拝することにより、卓越した人間に私自身がなるために礼拝する。謙虚さと低姿勢が最も必要になる礼拝の姿勢だと思う。そして実際に人間的価値を実践しようと思うと、自分の中のいろいろな欠点を見つけることになって、それを改善しなければならなくなる。その時に自分の中にある間違い、欠点を見つけたならば、それを受け入れな

ければいけなくなる。そのようにして謙虚さが必要になる。それが礼拝において自分自身が心がけている姿勢」、「私たちが礼拝するのは私たちの心と行動と魂を統合するためだと思う。自分自身をより高次の存在に近づけていくこと。また、神を礼拝することによって、私たちは幸せになって気分も良くなる。霊的にも良いことであり、幸せになるためにも良いこと。そして神を礼拝することは、私たちの人生のすべての一歩一歩の中に神様を連れてくることだと思う。神様を一歩一歩連れていくことによって、私たちのハートの中に平安という形で神が浸透してくださる。態度としては、神を愛したいという気持ちが非常に大事だと思う。心の底からのものである必要がある。喜びをもって全託する姿勢が大事。それは内側から神様に自分を変えていただく姿勢によって可能になる。以前、神を称えること（ヴァンダナム）の重要性をスタディーサークルで学んだ。神様のいろいろな奇跡を毎日、称え続けようと思っている」、「どういう工夫をもって、どういう意識で義務を行うかということは、やはり誠実に行うということだと思う。私たちがそういう義務を誠実に行うのであれば、収入を得ている仕事であったとしても機械的に行うのではなく、誠実に、また正直に心を込めて義務として捧げるのであれば、神を喜ばせることができ、私たちを聖化することができ、平安を得ることができる。



決して私たちは自分の義務を無視したり、仕事に十分に注意を払わずに行ったりしてはいけないと思う。このように誠実に帰依をもって仕事をすることで義務を通して神に到達することができると思う」、「サティヤサイスピークスで最近読んだが、ちゃんと識別をもって仕事をしなさいという御講話だった。そして意識をもって礼拝しなさいともおっしゃっていた。仕事が適切にされているかどうか意識しなさいと。そして、仕事がスワミの御教えに沿ったやり方で行われているのか、あるいは逸れているのかを注意しながら行いなさいということだった。スワミがすべての創造者であるという意識でそれをする必要がある。（中略）スワミの御教えに従って行われるありとあらゆるどのような仕事でも神への礼拝になるということだと思う。どんな種類の奉仕をする時でも、実際に私たちはスワミのために働いている。いかなる奉仕や礼拝をする時でも、そのような意識をもって行っていく必要がある。そのようなやり方によってどのような仕事も礼拝になる」、「二つの重要なキーワードが礼拝と神という言葉。では、どんなことが礼拝だと考えられるだろうか？神に何かを捧げることが礼拝。仕事が礼拝であるというときには、仕事を神に捧げるということ。ではここで何が仕事であるかを理解することが大事。生まれたときから死ぬ時まで行っていることを、意識的に行うのか無意識に行うのかが大事。

一呼吸一呼吸、息をすることも仕事。例えば、息をするときに吸い込んだ酸素が心臓を動かすことを助けている。そうして動いた心臓が体中の臓器に血液を送って、その結果として色々な仕事をしている。ここで身体の中のいろいろな臓器が作用しているとき、臓器は何の見返りも期待しないで動いてくれている。別の言葉でいえば、臓器が働いていることも無私の奉仕だということができる。私たち自身が他の人にするいかなる仕事も、神に捧げるという思いでするならば奉仕は礼拝になる。このことに関して、ある御講話でスワミはこのようにおっしゃった。

“義務は神であり、仕事は礼拝であるという言葉は、決して新しい言葉ではありません”

と。古来、賢者や聖者が言っていた言葉だということ。本当にすべての仕事が礼拝であると考えるならば、すべての仕事は神の仕事になる。例えば鳥が飛ぶために、二枚の羽が不可欠であるように、プレーマ（愛）と神への奉仕という二枚の羽が、人間が目的地へ至るために不可欠なもの。スワミがおっしゃるのは、私たちがどんな行為を行うにしても、それが本当に愛に満たされたものでなければならないということ。その仕事に関して何の見返りも求めてはいけない。その仕事をしたという満足感が報酬。何の見返りも求めずに、すべての義務を、すべての仕事をした場合に、すべての私たちの仕事が礼拝になる」、「最近読んだばかりの短いお話を紹介すると、ある帰依者が神様に、“私があとどれくらい生きることができるか教えてください。それによって私があとどれくらい霊性修行をできるのか知りたいから”と言った。神様は“あなたは８０歳まで生きますよ”と教えた。その帰依者が考えたことには、８０歳が自分の寿命だったら、２０～３０代までは単に自分が育って結婚するまでの時間に費やされる。その後で、かなり長い間は自分の家族を育てたりいろいろな仕事をしたりすることに費やされる。そこで帰依者は神様に“あと２０年時間が欲しいのです。なぜなら、もう少し霊的なことをする時間が欲しいから”と言った。神様は笑って、”私がもし仮にあなたに２０年という時間を与えたとして、そうすればあなたが私に集中できるという保証はありますか？“と聞いた。“もし２０年という時間をあげたとしてもあなたはさらに気持ちが逸らされて、自分の生活のことに目がいってしまうだろう”そこで神様がとても深遠なことをおっしゃった。“もしあなたが、たったの２秒私に集中したとしても、あなたを私に引き付けるのに十分なのだ”と。

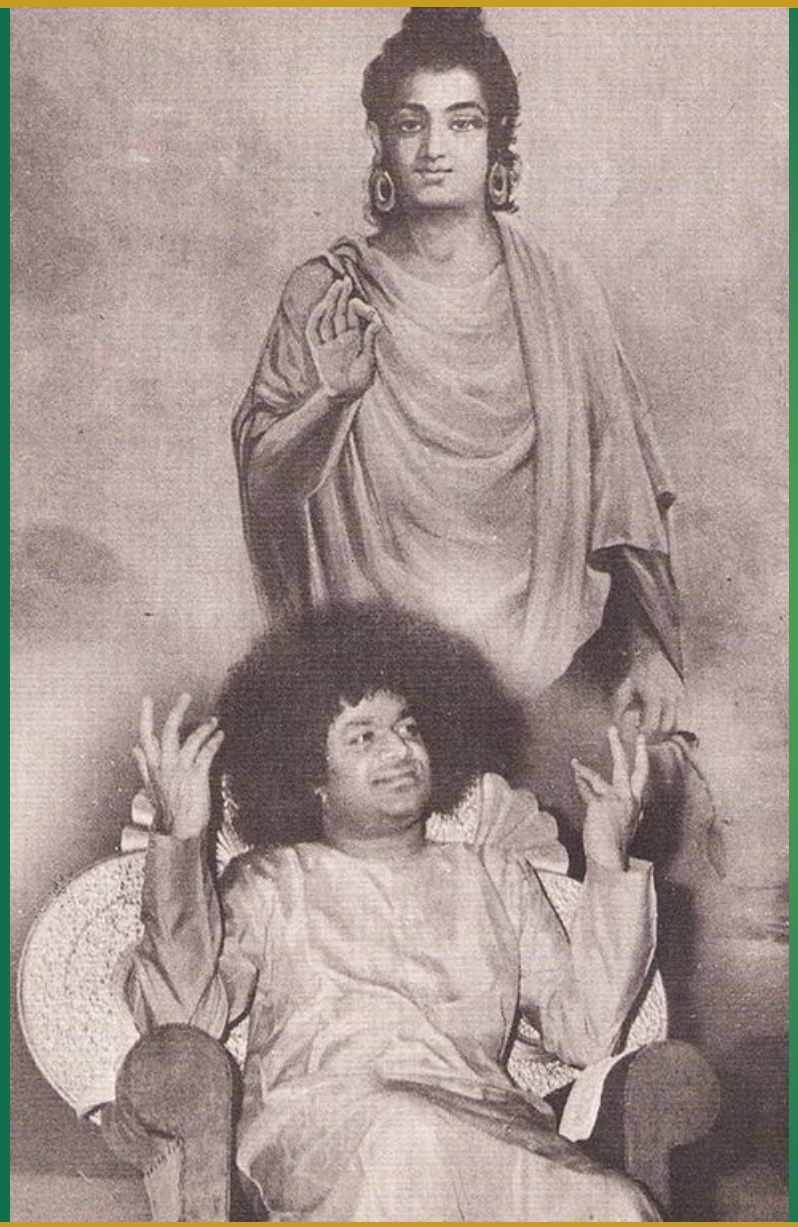
“日夜ずっと座ったり、黙想しているだけでは、私を得ることは決してできない”とおっしゃった。元の話に戻ると、義務は神で仕事は礼拝であるという態度で生活していくことで、ゆっくりと神の方に向かっていくことができると思う」、「ブリンダーヴァン校で先生をしている方と、今金沢にいるサイの学生たちがスタディーサークルのようなことをして、今日のようなトピックについて話し合ったことがあった。“義務は神であり、仕事は礼拝である”ということを始めるうえで一番大事なことは、すべての人を愛し、決して判断したりしないということだという話になった。

例えば、私たちは集団生活をしていると、ある人のことは気に入って、ある人のことは気に入らないなど、いろいろなことがあるかもしれないが、私たちはそのすべてに適応しなければならない。そして単純に微笑みを浮かべたりすることが、周囲の人々の思いを変えたりすると思う。いろいろな問題が社会の集団の中で起こるときに、ただ顔に微笑みを浮かべるだけで周囲への奉仕になると思う。私自身の考えでも、私たちのする仕事を最大限の誠実さをもって行うことが非常に奉仕になると思う。例えば、私も以前は国費留学生だったが、私の奨学金は日本の納税者のお金で賄われていた。日本のような発展した国においてさえも、十分な食べ物がないとか、ナーラーヤナ神もたくさんいらっしゃるのに、私たちはその中で留学生なのに、学び、生活できるだけのお金をちゃんと与えられていた。学生や研究員の立場で一生懸命

いう態度で生活していくことで、ゆっくりと神の方に向かっていくことができると思う」、「ブリンダーヴァン校で先生をしている方と、今金沢にいるサイの学生たちがスタディーサークルのようなことをして、今日のようなトピックについて話し合ったことがあった。“義務は神であり、仕事は礼拝である”ということを始めるうえで一番大事なことは、すべての人を愛し、決して判断したりしないということだという話になった。

例えば、私たちは集団生活をしていると、ある人のことは気に入って、ある人のことは気に入らないなど、いろいろなことがあるかもしれないが、私たちはそのすべてに適応しなければならない。そして単純に微笑みを浮かべたりすることが、周囲の人々の思いを変えたりすると思う。いろいろな問題が社会の集団の中で起こるときに、ただ顔に微笑みを浮かべるだけで周囲への奉仕になると思う。私自身の考えでも、私たちのする仕事を最大限の誠実さをもって行うことが非常に奉仕になると思う。例えば、私も以前は国費留学生だったが、私の奨学金は日本の納税者のお金で賄われていた。日本のような発展した国においてさえも、十分な食べ物がないとか、ナーラーヤナ神もたくさんいらっしゃるのに、私たちはその中で留学生なのに、学び、生活できるだけのお金をちゃんと与えられていた。学生や研究員の立場で一生懸命義務を果たすことによって、納税者が払ってくださったお金に意味が生じることになる。いつも仕事をするときにはそのような意識を絶えずもつようにし、他者が払ってくれたお金が無駄にならないようにという意識を自分のモチベーションにして、自分のベストを尽くして仕事をするようにしている。こういった状況は、仕事で収入を得ている方には誰にでも当てはまる面があると思う。そういったことを意識することが誠実に義務、仕事を果たす一つの考え方なのではないかと思う。義務は神というときに、色々な役割があるが、それぞれの側面からそういう義務を果たすことが大事になる。私たちも家庭にそれほどたくさんの時間を割くことは今のシナリオの中でできないが、もし家庭の中でそういう役割を果たさないと、その側面においては義務をうまく果たすことができないということに陥ってしまう。そういった意味においてライフワークバランスということも大事。うまくバランスをとっていくということも私たちをより神に近づけることになると思う。繰り返しになるが、そのようにスワミの愛の側面と他者を判断しないという側面を重視していくことが大事だと思う」等のコメントの共有がありました。

また、サイ大学の学生寮から配信されている動画より関連のスワミの御講話をご紹介しました。スワミが日本人の仕事への姿勢を賞賛されている動画でした。



◉　2021/3/21（日）のオンライン・スタディーサークルでは、「カルマとダルマにおける完全さとは？」に関して45名の参加者のもと話し合いました。Sis. Sが導入スピーチを担当しました。

（前略）人間の人生の使命は、完璧なもの、神に向かって進むことです。バガヴァン シュリ サティヤ サイ ババであれ、イエス・キリストであれ、ブッダであれ、彼らは皆、完璧な人間生活を送り、私たち全員の手本となりました。しかし、彼らも他の人々と同様に、苦難や障害に直面しました。階段を上るときには多少の努力が必要ですが、階段を下りるときは簡単なものです。

　同じように、私たちの人生において、完璧な状態に向かって上昇しなければならないとき、私たちは途中のすべての障害を打ち破る必要がありますが、動物的な性質に下降することは努力を必要としません。ですから、下降して悪魔のような性質を持つ行動をするのではなく、自分を取り巻くすべてのものを愛し、奉仕するという生来の人間性を維持するために、常に完璧な状態に向かって上昇するよう努力しましょう。

　完璧さには、常に継続的な努力が必要です。神を除いて、自分が完全に完璧だと言い切れる人はいません。運動を重ねることで筋肉が強くなるように、私たちの思い、言葉、行いも、それを達成しようとする継続的な努力と意志の力によって、より完璧なものになっていきます。しかし、完璧な思い、完璧な言葉、完璧な行いとは何かという疑問が生じます。ここで私は、バガヴァンの御言葉を思い出します。

“人はどのようにしてブラフマー神（神）の知識を求めるのでしょうか？この探求は、人がダルマの知識を得た後、つまりダルマ・ジグニャーサの段階が完了した後に始めることができます。ダルマ・ジグニャーサはいつ完了するのですか？カルマの知識である「カルマ・ジグニャーサ」が習得されたときです。このように、
「カルマ・ジグニャーサ（カルマの知識）」、
「ダルマ・ジグニャーサ（ダルマの知識）」、
「ブラフマ・ジグニャーサ（ブラフマー神の知識）」という３つの段階があります。”
（1988.7.17の御講話）

　つまり、バガヴァンが伝えたいのは、カルマ（行動）とダルマ（責任）を完璧にすることが、至高の存在であるブラフマー神を手に入れるための必須条件であるということです。今日、人間は様々な新しい物質を発明することで、自分の生活を完全に快適にすることには成功していますが、自分の周囲の人々を愛し、奉仕することにおいては完璧になろうとはしていません。私たちは自分の生活を快適にするために、大地、水、空気、

その他の五大元素を汚染しています。私たちのグルであるバガヴァン シュリ サティヤ サイ ババが肉体的な人生を通してそうであったように、私たちも愛と英知における完璧さを得ることを常に切望しましょう。

完全さとは何であるか？カルマが完全であるにはどのような障害を克服する必要があるか？相対世界でダルマの完成度を高めるためにはどうすれば良いか？などについて話し合いました。

参加者の皆さんからは、「お話を聞きながら、私自身が完全さを求めたことが今までに多分ないだろうと思ったが、ここで完全さとは何かと想像すると、思いと言葉と行動において常に純粋で行われたものが完全なものかなと思った」、「スタディーサークルを聞いたり、サットサングに参加したりして、実践しようとしても続かない。結構、世俗のほうに引き流されてしまうことも多いので、持続性が完全なことではないかと思う。また、日本人は清潔好きで、例えば、使う洗剤が世界一多い。完全さというのは自分が完全に清潔にするだけでなく、自分の周囲の環境など、もっと大きな目で見ての完全なものを目指していくことではないのかなと思った」、「全体像が見ることができるのは、やっぱり神様だけだと思う。スワミが微笑まれるかどうかが完全なことだと私は思っている。完全さというのはスワミが喜ばれるかどうか。でも実際に生活していくと、本当は欠点ばかりでも、焦点がそこにあるとスワミは慈悲で微笑んでくださることもあるように感じる。純粋性も不可欠だと思う。本当に完全さとは何かと一言では言えない」、「常にスワミを想うということを、一日の中で続けるというのはとても難しいこと。僕自身が思うのは、特に仕事中にスワミとつながっている時というのは、小さなセヴァのチャンスがどんどん生まれてくる。

例えば、仕事中街を歩いていると突然行き先を尋ねられたり、小さなごみが目にはいって、それを拾って捨てる機会があったりする。それがある意味、僕自身の中でのスワミとの会話というか、どれくらいスワミを意識しているかというバロメーターになっている。そうしていくと自ずと常に『ラブ オール サーブ オール（すべてを愛し、すべてに奉仕しなさい）』を実践することになる。だから障害というのはやはりスワミに意識が向かないことが障害。これは定期的な祈りやマントラ、ガーヤトリーマントラの詠唱などを通じて、常にスワミとつながっていくことが大事になっていくのではないだろうか？」、「（前略）家庭に入っているが、子供の七五三や運動会、豆まき、お月見などのすべての行事のやり方が親戚の意見と異なっていると、今思うと慣例に従っていた方が楽だから従っていたのだろうと思っている。意義などがわからず、何がダルマなのかがわからなくて、カルマに巻き込まれたことがたくさんあった。その時に障害があるとしたら、自分の中に6つの敵（欲望、怒り、貪欲、執着、高慢、嫉妬）がいると、人間関係において正しい感情がもてなくなって、何がダルマかわからなくなってしまっていたと思う」、「カルマは行動、行為という意味だと思うので、行動の完璧さ、行為の完璧さということだと思う。思いもカルマ、動機もカルマということになると、その行動・行為を行っていく背景には、ダルマの理解が必要だと感じた。例えば自分に与えられた役割や義務、そこから行動は生まれてくると思う。そう考えると行動の前提としてのダルマというものがある、しかもダルマというのは愛がベースになっているので、障害になるのは愛の反対であるエゴとなる。動機が自分のためとか、執着であると、それが障害になる。無執着や無私の奉仕というまさに愛という動機をもって行われることが障害を克服していくことだと思う。

先ほど面白い話を聞いた。スワミが学生さんの試験の点に関して、９０何点の学生にはだめだと言い、６０何点の学生にはグッドと言われたというのは、まさにその努力に対する一つのババの見方を感じた。完全さを求めようという方向性、そちらに向かって努力しているという姿勢が大事なのかなと言う気がする。

仮に障害があるとすれば、そこにはその努力を惜しんでしまうというか、怠惰な部分も障害になっていくと思う。それをいかに克服していくかが必要なのかなと思った」、「最近のスタディーサークルのテーマの『礼拝』や『一点集中』の延長線上にこの完全さ、完全性があるのかなと感じた。例えば、東京センターで祭壇を何年間かずっとやっていた。そこでは祭壇を一つ飾るのでも、左右対称であるとか、いろいろなことに、本当にきちんと完全性を追求しながらしていると感じた。これが礼拝につながるということなのかと思った。

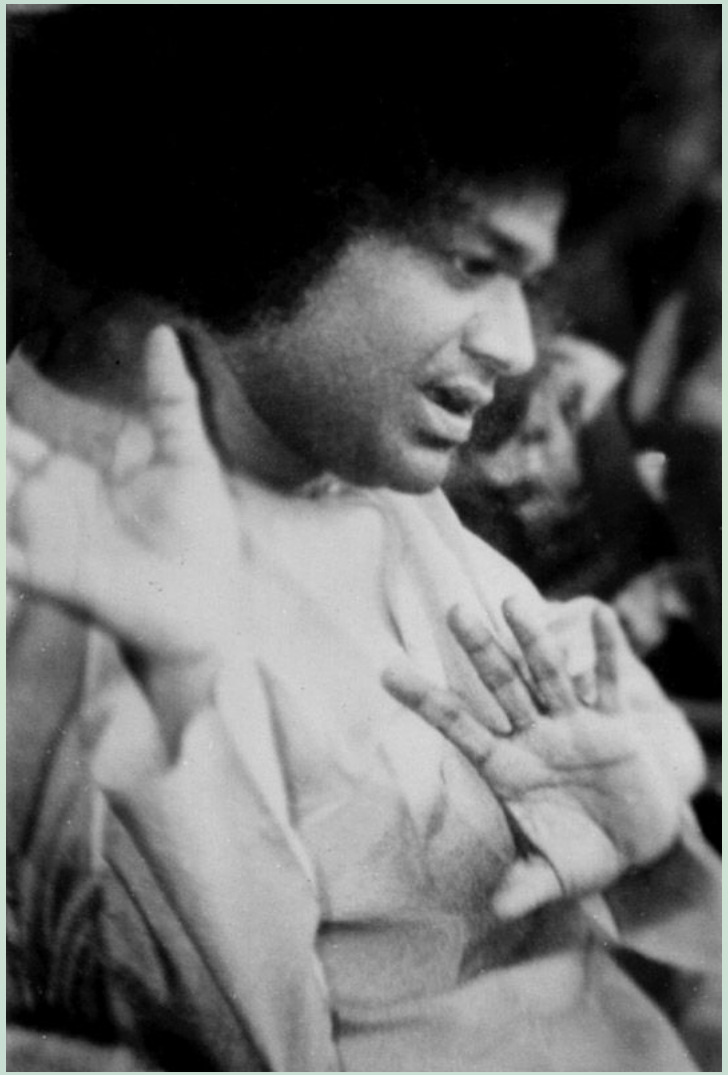
昨日ラクシュミー博士のサットサングに参加した。その時に食事はヤグニャ（供犠）だということを教えて頂いた。それも以前、ちゃんと習ったことでもあった。食事を欲望で食べるのではなく、本当に儀式として、神に捧げるヤグニャとして食べるのだと。それでも日常生活の中では、美味しいから食べてしまうことがある。やはり教わったことを、完璧にこなしていこうとすること、完全に近づけていくことが、一番完成度を高めることなのではないのかと思う」等のコメントの共有がありました。

サイの学生の皆さんからは、「私たちのアイデアとか、そのプロセスを完全に実行することだと思う。そして１００％の献身をもって、それを行うこと。人生とは完全性に向かっていくための旅だと思っている。スワミは三つの理由のためにアヴァター（肉体を持って地上に降臨された神）が来られたとおっしゃっている。

例えば、チャパティ（全粒粉を使い、発酵させずに薄く延ばして油なしで焼いたパン）を作るときに初心者だったなら、完全に行うことはできない。最初は丸く作ることはできないが、コンスタントな努力を続けたのであれば時を経て作ることができるようになる。何か月、何年とたって丸いチャパティを作ることができるようになる。それは完全さに向けて常に前へ向かっていることになる。そしてスワミは“文化の目的は完全性です”とおっしゃっている。私たちが仕事をする時に、いかなる行いをも霊的に行っていくのであれば、それが私たちを完全性に導いてくれるものと思う」、「私たちの行動の責任に伴って、時間と共に完全に近づいていくものだと思う。今、Sis. Aが言ったことに加えてもう一つ付け加えたいことは、その行動と責任に関係すること。私たちの実生活ではあまりに多くの行動を行っている。その多くは必ずしも責任と結びついていない行動。例えば、ただフェイスブックを見ているとか、色々な行動があり、すべてが責任と結びついているわけではない。それにも関わらず責任を伴わない行動も毎日の生活の中で行っている。もし私たちの生活の中で、自分たちの行動している部分と、責任を伴った部分のギャップを少なくしていくことができれば、とても利益あることだと思う。それが私たちの成長にとって、より利益があることになっていくと思う。これがカルマとダルマを完全さに近づけていくうえで、自分が強調したい一つのポイント」、「自分にとってはカルマをパーフェクトにするためにたくさんの障害がある。自分にとっての障害の一つは怠慢。行為を行うべき時間を遅らせて後でやろうと思ってしまうタイプの怠慢。締め切りの直前になると、時間がないので完全でないまま仕事を終わらせてしまう場合。この点は、自分はもっと頑張らなければならないポイントだと思っている。この仕事に対して、誰が見ていて誰が判断するのだろうと考えてしまうと、これも違う種類の怠慢。どういう仕事をするにしてもその仕事を終える前にその仕事の完成度を精査する必要がある。時には自分自身の間違いが見つけられないときもある。他の人が間違いを見つけてくれるときには、ここはもっとこうすればよかったと知ることができる。時に私たちは他人が間違いを見つけると、簡単に受け入れられないことがある。そして自分たちを改善するためには、他者からの指摘を最大限受け入れることが重要。例えば他人が間違いを指摘したときに、よく見られる態度として、“指摘してきたあなたも、こうしているじゃないか”という態度をとるケースもあると思う。そういう精神だと、自分の仕事においての進歩は難しい。

他人からの指摘に気付いて自分を直し、自分の進歩を見るのを楽しむことだと思う。そのような重要性が自分達のエゴ、アハンカーラを少なくすることを助ける。私たちがグループの中で仕事をし、お互いに間違いを受け入れたりできるなら、より進歩的なやり方で仕事ができる。もう一つの障害は私たちが何か仕事をするときに、つい自分の好きなやり方だけでそれをやってしまうということ。何か仕事をするときに完全ではないとわかっていても、自分のやっていることの欠点を正当化するやり方を続けてしまう。

例えば、時間がない、他にもっと大事な仕事がある、などのいろいろな理由によって、何か完全ではない仕事を続けている場合がある。4つ目はいろいろな物事を当たり前だと思いこんでいるということ。例えば、あるグループの中で、それは完全なやり方かわからないけれど、皆がやっているから、ともかくそれに従ってみようと不完全な取り組みをただ単に続けてしまう場合。自分の方が他者よりも完全に行っていると思った場合に、今度は他者にいろいろ判断を下すようになることもある。自分はここまで完全にやっているけどあの人はちゃんとやっていない、などと言って他者のあら捜しを始めてしまうと障害になる。最後のこの部分は、他者との比較が障害となっている。例えば料理の上手な人を見たら、私は料理が上手じゃないからそのようにはできないと思うかもしれないが、それは問題ではない。他人と比較することは非常に良くない。日常的にも霊的にもそういうことは利益をもたらさない。科学的ないろいろな現象でも必ずその中には誤差が伴う。そういう誤差が必ずある中でも、どうやって完璧な振る舞いに近づくことができるか模索していかなければならない。

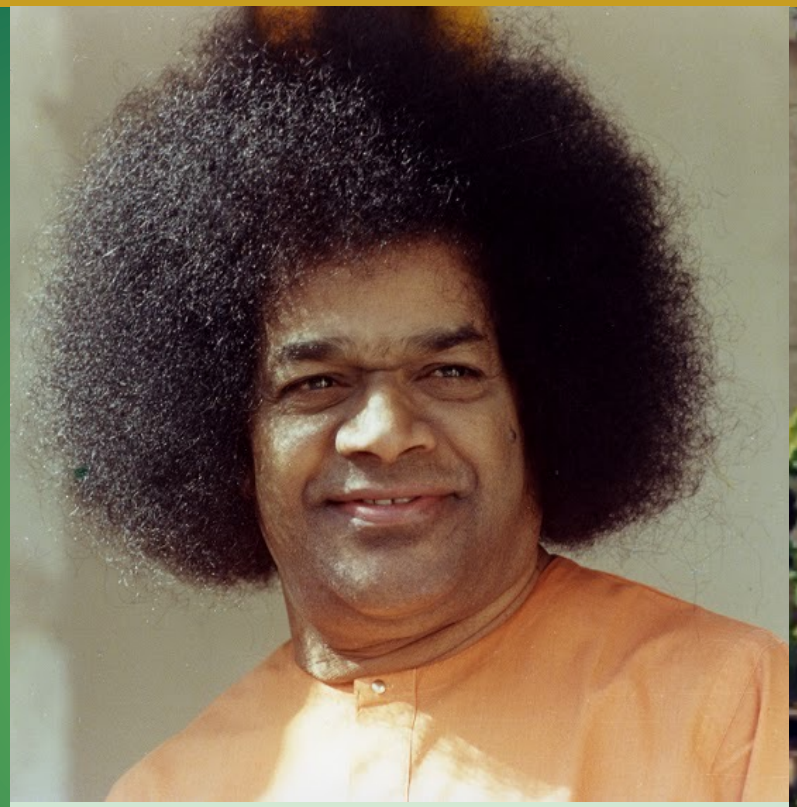


一つ、ブリンダーヴァン（シュリ・サティヤ・サイ大学ブリンダーヴァン校）の寮のエピソードがある。学生たちは特別なイベントやディナーにスワミを招待していた。1990年代のことだった。その時ブリンダーヴァンのキッチンには、それほど多くのメンバーはいなかった。スワミがいらっしゃる時も何人かのスタッフがいただけだった。そういった環境の中で、スワミがいらっしゃる時には本当にたくさんのやるべき仕事があった。それらのほとんどを学生たちは自分たちでしなければならなかった。ある時学生たちはチャパティを作っていて、彼らは上手にチャパティを練ることができなかった。彼らは練ったチャパティの生地の上に石を置いたりさらにその上に重い石を置いたりして、それを練ろうとした。しかし決してそれは完全にはできなかった。そうしているときにスワミがお越しになり、チャパティで何をしているのかとお尋ねになった。スワミは実際にどのように練るべきなのかをやって見せて下った。

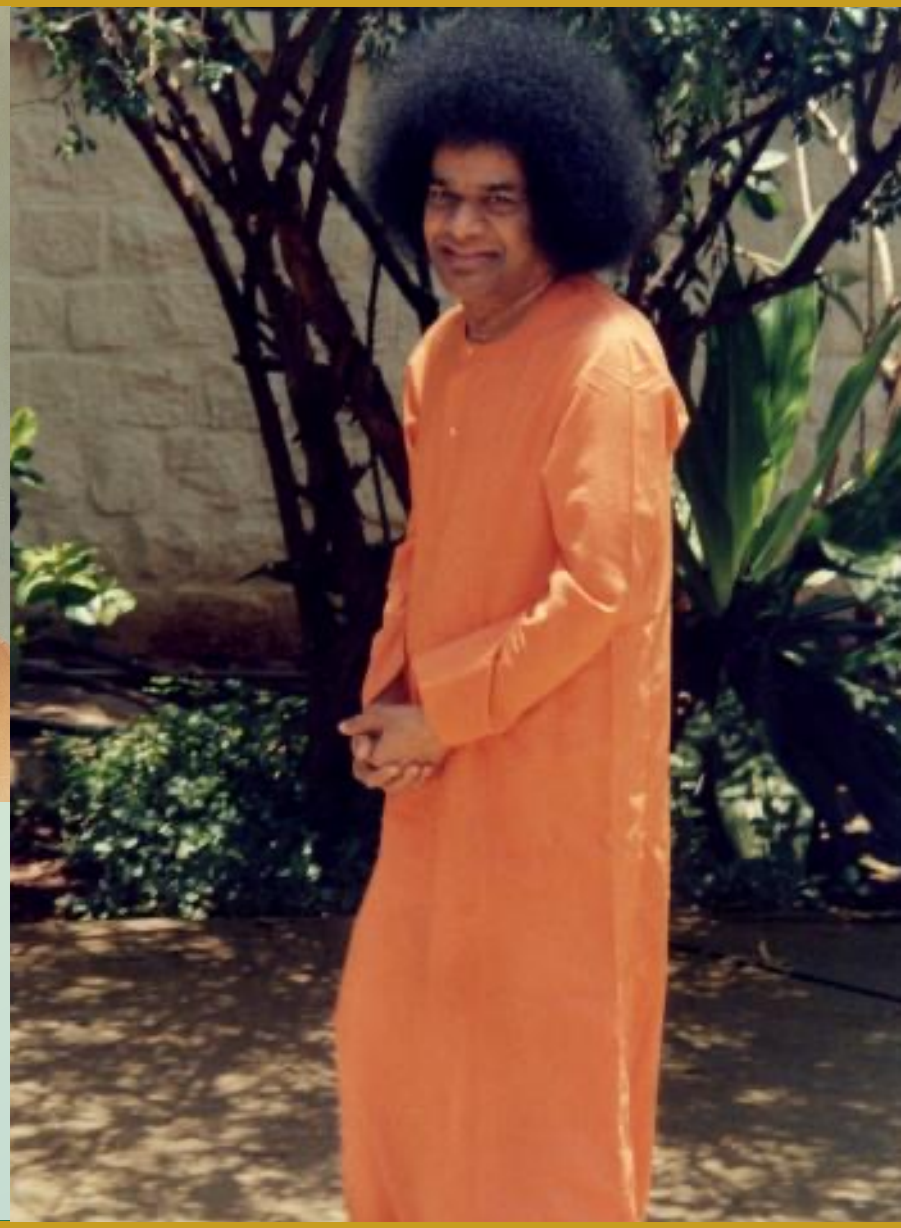
その時の学生の話では、スワミご自身が練られ

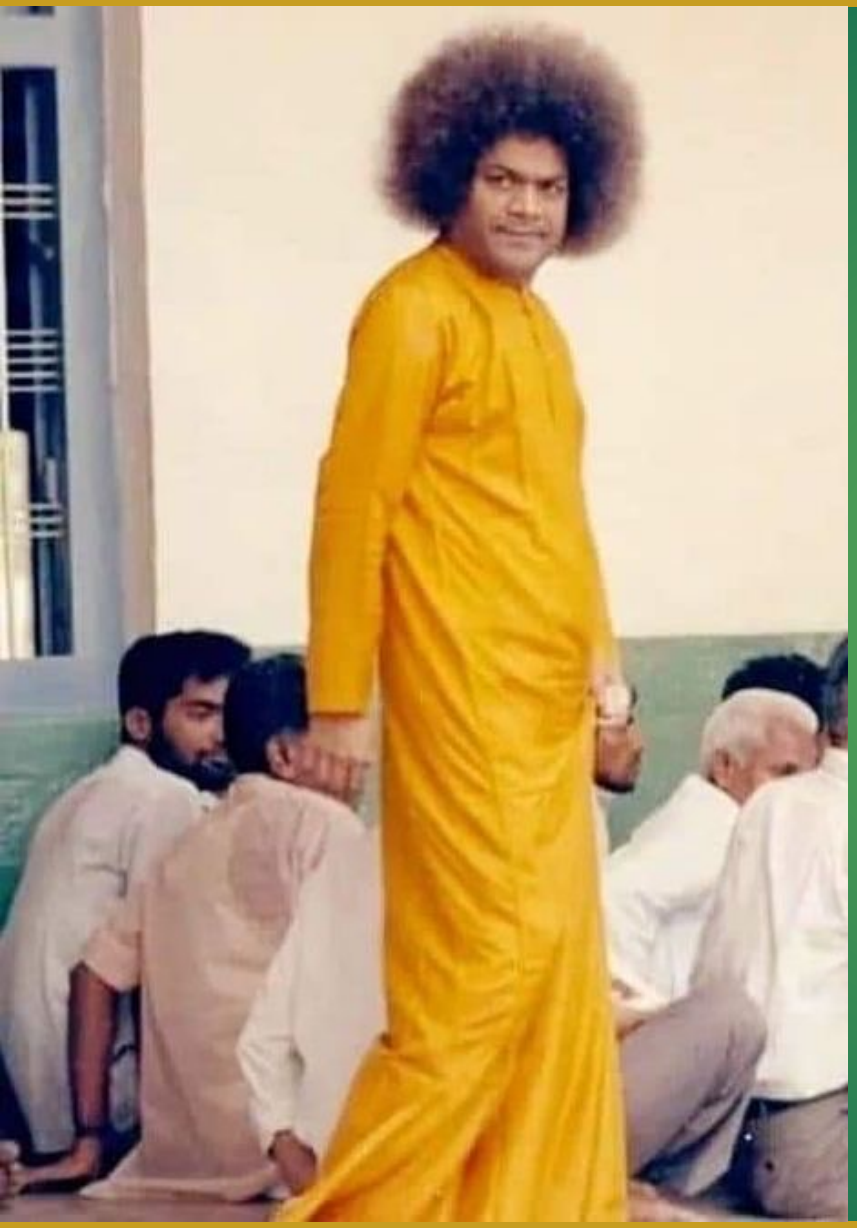
たチャパティは完全な円形だったとのこと。どのような厚みや形状が良いかということも教えて下さった。その時スワミが皆に感銘を与えてくださったことには、何か仕事をするときに、自分はこの仕事を知らないとか、できないと言うべきではないということ。とにかく本当にそれをやってみて練習すれば、どのようにできるようになるかを学んでいけるだろうとスワミはおっしゃったということ」、「完全性という観点で見ると、誰かはとても完全性が高くて、あるいは誰かは完全性がまだ足りない人だとか、いろいろな方を見かけると思う。でも、それはあくまでも、私たち自身の人生に関して考えなければならないことだと思う。完全性のことを考える時に、他者が完全であるか完全でないかということを考えないようにしていこう。そこが大事なポイントのひとつだと思う。私たちが、ダルマとかカルマにおいて、自分自身を改善しようとする時、完全さについて考える時にはいつでも、私たちのグルであるサイ ババ様、あるいはイエス様、ブッタ様や理想的なグル（霊性の師）を完全さの基準として考えていこう。それがどのように完全さというものも捉えて、今それに向かっていけるのか、ということなのではないかと思う」等のコメントの共有がありました。

また、以前のプラシャーンティ・ニラヤム（プッタパルティにあるサイ ババの住まいとアシュラム



の総称）のライブサットサング（Sri Sathya Sai Officialの動画）より関連の動画（１．1950-60年代にスワミがある少年に、スワミの弟子になるのではなく病気の母親の面倒をみるために実家に帰るように促したエピソード、２．サイ大学の学生寮の工事において、スワミが大工仕事、電気工事、塗装にどれほどの完璧さを求めたかというエピソード）をご紹介しました。





◉　2021/3/24（水）のオンライン・スタディーサークルは『プレーマヴァーヒニ』第１節「善良な人格は霊的力である」、第５節「まずあなた自身の中にある欠点を探し、それを改めなさい」について50名の参加者のもと話し合いました。

Bro. Aが今回の箇所を選んでくださいました。第１節と第５節との間の関係に関する説明がありました。自分自身の中にある欠点を探すという霊性修行を始めることで、最終的にはそれがより良い習慣やより良い振る舞い、ひいては良い人格につながって、それが霊的な力となっていきます。
人格とは何か？どのように人格は社会とのつながりに影響するか？「不滅のアートマ（神我）を想起させる人格」とはどのような人格か？欠点は他者ではなく自分の内に探すべきであることを、どのように常に覚えていることができるか？等について話し合いました。

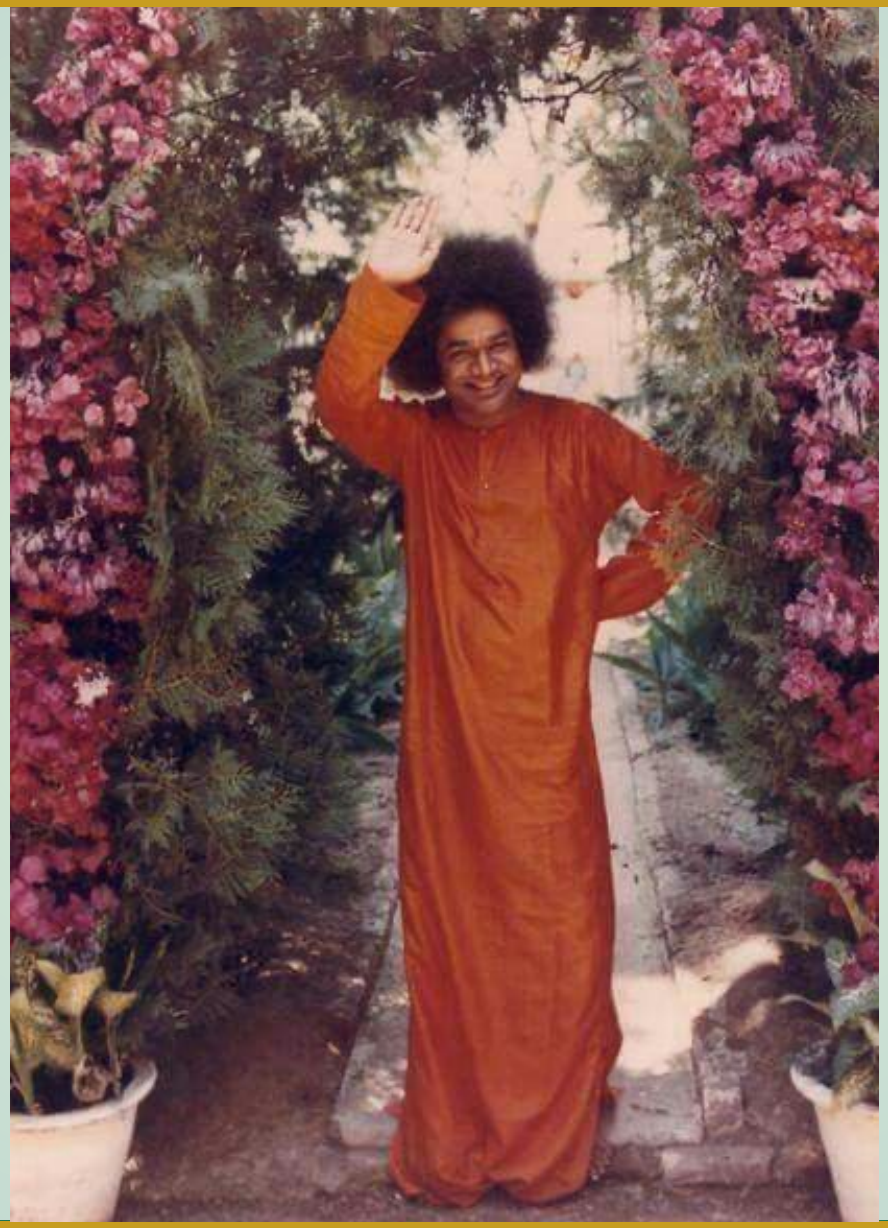
参加者の皆さんからは、「人格とはどういう人であるかということだと思うが、その人その人の内なる思い、精神状態を表すものだと思う。また改めつつ、より良いものにしていくことができ、そうすることが人の人生ではないのかと思う」、「人格とはその人がもっているものだが、なんとも温かい、魂からの喜びが湧いてくるとか、ほのぼのとした気持ちになるとか、いつまでもその人といたいとか、いろいろな人格がある。イエスやブッダ、サティヤ サイ ババ様のような方と交わった時の喜びを思うと、そのような人格は宝石のような素晴らしさだと思う」、「人格というのは性格とも個性とも違って、言葉に表すことができない。先ほどの解説の中で私たちは皆人格の創造物だという御言葉を聞いたとき、私たちを支える根底にあるものなのかなと思った。適切な時に適切な言葉が出てくる方だなと思える人がいる。常識をわきまえているので皆に通じる言葉がかけられるのではないかと思う」、「いろいろと人格の説明をいただいて、なるほどと思いながら聞いていた。人格者という言葉はあっても、性格者という言葉はない。性格というのは、一つはその人が持つ傾向であったり、あるいは外側の刺激に対する反応であったり、表面的なことが性格なのかなと解釈している。それに対して人格とはキリストであったりブッダであったり、もちろんスワミであったり、一つの人間としての生き方そのものが非常に揺るぎないことから生まれている。
例えばスワミの場合は『ラブ オール サーブ オール（すべてを愛し、すべてに奉仕しなさい）』であったり、イエス様の場合には愛の道を説いて自分が犠牲になったりした。なぜその時にそのような生き方や態度をされたのかということを考えてみると、やはり性格ではなくて内側から生まれる確固たる信念からだと思う。皆に記憶されることになったことも、信念が人格かなと感じた。

次に、そういう人格が社会にどのように影響するかという点。やはり社会がどのような状態であっても、社会との関わりにおいて、信念から生まれる行動とか考え方が、人格のベースの上にあると本当に揺るがない。表面的なことではなく、こういうものが社会にとって良いはずだと思い、揺るがない判断になっていくのではないか」、「思いと言葉と行動が一致していて、どのような状況でもどのような相手でも、いつも同じ平安な態度を取れることかなと思った」、「やっぱり、アートマというのは不動であることだと思う。世の中で色んなことが起こっても、その現象に惑わされないで自分自身を確立していること。あるいは利己的な愛でなく、万人への愛を持っていること」、「今現在ある人生は、前世と来世の合間でしかないので、今世でより一層自分を高めていくことによって欠点も少なくなり、より良い人生になっていくと思う。今世の生がとても大切になってくるのではないかなと思っている」、「死ということを覚えていると、他の人の欠点は直接自分が死ぬときの思いや、幸福感にはまったく関係がない。むしろ他の人の良いところをいつも見ていた方が、死ぬときは幸せだと思う。より意義があるのは、自分の中に欠点を見つけて改善していくことだと思う」、「自分の内側にあるものが外側に反映すると考えると、もし自分が外側の誰かとか何かに対して欠点を見た時、それは自分の中にある欠点だといえる。先ほどのスピーチでとても面白いババの御教えを教えていただいた。それは、“良いものは良い、悪いものは悪いと見るのが人間で、良いものも悪いものも良いと見る者が神。良いものも悪い者も悪いと見るのが獣。良いものを悪く、悪いものをよく見るのが悪魔”というお話だった。それを考えるとどのように見るかということが自分の中の反映。もし誰かが悪く見える時は、これは自分の中にあるなと振り返り、それを矯正する一つのチャンスとすれば良いと思った」、「先ほどのお話のように、何を受容して何を受容しないのかということが人格の属性と思う。自分には受容できても自分の友達には受容できないということがあったり、その逆もあったりする。過去生から持ち越したヴァーサナー（潜在的傾向）が影響していて、それはカルマだと思うが、人それぞれの人格を形成してきたこれまでの背景があると思う。他人をお互いにそれぞれ批判せず、ありのままを愛し合うことが大切だと思う。１番は神で、２番は他者、最後の最後に自分を持ってくる」等のコメントの共有がありました。

サイの学生の皆さんからは、「習慣というものがその人の性質を形作ったもの、それが人格。それは本当に肉体がどうあるかとはまったく関係ないもの。スワミがおっしゃるように、一度、人の肉体が消えてしまうと、人の肉体のことは誰も覚えていないが、人々や社会がその人の特質を覚えている。習慣であったり能力であったりするかもしれないが、肉体が失われた後でもその背後に残していくものが人格だと思う。もし私たちが肉体を去ってからも、人々に私たちのことを覚えていて欲しいのであれば、私たちの振る舞いがそのようなものであるべきだと思う」、「人格とは内なるその人の習性、人間が本当に保有しているある種の特質。振る舞い、行為の意図、愛、憎悪など、そういうものをすべて含んだもの。そして私たちの人格を構成するいろいろな要素を総合したものが人格を形作っている。内なるいろいろな特性がそれぞれの人によって異なっているので、それが人によって差別化しているのが人格の違いになっている。そして、私たちの習性を作りだすのは道徳の要素。人の行動も人格を規制する要素。そして何を受容して、何を受容しないかが、その人がどういう人格をもっているのかということを意味していると思う」、「もし私たちの口（言葉）がよければ社会は私たちに対して良いものとなる。社会というものは、どのように私たちが関与するのかによって、良いものかどうか決まってくる。社会とは私たちがどういう色眼鏡をしているかによって、どういうものかが決まってくる。私たちの思いや習慣とかが良くないものであれば、社会の中には悪いものばかり見ることになってしまう。

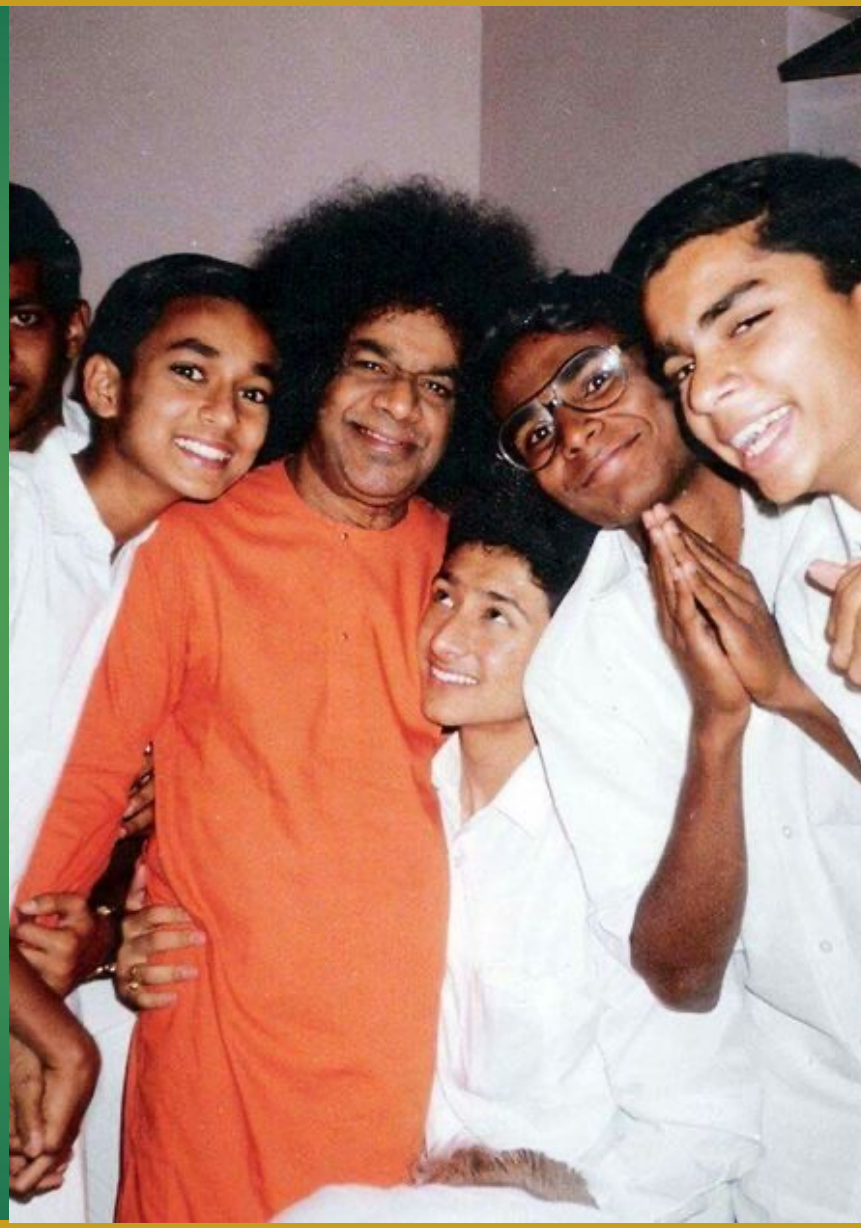
私たちのもっている人格は、ただちに私たちの家庭に影響を及ぼす。家庭が良いものになることによって、社会が良くなっていく。私たちがどのように話すか、どのように人と接するかを通して、人々が私たちの人格を精査するようになる。どのような人格を私たちが得るのかは、スワミがおっしゃっていることを、私たちがどれだけ取り込むことができるかにかかっている。よくサイの学生の卒業式でスワミがおっしゃるのは、“あなた方が外に出る時には、人々は皆さんのことをサイの学生として見ます。良いことをすればサイの学生がこういうことをしていると。悪いことをすれば、サイの学生がこういう悪いことをしていると受け止められます。そして個人個人の振る舞いが社会に大きな影響を与えていきます”ということ。

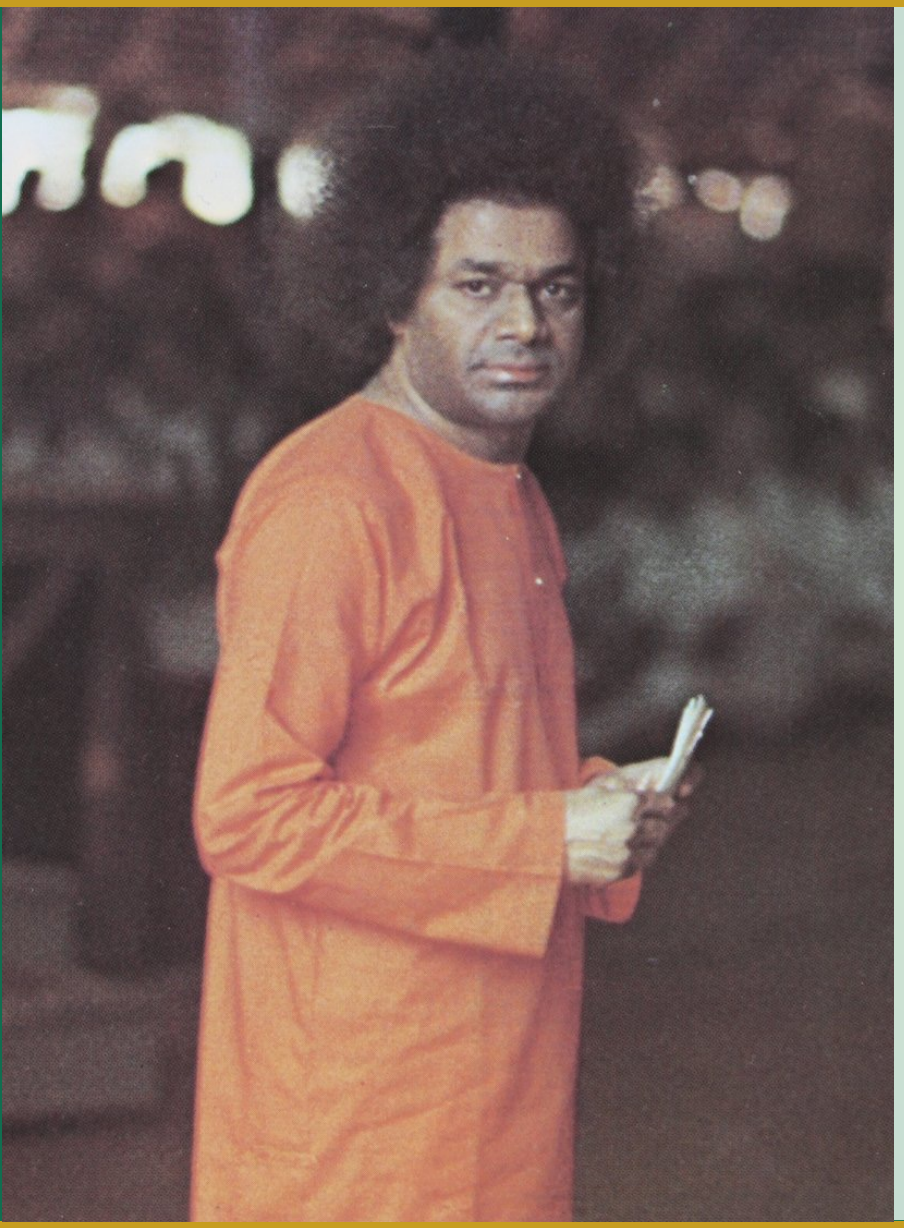
そのため、スワミは大学を創ることによって人々を育て、社会がより良いものになっていくように意図された。そしてマハトマ・ガンジーやマザー・テレサのように死後何十年たっても語り継がれている人々がいる。どこに生まれた人であるかに関係なく、例えばマハトマ・ガンジーは死後、アフリカの人々にまで影響を与えている。同じような例として南インドで生まれた一人の人格であるスワミは本当に世界中に影響を与えるまでに至っている。私たちが社会に対して良い振る舞いをしていれば、社会が私たちに対して良くあるということ」、「本当に私たちが社会にどう関わるかには大いに人格が関係している。



例えば、日常生活でよく観察してみると、より利己心が少なくて皆さんの幸せばかり願っている人々とより多く接すると、そのような人々とより多くの時間を過ごしたくなる。その一方でより利己心があり嫉妬を示すような人とは、あまり時間を過ごしたくなくなる。最近は私たちの知識の欠落などによって、多くの人が有名人に惹きつけられるようになっている。必ずしもそういった有名人たちの人格は良いものではないが、有名人に惹きつけられる傾向があると思う。私たちは注意深くどういう人格に惹きつけられ、それによって私たちのポジティブな影響があるかどうか気をつけていかなければいけない。幸いバガヴァンの導きによって、何が良い人格であるかを私たちは教えていただいている。そして私たちはスワミが示してくださったことをもとに、私たち自身がリーダーとなって、あまり良くない性質を持った人々に惹きつけられないようにしていかなければならない」、「”不滅のアートマを想起させる人格“がどんなものか、正直なところ分からないが、スワミの御講話やサイ文献からすると、アートマだけを見るのであれば万物を区別することはできない。そしてアートマのような人格をもっていたなら、無条件の愛をもっていることになる。

また、究極の創造の真実にも関わりを有すると思う。すなわち、すべての人々に対して実直で親切な人格ではないかと思う。他者に対して毎日、日々の活動の中で無条件な愛を示すことができるような人格。そうして私たちの周囲に見る他者の中にも、何かしら神なるものと同じ性質を見ることができる。すべての人々を、私たち自身を扱うのと同じように扱うことができるのが人格ではないかと思う。そして他の人たちにいろいろな扱いをする時に、自分自身も同じものから成り立っていて、アートマのレベルではすべて同じものなのだと理解していることが大事であると思う。すべて踏まえると、人格をアートマの特質と捉えることができる」、「最も難しい質問でもあると思う。普通の人間というのは他の人の中に間違ったところを見つけがち。いつも他者の中にそういったものを見つけてしまう。最初は何か期待をもって他の人を見てしまう。何かその人の振る舞いや言葉で、他の人からその人にこう振舞って欲しいという期待がそもそもあると、その期待どおりになっていないと何かおかしいと思うことになる。二つ目のポイントがエゴの視点。自分自身は他の人とは違った存在だと思うこと。極端な話、自分が最善な人間だと思うと、他の人が何を言っても良くないものに見えてしまう。自分自身が留意しようとすることだが、基本的には他の人には可能な限り期待をしないようにし、自分自身は可能な限り謙虚でいようと思う。いつもそれを覚えているということがまた難しいこと。実際こういう場所で話し合っていると、良さそうなことを話すのは本当に簡単。実際の社会の中で周囲の人とのやり取りや交流の中で話し合いがヒートアップした時にこのことを覚えていることはとても難しい。そういった場合も想定しつつ覚えていなければならないことは、謙虚でいることと、一人ひとりが、その人のままでいることを受容すること」等のコメントの共有がありました。





◉　2021/3/28（日）のオンライン・スタディーサークルでは「ホーリーの祝祭と霊的意義」について38名の参加者のもと話し合いました。Bro. Bが導入スピーチを行いました。

色の祭りであるホーリーは、ヒンドゥー教の最も重要な祝祭の一つです。春の始まりを告げるお祭りです。この祭りは、西洋暦の２月から３月に相当するパールグナ月のプールニマ（満月の日）の夜に始まります。太陰暦では、１年で最後の満月の日となります。何世紀にもわたって、この祭りはあらゆる階級、カースト、年齢層、世代の人々を結びつけてきた祭りです。この祭りには関連した様々な物語があります。

シヴァ神※1の妃であるサティーが火の中に入り、死を受け入れたとき、シヴァ神は完全に打ちのめされ、怒りました。シヴァ神は義務を放棄し、厳しい瞑想に入りました。これにより、世界には破壊的な不均衡が生じました。サティーはパールヴァティ女神として生まれ変わりました。彼女はシヴァ神との結婚を望みましたが、シヴァ神はまったく興味を示さず、彼女の気持ちを無視していました。ブラフマー神※2はナーラダ※3に、神々がマンマータを送ってシヴァ神に影響を与え、シヴァ神とパールヴァティの結婚がうまくいくようにすることにしたと伝えました。

マンマータはシヴァ神の情熱を掻き立てようとしました。シヴァ神は非常に怒り、マンマータを燃やして灰にしてしまいました。

シヴァ神はムルッテュンジャヤ(死を克服する者)として知られています。そして、カマリ（欲望の破壊者）でもあります。これらの二つの名前は、欲望を破壊する者は死を征することを示しています。なぜなら、欲望は活動を生み、活動は結果を生み、結果は束縛を生み、束縛は生をもたらし、生は死を伴うからです。

プラフラーダはヴィシュヌ神※4に深く帰依していましたが、彼の父親はヴィシュヌ神を憎む悪魔の王でした。父は息子を変えようと様々な方法を試みましたが、プラフラーダは変わりませんでした。そこで、父は息子を殺そうとしました。ヒランニャカシプ※5は自分の姉妹の一人に近づきました。彼女は、自分の膝の上に乗った人は誰でも生きたまま焼かれるという恩寵を受けていました。彼女の名前はホリカでした。この物語では、彼女はプラフラーダを燃やそうと膝の上に乗せましたが、代わりに彼女の方が生きたまま焼かれてしまいました。プラフラーダは無事に生還しましたが、それは彼が「ハリ　オーム」を唱えて神に帰依していたからであり、それが彼を火から守ったのです。（中略）

ホーリーの祭りは、クリシュナ神※6と、ラーダー※7の不朽の愛にも関連しています。伝説によると、幼いクリシュナは養母のヤショーダーに「なぜラーダーは色白で、自分は色黒なのか」と訴えました。ヤショーダーは、ラーダーの顔に色を塗って、顔色がどう変わるか見てみるようにと助言したということです。このようなクリシュナとの関連性から、クリシュナと密接な関係にあるブリンダーヴァンとマトゥラーの地域では、ホーリーの期間が長くなっています。

ホーリーの前夜、ホリカの像を燃やしてホーリーのお祝いが始まります。人々は集まって、魔王ヒラニャカシプの妹であるホリカが炎で殺されたように、自分の中の悪が滅びるようにと祈ります。ホーリーの日には、人々はお互いに色を塗り合い、水をかけ合います。色を使った遊びや色塗り合戦は、屋外の通りや公園、寺院や建物の外で行われます。集団の人々が太鼓やその他の楽器を持って、あちこちに行き、歌い、踊ります。この祭りとそれに関連した祝い事は、人生の祝賀の側面を刺激することで、人々に新たなエネルギーをもたらします。

どのように喜びに満ちた思いでいることができるか？「欲望を破壊する者は死を征する」という御言葉をどのように理解するか？この祝祭をどのように祝いたいか？等について話し合いました。

参加者の皆さんからは、「神のことを常に思い、神に接している時は、常に喜びなどを感じていると思う。それ以外の世の中のことに夢中になってしまったり、心惹かれたり、神から離れてしまうと、その時は一時的に喜んだりするが、必ずそれには終わりがあって苦しみや悲しみだとかいろいろなものがついてくる。神に対して思いをもつことが、一番喜びを持続させる」、「私はどんなに悲しくてつらいときも、空を見ると神の御業ってすごいなあと思う。雲の流れや色は、神様が考えたデザインが本当に素晴らしいと思って、いつも幸せな気持ちになれる。なので、空や自然を見ることが本当に神の御業のすごさを一番感じることができている」、「欲望があって生まれてきたと思っている。生きていてこの世に直面して、自分の中にある欲望に気付く。欲望が出てきて６つの敵（欲望、怒り、貪欲、執着、高慢、嫉妬）が出てくる。それでこういう欲望があるのだと初めて気が付くということは、生まれる前に既に欲望をもっていたということだと思う。ある場面に直面した時に、独特の欲望が出てくるから悪い心が出てくる。今度はその欲望を神に向けていくことで死を征服し、生まれ変わらないようにすることと理解している」、「欲望があって生まれてきて、それが結果となり次の生が生まれるというお話があった。だから欲望がなかったら生まれないということ。

生まれなければ死はないので、欲望がないということは、生もなくなるし死も破壊するということではないかと思った」、「今日もたくさんいろいろと教えていただいたので、今日教えてもらったとおり、自分がどういう欲望をもっているかを見つめ直して、それを神様やダルマに少しでも結び付けて、方向性を変えて純粋にしていきたいと思う」、「本当に美しい空を見たりした時など、今は桜がすごく美しい。そういうものを今までも観ていたが、もっと意識していつも朗らかでいられるようにしたいと思う」等のコメントの共有がありました。

サイの学生の皆さんからは、「スワミはいつも朗らかで幸せでいなさいとおっしゃる。私自身理解しているのは、自分自身が本当に朗らかで幸せでいるための方法は、何よりもまず第一に神と一緒に歩んでいくこと、どこへでも神を連れていくことだと思っている。そして私たちと共にいてくださる神は、様々な姿をとっていらっしゃる。本当に自然を見て、その創造者である神を讃えて楽しむということも、同じように幸せでいることを助けてくれる。今は桜の季節だが、本当に美しい桜を楽しんでいる。今日は一人で過ごしているが、桜の咲き誇る美しさを見ることで、聖なる美しさを感じることができている。

自然以外では、何か助けを必要としている人を助けることによって、思いが朗らかになっていくのではないかと思う。人生の中には色んな山や谷があると思う。山というのは神様の祝福であったり、下がるときというのは神を忘れる時であったりする。そういうことに過ぎないと考えるのであれば、その山や谷の影響は外的なものではないので、長くとらわれるものではないということが分かるのではないかと思う。私たち自身が善良な行いをすることを楽しむのであれば、それを通して喜びに満ちて幸せでいることを助けてもらえる」、「ホラーの映画を見る場合と比べてみると、ホラーの映画を見ている時にはものすごく心配や不安な感情が出てくる。その映画に没頭している時には、そこで起きていることが現実のように見える。一度眠った後とか、その後になっても、そのことを思い出して恐くなったりすることさえある。毎日、生活の中でいろいろなことを体験していても、真に体験していることが私たちにとって永遠のもの。日常生活で難しいことに直面してしまった時には、一体これからどうなってしまうのだろうと思ったりする。そのように私たちの過ごしている時間を現在に集中して生きていないのではないか。時々、将来何が起こるのだろうとか考えて、心配で思いを満たしたり、過去のことを思い出したりしては、思いを乱す。今ということだけに集中して、今という時間は長い人生の中のほんの少しの時間にすぎないのだといつも意識していれば、喜びに満ちて生きていけるのではないかと思う」、「スワミは欲望を破壊するものは死を征服するとおっしゃっている。一つ私たちが理解しなければいけないことは、生まれてきた結果に直面しなければならないということ。私たちは生まれてきたからには、どこかで必ず死に直面しなければならない。

ハヌマーン※8のような卓越した人であったとしても、あらゆる人がいつか死ぬ。スワミは、欲望を追いかけ続けている限りにおいては、決して生死のサイクルから抜け出ることはできないとおっしゃっている。一番最初に大事なことは欲望をコントロールするために心をコントロールすること。私たちの心の中では、私たちの欲望が叶えば私たちは幸せになれるだろうと思っているが、そのように考えるのであれば、結局絶対に幸せにはなれない。なぜなら欲望が叶えられれば必ず次の欲望が増えていくから。そのように集中力がないと、神を探究するための集中力を得ることも非常に難しくなる。

一つの例を挙げたい。ある時ラーヴァナ※9が、ブラフマー神から恩寵が欲しいと求めたことがあった。その時ラーヴァナが求めた恩寵は、鬼も動物も自分を倒すことはできないという恩寵。なぜならラーヴァナは可能な限り世俗的な様々な欲望を楽しみたいと思っていたから。最終的にラーヴァナは人間によって殺された。後にプラフラーダも同じようにナラシンハ神から恩寵をいただく機会があった。その時プラフラーダが求めた恩寵は、私はあなたと一緒にいたいということだった。そのおかげで何千年経った今もプラフラーダは善良な例として記憶されている。一方ラーヴァナはたくさんの知識を得たにも関わらず、いまだに非常に悪い例として記憶されている。欲望を破壊できない結果が何を引き起こすかを示している。それが、スワミが死を征服するために欲望を破壊しなければならないとおっしゃっている意味」、「欲望は牢獄だと思う。欲望や悲しみを引き起こす。欲望や世俗的なものを手放すことができないと、怒りや欲求不満がたまっていく。

私たちはまだ世俗的なものに伴う喜びや苦しみとつながっている。私たちの多くはまだ、自分自身の本当の性質を知ろうとする代わりに、いろいろな世俗的事柄と絡み合っている。一方で私たちがシヴァ神に従うのであれば、シヴァ神は私たちに放棄することを教えてくださる。無執着、喜びを手放すこと。そのように喜びや痛みから無執着になれば、神を達成することができる。スワミはいつも欲望に上限を設けるようにおっしゃっているが、そうすることによって私たちが生死の束縛

から自由になるからと教えてくださっている」、「子供の頃にどのようにホーリーを祝っていたかというと、色んな色を使って、お互いの顔に塗り合いみたいなことをしていた。そのように祝うと、肌に塗った色が取れなくなって、ホーリーの後も一週間ぐらいはその色が取れなかった。色んな絵の具を水に溶いて、お互いにスプレーしたりしていた。道端にも沢山の色んな色が塗られていた。人々が道端に絵の具を撒いたりした時に、間違って動物にかけたりしていた。16歳ぐらいになった時に、ふと思うようになったのは、そういうお祭りがあると毎回２～3時間そういう活動をするが、それが終わった後の結果が、非常に良くないものだと思った。お祭り騒ぎをした後で、健康状態が悪くなり、また環境に良くないこともしていたと思った。結果として動物を傷つけたりしていなかったかだろうかと思った。そう思ってからは、もっと少ない量の色を自分に塗ったりするようになった。アナンタプル（シュリ・サティヤ・サイ・アナンタプル女子カレッジ）でお祝いをする時は、絵の具を使わないで、水をかけ合っていた。そして時には、先生も一緒に来られて、同じように水の掛け合いを楽しんでいらっしゃった。自分自身は、ホーリーのお祭りの時にも、何か美味しい食事を作ったりすることでお祭りを楽しんでいた」、「色の付いた水を掛け合ったりして楽しんでいた。とても喜びに満ちた時間であったが、大抵の場合は花の色や天然色素を使って、そういう色をつけていた。そういったものは、あまり健康に悪い影響がない。このお祭りの間には、いつもものすごくエネルギーに満ちた雰囲気を感じてきた。これはインド中で必ずしも祝われているわけではない。プッタパルティの周辺地域では、昔ホーリーはそれほど祝われていなかったが、プッタパルティの周辺に、インド中の人々が居住するようになって、その影響でホーリーが祝われるようになってきた。自分がサイ大学に来て以降は、ホーリーのお祝いをそれほど沢山祝う機会はなかった。また今年もインドに居た時のようには、日本でホーリーを祝うことはできないが、でもバーガヴァタム※10の中で、クリシュナがいろいろないたずらをされていた頃の幾つかのエピソードなどを読んで楽しみたいと思っている。本当に難しい霊的な文献を読むよりも、本当にクリシュナが子供の頃のいたずらっぽい様々な活動に関する記述がそこにはある。とても幸せな、喜びを与えてくれるエピソードが沢山ある。ホーリーには、そのようなエピソードなどを楽しんで祝いたいと考えている。もしコロナの期間が終わったら、ぜひ帰依者の皆様も、３月から４月に移り行くこの季節にパルティに行くことができれば、この祝祭を楽しんで頂ければと思りう」、「他の人にも色を塗るということは、他の人を幸せにするという意味がある。このお祭りをとても皆楽しんでいた。このお祭りを楽しんでいる人々は本当に幸せそうで朗らかであった。そして、それぞれの自宅で作った特別なお祭りの食事を、ご近所の方々と交換したりしていた。祝祭の日がやってくると、多くのエネルギーや幸せというものが自動的に訪れるような気がしていた。またホーリーに関わる様な料理をここでも作ったり、あるいは実家に電話して、どのように祝祭を祝っているかを話し合ったりして、このホーリーを祝いたいと思っている」等のコメントの共有がありました。

動画コンテンツではスワミがカストゥーリ博士（初代サナータナ・サーラティ編集長）の金の時計を消したり、他の指輪に変えたり、博士の思いを揺さぶりながら欲望を減らすことの意義を教えたりなさったエピソードをご紹介しました（過去のSSSMC（Sri Sathya Sai Media Centre）ライブサットサング“Living Joyfully”より）
また、2011年3月20日のホーリーの祝祭の日のスワミの最後のダルシャンの動画を見ました。

※1　シヴァ神：破壊を司る神
※2　ブラフマー神：梵天、創造を司る神
※3　ナーラダ：世界に信愛を広めるためにブラフマーが創った聖者
※4　ヴィシュヌ神：宇宙を維持し守護する役割を担っている神
※5　ヒランニャカシプ：ヴィシュヌ神を信仰する息子プラフラーダを殺そうとしたところ、人獅子の姿で現れたヴィシュヌ神に滅ぼされた羅刹の王
※6　クリシュナ神：ドワーパラユガにおける神の化身
※7　ラーダー：クリシュナ神を深く愛した牧女
※8　ハヌマーン：『ラーマーヤナ』に登場する猿。ラーマを深く信愛し献身をささげた
※9　ラーヴァナ：『ラーマーヤナ』に出てくるランカーの羅刹（悪鬼）の王
※10　バーガヴァタム：聖賢ヴィヤーサの著で、バガヴァットという名で呼ばれるヴィシュヌ神とその化身の物語集。

◉　2021/3/31（水）のオンライン・スタディーサークルでは「プレーマヴァーヒニ」第71節「人間の神性を信じるとき、人類への奉仕は神への奉仕となる」について50名の参加のもと話し合いました。Sis. Aがパラグラフを選んで下さいました。人類への奉仕はどのように神への奉仕となるのか？無私（self-less）の奉仕はどのように私たちの自己（self）を助けるか？霊的求道者の特質とはどのようなものか？等について話し合いました。

参加者の皆さんからは、「スワミを知る前に、宗教関連ではない団体でボランティア活動を行っていた。その時はまったく充実感がなく、いろいろなことで失敗をしてしまった。スワミのところでナーラーヤナ セヴァを体験して、本当に素晴らしいと思い、違いを感じている。以前、他団体のボランティア講座を受けた際に、日本のボランティアは成功しにくいというお話を聞いた。それはなぜかというと、海外の方はキリスト教など宗教を基盤にするから長続きするが、日本はそういうものがないから長続きすることがないというお話を聞いて納得をした。やはり、神が中心にないと何も自分の為にならない。神が中心にあって本当にそれが神への奉仕となって素晴らしい結果を生むのだと体験的に思った」、「例えばプログラムに参加しないでキッチンなどのセヴァをして、（勿論プログラムに参加したい思いがあっても）自分自身のダルマをまっとうする方も結構いらっしゃると思う。自分自身の思いを犠牲にすることで、神への奉仕になっていると思う」、「“人の喜びを我が喜びにする。誠の人の喜びなり”という言葉がある。良いことをしたときに自分自身の方が喜びを与えられる」、「サイへのセヴァは他の団体とは全然違うと思うところは、本当にスワミの遍在を感じることや、スワミの御加護がある。そしてスワミのリーラー（神の遊戯）としか思えないような助けがいっぱいある。私生活でも助けられ続けていることに感謝している。恩寵が何よりも素晴らしくて言葉に表せないほど。自分の変容という点では、物の見方が広がったり、心が広がったりした。自分の家族や自分だけが良ければよいとは一切思わないのが当然になっている。心の拡大が至福に向かっている感じがある。結局、自分の為にやっているのは間違いない」、「センター活動を通してセヴァをしてきた中で、ババマジックのような助けがあり、素晴らしいものができあがったりすることがある。たいてい、本番が素晴らしいものとなる。私自身もスワミの祭壇の御足のクッションカバーを作ったり、ガネーシャの衣装とか作ったりすることがあるが、スワミに捧げるという思いですると、できあがりがすごく素敵になり、私がしたものではないといつも最後には思う。スワミがスワミのことをしているということを経験すると、自分の中に本当に神様がい

いてスワミが動かしている、自分も神なのだと思うことがある」、「セヴァに参加する前日あたりから、スワミの促しのような、自分でないものが突き動かしていると感じることがある。いつだったかガネーシャ・チャトゥルティー（ガネーシャ神聖誕祭）が東京センターで何日か行われ、最終日に皆さんが祭壇などを片づけているのを見ていると、いろいろな人でこの活動が成り立っているのだなと思って、その場を離れられなくなった。僕自身もいろいろなセヴァをしていきたいと思った」、「私自身がスワミを知る前に、ボランティアをしていた頃は、基本的に人のためにやっていると思っていた。神を知らない人たちがやっているボランティアは人のためにやっている感覚ではないかと思う。その場合には、奉仕の規模がそれではまったく役に立たないとか、効率良くやるにはどうしたら良いかということで議論になることが多かったり、トラブルがあったり、ということを経験した。スワミを知って自分が霊的求道者になってから行うセヴァ、奉仕というのは人のためでなく自分のため。自分の中にいる神を顕現させるために行うのだと、自分の中の目的が変わった。目的が違うので、本当に自分自身が成長していける、神に近づいていけると思っている」、「前の方の意見にまったく共感同感している。私たちのサイセヴァというのは霊性修行として行うが、自分の内なる神を顕現してエゴを克服するために行う。霊性修行者というのは私、私のものという意識を克服することが目的なので、自分自身を出さない、犠牲にするというか、行為者は神だという意識をもって行う。行為者が神であるというのは、私自身は頭では理解できるが、自分の中の神がどう行為しているのかなというところが今一つ腑に落ちていなかった。しかしつい最近ウパニシャッドを読んでいて、ある文章に接した時になるほどと思ったので、少し触れたい。創られたもの（目に見えるものすべて）には生命が宿っていなければただの物質にすぎない。その物質である身体を動かしているものは何かと考えた時に、それが神であるという文章に接して、「なるほどな」と少し腑に落ちた。そのことを考えて今の三番目の質問を考えると、やはり自分自身が行為しているわけではなくて、神が行為している、神が神のために神のものを捧げている。それに対して感謝という捉え方をするべきということではないかと思う。いろいろと霊的求道者の特質はあると思うが、それ以外にも、いつも愛にあふれているとか、分け隔てないとか、喜びも悲しみも等しく見る、奉仕をすること自体が喜びになるとか、そういう特質があるのかなと思った」等のコメントの共有がありました。

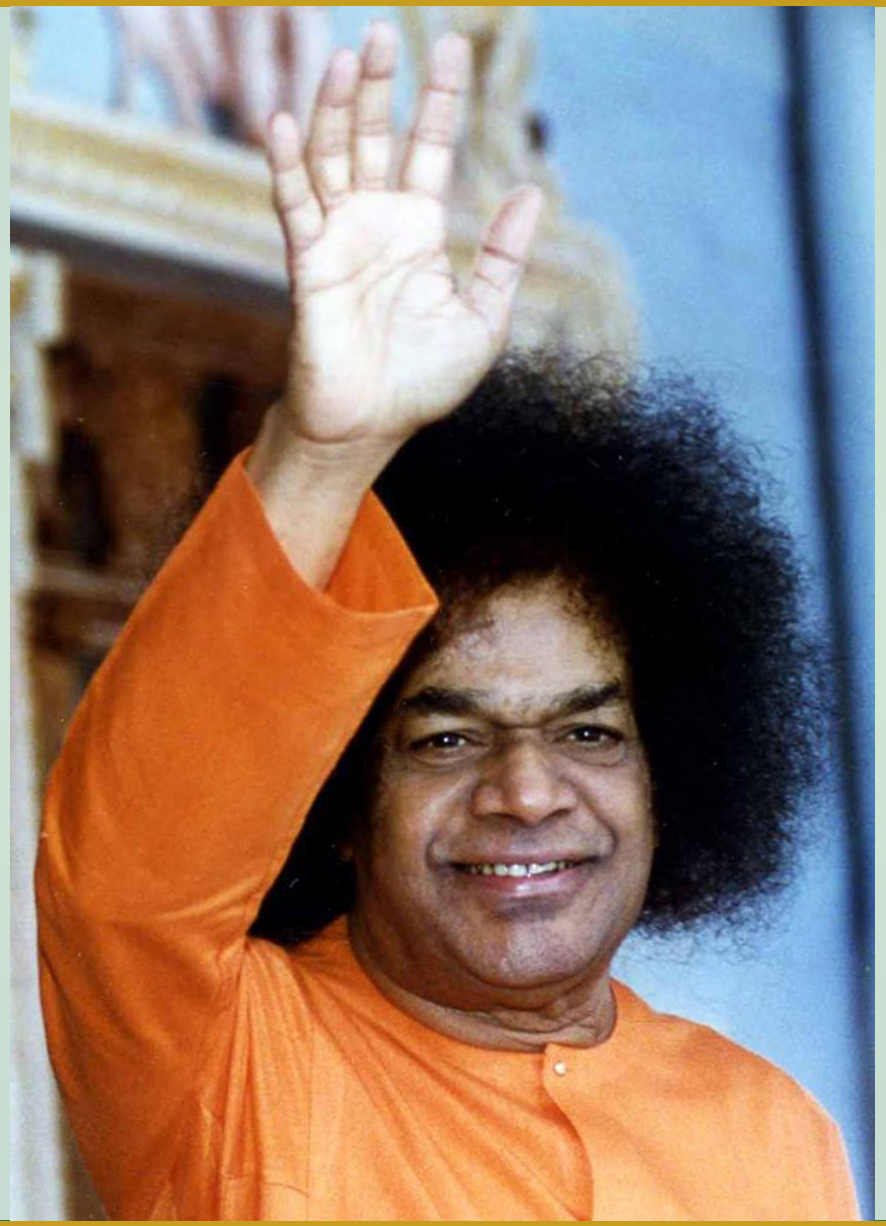
サイの学生の皆さんからは、「愛が顕現したものが無私の奉仕。そして同時に大事な側面が感謝。感謝というものは私たちが愛をもっている時だけ湧いてくる。そして奉仕をする時に愛が湧いてこないならば、自分自身にこう問うべき。“どうして私は感謝の念を持っていないのだろう”と。この質問においては、同時に社会に対する質問でもあると思う。なぜなら人類というものは社会だと思うから。社会に対してはいつも感謝をもっていなければならない。そのために社会に奉仕をしなければならないとスワミはおっしゃっている。そして社会に奉仕するのが私たちの義務になっている。時々、私たちは自分自身の為に奉仕をしようとする。例えば名声を得ようとしたり、お金を得ようとしたりする。そのために奉仕をすることがあるのかもしれない。そのような種類の奉仕は神への奉仕として顕現してこない。愛の態度とその側面（感謝）が大事だと思う。そしてどのように奉仕が神への奉仕として高められるかだと思う」、「神への奉仕を考えたときに、どういう奉仕が神へ捧げられるべきなのかを考えるのが一つのポイントになる。実際に神様は全能で何でもご自身でできる方。これまで降臨してきたどのようなアヴァターも人間社会の秩序を作り出そうとしてやってこられた。そして社会をより高いレベルに引き上げようとしてこられた。これはこれまでやって来たすべてのアヴァターに共通して言えること。

社会への奉仕という観点から考えたとき、私たちの周囲を取り囲んでいるものに対してそういう視点から奉仕をするべきだと思う。スワミのことを考えると人間の姿をした神様。過去のアヴァターの姿では例えば魚の姿や、他のアヴァターの姿をとられてきた。動物の姿までも取られてきたということはスワミが、あらゆる生きとし生けるものの中にいらっしゃるという事実を同時に示していると思う。そういった観点からすると、私たちはアヴァターの使命を助けるように、周囲の人たちの霊的レベルを上げるよう存在していくのであれば、人類への奉仕になるのではないかと思う。

　そのような活動を行っていけば、周囲の人の霊性のレベルを上げることができ、同時に自分たちの霊性のレベルも向上させることができる。このような理由で、人類への奉仕、すべての生きとし生けるものへの奉仕は神への奉仕になると思う」、「個人的にこれが奉仕に関する大事なところだと思う。すでに前の方々が言ったとおりだが、やはり私たちが奉仕をする時は、無私の愛からすることになる。そして、奉仕の行為そのものが私たちに非常に良い価値を教えてくれる。私たち自身がどれほど幸運であるのかということが、そういう機会に教えてもらえる。私たちが他の人がもっていない多くのものをもっていると気づかされる。そのことを悟ることが感謝につながっていくと思う。そして私たちは衣食住があり、多くの人はそれがない。それを踏まえて感謝しなければならないと気づかされる。そして私たちがもっている幾分かをシェアしたいという思いに変わっていく。つまり同情心というものが謙虚さに変わっていく。神の意志を受容するという価値も、そこで入ってくる。奉仕を通してもたらされる多くの価値はバクティそのもの。これらのバクティのプロセスが最終的な全託、自己実現に至るチェックポイントになる。スワミが多くの御講話でおっしゃっているように、奉仕というものはバクティに至るための中間駅になっている。奉仕をするということが私たちの中に非常に良い特質を与えてくれて、知らず知らずのうちに私たちを目覚めさせてくれる」、「多くのポイントを皆さんが既に言ってくださったと思う。もう一つの大事なポイントは満足が得られるということ。前の方が言ったように、私たちには他の人がもっていない非常に多くのものを与えられている。どうして神様はそれほど沢山のことを与えてくださっているのかを考えなくてはならない。奉仕をすること自体が本来の特質において非常に霊的なこと。私たちが非常に良いカルマを持っていて、初めてそのような奉仕に携わることができると感じる。スワミがいつもおっしゃるポイントは、奉仕というものはいつも静かに行わなければならないということ。今日、多くの人が奉仕活動に参加してはソーシャルメディアに投稿して“私はこんな奉仕をしました”と言っている。私たちが奉仕をしているわけではなくて、神様が私たちを通して奉仕をされる。私たちの中には悪い性質もあるが、奉仕をすることによってその特質を取り去ることができる。沢山の偉大なことをしたと考える前に、自分自身の悪いところを取り去るという考えを心に据えておかなければいけないと思う。そのような心の持ちようで無私の奉仕を行った時に、初めて本来の目的であるエゴを減らすことができるのではないかと思う。もう一つ考えることは今、ホームレスをしている人々は10年前には普通の人であったかもしれないということ。それはどういうことを意味するかというと、私たちだっていつ同じようなるか分からない。だから人生における様々な変化に準備しておくことが必要だと彼らが教えてくれているのだと思う」、「霊的特質とは、自分自身に対して真実、誠実であること。自分自身に対して誠実でなければ、決して自分自身を変えることはできない。もし自分が何か過ちを犯してもその過ちを受け入れないなら、ずっと同じステージに留まることになる。もしこれは自分の間違いだと知ることができれば、より良くなることができると思う。これが一つ目でかつ最も大事な、霊的求道者に必要なことだと思う」、「3つ目の質問と関連した特別なポイントがある。神様は全能で何でもできるのに、なぜ私たちの奉仕が必要なのだろう？子供の頃から人類への奉仕は神への奉仕と言われてきた。

どうしてこのように言われるのかというと、私たちがすべてのものの中に神を見ているから。人が奉仕をするときに、誰かが既にもっているものを他の人にあげるという行為が行われる。ある人がそれを受け取る人に渡していく。その時、奉仕をする人がエゴを膨らませる可能性もある。そういった場合にエゴを取り除く方法としては、奉仕を受け取る側のレベルまで行って一緒に奉仕を行う必要がある。世俗的な意味で考えるなら、そんなことはできない。例えばナーラヤナセヴァでは、多くの人はあまりいい衣服も持っておらず、非常に長い間風呂にも入っていない状態。そういった人たちに対して、相手の立場になるような奉仕をする唯一の方法は、彼らのことを神と見なすことだと思う。その人は神だという確信をもって奉仕するなら、速やかに私たちはその人たちの方へ行くことができる。それが、ずっと昔から年長者が人への奉仕は神への奉仕だと言い続けてきた理由だと思う。このような心の持ちようが奉仕に携わる人の基本的な特質であるべきではないか」等のコメントの共有がありました。

また、サイ大学の寮生たちが配信する動画から関連動画をご紹介しました。



◉ 2021/4/4（日）のオンライン・スタディーサークルでは「扉を叩きなさい。そうすれば開くであろう」について42名の参加のもと話し合いました。Bro. Kが導入スピーチを行いました。

今日は聖なるイースターの日で、イエス・キリストが十字架にかけられてから３日目に墓から起き上がった日として世界中で祝われています。この日、私たちは何を学ぶべきでしょうか？スワミはおっしゃいます。

「愛だけが、すべての人の中に潜在する神性を明らかにすることができます。愛は神です。愛に生きなさい。愛は与えることと許すことによって生きます。自己は得ることと忘れることによって生きます。愛は無私であり、利己主義とは愛がないことです。自己の狭い利益を追求して人生を無駄にしてはなりません。愛！愛！です。 あなたが本当にそうであるもの、つまり愛の具現者になりなさい。他人があなたをどのように扱おうと、あなたをどう思おうと、心配してはいけません。
（サティヤ サイ スピークスVol.14 C.45）

この日は、この無私の愛を体現したイエスの御教えを一つ取り上げ、その意義を現代に置き換えて考えてみましょう。

イエス様は「扉を叩きなさい。そうすれば開かれるだろう」とおっしゃいました（マタイ7:7-8）。どこをノックすれば、何が開かれるのでしょうか。スワミは、ハートの扉をノックすべきだとおっしゃいます。あなたのハートに宿る神が、無限の至福、アーナンダへの扉を開いて下さることでしょう。私たちは何度も、このことが本当なのかどうか、疑念や不安に悩まされています。スワミが私たちを覚えていて下さるのでしょうか？ある状況を考えてみましょう。

このスタディーサークルのグループにはお子さんがいらっしゃるご両親の参加者の皆さんも多いと思います。子どもと一緒に出かけても、子どもを忘れてしまうことはあるでしょうか。そんなことはないだろうと思います。この世に生まれて、一緒にいる世俗的な意味での両親が私たちを忘れることができないのであれば、時の始まりから私たちの守護者であり永遠の母である神様が、私たちを忘れることがどうしてできるでしょうか？

（中略）あるとき、上級生の男子学生寮に滞在しているある学生がいました。彼は家から出てきたばかりで、お菓子をいくつか持ってきていました。たくさんのお菓子の中に、彼のお気に入りのお菓子があったのですが、誰にも教えたくありませんでした。そこで彼は考えました。「これは夜、みんなが寝静まってから食べよう。そうすれば、誰とも分け合うことなく、一人で楽しむことができる」。彼はこの考えを誰とも共有せず、皆が寝静まった時に、誰にも見られていないことを確認した上で、それを実行しました。次の日、マンディールにダルシャンに来たスワミは、この学生のところに真っ直ぐに来て、“あなたはいつ家から帰ってきたのですか？”と尋ねました。学生がその質問に答えました。次の質問は、“お菓子をもらいましたか？”学生は“はいスワミ”と答えました。スワミは、“友達と一緒に食べましたか？”と尋ねました。学生は“はいスワミ”と答えました。そして、スワミは学生に、“昨夜、皆が寝静まった時に食べたお菓子の味はどうでしたか？”と尋ねました。学生は答えられませんでした。私たちのハートの中にいらっしゃり、私たちが考える前からすべての考えを知っていらっしゃる神様に、どうやって何かを隠すことができるでしょうか？

スワミは、私たちはハートを純粋に保たなければならないとおっしゃいました。もしスワミが私たちの家に来たなら、私たちは汚れた不潔な家にスワミを招き入れるでしょうか。いいえ、家をきれいにして飾ります。例えば、私たちは家の中の祭壇をどのように維持するでしょうか？では、主の玉座である私たちのハートをどのように維持すべきでしょうか？幸運なことに、私たちの慈悲深いスワミ自身がこの問いに答えて下さっています。

スワミは「私たちのハートの中の肥沃な土地を耕さなければならない」とおっしゃいます。

（中略）もうすぐ10回目のアーラーダナ・マホーツァヴァムがやってきます。主が私たち全員に、目ではなくハートで主に到達するよう教えて下さってから10年が経ちました。スワミへの贈り物として、私たちは皆、自分のハートをスワミが座るための美しい玉座にしましょう。ハートの扉をノックしましょう。そうすれば、慈悲深い母であるスワミがその扉を開き、私たちに永遠の至福を与えてくださることでしょう。

内なるスワミとつながるために、どのようにハートの扉を叩くべきか？どのようにハートの中のスワミを常に感じていることができるか？ハートの中のスワミの玉座をどのように整えることができるか？アーラーダナ・マホーツァヴァムにどのように備えたいか？について話し合いました。

参加者の皆さんからは、「スワミに手紙を書くということが、スワミにつながることを体験した。ある方の心配を非常にしていて、スワミに手紙を書こうと思って書き出した。手紙を書いているうちに、“ああ、これはその人の問題ではなく、私の問題なのだ”と分かってきた。手紙を書き終える時にはある意味、もう道が見えて自分の中で心の中で解決できたという体験があった。スワミに手紙を書くことが自分にとってはハートの扉をたたく

ことに近いと思っている」、「以前にこのスタディーサークルで108の御名を唱えるお話が出て以来、できるだけ朝のお祈りの時に108の御名を唱えるようにしている。その時にぼーっと唱えていることもあるが、自分のハートの中に居るスワミを心を込めて賛美することができたときは心地が良く、本当にハートの中にスワミがいらっしゃるのだと思うことができる」、「最近は瞑想している時にスワミの御姿を浮かべて、その目を見る。その目を素直に見られるとき、心がつながっているなと思う」、「心の中を、悪いネガティブな思いを無くして、純粋な状態に保っていくってことかなと思う」、「祭壇係としてセンターの祭壇を、丁寧に、すごく綺麗に保つことをずっとやってきた。一方、自分の家の小さな祭壇は、意外とぞんざいにしていたなということに気づいた。祭壇の外側を綺麗に掃除したり、ご飯を添えたりすることが、自分の心の中を綺麗にしていく一歩になるのかなと思った」、「今、大阪レディースの世話人の方のとても素晴らしいご提案とご計画で、『ブラフマ スートラの神髄』を朗読している。Zoomのオンラインで朗読しているが、レディースの皆さんが毎日この本を読んで、頭の中のほとんどをそれが占めているのではないかと思うぐらい、皆さん、毎日毎日すごく努力して読んでいると思う。私自身も、実は朗読は苦手分野のワースト10に入るぐらい、漢字と朗読は避けたいことだが、この機会を得たおかげで、本当に毎日毎日、この本を読むことができている。とても難しい内容で最初はちんぷんかんぷんだったが、大阪レディースの皆さんの一体感と純粋さから、毎日刺激を受けながら、今練習をしている。『ブラフマ スートラの神髄』のスワミの金言を一つでも心の中にしっかりと根づかせて、アーラーダナ・マホーッツァヴァムに繋げることができたらと思う」、「僕も『ブラフマ スートラの神髄』をアーラーダナ・マホーッツァヴァムに向けて、取り寄せて読み始めたところ。特に時間がある時には、休みの日には何をやろうかなとよく思うが、何をやるかというよりも、今何を捧げられるかということを常に意識していきたいなと思う。そのようにしていけば常にスワミと会話をしながら日々過ごせているのではないかと思う」等のコメントの共有がありました。

サイの学生の皆さんからは、「内なるスワミと通じるためには、例えばスワミが自分と一緒にいることをイメージして、スワミが自分に何をして欲しいだろうかと想像すること。想像を働かせて、イメージをすることにより、非常に多くの文献を通して勉強することに匹敵するぐらいの大事なつながりが得られる。スワミはすべての人は何が正しくて何が間違っているのかと知っているのだとおっしゃっている。例えば殺人者のようなひどい犯罪者でも、その人のハートの中では何が正しくて、何が間違っているのかを知っている。では何故そんなことをしてしまうのだろうか？その人のマインドの声が内なる声を圧倒してしまうから。その意味において、内側のハートの扉をたたくことが非常に大事になる。どのような行動を人生の中で行うにしても、ひと休みして内側の声をしっかり聴いて、答えを待つことがとても大事な点。内側の声とつながるということが私たちに影響を与え、より正しい選択を決定できるようにしてくれる。それが、自分がこのようにしてスワミとつながることで内側からの答えを待つ理由。スワミがおっしゃっているもう一つのことは、人間のハートとは椅子取りゲームのようなものだということ。そのゲームが終わる時には、一つの椅子と二人の参加者だけがそこに残ることになる。最後に残るその椅子には神だけが座ることができるのだとスワミはおっしゃっている。そのようなサーダナがすべての人間が行っているサーダナであるということ。スワミは、人間は人生の中であらゆる種類の様々な経験をしなければいけないとおっしゃっている。

例えば、学生だったり、結婚していたり、仕事に行ったり、リタイアしたり、いろいろな局面を経験しなければならないようになっているが、すべての局面において常に神とつながっていなければならないとおっしゃっている。

人間の人生は木のようなものだとスワミはおっしゃっていて、人間のもっているあらゆる関係というものは、例えば枝であったり、実だったり、果実だったりする。でも、神というものは木の根に相当している。木の根に与える水というものは私たちがもっている愛。スワミの例えでは、もし、私たちが愛を枝や、果実、葉などに注いだとしてもダメなので、根に注がなければならないとおっしゃっている。そしてその根にさえ愛を与えていれば、それ以外のすべての関係も良いものになる」、「導入のお話で、ドラウパディーの物語を話してくれたが、そのように神が遠いところにいると思うのであれば、いつも神様は遠いところにいることになる。もし私たち自身が本当に神様と近いところにいると思うのであれば、本当に近いところにいて私たちに応えて下さる。（中略）

様々なアヴァターが、帰依者が純粋なハートで祈ったときに速やかに答えてくださったエピソードがある。まず、神様がいつも私たちの一人ひとりのハートの中にいらっしゃると知っていることがとても大事。そして神のような心がいつも私たちの心を導いてくれるようにいつも注意していることが大事であると思う。それが内側に座していらっしゃるスワミにつながっていることだと思う」、「祭壇の玉座を整える方法は、第一にスワミのために十分なスペースを用意しておくことだと思う。もし、私たちの側にスワミがいるのであれば、私たちは世界のすべてを手にすることになる。その一方で、スワミではなくて世俗の方が私たちの共にいるのであれば、その場合にはスワミは、私たちの側には居ないことになってしまう。第一に識別。何が神で、何がそれ以外なのか、何が善で何が悪いものなのか、その識別を最初にすることが大事になってくる。本当に私たちが道をそれてしまうような、多くの間違った道がたくさんあると思う。例えば、聖典の中では、“アンナムブラフマー”という、『食べ物が神である』という言葉がある。私たちが食べ物を愛しているからといって、それは神様を愛しているとは限らない。すべての世界はスワミの中にあるが、逆にスワミが世界の中にあるわけではない。私たちは、スワミにつかまっているべき、世界につかまっていてはいけないということ。今、スワミが肉体的にいらっしゃらない世界において、どのようにスワミを探せば良いのかということになる。一番スワミを見つけることができる、最も信頼のできるリソースは、スワミ御自身が話されてきた言葉。スワミは本当に、これまでの沢山の御講話、バジャンなどを通して私たちが、本当に活用できる姿でいてくださっている。そして私たちがスワミのおっしゃっている様々なことを受容できるのであれば、スワミは大いに私たちと共にいてくださっている。多くのご講話で私の恩寵は雨のようなものだとスワミがおっしゃった。

もし容器が正しい向きであれば、その器を受け取って水で満たすことができる。もしその容器が逆さまであれば、せっかく雨が降ったとしても、その雨を集めることはできない。ではどのように器を正しい方向に持っていることができるのか、ということになる。ただスワミが言っていることを機械的に見たり聞いたりするだけではなく、それを実践することを通して初めて、その器を正しい方向に向けて保持することができる。その後、恩寵によって雨を集めた後は、その集めた水をこぼさないように、しっかりと運ばなければならない。そして私たちがたとえスワミの恩寵を沢山持っていたとしても、決してスワミの道から、スワミの御言葉から逸れてはいけない。そして、そのスワミの御言葉に対する重要性と、持続性、その二つがスワミの恩寵を継続的に私たちのものにしていく上で、大事な二つの点だと思う。例えば何かサーダナをして、何かの恩恵を得ると、私たちはその段階に達したのだと思ってしまうことがあるかもしれない。でも実はそうではない。そういう段階に達したのなら、継続的な努力によってそれを維持していく必要がある。例えば、せっかくハートの中にスワミが居ても、そのハートをスワミで満たしても、私たちはやはり世界で生きていかなければならない。世界の中にはやはりマーヤー（幻影）がある。そしてそのマーヤーを通して私たちを道から逸らせるものが沢山ある。

そうすると、せっかくスワミが玉座に座っていらっしゃっても、また立ち上がってどこかへ行かれることもあるかもしれない。だから、とてもとても気を付けていなければならない。もし一度ハートにスワミがいらっしゃったのであれば、どこにでもスワミを見ることができるようになっていく。そういう段階に立つと、私たちがたとえ世俗の中にいても、世界は私たちに影響を与えない。その段階に辿り着くことができるまで、サーダナを止めることはできない。これまで、多くのスタディーサークルでも話してきたが、スワミをいたる所に見るために、どのようなことが大事であるのかを話し合ってきた。今回の2番目の問いに対する答えを一言で言うならば、やはり継続的な努力ということになると思う」、「ハートの玉座にスワミがいらっしゃることが何を意味するかというと、すべての自分の思いを神に向けること。例えばいろいろなものに対してポジティブな思い、ネガティブな思い、あるいは、他のいろいろな物質的なものに対する思いや、いろいろな思いが沢山あると思うが、そのすべてを一つの想いだけに変えていくと、それはただ神がここにいらっしゃるという、その一つの想いに変えていくこと。それがスワミに玉座にいらしていただくということだと思う。それは具体的には、すべての人に愛をもって奉仕することを、実践を通して可能になっていくのではないかと思っている。

それが、スワミが人類への奉仕が神への奉仕だと言っている意義なのではないかと思う」、「スワミご自身が、どうやって彼とつながっていることができるのかを素晴らしく教えてくださったことがある。例えばお母さんと子供が上手くつながっているためには、二つの良い方法があるとおっしゃっている。それｄは、子猿の方法と子猫の方法。例えば子猿の方法だと、子猿は一生懸命、母猿につかまろうとする。そして、例えばお母さん猿が木から木へと飛び移る時に油断をすると、子供がしっかりつかまっていないと、母猿から離れて滑り落ちてしまう可能性がある。でも、お母さん猫が子猫を捕まえる方法では、母猫が子猫の首のあたりを優しくつかんで、優しく運んでくれる。猫は、同じ口で獲物を殺して食べることもあるが、その同じ口で子猫をとても優しくつかまえる。どのような状況がやってきても母猫は、決してその子猫を落としたり傷つけたりしない。スワミは、是非この猫のような方法でやっていきましょうとおっしゃっている。もし私たちが猿の方法を採用するのであれば、私たちがしっかりとスワミに自らつかまっていることができないと、滑り落ちてしまう可能性もあるから。もし子猫のように完全な信仰をもっていて、スワミが私たちの世話をすることを完全に許すのであれば、何も心配することはない。そして猿の場合と子猫の場合の主な違いというのは信仰の違い。例えば最初の猿の場合だと、私たちの信仰というのは必ずしも完全ではなく、時々短い間、心が揺らいでしまい、その手が離れてしまうこともあるかもしれない。一方、子猫の場合には、本当に何が起ころうとも、本当にスワミが面倒を見ているのだという信仰をしっかりもつのであれば、決してスワミは私たちのことを見捨てることがない。その様に、子猫のように完全に母親のことを信頼して、完全にスワミに全託していくことが大切であるということ。子猫の場合だと本当にスワミは、私たちと常に共にいて、私たちが神の手を取っているのではなくて、スワミが私たちの手を取ってくださっている状態になる。これまでは、自分自身がスワミの手を取っていこうと度々自分も考えて来たと思うが、これからはスワミに私の手を差し出して、“これからは、あなたが私の手を取っていてください”とお願いしていきたい」等のコメントの共有を頂きました。

最後に、関連のスワミの御講話動画をご紹介しました。

Love All, Serve All

Help Ever, Hurt Never

シュリ サティヤ サイ インターナショナル オーガニゼーション ジャパン

ssoj@sathyasai.or.jp

FAX 03-4330-1399

© Copyright 2022 Sri Sathya Sai International Organization Japan All right reserved.