



SRI SATHYA SAI RAM NEWS

LOVE ALL SERVE ALL HELP EVER HURT NEVER

No.207 / 7月号 / 2022



7月号 CONTENTS

- サイの御教え
- Sri Sathya Sai Baba 様 御生誕100周年記念
神を思い、神と共に生きる
- サッティヤム・シヴァム・スンドラム
- 帰依者インタビュー 私の旅 (第4回)
- ヴェーダを生きる
- 気づき (第3回)
- ワカ チンナ カタ
- サイと共に
- ベジタリアン クッキング
- 活動報告1：ブッダプールニマー2022
- 活動報告2：ステディサークル
- 活動報告3：アーラーダナマホツァバム
千葉センター31周年記念祭

ॐ

サイの御教え

64年グループルニマーの
ババの御講話

グルはガイド



今日はヴィヤーサ プールニマーと呼ばれる聖日であり、この日は体にしか影響を及ぼさないごちそうや断食ではなく、祈りと悔い改めで祝わなければなりません。それらこそがハートを清めることができるのです。ヴィヤーサ仙はこの日と関連がある、あるいは主ラーマ、主クリシュナは他の日と関連がある、という事実は、何か神聖なことをする必要がありときにその日を特に重要な日として特徴づけるきっかけであるにすぎません。

今日は満月で、月が何の障害もなく輝いて、月の光が明るく涼やかで満ちている日です。人の心（マインド）は月に例えられます。なぜなら、心は明るさから暗さへと行ったり来たりする月のように気まぐれだからです。今日は、心も明るく輝かしく涼やかでなければなりません。

ヴィヤーサ仙は生まれながらに霊的な向上を強く求め、子供のころから深遠な学習とサーダナ（霊性修行）をしていました。ヴィヤーサ仙はナーラーヤナ神自身と同一視されるほどの神聖な知恵と栄光を手に入れました。ヴィヤーサ仙はローカグル（世界の導師）として際立っています。というのも、ヴィヤーサ仙は、ヴェーダの讃歌を体系化し、偉大なヴェーダータの聖典であるブラフマストラを作成し、さらには、教育を好む人々のためにヴェーダヴェーダータ（ウパニシャッドの哲学に基づく教

え)の叙事詩の実録、すなわち、マハーバーラタやシュリーマド バーガヴァタと呼ばれる実録を作成したからです。

あなたは道を横切る必要がある

彼がヴェーダ ヴィヤーサと呼ばれているのは、ヴェーダを学ぶ者への貢献によるものです。ヴェーダは、その数を数えることも、量を測ることもできないほどあるために、とても理解し難いものだったからです。

アナントー ヴァイヴェーダハ 〔ヴェーダは無限なり〕

ヴィヤーサ仙は、同一神のさまざまなナーマルーパ(御名と御姿)に関する18のプラーナ〔神話集〕も作り上げました。プラーナは、道徳律、歴史的エピソード、哲学的原則、社会的理想についての教科書であり、事例の記述です。ヴィヤーサ仙はプラーナを通して利己的な衝動を克服する必要性を伝えようとしましたが、それは次のシュローカ〔詩節/シローカ〕に述べられています。

アシター ダシャ プラーネーシュ
ヴィヤーサーヤ ヴァーチャナ ドワヤム
パローパカーラ プンニャーヤ

パーパーヤ パラ ピーダナム

この賛歌はこのように述べています。

ヴィヤーサが作った18の全プラーナは
次の2つの文に要約することができる
他者に善をなせ
害を及ぼすことを避けよ

善をなすことは薬であり、害を及ぼすことを避けるのは、治療に伴わなければならない養生法です。これらこそが、喜びと悲しみ、名誉と不名誉、順境と逆境という病、人間を悩ませて平静を奪う数々の両極に悩まされるという病の治療法なのです。

ヴィヤーサ仙はローカグル(世界の導師)であり、神の光です。そのヴィヤーサ仙でさえ、できるのはあなたに道を示すことだけです。あなたは一人でその道を通って行くしかありません。グルはあなたにマントラを与え、あなたはそれを繰り返し唱えます。あなたはそのマントラの意味がわからないかもしれませんが、それでも、マントラはあなたの心の浄化剤として働くでしょう。農夫が収税官に何かをしてもらわなければならないときは、弁護士のように頼まなければならないかを知っていて、それを英語で書いてくれ、紙にタイプして収税官に渡してくれます。農夫

はその書類に何が書かれているのか、あるいは、その書類に書かれていることの意味はわかりませんが、その書類は有効に働きます。なぜなら、その書類はその目的のために、農夫のグルである人物の頭脳と経験から生まれたものだからです。主は、人間のどんな役人よりも親切で、はるかに熱心です。主は、サックバーイーを助けるためにしたように、信者を害から救うための役割を担ってくれるでしょう。

エゴのない捧げ物をしなさい

シーターは自分の姉妹で、ラーマは自分の義理の兄弟なのだと感じていた信者がいました。その信者は、クリシュナがアルジュナを愛したようにラーマを愛していました！彼は、シーターが追放されたラーマの後を追って森に入ったことを知りました。シーターは、いばらの茂る密林の道で履物もなく、蛇のいる森の奥地で寝床もないために、苦しんでいるに違いないと彼は想像しました。そこで信者は、履物と寝台を持ってジャングルの中を歩き回り、「シスター〔姉妹〕！シーター！」と呼びました。信者は喉がかれてきた後も、ずっと「シーター！」と呼んでいました。これはほんの数十年前に起こった出来事です。その信者はラーマヤナを現代の出来事としてとらえていたのです。

ラーマが目の前に現れ、その信者を慰めました。

信者はラーマの前にひれ伏して、この履物と寝台を受け取って使ってくださいと懇願しました。「シーターは硬いばらの地面を歩くことができません。シーターがこれらを使うまで、自分は幸せな気持ちにはなれません」と、信者は訴えました。「親愛なる私の義兄弟よ」と、信者は愛情を込めてラーマに語りかけました。ラーマは履物と寝台を受け取り、幸せな気持ちでここを発つようと信者に言いました。エゴ〔我執〕という汚点の付いていない捧げ物は、喜んで主に受け取ってもらえます。もしあなたが得意になっていたり、うぬぼれたりしているならば、主の足元に捧げた最も香り高い花でさえ、耐え難いほどの悪臭として主に拒絶されることでしょ

う。人は、ダイヴァ（半神）とダーナヴァ（鬼）とマーナヴァ（人間）が入り混じった存在です。鬼の邪悪さは、同情心と同胞意識であるダヤー（哀れみや慈善の性質）によって克服することができます。半神の慢心は、ダマ（自制）、無執着、放棄によって克服することができます。人間のエゴは、タバス（苦行）によって浄化された公正な賢者が定めたダルマに従うことによって、また、本能や衝動を実り豊かな場へと向けることによって、克服することができます。このようにして邪悪さと慢心とエゴの3つが昇華されたとき、マーナヴァ（人間）はマーダヴァ（神）へと変わります。一人ひとりが、自分の欠点や弱点を見つけ、成功への道を知ることによ

って、この浄化のプロセスに着手しなければなりません。

ビーシュマの信愛に感動したクリシュナ

ある朝、ダルマラージャは、敬意を払うためにクリシュナのもとへ行きました。クリシュナは、パドマアーサナ（蓮華座）を組んで座って深い瞑想に入っており、頬には涙のしずくが伝っていました。ダルマラージャは、クリシュナは誰のことを瞑想しているのだろうと思いました。ついにクリシュナが目を開けたとき、ダルマラージャは思い切ってその質問をしました。するとクリシュナは、偉大な魂の持ち主のバクティに歓喜していたのだと答えました。クリシュナは、その人物は矢の床にいた時でさえ心をひたすら私に向けていたビーシュマにほかならないと言いました。自分はバクタ〔バクティの持ち主〕であると主張するだけでは十分ではありません。クリシュナがビーシュマの不動心に感嘆したときのように、主がそれを認め、それを賞賛しなければなりません。

ヴィヤーサ仙はマハーバーラタを書きましたが、マハーバーラタは、神であるクリシュナを中心に回る、ビーシュマ、ビーマ、アルジュナ、ヴィドゥラ、ダルマラージャ、ドラウパディー、クンティーといった、きら星のごとき偉大な人物と共にあるジャ

ヤ（勝利）とも呼ばれています。この叙事詩は、人々のハートから無知という暗闇、利己心という狭量さ、分離感という小心を取り除くでしょう。ですから、ローカグル（世界の導師）というヴィヤーサ仙の称号は非常に適切なものなのです。ヴィヤーサ仙は、シャンカ（法螺貝）とチャクラ（円盤）を持っていないヴィシュヌ神、第三の目のないシャンカラ（シヴァ神）、3つの頭を持たないブラフマー神（創造主）であると称えられています。

あなた方は、このプッタパーティにいるグルを最大限に活用しなければなりません。あなたはここで、シャーンティ（平安）とサントーシャ（満足）を勝ち得るための技術、神の恩寵、サーダナの教訓、そして、サットサング（聖人たちとの交友）の成果を得なければなりません。信仰を持たない人たちと共に五感の満足を追い求めることによって、あなたのエネルギーと時間を無駄にしてはなりません。

あなた方は、恩寵ではなく、つまらない一時的な快樂を求めて祈っています。神のやり方を知ろうとせず、それらに従おうと決意していません。ドゥルヴァをご覧下さい。ドゥルヴァは、継母の息子に勝とうという低次の目的で苦行を始めました。しかし、苦行が進むにつれ、自分は王位の栄誉よりもはるかに高次のもの、すなわち、神の恩寵を得ることができるのだということを知りました。

アートマ（神我）の価値を認識し、アートマではないものから心を引き離すことを身につけなさい。賢い、識別力のある人になりなさい。

グルにすべてを委ねなさい

私がシルディで以前の身体の中にいた時、私からマントラ ウパデーシャ（神聖なマントラを授かること）を得ることを切望していたラーダーバーイーという女性がいました。その日はヴィヤーサ プールニマーでもありました。彼女は御名（ナーマ）〔神の御名のマントラ〕を切望するあまり、それを手に入れるまでは食事をするさえも拒否しました。そのような状態で三日が過ぎましたが、ババ〔シルディ ババ〕は応じませんでした。とうとう、以前の身体〔シルディ ババ〕と一緒にいたシャーマが、ラーダーバーイーの様子をババに報告しました。シャーマは、ラーダーバーイーのために懇願しました。シャーマは彼女が空腹で死ぬのではないかと恐れていました。もし彼女が死んだら、ババを有名にした「広い心の持ち主」という評判に傷がついてしまうでしょうと、シャーマは言いました。

衰弱したラーダーバーイーがその場に運ばれて来ました。ババは彼女に、どこかのグルの所へ行って御名〔神の御名のマントラ〕を授かりなさいと言いました。ラーダーバーイーは「私は他には誰も知ら

ないのです」と言いました。ババは彼女に、「グル ブランマー グルル ヴィシヌッ グルル デーヴォーマヘーシワラハ、グルッ サークシャート パラブランマハ タスマイ シリー グラヴェー ナマハ」（グルはブラフマー神、グルはヴィシュヌ神、グルはマヘーシュワラ神、グルは至高神ご自身、そのようなグルに帰命いたします）というシュローカの意味を問いました。そして彼女に、「であれば、なぜグルの御名を受け入れないのですか？ なぜグルに別の御名を要求するのですか？ もしグルが神であるのなら、グルの命令に従い、グルが示した道を歩むことは、御名を繰り返して唱えること（ジャパム）と同じくらい効果があるのですよ」と言いました。

あなたは自分の言葉で判断される

ひとたび一人のグルを定めたら、すべてをグルに任せなさい。解脱に到達したいという望みさえも、です。グルはあなた以上にあなたのことをよく知っています。グルはあなたにとって善いことを指示するでしょう。あなたの義務は、グルに従い、グルから離れようとする傾向を抑え込むことだけです。「もし、それほどグルに傾倒していたら、私たちはどのようにして食べ物を得たらいいのですか？」とあなたは尋ねるかもしれませんが。主はあなたを飢えさせないと確信しなさい。主はあなたに、お金や食べ物だけでなく、アムリタ、すなわち不滅をもたら

すべ物だけでなく、アムリタ、すなわち不滅をもたらす甘露さえも、与えるでしょう。

自分の舌の上に置いた御名の甘さに浸りなさい。そうすれば、あなたの言葉も甘く穏やかになるでしょう。あなたの言葉によって、あなたは裁かれるのです。あるマハーラージャが狩りに出た時のことです。王は馬でずいぶんと先を行き、従者たちが追いつけなくなってしまいました。王は密林の道端で盲人を見かけ、声をかけました。「もしもし、親愛なる者よ、誰かこの道を通ったかね？」盲人は「いいえ」と答えました。それから数分後に大臣がやって来て、同じ男に「やあ兄弟よ！ 誰かこの道を通ったか？」と尋ね、同じ答えを得ました。司令官は、盲人を見るとこう尋ねました。「そこの愚か者！ 誰かこの道を通ったか？」その後、兵士がやって来て、「そこの盲、おまえの汚い口を開いて、誰かこの道を通ったかどうか俺に教えろ」と叫びました。最後に宮廷の司祭がやって来て、「親愛なる兄弟よ、誰かこの道を通ったかどうか教えてください」と言うと、その盲人は、「王、大臣、司令官、兵士が通って同じ質問をしました」と正確に答えることができました。なぜなら、話し方がその人の地位や性格を明かすからです。

もしあなたが、ダヤー（思いやり）とダマ（自制心）とダルマを持っていれば、それがあなたに3つ

のグナ心の性質)〔鈍性・激性・浄性〕の領域を超えさせてくれるでしょう。であれば、グルから御名を得てその御名を唱える必要はありません。グルの御名や主の御名よりも、グルや主のアーグニヤー(指示)のほうが重要です。御名を唱えるのと同時に、主の指示を守ることによって衝動を浄化することができなければ、御名を繰り返すことが何の役に立つでしょう。

1964年7月24日
グルプールニマー
プラシャーンティ ニラヤムにて
Sathya Sai Speaks Vol.4 C20



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



神を思い、神と共に生きる

SSSIOJ会長 住友正幹

神さまと共に生きることほど満たされた生き方はありません。それは真の喜びに生きることであり、どんな悩みや恐れからも解放される生き方だといえるでしょう。そんな素晴らしい生き方をした帰依者がいました。それは、ジョン・ヒスロップ博士でした。ヒスロップ博士はどこに行く時もスワミと一緒にでした。スワミと手をつなぎ一緒にいることをずっとイメージしていたそうです。

スワミが自分と一緒にいることを想像してみてください。私たちを母の百倍もの愛で包む神さまが、父の百倍もの愛で導く神さまが、全知全能にして宇宙を創造された神さまが私たちに付き、いつも一緒にいてくださると思えば、喜びに包まれないはずはありません。恐れや悩みが生じるはずはありません。

まことに神を得ることはすべてを得ることです。あれが欲しいとか、これが欲しいとか、もっとお金が欲しいとか、病気が嫌だとか、老いるのは嫌だとか、死ぬのが怖いとか、誰がどうのこうのとか、そんなことはもはや問題ではなくなるでしょう。

また、誰かに非難されようとも、罵詈雑言を浴びせられようとも、怒りで反応することはなくなり、優しく愛で返すことができるように思えます。それは神の愛に満たされているからこそできる反応と行うことができるでしょう。

そうだとすれば、この境地はこの世で体験できる最高のものであり、もうこれ以上何も求める必要のない満ち足りたものと言えるでしょう。まさに地上の天国に住む者となります。

しかし、私たちは意外にも神さまと一緒に過ごすことを求めているようにも思われます。なぜでしょうか？それはきっと、神さまと一緒に一つ屋根の下で共同生活するとなると少々窮屈に思うからかも知れません。恥ずかしい恰好はできないとか、後ろ姿や足を向けるべきではないとか、いつも優等生でなければいけないとか、冗談は言うべきではないとか、もし、そのように思うのであれば神さまと一緒に暮らすことは確かに少々窮屈かも知れません。

実際、私たちは神社やお寺、教会などを訪れるときは、うやうやしく最大の敬意をもって参拝するという礼儀作法を重んじています。またお寺などでもご本尊は、本殿の一番奥に祀られており、簡単にお姿を拝謁することはできません。ですので、私たちは、神さまに接するときには自然と、神さまを拝むものとしての態度をとります。

そのことは決して間違っているわけではありませんが、果たして神さまは、私たちにそのような態度をとることを求めているのでしょうか？

そもそも神さまが宇宙を創造されたのは、神さまご自身が、ご自身の愛を体験するためだったと言われていています。一緒に戯れるために仲間を欲されたとでも言われており、決して拝まれるためではないはずです。もちろん、そうだとすると、いまだ二元性の段階にいる私たちには、神さまに対し、敬意を表することや、慎み深く接することは大切だと思います。

しかし、スワミは、「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」と言われています。つまり、私たちは神の分身であり、宇宙には神以外のものは存在していません。そうだとすれば、神さまを拝む対象として寺院や神社に押し込めておくのではなく、神さまと共に生きることこそが本来の姿なのではないでしょうか？

スワミが肉体にいらした時には、私たちはスワミのお話を聞き、ユーモアに笑い、一緒にバジャンを歌い、また幸運な人は神さまに触れることができました。また神さまと話し、一緒に食事をした人もいたのです。そこでの関係は、決して拝むという関係ではなく、霊性の師としての神、父や母としての神、親しき友としての神であり、生き生きと交流していたことでしょう。



スワミは肉体を去られた今も、以前とまったく変わらずに私たちを導いてくださっています。私たちは、ヒスロップ博士がなさったように、スワミをありありと思い浮かべ、語りかけ、相談し、悩みを打ち明け、頼り、スワミをよりどころにして生きることをもっと積極的に行うべきなのではないでしょうか？

神と共に生きれば、もちろん恥ずかしくない自分を心がけるようにもなるでしょう。それは体の姿勢や恰好の問題ではなく、どんな思いで生きているかという意味です。

私たちは神さまには何も隠すことはできません。どんな思いを抱いていても神さまはすべてお見通しです。なぜなら、神さまは私たちのフリダヤヴァーシー、つまりハートに住まうお方だからです。

ですので、自分を正直にみつめ、直すべき欠点や、自分の至らなさを隠さずに、正直に向き合うことが大切だと思います。神さまに頼れば、罪をも香華となしたまう神さまが救いの手を差し伸べてくれるに違いありません。

神さまと共に生きるとは、マインド（思う心）をいつも内なる神さまに向けて、神さまを思いながら生きることを意味します。人には自分が思ったものを実現する力が与えられています。

「神を思えば神になり、ゴミを思えばゴミになる」といわれているゆえんです。

いつも神さまを思うという習慣が定着すれば、私たちは神を実現することになるでしょう。またいつも神さまを思えば、蓮の花が泥水の中でも汚れないように、世俗の活動をしながらも汚れが付着することはありません。なぜなら、神さまのためになされた行為、神さまに捧げられた行為は、神さまへの礼拝になり、霊化されるからです。

「あなたは疑いやプライド、偏見によって視野が狭くなっているので、自分の中にも外にもいる神を見ることができないでいます。あなたはないものに憧れ、自分の手の届くところにある宝物を無視しています。あなたは、自分の手には鳥がいないと誓い、藪の中で自分を待っていると信じる鳥を探すのに必死です。藪の中の鳥は、あなたが既に手にしている鳥のイメージに過ぎないのですが、あなたはこの真実に気づいていません。あなたは、感覚とそれによって得られる知識を信じ、自分の心(マインド)が生み出す空想や想像を信じ、自分の理性による結論を信じています。しかし、これらに束縛されることなく、これらによって見出すことのできない神を信じていません。だからあなたは恐れ、嘆き、疑うのです。『神を思う』という蚊帳をあなたの周囲に張り巡らせなさい。そうすれば欲望や不信という致命傷をもたらず蚊に襲われることはありません。その

蚊帳があれば、あなたは病気を免れ、健康を得ることができるでしょう。何かに恋焦がれたり、何かを恐れたりすることがなくなり、乱されることのない安心感を覚えるでしょう」—1973年4月4日の御講話

J.S.ヒスロップ博士

米国カリフォルニア大学 (UCLA) 教育学部で博士号を取得し、そこで大学院の助手として教鞭をとる。カリフォルニアのリバーサイドカレッジの商業教育学部 学部長として教職を継続したのち、教育分野からビジネス分野に入り、カリフォルニア都市開発社の副社長を務めた。博士は、青年時代から霊的眞実を探求し続け、さまざまな霊的師のもとで学んだ後、1968年1月にサティヤ・サイ・ババに出会う。無数の出来事を通じて博士はサイ・ババの神性を実感、サイ・ババから多くのインタビューを受け、さまざまな霊的疑問に関する詳細な回答をサイ・ババ自身から直接得た。その後、米国サティヤ・サイ・オーガニゼーションの統括を務め、サイ・ババとの体験を本に綴り、サイ・ババのメッセージを世界に広めた。病に冒された晩年も積極的に活動を続けた博士は、1995年8月11日の金曜日に肉体を離れた。博士の死後、サイ・ババは「ヒスロップは私のもとに来ました。ヒスロップは良い人間でした。いつもスワミのことを考え、スワミのために働いていました」と語った。

※ サティヤ サイ出版協会「サティヤ サイ ババとの対話」より

サッティヤム シヴァム スンダラム 5

第40回

ここで、地上の女王からメロディーの女王へと話を移しましょう。世間では「MS」と呼ばれている、バーラタ・ラトナ〔インドの宝石〕・シュリーマト〔女性に付ける敬称〕・M・S・スップラクシュミーです。彼女は、ヒンドゥスタン音楽の巨匠ウスタード〔マエストロの意〕・バデー・グラーム・アリー・カーンから、「スワラ・ラクシュミー」（甘い声の女神）と呼ばれていました。かつて、マハートマ・ガンディーは彼女ののことをこう語っています。

「彼女の声はことのほか甘い。彼女は我を忘れてバジャンに没頭する。祈っている時には、我を忘れて神に没頭しなければならない。バジャンを歌うのと、我を忘れて神に没頭してバジャンを歌うのでは、まったく違う」

これこそまさに、彼女の音楽の顕著な特徴です。彼女は、ナドーパーサナ〔音楽を通じた礼拝／ナー

ダ・ウパーサナ〕に専念することによって、カルナーティック音楽の霊的なエッセンスを現代音楽の中に取り戻しました。ナドーパーサナでは、バクティ〔神への愛／信愛〕に満ちた音楽が人をモークシャ〔解脱〕へと導く道となっています。

ジャワハルラール・ネルー〔インド初代首相〕からMSへ繰り返し贈られた賛辞があります。

「私が誰だというのでしょうか？ 私は歌の女王の前では、しがない一人の首相にすぎません！」

これは、当時のネルーの常套句になりました。ネルーは、慈善的な目的で催される彼女の音楽会でスピーチをする時はいつも、この自らの有名な賛辞の言葉を繰り返すことを好みました。

「私は人前でのスピーチに慣れてはいますが、このような機会に話をするのは決して容易なことではありません。スップラクシュミーの音楽には人の心を揺さぶる特質があり、彼女がデリーを訪れる時も、聴衆は彼女のメロディーに心奪われて、身震いするような感動を覚えるのです！」

MSは、たくさんの慈善運動や慈善団体のゴッドマザー〔後見人〕でした。その中でも最も有名なのは、マハートマ・ガンディーに関わりのあるカストゥルバ・メモリアル・トラストの資金を集めるた

めに開かれた彼女のコンサートでした。実際、お金は決して彼女が歌を歌う動機にはなりませんでした。彼女は偉人でした。彼女の実直さ、謙虚さ、寛大さは、伝説的です。彼女はインド大統領から「バーラタ・ラトナ賞」〔インドにおける民間人への最上の褒章で“インドの宝石”を意味する〕という最高の栄誉を与えられましたが、それは、音楽の霊的な力に対して払われた敬意であり、彼女という形で具象化されたインドの理想の女性像への賛辞でした。

MSにとってのバガヴァン・ババは、「カリの時代〔カリユガ〕に人類を救うために来られたシュリ・クリシュナ・パラマートマの化身」であると、彼女は自らの言葉で語っています。彼女はしばしばこのようにも述べていました。

「ババは真理と善の化身です。彼を信じることは、この困難な時代に倒れることのない支えを持つことなのです」

多くの人にとって、メロディーの女王が人生において私たちと同じように困難を抱え、逆境に遭っていたと知るのには、驚きかもしれません。事実、逆境は彼女の音楽に最高のものをもたらしました。「最も甘く美しい歌は、最も悲しい思いを語る歌である」とシュリー〔英国の詩人〕は書いています。神は大切な帰依者を故意に数えきれないほどの困難に

置いて、神との合一という最終的な無上の至福へと向かう準備をさせるといのは、インドで一般的に信じられている概念です。この脈絡からすれば、タミル語とヒンディー語で制作されて40年代に人気を博した映画の中でMSが演じたミーラー〔藩王女から吟遊詩人となった16世紀の偉大な信者〕の役は、彼女の私生活と重なっていたのでしょう。

MSは1975年にブリンダーヴァンで初めてババのダルシャンを受けました。MS夫妻にとって、そのころは大変な時期でした。彼女が初めてババの御足にひれ伏し、体中が震えて目に涙があふれた時、夫、シュリ・サダーシヴァムはいつものように彼女に付き添っていました。バガヴァンは微笑んでおっしゃいました。

「いらっしゃい、何年もお預けになっていたナマスカルを捧げなさい！」

バガヴァンは夫妻を個人的な集まりに呼び、夫妻の苦難を順を追って語られました。それは夫妻の心中どおりに語られたので、バガヴァンこそは自分たちのアンタラーヤミ〔ハートの中に住まう神〕であると、夫妻は確信したのです。バガヴァンとの最初のインタビューを思い出しながら、MSは後によくこう語っていました。

「何年もの歳月を経て、やっと私たちはババが生

身の姿で目の前におられるという至福を体験したのです」

MSは10年前、家族ぐるみの友人であり、夫妻の幸せを祈ってくれるババの帰依者たちからバガヴァン・ババのことを聞いていました。ぜひともダルシャンを授かりたいと切望していましたが、1975年までそれはできませんでした。サダーシヴァムがババの所へ行きたがらず、理想的で忠実なインド妻であるゆえに、MSは夫の付き添いなしにほどこへも旅に出ようとはしなかったのです。バンガロールを訪れた時、MSはヴェーンカタチャラム夫妻と共に滞在していました。シュリ・S・R・ヴェーンカタチャラムはババの帰依者で、よくブリンダーヴァンを訪れていました。あるとき、MSはヴェーンカタチャラムに私のプラナム〔合掌〕をバガヴァンに捧げてくださいとお願いし、バガヴァンに私のためにプラサーダム〔神から流れ出る恩寵を意味する食べ物やヴィブーティなど口に入れることのできる物〕をくださいと祈りました。ヴェーンカタチャラムが彼女の祈りをババに捧げた時、ババがおっしゃいました。

「MS？ 知っていますよ。彼女の夫、サダーシヴァムはここに来ようとしません。でも、いずれ彼はやって来ます」

そして、彼女のためのプラサーダムをお与えになりました。

MSはヴェーンカタチャラムから、彼が慢性の偏頭痛で苦しんでいた時に初めてブリンダーヴァンを訪れた際の興味深い話を聞いたことがありました。ブリンダーヴァンへの旅の最中に、彼は心の中で「サイ・ババは私の頭痛を治すことができるだろうか？」と考えていました。ダルシャンの時、バガヴァンは彼の前を通りすぎていかれました。しかし、きびすを返してヴェーンカタチャラムの前に立ち、こうおっしゃいました。

「あなたは何が欲しいですか？」

「ババ、私はあなたからの祝福を懇願します」と、ヴェーンカタチャラムは申し出ました。

バガヴァンはヴェーンカタチャラムの頭に手を置いて彼を祝福されました。何年もの間彼を悩まし続けてきた頭痛は、その瞬間に消え去り、二度と頭が痛くなることはありませんでした！

MSはどのようにしてババの帰依者になったのかと尋ねると、答えは実にシンプルでした。

「人々はババの偉大さについて語り、また、ババが人々の問題を解決される驚くべきやり方について教えてくれました。最大の奇跡は、もちろん、ババ

の愛に満ちた優しい眼差しが降り注がれる時に体験するシャーンティ〔平安〕です。ババがおられるということ以外すべてを忘れてババに全托する時の、守られているという感覚のなんとすばらしいことか！ババの言葉はいつも真理に満ちています。それは神の言葉です！」

MSとサダーシヴァムはプラシャーンティ・ニラヤムとブリンダーヴァンを定期的に訪れるようになり、MSは機会さえあればいつでもバガヴァンのために心から歌いました。バガヴァンの御前で初めてのコンサートは、1977年5月、ブリンダーヴァンでのインド文化と霊性に関する夏季講習の時でした。当時の外務大臣だったシュリ・アタル・ビハリー・ヴァージパイ（第13代および16代インド首相）が、その日の午後の、人であふれかえった大学の公会堂での主賓でした。MSが我を忘れるほどのバクティで恍惚としてミーラーのバジャンを歌うと、バガヴァンは立ち上がって美しい金のネックレスを物質化し、彼女にお与えになりました。バガヴァンからそれを受け取って、彼女はいたく感動していました。その贈り物は彼女の霊的な人生において深い意味があったのでしょう。

MSはよくこう言っていました。

「夫と私は何度もプラシャーンティ・ニラヤムやブリンダーヴァンへ行きました。そして、ババがチェンナイ〔MSの地元〕を訪れる時はいつもスンダラム〔ババのチェンナイのアシュラム〕にも行っていました。ババが帰依者たちの間を歩いて回られるダルシャン以外、何も期待してはいませんでした」

ですが、ババはよくMSの前で足を止め、二言三言、祝福の言葉をかけ、彼女のためにヴィブーティを物質化されていました。夫妻を個人的な会に呼ばれることもよくありました。さらにバガヴァンは、チェンナイにある夫妻の住まいを訪れられたことも何度かありました。1982年に夫妻の娘ラーダーが重篤な病に倒れた時には、バガヴァンは打ちひしがれた夫妻と娘をブリンダーヴァンに一月以上も留め置き、限りない慈悲を降り注がれました。

MSはサダーシヴァムの指揮下、インドのさまざまな言語でサイ・バジャンのアルバムを発表しました。その中には、ババ自らが若いころに作曲された「サイラーマ・チルカ」〔ラーマであるサイのオウム〕という曲が含まれていました。少数の幸運な者は、MSがその歌を歌うのをババがこの上なく幸せそうに聴かれているのを目にしました。ババは手で拍子をとったり、一緒に歌ったりもされていました。

他の曲はMSのレパートリーからの曲がほんの数曲で、何曲かはそのアルバムのために覚えたり作ったりした曲でした。その胸の高鳴る瞬間に思いを馳せながら、MSは思い返します。

「それぞれの歌を歌いながら、私はカルナムールティ〔慈悲の権化〕であられるババへの深い思いに我を忘れました」

それから彼女はうやうやしくこう付け加えました。

「神が私たちと共に生きている時代に生きられるなんて、私たちはなんと幸運なのでしょう！」

あるバガヴァンの側近の従者が、MSが亡くなる数週間前にチェンナイの彼女のもとを訪れました。彼女にいとま乞いをする時、彼はこう尋ねました。

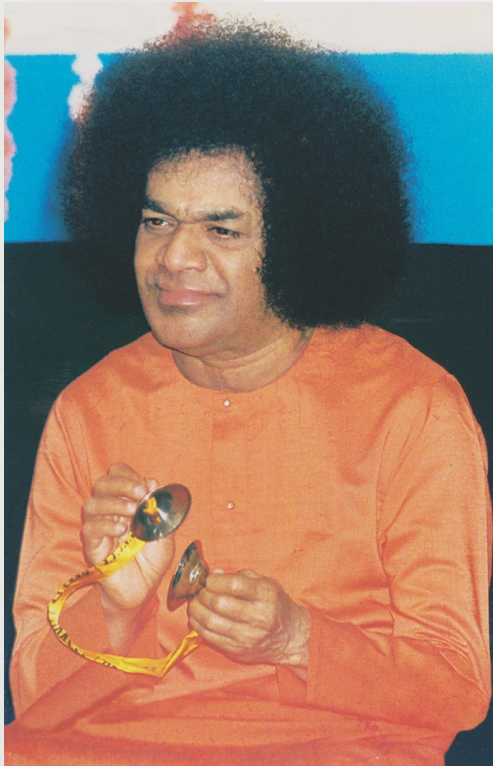
「アンマー〔母上〕、私は明日プラシャーンティ・ニラヤムにまいります。スワミに何かお伝えになりたいことはありますか？」

彼女は両手を合わせ、一瞬上を向いて部屋にあるババの写真に目をやりました。そして、込み上げる思いで息を詰まらせながら言いました。

「神に何を伝える必要がありますか？神は、私の願いを、それが私の心の中に湧く前に、もう叶えてくださるのに！」

彼女の聖人のような答えは、バガヴァンとのすべてにわたる絶え間ない心の交流を示しており、その

従者は彼女にそんな質問をしたことを恥ずかしく思いました！ けれど、彼女の答えを聞いた時に彼が覚えた崇高な気持ちは、この質問をしたのは正しかったと感じさせてくれたのでした。



私たちのハートが奏でる音楽に合わせて拍子をとる
ガーナローラ [歌を愛する者/音楽に魅せられる者]
シュリ・サティヤ・サイ



プラシャーンティ・ニラヤムで
M.S.スップラクシュミーを祝福するバガヴァン



ブリンダーヴァンでのババと夫妻



帰依者インタビュー - 私の旅 - 第4回

サティヤ サイ 出版協会 代表理事
比良 竜虎

熱心な帰依者

今回は、私がサティヤ サイ ババ様のことを初めて聞いた頃のお話をしましょう。

1975年頃のことです。J.T.クブチャンダニさんというシンディ(*)の方が神戸にいました。奥様はレジナさんという中国の方で、ご夫婦とも長年にわたるババ様の帰依者でした。クブチャンダニさんは二人の息子さんと共に商社を営んでおり、長男のキシム クブチャンダニさんはアフリカのガーナの首都アクラで、次男のナリ クブチャンダニさんはインド

ネシアで、それぞれ大事業に携わっていました。
(*シンディについては「私の旅 第1回」参照)



J.T.クブチャンダニ氏

クブチャンダニさんがどのようにしてババ様に出会ったのか、私は詳しくは知りません。1975年にクブチャンダニさんは、ラム チュガニ夫妻、ダヤル夫妻、グジャラート州出身のラマンラルさんたちと共に、神戸でバジヤングループを立ち上げました。



ラム チュガニ夫妻

神戸の帰依者たちが持ち回りで、自宅でバジヤンやお祭りを行っていたそうです。それが実質上、日本のオーガニゼーションの発足となりました。私がまだ、クブチャンダニさんにも、他の帰依者の方々にも出会っていない頃のことです。

ここで注目していただきたいのは、なぜババ様は東京や京都ではなく、神戸に来られたのかということです。神戸は、神の戸（とびら）と書きます。神の世界には偶然がありませんので、きっとスワミご自身の意志ではないかと思えます。

さて、クブチャンダニさんは熱心な帰依者で、1979年にババ様に関する日本語の小冊子を自分で作りました。当時のバジヤングループには日本語の文章を書ける帰依者はいなかったもので、バスに乗り合わせた初対面の日本の方に話しかけて、「私は本を書きたいけれど、日本語が書けないので助けてくれませんか」と頼んだそうです。その方は、見ず知らずの外国人の願いを親切にも引き受けてくださいました。こうして出来上がったのが『シュリサッチャサイバーバの語録』という御言葉集でした。

クブチャンダニさんはその本をスワミのもとに持って行き、「スワミ、これが日本語で書かれた最初のスワミの本です」と報告し、祝福を受けたそうです。その時の写真がサイ オーガニゼーションの記録に残っています。



クブチャンダニ氏から『シュリ サッチャ サイ ババの語録』を受け取られたスワミ

突然の依頼

ある日のこと、まだ会ったこともなかったこのクブチャンダニさんから、私の東京の事務所に電話がかかってきました。「私は神戸のクブチャンダニと申します。インドにサイ ババという人がおりまして、その人から直接、『東京に比良という人がいるからサイの活動ができるように連絡を取ってください』と言われました」と、唐突に言うのです。

その時の私は、正直に言って、クブチャンダニという人は嘘つきだと思いました。というのもインドにはババと呼ばれる人がたくさんいるのです。私はサイ ババにもサイの活動にも興味がなかったので、怒って電話を切りました。ところがこの電話の主はしつこい方で、二度三度と繰り返し電話をかけてきました。私はなおさら怒りを感じ「あなたはしつこい人だ」と強く断りました。

するとクブチャンダニさんは、当時香港に住んでいた私の兄であるプレームに連絡を取って、私に対する苦情を申し立てたのです。彼は「この比良という人は、連絡しても信じてくれないし、会ってもくれない。生意気な人です」と言ったそうです。

兄は私に電話をかけてきて「あなたは非常に失礼なことをしている。人を助けるために東京で会合を開いてくれと言っているだけなのに、断るのは罪で

す」と言いました。兄はシルディ サイ ババの帰依者で、シルディ サイ ババに命を助けられた経験があったのです。

兄が若い頃の話です。社会的信用が高かった彼は、あるインド人夫婦の離婚の仲裁を引き受けたことがありました。後日わかったことですが、その時、兄はその夫の恨みを買ってしまい、復讐のための黒魔術をかけられてしまったのです。兄の体重は1ヵ月で3分の1になり、熱は下がらず、うつ状態が続きました。どの医者に見せても原因はわからず、衰弱して死ぬのを待つばかりだと匙を投げられてしまいました。

窮状を知った兄の妻の母親は、帰依していたシルディ サイ ババのもとに行き、「娘が小さい子供たちを抱えて未亡人にならないよう、守り導きください」と一心に祈りました。そしてシルディ サイ ババのヴィブーティと写真とプラサードを持ち帰り、娘の夫であるプレームに渡しました。それから兄は徐々に回復し始め、数か月かけて健康を取り戻していきました。こうした体験を経て、兄はシルディ サイ ババに帰依するようになったのです。

兄は私に言いました。「私の命はシルディ サイ ババに助けられた。サティヤ サイ ババのことは知らないけれども、クブチャンダニさんは東京でサイババを紹介する会合や勉強会を開きたいと言ってい

る。あなたに頼むのは、会場を手配して案内状を出すことだけで、あなたは会合に参加しなくていいとも言っている。参加しなくてもいいし、皆さんに会わなくてもいいのだから、迷惑はかからないのではないか？」

それからしばらくして、再びクブチャンダニさんから電話がかかってきました。私は「では会場を探してあげます。案内状も出しましょう。しかしそれ以上のことはやりませんよ」と念を押して電話を切りました。

私は会合を開く場所を探し始めました。ところがクブチャンダニさんは、神聖な場所がいいとか、肉や魚を扱っていないところがいいとか、細かい条件をつけてきました。そこで、芝公園にある仏教系の東京グランドホテルという会場を借りることにして、東京にいるインド人の方々に第1回会合の案内状を出しました。

当日は、神戸からクブチャンダニ夫妻、ラム チュガニ夫妻が来て、サティヤ サイ ババの説明をしたそうです。また、ダヤル夫妻も出席したそうです。私も「3分でよいので、会合に来てください」と誘われましたが、「終わってから行きます」と答えて、会合そのものには参加しませんでした。

閉会の時刻を見計らって会場に行ってみると、な

んとクブチャンダニさんは私に了承を得ずに勝手に「今日から東京にサイセンターを作ります。比良さんがその世話人になるのでよろしくお願いします」とアナウンスしていました。私は怒って発言を撤回するよう迫りましたが、彼らも引き下がりませんでした。その後の2年間、私は何もしませんでした。

何もしなかった2年間に、クブチャンダニさんは、幾度となく私に電話をかけてきました。電話のたびに「どうなっていますか？何かやりましたか？」と聞かれましたが、私はいつも「いや、何もやっていません」と答えていました。

バジヤンの調べ

そんなやり取りが続く中、とうとう一つだけ約束をさせられてしまいました。それは、マハーシヴァラートリというお祭りを開催するという約束でした。「このお祭りをすることで、あなたの商売は上手くいくし、もっとお金も儲かります。健康もよくなりますよ」などと、クブチャンダニさんからいろいろなことを言われました。私は当時の東京に200名ほどいたインドの方々に「初めてシヴァラートリのお祭りを行います。皆さん来てください」と案内状を出しました。会場は私の自宅でした。

ところが、当日は誰も来なかったのです。きちんとした案内状を出したにも関わらず、誰一人として

お祭りに来ませんでした。私は、約束をした手前もあるんで、ソファの上にクブチャンダニさんからもらったババ様の小さな写真を置いて、教えてもらった唯一のバジヤンを一人で繰り返し歌っていました。

夕方の6時から始めて、気が付くと、そろそろ夜中の12時になろうとしていました。誰も来ないし、歌い続けて頭も痛くなり、疲れてきたので、もう馬鹿馬鹿しいから寝ようと思った矢先のことです。ちょうど深夜12時になる5分ぐらい前に、リビングルームとキッチンの中に置いてあった赤いプッシュフォン式の電話が鳴りました。これから向かおうとしている人が、道がわからず電話をかけてきたのかもしれないと思いながら、私は電話に出ました。

当時の私は、まだ日本語が話せなかったので、ハロー、ハローと言いました。ところが相手の返事はありませんでした。代わりに、受話器から今まで聞いたことのないほど甘いバジヤンが流れてきました。何度ハロー、ハローと言っても、相手は出ません。ただ、バジヤンが受話器から流れてくるだけです。

私は、今でもはっきりと覚えています。それはババ様の声でも、普通の人間の声でもないものすごく甘い声で、バジヤンがずっと続いていました。しばらくしてバジヤンが終わった時、私の中で何か不思議な変化が起こり、エネルギーが湧いてきました。

私はマハーシヴァラートリのバジャンに戻りました。今度は自分の意志でバジャンを歌おうと思ったのでした。

一人でバジャンを歌い続け、朝5時も過ぎた頃になると、今度はどうやって朝6時にバジャンを締めくくろうかと考え始めました。バジャンの終わりには、シヴァリンガムの写真が必要だと聞いてはいましたが、バジャンの間に誰かが持ってくるだろうと思い、用意していませんでした。けれど私以外の参加者は一人もいなかったもので、バジャンを終えるための写真がありません。どうやって終わらせようかと考えながら歌っていると、玄関の呼び鈴が、ピンポン、ピンポンと鳴りました。

玄関に出てみると、なんと大阪にいるはずの従兄弟、スレーシュが立っていました。「たった今、インドから日本に戻って来たところです。インドから直接、大阪空港に行く予定でしたが、インド航空の便が遅れたので、羽田空港経由で帰ることにしました。インドではシルディにも行って、あなたにもお土産を買ったので、まだ朝早いけれど、シルディで買った絵と頂いたプラサードを渡そうと思い、寄らせてもらいました」と、彼は言いました。

渡されたその絵には、シルディ サイ ババとシヴァリンガムが描かれていました。

おかげで私は、無事にシヴァラートリのバジャンを終了することができたのです。

(つづく)



従兄弟がお土産として持ってきた
シルディ サイ ババの絵

比良 竜虎 (ひら りゅうこ) プロフィール:

1948年インド共和国ラージャスタン州ジャイプルで誕生。シニアケンブリッジ (ムンバイ) 卒業。その後日本に移住し、1976年日本に帰化する。

1978年からサイセヴァを始め、全国のサイセンター、サイグループの発足に貢献。東京サイセンター初代会長、サイラムニュース初代編集長、シュリ サティヤ サイ国際オーガニゼーション ジャパン (SSSIOJ) 会長、SSSIO ゾーン5 (中国、台湾、香港、日本、韓国) コーディネーター、SSSIO B地区 (世界80か国) 会長を歴任。現在は、シュリ サティヤ サイ セントラル トラスト理事、SSSIOJ相談役、サティヤ サイ出版協会 代表理事、サティヤ サイ教育協会 理事長。

来日以来、日本で複数のビジネスを立ち上げ、現在はHMI (株) ほか 数社の代表取締役を務める。日印の文化・経済・親善交流促進にも尽力し、さまざまな活動に携わる。公益社団法人在日インド商工協会 会長。財団法人日印協会理事。

長年にわたる観光産業の発展、日印親善、インド哲学・文化伝承活動における功績が認められ、インド政府から2010年1月にプラヴァシー・バーラティヤ・ディヴァス賞を、2022年3月にパドマ・シュリー勲章を受章。

ヴェーダを生きる

第4回

人間って何？ 私って何？ ～ 探求とブルグヴァッリー～

「人間って何だろう」「私は何だろう」このように深く考えたことはあるでしょうか。

このような疑問の後に続くのは、「何のために生きているのだろう。何のために生きればよいのだろう」というさらなる問いです。何となく学校へ行って、何となく就職をして、生きる道に迷わずに生きている間は、真剣に「いかに生きるべきか」を考えることは少ないかもしれません。しかし、親しい人や家族を亡くしたとき、大きな災害にあったとき、何気ない日常の中でふと立ち止まり、今までの人生を疑い、これからの人生に不安を感じたとき、人は人生の意味を理解したいと思います。「いかに生きるべきか」を真剣に考えるとき、「私とは何か」は避けては通れない質問となります。このような疑問に対して、皆さんはどのように答えを求めたのでしょうか。本を読む、友達の話聞く、

年長者の話聞く、一人で考えるなど、いろいろな方法が考えられます。しかし、このような方法ですっきりと答えを得られず、「この問いに答えはないのだ。答えを探すことが人生なのだ。人生の意味は人によって違うのだ」というような考え方で落ち着くのが現代ではしばしば見られる状況ではないでしょうか。一方で、ヴェーダは明確にその答えと探求の手段を以下のように示しています。

ブリグの心にひとつの思いがよぎりました。ブラフマンはだれか？ ブラフマンについて発見したのはだれか？ ブラフマンを構成するのは何か？ 一切の創造物はだれに責任があるのか？ 彼は答えを求めて父のもとに行きました。ブリグは父に、自分の求める知識を与えてほしいと頼みました。しかし当時はそのような質問に対する答えは、学生が自ら考えて答えを見つけるのが習わしでした。もし師が、弟子に疑問が湧いたとたんに答えを与えるならば、弟子は答えを求め、探し出す能力を失ってしまうからです。ブリグは森に戻って、考えをめぐらした結果、「アナム ブラフマン」〈食味はブラフマンなり〉との結論に達しました。彼は、人は食物から生まれ、食物を食べて生き、食物は人を支えると考えました。ついに人は食べたもののせいで死にます。家に帰った彼は父に、自分の得た答えが真理か、あるいは自分の無知を反映している答えなのかと、尋ねました。父は、ブリグはまだブラフマンの真義を

認識していないと論じ、森に戻ってさらに考えをめぐらすように示唆しました。その後ブリグは、ブラフマンはプラーナ（生氣）である、マナス（心）である、ヴィグニャーナ（ヴィツニャーナ）英知であると繰り返し父に伝えました。しかし、その度に父はブリグに、もう一度森へ帰り、真理を求めるように指示しました。ブリグは探究をつづけ、いかに学識があろうとも至福と幸福がなければ、人生は無意味であるとの結論に達しました。人生の目的は至福であり、生命は至福から来ます。水の泡が水から生まれて、水のなかで成長し、水に帰融するように、それと同様に、人は至福に生まれ、自分自身を至福によって維持し、最後には至福に帰融せねばなりません。ブリグは至福こそブラフマンであるとの結論に達しました。彼は至福に満たされました。彼は父のもとに帰りませんでした。数日後、父は息子に会いに森へきました。ブリグは完全に至福にひたっていました。そのような人物には、父もなく、母もなく、親族もありません。父はブリグの至福の境地を認識し、彼を祝福しました。

『至福のサイ』より抜粋要約 若林千鶴子
シュリ サティアサイ出版物日本刊行センター P.22-28

yatprayantyabhisamviśanti |
tadvijijñāsasva | tadbrahmeti |

一切の生物がそれに向かって動き、死後、その中

に融合するもの、それを知ろうと切望しなさい。それがブラフマンである。

sa tapo'tapyata | sa tapāstaptvā ||

ブルグは苦行を行った。苦行を行った後、

annaṁ brahmeti vyajānāt |

彼は食物がブラフマンであることを悟った。

ヴェーダテキスト公開版『ブルグヴァッリー』より
(サティヤ・サイ出版協会)

この物語は、ブルグヴァッリーというヴェーダで唱えられている内容です。美しいメロディで、部分によってはお経にも似た節回しで唱えられるマントラです。

「ブラフマンとは何か」という問いに対して、アンナ（食物）、プラーナ（気）、マナス（心）、ヴィグニャーナ（英知）、アーナンダ（至福）という5つの答えは、階段を一段ずつ登るように答えに近づいていきます。答えを見つける方法は苦行、瞑想です。物質的な満足から、見えない気や心の探究、そして英知・哲学を通して、至福・解脱へ至るといふ、まさに靈性修行の道を表しているようです。

では、ここでは「ブラフマンとは何か」の5つの答えを、日常生活や人生の目的につなげて考えてみたいと思います。

アンナ（食物）

おいしい食べ物から始まり、華やかな服と宝石、豪華な住居、最新のデジタル機器、肉体的な美と健康などの物質的なものは、現代の人々にとって大きな関心の対象であり、人生の主要な目的となっていると言えます。人生の楽しみはそれだけではないと思いつつも、一般的にはかなりの割合を占めていることでしょう。まだ小さい子どもでも、何がほしいか聞かれると「お金」と答えることは決して珍しくありません。また、これらのものが満たされない苦しみやコンプレックスが、時には人生を自ら終わらせてしまう原因にもなっています。アンナ（食物）は、物質的な世界を象徴しています。

プラーナ（気）、マナス（心）

一方で、目に見えないものも人生において大きな価値をもちます。感覚的な娯楽や心地よさ、音楽、友達、恋愛、そして健康（生き生きと感じられるかどうか・元気さ）などは、日常生活において物質的なものと同様に大きな意味を持っています。逆に、家族・学校・仕事・人生・将来に対する不安が心を埋め尽くすと、経済的・物質的にどれほど恵まれていたとしても、生きることは苦しみに満たされてしまいます。プラーナ（気）、マナス（心）と聞くとピンと来なくても、感覚的・心情的な楽しみは、人間が幸福を感じるために、物質的なもの以上に不可欠なものとなっています。

ヴィグニャーナ（英知）

経済的・精神的に安定した生活を送っていたとしても、「いかに生きるべきか」「私とは何か」について真剣に考えたとき、そして人類は長い歴史の中で同様に同じことを考えてきたということを知ったとき、人はそれまでは興味のなかった哲学や宗教に大きな興味を抱きます。同時に物質的なもの、感覚的なこと、情緒的なものへの興味が失い、理性的な思索、普遍的な価値を探求するようになります。そんな人生観の変化があった人は、同じ姿をしていても中身が入れ替わったかのように周囲には見え、友人や家族がその変化を受け入れられないこともしばしばあるかもしれません。本人は生まれ変わったかのように感じ、過去にどんな苦しみを体験していても生きてきてよかった、人生の意味が分かったと思えることができます。しかし、四六時中そのように感じることは難しく、頭で分かっているにもかかわらず現実とはまだギャップがあり、結局苦しみや不安がゼロにはならないものです。ヴィグニャーナ（英知）は人生を大きく変えるターニングポイントであり、人生の目的を確信させてくれます。

アーナンダ（至福）

先述の4つの分類に象徴される人生の楽しみへの執着がなくなり、人生の意味を完全に理解し、体験し、実現することができたとき、人は解脱を得たという状態になるのでしょうか。物質的、感覚的、心情

的、理性的な悦びも苦しみも全てを超越し、どんな状態であってもただ幸せだけがある状態こそが、霊性の世界で人生の目的とされている自己実現の境地です。

「私とは何か」という問いに対して、このアンナ（食物）、プラーナ（気）、マナス（心）、ヴィグニャーナ（英知）、アーナンダ（至福）という5つほど分かりやすい答えがあるでしょうか。さらに、ブルグヴァッリーには、ヴェーダの英知である「五つの鞄」というものが登場しています。五つの鞄とは何でしょうか。

私たちの体には五つの鞄（コーシャ）があります。肉体は食物鞄（アンナマヤ コーシャ）です。生命力の活気あふれる面は生氣鞄（プラーナマヤ コーシャ）です。精神活動の領域は心理鞄（マノーマヤ コーシャ）として知られています。五番目の鞄は歓喜鞄（アーナンダマヤ コーシャ）として知られる至福の状態です。多くの人々が、他の面をすべて忘れて、いつも食物（アンナマヤ）の面だけにふけているのは、嘆かわしいことです。しかし、私たちのゴールはこれらの鞄すべてを超越しています。

1981年12月31日の御講話

アートマを包む五つの鞄は、「ブラフマンとは何か」という問いに対してブルグが苦行を通じて出し

た5つの答えに対応しています。「ブラフマンとは何か」と「人間とは何か」「人生とは何か」という問いが、一つにつながっていくようです。五つの鞄は、実際に人生にどのような影響を与えているのでしょうか。

人は、食物でできた鞄（アンナマヤ コーシャ）の中、言い換えるなら肉体の中に落ち着いている時、また、生氣でできた鞄（プラーナマヤ コーシャ）の中、すなわち神経と生氣の活動の領域にいる時、生活は食べ物と遊びと満足のいく快適な生活によって満たされると感じます。心でできた鞄（マノーマヤ コーシャ）へと上がると、想像力の視界が開け、神の栄光と威厳を垣間見て、それが人に神を崇拜させ敬意を抱かせます。次の鞄、理智でできた鞄（ヴィグニャーナマヤ コーシャ）に足を踏み入れると、人は経験の多様性の探求へと向けられ、五番目の鞄である至福の段階（アーナンダマヤ）へと導かれ、理智が組み立てた神に関する仮説は確信となります。それは人を恐れと疑いから解放します。英知のみが完全な自由を授けることができます。文化の最終目的は進歩であるのと同じく、知識の最終目的は愛であり、また、英知の最終目的は自由です。

1970年12月25日の御講話

「神様（ブラフマン）とは何か」と「人間とは何か」「人生とは何か」という誰もが一度は抱く疑問

は、多くの人にとって一生解くことができない問いかもしれません。しかし、ヴェーダは驚くほど明確に答えを与えているのです。しかもそれは、最終目的地である解脱だけではなく、そこへ至るための段階を示しています。まずは最終目的地を知って信じて、物質や感覚や心を否定するのではなく、すべての中に神（ブラフマン）を見出したいと感じます。そして、頭で理解した後に、このマントラを唱えることは、目的地へ進む大きな力となります。英知は、頭で理解するだけでは十分ではなく、体で実行することもすぐにはできないかもしれません。しかし、人生の困難に出会ったときに、この探求のマントラを唱えると、ブリグと共に歩んでいるかのように感じます。マントラの中で唱えられているように、五つの鞄を一つずつ超えて目的地であり、出発点でもあるアートマに近づくことができるのです。

「ヴェーダを生きる」とは、マントラを学び、行動する生き方です。そして、マントラを唱えることはより深く学び、より強く行動することを助けてくれます。名前（音）と形は一つです。神聖なマントラを唱え、行動し、生きていきましょう。

気づき (第3回)

SSSIOJ 副会長 小窪正樹

人間に自由意志はあるか？ — この世は操り人形劇 —

田舎町の小さな駅で、木製の長椅子に座り、毎朝一人汽車を待つ。私は此処で、正面の窓ガラスに映る世界を眺めるのが好きだ。そこには、背後にある町並みが映し出される。青・黄・赤・青・黄・赤・・・信号機の色が自動的に切り替わり、淡々と繰り返される。それに同調するかのように、バスも、人も、車も、静かに流れていく。何も考えずに、只々、その映像に見入っていると、ふっと我を忘れ、平安な世界に溶け込んでいく・・・と、その瞬間、「8時11分発、特急列車の改札を始めます」というアナウンス。私は一気に現実世界に戻されてしまった。

〔自由意志〕

私たちは普段、自分の意志で職業を選んだり、趣味をしたり、買い物に行ったり、何かを考えたり、怒ったり、悲しんだりしていると信じています。しかし、第1回および第2回で述べてきましたように、私たちは肉体でも心でもありません。ということは、肉体がとっている「行為」や、心の機能である「思いやイメージなど」も、当然ですが自分ではないということになります。つまり、「私」の行為や思いはない、ということになり、「私」が自分の意志で何かをしているという考えは誤っている、人間に自由意志はないと言う結論が導かれます。さて、皆さんは、このように言われて納得されるでしょうか？

この疑問についてスワミは、ご自身が著した『Sandeha Nivarini (日本語版は平安・瞑想・大成就)』という本の中で民謡調の歌を詠み、私たちに啓発してくださっています。非常に長い歌ですので、部分抜粋して記述します。

〔あやつり人形の歌〕

タイ！ タイ！ タイ！ タイ！ タイ！ ダミイ！・・・
あやつり人形の、「こっけいな」芝居をごらん。
ああ・・・人よ。過去と現在と未来、
すぎごしかたと、これから先の、長い長い話を聞きなさい。
.....

男と女の人形をこしらえたもの
幾百万とない人形をこしらえたもの、それはブラフマン
しかし人形はそうとは知らず
人形あそびをよろこんでいる
ティム ティム ティム
このマーヤーという人形は聖牛のように
鼻の孔に鈍性のなわがついている
肉欲と怒りはさそりのむち
奴隷の背中をぴしりぴしりと叩く
.....

人形は泣き、眠り、目覚める。
見えない御手が、糸を引くとき、
手は神の御手、影に立つ神の御手。
しかし、かれは言うのだ。わたし わたし わたしと。
ダルマ、カルマは、強い糸。強く引いたり、緩めたりする。
そうとも知らず人形は、威張って歩く。舞台の上を縦横に。

- 『平安・瞑想・大成就』 pp.41-48



この歌にはこの世の真実が語られています。私なりの把握（はそく）をまとめますと、「この世は芝居であり、舞台役者はブラフマン（神）が作った人形である。この人形は無明（筆者は、鼻の孔の鈍性の縄を無明と解釈しました）という縄で縛られており、そのため欲望と怒りで自分を痛めつける。ダルマ、カルマという強い糸で神に操られているが、そのことを知らない人形は、“わたし、わたし”とまるで自分の意志で動いているかのように振る舞っている。マーヤー人形のこっけいな芝居である」となります。

私がこの歌を最初に読んだときは、自分とは関係の無い世界、夢の世界を語っているだけと言う理解で、ほぼ素通りしていました。しかし、読むごとに、スワミがおっしゃっていることへの理解が深まり、「私＝人形」から「私≠人形（マーヤー）」へと感じ入った時には、驚きと同時に、世界の見え方が180度変わったような感覚を覚えました。私たちの識別力を高め、スワミのおっしゃっていることへの理解を深めるのに最適な、現実に即した歌だと思います。本文末尾に全文を掲載しておきますので、是非、読者の皆さんにもそちらも読んでいただければと思います。

人は、人間という道具を通してすべてのことをなし遂げているのは、万物に内在する神の原理であるということに気がつかなければなりません。人が自分を、行為者（カルトルットヴァ）であり、楽しむ者（享受者／ボークトルットヴァ）であると見なす限り、自分の行為の結果から逃れることはできません。

-1993年1月1日御講話、Sathya Sai Speaks Vol.26 C1

人間に自由意志はありません。自由意志があるのは神だけです。五感の奴隷となっている人間がどうやって自由意志を要求することが出来るのでしょうか？人は何処から自由意志を得るのでしょうか？自由なのは神だけであり、それ故に神だけが自由意志を持つのです。

-『サティヨーパニシャッド上』p.269

〔私たちは操られている〕

スワミは、「人間という道具を通してすべてのことをなし遂げているのは、万物に内在する神の原理である」とおっしゃいます。では、このことについて、実際どのようなになっているかを検証してみましょう。

まず、とても身近なことですが、私たちの行動の基盤である肉体についてはどうでしょうか？ 命の大本である心臓も肺も消化管も肝臓も腎臓も脳脊髄系も免疫系も、すべて自分の意志で自由に動かすことは不可能だと分かります。誰が私たちの命を支えているのでしょうか？ 私たちは自分の意志で歩いているつもりになっていますが、右足、左足、右足、左足と考えて歩く人はいません。一旦歩き出せば、その後は、歩いていると言うことを忘れ、考え事をしたり、携帯電話を操作しながらでも、誰にもぶつからず目的地まで歩いて行けます。これらはすべて条件反射的に行われているのですが、一体誰が歩かせているのでしょうか？ マントラを唱えているとき、考え事をしているときでもマントラは自動的に唱えられています。誰が唱えているのでしょうか？ 髪の毛や爪が伸

びたり、瞬きしたり、眠くなったりすることなども同様に自動的に行われています。一体、誰がそうしているのでしょうか？

日常生活についても考えてみましょう。私の或る朝の行動です。①朝は6時に起きて、②祭壇にお祈りを捧げ、③部屋の掃除をした。④食事をしたら、⑤おなかがゴロゴロしたのでトイレへ行った。これらの行動について、それが自分の意志に基づくものか否かを調べてみますと、①目が覚めたのは自分の意志ではなく、何となく目が覚めたら6時だった、②お祈りは習慣になっていて、意識はせず自然に行っていた、③床にゴミが落ちていて埃っぽく感じたので掃除をした、④妻が朝食を用意してくれたので食事をした、⑤糞尿の排泄は自分の意志ではない、となり、私の行動は、なにか外部の力に影響された結果だったと言えるように思います。自由意志を「条件に左右されない自分を起源とする意志」と定義しますと、全くもって私たちには自由意志がないことが明瞭になってきます。そして、誰かに動かされている、操られているということが実感を持って感じられると思います。

ヒスロップ博士が神戸センターを訪問された際の自由意志に関する講演内容を記します。

自由意志を持った、真に自由な魂は、アヴァター以外にこの世に生まれてくることはありません。我々の体験する人生は、カルマの川の流れてあり、何が起るかは、すべてカルマの法則や天体の影響力によって細部に到るまで決まっております、その意味では我々に自由は全くありません。しかし私たち自身は、その川の流れを見守っている者であり、川自体が我々なのではありません。私たちの苦しみは、自分と自分の体験を同一視するところから生じます。「私は誰か」という探究の道を歩むことにより、自分は体験を意識している者であり、体験は自分ではないということがはっきり判ります。・・・一つの思いに動かされて行為をする場合、その思いに力を与えているものは、あなたの欲ばかり

ではありません。あなたの過去生からのカルマの総体、あなたの食べたものに込められていた波動、あなたの周囲の人々の想念の力、その場のエネルギー、遠い天体からの影響力等々、そこには、あなたが通常「自分」と思っているエゴの力をはるかに上回る様々な力が複雑に組み合わさって人間を操っているのです。

ヒスロップ博士の神戸訪問（1994年9月27日）
<http://www.sathyasai.or.jp/sn/sn39/hisrop39.html>



〔運命に身を任せ怠慢で良いのか〕

「私たちは操り人形であり、その行為も思いも神の原理により自動的に起きていることなのであって、「私」がしていることではない」となりますと、「私」は運命に身を任せ怠慢で良いのか、という大いなる疑問がわいてきます。さて、皆さんはどのように考えるのでしょうか？

私なりの理解を述べさせていただきますと、この答えは「自分を何と同一視しているか」により異なってくるものと思われまます。自分を肉体および心と同

一視している人は、当然、自分の意志と言うものを信じるわけですから、それに従って行動することになります。ですから、「怠慢で良い」と言われたからと言って怠慢になれるわけでもなく、この質問自体が適用されません。

しかし、一方、この質問にあるように「行為も思いも自動的に起きている、自分のものではない」と固く信じる人は、徐々に自分という存在が、肉体を離れ不動に、心を離れ静寂に導かれるため、やがて、自分を目撃者意識と同一視するようになります。この場合は、完全な不動、つまり、言葉は適切ではないかも知れませんが、究極の怠慢という状態になり、答えはイエスとなります。

このように考えていきますと、この世が操り人形劇であるからと言って、私たちが何もしないで良いと言うことにはならないと思われまます。また、肉体意識から目撃者意識になっても、実際は、行動が怠慢になるという事象は起きないようです。それはスワミを見ても一目瞭然ですが、バガヴァンの有名な帰依者であり、大企業の最高経営責任者であるジェームス・D・シンクレア氏の講演からも理解することが出来ます。

〔静寂の存在を許す〕

もしあなた方がそこから一歩踏み出して敢えて神に集中して行動するというリスクを冒すならば、世間の人々はあなたを最も活動的な人と見るでしょう。・・・

「神なる自己」とつながるためには、その邪魔をしないようにすることこそが唯一の方法であり、邪魔をしない方法とは、黙って静かにすることです。聴くことを学んでください。聴くことを学ぶとき、またこの話題になりましたが、あなたは何もしていないのです。皆さんは、聞かなくてはならない声を聞くために、ボリュームを落とすのです。完全に信頼しなさい。そして、世界に出て、神のご意志が展開するままに任せなさい。その具体的な様子については何も意

志しないことによって、それができるのです。・・・単純に知的な考察がない状態として定義される、その静寂が、そこに存在することを許しなさい。ちょうど問題がそこに存在するように、その静寂にも、そこに存在することを許すのです。そして、その問題への解決方法が皆さんに向かって、何ものにも止められない勢いを持って、決然と突き進んでくるのを感じてください。そうして、皆さんが、ただ単にスワミのなさり方の邪魔をしないだけでいいことができたのだと知ってください。

ジェームス・D・シンクレア氏の講演（2002年4月3日放送）

<https://sathyasai.or.jp/sghtalk/sinclair.html>

シンクレア氏の述べておられる「静寂の存在を許す」とはどのようなことを言うのでしょうか？ 私の体験ですが、ダルシャンでスワミに手紙を受け取っていただいたとき、スワミと自分以外は他に何も見えず、時間が止まり、静寂に包まれたような感覚を覚えたことがありました。おそらく、そのような状態を言うのかなと思っています。ただし、絶対なる静寂という場合は、それは心の次元を超える必要がありますから、肉体でも心でもない状態、つまり、舞台監督である神の視点、人形劇を見ている目撃者の位置に意識があるときの境地と言えるでしょう。

〔悟るのは目撃者〕

さて、ここで少し横道に逸れますが、皆さんは覚醒がどのように起きるかを考えてみたことがあるでしょうか？ 私たちは通常、自分という個人が悟って何か変化を遂げると想像していますが、この操り人形劇という舞台を考えたとき、それは誤りと気づかされます。なぜなら、人形が悟れないのは自明のことだからです。悟りとはつまり、「人形劇の中の個人（たとえば小窪）が夢から覚めて特別な人になるわけじゃなく、目撃者である舞台監督の方が覚める」と推察されます。舞台監督であるアートマが、「あっ、そうだ、すっかり忘れ

てた。自分は小雀じゃないんだ。劇を見ているんだ！」と我に返ることが悟りだと思いました。ただ面白いことに、今この時点でも私たちは目撃しており、すでに神なのですが……。

一本の木に二羽の鳥が止まっています。ウパニシャッドはそれを、この体、この世界という木に止まる、ジーヴァートマとパラマートマ、すなわち、個人の魂と至高の魂であると述べています。一羽の鳥はその木の実を食べ、もう一羽の鳥は目撃者として単にそれを見ています。しかし、驚くべきことに、その鳥は、二羽いるように見えても、実際には一羽なのです。それは同一の存在の二相であるがゆえ、二羽を引き離すことはできません。

-1964年1月1日御講話：「ゼーローではなく、ヒーローになりなさい」



ヒスロップ：・・・覚醒状態においては、私たちは自分を真の実体であると信じていることができません。私たちは自分を影として見ており、活動に従事する現実の人間ではないと感じます。

サイ：あなたは、自分を影と見なしています。そのうちそれが変化して、自分は実体そのものであると感じます。このようにして、状態が交互に代わります。それは一枚の硬貨の二つの面のようであり、表と裏のようです。

ヒスロップ：そうです、その通りのことが起こります。

サイ：しかしそれは、覚醒状態における典型的な経験ではありません。それは、サーダナによってもたらされる、ヨーガ的な一段階です。人々は普通、夢を見ている間は夢を真実として体験し、起きている間は覚醒状態を真実として体験します。あなたが体験しているのは、条件付一元論の状態です。

-『サティア サイババとの対話』pp.145-146

〔努力は何のために？〕

さて、また、本題に戻ります。人間に自由意志はない、すべては神がなされていること、すべてはカルマの結果、とすることになりますと、次なる疑問は、努力は必要か、努力は一体何の役に立つのかということなのです。

人々は、人間誰にでも自由意志があると信じています。これは完全に間違った信念です。人間が成功を収めるのは、自分の意志、決意、霊性修行、努力のためだと想像しています。これはすべて、彼らのアハムカーラ（自我意識）の逸脱・迷いによるもので、自分が行動しているのだという間違った考えを反映しています。

-『ブリンダヴァンの慈雨』pp.183-184

ほとんど努力をしないで、または全く努力しなくても、あなたの全活動を神に捧げ、自分の行為を主なる神の仕事だと考え、神への信頼を固めて仕事を取り上げることによって、必ず成功を勝ち取ることが出来ます。あなた方は、人間の努力によっては何事も起こらないという固い信念を持つべきです。

-『ブリンダヴァンの慈雨』pp.173-174

日本人は元来、勤勉で努力家であり、それらは日本人の美德とされてきました。「努力に優る天才なし」、「努力は人を裏切らない」などの名言もあります。そして、スワミも、「解脱の門には、忍耐と努力という二人の門番がいる」（『神への道』p.191）とおっしゃり、努力することを強く勧めてもおられます。一見、相反するようなこれらの御言葉ですが、果たして努力は必要でしょうか？ それとも必要ないのでしょうか？ 次のスワミの御言葉がその答えと思います。

神の恩寵だけが真実であり永遠です。人は神の恩寵を得るよう努力すべきです。
-2005年7月21日 グル・プールニマ祭の御講話

皆さんは、カルマの結果から逃れる方法はあるのだろうかと思っているかもしれませんが、方法があります。神の恩寵を得た人々には可能です。ひとたび神の恩寵の受取人になれば、カルマ・パラ（行為の成果）の影響を受けることはなくなります。

-2005年7月21日御講話「すべては神の恩寵しだいである」

広く一般に受け入れられている「カルマ」の意味の一つは、その人の運命あるいは宿命、すなわち、自分の額の上に書かれた消すことのできない「記述」であり、実行されなければならないものです。それを逃れることはできません。けれども、それは他人の手によって書かれたものではないということを人々は忘れていきます。それはすべて自分自身の手で書かれたものです。そして、それを書いた手は、それを消すこともできます。

-1963年10月21日御講話「世界の繁栄 - ローカ カッリヤーナ」

答えは、「神（真我）の恩寵を得るよう努力すべき」、努力のベクトルが重要と言うことでした。その理由は、操り人形劇の大要から考えて、十分得心

がいくと思います。私たちの肉体や心や行動のすべてを操っているのは神ですから、神の恩寵がなければ何も生まれえないというのは当然と言えます。つまり、努力も、ただ、闇雲に行うのではなく、神様を喜ばすように行わなくてはいけないとなります。そして、さらに付け加えるなら、「神の恩寵を得る努力ができる」ということは、それ自体が神からの恩寵であるということも忘れてはいけないと思いました。

個人の努力と神の恩寵はどちらも持ちつ持たれつの関係です。努力をしなければ、恩寵が授けられることはないでしょう。恩寵がなければ、努力をしてみることもできません。その貴重な恩寵を神から勝ち取るために、あなたに必要なものは、信仰と美德だけです。

-1966年3月27日の御講話

〔あれは完全、これは完全〕

さて、「すべては神がなさっていること、あなたの名誉も不名誉も、幸も不幸もすべては神がなさっていること、あなたは人形に過ぎない」と聞いて、皆さんはどのように感じるのでしょうか？ 面白くない、むなしい、関係ない、面白い、楽だ、ありがたい、素晴らしい、等々、いろいろな意見があると思いますが、これは、皆さんが自分をどう捉えているか、この世界をどう捉えているか、神をどう捉えているかによって変わってくると思います。甲乙はつけられないでしょう。

私は、神が決めていることであれば、すべてが善であり完全であるに違いはないと考え、難しいことですが、そのように対処するようにしています。

プールナマダッ プールナミダム

プールナート プールナムダッチャテー

プールナッスヤ プールナマーダーヤ
 プールナメーヴァーヴァンシヤター
 あれは完全、これは完全
 完全から完全が生じ
 完全から完全を取り去っても
 完全が残るのみ

-1994年4月14日御講話：「時は神なり — 最大限に活用しなさい」

しかし、これはそれほど簡単なことではありません。私の体験を以下に記します。

『ヴェーダのマントラチェックが返ってきた。今回は、絶対に「指摘点無し😊」で返ってくるはずだと思っていたところに、「フィードバックをアップしました。ノートの更新をお願いします」と、予想に反し、修正箇所が必要というお返事。しかも、自分ではきちんと直して完全と思っている箇所を指摘されている。・・・心の声「そんなはずはない、これは何かの間違い。受け入れられない」と抵抗が続くが、気を取り直し、「そうか、こういう返事が返ってくるのが最初から決まっていたんだ。必然なのだ。神がくださった最善の結果であるならば、この体験を楽しもうではないか。」と受け入れる。練習を積み重ね、何度か提出したある日のこと、マントラ合格のメールが届いた。普段であれば、大いに喜び「やった～」と言うところを、「ふ～ん、平常心、平常心。神の御業さ」と対応する。しかし、何かが違う。これでは無為、無気力と何処が違うのか？ 喜怒哀楽はあった方が人生は豊かなのではないか？ 苦悩の先に喜びがなければ人生の意味が無いではないか？ 平常心は至福に繋がるのだろうか？ 平常心とは何なのだろう？ 疑問の連鎖が湧き上がる。』

喜びと悲しみのようなあらゆる二元性は、一般の人々の心を波立たせ影響を与えます。感覚の対象から意識を引き戻すことは、日々の生活に携わる中で達成できます。世界を世俗的な目で見ないことです。そうすれば、あなたは悲しみと喜びの二元対立を離れて、バランスがとれ、平等心を得ることができます。あなたは、心が行なっているゲームのために、唯一者である神を、多くの存在として体験しているのです。あらゆるものを、愛にあふれた神様の投影／延長と見る練習をしましょう。そうすれば、あなたは二元性の地平を超えて一体性の領域に入ることができます。

-『ストラ ヴァーヒニ』第1章「六つの美德」

つまり、この答えは、私がまだまだ未熟で、あらゆる結果を神の御業と真に受け止めていないことにあるようです。「ふ～ん、平常心。神の御業さ」という言葉自体に、それと対立する「平常心でないこと」、「神の御業ではないこと」が包含されていて、二元対立が明白です。人形劇の芝居に意識が囚われているうちは真の平常心は得られない、それは目撃者意識になって初めて得られるということのように思いました。

〔全託とダルマしかない〕

この人形劇という舞台には、いろいろな役者がいます。善人も悪人も、富む者も貧しい者も、人を傷つける者も傷つけられる者も、嘘をつく者もつかれる者も、いろいろな役者がいて、すべてが神に操られています。その中でもサイは私たちに、サイの召使いとしての役を与え、バジャンを歌わさせ、ヴェーダを唱えさせ、サイに向かって歩ませるという役を演じさせているのです。おお、何という幸運でしょう。これほどの喜びがあるのでしょうか。これほどの恩寵があるのでしょうか！

もし、そうであるなら、私たちがしなければならないこととは何でしょうか？それはもう、心も体もすべてを神にゆだねる全託しかないと思うのです。そして、神の命令（ダルマ）に絶対服従することしかないと思います。皆さんは、どのように思われたでしょうか？

サイの甘く優しい愛を感じつつ、筆をおきたいと思います。

あなたがすべきことは、ただ神の意志に委ねることです。これは、良いことであれ悪いことであれ、人生に何が起きようと、それは自分にとって最も良いことだと思い、喜んで受け入れる覚悟をすることを意味しています。あなたはそれを神からあなたへの贈り物として受け入れなければなりません。そうすることが真のグニャーナ(英知)でありバクティ(信愛)なのです。

-『サティヨーパニシャッド上』 p.270

「わたし」とはだれか

-サティアサイババ述『平安・瞑想・大成就』 pp.41-48

- 1、 タイ！ タイ！ タイ！ タイ！ タイ！ ダミイ！…
あやつり人形の、「こっけいな」芝居をごらん
ああ・・・人よ過去と現在と未来、
すぎこしかたと、これから先の、長い長い話を聞きなさい
- 2、 かれは、始め牢獄のように、暗い母胎の、
どろどろのぬかるみに動めいていた
かれは、悲鳴をあげてこの世に生まれ出た。しかし、
周囲には、ほほえむ顔と、さんざめく祝宴があった
- 3、 「何という悲劇よ。また生まれてしまった」
かれは、それと知って、声高に長く、泣きつづける
しかし、人々は赤児をあやし、笑わそうとして、笑ってみせる、

- 4、 かれは、汚物にまみれころげて、日を過ごす
恥ずかしいとも、露思わずに、
赤児は立っては転び、転んでは立ち、
日がな一日、ふざけまわる
- 5、 遊び仲間と跳んだりはねたり
さまさまの技や商売を覚え
胸厚く丈高くたくましく
年ごとにずんずんと成長する
- 6、 相手を見つけ愛をささやき
バラ色の虹が架かる
聞き慣れぬメロディを口ずさみ
珍しい酒をがぶ飲みする
- 7、 男と女の人形をこしらえたもの
幾百万とない人形をこしらえたもの、それはブラフマン
しかし人形はそうとは知らず
人形あそびをよろこんでいる
ティム ティム ティム
- 8、 このマーヤーという人形は聖牛のように
鼻の孔に鈍性のなわがついている
肉欲と怒りはさそりのむち
奴隷の背中をびしりびしりと叩く
- 9、 他の人形が身をふるわせてかれのまえに立ち止まると
かれはよろこんでにたにた笑う
かれは他人に苦しみをあたえる。だが、
自分はこれっぽちの苦しみにも耐えられない
- 10、 かれは誓い、叫び、手を振り
血ばしった眼でいらだち、いきまく

- なんともはや見事な見ものよ
怒りの悪魔にのりうつられて
- 11、かれは文字を綴り、書き、がり勉する
なぜそうするのかもわからずに
狂気のように走り廻って知識を集める
いやでもおうでも腹をふくらませるために
- 12、 ああ、あなたはおかしい小さい人形を見たか
おなかにやたらと本をつめこんで
ねたみ深い眼を向けるのだ
学者人形に会うときには
- 13、 ああ、そしてひそやかな音をまきまきさい
恥づべき欲情が襲ってきたのだ
心にひそむねじくれた欲望が
罪深くも満たされる
- 14、かれは誇らしく叩いてみせる。なにを。自分の背中を
美とたくましい筋肉と活力とを
だがひとあしごとに
老いは、しのびよる
- 15、かれの顔にはしわがより、よたよた歩いて目をしばたく
子供たちは叫ぶ。「おいぼれまぬけ」「おいぼれまぬけ」
かれは喘ぎ、齒ぬけの口をゆがめる
骨もがたがただわさ
- 16、最期の日まで恐れおののく
すり切れたぼろ布のようなからだをして
ああ、マネキン人形よ。喘いでも嘆いてもむだなこと
最期の日はいつか来る

- 17、 ああ、鳥よ、羽をふるわせて
皮膚という鳥籠から飛び立ってゆく
からっぽで硬くなり、うつろで、突っばって
ああ、早く退けてくれよ。ぶくぶくと腐臭がする
- 18、からだは、生みの親の五大にかえり
人形の望みは灰と化す
なぜ泣くのだ愚か者よ 人形のひとりが
満員の舞台上で倒れたとき
- 19、 叔父さん、いとこ、叔母さん、友だち
泣き泣き行列をつくって戸口へ続く
マーヤー人形は親きょうだいを忘れてしまう
神の御名、真実の救い主よ!
- 20、 ああ、人間よ。弱よわしい輩によりかかるのはよしなさい
くさめでもしようものなら、うす皮のボートは水がしみこみ、あなたは
川の中でおぼれてしまう
- 21、 人形は泣き、眠り、目覚める
見えない御手が、糸を引くとき、
手は神の御手、影に立つ神の御手
しかし、かれは言うのだ。わたし わたし わたしと
- 22、 ダルマ、カルマは、強い糸
強く引いたり、緩めたりする
そうとも知らず人形は、威張って歩く
舞台の上を縦横に
- 23、 人形はこの世を永遠と思っている
愚かな勿体ぶった人形よ
ピカリと光った。ああ、神が幕を閉じたもう
自慢しても、もうおしまい

- 24、 ああ、人間よ。あなたは蟻と蛇と鳥の
あいだを歩き廻った
さあ、有余せず永遠の至福への道を
求め、見つけなさい
- 25、 好運な人よ。いまやっと、
サイ、クリシュナに会ったのだ。サイは来たのだ
サイと親しみなさい
自分がなにか、なぜか、どうしてかを知るために
- 26、 小ざかしく耳ざわりのよい幾百万の言葉
言葉はあなたの飢えた胃袋を満たしたか
言葉を捨て、魂に燈をともしなさい
束縛からまぬかれ、走り廻りなさい
- 27、 この歌は人形をうたった歌
この歌は、かれを悲しませ賢くさせる。知っているのだ、わたしは
だが、かれは。さあ、
サティアサイナートの素晴らしい奇蹟を見なさい
そして・・・自分自身を知りなさい



ワカ チンナ カタ

水とミルク

コップ1杯の水を、コップ100杯のミルクが入った器に注いでみてください。あなたが注いだ水はミルクの特性を得て、ミルクとしての価値を持つようになります。交わることによって良くなるのです！

コップ1杯のミルクを、コップ100杯の水が入った器に注いでみてください。ミルクはその健康を与え維持する特性を失い、水と同じくらい味気ないものになります！

これが、私たちが交わる仲間から受け取る影響です。



『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。

そのままここに置いて ください



ある地方刑務所の監督官が、囚人を自分のオフィスに呼んで釈放命令を読み上げました。監督官は、その囚人が自由の身になったので、30分以内に刑務所から出ていくように言いました。「出所するとき、おまえが持ってきたマットと鍋も一緒に持って出るんだぞ」と、監督官は命じました。しかし、囚人は言いました。

「それらは、そのままここに置いてください。きっと私はすぐ戻ってきますから」

ほとんどの人は、このような心がけでいます。彼らはこの地上の人生という獄舎から去ることを渋ります。今生で十分なカルマ〔行為／業〕を積み重ね、また別の人生の終身刑を受けて、即この世に戻って来ては、同じ経験を繰り返すのです。

サイと共に

1998年6月24日の会話



スワミは学生とスタッフ全員にマンゴーをお配りになった。ある学生が2つのバスケットを一度に運んでいると、スワミがおっしゃった。

スワミ：君はお店を開くつもりじゃないでしょうね。

一度に一つずつ運びなさい。

(別の学生に向かって)

傷んだマンゴーは渡さずに、良い状態のものだけを渡しなさい。

(ある教師に)

わかりましたか、私は男子学生に一から十まで教えなければなりません！

教師： スワミ、彼らは新入生です。経験を積んで学んでいきましょう。

スワミ：ダメです！！常識ゼロ、一般知識ゼロ。

(ある学生に)

いつ、何を配るときにも、まず先生に配らなければいけません。

そう言うと、スワミはバスケットから大きなマンゴーを1個つかんで、それをある教師にお与になった。スワミは、コダイカナル〔ババがよく夏を過ごされた高原避暑地〕では、一万人もの帰依者が来ていたときでさえ、すべての物が非常に整然と、静かに配られているということ述べられた。

スワミ：男子学生は、配るとき、きびきびと、整然としているべきです。

ベジタリアンクッキング



ベジ春巻き

【材料】4人分（約10本）

- ・春巻きの皮1袋（10枚入り）
※アレンジとして湯葉で巻く場合は、半生(はんなま)の平湯葉(ひらゆば)、または乾燥湯葉を水で戻したものを使う
- ・干し椎茸 3~4枚（1カップの水で戻しておく）
- ・春雨 35g（さっとゆでて短くしておく）
- ・ソイミンチ（湯戻し、水切り不要タイプ）100g
- ・たけのこ水煮 1袋
- ・玉ねぎ 半個
- ・にんじん 太い所4cmほど
- ・ピーマン 2個
- ・ごま油 大さじ1
- ・中華だし 小さじ1
※お好みで味つけ用に塩こしょう1つまみ、料理酒大さじ1、醤油大さじ1
- ・片栗粉 大さじ1（水大さじ1でといておく）
- ・揚げ油 分量は400ml
- ・醤油 大さじ4
- ・辛子 小さじ4

【作り方】

- ①野菜（玉ねぎ・にんじん・ピーマン・たけのこ水煮）を全て長さ4cmほどの千切りにする。水で戻しておいた干し椎茸も、水切りして千切りにし、戻し汁は味付け用として取っておく。
- ②フライパンに、ごま油大さじ1を熱し、玉ねぎ、人参、ピーマン、たけのこ、ソイミンチ、椎茸の順に炒める。
- ③火が通れば戻し汁と水を合わせて1カップにしたものと、中華だしと春雨を入れる。（お好みで塩こしょう1つまみ、料理酒大さじ1、しょう油大さじ1を加える。）
- ④軽く煮詰め、少し水分が残る程度のところで、大さじ1の水でとかした片栗粉大さじ1を入れ餡(あん)に仕上げる。これをしっかり冷ましておく。その間に春巻きの皮を常温にしておき、1枚ずつはがしておく。
- ⑤餡が冷めたら10等分し、春巻きの皮で巻き、ふちを水または水とき小麦粉で止める。（春巻きの皮の代わりに、平湯葉を使っても美味しいです。）
- ⑥180～200度に熱した油400mlでカリッと揚げる。
- ⑦しょう油、お好みで辛子を添えて出来上がり。

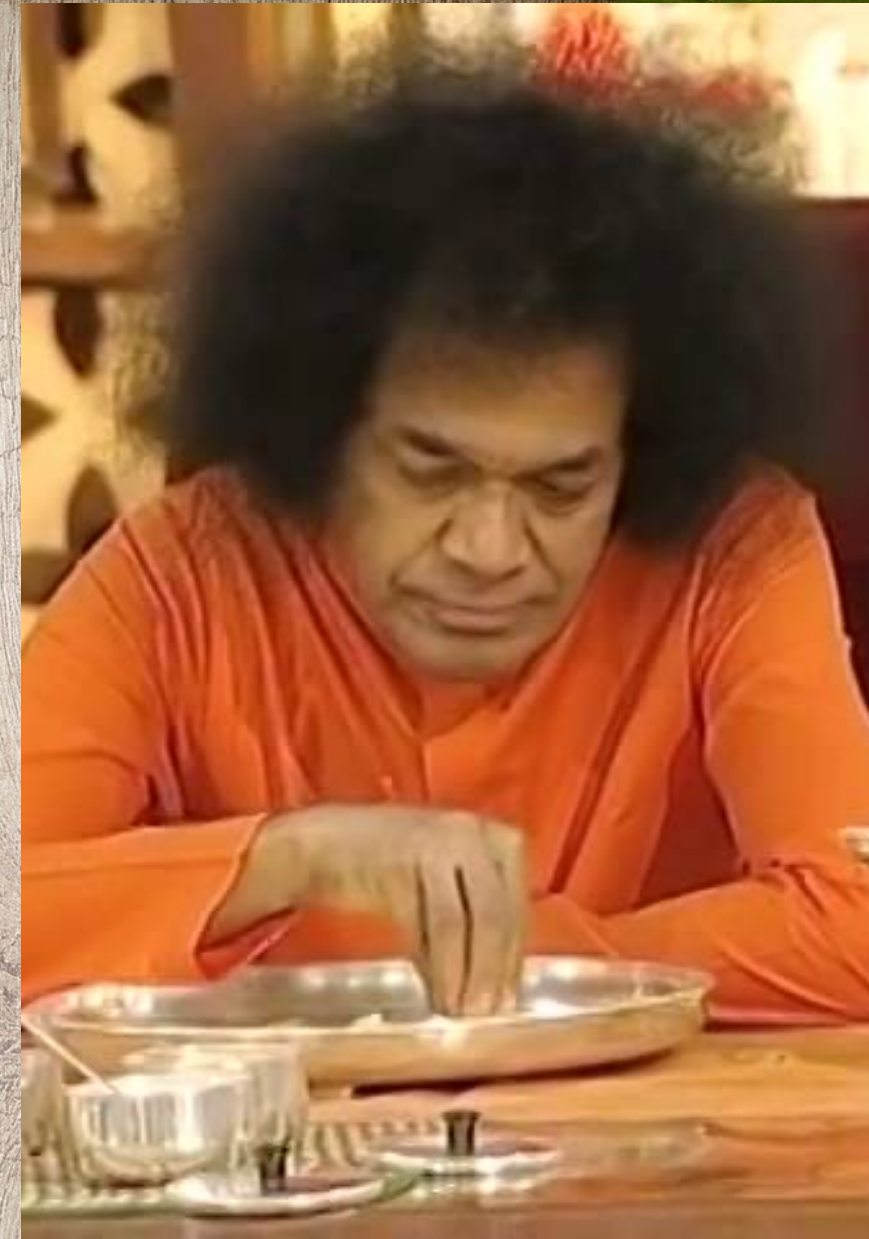
【レシピのポイント】

- 五目野菜とソイミンチで簡単に出来る栄養満点の春巻きです。
- ソイミンチは、大豆ミート（ミンチ）の乾燥タイプを湯もどしても良いです。
- 具を春巻きの皮で巻くとき、ツルツルの面が外側になるように巻きます。その際、空気が入らないように具をつめて巻くのがおいしく仕上げるコツです。強く巻きすぎると水分がしみてしまうので注意しましょう。
- アレンジレシピとして、平湯葉で巻いた春巻きは食べごたえもあり、たんぱく質も多くとれます。

スワミの御言葉

「神に捧げられた食物は、消化器官の中のヴァインワナーラ（食物を消化する火）によって消化されます。神はヴァインワナーラとして火のかたちで存在するゆえに、食物と共に不浄さも消化します。ですから、たとえ食物に不浄なものが入り込んでいたとしても、それを食べた人が影響を受けることはありません。サティヤ サイの宿泊施設で、食事の前に『ブランマールパナム』を唱えるのはこのためです。」

『プラサード』第2版 p.190





<活動報告>

ブッダプールニマー 2022

主催：Sri Sathya Sai 国際オーガニゼーション

- 日時：2022年5月15日 午後12～午後2時
オンライン
- テーマ：八正道 — 内なる平安への道
- 参加国：日本、香港、台湾、インドネシア、
マレーシア、シンガポール、スリランカ、
ロシア、オーストラリア

【総評】

プログラムは日本のガネーシャバジャンから開始され、それに続き、日本のヴェーダチームによるヴェーダが詠唱されました。また、世界のバルヴィカスによる祈りでは、そのバックグラウンドに日本

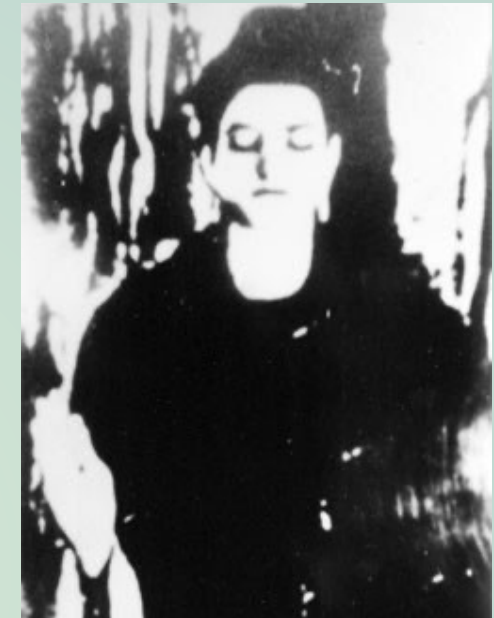
のバルヴィカスによるコーラスが流れました。

大会のテーマ説明は、第五ゾーンのコーディネーターであるBro.アショクより行われ、ブッダはすべての苦しみは人々が四諦（4つの真理『苦集滅道』）について無知であることが原因であると説かれたことが紹介されました。

そしてスワミが1998年2月5日の御講話で感覚を制御することの大切さと、1998年5月11日のブッダプールニマーで八正道について説かれた御講話が紹介されました。

プログラムはブッダの御教えである「四諦八正道」について、スピーチやアニメーション、動画などにより構成されました。またヴェーダやバジャン、コーラス、踊りなどバラエティーに富んだ内容となりました。各国から僧侶による祈りや、各国のスピーカーによる体験談やスピーチがあり、ブッダの御教えについて改めて多くの学びを得ることができました。

ナレンドラナート博士からは、仏教ではウエサク祭として知られているこの日は、ヴァイシャカ月の満月、ブッダの御生誕日、ブッダが悟りを開いた日という3つが重なった吉祥な日だということ、そしてブッダはご自分が悟りに達した後、衆生を救うために、悟りに達する方法を「四諦八正道」として示したことが紹介されました。



すなわち四諦とは「苦集滅道」という悟りに達するための真理であり、八正道とは「正見」「正思惟」「正語」「正業」「正命」「正精進」「正念」「正定」という悟りに達するための道です。

また、ブラフマーストラにはニルヴァーナに達するための資格として、真実と非真実を見分ける識別力、世俗の放棄、6つの徳、解脱への憧れが必要である、と書かれていることが紹介されました。最後にスワミの御講話と、各国によるバジャンで締めくくられました。

AUM SRI SAI RAM
住友正幹

My Buddha Poornima Experience

My humble Praanams at the Lotus Feet of my Beloved Bhagawan, Sri Sathya Sai Baba. I am so grateful to Swami for giving me so many opportunities to organize International Bhajans at the Buddha Poornima celebrations in Whitefield and Prashanti for over 20 years. Buddha Poornima holds a very special place in my heart and my love for Bhajans has enabled me to participate in these memorable events. Each event was Divine but one that I cannot forget was the time when a young Nepali girl was singing 'Prema Swaroopani Janani Maa,' Swami got so emotional and while she was still singing, He called her to where he was seated on the wheelchair and materialized a gold chain with a pendant and wore it around her neck. That reassured me that Swami was happy with the Bhajans we were offering.

This year was a totally different experience online. But I still had the opportunity to select the Bhajans from which were sent to me and that gave me a lot of joy and felt the connection to Swami within.

We were able to watch the Buddha Poornima celebration from the comfort of home and it is so

wonderful to see so many International Countries from the SSIO coming together to make this event exceptional. Our Japanese brothers and sisters participated whole heartedly and Brother Arishima's song composed and sung by him was very highly appreciated by all the participating countries. There is a lot of coordination and effort involved and it inspires us to see the various Sai activities around the world.

Thank you for the many chances I received from you Swami and with your Grace and Blessings, I hope to continue this Seva till my last breath.

With my most loving Pranaams
Jai Sai Ram
L.P.CHABRANI

私のブッダプールニマー体験

最愛のバガヴァン・シュリ・サティヤ・サイ・ババ様の蓮華の御足に謹んで心からの祈りを捧げます。

20年以上にわたって、ホワイトフィールド※1とプラシャーンティ・ニラヤム※2で開催されたブッダプールニマーの祝祭において、スワミ※3が私に国際バジヤンを取りまとめる多くの機会をお与えくださったことに心から感謝いたします。ブッダプールニマーは私の心の中できわめて特別な場所を占めており、バジヤンへの愛があったからこそ、私はこれらの記念すべき行事に参加できたのだと思います。

どの祝祭もそれぞれ神聖なものでしたが、私が忘れられないのは、若いネパール人の女性が「プレマ・スワルーピニー・ジャナニ・マー Prema Swaroopani Janani Maa」を歌っていた時のことです。スワミはとても感情的になり、まだ彼女が歌っていたにもかかわらず、車いすに座っておられた場所へ彼女を呼び寄せ、ペンダントのついた金の鎖を物質化して彼女の首にかけてくださいました。それを見て、スワミが私たちの捧げるバジヤンを喜んでくださっていることがわかり、安心しました。

今年はオンラインによるまったく違う体験になりました。しかし、送られてきたバジヤンを選ぶ機会があり、それは私にとって大きな喜びであり、内なるスワミとのつながりを感じることができました。私たちは自宅にいながらにしてブッダプールニマーの行事を見ることができましたし、SSIO〔サティヤ・サイ・国際オーガニゼーション〕の数多くの国々がこの行事を特別なものにするために一致協力しているのを見るのは本当に素晴らしいことでした。日本の兄弟姉妹たちも心を込めて参加し、Bro.有島が自分で作曲して歌った歌はすべての参加国の人々から高く評価され、大変喜ばれました。たくさんの調整や努力は必要ですが、世界各地でさまざまなサイの活動が行われているのを知ると、私たちは鼓舞され、感動します。

スワミ、あなたからいただいた数多くのチャンスに感謝いたします。あなたの恩寵と祝福のもと、私は人生の最期の瞬間までこのセヴァ（奉仕）を続けたいと願っております。

心からの愛を込めて
ジェイサイラム
L.P.チャブラニ



※1 ホワイトフィールド：バンガロール近郊の第2のアシラムがある場所

※2 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ラムの総称。
至高の平安の館の意。

※3 スワミ：聖者などの尊称、ここではサイ・ババ様のこと。

ブッダは、苦行や祈りや禁欲生活によって真我顕現に至ることはできないと知りました。最初にブッダは、善いものの見方を育む大切さを強調しました。善いものの見方は善い思い、善い話、善い行為につながります。ブッダは、善い人々との交わりに重きを置きました。善い仲間によって善い思いが導かれます。次の4つの原則を守るべきです。善い仲間を持ち、邪悪な人々との交わりを避け、常に価値ある行為をし、何が一時的なもので何が永遠であるのかを忘れずにいなさい。善い仲間（サットサング）とは単に善い人々との交わりを意味するものではありません。「サット」は神を意味しています。必要とされるのは、絶対なる至福の根源である神の仲間であろうと求めることです。思考を神に集中させた時、思い（感情）と言葉と行為は清められます。それによって内的感覚器官が清められます。思い、言葉、行為の清らかさは神を実感するのに不可欠なものです。

—— 1998年5月11日の御講話より

Buddha realised that self-realisation cannot be attained through penance or prayers or austerities. Buddha emphasised the importance of developing good vision (samyak drishti). Good vision leads to good thoughts, good speech and good action. He laid stress on association with good people. The company of good leads to good deeds. The four

rules to be observed are: cultivate good company, avoid association with evil persons, do meritorious deeds always, and remember what is transient and what is eternal. Good company does not mean merely association with good people. Sat refers to the Divine. What is required is to seek the company of God, who is the source of all bliss. When one's thoughts are centred on God, one's feelings, speech, and actions get sanctified - samyak bhavam, samyak sravanam and samyak kriya. This leads to the purity of inner sense organs. Purity in thought, word, and deed is the requisite for experiencing the Divine.

— Divine Discourse, May 11 1998.

ヴェーダ チーム

ヴェーダチームでは、ガナパティ プラールタナーとドゥールヴァー スークタムの2つのマントラを唱えている動画と音声を全国から募集して、編集して合わせたものを捧げました。このマントラを捧げたことは、以下のヴェーダの資料にあるようにブッダの御教えと深く関係していたからでした。

ドゥールヴァー草は、薄緑色や深緑色をした種類が豊富な短茎草本（丈の低いイネ科の草の総称）で、湿地帯によく見られ、豊かに生長して、たくさん生い茂ります。様々な礼拝で使用されるドゥールヴァー草は、どんな供犠をするときにも不可欠です。祈りの中で水が捧げられるときは、必ず一房のドゥールヴァーを水の中に軽く浸して、草についた水を神像にふりかけます。この草は浄化作用があると考えられています。草の葉は礼拝者によって様々な浄化行為のために用いられ、礼拝者に目に見えない神聖さと清浄をもたらすと信じられています。

仏教徒もまた、ドゥールヴァー草を8つの吉祥な物のうちのひとつとみなしています。仏教徒は、この草が生命力が強いことで知られているので、正精進（八正道の一つ。正しい努力）を促すと信

じています。最近の科学的な調査によると、この草に薬効があることがわかりました。

ドゥールヴァー草はまた、母なる大地の女神を象徴しており、ドゥールヴァー スークタムの最後の2節は、この大地の女神に向けられています。礼拝者は、母なる大地の女神の守護を祈ります。母なる大地は、馬や二輪戦車に乗る人々によって横断されるものとして語られています。ヴィシュヌ神はヴァーマナ アヴァター（小人の姿をとって現れたヴィシュヌ神の5番目の化身）の時に、三界を支配していた大帝バリから、3歩分の土地をもらう約束を取り付け、第一步で全地上を踏み、第二步で天界全体を踏みしめ、第三步目をバリの申し出通りバリの頭の上に置かれて、バリの高慢を砕くとともに、改心したバリを祝福しました。礼拝者はここで、ヴィシュヌ神の3歩目を担ったバリの立場に自分自身を置いています。

ドゥールヴァー スークタムは、伝統的に、早朝に川や湖で沐浴をするときに繰り返し唱えられますが、その際、少量の土や、2、3枚のドゥールヴァー草の葉を頭の上に置いて、自己浄化を促進する象徴的な行為があります。

Ms. Lalitha Vaithilingam, Ms. Nirmala Sekhar and others, Vedic Chants: The Journey Within, 3rd ed., Prasanthi Nilayam, 2010, pp.II-41-II-42.

この数年、オンラインプログラムでヴェーダチャンティング(詠唱)を捧げる機会が増えています。ベースの音源を聞きながら練習し、録音して、聞き直してはまた録音するというプロセスは、一人であっても一人ではないヴェーダ練習のすばらしい機会となります。また、練習から録音までのプロセスのすべてをスワミ※1に捧げることを意識して取り組むことが大切であり、また恩寵であると感じます。

ヴェーダチームのヴィジョン2021の「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合ったチャンティングを神様に捧げます。そして得た喜びや知識を他者と分かち合います」を胸に、共にヴェーダを生きていきましょう。

※1スワミ：聖者などの尊称、ここではサイ・ババ様のこと。

パールヴィカス チーム

2月下旬、SSSIO（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）から「国際のオンライン・プログラムにて日本のパールヴィカス※1生徒の歌を捧げませんか？」と貴重な機会をいただきました。締め切りの4月初旬まで約1ヶ月。この短期間でどれだけ善いものが出来るだろうか…心には不安の雲が立ち込める中「これはババ様がくださったチャンス」「皆にとってもきっと善いこと」という一条の光を確かに感じました。

仏教国である日本の子どもたちが仏陀の教えを学び、宗教の教えの背後にある哲学と一元性を学ぶことはパールヴィカスの重要項目の一つです。

数日考え、「ぜひ取り組んでみましょう！」やっとなら初めの一步を踏み出しました。

Bro. Aに楽曲をお願いすると程なくして歌は出来上がりました。チームミーティングの席で先生たちの賛同を得たのち、急いで各家庭にデモテープを添えて有志参加の案内を出しました。すでに3月も半ばに入っていましたが、保護者やBro. T（伴奏曲作成）、Sis. Y（バイオリン演奏）Sis. K（イラスト）他、あっという間に沢山の協力が得られ、春休みを利用して練習と撮影をすることになりま

した。「あなたが一步近づけば私は百歩近づきます。」というババ様の御言葉を実感しました。あとは総監督であるスワミ※2に祈る毎日でした。

〈練習会の様子〉

春休みに入ると、録音日までほぼ毎日のように朝か夕方にオンライン練習会を開きました。学童保育や学校の部活動のため参加できない生徒もいましたが、2歳から高校生までの18人が参加することができました。なかには2年ぶりに顔を合わせたメンバーもあり、画面越しに満面の笑みで挨拶を交わしていました。

曲を流し始めると、曲にのって体を左右に揺らして楽しむ生徒、踊りだして画面から消えてしまう生徒、初っ端から歌詞カードを手元に元気に歌う生徒など十人十色の輝きがとても印象に残っています。歌をよりよく理解するために、仏陀さまの一生（お誕生～お悟り～入滅されるまで）の物語や八正道の教えに触れる時間と、メロディーやリズムのワンポイントレッスン、一人ずつ歌を練習する時間などを設けました。また、練習会以外でも家族全員で歌ったり、近くのお寺を参拝することなど、それぞれの心の中にサイ仏陀を身近に感じる瞬間があったのではないかなと思います。

〈収録と動画作成〉

4月初旬、いよいよ収録です。東京センターに集まれるメンバーで撮影する方法と、各家庭で録画や録音するという二通りの方法で行いました。東京センターでの撮影日にはバイオリン奏者Sis.Yが駆けつけてくださいました。少し緊張気味の子どもたちでしたが、バイオリンが一音鳴った瞬間、その音色や波動に心奪われた様子で、バイオリンに釘付けになっていました。そして約2時間一緒に練習した後、祭壇と花御堂を前にして歌を捧げることができました。

同時期に各家庭で収録した歌声や動画も集まりました。あとは集まった全ての花を一つに束ねて御足へ。今回は参加者全員が一堂に会して収録することは叶わなかったため、生徒個人にとってはみんなの声を束ねて捧げた実感がなかなか湧かなかったかもしれません。18人一人ひとりの個性ある声や純粋な思いは、編集に携わることができた私が一番多く感じさせてもらえたのかもしれませんが…いえ、それは少し違います。何よりもババ様が練習過程や日々の行動の全てをご存知で、生徒一人一人をずっと見守ってくださっていたのですから。



〈これから〉

今回、初めの一步を踏み出したとき、ババ様は様々な人やいろいろな形をとって百歩近づいてくださいました。でもそれは始まりであり、歩み続けることこそ大切だと、今、強く感じています。

「もし、あなたが二歩目、三歩目を踏み出して、悟りに向かって歩み続けることをしないなら、最初の一步は大きな意味を持ちません。」～ババ

今年の仏陀プールニマーが終わった後も歌の振り付けを考えて踊ったり、仏陀さまの教えを継続して学んでいます。そして一番大切なのは、仏陀の教え、サイの教えを一つでも二つでも実践して初めて、この学びには意味があるんだと言う事を決して忘れないことだと思います。

ババ様、どうぞこれからも私たちをお導きください。

ジェイ サイラム
パールヴィカス チーム

※捧げた歌はSN5月号に掲載されました。

※1 パールヴィカス：子どもの開花教室

※2 スワミ：聖者などの尊称、ここではサイ・ババ様のこと。

バジャン チーム

AUM SRI SAI RAM

スワミの蓮華の御足にお祈りします

「BUDDHA POORNIMA CELEBRATION 2022」への日本チームによるプログラム参加の一つとして、ディヴォーショナルソング2曲を創作奉納させていただくことになり、スワミに「何をテーマに楽曲制作を進めていけば良いでしょうか？お導きください。」とお祈りし、楽曲づくりに着手しました。

スワミはご講話の中で、ブッダ様の実践と御教えについて「清らかさにおける感覚のコントロールの重要性と、学びと気づきを実践することによる社会奉仕の重要性」に触れておられますので、これらを楽曲制作の基盤として位置付けました。1曲目は、バルヴィカスチームの子供たちによる合唱曲となりました。

ブッダ様と私との最初の接点は「ルンビニ」という音の響きでした。私は「ルンビニ園」という名前の幼稚園に通園していました。言葉でうまく言い表すことはできませんが、それまで聞いたことのない音の響きの心地よさ、それでいて、どことなく暖かな響き、軽やかでいて深淵な印象を受

けた感覚は今でも残っています。今振り返れば、靈性との始まりが「ルンビニ」という音からだったように思われます。できうれば、ブッダ様を讃え創作する楽曲の始まりは「ルンビニ」の音、そして私がそうであったように、この音の響きが楽曲に触れる子供たちにとって、ブッダ様との深い絆づくりの機会となれますように…とお祈りしました。そうすると楽曲の始まりとして、

♪ ルンビニの地で ガウタマ シッダルータ
ガウタマ ブッダ 生まれ落ちた

の歌詞とメロディが生まれました。この叙事詩的表現には、ブッダ様が降臨されたその瞬間の場面に立ち会っていたかのように、その喜びを表現できますようにとの祈りが込められています。スワミ自らも、ご自身の降臨によるアヴァター宣言の日を、詩で表現されています。

『私をバッラリーに連れてくる前に、地方長官は私のためにシャツと半ズボンを用意してくれました。私は今でも小柄ですから、当時の私がどれほど小さかったか想像できるでしょう。そのころ、つまり50年前は、少年たちの間でシャツの襟に襟章をつけることが流行っていました。襟章はステイタス シンボルであり、裕福な印でした。地方長官は衣服のほかに何を私に贈ろうかと考えまし

た。そして、金細工職人の所へ行き、私のために一時間で金の襟章を作らせました。地方長官はそれを私のシャツの襟に留めながら言いました。「ラージュ！あなたはこの襟章を身につけるたびに、私のことを思い出してください」と。私たちはバスでウラヴァコンダから戻ってきました。その二日後に新学期が始まりました。私は学校に向かって歩いていました。途中で、襟章がシャツから取れて落ちてしまいました。（それが見つかることはありませんでした。）襟章の紛失は、私を執着（世俗的なものへの執着）から解き放ちました。そして、私は歌を歌いました。

10月20日は月曜日だった
ハンピから戻って ババは学校へ行こうとした
襟章はなくなり 見つかることはなかった
あの日は まさに変容の日
襟章の紛失は 大きな変化の種
この世的な結びつきとの きずなが切れた
ハンピへの巡礼もまた その目的を果たした
マーヤーからの解放は遂げられた

その日、私は家を出ました。世俗的な対象への執着はマーヤー（幻）です。そうした対象を捨てたとき、マーヤーからの解放があるのです。』

（出典：Sathya Sai Speaks Vol.23 pp.246-256）

真理の輝きを放つ叙事詩の表現は、時空を超越し、その場面を鮮やかに描き出します。その場面に思いを馳せるだけで、私たちに甘い幸福感を与え続けます。この場面を詩で残して下さったスワミに感謝申し上げます。

スワミの御言葉を吸収して感じ取ることによって溢れてくる思い、「聖なる目を持って真理を探求し実践することが、ブッダ様が歩み示された涅槃への道」という意識から、次の行も叙事詩表現として、

♪ 聖なる目はニルヴァーナを開き
永遠の悟り開いた

となりました。

『ブッダは五感を制御し、正しく用いることによって涅槃（ねはん／ニルヴァーナ）へと到達しました。涅槃とは何ですか？ 涅槃とは至福との融合に他なりません。水泡は水の中で生まれ、水の中で保たれ、ついには水に溶け込みます。同様に、人は至福の内に生まれ、至福の内に保たれ、やがては至福に融け込みます。至福は、五感を制御することによって経験できるものです。これが真の靈性修行です。単に神の御名を歌うだけでは十分ではありません。まず第一に、感覚を制御しなけ

ればなりません。』

（出典：1999年2月15日 シヴァラートリ後のご講話）

『自分の人間性を知らない者が、どうして自分の内にある神性を認識することができるでしょう？ それゆえ、第一に必要とされることは、自分の人間としての特質を一人一人が認識するということです。この真理に基づき、ブッダ（仏陀）〔お釈迦さま〕は、誰もが最初に「サムヤク ドリシュティ」（清らかなヴィジョン、正見）〔サムヤクドルシティ〕を培うべきであると宣言しました。清らかなヴィジョンを抱いている時にのみ、人は身体と言葉と思考（身・口・意）から不純なものを取り除くことができるのです。この清らかさこそが、目と耳を通じて侵入して来る不純なものから人を守ることができるのです。ゆえに、誰にとっても一番に必要とされるものは、「清らかなヴィジョン」（サムヤク ドリシュティ）〔サムヤクドルシティ〕です。』

（出典：Sathya Sai Speaks Vol.30 C13）

その次の行は、私たち一人一人が、清らかな愛の花となって、美しい愛の花でスワミの蓮華の御足を飾りたい、という切望と祈りの高まりを叙情詩表現として、

♪ サイブッダ 愛の花 サイブッダ 捧げます
清らかなままに 美しきままに

とし、ブッダ様への思いを馳せ、ブッダ様が実践された御教えに触れ、実践することができますように、八正道の教え「正見・正思惟・正語・正業・正命・正精進・正念・正定」を、より行動を促せる心音となりますように、

♪ 正しく見つめよう 正しく思おう
正しく話そう 正しく行おう
正しく生きよう 正しく頑張ろう
正しく祈ろう 正しくニルヴァーナ

と創作されました。

このように1曲目は、スワミへの祈りに始まり、スワミの御言葉体験を経て、楽曲の歌詞とメロディが完成し、バールヴィカスの先生に渡り、子供たちに手渡され、練習を重ね、一人ひとりの愛の花が束ねられたデイヴォーショナルソングとして、スワミの蓮華の御足に奉納することができました。

『ルンビニーの地で』

ルンビニーの地で ガウタマ シッダールタ
ガウタマ ブッダ 生まれ落ちた

聖なる目は ニルバーナを開き
永遠の悟り 開いた

サイブッダ 愛の花 サイブッダ 捧げます
清らかなままに 美しきままに
サイブッダ 御足へ サイブッダ 祈ります
清らかなままに 美しきままに

正しく見つめよう 正しく思おう
正しく話そう 正しく行おう
正しく生きよう 正しく頑張ろう
正しく祈ろう 正しくニルヴァーナ

サイブッダ 愛の花 サイブッダ 捧げます
清らかなままに 美しきままに
サイブッダ 御足へ サイブッダ 祈ります
清らかなままに 美しきままに

ルンビニーの地で ガウタマ シッダールタ
ガウタマ ブッダ 生まれ落ちた

私たちは、スワミの御言葉を通してブッダ様の
気づきや御教えを深く知り、「アートマ（神
我）」という永遠の存在を知り、「愛は神、神は
愛」という真理に触れることができます。

2曲目の始まりは「サイはブッダ」「サイは
アートマ」「愛は神、神は愛」、この真理と栄光
への賛美をこめて、真理を写しとる表現（真写
詩）としました。

♪ Sai Buddha Atma Love is God God is Love

その後にアートマ融合への純粋なる道の始まり
として、ブッダ様の探求と私たちの探求を重ね合
わすことができますように、内なる目による自己
探求が成就できますようとの祈りを込めて、私た
ちが忘れてはならない根源的な問いを綴りました。

♪ なぜ生まれてきたの？
なぜ死んでしまうの？ なぜ虚しいの？
Who am I?

この問いは悲しみから始まり、落胆を呼び込み
ますが、神様の愛を実感認識することによって、
やがて絶対至福のブラフマン（宇宙の根本原理）
がすべてに浸透していることの気づきとびへと結
実昇華します。

『宇宙の靈的基盤を忘れ、世俗的なものに執着
することによって、人は苦悩に陥っています。そ
れはブッダが宣言した真理、「あらゆるところに
苦しみがある。すべては束の間であり、すべては
滅び去るものである」ということを認識していな
いことによります。この世のものを永遠のものと
考えることが苦しみの原因です。もし、絶対の至
福であるブラフマンが世界中に浸透していると気
づくなら、苦しみの原因から解放されることで
しょう。人は、プラクリティ（自然または現象宇
宙）のすべてを抱合している神性に気づくことが
できないでいます。代わりに人は神を自然現象と
みなし、自然の中に神の御業が見られるにもか
かわらず、愚かにも神に気づくことができないで
いるのです。無数の姿をとっている自然は「結果」
です。神が「原因」です。全宇宙は原因と結果の
現れです。それゆえ宇宙は神の顕れです。
人は、宇宙の基本的な物質を構成している五大元
素が全人類に共有のものであり、そのように享受
されるべきものであるということに気づかなけれ
ばなりません。すべての人の中に神を見なければ
なりません。これが祈り（三帰依文／さんきえも
ん）の目的でした。

ブッダム シャラナム ガッチャーミ
（仏に帰依し奉る）

サンガム シャラナム ガッチャーミ
(僧に帰依し奉る)

この祈りには「悟りを得た後、人は（社会への奉仕を行うために）社会（サンガ）に入らなければならない」という意味が含まれています。そして

ダルマム シャラナム ガッチャーミ
(法に帰依し奉る)

です。この祈り全体としての意味は、「ダルマ（正義）を守るために、人はブッディ（目覚めた知性）を使わなければならない。そして、社会活動に携わらなければならない」というものです。知性を所有していても、社会への奉仕を行わないのであれば、人はどうしてダルマを守ることができるでしょう？ 人に肉体が与えられたのは本来、ダルマを遂行するためであると伝えられています。』

(出典：『慈悲 仏陀の教え』63p～79p)

『Sai Buddha Atma Love is God God is Love』

Sai Buddha Atma Love is God God is Love
Sai Buddha Atma Love is God God is Love

なぜ生まれてきたの？なぜ死んでしまうの？なぜ虚しいの？
Who am I ?
Why was I born ? Why am I dying ? Why is it so empty ?
Who am I ?

Buddham saranam gacchami
Dharmam saranam gacchami
Sangam saranam gaccham
Sathyam saranam gacchami
Ekam saranam gacchami
Premam saranam gacchami

Everything is gone すべては消えゆく
Everything is fading away すべては色褪せてゆく

神様を想う旅 神様の愛の旅
Yes, This is Who I am !
Yes, This is Who I am !

Sai Buddha Atma Love is God God is Love
Sai Buddha Atma Love is God God is Love
Love is God God is love Love is God God is love ...



Sai Buddha Atma

『恩寵を注ぐために私が求めるものは、ハートの清らかさだけです。あなたと私との間に距離を置いてはなりません。あなたと私との間に、グルとシシャ（師と弟子）の関係の堅苦しい形式を入れてはなりません。あるいは、神と信者の関係という高度な区別さえも入れてはなりません。私はグルでも神でもありません。私はあなたであり、あなたは私です。それが真実です。そこに区別はありません。そう見えているのは幻です。あなたは波で、私は海です。このことを知って、自由になり、神になりなさい。』

（出典：Sathya Sai Speaks Vol.10 C16）

個としての「私」という存在が創作しているつもりであっても、気づけば、始まりから終わりまでその起因はスワミであり、「私」は、神から神へと脈々と流れゆく水流にもまれる泡にすぎません。私たちの旅は、ひたすら一心に清らかに神様を想う旅であり、神様の愛を内なる目で見据え、気づき、包まれ、その愛の大河に酔いしれる旅です。それこそが「小さな私」を導く「大いなる私」であり、「私」の正体であり、「アートマ」そのものです。

『神を理解しようと試みるよりも、自分の学んだことを実践するほうがよいのです。「知り、感

じ、親しみなさい』（グニャータム、ドラシタム、プラヴェーシタム）。これは神を引き寄せる三つの方法です。』

（出典：『慈悲 仏陀の教え』63p～79p）

スワミのすべての愛と導きに感謝申し上げます。この実感認識に深く感じ入り、親しみ味わうことができますように、スワミにお祈りいたします。

♪ 神様を想う旅
神様の愛の旅
Yes, This is Who I am !

AUM SRI SAI RAM
バジヤンチーム

- ※1 スワミ：聖者などの尊称、ここではサイ・ババ様のこと。
- ※2 ルンビニー：釈迦の生まれた地
- ※3 アヴァター宣言の日：サティヤ・サイ・ババ様が御自身をアヴァターであると宣言された日（1940年10月20日）。
- ※4 ラージュ：サティヤ・サイ・ババの呼び名。王者の意。
- ※5 ウラヴァコンダ：ババが通学していた高等学校のあった町。蛇塚の意。

関西バジヤンチーム

3月末に神戸センターのテンブルで、今年のオンライン・ブッダプールニマーのための関西チームによるバジヤン撮影と録音が行われました。

限られた人数、限られた時間、スリランカから送られてくる初めて聞くマントラ（真言）の録音など、多少の不安もありましたが、事前に音源を聞きながら各自で練習して本番に臨みました。

久しぶりに、生の歌、生の演奏で仲間たちと合わせるバジヤンはとても楽しい時間でした。今回初めて知った「オム マニ バド メ ハム」という仏教のマントラは、チベットをはじめ数多くの仏教国で唱えられている有名な六字真言で、サンスクリットの6つの音節から成り、「蓮華の宝珠よ、幸いあれ」という意味があるそうです。シンプルなメロディーと優しい言葉の響きが心地よく、このマントラを繰り返し唱えているだけで、穏やかで平和な気持ちに満たされました。

世界の仏教国が一つになってお祝いするオンラインのブッダプールニマーも素晴らしい体験ですが、来年はみんなで集まってバジヤンを歌い、マントラを唱え、花御堂に甘茶かけをして、共に世界平和を祈れるようになることを願っています。

AUM SRI SAI RAM

関東バジャンチーム

AUM SRI SAI RAM

スワミの蓮華の御足にお祈りします。

「BUDDHA POORNIMA CELEBRATION 2022」のバジャン参加として、関東チームから2曲を奉納させていただくことになりました。コロナ禍の中、感染対策に配慮し、横浜サイセンターと、東京サイセンターにおいてライブ収録を行いました。

祈りにこたえて あなたは来られた

すべての闇を 光で照らし

導くために

ラーマ クリシュナ シヴァ イエーシュ ブッダ

愛の神

シルディ サティヤ サイ プレーマ ババ

我らの道

このバジャンは、アヴァター（神の化身）が降臨される愛の意味と私たちが歩むべき道、そのダルマ（正しい行い）を示しています。

『人が本来持っている神性が覆い隠された時、神聖な求道者たちの体験によって定められた道徳律と靈的規律がなおざりにされる時、獣から人へ

と向上してきた人類が獣へと滑り落ちて人類の兄弟たちを脅かす者となった時、神は人間の姿をとります。

クリシュナ※1はヨーゲーシュワラ（ヨーガ行者たちの主）であり、自らの労働の果報への執着を持ちません。神は、自らの悪気のない悪戯、戯れ、歌、甘さによって人間たちを魅了するために、そして、自らの教えと恩寵によって人間たちを指導するために、クリシュナとなって顕れました。クリシュナは今日のジャンマアシュタミー〔ジャンマは誕生、アシュタミーは8日目の意、クリシュナが生まれた日を指す〕の日に牢屋で生まれました。その牢屋にはクリシュナの両親が悪の一味によって投獄されていました。クリシュナはその悪の一味を皆殺しにするために来なければなりませんでした。

ラーマ神※2は人間をダルマに導くためにやって来ました。それゆえ、ラーマは正義と公正と正直さの化身であらねばなりませんでした。ラーマは、息子、兄弟、友、統治者、夫の生き方を導くダルマを教えました。

この2人の神の化身が地上に降り立った時の空の星も、意義深いものです。アヴァターたちが来るときには、時間と場所、家系と家族を選び、仲

間と、共に働く者たちを決めて連れてきます。ヴィシュヌ神※3がラーマとなって化身したとき、シェーシャ（ヴィシュヌ神がその上に横たわる千の頭のある蛇）、シャンカ（法螺貝）、チャクラ（円盤）をはじめとする、ヴィシュヌ神と切っても切れない補助役たちも同じように化身してきました。デーヴァ（天界の者）たちも、神の仲間になることの甘さ、神の奉仕の甘さを味わうために、地上に降りてきました。

クリシュナはローヒニーという星の下に生まれましたが、ローヒニーは、ヨーガの成功と、そこから流れ出る力に関係しています。ラーマはプナルヴァスという星の下に生まれましたが、プナルヴァスは権威への神秘的な影響力を持っており、それは自らに服従する者すべてを受け入れるという、シャラナーガタ タラーナ（自らを避け処とする者を守護する者）というラーマの栄光の側面です。

（出典：Sathya Sai Speaks Vol.5 C36）

『人が本来持っている神性が覆い隠された時、神聖な求道者たちの体験によって定められた道徳律と靈的規律がなおざりにされる時、獣から人へと向上してきた人類が獣へと滑り落ちて人類の兄弟たちを脅かす者となった時、神は人間の姿をとります。

クリシュナ※1はヨーゲーシュワラ（ヨーガ行者たちの主）であり、自らの労働の果報への執着を持ちません。神は、自らの悪気のない悪戯、戯れ、歌、甘さによって人間たちを魅了するために、そして、自らの教えと恩寵によって人間たちを指導するために、クリシュナとなって顕れました。クリシュナは今日のジャンマアシュタミー〔ジャンマは誕生、アシュタミーは8日目の意、クリシュナが生まれた日を指す〕の日に牢屋で生まれました。その牢屋にはクリシュナの両親が悪の一味によって投獄されていました。クリシュナはその悪の一味を皆殺しにするために来なければなりませんでした。

ラーマ神※2は人間をダルマに導くためにやって来ました。それゆえ、ラーマは正義と公正と正直さの化身であらねばなりませんでした。ラーマは、息子、兄弟、友、統治者、夫の生き方を導くダルマを教えました。

この2人の神の化身が地上に降り立った時の空の星も、意義深いものです。アヴァターたちが来るときには、時間と場所、家系と家族を選び、仲間と、共に働く者たちを決めて連れてきます。ヴィシュヌ神※3がラーマとなって化身したとき、シェーシャ（ヴィシュヌ神がその上に横たわる千の頭のある蛇）、シャンカ（法螺貝）、チャクラ

（円盤）をはじめとする、ヴィシュヌ神と切っても切れない補助役たちも同じように化身してきました。デーヴァ（天界の者）たちも、神の仲間になることの甘さ、神の奉仕の甘さを味わうために、地上に降りてきました。

クリシュナはローヒニーという星の下に生まれましたが、ローヒニーは、ヨーガの成功と、そこから流れ出る力に関係しています。ラーマはプナルヴァスという星の下に生まれましたが、プナルヴァスは権威への神秘的な影響力を持っており、それは自らに服従する者すべてを受け入れるという、シャラナーガタ タラーナ（自らを避け処とする者を守護する者）というラーマの栄光の側面です。

（出典：Sathya Sai Speaks Vol.5 C36）

音が立ち上がり、リードシンガーが「祈りにこたえて」と歌いはじめます。空気が一変し、バジャンに集う人々の愛と祈りを一つにします。この実感はライブであることの醍醐味であり、ハートからハートへの愛のエネルギーの融合です。

バジャンをリードするためには、そのための練習が不可欠です。何を練習するのでしょうか？「バーラタ」を練習します。「バー」＝バーヴァ、神様への思い、「ラ」＝ラーガ、旋律、「タ」＝

ターラ、拍子、です。

『神の恩寵は、単に神の栄光を繰り返し唱えるだけでは勝ち得ることはできません。あなたの心に御名の意味を取り巻く栄光をはっきりと思い浮かべながら神の御名を唱え、御名をあなたの行いと気持ちの中に染み込ませなさい。』

先ほどバジャンを歌ったアメリカ人たちは、ラーガ（旋律）とターラ（拍子）に注意を払い、さらに、それぞれの歌の意味も学んで、心を込めてバジャンを歌いました。ですから、彼らはバーヴァ（思い）も考慮していました。

こうして、バーヴァ（思い）とラーガ（旋律）とターラ（拍子）、すなわち、バーヴァの「バー」＋ラーガの「ラ」＋ターラの「タ」＝バーラタ〔インドの正式名〕は、彼らをバーラタ人〔インド人〕と呼ぶに値する者にさせたのです！バーラタ文化は、バガヴァン〔尊神〕へのラティ（愛着）の上に築かれています。彼らはそれも持っています。ですから、彼らの主張は、さらに強いのです。』

（出典：Sathya Sai Speaks Vol.10 C16）

「祈りにこたえて あなたは来られた」、この1行においても、リードシンガーによって描き出される景色は異なります。より美しく、より神々しく描き出せますようにとの祈りと不断の練習が必要になります。特に「バーヴァ」は、日常生活の中で培ってきた以上のものを本番の場面で創出することは不可能です。「バーヴァ」は、御名や御姿への愛の深さとその栄光の実感認識の甘さに等しいものです。「バーヴァ」を基盤と羅針盤とし、正確な音程と息づかいをリズムと調和させる練習は不可欠なものです。そしてこれらは、一人一人の個人練習の段階と、集い合っただけで一体性を高め合うための集団練習の段階があります。個人的な練習はキールタン※4に昇華し、集団練習はサンキールタン※5に昇華します。キールタンの恩恵を受けるのはそれを行った帰依者のみですが、サンキールタンは全世界の恩恵のために集団で行います。「バーラタ」練習あってこそ、キールタン、サンキールタンです。

そして「バーラタ」練習には、神様への愛と忍耐を伴います。忍耐は、思うようにいかないことや、練習を繰り返しても上達していないように思えることが表面化することによって引き起こされます。けれども、最も大切なことは、神様への思いの甘さが拡大したかどうか、ハートが清らかかどうかです。

『恩寵を注ぐために私が求めるものは、ハートの清らかさだけです。あなたと私との間に距離を置いてはなりません。あなたと私との間に、グルとシシヤ（師と弟子）の関係の堅苦しい形式を入れてはなりません。あるいは、神と信者の関係という高度な区別さえも入れてはなりません。私はグルでも神でもありません。私はあなたであり、あなたは私です。それが真実です。そこに区別はありません。そう見えているのは幻です。あなたは波で、私は海です。このことを知って、自由になり、神になりなさい。』

(出典：Sathya Sai Speaks Vol.10 C16)

ジャヤ ジャヤ サイハレ
 ジャヤ サイ ブッダ ハレ
 ブッダ ゴラーストラ
 マハーヴィーラ サイ
 サイクリシュナ ラーマ
 サティヤ サイブッダハレ

ブッダ様に思いを馳せると、自己探求を続けることによってアートマ原理に導かれ、ニルヴァーナ（涅槃）へ到達されたことを認識することができます。このバジャンは、数々の苦行を経て悟られた後、ブッダ様の平安と慈愛の光を感じ取ることができます。

『私は何度も、サティヤ〔真理、真実〕、ダルマ、シャーンティ〔平安、平和〕について教えてきました。真理（サティヤ）とは何ですか？「サティヤ」という言葉には、「サット」、「ア」、「ヤ」という三つの音節があります。「サット」は永遠のことです。それは生命です。「ア」はアンナム（食物）を意味します。「ヤ」はこうしたことを探求する方法です。生命にとって食物は必要不可欠です。「ヤ」はSun、太陽であり（Son、息子ではありませんよ）食物を供給してくれます。生命である「サット」にとって、食物である「ア」を供給してくれる太陽「ヤ」は不可欠なものです。ですから、「サティヤ」とは、太陽神の恩寵により、人は空腹を満たして快適な生活を送っている、ということを意味しています。

「サティヤ」には別の見方もあります。「サ」、「タ」、「ヤ」。これを逆から考えると、「ヤ」はサーダナ（霊性修行）のヤマ〔禁戒〕とニヤマ〔勸戒〕を表しています。それはタットワ（実在）である「タ」へと導き、次にそれは神性である「サ」へと導きます。ヤマとニヤマを守って禁欲生活を行うとき、人は神性を経験します。人は口数を減らして、もっとサーダナをすべきです。皆さんは霊性修行のためにここに来たというのに、ここでもおしゃべりばかりしていたら、どうやって進歩することができるでしょう？ 今、皆さんは、

苦行、ジャパ（唱名）、礼拝、瞑想といった靈性修行に従事しています。それらを行っても、神性に到達することはできません。

仏陀は、様々な靈性修行をし、様々な場所を訪れ、様々な書物を読み、様々なグル（靈性の師）のもとを訪れました。しかし、その一切は無駄だったということを知り、それから神の贈り物とは何かということを探求しました。神の贈り物を正しく使うとき、人は平安と幸福を味わうことができます。たとえば、神は人に口を与えました。人は他の人々に神聖な言葉を話すことによって、口を正しく用いるべきです。そうすれば、人々は理解を得ることができます。仏陀は、「私はこれをすべきか、すべきでないか？」と自問しました。神は人に、五感と、五つの生氣、すなわち、プラーナ（吸気）、アパーナ（呼気）、ヴィヤーナ（分配気）、ウダーナ（喉から生じ頭部に入っていく生命の風）、サマーナ（等気）を贈りました。空間（アーカーシャ）は意識です。風は光輝です。火は生命です。皆さんはこれらの神の贈り物を正しく使っていません。

仏陀はまず、口は、気高い真実の言葉を、穏やかに、甘く話すために与えられたということを知りました。それから仏陀は、「私は甘くて他の人々の役に立つ言葉を話していただろうか、それ

とも、私の利己的な目的のために話していただろうか？」と自問しました。そのことを徹底的に調べた後、仏陀はすべての書物を処分しました。書物は役に立たないと悟ったからです。

それから、仏陀は菩提樹の下に座りました。仏陀はまず、サムヤク ヴァーク〔正語〕の重要性を知りました。そのため、仏陀は、「神聖で、気高く、人の役に立つ、真実の言葉だけを私が話しますように」と祈りました。

（出典：2002年7月27日 国際セヴァ大会後にアメリカ人帰依者たちに向けたババの御講話）

スワミはバジヤンを歌うときの神様への信愛の重要性を解かれ、「一瞬一瞬をバジヤンとしなさい、全霊をかけて打ち込み、最大限の恩恵を得なさい」とおっしゃいます。

『バジヤンを歌うときには、歌の意味と、それぞれの神の御名と御姿が持つメッセージもよく考えなさい。ラーマの御名を歌うときには、ラーマが体現し、身をもって示したダルマを思い起こし、ラーダー※6の御名を歌うときには、最も偉大な牧女であったラーダーが抱いていた、心と世俗を超えた愛を思い起こしなさい。そして、シヴァ※7の

御名を歌うときには、世界のためにハラ-ハラの毒〔全世界を滅ぼすことのできる猛毒〕を飲み干したこの上ない犠牲と、ガンジス河の滝〔シヴァ神の頭頂部から流れ落ちている滝〕と三日月〔シヴァ神の髪飾り〕の光によって増した涼やかな恩寵を思い起こすようにしなさい。目的もなく時間を無駄にしてはなりません。一瞬一瞬をバジヤンとしなさい。

バジヤンやナーマスマラナ〔唱名〕の目的を知り、全霊をかけてそれに打ちこみ、あなたに定められた年月から最大限の恩恵を得なさい。』

（出典：Sathya Sai Speaks Vol.7 C13）

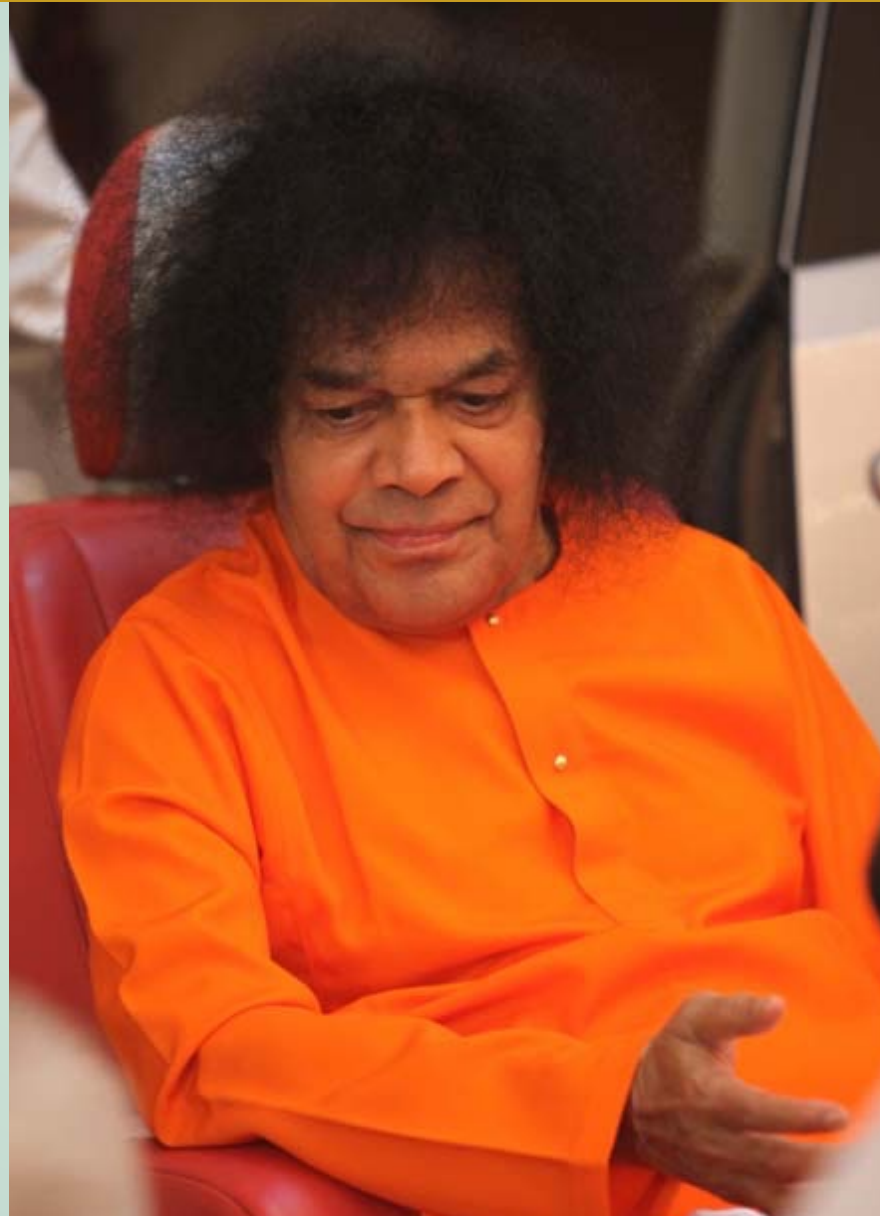
『バジヤンは不断の修行です。バジヤンを呼吸と同じくらい不可欠なものとしなければなりません。』

（出典：Sathya Sai Speaks Vol.8 C21）

スワミ、バジヤンとナーマスマラナに全霊をかけて打ち込めますようお守りください。バジヤンが私たちの呼吸となりますようお導きください。

AUM SRI SAI RAM

- ※1 クリシュナ：ヴィシュヌ神の化身、ドワーパラユガにおける神の化身。純粋な愛の具現。
- ※2 ラーマ神：トレーターユガにおける神の化身、美德と正しい行いにおける最高の模範。
- ※3 ヴィシュヌ神：三位一体の神のうち、宇宙を維持し守護する役割を担っている神。ダルマを復興させるため時代時代に化身する。ラーマもクリシュナもヴィシュヌ神の化身である。
- ※4 キールタン：神の御名や栄光を朗唱する、あるいは歌うこと。





<活動報告>

スタディーサークル

開催日：2022年6月6日(日)

テーマ：「サティヤサイ大学布林ダーヴァン校のルチル デサイ先生の追悼スタディーサークル」

参加者：56名

2021年5月に逝去されたサティヤサイ大学布林ダーヴァン校のルチル デサイ先生の追悼スタディーサークルとして行いました。布林ダーヴァン校にご縁のあるサイ大学の男子卒業生たちによる思い出・学びの共有のほか、参加者からもルチル先生の生き方やご講演への感想を頂きました。

参加者のコメント：

「新型コロナ感染により若くして亡くなられて、

すごくショックだった。だが、この事がきっかけとなり世界中にデサイ先生の素晴らしさが伝わった。サイに全託し、サイの手足として働かれた方だった。その生き方から多くを学ばせていただき感謝している。」

「“サイの帰依者であることは困難に立ち向かう強さへのパスポート”という講演の中でのお話が印象的だった。つい先日、私は職場でひんしゅくをかうような話をしてしまい、そのとき

「それでも私はもうスワミ※1を信じます」という思いが強く湧いてきたことがあった。まさにそのような状況が自分の中にあった。(中略)まさに今日のルチル先生のスピーチから困難に立ち向かう強さというものを与えられていると改めて思った。」

「ルチル先生がお母様と一緒に訪日された際、一緒に京都を観光する機会があり、京都センターにも来てくださった。お母様のことを大切にしている姿がとてもやさしくて印象に残っている。亡くなられた時はとてもショックで涙がこぼれた。」

「去年までセンターへ行っていなくて、ルチル先生のことを全然知らずに今日話を聞いたが、本当に凄い方なのだと分かった。ご講演を聞かせ

てもらって皆さんのようにインスピレーションをいただくことができた。学生さんたちのお話から、本当に実践的な方だったと分かった。」

「今日は本当に心が動かされた。改めてスワミの帰依者として私たちのお手本を示された方だと思う。例えば、Bro. Rのお話で6年も前のことをよく覚えていらっしやったとのこと。何百人、何千人もいる生徒の中で、その人のことを、関心をもって覚えていることは本当に簡単なことではないと思う。また、ご自分の自宅を売ってでも博物館を建設するためにすべてを犠牲にすることなど、一つひとつのエピソードが心に響く内容だった。」

サイの学生のコメント：

「ルチル先生と5年間一緒にいたが、一番影響を与えてくださった先生の一人。このスタディーサークルのメンバーの自分を含めた3人が、ルチル先生の運営していたストールのセヴァに関わっていた。大学が終わってからの毎日2時間、ルチル先生と一緒に仕事をする機会があり、それはサイ大学で過ごした中で最も大切な時間だった。ルチル先生はご自身の行いにおいて大変実践的であり、まさに完全性の人と言うべき人物だった。私が学部2年生の時、布林ダーヴァン・キャンパス

※2でアティルッドラ マハー ヤグニャ※3が行われた。参加者はインド国内のみならず、世界中から沢山の帰依者がやって来られ、早朝2時半から7時半ぐらいまで参加するための列に並んでいた。ルチル先生は長時間並んでいる方々に気を配りその時間帯はコーヒーショップを開けておくように自分に指示をされた。それからの10日間、毎朝2時に起きてコーヒーショップのセヴァをルチル先生と行った際、ルチル先生はそれらのセヴァのみならず自分にも特別に食事を作ってくださった。セヴァの中で人生に関わる沢山のことを教えてくださった。その中でも重要なレッスンは『もしあなたをスワミから引き離そうとする人がいたならば、その場所から離れて、その人からも離れてしまいなさい』『あらゆる人がいたとしても、スワミがそこにいなければ本当に災難です。』と言うものだ。自分がどこで誰といても、そのことを通してスワミに近づいているのか、遠ざかっているのか考えることを学んだ。」

「ルチル先生からは、英会話、振る舞いの仕方など非常に多くのことを学んだ。特にルチル先生の物事に対する観察力は極めて優れており、そのことは私に一番の影響を与えた。そしてまたルチル先生にはスワミへの非常に多くの理解があった。例えばスワミがコダイカナル※4に行かれるときはいつも、ルチル先生を現地に送られて、そこ



で帰依者やいろいろな人の面倒を任されていた。ルチル先生はスワミがチラッと自分を見ただけで、スワミが何をおっしゃりたいのかを察して行動することができた。」

「私が布林ダーヴァン校に入学した当初、正しい英語で話すことができなかった。当時、英会話が苦手でありにも下手だったため、誰とも話しができず、ただストール（売店）に行って2時間の仕事をして帰る日々を送っていた。そんな私にルチル先生は毎日2～4分間話しかけてくれた。そして『自分が本当にリラックスできるときに、私たちは成長できるのです。』といった意味の言葉をくださった。」

「ルチル先生はストールで働く私たちの振舞い方、好き嫌いなどを含め、様々な側面をよく観察して、一人ひとりを深く知ってくれていた。例えばルチル先生が訪日された時のエピソードがある。当時、金沢に滞在していた私はルチル先生と再会した。神戸センターでの講演の後、ルチル先生はBro. Dの家に招かれ、私も呼んでくださった。そこで奥様のSis. Fが『お茶とかコーヒーとか何かお飲みになりますか？』と聞かれた。すると私が答えるより先に、ルチル先生が『彼はインディアンティーが好きですよ。特にカルダモンです。』と答えられた。ルチル先生は学年毎に何百人もの学



生と一緒にいるはずだが、私が卒業して6年も経っていたにも関わらず、お茶の好みまで覚えていてくださった。人の個性を理解して初めてその人の適性を見極められる。そしてスワミの道具としてどのようにセヴァに関わっていくことができるかが考えられると分かった。」

「とても衝撃的なのはIIM(Indian Institute of Management：インドのトップ大学の一つ)からのオファーを蹴ったという事実だ。

生涯独身を貫きスワミを人生の伴侶として、奉仕に身を捧げられてきたその姿が私たちにとって大きな学びだ。」

「現在、私の弟は布林ダーヴァン校の商学部の学生で、ルチル先生から教わっていた。社交的な私と比べ物静かな弟のことを、ルチル先生は気にかけて、私のほうにも弟の状況を教えてくれたり、進路についても時々話し合っていた。ルチル先生が日本のことを話題にされたこともあった。

例えば『ヴィヴェーカーナンダ※5や、タゴール※6が日本のことをとても良く言っていますよ』『日本という国は献身と義務の国だと思う。日本人がどのように過ごし、生活しているのか可能な限り多くのことを学んだらいかがですか？』とおっしゃった。そして『いつか仕事を退職したらまた日本を訪れたい』ともおっしゃっていた。スワミへの帰依と共に、日本へのルチル先生の尊敬と愛は顕著だった。」

「先生の命日の5月17日は、アーディ・シャンカラ ジャヤンティで、アーディ・シャンカラ チャーリヤ(インドの聖者)が生まれた吉祥の日。亡くなられた日が吉祥であることは、ヒンドゥーの伝統ではとても大事なことです。ルチル先生は学部と大学院の修士の両方でゴールドメダルをスワミの御手から得ていらっしゃる。その後、サイ大学の商学部のプログラムで30年以上教えていらしゃった。2012年にはルチル先生がサイ大学からサイクリシュナアワードというベストティーチャーに与えられる賞を受賞された。またIIM (Indian Institute of Management)にも同時に籍を置かれていた。IIMはインドのトップ大学の一つですが、本当にそこに行くよりも、パルティ※7のキャンティーン(食堂)で皿を洗っていた方が良く、そしてスワミの側に居たいと言っていた。ルチル先生は『右手で行った奉仕というのは、左手には知られるべきではない』とおっしゃっており、静かな奉仕の考え方を教えてくれた。そして、さらに学生が高次の教育を受けるために経済的に支援をされたこともあったが、返されたお金を受け取ることはなく、『年長者の義務だからそうしたただけである』と言っていた。過去30年の間に、いったい何人もの学生がそのようにルチル先生に助けて頂いたのだろうか。ルチル先生がおっしゃっていたことは、『真の教師とは何よりも学生のハートを形作るものである』ということだっ

た。』

ババ様の御言葉

『人生とは、ただ存在しているということではありません。人生は、目的のため、理想のために、生きなければなりません。理想のない人生はまったく無価値です。人格と謙虚さこそが、意味のある人生を送ることを可能にします。学生諸君は、人格と謙虚さという特質を育むために努力すべきです。お金を稼ぐことが教育の唯一の目的であるはずがありません。もしお金が何より重要だといふのであれば、教育を身につけるよりも、物乞いや盗みという方法でお金を手に入れることができます。教育は、人が良い特性を得るために役立つべきです。』

サイの教育機関は、学生が生活費を稼げるようにするために設立されたのではなく、学生に良い特質を得させ、理想的な生活を送らせるために設立されたのです。私は、あなた方が今後、勉強だけでなく、自分の人格を向上させることにも集中し、それによって、手本として他の人々の役に立ち、あなたの行いによって、あらゆる場所でサイの理想を促進することができるようになることを望みます。』

ババ 1984年2月9日



- ※1 スワミ：聖者などの尊称、ここではサイ・ババ様のこと。
- ※2 ブリンダーヴァン・キャンパス：シュリ・サティヤ・サイ大学ブリンダーヴァン校
- ※3 アティ ルッドラ マハー ヤグニヤ：アティ ルッドラ大供犠祭、世界平和のための大供犠
- ※4 コダイカーナル：3つ目のアシュラムがある高原避暑地、スワミは4月に滞在
- ※5 ヴィヴェーカーナダ：インドの宗教家。ヨーガとヴェーダーンタ哲学の霊的指導者としてインドを中心として、アジア諸国、西側諸国の人々に影響を及ぼした。(日本ヴェーダーンタ協会ホームページより)
- ※6 タゴール：インドの詩人。『タゴール詩集—ギター—』(岩波書店、岩波文庫)
- ※7 パルティ：プッタパルティ、サイ ババの住まいとアシュラムの総称

日時：2022年6月9日（水）21:00

テーマ：プレーマヴァーヒニー第69節「内側と外側の敵を根こそぎ倒し、正義を維持しなさい」

参加人数：50名

質問：

- ① 内なる敵を取り除くための日常的な手段は？
- ② 霊性修行者として（世俗的楽しみなどの）マヤー（まぼろし）を避けるには？
- ③ 社会的な不正義に直面した場合の霊性修行者としての態度とは？
- ④ サティヤサイが降臨した時代という機会を最大限に活かすには？

参加者のコメント：

「私、心の中に怒りとかの実践方法は、嫉妬が浮かんだその時に『これは怒りだな』とか『嫉妬だな』と言葉に置き換えて、スワミ※1にパーダナマスカール(御足への礼拝)して捧げている。」

「自分の中に湧いてくる悪い六つの敵（欲望、怒り、貪欲、執着、高慢、嫉妬）は放っておくと支配的になってしまうので、スタディーサークル

に参加したり、ヴェーダの練習をする。」

「家族など大切な人が悪いことをしたときには注意できることは愛のある態度だと思う。場面によってはできるだけ関わらないで、自分は淡々と正しいと思うことをしようと思う。」

「世俗的な楽しみは、一時的でありその中に苦しみの種があると思っている。それは、真の喜びを与えてくれるものではなく、刹那的であり最後には苦しみに変わってしまう。そのことを見定める必要がある。世俗的な喜びを体験するのではなく、真我顕現が私たちの目的。世俗的な楽しみを追い求めることで神から遠ざかるのではないだろうか。」

「（前略）世俗的な楽しみはとても多く、つい流されてしまう時もあるが、その中で限度を設けることを常に気をつけている。Always Be carefulというババ様の言葉があるが、常に欲望に限度を設けて、執着しないようにコントロールすることが大切だ。」

「ババが来られたことが真実。正にアダルマ(不正義)を排除し、真実を確立し、ダルマ(正義)を確立することが最大のポイントだと思う。だから、私たち自身も、私たちの内なる真実、私たちの正

義を、私たちができる範囲で与えられた役割を果たし、ババにならって実行していく必要がある。それが、ババが顕れたことの最大の意味だと思う。」

サイの学生のコメント：

「自分の行為のすべてをスワミに捧げていきたい。スワミがお好きなことを行い、スワミがお好きでないことは行わないことを通して捧げたい。何か間違いを起こした際には、すぐにスワミの許しを請うようにする。そして間違いを繰り返さないようにすることが内なる敵を抜き取ることに繋がると思う。」

「いつも心が何かに従事していることによって、内なる敵を取り去ることができると教わってきた。毎日のサイ大学のスケジュールがあまりにもハードだったので、神への活動以外のことを考える時間がなかった。そこまで忙しくしていなかったら、自然といろいろな思いが入り込む隙があったと思う。今でもサイ大学で学んだことを活かして、絶えず心を有益な仕事に従事させるような努力をしている。そして一日の終わりにスワミの話を聞き、ナーマスマラナ（神の御名の憶持）のような霊的活動を必ず行う。それが平安を与えてくれると共に、その日に行った間違いも思い出させてくれる。」

それが内なる敵に対処するための一つの方法論になる。」

「ラーマ神※2やクリシュナ神※3やパーンダヴァ兄弟※4の人生から私たちが学ぶことができるのは『許し忘れること』だと思う。なぜならそのような姿勢によって自分自身の平安を得られるから。他の人々の考え方など外的要因は変えられないので、自分の内側を変えなければならないと思う。クリシュナ神はパーンダヴァ兄弟とドラウパディー※5に『あなた方は人々を変えることはできない。ただあなた方がよりよい人間になることはできる』と教えた。

例えばドラウパディーが王宮でサリーを引っ張られるエピソード、その時のドラウパディーの強烈な怒りは、その力で人を焼き殺せるほどだった。クリシュナがドラウパディーに与えた最初の教えは『最初にカウラヴァ兄弟※6を許しなさい。もしあなたが許したのであれば、カウラヴァ兄弟自身のカルマが後は必要なことをするでしょう』だった。社会的不正義に対して私たちができるとはまず許し忘れることだと思う。」

「シッダールタ・ラジュ先生（以下、シッダールタ先生）というプッタパルティの英語の先生で、バジャンシンガーでもある方のエピソードがある。先生の夢にスワミが来られて、学生と一緒にイン

タビューールームに座っていた。スワミが『この学生の名前を知っているか？』と尋ねられ、『はい知っています』とシッダールタ先生が夢の中で答えた。その学生はアフリカのどこかで働いており、スワミは『彼は非常にいい学生です。とても誇りに思っています』とおっしゃったところで目が覚めた。翌日シッダールタ先生はその夢のことをバギア先生に話したが、それからしばらくして夢のことも忘れていた。数か月後、一人のサイ大学の卒業生が奥さんを連れてこの大学に来た。実はその卒業生こそシッダールタ先生の夢に出てきた本人だった。その卒業生から聞いたアフリカでの出来事とは、働いている会社でストライキなどを原因とした対立、さまざまな問題を抱えていた。スワミの導きに従い距離を置くべき特定の悪い出来事から離れた結果、今は問題なくなった、という話だった。そのことを、スワミはシッダールタ先生の夢の中で学生を褒めていたということが分かった。」

「マーヤー（まぼろし）を取り除くとか、他のものにそれを置き換えることは非常に難しい。インドにかつてバラタという名前の王様がいた。（中略）その王様は霊的求道者で、とても神への信愛に満ちていて、愛をもって国を統治していた。バラタ王は王子に世継をしたのち自分は王宮を離れ、家族へ執着することなく一人で苦行を始めた。

そしてある日お腹の大きな妊娠した鹿を見かけた。その鹿が子供を生んだ途端にそこに虎がやってきて、たちまち母鹿を食べてしまった。そこには小鹿だけが残され、哀れに思ったバラタ王は小鹿を引き取った。以来、バラタ王は小鹿に執着することで次第に自分が霊的な求道者であることを忘れ、向上心も失ってしまった。やがて自分の死が訪れた時に、小鹿を後に置いて逝くことを悲しんだ。私たちは如何なるものに対しても執着しないように気を付けていなければならない。ここで得られる教訓はマーヤーに捕らわれないためには、絶えず神を憶念していることが非常に重要な点になるということ。」

「マーヤーとは一体何なのだろうか。マーヤーとは私たちをあらゆる世俗的なものに引き付けるものだと思う。まず一人ひとりがマーヤーとは何か、ということに対してよく考えてみることだと思う。もう一つは常に神を憶念すること、そしてもう一つはいつもサットサング（善い仲間と過ごすこと）の中にいることだと思う。サットサングは、私たちが識別力を培うことに関して、非常に役立つと思う。サットサングが得られない場合は、サイ文献をあたることだ。それによって、真の自己に関する知識が十分に得られると思う。」

「サティヤ サイのことを知ったことが大変素晴らしく、それを最善に活かすことが、霊性修行においての最善を尽くすことだ。サティヤ サイが非常に多くの重要なことを私たちが理解できるやり方で教えてくださった。私たちは直接ダルシャン（聖者や神を拝見すること。）を得る機会も与えられ、それは最も素晴らしいことだが、スワミと内側で触れるだけで、後はスワミが導いてくださる。」

ババ様の御言葉：

『私が信者たちの中を自由に動き、話しかけ、歌うので、識者たちでさえ、私の真実、私の力、私の栄光、アヴァターとしての私の真の務めを理解できていません。私はどんなに解決困難な問題でも解くことができます。きわめて徹底した調査も、きわめて細かい測定も、私には手が届きません。私の愛を認知し、その愛を体験した人だけが、私の実体を垣間見たと断言することができます。なぜなら、愛の道は人類を私へと導く王道だからです。』

ババ 1974年6月19日

※1スワミ：聖者などの尊称、ここではサイ ババ様のこと。

※2 ラーマ神：トレーターユガにおける神の化身、美德と正しい行いにおける最高の模範。

※3 クリシュナ神：ヴィシュヌ神の化身、ドワーパラユガにおける神の化身 純粋な愛の具現。

※4 パーンダヴァ兄弟：「パンドゥの息子たち」の意。『マハーバーラタ』に出てくるパンドゥ王の五人の息子。

※5 ドラウパディー：夫の前で辱めを受けてクリシュナ神に救済を求め救われたパーンダヴァ兄弟の共通の妻。

※6 カウラヴァ兄弟：クルの息子たちの意、『マハーバーラタ』に出てくる百人兄弟。

開催日2022年6月16日(水)

テーマ：「**プレーマヴァーヒニー第48節 真の帰依者の人格を育みなさい**」

参加者51名

質問：

- ① スワミ※1が述べられている様々な霊的求道者にとって重要な特質の中で、皆さんがどれを特に重要であると考えるか？
- ② 様々な状況において自分自身をコントロールできているかどうかをどのように知ることができるか？
- ③ 善き仲間の特質とはどのようなものか？

参加者のコメント：

「よく心の中で人のことを批判している自分を発見することがあり、私自身が欲しいのは慈悲。」

「食事の節度がなかなか守れないので、『彼らは喜んですべてを放棄する。彼らは食事の節度を守り、他者への奉仕に従事する。彼等には利己心がない。』という部分が心に響いた。」

「『不正を行わず、罪を避ける』といういましめを守ることが基本的に重要。その上で愛を広げていくことではないか。」

「本当に信仰心をもてた時がコントロールできている時。」

「内なるスワミに聞けばどういう状況か教えてくれるはず。私は暇なときには精神をコントロールしづらく、忙しくしていないとバランスを崩すところがある。」

「スワミに近づくようにしてくれるのはすべて善き仲間。サイセンターの皆さんはすべて善き仲間であり、本当に素晴らしい方がいて、このようになりたいなと励まされて力をもらう事もある。」

「どんな人とも等距離に付き合い、特別に近い、または遠いということなく、皆平等に付き合っているような方は素晴らしいと思う。あるいは、自分の意見を押し付けず、自分と違う意見でも聞いてくださる方は非常に謙虚だ。」

サイの学生のコメント：

「子どもの頃バールヴィカス（子どもの開花教

室）の先生に「すべての中に神を見るためには、いつも神の御名を自分の唇の上に浮かべて唱えていなくてはならない」と教わった。子供だったので「いつも神の御名を唱えているのは退屈なのですが」と言ったこともある。でもその時先生は、「風邪をひいて医者に行くと、一週間毎日一錠ずつ薬を飲むように指示されるでしょう。その時薬の中にどんな成分が入っていて、体の中にどんな作用を及ぼして、どんな化学反応が起こって、細胞にどんな影響に与えるかなど、いちいち聞いたりはしません。言われた通り7日間ただ薬の処方を守れば良くなるのです。悪い性質を取り去るためには正にナーマスマラナ（神の御名の唱名）がスワミというお医者さんから与えられた処方であって、その処方では毎日いつも唱えていなければならないのです」とおっしゃった。ナーマスマラナを実践することによってすべての人の中に神を見ていけるように続けていきたい。」

「私たちが幸せでいたいなら、他の人のことを傷つけることを避け、他者に対して無私である必要がある。利己心はいろいろな形で現れる。例えば、誰か人の話を聞いている時に、話し終わったら何かをしようとか次のことを考えないで、話している人に集中するべきではないかと思う。」

「自身にとって怒りが一番行動のコントロール

を失わせてしまう。怒りの感情にかられた時には一度その場を立ち去ることで、心が反応することに対して時間を与えることができる。直ちに反応するのか、道徳に基づくなどちゃんと計画して対処できるのか、その違いを見極めること。もし私たちが単に物事に反応しているのだと気づいたら、先延ばしにして適正に計画できるような時間的余裕を作り出す必要がある。」

「自己のコントロールにおいてとても重要な側面は、自分が外的なことに反応しているのかいないのか。それからいつも『平静でいる』、つまりスワミのおっしゃる『フルタイムの帰依者』になっているかどうか、自分をコントロールできているかを評価する2つのポイントだと思う。そしてサットサング(善人との親交)の中にいることも自己をコントロールすることを助けてくれる。」

「他者に対していつも誠実である人、それが良き仲間だ。スワミはいつも、私をあなたの親友にきなさいと言ってくださっていた。スワミご自身と私たちの真の自己というのは、何ら違うものではないからそう言ってくださるのだと思う。いつも本当の自分を自分の友人としていくべきだ。」

「善き仲間という言葉の意味は、同じゴールを達成しようと努力している人達だと思う。私たち

自身が良い仲間であるためには、仲間に嫉妬したりしてはいけない。嫉妬によって仲間が去っていく。そういう奴隷のような性質を捨て去るには、同情心だとか理解を培う必要がある。善き仲間がいれば、非常に多くのエネルギー、良い波動を得ることができ、ずっと幸せでいることができる。」

ババ様の御言葉：

『あなたの心（ハート）も、試練や苦難をものともせず、つねに純粋で、明るく、平安に満ちていなければなりません。悲しみを克服し、邪悪な性質である怒り、憎しみ、妬みを抑制して、内なる至福を表しなさい。もし、欲望が満たされなければ、あなたは怒ります。ですから、欲望は怒りの根源であり、それらは第一番にコントロールされるべきです。』

ババ 2005年1月14日

※1スワミ：聖者などの尊称、ここではサイババ様のこと。

2022年6月20日（日）

テーマ：「**ブラシャーンティ・ニラヤム※1という恵み**」

参加者：48名

Bro. Kは導入スピーチで、サイババ様がブラシャーンティ・ニラヤムを本拠地とされた神聖な意義と重要性を、エピソードを交えて生き生きと伝えました。

神のリーダーと御教えの中心地プッタパルティ

ラーマ※2、クリシュナ※3、イエスを例にとると、彼らが生まれた場所（ジャンマクシェートラ）と、輝かしい行動を行った場所（カルマクシェートラ）は異なります。ラーマ神はアヨーディーヤで生まれましたが、彼の行動は森やランカーで行われました。クリシュナ神はマトゥラーで生まれましたが、彼のすべてのリーダー※4は布林ダーヴァンとドワーラカーで行われました。イエス・キリストはベツレヘムで生まれましたが、彼の人生と御教えはすべてエルサレム周辺で行われました。しかし、私たちの最愛の主であるサイは、プッタパルティ※5をすべてのリーダーと御教えの中心地として選ばれました。これが、ブラシャーンティ・ニラヤムが私たち全員への贈り物

である最大の理由の一つです。

母イーシュワランマとの約束

私たちが寺院を訪れると、神がこの場所でこのような行為をした、この地域を歩いた、この池で沐浴をされた、だから神聖なのだといわれます。しかし、私たちの多くは、主がプッタパルティの隅々まで歩いているのを直接見て体験しています。私たちは、主がさまざまな場所で行った様々なリーダーを知っていますし、これらの奇跡は今でも起こっています。チットラーヴァティー※6の砂の一粒一粒、プッタパルティの丘、ブラシャーンティ・ニラヤムのすべての建物には、主のリーダーや御教えについて語るべき物語があります。スワミご自身がおっしゃっているように、私たちは母イーシュワランマ様に感謝すべきです。彼女は私たちの親愛なる主から、プッタパルティから離れないという約束を引き出してくれたのです。

天国のように純粋な地

昔、ダルシャン※7がまだマンディール（正殿）の周りの砂の上で行われていて、帰依者たちがその場しのぎのテントに住んでいた頃、ある敬虔な老婦人がいました。彼女はちょうど沐浴を終えたところで、毎日の習慣として、環境を浄化するた

めに自分の周囲にターメリック水をまいていました。彼女はプッタパーティでも同じことをしていました。それを見たスワミは、急いで彼女のところに行き、何をしているのかと尋ねました。彼女は自分の浄化の儀式について答えました。するとスワミは笑い出して、このように教えられました。“この足に何があるか知っていますか？”とスワミは自分の足を指して尋ねられました。その女性はスワミが何をおっしゃっているのか分からず、答えられませんでした。スワミは、この足にはシャンカ（法螺貝）とチャクラ（円盤）の印がついているのだとおっしゃいました。これらはヴィシュヌ神

※8の御足にある最も神聖な印です。スワミは、“私がこの辺りを歩くので、この場所はヴィシュヌ神の住処であるヴァイクンタ（天国）のように純粹であるのだ”とおっしゃいました。

ある医師に起きた奇跡

実際に、私たちがプッタパーティに足を踏み入れた瞬間、誰もがこの清らかなエネルギーを体験することができます。プッタパーティの空気そのものに、癒しの効果があるのです。これは2018年に、ある医師が体験したことです。その医師はプラシャーンティ・ニラヤムに滞在していましたが、息子の結婚式のためにアメリカに行くことになり、

そこで心臓疾患を発症してしまいました。現地（米国）の医師は手術を勧めましたが、彼は“手術はしたくない”と言い、結婚式が終わったらパーティに戻ってくることにしました。バンガロールに降り立ち、車で向かい、プッタパーティに入ろうとすると、窓をすべて閉めた車の中に空気の流れを感じ、何かに癒されたように感じました。その後、健康診断に行くと、すべて問題ないと言われました。今でも医師は、プラシャーンティ・ニラヤムにいる限りまったく問題ないと言っています。

神の愛の証

プッタパーティは、主がご自身の生誕地として、また、主のすべての行動の中心地として選ばれた場所です。スワミは、プラシャーンティ・ニラヤムが私たちの肉体的、感情的、霊的なニーズに応える場所であることを保証されています。スワミは世界クラスの教育機関、医療機関、プラサードム※9を提供する食堂などを設立し、それらすべてが霊的な修道場となっています。瞑想の木の落成式でも、スワミは刻まれた金のプレートを置きながら、“この場所が求道者たちに霊的な平安を与えるだろう”と述べられました。チットラーヴァティー川は、主がその川岸で奇跡を起こしたり、霊的なレッスンを与えたりして過ごした美しい夕

べを物語っています。マンディールのすべての建物、大学、病院などのレンガの一つひとつが、数え切れないほどの奇跡と、絶え間なく流れる主の愛の証なのです。

プラシャーンティ・ニラヤムの重要性

プッタパーティは、どんな活動をしていても、私たちの注意がすべてスワミに向けられる場所です。私たちの行動はすべてスワミに向けられ、私たちの思考はすべてスワミのことで満たされ、私たちの言葉はすべてスワミの話で満たされています。これは、最高の霊的規律がそのように指示することではないでしょうか？スワミは1950年11月23日、プラシャーンティ・ニラヤムの落成式で次のように宣言されました。“私はこのマンディールをプラシャーンティ・ニラヤム、すなわち至高の平安の住処と名付けます。この場所は、ここであらゆる種類のサーダナ（霊性修行）を行う人には誰でも、生と死のサイクルからの解脱を与えるでしょう。これがプラシャーンティ・ニラヤムの重要性です”。このように宣言されたのです。

質問：

- ① なぜ私たちの多くは度々プラシャーンティ・ニラヤムを訪れるのか？その重要性は？
- ② アシュラム※10で得られた気づきは？
- ③ アシュラムの数を増やしたりすることにスワミがまったく興味を示さなかったのはなぜか？

参加者のコメント：

「理屈ではないが、本当に平安になれる場所。そこから出て空港に行ったときに“あれほど平安な場所にいたのだ”、“今は平安でない”ともものすごく感じて、愛おしさに涙が出てきたこともある。」

「パルティには信仰心ある人々と至高の神様とのつながりがすごくあるので、その美しさは例えようがない。」

「そこで起こる一つひとつの出来事が“本当に神様が意志してなさっていることなのだ”と感じる。」

「サマーディ（お墓）に礼拝をする順番待ちをしていた時、いつも必ずサイガーヤトリーが流れているが、ある方がそれに合わせてサイガーヤトリーを唱えていた。僕も唱えようかと思って、唱

えだしたら周りの人が全員サイガーヤトリーを唱えだした。そうするとサマーディの方から、強烈なスワミの愛が流れて来たので、すごく印象的だったのを覚えている。」

「スワミがおっしゃったのは、このサイアヴァターは世界中の信者や修行者が降臨を祈ったゆえに現れたということ。神が降臨してここを歩いてらっしゃることがすごいことなのだと思います。」

「今思えば、例えば朝起きた時に小鳥の声が聴こえてきて、ナガラ サンキールタン※11の素晴らしいバジャンの歌声がプラシャーンティ・ニラヤム中に聴こえた。本当に素晴らしい人達が集まっているなど、ものすごく忙しい瞬間の中で思った。ちょっとした風景に、ああここは天国だなというのを何も無い時に感じた。」

「崖の上に神様の神社を建てているのは、自分自身の足でものすごく苦勞してそこまでたどり着いた時に初めて、その祈りは深いものになって叶うからという。利便性や効率性は靈性とは逆のところにあるのではないかと感じる。スワミのアシュラムも僻地のように自分が努力しないと辿り着かない場所にあるのだと思う。」

「アシュラムの数を増やしたいということをも

し誰かがスワミに言ったのであれば、本当にその人の思いが純粹だったなら、叶うことは簡単だったと思う。一か月程前にスワミの御講話を読んでいたら、プラシャーンティ・ニラヤムの様な神聖な場所が世界の至るところに出来れば世界はあっという間に平和（幸せ）になりますというスワミの御言葉があって驚いた。本当に純粹な思いであれば叶えてくださると思う。」

サイの学生のコメント：

「プラシャーンティ・ニラヤムに行き、クルワント・ホール※12に座れば、そこに座っていらっしゃったスワミは私たちのことを本当によく知っていて、私たちのことを何かで判断することがなく、私たちのことを常にサポートし続けることがわかる。そして私たちはそれと同じような感情を、両親や子供、兄弟などの人間からは決して得ることはできない。私たちの世界において、プラシャーンティ・ニラヤム、サマーディ以外には、私たちのネガティブなものを取り去ってくれるような力をもった場所は他にはどこにもない。それがプラシャーンティ・ニラヤムの重要性だと思う。」

「プラシャーンティ・ニラヤムは敬虔な土地で、人間が生きていく原理を教えてくれる土地。純粹

さと愛を持った土地で、私たちが神に集中する術を教えてくれた場所。パルティに行くのは巡礼、礼拝のために行く。スワミの愛と純粹性によってパルティに来られるすべての人のハートにスワミは触れてくださる。そして私の心もパルティにいる時には平安。心を集中してそこにいることが、神とのつながりを確立するために非常に重要だと思う。」

「スワミはすべての帰依者に対して平等心を示された。プラシャーンティ・ニラヤムの中にどんな帰依者がいても、社会的な地位などによらず、すべての人が等しく扱われている。もう一つ、プラシャーンティ・ニラヤムは人類への奉仕や、神への奉仕という概念がちゃんと顕現している場所である。そこでは多くの人々が、他者に奉仕する機会を探し求めている。帰依者たちが他者に奉仕することによって、それはスワミに奉仕をしているのだという思いをもつように、スワミが帰依者の皆さんに植えつけていらっしゃる。その様な小さな奉仕の精神が、プラシャーンティ・ニラヤムから世界中に広がっていると思う。」

「プラシャーンティ・ニラヤムにいる時は、私

たちの行動は、ものすごく私たちの本来の特性、アートマ※13にとっても近しい行動をするのだと思う。そして私たちの本当の特質というのは、愛することであったり、奉仕をすることであったり、誠実であることであったり、平安でいること。どれだけ世俗的な生活を送っている人でも、プラシャーンティ・ニラヤムに来ると、自己ということに向き合って、本当の自分自身のことを考えるようになる。」

「今思い出してみると、無意識の内に探求心が湧いてくる場所なのだと思う。本当に自分が持っているものに満足するべきで、それ以外の如何なるものも欲しがったりすべきではないということ、簡素に生きることを学んだ。」

ババ様の御言葉：

『私をプラシャーンティ・ニラヤムの周囲数キロの範囲に限定してはなりません。完全なる平安（プラシャーンティ）を切望する人が住み、祈る所ならどこであれ、そこにプラシャーンティ・ニラヤムは存在するのです。』

1963年10月18日

※1 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。至高の平安の館の意。

※2 ラーマ：トレーターユガにおける神の化身、美德と正しい行いにおける最高の模範。

※3 クリシュナ：ヴィシュヌ神※8の化身、ドワーバラユガにおける神の化身 純粹な愛の具現。

※4 リーラー：神の遊戯、神の戯れ、神が起こす奇跡、戯れとして行う奇跡、神の驚くべき遊戯、奇跡的な御業。

※5 プッタパルティ：スワミの生誕地であり本拠地である町の名前。

※6 チットラーヴァティー（川）：スワミが若いころよく訪れたプラシャーンティ・ニラヤムの近くの川。

※7 ダルシャン：見ることという意味のサンスクリット語ダルシャナから来た言葉。聖者や神を拝見すること。

※8 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。

※9 プラサーダム（テルグ語）：神がなだめられたときに流れ出る恩寵。帰依者が捧げた供物を神が祝福して帰依者に恩寵として与える場合が多い。プラサーダ（サンスクリット）、プラサード（ヒンディ語）



※10 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。

※11 ナガラ サンキールタン:バジャンの形式の一つ。
さまざまな神の御名を集団で歌いながら通りを練り歩
くこと。

※12 クルワント・ホール：プラシャーンティ・ニラヤ
ムのダルシャン・ホール。サイ・クルワント・ホール。

※13 アートマ：神我、神性、魂、自己、心霊、内在す
る神の火花。本当の自分。同一の魂。アートマン（サン
スクリット）アートマ（テルグ語）



<活動報告>

アーラーダナ・マホーツァヴァム 2022 『神は愛、愛の中で生きなさい』

毎年4月24日は、シュリ・サティヤ・サイ・ババ様から受けた恵み、導き、祝福に対する私たちの愛と感謝を捧げるお祭りアーラーダナ・マホーツァヴァム※1を行っています。サイ・オーガニゼーションのメンバー、サイの帰依者、サイを知る人にとって、この日は特別な日です。

18歳から40歳の世代のメンバーはサイユース・チームとして活動を行っています。今年、サイユース・チームはオンライン・アーラーダナ・マホーツァヴァムを祭事チームとして担当する機会をいただきました。どのようなお祭りが私たちにとってできる最良の捧げものとなるのか？

私たちはオンラインでミーティングを開きました。20代のメンバーから、このお祭りへの想いを聞きました。「何よりもサイ・ババ様の伝えてくださるメッセージ、御講話をされている姿をお祭りのメインにしましょう。」私はその言葉に心を動かされました。どのようなメッセージを当日、視聴者の皆様と分かち合うことができるだろうと期待に胸が踊りました。そしてサイ・ババ様からの沢山のメッセージの中から「愛は神、愛の中で生きなさい」という御言葉を選び、今年のお祭りのテーマが決められました。それでは当日のプログラムを振り返りたいと思います。

ヴェーダ・チャンティング

日々ヴェーダを学び、唱えているヴェーダチーム・メンバーの神聖なヴェーダのチャンティング（詠唱）からプログラムはスタートしました。最初に崇められる神様ガネーシャ神※2やシヴァ神※3を讃えるマントラ（真言）などが捧げられました。

開会のご挨拶

SSIOJ世話人の開会挨拶では、人類同胞への愛と一体性への祈りの言葉がありました。「この日は、スワミに感謝を捧げる日であり、五大価

値の日（ヒューマン・バリューズ・デー）とも言われています。スワミが肉体を離れられて、もう11年が経ちました。「世界の平和は、私たちの一人ひとりの内側から始めなくてはなりません。今、私たちに問われているのは、何をするのかではなく、どのような心の状態にいるのか、ということではないでしょうか。」2022年2月からロシア・ウクライナ戦争の報道が連日行われています。そのような社会状況の中、私たちの心を常に愛で満たすことの大切さを伝えていただきました。

パンチャラトナクリティ

パンチャラトナクリティは南インドのカルナーティック音楽のディヴォーショナルソング（信愛の歌）です。パンチャは5、ラトナは宝石、クリティは信愛の歌を意味します。オリジナルのパンチャラトナクリティは、聖者ティヤーガラージャ※4がラーマ神※5を讃えるために作曲したもので、五種類のラーガ（旋律法）で神のさまざまな側面を讃える五楽章構成の歌曲です。サイ・ババ様御降誕90周年にあたる2016年4月24日、プラシャーンティ・ニラヤム※6で行われたアーラーダナ・マホーツァヴァムにおいて、バガヴァン・シュリ・サティヤ・サイ・ババ様を讃える新しいパンチャラトナクリティが奉納されまし

た。

歌詞の一部をご紹介します。

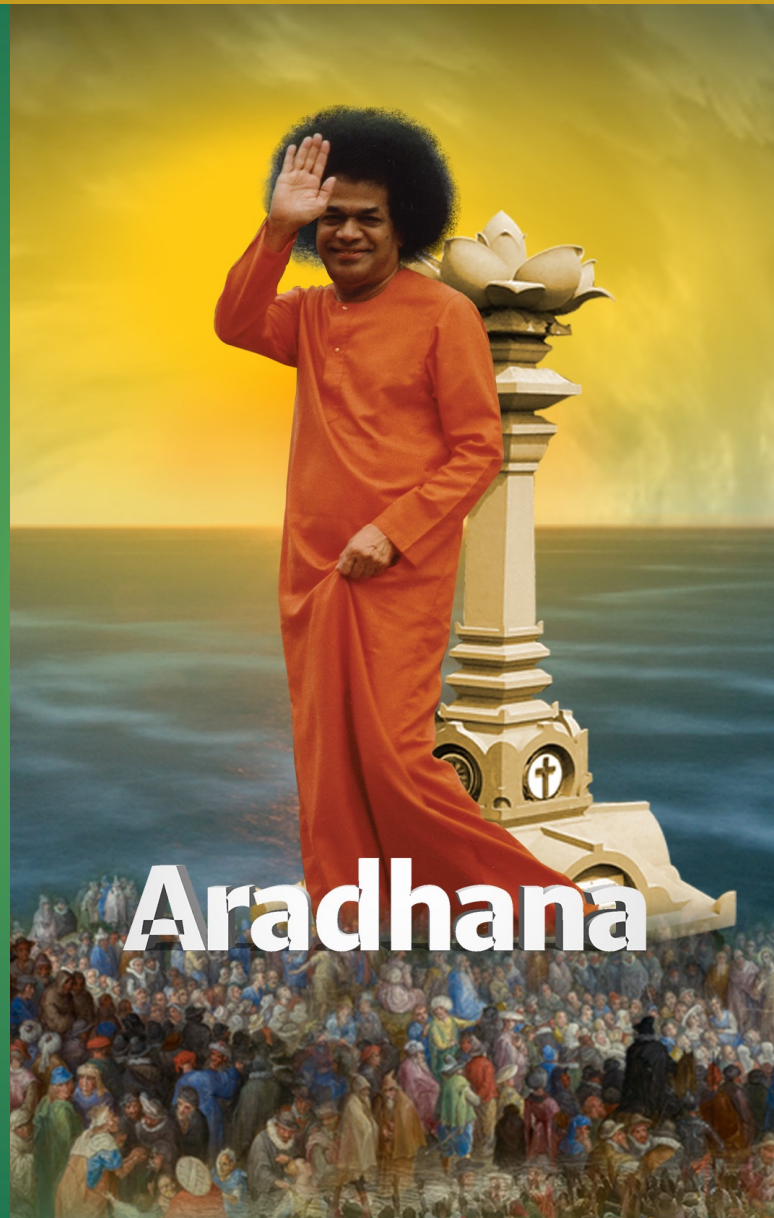
おお、皈依者の苦悩を取り除くお方よ。あなたはシヴァとシャクティ※7の具現であり、バラドワージャ聖者の系統にお生まれになりました。

あなたの御足が触れることによって大地が聖別されました。あなたほどの慈愛に満ちた存在が他にあるのでしょうか？

あなたの神聖なる化身は、このカリ（闘争）の時代における愛の物語です。あなたの御足は私の避難所です。それは私に皈依心と解脱をもたらします。

あなたがイーシュワランマの息子としてお生まれになったのは、聖人賢者の祈りの賜物です。あなたの化身はダルマ（正義）を守り、全人類にとって輝かしい未来到来を告げています。

今回、日本で開催されるアーラーダナ・マホーツァヴァム2022では、この新しいパンチャラトナクリティから、第一楽章の「プラナーミーサーイーシャ」（私は敬意を込めて主サイを礼拝します）が捧げられました。



ゲストスピーチ

ラーマン・ヴェーダラージャン博士

熱烈なる神への愛の歌の後、ゲストスピーチの時間が始まりました。シュリ・サティヤ・サイ大学卒業生のBro. ラーマンは2004年に初来日しました。日本のサイ・オーガニゼーションでのヴェーダクラスを開始後、彼の指導により全国の多くのメンバーがヴェーダの聖句を唱えることができるようになりました。

「スワミ※8はいつも、神は愛であり、愛は神であるとおっしゃいました。神の愛は世俗的理解を超えています。自分には、神の愛を完全に理解することも、説明することもできないということ、私たちは受け入れなければなりません。しかし、人生において次から次に降りかかってくる物事によって、自分自身を真に理解することができます。」とBro. ラーマンは語りました。この人生を通じて、神の愛の深さを味わっていくことが私達の目標であり、そして喜びであることを再確認しました。

バールヴィカス・チーム

「愛は神、愛の中で生きなさい」

バールヴィカス※9の生徒達から感謝を込めて、

サイ・ババ様の著書「プレーマダーラ」の朗読、生徒達の発表と合唱が捧げられました。神はそよ風として、一口の冷たい水として、慰めを与える夕日として、すべての良いこととして私たちの周りに存在しています。「このように神様の存在を感じたことがある人はいませんか？」という質問に対して生徒達からの回答がありました。神さまは、迷子になって怖かった時に助けてくれた警察官や、親切なおばあさんとして、大切なノートを家まで届けてくれた先生として、一晩中悩んでいる時に内なる声でアドバイスをくれた存在として、あらゆる形を取りながら困った時に助けの手を差し伸べてくれる存在ということを伝えてくれました。

スタディーサークル・チーム 「自己探求とは何か？」

英知に溢れるプレゼンテーションがスタディーサークル・チームによって行われました。私は誰であるのかを探求することは、単発的な問いや、答えがすぐに得られるような問いではなく、探求を続けることによって、意識を内側に向かわせるプロセスに本当の意義があるとのこと。私たちが行う自己分析の例として、「私は、何を食べ、何を聞き、そして私がいつもしていることは霊的なことだろうか？ 私は神に近づいているだろうか？」という熟考のプロセスが大切だということ

をシェアしてくださいました。

全国のセヴァ（奉仕）活動のご紹介

セヴァ・チームから奉仕活動をご紹介いただきました。ナーラーヤナセヴァ（横浜センター、川崎グループ、神戸センター、東京センター、名古屋センター、金沢グループ）、障害者施設訪問セヴァ（神戸センター、関西地域サイレディース）、外国人留学生への食材支援セヴァ（大阪センター）、献血セヴァ（名古屋センター）、児童養護施設訪問セヴァ（神戸センター・サイユース、多摩グループ）、こども食堂セヴァ（東京と九州のご家族）。共に生きる人々に愛を表現する最高の機会であるセヴァ（奉仕）の活動報告は私たちの心に喜びと安らぎを与えてくれました。

バガヴァン・シュリ・サティヤ・サイ・ババ様 のメッセージ

「愛は神、愛の中で生きなさい」という今回のお祭りのテーマとなった御講話、そしてバジャン「プレーマ・ムディタ・マナセー・カホー」が上映されました。2004年7月2日グル・プールニマー※10祭でのシュリ・サティヤ・サイ・ババ様のメッセージです。

「愛の化身である皆さん！愛とは、単にお互いに愛することではありません。愛はハートからハートに、愛から愛に伝わります。」

「真の愛はハートから生じます。バガヴァン※11が皆さんに望んでいるのは、その心からの愛を体験し、皆と分かち合うことです。」

「この世界では、この神の愛に比類する法が見つかりません。世俗的な愛、肉体的な愛はこの世界にたくさんあります。実際のところ、それらは愛と呼ばれるのにふさわしくありません。真の愛は、人間のハートから生じるはずです。」

「人々に愛を込めて語るなら、それは言葉で表現できる以上のものです。」

「愛以外の生き方はありません。もしあなたが神を見、神と話したいのであれば、愛を抱き、愛情深く神に話し、愛に満たされて神を見なさい。」

「あなたには見えませんが、プレーマ（愛）という言葉の中には、あらゆる甘さが含まれています。あなたが愛を行動に移せば、あらゆる甘さがそこで輝きます。この愛を基盤としなさい。」

バジヤン

当日のプログラムのハイライトをお伝えしてきましたが、ついに神さまへの信愛を捧げるバジヤンを捧げる最後のプログラムとなりました。各参加者が録音した歌声、楽器の音声を編集することで、多くの方の想いを一つにして一体性の花を捧げました。

曲目

関東 新潟 福岡地域 合同 バジヤン
「愛の詩 神の詩」

関西バジヤングループ
「神の愛の中で生きる喜び」

北陸 東海 地域合同 バジヤン
「ありがとうスワミ」

全国+国際サイユース・チーム バジヤン
「全ての心に宿るサイ」

閉会のご挨拶

関西地域コーディネーターからの閉会のメッセージです。「自分が愛の中で生きているか、神の愛と共に生きているかを確認するにはどうしたらいいでしょう？ 自分に優しさが増えていることに気が付いた時、他の人々のことを思いやれるようになった時、他の人々、特に困っている人々を助けたいという気持ちを常に抱くようになった時、あなたは自分が正しい道を歩いていることを知るでしょう。」

2022年のアーラーダナ・マホーツツァヴァムを催すにあたり様々な形でご協力いただきました皆様に愛を込めて感謝をお伝えします。

AUM SRI SAI RAM

※1 アーラーダナ・マホーツツァヴァム：

ババに感謝を捧げる「感謝大祭」。

2011年4月24日（日）日本時間11時10分に

肉体を離れたババに感謝を捧げる日。

マハーサマーディの日とも呼ばれる。

※2 ガネーシャ：ガナ（神群）のイーシャ（主）の意。

ヒンドゥー教のシヴァ神の長男である象頭神。

日本名は聖天あるいは歓喜天。

※3 シヴァ神：破壊を司る神。

※4 ティヤーガラージャ：捨離の王という意味の名を持つ18世紀南インドの楽聖。ラーマの偉大な帰依者で南インドを代表する音楽家。ティヤーガラージャクリティと呼ばれる独自の作曲形式による歌を数多く作った。その歌は真心からの信愛と、詩的な美しさと、楽曲のすばらしさによって特徴づけられる。

※5 ラーマ神：トレーターユガにおける神の化身、美德と正しい行いにおける最高の模範。

※6 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。至高の平安の館の意。

※7 シャクティ：普遍の力、神力、エネルギー、女神。ここではシヴァの神妃パールヴァティー女神の別名のこと。

※8 スワミ：聖者などの尊称、ここではサイ・ババ様のこと。

※9 バールヴィカス：子どもの開花教室

※10 グル・プールニマー：グルに感謝を捧げる満月祭。

※11 バガヴァン：神や半神の呼称、尊者、尊神、至高神絶対者。ここではサイ・ババ様のこと。



<活動報告>

千葉センター

31周年記念祭報告

千葉センターはスワミ※1の恩寵により、31周年の記念祭を5月22日（日）にオンラインで行うことができました。昨年センター設立30周年という大きな節目を迎え、自分たちの活動の来し方行く末に思いを馳せ、さらなる霊性向上への思いを強くしましたが、あれからもう一年がコロナ禍の中で過ぎました。そんな状況下でも、ナーラーヤナ セヴァ（困窮した人への奉仕）では集まって調理ができなくても、自宅で作ったお弁当や購入した果物・お菓子等を持ち寄り、代表者が感染対策を行いながらお配りするなどして続けることができています。また定例会はオンラインで週2回の開催ですが、バジャン、ヴェーダ、スタディーサークルを行っています。バジャンやヴェーダは、リードする機会があることが

練習への意欲を盛り上げることに役立っています。その成果が記念祭のバジャン、ヴェーダにも表れていました。

記念祭と御降誕祭の日は、午前中はヴェーダをスワミに捧げています。今回の記念祭ではヴェーダ担当者の熱意が、週に5日もあるオンライン練習会などによってメンバーに伝わり、前回よりも上達したものを捧げることができました。

午後からのプログラムでは、まずガネーシャ※2・バジャンを一曲捧げ、世話人からこの一年間の活動報告がありました。続いてSSIOJ副会長のBro. Oより、「この不確実な時代にあって31年間も活動を続けてこられたのは、外の情報によらず、内なる神のメッセージに従ってこられた結果です。」との励ましの祝辞をいただきました。

また今年には役員交代の年であり、4年間千葉センターを率いてくださったBro. AからBro. Uに世話人が代わり、各担当役員を含めてスワミの御前で宣誓を行いました。

メインのプログラムではスワミの愛と導きにあふれた体験談が披露されました。その概要をご紹介します。

Sis. Mの体験談

私はバジャンを歌うときは、歌詞の中の一つひとつの単語の意味を思い浮かべて気持ちを込めて歌っていましたが、歌詞全体の意味することを理解してその背景のみ教えや世界観を自分の心と一致させて歌う時、バジャンはサーダナ（霊性修行）になるのだと、ある時スワミが実感させてくださいました。

Bro. Aの体験談

私はスワミに帰依する前はいわゆる『健康オタク』で色々なサプリメントを飲んでいましたが、帰依する際に全て止めました。その後体調不良になったり、新たなサプリを飲んだりしていました。ある時知人が入院し、通訳のセヴァ（奉仕）をしました。その際タミル・ナードゥ州のおすすめのお寺はどこかを聞きました。（聖者）アガスティヤの葉を読んでもらいに行き、そのカルマ※3の浄化のために巡礼したお寺がその中にすべて含まれており、何度もそれらのお寺や付属の孤児院に行くことになりました。そして現在、何とか仕事を続けられる程度には私の体調も回復し、妻のカルマの浄化にも効果があったように思います。これまでの様々な出会いや体験を含め、すべては繋がっているのだということを実感しました。

Sis. Uの体験談

私は、サイの帰依者の方々へのセヴァを行っているとき、いつもそこにスワミがおられて、特別な笑顔で祝福してくださっていると感じています。セヴァは私の身体を通してスワミがなさってくださいるので、安心して行うことができ、皆様のお陰でスワミとの幸せなひとときを過ごさせていただいています。また、スワミは過去の辛い思いも溶かしてくださりました。その日以来、過去を辛いと思ったことはありません。これからもスワミと共に生きていこうと思います。

Bro. Uの体験談

ホワイトフィールド※4のアシュラム（修行場）の外で行った初めてのナーラーヤナ セヴァで、自分にもっとももっとちょうだいと言っていたストリート・チルドレンの子供が、やがて周りのホームレスの方々に食事を配るようになり、これまで見せたことのない美しい笑顔を見せるようになっていくという変容を目の当たりにしました。「与える」という行為が私たちの心を浄化して、神の栄光を垣間見ることができる一つの手段であるということを初めて体験しました。

Bro. Mの体験談

御降誕祭で準備したお弁当が余り、ホームレスの方々にお配りしようと思って行った初めての広い公園で、深い霧で中の様子が分からず途方に暮れている時に、霧の中から自転車で現れてお弁当を受け取ってくださった方。深夜の仕事帰りに、乗っていた車のタイヤがパンクし、やったことのないタイヤ交換に困惑していた時に犬の散歩で現れ、自動車修理業をしていましたからとタイヤ交換をしてくださった方。助けてくださったのはスワミに違いないと思った体験でした。

Sis. Lの体験談

コロナ患者の診療をしている中で、状態はかなり悪いけれども体温が基準値まで上がっていなかったため保健所で入院扱いにしてもらえず、やむなく自宅療養となった子供がいました。近所のお医者さんが、毎日決まった時間に往診してくださっているということで安心していました。その子が良くなったので、お礼を言おうと調べたらその方が名乗っていた名前のお医者さんはいなかったし、保健所もそういう依頼をしてはいませんでした。スワミは常に私たちの周りにいらっしゃり、私たちの望みを聴いてくださっています。

Bro. Sの体験談

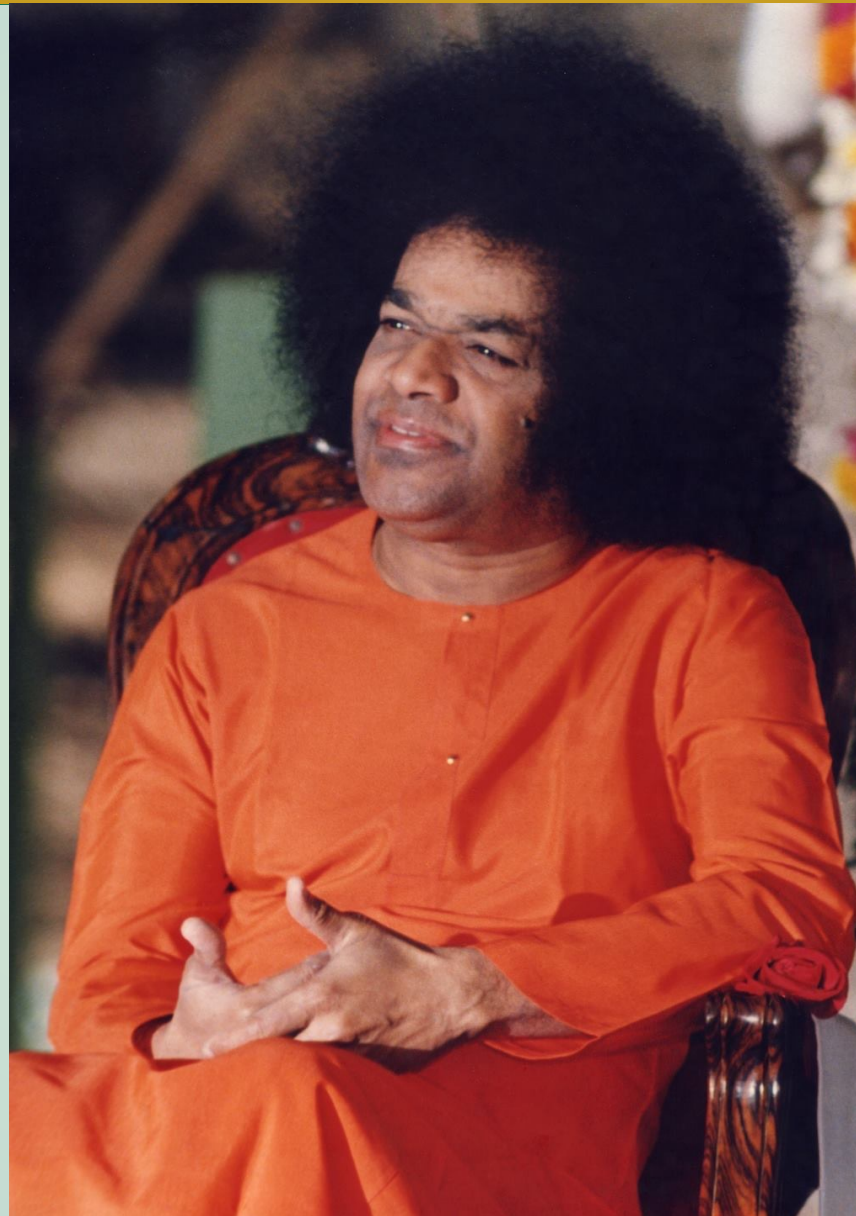
前回の記念祭の時はちょうど母親が亡くなり、葬儀の日が千葉センターの記念祭でした。コロナ禍で帰国できずオンラインで参加していた葬儀の時間と、千葉の記念祭の時間を重ならないようにスワミは導いてくださいました。今回の記念祭への依頼も、ちょうど一周忌の儀式の前後にメールが届きました。スワミはあらゆるところにいて全てを導いてくださっています。

スワミがいかに私たちそれぞれの望むもの、必要なものを、様々な方法で与えてくださっているかということが良く解りました。スワミとの体験談を聞いていると、ほんとに幸せな思いに包まれます。

今回の記念祭は、「ゲストの方をお呼びして体験談を聞きたい。コロナ禍、ウクライナ侵攻といった大乱の世界にあって自分たちはどうあるべきかを聞き、話し合いたい」というところから始まりました。その中で、自分たちも体験談を話そうという声上がり、千葉センターの5名が話すこととなり、結果としてせっかくの参加してくださったゲストの方が話す時間がはあまりなくなってしまいました。ゲストの方や、そのお話を期待して参加されていた方には申し訳ありません

でしたが、今、スワミはこれを望んでおられたのではないかと感じています。私たちは体験談を話すために自分を振り返ることで、いかに様々なスワミの導きを受けてここまで来られたのかを再認識することができました。それらの話を聞くことでスワミの大いなる愛を感じ、「大丈夫、守られている」という思いを強めることができました。そうであるならば、今も、これまでも、これからもやるべきことは、自分の責任を誠実に果たし、困っている人にはできる限り手を差し伸べ、全ての人々が平安で幸せであるように祈ることではないでしょうか。

多くの情報が目や耳に入ってくる中で、コロナ、ウクライナに特に注目していますが、世界には悲惨な紛争は数多くありますし、身近にも苦しんでいる人はいらっしゃいます。Bro.Oが祝辞で仰って下さったように、「外の情報によらず、内なる神のメッセージに従う」ことが大事だと思います。私たちにできることが他にもあるとようでしたら、私たちの思いをご存知のスワミが示して下さるのではないのでしょうか。



これからも、スワミが私たちに与えてくださっている愛に報いるためにも、自らが全き愛となり、その愛を周りの人たちと分かち合って生きていけるように精進していきたいと思います。

記念祭の開催に関わってくださった方々、参加してくださった方々、そして全てを導いてくださっているスワミに心から感謝いたします。

ジェイサイラム

※1 スワミ：聖者などの尊称、ここではサイ・ババ様のこと。

※2 ガネーシャ：ヒンドゥー教のシヴァ神の長男である象頭神。日本名は聖天あるいは歓喜天。

※3 カルマ：「行為」（業=ごう）そのものと、「行為の結果」や「カルマの法則」（因果応報）の両方を意味する。善因楽果、悪因悪果を原則とする。

※4 ホワイトフィールド：バンガロール近郊の第2のアシユラムがある場所。



<活動報告>

Sri Sathya Sai Bhajans Japan

神さまの御名を唱え
熱烈な愛と切なる想いを抱き
蓮華の御足を崇め歌う


その願いに寄り添えることをババ様にお祈りし
バジヤン練習用音源を準備制作しています。
男性音域キー・女性音域キーを各3種類用意。

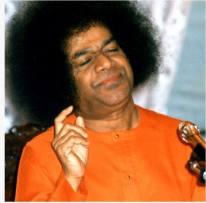
当面は

『SRI SATHYA SAI RAM NEWS』

と

YouTubeにて配信していきます。

 グルサイ光の中に



SSSIOJ BHAJANS
男性練習キーM0
グルサイ光の中に

00:00 / 05:03

- 1 男性練習キーM0
- 2 男性練習キーM+1
- 3 男性練習キーM-1
- 4 女性練習キーW0
- 5 女性練習キーW+1
- 6 女性練習キーW-1

 グルデーヴァーあなたは



SSSIOJ BHAJANS
男性練習キーM0
グルデーヴァーあなたは

00:00 / 02:59

NEW

- 1 男性練習キーM0 [ダウンロード](#)
- 2 男性練習キーM+1 [ダウンロード](#)
- 3 男性練習キーM-1 [ダウンロード](#)
- 4 女性練習キーW0 [ダウンロード](#)
- 5 女性練習キーW+1 [ダウンロード](#)
- 6 女性練習キーW-1 [ダウンロード](#)

7月号掲載楽曲

- ① 『グルサイ光の中に 魂の中に』
- ② 『グルデーヴァー あなたは』

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