



# SRI SATHYA SAI RAM NEWS

LOVE ALL SERVE ALL HELP EVER HURT NEVER

No.219 / 7月号 / 2023



## CONTENTS

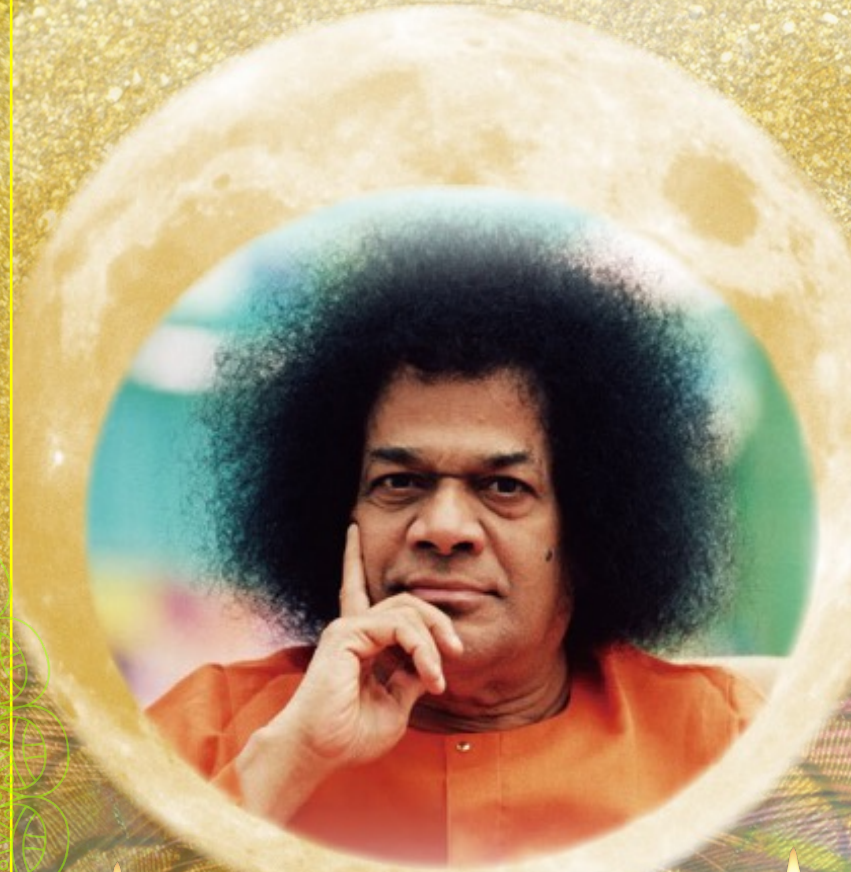
- サイの御教え
  - 「サーダナと学者」
  - 「神を思うなら、あなたは神です」
- サッティヤム・シヴァム・スンドラム
- Sri Sathya Sai Baba 様ご生誕100周年記念ヴィジョン
  - 「人生は夢、それに気づきなさい」
- ワカ チンナ カタ
  - 「親の背を見て子は育つ」
- サイと共に
- ベジタリアン クッキング
  - 「白きくらげと甘夏みかんの寒天寄せ」
  - 「塩麴豆腐」
- 活動報告：スタディー サークル
- 活動報告：全国センター・グループ活動



## サイの御教え

### サーダカと学者

1980年グル プールニマーの  
ババの御講話



生きとし生けるものはすべて、成就に至らなければなりません。それは運命であり、それがどんなに困難で、どんなに長い道のりであっても。それがいつ、どのように達成されるかは、何生にもわたって積み重ねてきた努力の質によって決まります。その結果は、行いによって形づくられるだけでなく、その行いをさせた動機によっても形づけられます。各人の現在の状態は、過去の行いと動機の結果です。現在の行いと動機が未来を形づくります。各人が自分の幸運や不幸を築いているのです。

しかし、他人は不要な存在であり、他者に助けを求める必要はない、他者に助けを求めるべきでない、断言することができるでしょうか？ 霊性の分野で成就を得るためには、その道を極めた人の助けが大いに必要です。その導きは、一人のハートからもう一人のハートへ伝えることができるのです。それは、求道者と聖者の間に親密な親族関係が築かれているときにのみ、可能です。聖典や解説書、手引書や図解は、疑いや不和、議論を生むだけです。理性は、技術や賢さを発達させるだけです。魂〔アートマ〕の領域で有効なのは、直観で得た経験のみです。直観が、明るく照らす光となるためには、エゴとその悪の層を突き破り、破壊しなければなりません。

この冒険には、グル〔霊性の師〕が大きな助けとなります。その力が、貯水池から受け皿へと流れて

いく必要があります。ゴールに到達した者だけが、巡礼者をゴールへと導くことができるのです。その人がいなければ、求道者は荒野をさまようしかありません。グルの中には、弟子にマントラを教え、それを繰り返すようにと勧める者もいます。しかし彼らは、一瞬たりとも無視できない弟子の生来の神性を強調することをせず、弟子の内にある能力を明らかにするために必要な、道徳の再生を主張することもしていません。

### 神は最も小さなものの中にも最も大きなものの中にも存在している

マントラを授けるグルは、ディークシャー・グル（手ほどきをする師）であり、人格を作り直すグルは、シークシャー・グル（導く師）です。聖典の中でいくとおりもの方法で敬意を込めて賞賛されているのは、後者のグルです。後者のグルは、見る目の欠陥を取り除き、無知の闇を滅ぼします。後者のグルは、その人にアートマを明らかにし、その人を自由にします。

グル プールニマーは、そのようなグルたちに捧げられるものです。プールニマー（満月の日）は、すべての生命の目標である成就を祝う日です。ヴェーダの格言に「これは満、あれも満、満から満を取っても満が残るのみ」というものがあります。これは、

量ではなく質（グナ）の充満を指しています。飴（あめ）とその飴のかけらの甘さは同じであり、一しずくの海の水の味は海全体の味と同じです。神は原子の中にも、宇宙の中にも、満の状態（完全な状態）で存在しています。神は、最も小さなものの内でも、最も大きなものの内でも、サット・チット・アーナンダ（実在・意識・至福）です。どちらも神に満ちているのです。神は、あるものには部分的に存在し、別のものに完全に存在するということができないのです。神は不可分な存在なのです。

今日という日は、グルに感謝するために捧げられます。なぜなら、今日の月（心の主宰神）は満月で澄んでいて、涼やかで、明るいです！そこにはその輝きを損なうような傷も、くすみもありません。今日は、グルもまた、汚れなく、明るく、愛情深いものとして描かれ、賞賛されます。グルは神への信愛と全託の感覚に満ちあふれています。グルは寛容で、実に安らかです。グルは、私たちが身につけることを望んでいる美德の生きた手本であり体現者です。

### 内なる神はグルの中のグル

聖典の研究は、いくつかの間違った観念を取り除き、いくつかの正しい決意を誘発するかもしれませんが、実在を見る目を授けることはできません。瞑

想は、個人の真の富であるアートマの宝へと至る鍵です。瞑想の進歩と勝利は、偉大な魂たちの愛情を得て、彼らの指示に従ったときにのみ、得ることができます。

実際、神、すなわち、内なる神は、グルの中のグルなのです。神の恩寵は、盲人を見えるようにし、足の不自由な人を歩かせ、口のきけない人をしゃべらせることができます。ただ一触れするだけで、神は過去の罪を取り払うこと、平安と喜びの土台を築くことができます。神は、人が人としての意識を持ち続けている間、そして、人間がこの必然から逃れることができない間は、人間の姿形で崇められ礼拝され、想像され、描かれることができるのみです。人はどうやって自分の限界を超えることができるのでしょうか？人は神を、超人的あるいは超越的な力や知恵、愛や慈悲を持つ人間としてのみ、視覚化することができます。人は、姿形を持っていないもの、属性を持っていないもの、性質を持っていないものを、説明すること、描写することができません。姿形と属性によってのみ、人は祈ること、崇めること、礼拝すること、存在を感じることはできるのです。そして、その姿形は人間の姿形でなければならないのです。狭量で、信仰心のない、ちっぽけな心は、神が人となってやって来ることなどできないと主張するかもしれませんが、実際には、神は人間に人間としてだけ認識されることができるのです。

これは、聖典にある「ダイヴァム マーヌシャルーペーナ」——「人間の姿をとった神」という言葉を説明するものです。

霊的な体験の要旨は、「自分を知ること」です。これは、自分の能力やスキル、欲求や希望、強さや弱さを知るという意味ではありません。これは、自分が誰であるか、自分が本当は何なのかを知ることです。シャンカラーチャーリヤは、この知識を三行に要約しています——ブランマ サッティヤム（神は真理なり）、ジャガト ミッティヤー（創造世界は幻影なり）、ジーヴァ ブランマイヴァ ナー パラ（ジーヴァ、すなわち個人はブラフマーにほかならない、神にほかならない）。すべてのbecome（～になる）は、being（在る）に源を発しています。「在る」のは神です。神と個人は分化できない存在です。ですから、人間性は聖なるものであり、卑しいものでも低いものでもないのです。人間性は、雲でおおわれ、汚染されてはいますが、神の地位を有しているのです。

### ヴィヤーサ仙は人類が平安を獲得するのを助けた

その信念が私たちの心に深く根を張るため、私たちがその信念に定まり続けるためには、グルが必要です。ヴィヤーサ仙は、道とゴールを明確にした最初のグルです。そのため、ヴィヤーサ仙はプールニ

マーの日（満月の日）と関わりがあるのです。ヴィヤーサ仙というのは、真理、つまり普遍的な永遠のエネルギーについての知識を詳述し、拡大した人物です。ヴィヤーサ仙は、マハーバーラタ、18のプラーナ、バーガヴァタを創作し、人類が平安と幸福を得ること、神への実りある礼拝の方法を学ぶことに貢献しました。さらに、ヴィヤーサ仙は人として化身した主なる神の物語も語っています。サットワ・ラジャス・タマスという3つのグナ〔浄性・激性・鈍性〕は、すべての人を神的な人・人間的な人・悪魔的な人に分類します。人間は知的で、好奇心旺盛で、驚きに満ち、畏敬の念と敬けんな態度で満ちています。人間は自分を知りたいと切望し、そのための努力を实らせる唯一の存在なのです。

真理にまつわる伝説があります。神々がイーシュワラ〔シヴァ神〕のもとに行き、人間と悪魔を真理の知識から遠ざけてくださいと懇願しました。というのも、真理の知識は、人間と悪魔を手におえないものにしてしまう恐れがあったからです。そのため、真理の知識は、手の届くことのないアーカーシャ（天空）の高みに隠されました。悪魔たちは真理の知識への興味を失いましたが、人間たちは真理の知識がないことに苦悩しました。そこで、イーシュワラは真理の知識を海に隠しました。そして最終的に、真理の知識に対する人間の憧れが圧倒的になったとき、イーシュワラはすべての人間のハートの中にそ

を置いたのです。しかし、それは、そこにあってもそう簡単に手に入るものではありませんでした。人間が内在するアートマを見るためには、肉体を構成している五大元素の諸悪、微細体と原因体の鞘（さや）を突き抜けなければなりませんでした。

### 学者はエゴに汚染されている

神を見るためには、主人になるべきです。なぜなら、主人だけが、すなわち、五感とその他のすべての能力の主人だけが、宝の入った箱に触れることができるからです。人は、五感の召し使い、感情や情熱の気まぐれや空想の召し使いであってはなりません。召し使いが触ることのできるのは、家にある安くて壊れやすいガラクタだけです。宝箱は、エゴや貪欲や妬みで見えなくなっている目や、曇っている目では見ることはできません。

グル プールニマーは、あなたがサーダナ（霊性修行）によって自分の五感や知性、情緒や激情、思考や感情の主人になろうと決意する日です。ディヤーナ（瞑想、坐禅）の最中でさえ、エゴはあなたの邪魔をしましょう。ニヴェーディタ〔ヴィヴェーカーナンダの弟子〕は、ディヤーナ中の一点集中を得ようと、ヴィヴェーカーナンダに助言を求めました。ヴィヴェーカーナンダは、「あなたと神の間にマーガレット・ノーブルが入ってくることを許して

はならない」と言いました。マーガレット・ノーブルというのはニヴェーディタのこと〔彼女が出家する前の名前〕でした。「ニヴェーディタ」には、「捧げる」という意味があります。ですから、ヴィヴェーカーナンダは「自分をすっかり神に捧げるのです」と説明しました。こうした完全なる献身は、学識からは生まれません。学者たちは、エゴに汚染されています。賛否両論を並べることに喜びを感じています。疑念を抱かせ、信仰を乱しています。学者たちは、世俗的なもの、この世のものを、霊的なもの、あの世のものと混合させています。学者たちは、この世の利益を得るために神を礼拝していません。しかし、神への祈りは、霊的な進歩のためのものであらねばなりません。

それゆえ、遅れることなく、先延ばしにすることなく、サーダナに従事しなさい。徳を培い、悪い習慣、悪い思考、悪い言葉、悪い行いがないようにしなさい。愛の中で成長し、愛で自然〔造物主〕を歓迎しなさい。それこそがアーナンダ〔至福〕への道です。これがグル プールニマーのためのメッセージです。

サティヤ サイババ述  
グルプールニマー祭  
ブラシャーンティ ニラヤムにて  
1980年7月27日  
Sathya Sai Speaks Vol.14 C52





## ババからのお手紙

神を思うなら、  
あなたは神です



1973年10月29日

私のいとしい男子諸君、  
あなたの体のあらゆる細胞の中に私がいるのを感じ  
ていますか？  
神を思うなら、あなたは神です。  
ちりを思うなら、あなたはちりです。  
まさに思考は物なのです。  
あなたが考えるように、あなたはなります。  
あなたが蒔いたものを、あなたは刈り取るのです。

霊的な成長は、この世の快樂という土に蒔かれた種  
からは芽生えません。悪や憎しみといった形をした  
反応は、どれも心に多大な損失をもたらしますが、  
あらゆる悪い考えや憎しみの行為、あるいは、どん  
な反応の思考も、もし抑制されるなら、あなたのため  
になるように静められることでしょう。こうした  
自制をすることであなたが損をすることはありません。  
期待以上のものを無限に得ることになるでしょう。  
憎しみや怒りの感情を抑えるたびに、多大なエ  
ネルギーがあなたのためになるように蓄積されるの  
です。そのエネルギーは最高のパワーに変換されま  
す。

私のいとしい男子諸君！ 非難や賞賛は、単なる空気  
の振動にすぎません。あなたの中にいる神は、すべ  
ての中にいる神です。もしあなたがこのことを知ら

ないのであれば、あなたは何も知らないということ  
です。もしあなたが清らかで強いなら、あなたは全  
世界と同等です。praise (賞賛 プレイズ) されるよ  
り、raise (高く上げる レイズ) されるほうがよいの  
です。単に賞賛することは、下に落ちるということ  
です。人間のマインド (心) を探求し、マインドを  
作った者を見いださなさい。違いのある所では違  
いを取り除き、誤解のある所では誤解を払いなさい。  
神の関心を損ねてはなりません。真理は原子よりも  
基礎的なものです。

私の男子諸君！ すべての憎しみと嫉妬を振り払いな  
さい。その瞬間に、あなたは悟りを得るでしょう。  
五感の求める対象への執着は、至高なるものからあ  
なたを引き離します。あなたの仕事は、魂を自由に  
することではなく、束縛から解放されることです。  
神だけが永遠です。他のすべては、はかないもので  
す。すべてのものは死にます。肉体よりも上に上昇  
し、肉体を無に帰して、初めて神性を悟ることがで  
きます。自己を悟ることが教育の最高の目的です。

サイはいつも、あなたと共に、あなたの中に、あな  
たの周りにいます。善良でいて、幸せでいなさい。

祝福と共に

ババ

Prema Dhaara Part2より

# サッティヤム シヴァム スンダラム 5

## 第52回

1983年10月30日と31日にローマで開かれたシュリ・サティヤ・サイ・オーガニゼーション国際会議でのスピーチの中で、第二のノーベル賞と呼ばれる賞〔ライト・ライブリフッド賞〕の受賞者であり、英国のレキン・トラスト社の社長である、ジョージ・トレヴェリアン卿は、一体性へと向かう人類の行進について、極めて楽観的な意見を表明し、「神にはご計画があり、それを今、実行に移されています！」と宣言しました。

その会議には、1200名を超えるイタリアの代表団、遠く南アメリカのアルゼンチンやチリ、そして、地球の裏側に当たるオーストラリアやニュージーランドなど、34の国からやって来た800名の代表団、さらには、イタリア全土から集まったおよそ3000人ものオブザーバーが参加していました。ジョージ卿は、ババが人類に与えた保証を思い起こさせ、それが

実現するという希望をあふれさせました。

「アヴァターの言葉に耳を傾けてください。『私は神へと至る古来の高速道路を修理しにやって来ました。アヴァターは決して失敗しません。アヴァターが意志することは必ず起こり、アヴァターが計画することは必ず実現するのです』そして、こうもおっしゃっています。『私は人類の歴史に黄金の一章を記すためにやって来ました。そこでは虚偽は廃れ、真理が勝利し、美德が栄えるでしょう。そのとき、知識や独創に富んだ技術や富ではなく、人格が力を与えてくれるでしょう。英知が国の会議の場で敬意を得るでしょう』」

それから二年後、ロンドンのウェストミンスター中央ホールで行われた会議で、ジョージ・トレヴェリアン卿は、身震いするような言明をしました。

「私たちは現在、極めて尋常ならざる現象を目の当たりにしています。私たちが暮らす世界では、ありとあらゆる闇の勢力が猛威を振るい、危害を加え、恐怖を作り出し、実にたくさんの人々の生活が脅かされ、絶望さえしているありさまです。そして、そのような時、現代という混乱のさなかに、神が私たちと共に働いておられるという至高の希望、すばらしい出来事が起こっているのです。そこには、愛の力による救済という可能性があるのです」

トレヴェリアン卿は、さらにバガヴァン・ババの言葉を引用して続けました。

「『私はいつもあなた方と共にいます。あなた方のハートが私の家です。世界は私の屋敷です。私を否定する人々でさえ、私のものです。どんな名前でも私を呼びなさい。私はそれに返事をします。どんな姿でも私を思い描きなさい。私はあなたの前に姿を現します。誰をも傷つけたり悪口を言ったりしてはいけません。あなたはその相手の中にいる私を非難していることになるのです。』」

1983年10月30日、ローマでの会議の開会式を行ったシュリ・サティヤ・サイ大学の当時の副学長、V. K. ゴーカク博士によって、その会議に向けられたバガヴァン・ババからのメッセージが読み上げられました。次にあげるのがそのメッセージです。そこには、現代という時代に悩み苦しむ人類の病を癒す、バガヴァンの処方箋が記されています。

「神聖アートマの具現たちよ！ 『すべての道はローマに通ず』という古くからのことわざが、今日、ここで立証されています。人々が多くの国からこの歴史的な都市に集まったことに、大きな意味がないわけがありません。あなた方は、今まで聞いたことがないことを学ぶため、そして、人間の冒険に関する新たな理想からインスピレーションを得るためにここに来た、ということを確認する必要があります。

この大会は、どれか一つの宗教、国家、人種、



カースト、個人と関係のあるものではありません。この大会は、あらゆる経典の根底にある本質的な真理を明らかにし、真理と正義を確立することを通してすべての人の平和と福祉のために努力することを意図しています。

全人類は、一つの宗教——人間という宗教に属しています。すべての人にとって、神は父です。一なる神の子として、すべての人は兄弟です。したがって、この大会は家族の集まりです。この大会はさまざまな民族や宗教の集まりなのではありません。この大会はさまざまな心の集まりです。この大会はどれか一つの文化や哲学と関係のあるものではありません。この大会はあらゆる宗教の教えの中に存在する神聖な生き方に関係するものです。この大会の目的は、神性の中のユニティ〔単一性／一元性／一体性〕を見ることです。

国や人種に関係なく、すべての宗教の基本的な真理はまったく同一です。哲学的な見解や修行やアプローチの方法は異なるかもしれませんが、最終的な目標とゴールはただ一つです。すべての宗教は神性のユニティを宣言し、カースト、信条、国、肌の色に関わらず普遍的な愛を養うことを説いています。この基本的な真理を知らない人は、自分の宗教を理由に慢心とエゴ〔自我意識／我執〕を膨らませます。そのような人たちは、神性を断片化する

ことによって、大きな混乱とカオスを生み出しています。無限の神性をそのような狭いところに閉じ込めて分割することは、神性に対する反逆です。霊的な生活、神をベースにした生活の基盤は、内在の神霊すなわちアートマン（神の魂／アートマ）です。体は神霊の家です。

社会生活も、この霊的基盤に従うべきです。ところが人は、実在するのは体だけ、という信念に生活の基盤を置いています。この誤りをなくすには、神霊について教わる必要があります。個人も社会も両方とも神の意志の現れであるということ、そして、神は宇宙に浸透しているということ認識する必要があります。この真理を認識することによってのみ、人は自分のエゴを手放して、義務に献身する生活を送ることができます。社会は自分本位な個々人の戦場になるのではなく、神に導かれる個々人の共同体になるべきです。

科学の進歩に伴って、人は自分が宇宙の主であると思い、神を忘れる傾向に陥っています。現代人は、月に行き、宇宙を探検していますが、もし自分たちは創造における無数の謎と不思議をまだ知らないということを考えるなら、それらは心と知性の限られた能力をはるかに超えていることに気付くでしょう。宇宙の神秘と謎を発見すればするほど、人は、神がすべての創造物の創造者であり、動機を与える者で

あることに気付くでしょう。すべての宗教はこの真実を認めています。人にできることは、目には見えない無限の神を理解するために自分の限られた知性と知識を使って尽力し、神を礼拝し崇めることを身に付けることだけです。

生まれ持っている神性を示す代わりに、人は自分自身の物質的な達成という牢屋に囚われています。人間のあらゆる科学や技術の進歩よりも偉大なのは、神の意識が授けられている存在としての人間自身です。物質世界のみを現実と見なすという選択をすることで、当分の間は、科学的、技術的、物質的な社会の繁栄をもたらすことができるかもしれませんが、けれども、もしその過程で人間の利己心や貪欲や憎悪が増すならば、人々が通常しているのと同じように、社会が社会を破壊してしまうでしょう。反対に、もし人間の本質をなす神性が示されるなら、人類はユニティに基づいた、そして、愛という神聖原理の順守に基づいた、立派な社会を築くことができます。この重大な変化は、個々人の心から始まらなければなりません。個人が変わると、社会が変わります。そして、社会が変わると、世界全体が変わります。ユニティは社会の進歩の秘訣であり、社会への奉仕はユニティを促進する手段です。ですから、誰もが献身の精神で社会への奉仕に身を捧げるべきです。

物質的な快適さは社会生活の唯一の目的ではない、

ということを悟るべきです。個々人が物質的な福利のみに関心を寄せる社会では、和合や平和を達成することは不可能です。たとえ達成されたとしても、それは継ぎはぎだらけの和合でしかないでしょう。なぜなら、そのような社会では強者が弱者を抑圧するからです。自然の恵みを平等に分配しても、名ばかりの平等以外は何も保証されないでしょう。物質で出来た品物を平等に分配することで、どうやって欲望と能力に関連する平等を達成できますか？ ですから、霊的なアプローチを明らかにすること、そして、心を物質的なものから各人のハートの中に鎮座している神に向き直させることによって、欲望を支配する必要があるのです。

ひとたび内在の神霊の真理を知ると、世界は一つの家族であるという意識のあけぼのがやって来ます。すると、人はその人のあらゆる行いの原動力となる神の愛で満たされます。人は終わりのない欲望の追求に背を向けて、平和と平静の探求へと向かいます。物質的なものへの愛を神への愛に転換することによって、人は神を体験します。その体験は人間を凌ぐものではありません。実際、それは人間に固有の性質の一部です。それは人の人間性と神性の神秘です。

自分の宗教が何であれ、誰もが他の信仰への敬意を培うべきです。他の宗教への寛容と尊敬の態度を

持たない人は、自分の宗教の真の信徒ではありません。単に自分の宗教の慣行を厳守するだけでは十分ではありません。すべての宗教の本質をなすユニティを見ようとも努めるべきです。そうして初めて、神性は一つであるということを経験できるようになります。宗教の分野では、いかなる類の強制も強要もありません。宗教的な問題は、穏やかに、そして、冷静に議論すべきです。ある人の宗教は優れていて、別の人の宗教は劣っている、といった感情を抱いてはなりません。宗教に基づく対立は完全に排除すべきです。宗教に基づいて人を分けるのは、人道に反する罪です。

現代人は、自然と宇宙に関するすべてを知っていると思っています。ですが、もし人間が自分自身を知らないなら、その知識の一切は何の役に立ちますか？ 自分自身を理解したとき、初めて外の世界についての真実を知ることができるようになるのです。人の内なる実在を、外の世界を探索することによって知ることはできません。目を内に向け、自分の本質をなす神性を悟るとき、人は万物への平等心を手に入れます。その、一つであるという気持ちによって、人は理解を超える至福を体験するでしょう」

〔Sathya Sai Speaks Vol.16 C29〕

ローマでのこの画期的な会議において、ジョージ・トレヴェリン卿は三人のゲスト・スピーカーの

うちの一人でした。彼は、「人類の一体性に向けて」というテーマで講演をしました。二人目のスピーカーは、アメリカのジョージア州レイクマウンテンにあるセンター・オブ・スピリチュアル・アウェアネスの設立者であり会長の、ユージーン・ロイ・デイヴィス氏でした。氏の話は、「急速に目覚めつつある世界における霊的責任」についてでした。三人目のスピーカーは、在英国シエラレオネ大使館や他の国々で大使を務めたヴィクター・カヌー氏でした。氏の題目は「シュリ・サティヤ・サイ・ババ、人類の希望」でした。

会議では五つのグループに分かれてテーマを話し合い、話し合った内容を各代表が発表しました。

1. 「人類の一体性」 シュリ・V.K.ナラスィンハン氏
2. 「日常生活におけるサイの理想」 ジョン・ヒスロップ博士
3. 「科学と霊性」 サミュエル・サンドワイズ博士
4. 「すべての宗教の真髄」 ハワード・マーフェット氏
5. 「人間的な特質と神性」 シュリ・V. シュリーニヴァーサン氏

V.K.ゴーカク博士とインドからローマへの旅を共にした、当時サナータナ サラティ誌の共同

編集者であったシュリ・V.K.ナラシンハンは、ローマでバガヴァン・ババの遍在を裏付ける奇跡的な体験をしました。その奇跡は会議の中で帰依者たちの話題になりました。その奇跡を目撃したオーストラリアのサラ・パヴァン博士に、その心躍る出来事を聞いてみることにしましょう。

「そのすべてはローマで起こりました。10月27日に、私はエルジェフ・ホテルでシュリ・V.K.ナラシンハんに会い、オーストラリアのサティヤ・サイ年鑑の出版前の原稿に目を通してくださいとお願いしました。それは私が編集したもので、規定に合っているかどうか確かめてもらうためでした。ナラシンハンはそれを読もうとして老眼鏡を探しました。やっきになってメガネを探しましたが、いつもメガネを入れている赤いメガネケースが見つかっただけでした。ナラシンハンは、ホワイトフィールドのブリンダーヴァンにある自分のアパートにメガネを置き忘れたのではと不安になりました。彼は、出発の日に二度も領事館に行かなければならなかったため、大あわてでブリンダーヴァンを出ていたのです。ナラシンハンは、私が彼に渡した原稿の件はもちろんですが、メガネなしでどう会議をやり過ごしたらよいものかと戸惑いました。

私は翌朝、ホテルに彼を尋ねました。私たちはソファーに座り、お互いどんなふうにもとへ

とやって来ることになったのかを話していました。突然、私たちの間のクッションの上に何か落ちてきた音が聞こえました。そこに黒縁のメガネを見て、私たちは大変驚きました。ナラシンハンはクッションの上のそのメガネを二度見して叫びました。『私のメガネだ！ スワミがここにいらっしやっただ！』この言葉が発せられるよりも前に、私も何か『普通じゃないこと』が起こったのだという気がしていました。ナラシンハンは、自分の老眼鏡が奇跡的に出現したことに圧倒されていました。スワミへの感謝の思いで彼は涙ぐみました。ローマ滞在中に自分の目の前で起こったこの奇跡によって、私はスワミの遍在を確信しました。

ナラシンハンがブラシャーンティ・ニラヤムへ戻ってからスワミが最初にお尋ねになった質問は、『ナラシンハン、あなたのメガネに何かありましたか？』でした。ナラシンハンはスワミに、誰かが自分のところにメガネを運んでくれたように感じましたと言いました。スワミは、『私がそのメガネをバンガロールからローマのあなたの所へ届けたのですよ』とおっしゃいました」

ローマでの国際会議は、サイ・ムーブメントが地球規模で飛躍した画期的な出来事でした。それはある意味、シュリ・サティヤ・サイ・オーガニゼーションの第四回世界大会の先駆けでした。世界大会

は、バガヴァン・ババの60回目の誕生を祝う式典の一環として、1985年11月17日から21日まで、ブラシャーンティ・ニラヤムで開催されたのでした。



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



## 人生は夢、それに気づきなさい

— ババ

SSSIOJ会長 住友正幹

人生は「私」という主人公を中心に展開していく夢のドラマです。まず主人公は、男か女かどちらかを選ばなければなりません。そして、どんな母親と父親の間に生まれるのか、兄弟や姉妹を持つのか、持たないのか、どんな国に生まれるのか、どんな人種に生まれるのか、どんな環境に生まれるのか、裕福なのか、貧困なのかなどを選び、舞台設定が整えば、誕生から始まる人生ドラマが始まります。

主人公には一定の先天的な傾向が与えられています。それは過去世の行いによって持ち越された傾向で、ヴァーサナと呼ばれるものです。

スワミはヴァーサナについて次のように説かれています。

「あなたのヴァーサナ（生まれ持っている傾向）は、あなたがハートの中で培ったさまざまな感情によって決まります。ちょっとした例をあげてみましょう。紙自体に匂いはありませんが、揚げ物や干

物やジャスミンの花を紙で包むと、良いにおいである悪いにおいである、その紙は包んだものの匂いがするようになります。ハートは紙に例えることができます。もしハートの中に善い感情が入っていれば、必ず善い傾向が出てきます。善いものを見て、善いことを聞いて、善いことを話して、善いことをしなさい。そうすれば、カリの悪い影響はあなたには何の衝撃も与えないでしょう」

—2001年2月22日マハーシヴァラートリの御講話より

私たちは過去世においてどのような思いを抱いていたのかは直接知ることができませんが、現在、自分がどのような傾向を持っているかは、その名残に違いありません。それは良い傾向かもしれませんし、悪い傾向かもしれません。輪廻によりそれが来世に引き継がれるのであれば、今生で良い傾向を培っておくことは決して無駄にはならないでしょう。

ある方は、ピアノでショパンを弾きたいという夢を持っていましたが、歳を考えると今生ではその実現は難しい、それなら来世で実現しようと、練習を始めているそうです。思いではなく技能まで引き継がれるのかどうかは分かりませんが、先天的に様々な技能を持って生まれる子供たちがいるのを見れば、ひょっとしてそうなのかもしれません。もし、そうだとすれば、私たちの人生には新しい可能性が開かれ、より肯定的に生きることができるようになりま

す。

そしてもう一つ、主役には過去になした行為（プラーバダカルマ）をこの人生で解消するという課題が与えられます。

スワミは次のように説かれています。

「現代人は、平安を求めているながら、暴力と慢心の危険な道を歩いています。心は安らかではなく、ひどく乱れています。その理由は、過去世で積み上げてきた行い、プラーバダカルマまでさかのぼってたどることができます。プラーバダカルマは、地獄の猟犬のように、どこまでも人を追いかけてきます。蓄積したプラーバダカルマのずっしりした重荷は、今生での善行（サットカルマ）によってのみ減することができます。不快な臭いを消すには香水を使います。しかし、嫌な臭いは本当になくなったわけではありません。香水の香りによって和らげられただけです。それと同じ方法で、過去のカルマ（行い）の有毒な力は、現在の善行の健全な力によって鎮圧し、相殺することができます。

—1979年第7回夏期講習における御講話より

カルマは決して罰として与えられるのではありません。カルマはただ自分のなした行為がブーメランのように自分に帰ってきているだけです。その結果、いわば自分がまいた種を自分で刈り取り、カルマは



解消されることとなりますが、それ以上に大切なことは、カルマは、自分がなした行為を今度は相手の立場で体験することで学び成長する機会にするということでしょう。

さらにもう一点、主人公は知っておくべきことがあります。

本来、人間は神の愛を体験するために生まれてきたはずでした。昔々、世界は聖書に見られるような楽園だったはずです。しかし、徐々に自我意識が芽生えた人間は、自分が神であることを忘れこの世の磁力に捉えられ、輪廻の鎖から抜け出せなくなってしまったようなのです。

このことは以前、聖仙ナーラダでさえこの世のマーヤーの幻惑に翻弄されてしまったという逸話（2023年の1月号）をご紹介させていただきましたが、この世に生を受けている私たちは、旅に出たまま帰る家も忘れて、豚になったナーラダのように、この世に捉えられ、この世での楽しい泥んこ遊びに夢中になっているのだといえるでしょう。

そのことが理解できれば、再び、生老病死のあるこの世への再生を繰り返さないためには自らの運命を切り開いていくことが大切なのではないのでしょうか？

スワミは次のように述べられています。

「人は自分の運命を切り開くために生まれるのであり、他人の劇で役を演じるために生まれるのではありません。人は自分の刑を全うするために生まれてきます。刑を果たし終われば、人は自由になります。あなたはずっと監獄に入っているわけではなく、親しくなった囚人仲間がまだ中にいるからと言っても、そうはいきません！」

—1963年10月28日の御講話より

人生は、自分が創り上げる夢のドラマです。自分の外側に見る山や海や空や星などの森羅万象も、体験する喜びも悲しみも、楽しみも苦しきも、欲望も怒りも高慢も嫉妬も、すべて自分が創り出したものです。それらはすべて夢に過ぎません。

スワミは次のように説かれています。

「皆さんは、夢の世界は五十年の歳月が五分間に短縮され、奇妙なものごとが実際に存在しているものとして経験される、ナンセンスな幻影の世界であることを知っています。しかし真我を悟った境地から言わせてもらえば、目覚めている段階も、（夢と）同じくらい信頼できないものなのです。ですから、正しい価値観、正しい価値の尺度をもちなさい。すべての物、すべての人には、それぞれふさわしい価値を与え、それ以上の価値を与えないようにしなさい。アートマを覆っている五つの鞄が、アートマ

の輝きの現れを妨げています。これらすべてを清めて、輝かせなさい。食物鞄（アンナマヤ・コーシャ）は清潔で純粋な良質の食べ物によって、生氣鞄（プラーナマヤ・コーシャ）は静かで安定した呼吸と平常心によって、心理鞄（マノーマヤ・コーシャ）は喜びによって、理智鞄（ヴィグニャーナマヤ・コーシャ）は実在を黙想することによって、歓喜鞄（アーナンダマヤ・コーシャ）は神の悟りを得た恍惚感に浸ることによって、清めなければなりません。

—1961年2月26日の御講話

人生は心の中で創られた実態のない夢ですが、そのことに気づいて生きるのと、それを知らずに生きるのでは全く違う生き方になるでしょう。なぜなら、人生は夢だと知っていれば、その夢が辛く悲しいものであっても、楽しく嬉しいものであっても、観る者としてそれに巻き込まれることはありませんが、夢が真実だと錯覚すれば、自分が役者であることを忘れた役者のように夢に巻き込まれてしまうことになるからです。人生は神が監督し、神が演じ、神が鑑賞している神のリーラーに違いありません。

アートマには性別はありません。アートマには国籍や人種はありません。アートマには思考がありません。悲しみも、苦しきも、欲望も怒りも、高慢も嫉妬もありません。アートマには恐れも心配もあり



ません。アートマには誕生も死もありません。アートマは観るものであり観られるものではありません。アートマはサット・チット・アーナンダ、つまり実在であり、純粹意識であり、至福です。

このアートマ（真我）に立脚して生きることがこの世を渡る秘訣だと思われます。人生は一人ひとりが創り出す、自分が主人公の夢のドラマです。ですので、それを否定する必要はありませんし、相対世界の幸せを否定する必要もありませんが、それは夢だと気づいていなければなりません。

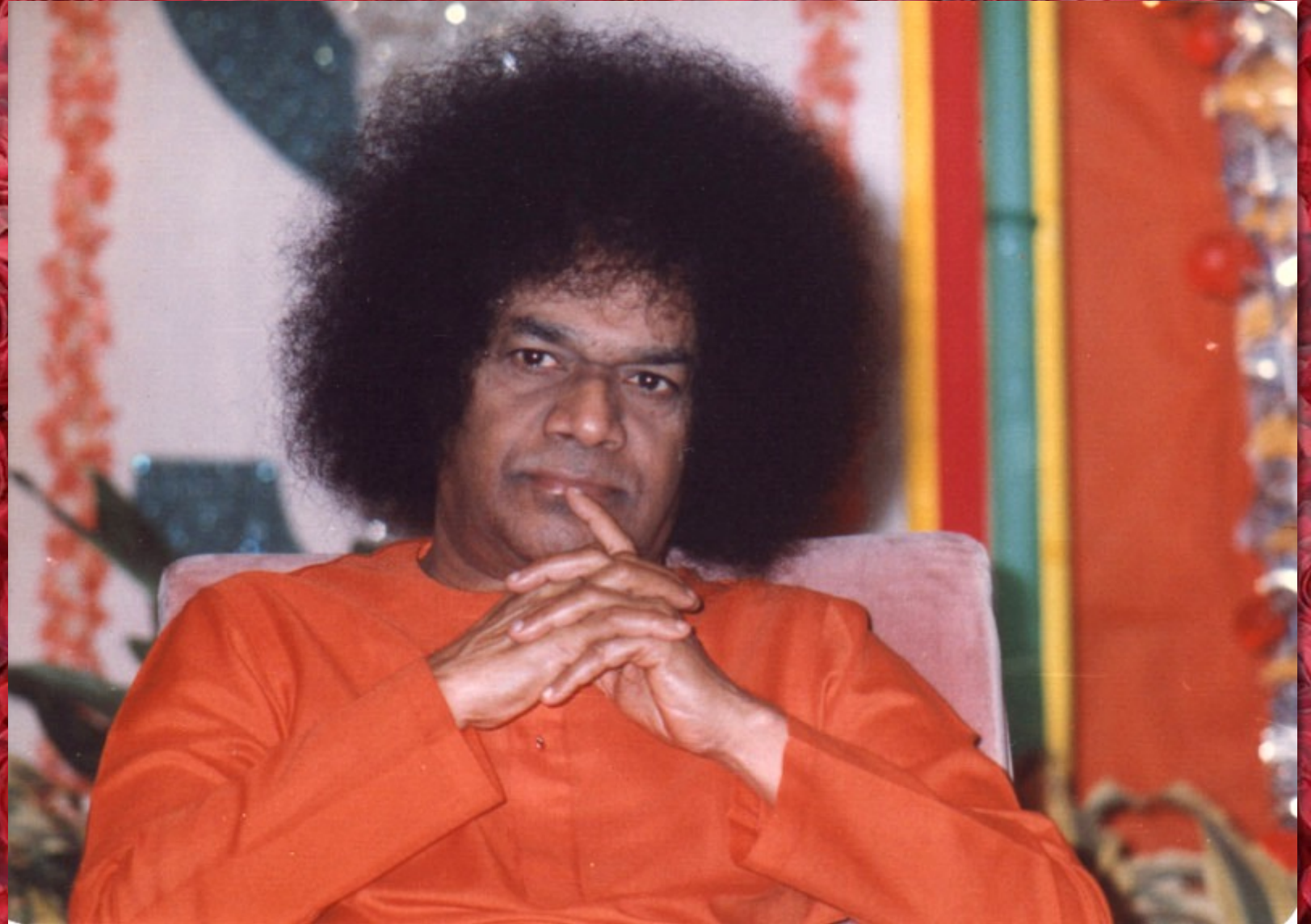
スワミは説かれます。

「人生は挑戦、それに立ち向かいなさい」

「人生は愛、それを分かち合いなさい」

「人生は夢、それに気づきなさい」

「人生はゲーム、それをプレイしなさい」



# ワカチンナカタ

## 親の背を見て 子は育つ

あるお金持ちの商人にひとり息子がいました。商人は息子がまだ5歳のときに妻を亡くしました。商人は息子にとって父親であり母親でもあり、愛情いっぱい世話をして息子を育てました。彼は息子に良い教育を受けさせ、美しい娘と結婚させました。

にもかかわらず、義理の娘はこの義父をいらだたく感じていました。義理の娘には義父が邪魔者であり、自分たちの自由を妨げる存在に思われました。彼女は何かして全財産を夫が管理するようにできないのかとせき立てました。夫は言いました。「心配するな、僕はひとり息子だから、財産はすべて僕だけのものになるよ」。しかし妻は黙っていられません。来る日も来る日も、彼女は夫にうるさくせがみ続けました。ある日、息子は父親に告げました。

「父さん、父さんはもうかなりの年だ。財産を管理して収支を合わせるのは難しくなっていると思うんだ。それなら、僕にすべての管理を任せてくれないかな？」

世の習わしというものを十分承知していた父親は、それに同意し、息子に財産に関するすべての書類を渡し、鉄の金庫の鍵まで渡してくれました。

数ヶ月が過ぎた頃、妻は、いつも咳やくしゃみを

している老人がベランダのある正面の部屋を占領するべきではないと思い始めました。ある日、妻は夫に言いました。

「あなた、私にはもうすぐ赤ちゃんが生まれるのよ。そうなったら、私たちは正面の部屋に住んだ方がいいわ。お父さんには、裏庭に草ぶき屋根の小屋を建ててあげればどうかしら？」

男は妻をととても愛していたため、それは実に賢い考えだと思い、妻の望みを叶えました。義理の娘は、よく老人のお昼ご飯を午後のかかなり遅い時間に土のお皿で出していました。

ある吉兆の日に、この夫婦に息子が生まれました。息子は利口で活発で愛らしい子供に成長しました。この子はよくおじいさんと一緒に過ごしたものでした。おじいさんの話や冗談を聞くのが面白くて楽しかったのです。子供はむしろ、自分の大好きなおじいさんに対する母親の態度を不愉快に思っていました。ですが、母親の頑固な性格と、父親が母親任せであることもよく分かっていました。

ある日の午後、昼食のあとで父親と母親が1時間以上もの間、何か探し物をしていました。子供はおじいさんの膝の上から降りると、両親のもとへ走り寄りました。子供は両親が探し物をしているのを見



て何の気なしに尋ねました。「お父さん、いったい何を探しているの?」「ああ!お前のおじいちゃんの土のお皿だよ。もう遅いからおじいちゃんにお昼ご飯を出さないわけにはいかないだろう?お前はあのお皿を見なかったかい?」

5歳の子供は、いたずらっぽく笑って答えました。

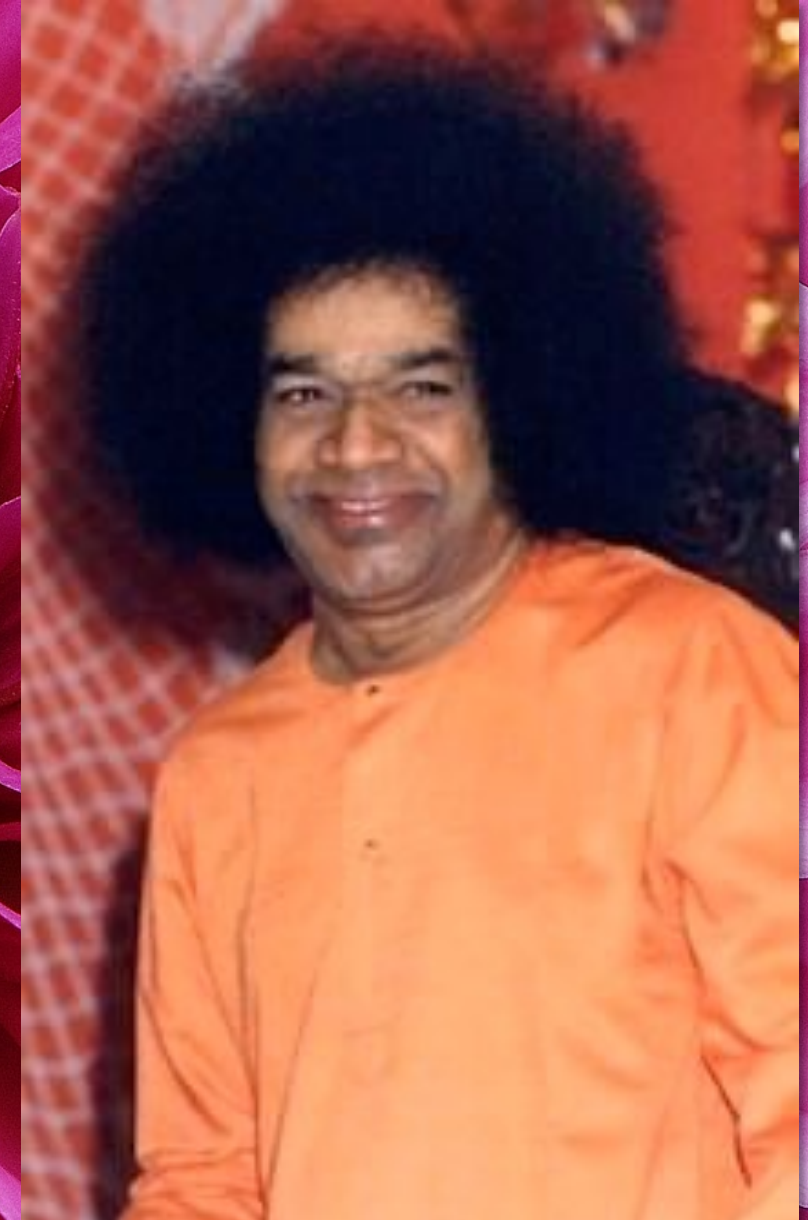
「もちろん、あのお皿は僕が持っているよ。大事にトランクの中にしまっているんだ」

「なんだって、トランクの中に土のお皿をしまっているんだって!いったい何のためにそんなことをしているんだ? さあ早くお皿を出しなさい」と父親は言いました。

子供は答えました。「駄目だよ、お父さん!これは必要なんだ。将来のために取っておきたいんだ。だって、お父さんがおじいちゃんみたいな老人になったら、お父さんのお昼ご飯を出すのにこのお皿がいるじゃないか。その時にこのお皿がないと僕は困るんだよ」

若い両親は言葉を失い、啞然として立ちすくみました。両親は子供の胸の内を理解しました。そして、自分たちの振る舞いを恥ずかしく思いました。その日から、彼らは尊敬の念と愛情をもって老人の世話をするようになりました。

あなたが両親を敬えば、あなたの子供もあなたを敬うようになるでしょう。



# サイと共に



スワミ： (学生たちに)  
プーナル・セレモニー〔身に付けている  
聖紐を年に一度新しいものに交換する儀  
式〕はいつですか？

学生たち： 今日です、スワミ。

スワミ： 明日はプールニマー〔満月の日〕です。  
それを行うのは明日にしなければいけま  
せん。明日はラクシャー・バンダン  
〔シュラヴァナ月の満月の日に行われる  
ヒンドゥー教の祭日で、ラクシャーは守  
護、バンダンは絆、つなぐものの意。姉

あるいは妹が愛の証であるラーキーとい  
う吉祥の紐を自分の兄弟の右手首に結び  
付け、兄弟はそのお返しに姉妹を守るこ  
とを誓う〕でもあります。

なぜ姉妹はラーキーを結びつけるので  
しょうか？ クリシュナが戦争に出発しよ  
うとしていた時、姉のスバドラーはクリ  
シュナの手首に糸を結んでクリシュナの  
幸せを祈りました。誰かサンスクリット  
語を知っている人はいますか？

(答えることができた者はいなかった。  
スワミはサンスクリット語で2つの文を語  
られた。それはスバドラーがクリシュナ  
に糸を結んでいる時に語った言葉だっ  
た)

この意味は、「あなたが満月のように輝  
きますように。そして、勝利を得られま  
すように」というものです。ラーキーが  
結ばれたのはこれが初めてのことでした。  
今では、スバドラーもクリシュナもいま  
せん。スバドラーの夫は誰でしたか？

(スワミはご自身でお答えになった) ア  
ルジュナです。アルジュナは〔スバド  
ラーと結婚する前から〕クリシュナのこ  
とをバーヴァ(義理の兄)と呼んでいま  
した。そのため、クリシュナはアルジュ  
ナに、まず妹と結婚してから私をそう呼

びなさいと言いました。(ある学生に)  
スバドラーというのは誰ですか？

学生： クリシュナの妹です。

スワミ： 彼女は、あなたのおばあさんではありま  
せんか？ アビマンニュはスバドラーの息  
子で、パリークシットはスバドラーの孫  
です。

(ダルジャンの最中、スワミはカリーム  
ナガル〔南インドの都市〕から来た帰依  
者たちにパーダナマスカールをお授けに  
なった)

スワミ： (ある少年に)  
君は何人の帰依者にプラサードを配りま  
したか？

学生： 数えていませんでした、スワミ。

スワミ： 男性は1,283人、女性は1,502人いました。  
どこから来たか知っていますか？

学生： 分かりません、スワミ。

スワミ： カリームナガルからです。

Students With Sai: Conversations 1991 to 2000 p.241  
より

# ベジタリアン クッキング

## 白きくらげと 甘夏みかんの寒天寄せ



### 【材料】

白きくらげ（乾燥） 5g  
 甘夏みかん 60g  
 寒天パウダー 2g  
 てんさい糖 大さじ2杯  
 水 250cc

### 【作り方】

1. 白きくらげをたっぷりのぬるま湯（30度くらい）で柔らかく戻して、細かく刻みます。
2. 甘夏みかんは皮をむき、房の薄い皮もむいて、手でばらばらにほぐします。
3. 鍋に水と寒天パウダーを入れて火にかけて、煮たってきたら弱火にして2分煮て、完全に寒天パウダーを溶かします。
4. 寒天パウダーが溶けたら、てんさい糖も入れて溶かし、火を止めます。
5. 刻んだ白きくらげ（1）とほぐした甘夏みかんの実（さじょう）（2）を、4の鍋に入れて、かき混ぜます。
6. 型をあらかじめ水で濡らしてから5を入れて、水を張ったトレーで型ごと冷やし、粗熱を取ります。寒天は常温でも固まりますから冷めないうちに型に入れてください。
7. 粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やし固めて、でき上がりです。

## 塩麴豆腐



### 【材料】

水 300cc  
 塩 40g  
 麴（ドライでも生でもOK） 200g  
 食品用ラップ

**【塩麴の作り方】**

1. 塩麴豆腐を作る前に、まず塩麴を作ります。水に塩を全部入れて、透明になるまでかき混ぜます。
2. 1に麴も全部入れて、麴が全部浸かるまでかき混ぜます。
3. 2の全量が入るくらいの容器に移して、容器の口に食品用ラップをかぶせしっかり止めたら、ようじで空気を取り込む穴をいくつか開けます。
4. 3の状態ですら1日一回かき混ぜて、常温で3～4日置きます。
5. ラップを取って、乳酸菌の匂いがしてきたら塩麴の出来上がりです。

**【塩麴豆腐の材料】**

木綿豆腐 200g  
塩麴 大さじ2杯  
食品用ラップ

**【塩麴豆腐の作り方】**

1. 木綿豆腐に重しをして、30～40分くらい置いて水を切ります。豆腐の入っていた容器に水を入れて重しにすると良いです。
2. 1で水を切った豆腐を、食品用ラップを広げた真ん中に置いて、塩麴を上からかけて、食品用ラップで空気が入らないように包みます。
3. 2の水が出ても大丈夫なようにタッパーなど保存容器に入れて、冷蔵庫で3日程置くと、クリームチーズのようにこってりとした塩麴豆腐ができます。
4. 塩麴豆腐ができたなら、スライスしてサラダに入れてよし、トマトやキュウリ、ブロッコリーなど彩り良く乗せてもおいしいです。

**ババ様の御言葉**

「人間は心の通りになります。ですから、人が幸福で健康的な生活を送るためには、神聖で浄性の食物を摂取しなければいけません」

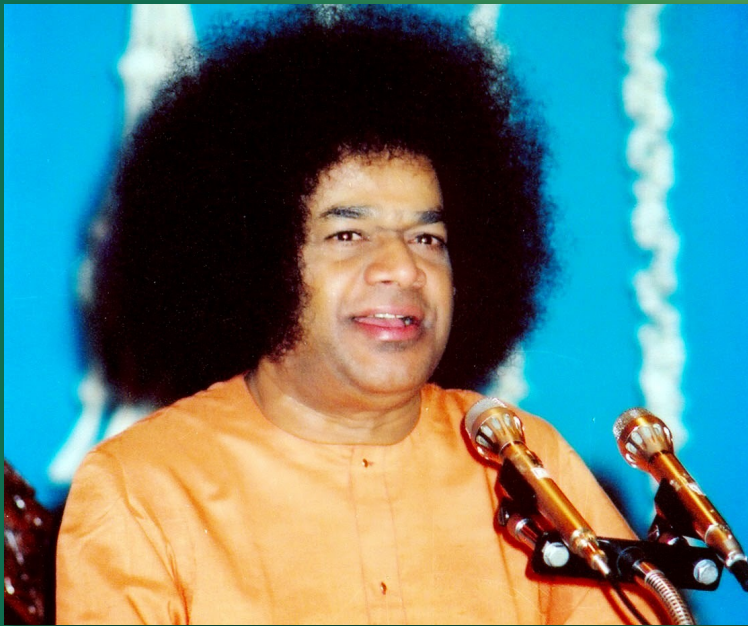
2005年3月16日

[https://sathyasai.jp/discourses/discourses/d\\_20050316.html](https://sathyasai.jp/discourses/discourses/d_20050316.html)



## <活動報告>

### スタディーサークル



開催日：2022年1月6日（木）

テーマ：プレーマヴァーヒニー第70節「神の化身を求めて祈りなさい」

参加者：46名

質問：

- ① 神はいつアヴァター(神の化身)が降臨すべきかをご存じだが、なぜ神の降臨を求めて祈る必要があるのか？
- ② 神の降臨と、内在の神への気づきのいずれを願い求めるべきか？
- ③ アヴァターが降臨した場合、どのように判別できるのか？

<参加者のコメント>

… ① 神はいつアヴァター(神の化身)が降臨すべきかをご存じだが、なぜ神の降臨を求めて祈る必要があるのか？

「自分の心の中に神聖な愛、真理、神様の性質が顕れるように祈ることが、神様の降臨を求めて祈ることに繋がるのかなと思った。」

… ② 神の降臨と、内在の神への気づきのいずれを願い求めるべきか？

「私たちが神の子だが、光の大きさは神の化身そのものとは違うものがある。肉体を持った神様

の御姿を拝見して、お手本にすることで、私たちも全世界も力をいただける。この世はゲームでありドラマであると思うが、素晴らしいお芝居ができる。」

「Bro. Rのお話の中で、神の降臨というのは肉体を持った神が地上に降臨する場合と、自分の内在の神としての降臨と2種類あるというお話があった。肉体を持った神が地上に降臨するためには、英知のある人々が願い求めて初めて神の降臨につながるのではないかと、いろいろなお話の中からそう感じた。内在の神への気づきは、自分たちで本当に求めることができる身近なもの。でも本質的にはやはり両方とも同じなのではないかと思う。」

「内在の神は自分自身のことだが、神の降臨となると本当に宇宙や世界のすべてのものに対して恩寵が注がれると思う。」

… ③ アヴァターが降臨した場合、どのように判別できるのか？

「一番自分がスワミ※1に会ってびっくりしたのは、同じ時間に別々の場所に出現されていたという話があったことと、宝石のような美しいスワミの御教え、犠牲の精神、スワミの示された無私

の生き方がまったく次元が違うということに感動した。普遍性があり、分け隔てない。」

「私が、スワミを神の化身だと思った理由は、無条件で自分の心を変容させてくれた、無条件で引き付けられたということだ。例えばお坊さんの良い話を聞いて理論を理解して素晴らしいと思うようなこととは全然違う、まったく頭で考えることがなく、自分で判断することもなく、無条件で引き付けられて自分の心を変容してしまった。このことが一番驚きで、これは本物だなと思い、そこが一番だなと思った。」

#### ＜サイの学生のコメント＞

… ① 神はいつアヴァター(神の化身)が降臨すべきかをご存じだが、なぜ神の降臨を求めて祈る必要があるのか？

「スワミは非常に明確におっしゃっている。私たちが親切心とか同情心を十分に培うまでは、ずっと祈り続けなければならない。祈りには単にお願いするだけではなく様々なものがある。例えば赤ん坊がお腹が空いたらミルクを求めて泣くのは、それが子供の祈りだから。もちろん赤ん坊が単に泣くだけでは普通に定義されるところの祈りとは違うが、実際には同じ。そして私たちも神様

を必要とするとき、何か自分の願望があるときをお願いする。赤ん坊にとっては泣くこと、私たちにとっては祈ること。それは私たちにとってのご利益になる。霊性修行者は永遠の幸福を求めて祈る。すべての語る言葉や行動は祈りが表現されたものであり、そして神との一体性に到達する時に祈りは叶えられたということ。私たちは自分自身を単なる人間だということをやめて、内在する神性を悟るなら、それがまさにアヴァターではないのかと思う。もし私たちが身体でもなく心でもなく宇宙に存在する神聖なエネルギーそのものであると悟ったときには自分自身がアヴァターになるのだと理解すべき。サンジェイ マハリングム先生がスワミに面白い質問をされた。『スワミは人間の姿で来られたならば、あなたも祈るのでしょうか？』と質問された。『なぜ祈らないことがあるのでしょうか？もちろん私は祈ります』とスワミはおっしゃった。『私はあなたと一体何か違うのでしょうか？何も違いありません』と本当に何も違わないことを強調されました。『至高のエネルギーが人間の姿を取り、マーヤー(まぼろし)の影響をまったく受けずに振る舞います。それが、私が幼い時からバジャン(神への讃歌)を始め、バジャングループを作り、ヴェーダ※2を始め、マーナサ・バジャレー※3を歌い始めた理由です』。スワミの一連の行動が、祈りは私たちにとって欠くことのできないものであるという証拠を見せてく

ださっている。例えば『神を信じない人は祈るのでしょうか？』という質問がある。『神を信じない人でも祈るのです』とスワミはおっしゃる。神の存在を否定するのも一つの祈りの形態。神を信じていようといまいと、すべての人が祈っている。」

「全能で遍在である神は創造物のすべてを強く愛してくださっている。そして神と繋がるためには祈る必要がある。神への祈りの中にいることが非常に恩寵深いことだと思う。なぜ神に祈るのか？それは神だけが唯一の拠りどころだから。神様が私たちをいかなる状況にあっても面倒を見てくださっている。また、祈りはどのように神にたどり着けるのかという原理・原則を教えてくれるものでもある。私たちが誠実に祈りを行うときに、必ず神様はその祈りに応えてくださる。私たちは祈り、神を覚えていることで繋がり続けている必要がある。」

… ② 神の降臨と、内在の神への気づきのいずれを願うべきか？

「神がアヴァターとして降臨される目的は、人間の内なる神性に気づかせること。これまでいろんなアヴァターが降臨されたが、ラーマ※4、クリシュナ神※5、シルディ サイ※6、サティヤ

サイは、御教えをとおして人間の内側に神性があるということを教えて体験させてくださった。質問について自分の意見では、外側の神の降臨が、私たちの内側の神への気づきを促進してくれる。つまり神の降臨、内在の神への気づき、この2つが違うことだとは思わない。まず一つ小さな例をあげたい。南インドにラマナ・マハルシと呼ばれる聖者がいる。普通の一般的な家庭に生まれたが、非常に強力な霊性修行を行った。後には多くの人々が彼のことを神ご自身として呼ぶようにまでなった。なぜ彼が神ご自身であると多くの人が考えているかというと、強力な修行によって神を理解するに至ったから。多くのヒンドゥー教の聖典には神を理解したものは神になると書かれている。普通の人間として生まれても、様々なアヴァターの御教えを取り入れて大変な修行して、それをとおして成長することによって、神と同じレベルに至ることが可能であることを示してくれた。このことから神の降臨と内在の神の気づきは、二つの違ったことではないと理解している。」

… ③ アヴァターが降臨した場合、どのように判別できるのか？

「アヴァターが来られたということは、彼が方向を示す星(北極星のように)であること。すべての人がその方向に向かって辿りつくことを教えてくれる、そして人間に変容をもたらし、導く星のようなものだと思う。ハートの中

に神が降臨することは、単に外側に神が降臨する以上に大事なこと。たとえ神様がアヴァターとして降臨しても、もし私たちが彼と同じ道を辿ろうとしなかったり、真剣にとらえようとしなかったり、彼を愛そうとしなかったり、変容しようとしなければ、どんな神様が来ても、それは無駄になってしまう。

バガヴァットギーター※7の最終章に、あるシローカ(詩節)※8がある。ビーシュマ※9が矢に倒れて、死の床に伏しているときに関するもの。そのときにクリシュナがダルマラージャ※10にビーシュマの所に行って彼からダルマ(正しい行い・正義)のことについて学んでくるようにと命じた。真のダルマが地上に確立された時には、本当に皆がダルマを守り、その時には地上には統治者が必要なくなり、王とか大統領はいなくてもよくなるという話があった。神のような守護者も必要なくなる。なぜなら私たちがお互いを守るようになるから。そのときに人々の間にある関係は、ただ愛であるということ。世の中がそのような理想的なダルマ的な状態を達成するまでは、私たちの中にこのような祈りが内側で常に必要になってくる。」

「この質問に関して帰依者がスワミに同じ質問をしてきた。『どのようにプレーマ サイ※11を認識できるか』という質問。するとスワミは、

『それなら私の人生は無駄だったのでしょか?』とおっしゃった。この時代にはスワミが来られて私たちいろいろなことを体験させてくれた。しかし、次のアヴァターの話をするフォーカスがスワミではなくなってしまうのではないか。スワミの御教えを実践すればそれで十分ではないか、これはパート1、パート2、と続いていく映画のようなものではない。次のアヴァターに関する記述は、今のサティヤ サイの時代ではなく、さらに先の時代を生きる人のためにおっしゃっていると思う。時が変わり、社会も移ろいでいく中で、必要なアヴァターや御教えはまた異なったものになっていく。今この時代で目の前に何が必要であるかということが、私たちがフォーカスしなければいけないポイントだと思う。アヴァターの降臨の目的には内なる気づきを促進するということがあるが、本当に私たちが神の降臨によって内なる神への気づきを得たのであれば、どうして次の神の降臨が必要だろうか? 内在の神への気づきを得られたのであれば、それがすでにゴールではないか。神様と一緒に内なる神を見て、それと一体化した時にはさらに次の外側のアヴァターの降臨を探し求める必要はなくなると思う。」

「クリシュナ神がバガヴァットギーターで『ダルマが衰えた時には私はいつでもやってくる』とおっしゃっている。アヴァターの降臨について二

つの解釈がある。一つは肉体をまとして来てくださるのか、もう一つは私たちのハートの中に来てくださるのか。サンスクリット語でのバガヴァットギーターの言葉の解釈では両方が可能である。肉体の姿をまとしてくださるアヴァターも、あるいはハートの中に祀られるアヴァターも両方とも私たちのダルマを取り戻す上でどちらも重要。『全知全能の神は、いつ私たちのところにやってきて祝福を与えるべきなのか完全にご存じなので、どうして私たちは祈る必要があるのだろうか?』という疑問が示される。その答えが非常に大事ではないのかと思う。この章を読んでいるときに、ラーマヤナ(古代インドの叙事詩)※12で読んだことを思い出した。ダシャラタ王※13には長い間子供がいなかったのが、神様に子供をくださるように祝福を祈った。多くの賢者やリシ(聖者)が出席して、ヤグニヤ(供犠)を行った。その中のリシが神様に話しかける機会を得て、その儀式の中で神様がアヴァターとして来てくださるようお願いした。そのリシは悟った魂だったが、悟ったステージにいるリシにとってさえも神ご自身が化身されることがとてもとても大事だった。この章を読んでいくことがこの点についてより深く考えていくことを助けてくれると思う。」

＜ババ様の御言葉＞

「もし人類が一斉に、不安や不正や混乱や虚偽が、平安や愛や助け合いに変わるようにと祈るならば、物事は確実に良くなります。それ以外の解決方法はありません。心配することは無益です。絶望している場合にはありません。強さがなく、弱いことを言い訳に使うのは、人間の根本的性質に反しています。それゆえ、他の方法を探すことを止めて、人々は祈り、他者へ奉仕し、互いを愛し尊敬しようと努めなければなりません。これ以上先延ばしにしてはなりません。満足と喜びはすぐに得られるのですから!」

プレーマヴァーヒニー 70章

- ※1スワミ: 聖者などの尊称、ここではサイ・ババ様のこと。
- ※2ヴェーダ: 神聖な真理の言葉、神の息吹の集成であり、古代インドの聖賢たちによって視覚化された。もとは一つだったものをヴィヤーサ仙がヤジュル ヴェーダ、リグ ヴェーダ、アタルヴァ ヴェーダ、サーマ ヴェーダの四つに編纂した。
- ※3マーナサ・バジャレー・グルチャラン: 「心の内で神を崇めなさい」という意。1940年10月20日、御自身が14歳の時に、自分はサイ・ババである、自分はアヴァター(神人)であると宣言した際の人類に対する最初のメッセージ。
- ※4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。
- ※5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。
- ※6シルディ サイ: 1838年9月27日に降臨した神の化身。1918年(大正7年)のヴイジャヤダシャミーの日(10月15日)午後2時30分に肉体を離れた。
- ※7バガヴァットギーター: マハーバーラタの戦いの前にマヤーによって戦う意気を失ったアルジュナにクリシュナが説いた御教え。
- ※8シローカ(詩節): 心を楽ませる同じ音節をもつ四つの句で組み立てられた詩節。
- ※9ビーシュマ: 『マハーバーラタ』の英雄でシャーンタヌ王とガンガー女神との間の子。カウラヴァ兄弟とパーンダヴァ兄弟の大叔父。
- ※10ダルマラージャ: パーンダヴァ兄弟の長兄、ダルマの王の意、ユディシティラの別名。
- ※11プレーマ サイ: サティヤ サイ ババの来世である神の化身プレーマ サイ ババの略称。
- ※12ラーマヤナ: ヴィシュヌ神の化身ラーマの物語。インドを代表する大叙事詩の一つ。
- ※13ダシャラタ: ラーマの父、10の戦車、10の馬車、10(ダシャ)のインドリヤ(感覚器官)という馬にひかれる馬車(ラタ)、あるいは、10人力の御者の馬車の意。



開催日：2022年1月12日（水）

テーマ：プレーマヴァーヒニー第68節「一人離れた場所を探し、瞑想して一点集中を獲得しなさい」

参加者：52名

質問：

- ① 日常生活において一点集中を高めるためにどのような取り組みが有効か？
- ② 行動の成果に対する欲望を捨てるためには、どのような考え方、取り組みが有効か？
- ③ 世界に幸福を確立していくためには、どのように願望を方向づけ、行動すると良いのか？

<参加者のコメント>

… ① 日常生活において一点集中を高めるためにどのような取り組みが有効か？

「そのことに対し一点集中したいと思う真剣度が必要。そのためには一つひとつの物事に小さな目標に設定して期限を決めていくと良いと思う。」

… ② 行動の成果に対する欲望を捨てるためには、どのような考え方、取り組みが有効か？

「できれば静かなところに行く。ハヌマーン※1をお手本として自分の身体をすべて、さらに地球や宇宙すべて

が『オーム サイ ラム※2』の文字で満たされるようなイメージをもつ。」

「昨年亡くなられたとても素晴らしい帰依者で Bro. Kという方がいらっしゃったが、もし生きていらっしゃれば、今日は89歳の誕生日だった。Bro. Kは達筆で、書かれたスワミ※3の御言葉に『欲望のコントロールなしに幸福がもたらされることはありません』とあった。自己コントロール、欲望をコントロールすることによって本来はあまり良くない欲望もポジティブな方向性にもっていくことができ、欲望が捨てられることになると思う。Bro. Kは菜食の大切さについてもよくおっしゃっていた。感情、マインドや精神的な清らかさ、健康に結びついていく。菜食によって欲望をコントロールすることがとても楽にできるのかなと思う。」

「すべてを神に捧げることを忘れないこと。例えばイベントを計画する際、他人の評価を考え、人が集まるだろうか、盛大にできるだろうか、どう思われるだろうかと考えたりすると、いろいろな欲望が生じてきてしまう。でも、本当にすべて

のことを神に捧げるつもりで行うことが、捧げるということ。その原点を常に忘れなければ欲望は抑えられるか、湧いてこないと思う。」

… ③ 世界に幸福を確立していくためには、どのように願望を方向づけ、行動すると良いのか？

「行動の成果を求めず、世界の平和を確立することに携わることも、結果を求めるのではなく、神の道具として働く（神への奉仕）、神に喜んでもらうためにという欲望に置き換えるという意識のもとに行動することが大事なのかなと思う。私たちが神の道具として世界の平安のために何らかの奉仕に関わっていくということが、自らの内なる世界を平安にする。世界への奉仕のために行動できるチャンスを与えていただいているという気持ちで行動することが大事なのかなと思う。」

<サイの学生のコメント>

… ① 日常生活において一点集中を高めるためにどのような取り組みが有効か？

「いろいろな文献に書かれていることや他のアヴァター（神の化身）がおっしゃった情報を、どのくらい日常生活で応用していく能力が私たちにあるのかということだと思う。パールヴィカスで

自分と年が同じ友達がいた。お行儀が悪い友達で、心がいつも定まらず不安定で多動で、瞑想や勉強も5分間しか座っていらなかった。それくらいの年齢の子供たちは皆同じような問題を抱えていた。その落ち着きがない生徒も、バジャン（神への讃歌）だけは好きで、夕刻の時間にバジャンの時だけ30分間座っていることができた。そして他の人が彼に何も指図したわけではないのに、自然とバジャンの時間になるとやって来て、バジャンが終わると帰っていた。両親に対してバールヴィカスの先生は『彼はバジャンに傾倒しているから、彼にはこれをやらせておきましょう。他のことを彼には無理に強制しないようにしましょう』ということだった。バジャンをずっと続けていくことが一種の薬のようなものだった。それをずっと続けていけば自然に彼のいろいろな特質を変えていき、それ以上に何かを意図しなくてもそれが薬となって、時と共に彼を変容させることができた。その彼も今は25～6歳の年齢になっているが、とても落ち着いていて、話し方も穏やかで、本当に子供の頃の振る舞いとはまったく対照的。バジャンという、彼ができることを自然にやってきたことが、そういう特質を培わせることになった。中学、高校に行った時、次第に変化が自然に起こり、中学の時にはまだそれほど長く勉強できなくても高校に行くと普通に日に3～4時間勉強できるようになっていた。このような例にならうのであれば、

私たちが無理をしなくてもできるような自然にできる活動の一つでも見つけて、その活動を絶え間なく行っていけば、それによって変容していくことができるのではないか？それによって穏やかで余計な思いを伴わないような特質になっていくのではないかと思う。」

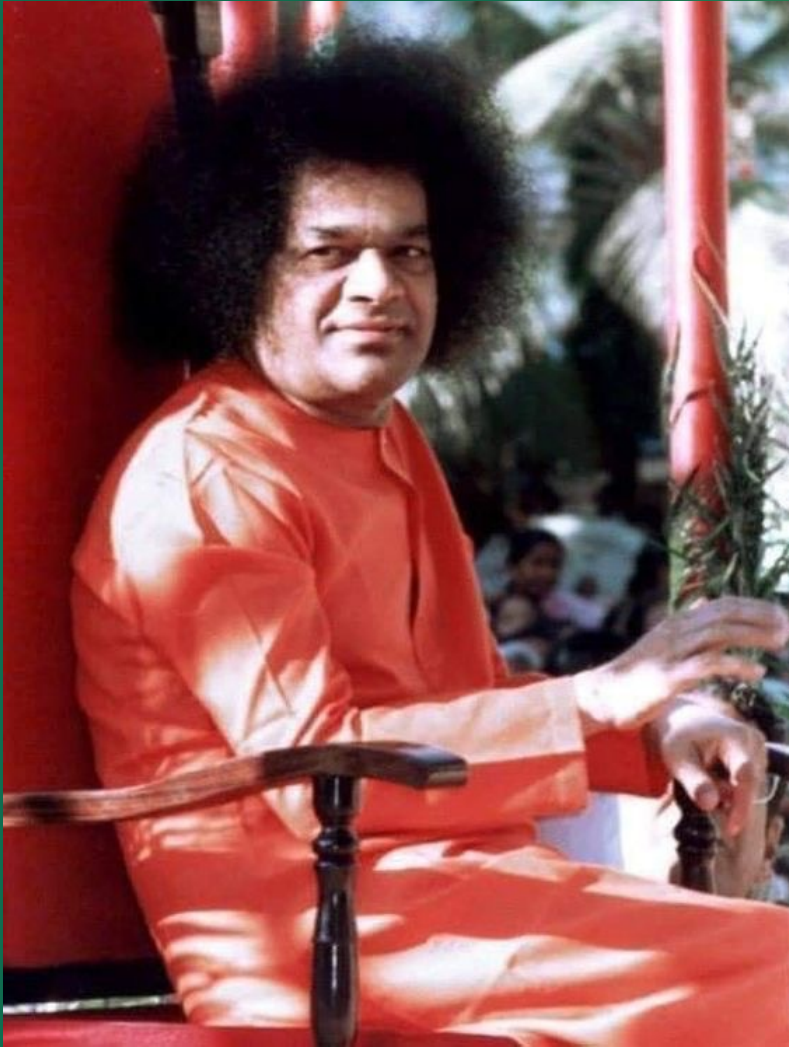
「マインドフルネス（現在に集中すること）が一点集中を高めるために必要。私たち自身のことをマインドフルネス的な姿勢で知ることができれば、より善くなって、より健康になって、より幸せでいることができるだろうと思う。もし私たちのエネルギーや心をポジティブな要素により集中できるようになれば一点集中に繋がり、ポジティブさをもたらす美德をとおして一点集中がもたらされると思う。一点集中を得るためには、ただ神のことだけを考えていく。そうして初めて私たちのビジョンがハートの中におわす神に固定される。座っていようと仕事をしていようと、くつろいでいようと、私たちの身体やエネルギーは生活の中のポジティブな面の真ん中に集中していなければならない。それを、忍耐をもってコンスタントにやることが必要。一点集中とは過去でも未来でもなく現在に一点集中すること。」

… ② 行動の成果に対する欲望を捨てるためには、どのような考え方、取り組みが有効か？

「日常生活では完全に結果を期待しないことはとても難しいことではある。私たちは人生においてはいろいろなゴールや、後のキャリアなども心に留めながらいろいろなことをやっている。でも、少しずつスワミが期待されているような境地へと至って行けるように自分自身をトレーニングしていく必要があると思う。サーダナを通して自然にそうなることが大事なポイントではないかと思う。自分自身をトレーニングしていく方法の一つは平等心をもっているということ。満足を得るために何かの結果を期待して、予想したような結果が得られないと、がっかりしたりすることになる。そして期待どおりになると、また舞い上がったりする。平等心を培っていくと、ゆっくりと結果を求める態度から抜け出していくことができるだろうと思う。」

そして二つ目は自分自身を神ご自身の道具であると考えること。そしてその際には、行動することだけが自分たちの唯一の義務であると考えよう。このような振る舞いや心のもちようが、より期待が少ない人生につながると思う。」

「もし私たちが何らかの結果を期待していて、何かの果実を求めて、それを得られなかったら悲しくなる。より良い方法は、もっと旅の道そのものにフォーカスを置くことだと思ふ。そして、どの



ようにゴールに辿りつくのか、その全体のプロセスによりフォーカスすることだと思う。どういう行動を行うにしても、それを奉仕的な観点から考えること。一つひとつの奉仕の活動が、私たちが成長していくための機会。その結果が何であれ、私たちはその結果を含めて神に捧げることができる。そして私たち自身をより良い人間へと形づくっていくことができるだろう。そして、そのようなプロセスは、結果にも自然につながってくるだろう。それが、ゆっくりと、行動の果実への欲望を取り除いていくことにつながると思う。」

…③ 世界に幸福を確立していくためには、どのように願望を方向づけ、行動すると良いのか？

「世界中の人々、人間も動物もすべての物が皆いつも幸せになりたいと思っている。多くの人はエンターテインメントを見たり、本を読んだり、一人ひとりが異なる

活動に従事して幸せになりたいと願っている。自分の周りにいる人たちすべてが幸せになるように、まず自分自身から幸せでいようと思えることが大事ではないか。たとえ自分が幸せでも、周りの人たちが幸せでないなら、それは自分の幸せに影響を与えると思う。周囲のすべての人が、自分が幸

せであるのと同じように幸せであるべきだと思う。

う。

そのように自分が幸せでいることができるのなら、それは世の中の幸福に対するとっても大きな貢献になるのではないかと思う。例えばコロナウイルスを例に考えると、仮に自分がコロナウイルスにかかっていなくて、一方で周りの人が皆コロナウイルスにかかっていたら、それは当然自分にも影響する。だからこそ周囲の人も自分自身も常に誰もが健康でいられるように祈っていく必要がある。これも一例だと思う。」

<ババ様の御言葉>

「サムサーラ（世俗の生活）の荒波を安全に渡りなさい。閲覧者となり、行為の果実を望まず、行為の結果をすべて神の意志に任せなさい。神が行為者です。あなたは道具にすぎません。」

1968年7月4日

[https://sathyasai.jp/discourses/discourses/d\\_19680704.html](https://sathyasai.jp/discourses/discourses/d_19680704.html)

※1 ハヌマーン：『ラーマヤナ』に登場する猿。ラーマを深く信愛し献身をささげた。風の神の子で空が飛べたため、飛んで菓草をとりに行ったり、海の上を飛んでランカを偵察に行ったりと、多大な貢献をした。

※2 オーム（シュリー）サイ ラム：サイ ババの信者が改まった席での挨拶などとして使う文言。オームは原初の音なる聖音、シュリーは男性につける敬称、サイはサイ ババのサイ、ラムはラーマ神の意。

※3 スワミ：聖者などの尊称、ここではサイ・ババ様のこと。



## <活動報告>



## 全国オンライン活動

東京センター

横浜センター

## 全国オンライン活動

オーム シュリ サイ ラム

2023年全国アラーダナ・マホーツァヴァム・オンラインプログラム報告書

バガヴァン・シュリ・サティヤ・サイ・ババ様の神聖な蓮華の御足にお祈りを捧げます。

まずはじめに、イベント委員会からバガヴァン※1に、今年の全国アラーダナ・マホーツァヴァム・プログラムに貢献させていただき、ことに対して、深い感謝の祈りを捧げます。今年のプログラムは、主に2つの理由から、インターネットを介したオンライン・プログラムとして開催されました。第1の理由は、2023年4月24日が平日であったことです。第2の理由は、日本にいる全ての帰依者の祈りと思いをまとめて、一体化された効果的な方法で捧げるためです。

今年のアラーダナ・マホーツァヴァムは「サイは全て、全てはサイ(Sai is All, All is Sai)」というテーマで開催されました。プログラムは、全国ヴェーダチームによる力強いヴェーダ※2詠唱で

始まり、ガナパティ・プラールタナー、サルヴァ・デーヴァター・ガーヤトリ、ナマカム第1アヌヴァーカなどのヴェーダが唱えられました。住友会長による開会の挨拶では、ババ様への感謝と、サイ・ファミリーの義務であるサイの使命を「伝える」というお話がありました。続いて、プラシャーンティ・バジャン・グループによるディヴォーショナル・ソング「カヌラ・ムンダラ」の映像が日本語字幕付きで上映されました。これは、美しい比喻を重ねながらバガヴァンと帰依者の関係を描写する荘厳な音楽プログラムでした。それからこの日のゲストスピーカーであるサイ大学卒業生のM.C. サイキラン氏によるスピーチが始まりました。サイキラン氏は、世界中の帰依者たちから報告された綺羅星のように素晴らしい体験をいくつも紹介し、アラーダナ・マホーツァヴァムの真の意義と、今回のテーマである「サイは全て、全てはサイ(Sai is All, All is Sai)」についての思いを語りました。プログラム前半を締めくくったのは、全国セヴァ(奉仕)・チームによるビデオ・プレゼンテーションで、バガヴァンのダルシャン映像を挟みながら、全国で行われている奉仕活動の様子が報告されました。

10分間の休憩の後、後半のプログラムが始まりました。まず金沢グループと音楽チーム共同で、

バガヴァンの御降誕、アヴァター宣言の日など、バガヴァンの生涯における重要な出来事とその意義を歌う日本語のディヴォーションナル・ソングが捧げられました。次に、サイ・ユース音楽グループによる短い音楽プログラムが行われました。

続いて、バガヴァンのメッセージである「外側のスワミと内側のスワミは同じものである」を実感したサイ大学の教授の体験が紹介されました。それから「Sarva Naama Swaroopam Sai Baba（すべての名と姿はサイ・ババのもの）と題されたバジャンが捧げられました。その後、私たち全員が神とつながることができる最も簡単な方法についての御講話映像が上映されました。続いて、新規録音された2曲のバジャン（神への讃歌）が捧げられました。日本を含む6カ国のサイ・ユースたちによる「アナータ・バンドー・サーイ・プラボー（Anatha Bandho Sai Prabho）」と、日本のバジャン・チームによる「世界の神様、宇宙の神様」です。それから、北陸・名古屋地域コーディネーター兼スタディサークル・チーム・コーディネーターの松見氏による閉会の挨拶があり、新たな始まりを迎えたことの意義とアーラダナ・マホーツァヴァム当日に祈ることの目的が詳しく説明されました。最後にアーラティー※3が捧げられ、全プログラムが終了しました。

日本プログラムの司会進行は、日本語パートが大阪センターの帰依者、英語パートが日本在住のサイ大学卒業生が担当しました。映像編集はイベント委員会、ウェブ・ホスティングはSRI SATHYA SAI RAM NEWSチームが担当しました。最後に、本年度のプログラム開催を許可し、絶え間ない愛の導きによってあなたの道具として働かせてくださったバガヴァンに、心より感謝申し上げます。

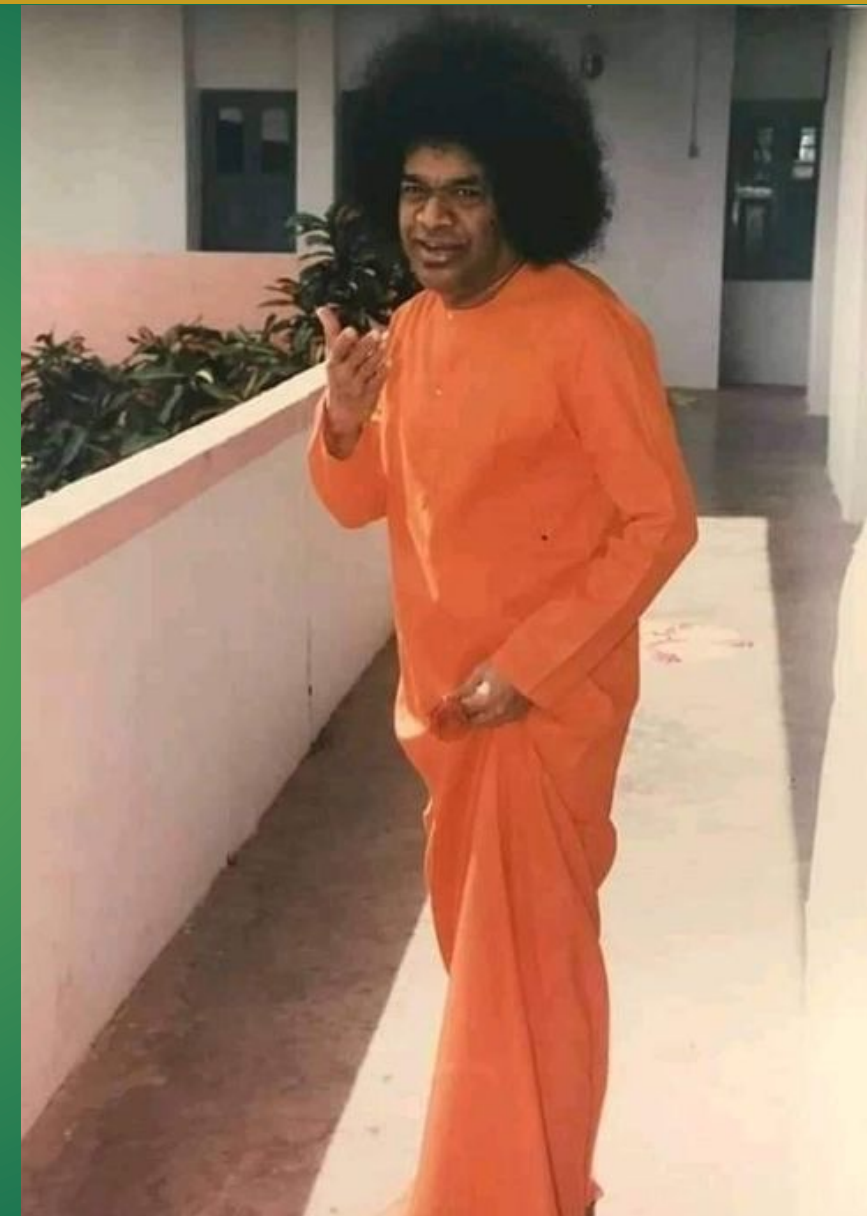
注：今回のプログラムは、全ての帰依者のサーダナに寄与するため、過去に開催されたさまざまなプログラムやサットサングの映像を、Youtubeページ「Sri Sathya Sai Events Japan」でも視聴できるようにする予定です。

Jai Sai Ram

※1 バガヴァン：神や半神の呼称、尊者、尊神、至高神 絶対者。

※2 ヴェーダ：神聖な真理の言葉、神の息吹の集成であり、古代インドの聖賢たちによって視覚化された。もとは一つだったものをヴィヤーサ仙がヤジュル ヴェーダ、リグ ヴェーダ、アタルヴァ ヴェーダ、サーマ ヴェーダの四つに編纂した。

※3 アーラティー：締めくくりの意。聖なる光、献火。バジャン会などの締めくくりに歌われる祈りの歌。



Aum Sri Sai Ram

## Aradhana Mahotsavam National Online Program 2023 Report

Pranams at the Divine Lotus Feet of Bhagawan Sri Sathya Sai Baba. Foremost, the events committee expresses their most prayerful gratitude to Bhagawan for enabling us to contribute to this year's Japan National Aradhana Mahotsavam Program. The program this year was hosted as an online web based program for 2 main reasons. The first being that 24th April, 2023 was a weekday. Second was to have the prayers and thoughts of all devotees in Japan collectively offered in a unified and wholesome manner.

This year, Aradhana Mahotsavam was held under the theme of 'Sai is All, All is Sai'. The program began with powerful Vedic Chants organized by the National Vedam Team where Vedam such as Ganapathi Prarthana, Sarva Devata Gayatri, and the 1st Anuvaka of Rudram-Namakam was chanted. After the chants, there was an inaugural address by Bro. Masaki Sumitomo, Chairman of Sri Sathya Sai International Organization Japan, who spoke on

offering gratitude to Baba, and the Sai family's duties to 'communicate' the mission of Sri Sathya Sai. This was followed by a grand devotional song by the Prashanti Bhajan Group - 'Kanula Mundara' which used beautiful metaphors to highlight the relationship between Bhagawan and his devotees. The guest speaker of the day was Bro. M.C. Sai Kiran - an alumni of the Sri Sathya Sai Institute of Higher Learning who shared many awe striking and wonderful experiences of devotees from across the globe, and his thoughts on the true meaning of Aradhana Mahotsavam and 'Sai is all, All is Sai'. The first half of the program concluded with a video presentation by the National Seva Team who showcased a creative report on the Seva activities being held across the country, interspersed with videos of Bhagawan's darshan.

After a 10-minute intermission, the second half of the program began with a Japanese devotional song, which included important dates of Bhagawan's life and its significance in the lyrics for e.g. Bhagwan's birthday, Avatar Declaration Day, etc, was offered to Bhagawan with the joint efforts of the Kanazawa group and music team. This was followed by a short music program by the Sai Youth music group who shared an experience of a

professor of the Sathya Sai Institute, to whom Bhagawan's message was "The Swami outside and the Swami inside are one and the same". The bhajan that was offered was titled 'Sarva Naama Swaroopam Sai Baba' - 'All names and forms are that of Sai Baba'. The attendees were then blessed with Bhagawan's Divine Discourse who spoke on what is the easiest way we all can connect to God. Bhagawan's discourse was followed by two newly produced bhajan recordings. 'Anatha Bandho Sai Prabho', which was offered with the joint efforts of Sai Youth from 6 countries including Japan, and 'Sekai No Kamisama' which was offered by the bhajan team in Japan. The program concluded with Mangala Aarathi and a closing address by Bro. Noriyoshi Matsumi, Hokuriku- Nagoya Regional Coordinator and Study Circle Team Coordinator who elaborated on the significance of new beginnings and the fulfilling aim of praying on the day of Aradhna Mahotsavam.

The Japanese anchoring for this program was taken lead by devotees from the Osaka Sai Center and the English Anchoring by Sathya Sai Alumni in Japan. The compilation of the program was coordinated by members of the Events Committee and the web hosting was handled by the Sairam

News Team. In further prayerful gratitude to Bhagawan for allowing us to hold the program this year, working through us as your instruments, and your constant loving guidance, this report concludes.

Note: The contents of this program as well as previously organized programs will also be uploaded to 'Sri Sathya Sai Events Japan' Youtube page for long term benefit to Sadhana for all devotees.

Jai Sai Ram



## 2023年 アーラーダナ マホーツァヴァム報告 東京センター

オーム シュリ サイ ラム

2023年4月23日、東京センターにてアーラーダナ・マホーツァヴァムが開催されました。4年ぶりとなるリアルでの開催でしたが、会場には約70名の方が参加されました。

プログラムは、オームカーラ※1、ヴェーダ※2吟唱、サイ大学卒業生によるミュージックプログラム、御講話の動画の視聴、そして、バジャン（神への讃歌）が捧げられました。バジャンのときには、来場者の方が一人ずつ、祭壇のスワミの御足にバラの花を献花しました。会場が一体となって、ヴェーダ、バジャンを捧げることができ、ババ様への感謝を改めて強く感じられる会となりました。

また、ババ様がはじめからご臨席されていることを示されるように、はじめのオームカーラの途中で、玉座のバラが落ちる奇跡がありましたこともあわせてご報告いたします。

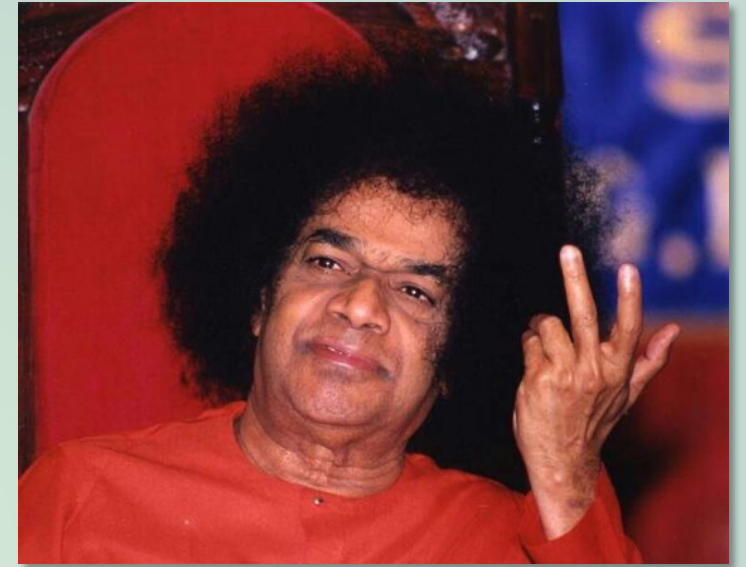
アーラーダナ・マホーツァヴァムに続いて、昨年12月にご逝去された柴田節子先生の追悼式が執り行われました。柴田先生は、1990年に開催された第1回サティヤ・サイ・オーガニゼーション・ジャパン全国大会以来、30年以上にわたって日本におけるサイ活動の発展に寄与してこられた方であり、ご自身が体験された奇跡などを記された『神は遍在』の著者でいらっしゃいます。

追悼式では、Bro比良による弔辞、柴田先生のメモリアル動画、柴田先生ゆかりのバジャン、そして、ご子息であり長生寺の管長でいらっしゃるBro柴田様によるご挨拶、黙想、アーラティー※3、が捧げられました。メモリアル動画では、1992年のプッタバルティ※4での仏陀像入魂式で、柴田先生がババ様にパーダナマスカール※5をされている様子など、懐かしい映像とともに、柴田先生の功績をたどることができました。会場は終始あたたかい雰囲気にも包まれ、心に残る会となりました。

多くの皆さまとともに、アーラーダナ・マホーツァヴァム、そして、柴田先生の追悼式を執り行いましたことを、ババ様に感謝申し上げます。

みんな幸せになりますように。

ジェイ サイ ラム  
東京センター



※1 オームカーラ：原初の音。プラナヴァ。聖音。

※2 ヴェーダ：神聖な真理の言葉、神の息吹の集成であり、古代インドの聖賢たちによって視覚化された。もとは一つだったものをヴィヤーサ仙がヤジュル ヴェーダ、リグ ヴェーダ、アタルヴァ ヴェーダ、サーマ ヴェーダの四つに編纂した。

※3 アーラティー：締めくくりの意。聖なる光、献火。バジャン会などの締めくくりに歌われる祈りの歌。

※4 プッタバルティ：スワミの生誕地であり本拠地である町の名前。

※5 パーダナマスカール：御足への礼拝、帰命頂礼(きみようちようらい)。聖者や両親などの足に平伏して行う礼拝。



2023年

アーラーダナ マホーツァヴァム報告

横浜センター

オーム シュリ サイ ラム

横浜センターでは4月23日（日）に3年ぶりとなるアーラーダナ マホーツァヴァムを開催しました。

スワミ※1の幼少期を綴る「His Story（ヒズ・ストーリー）」というオーディオブックをもとに、朗読劇を行いました。

プログラムはヴェーダ※2の詠唱から始まりました。ガネーシャ※3・バジャン（神への讃歌）に続き、スワミの誕生の場面が読み上げられました。場面に合うバジャンを歌いながら朗読を進める構成で、ご生誕を待つ場面では、スワミをお迎えするバジャンを歌いました。そしてコブラ

（アーディシェーシャ※4）がナーラーヤナ※5神であるサイ・ババ様のゆりかごとなるためにスワミの寝ていらっしゃる布の下に潜り込んでいた場面では、サイ・ナーラーヤナを讃えるバジャンを歌い、スワミが子どもたちとともにバンダリバジャン グループ※6を作って村を巡った場面では、私たちが主ヴィットラ（クリシュナ※7神と同一視されている神）のバジャンを歌って、スワミの幼少

期に思いを馳せました。

最後の場面は、14歳のスワミが「マーナサバジャレー グル チャラナム（おお、心よ！グル（霊性の師）の御足を崇めなさい。そうすれば、輪廻の大海を渡ることができる）」というバジャンを歌われたエピソードでした。スワミが世俗の絆を断ち切れ、人類への奉仕を始められて、最初に私たちに示されたのは、輪廻の海を渡るためにグルの御足へ奉仕を鼓舞することでした。スワミは人類の教師であり、この世界に降臨されてから常に万物に愛を与えて、与えて、与え続けるお手本を示してくださいました。神の大いなる愛と、その出来事の意義をかみしめて、スワミの御声や映像とともに、みんなでバジャンを歌い、最後にアーラティー※8を捧げ、プログラムを終えました。

この日のために、様々な場所から兄弟姉妹の帰依者が集いました。参加者のためのお食事やデザートを作って、遠くから駆けつけてくださったご家族もいました。バジャンや朗読を練習し、心づくしの捧げものを携え、スワミを思って皆、この日のために集まりました。私たちを一つにつなげ、動かしたのはスワミの神聖な愛です。参加者の多くが喜びにあふれて、子どもも大人もこのサットサング※9の一端を担いました。プログラ

ムを通じ、スワミが私たち人類に与えてくださった神聖なメッセージを、皆、胸に刻みました。

コロナ禍を経て、昨年より再開したばかりで、何もかもが新しいメンバーで協力しながら積み上げていかねばなりません。しかし、行為者は「私」ではなく、常に神様です。「この奉仕の機会をくださって、ありがとうございます」と言って謙虚に奉仕してくださった兄弟姉妹の言葉や、姿勢には頭が下がる思いでした。

スワミは「私の人生が私のメッセージです」とおっしゃいます。私たち一人ひとりがスワミのメッセージを体現して生きていくためにお導きくださるよう、最愛なる主、最愛なるグル、サティヤ・サイ・ババ様の蓮華の御足に心からお祈りいたします。

ジェイ サイ ラム  
横浜センター

※1 スワミ：聖者などの尊称、ここではサイ・ババ様のこと。

※2 ヴェーダ：神聖な真理の言葉、神の息吹の集成であり、古代インドの聖賢たちによって視覚化された。もとは一つだったものをヴィヤーサ仙がヤジュル ヴェーダ、リグ ヴェーダ、アタルヴァ ヴェーダ、サーマ ヴェーダの四つに編纂した。

※3 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。

※4 アーディシェーシャ：最初の大蛇の意。ヴィシュヌ神がもたれる神聖な大蛇。

※5 ナーラーヤナ：水の中で動く者の意、ヴィシュヌ神の別名。水の上で動く者の意、ブラフマー神の別名。宇宙をすみかとする者の意、原人の息子の意。

※6 バンダリ バジャン グループ：ババが7歳のときに18人の少年を集めて結成したバジャン グループ。ダルシャンを求める巡礼の切なる思いなどを表した歌に合わせて踊る。子宝に恵まれなかったスッパンマと夫が、子どもが授かるようにと南インドのマハーラーシュトラ州バンドルプルにあるパーンドゥランガ寺院に巡礼に行った際、パーンドゥランガ神への崇拜は宗教やカーストが何であれ神への賛歌を歌うことによって一つになれるという教えに感銘を受け、自分たちの住むプッタバルティの村でもパーンドゥランガ神への礼拝にふさわしいバジャンを歌ってほしいとババに願い、ババはその願いを聞いてパーンドゥランガ神のバジャンを歌い踊るバンダリ バジャン グループを結成した。スワミは神への思いを歌った神聖なバジャンによって、人々を世俗的な音楽から離れさせた。

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

※8 アーラティー：締めくくりの意。聖なる光、献火。バジャン会などの締めくくりに歌われる祈りの歌。

※9 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。





人は皆、三つの特質を育てなければなりません。それは、神への愛、罪への恐れ、社会の道德です。社会に道德が欠如している現状の原因は、罪への恐れが欠けていることにほかなりません。愛は人々を結びつける要因です。愛があれば社会は一つになるでしょう。道德が欠如していれば、人は人間と呼ばれるに値しません。それゆえ、道德は万事において重要なのです。

神はありとあらゆる人に愛を降り注いでいますが、人間はどうかと言え、罪への恐れという貴重な特質を失ってしまいました。今の人間は、神は優しいので最終的には自分の罪を許してくれるだろうと信じて、さまざまな罪を犯しています。この信念の下に、人間はますます罪深い行為に耽っています。このことについて、人間は一種の独り善がりを増大させ、自分は懲罰から逃れることができると考えています。

しかし、事実はそうではありません。神は慈悲深く、あらゆる罪深い行為を赦すかもしれませんが、人間は必ずや自分の犯した罪の代償を払わなければなりません。

ですから、人は誰もが、神への愛、罪への恐れ、社会の道德という三つの特質を育てなければなりません。罪への恐れがないところに社会の道德は存在しません。

2009年7月6日 グル プールニマー前夜御講話  
〈シュリ サティヤ サイババ 2009-2010年御講話集 p149〉



Jai Sai Ram