Love All, Serve All　Help Ever, Hurt Never

SRI SATHYA SAI RAM NEWS

No.204 | 4 月号 | 2022 年

ॐ

CONTENTS

・サイの御教え
・信仰と全託
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
・自己（真我）探究 ～ 私は誰か？
・帰依者インタビュー
・サイと共に
・サッティヤム・シヴァム・スンダラム
・ワカ チンナ カタ
・気づき
・活動報告 ～ Sri Sathya Sai Bhajans Japan
～ スタディサークル

サイの御教え

2000年ダシャラー祭の
ババの御講話 1

子供時代の出来事

ブラフマンの知識について説く人は
たくさんいるが
それを実際に悟っている人はいない
サイの言葉はまさに真理

〔ババの詩〕

愛の化身たちよ！

すべてのバーラタ人〔インド人〕のハートは清らかで安定しています。世界のすべてのものは神であるというバーラタ人の信心は、永遠の真理を提唱してきた「サルヴァム カルヴィダム ブランマー」〔このすべてがブラフマンなり〕、「サルヴァム ヴィシュヌマヤム ジャガト」〔全宇宙はヴィシュヌ神で満ちている〕、「イーシャーヴァースヤム イダム サルヴァム」〔すべてに至高神が浸透している〕といった偉大な宣言に基づいています。バーラタ文化はそのような教えにあふれています。

そうした神聖な教えを実践する人が徐々に減ってきています。多くの人が神はすべてに浸透していると言いますが、本人はそれを信じていませんし、悟っていません。

バーラタの文化

バーラタ文化は永遠のものですが、そのような神聖で輝かしい文化が、今、人々に軽視されています。その理由は何でしょうか？ 人々は神性に注意を払わず、人の内から発せられる人間的価値を忘れています。人は、人間に由来する真理を実践しているでしょうか？ 真理である神は、すべての人の中に存在しています。人は、その真理を認識することなく、間違った考えを深めています。

昔から、バーラタ人は、信仰心から木や蟻（あり）塚や石などを崇めてきました。このことを間違って解釈した多くの人が、バーラタ人は愚かで迷信深いと考えています。しかし、これは真実ではありません。なぜなら、この世に神でないものは何もないからです。そうであれば、木や石を神として崇めることの何が悪いのでしょうか？ このことは、神は一つであることを示していますが、そうした一つであるという気持ちは、現代人には理解されていません。

バガヴァッド ギーターも、この宇宙のすべてのものに神性が浸透していると明言しています。

バガヴァッド ギーターは、霊性の本質は唯一性であると宣言しています。それを認識する代わりに、人々は他人を批判することにふけっています。神性はすべてのものの中に隠れているのですから、他人を批判することは神を批判することに等しいのです。このことを踏まえて、バガヴァッドギーターは「アドヴェーシター サルヴァ ブーターナーム」（すべてのものに敵意を抱かず）と説いています。

古代のバーラタの文化は非常に高潔です。バーラタ人の社会正義の基本理念は、他のどこにも見られないものです。一体感をも超えたこれほどの純粋性を、人はどうやって理解することができるでしょうか？ 人間性の完全性を熟考すれば、すべてに浸透している神性を見ることができます。バガヴァッドギーターは、石、蛙、小山、木、蟻塚に内在する神の側面は同一であると称えています。今日でも人々は木を崇めています。人々は家庭にトゥラスィー〔聖バジル〕を植え、それを礼拝します。ビルヴァパートラ〔ベルノキの葉〕とトゥラスィーの葉は、神への神聖な供物であると信じられています。バーラタ人にとっては、何を見ても、何を言っても、何をしても、何を考えても、何を実践しても、それは神性の表れなのです。多くの偉人が、このような唯一性を実際に悟りました。

ティヤーガラージャは、この唯一性を教えました。

「おお、ラーマ、あなたは蟻の中にもブラフマンの中にも、シヴァの中にもケーシャヴァ〔クリシュナ／ヴィシュヌ〕の中にもおわします！ おお、慈愛に満ちたお方よ！ 慈悲深いお方よ、私に恩寵を注ぎ給え」

ティヤーガラージャは、神性は蟻の中にも存在すると信じていました。小さな蟻にどれほどの力が与えられているかというと、蟻に噛まれると人間でも痛みを感じるほどです。神は蟻に自己防衛のためにそのような力を与えたのです。ですから、この世界の誰も、バーラタ文化の本質やバーラタ人の純粋さや信仰心を理解することはできません。バーラタ人自身でさえ、このことを本当の意味では理解していません。

今日の夕方、サンジャイ サハニが小さな犬の話をしました。その犬は、私と一緒に下まで降りてきて、私が階段を上ると、その犬も上がってきました。現代人には犬ほどの賢さもありません！ 犬は未来を理解することができますが、人間はできません。例えば、あなたが道を歩いていて、20フィート〔約6メートル〕先の溝に犬が横たわっていたとします。あなたが憎しみの感情を持たずにその前を通ると、犬は起き上がろうとさえしません。しかし、あなたが石を投げようとすると、20フィート離れていても、犬は逃げていきます。犬がいかに賢く、いかに人間の考えを察知しているかがわかりますね！ このように、生きとし生けるものにはすべて、神性が潜んでいます。宇宙の未来は、生きとし生けるものの未来にかかっています。これは神であり、これは神でない、などと決めることはできません。すべてのバーラタ人はこのことをしっかりと信じているべきです。

調べてみれば、どんな石にも形があって、その重さや価値や形をある程度は推定することができます。それはエネルギーです。それはエネルギーであり、すべての姿形に潜む神性です。石は誰かに怪我を負わせることができます。科学者は、その能力を自然の法則によるものであるとしています。しかし、それは間違いです。それは創造の法則です。創造主のエネルギーがその根源的な基盤です。どんなものでも分析してごらんなさい。その中に神のエネルギーを見いだすことできます。このタオルは綿でできています。綿は、そよ風でも飛ばされてしまうような軽いものです。それがこのような形になり、とても強いものになりました。糸の団結がこの布に強さを与えているのです。あなたが神とそのような関係を築けば、あなたも神になります。木を木として、石を石として考えているかぎり、それはそのままです。その中に神性を感じとるべきであり、それはすべての人にとって役立つことです。木は、斧で木を倒そうとする人にさえ日陰を与えます。傷つけられたことを忘れて、木はその人に果実を与えさえします！ それは、神は賞賛も非難も気にしないということを意味します。なぜなら、すべては神自身の姿で

あるからです。それなのに、なぜ人が憎しみを抱く必要などありますか？

体は神の神殿

今、人は神を崇めながら、同時に同胞を傷つけています。それが信愛ですか？ いいえ、違います。神はすべてのものの中に存在するという真実を認識し、それに基づいて行動するとき、それはあなたに神を明らかにします。時折、現代の帰依者は、同胞は敬っても他の生き物を傷つけています。神の愛は一つであり、その愛はすべての存在に無私無欲で分け与えられるべきです。あなたがそうした愛を育んでいくと、その愛はすべての生き物に向かって流れていきます。ですから、愛の原理は人間だけに広げるべきものだという勘違いをしてはいけません。愛の原理は生きとし生けるものすべてのためのものです。このような愛を神と見なす代わりに、人々は神を不活性な物体として扱っています。

「思いのとおりに、結果はなる」（ヤッド バーヴァム タッド バヴァティ）という言葉があります。見ている人の感情が悪いものであれば、景色も悪く見えます。それは視覚の誤りであり、創造物の誤りではありません。あなたも神であるのに、なぜあなたにそのような感情が生じるのでしょうか？ それは、体への執着がそうした属性への執着を高めているからです。神性には属性がありません。神性は、ニルグナム、ニランジャナム、ニッティヤー、ブッダ、シュッダ、ムクタ、ニルマラ スワルーピナム（無属性、無形、純粋、古来、永遠、不滅、甘露）と表現されます。あなた方は体への執着を強めることで誤りを犯します。不活性で腐りやすいものである体は、あなたが生きている間だけのものです。なぜそれを信じる必要がありますか？ 体は道具として利用すべきです。決してあなたのほうが体の道具であるなどと考えてはいけません。

体への執着は、あなたの自信に悪影響を及ぼします。ですから、唯一性の原則を理解して、決していかなる存在も傷つけないようにしなさい。どんな存在であれ、傷つけることは、自分の神を傷つけているのと同じです。あなた方は、不活性な物体を崇めているだけで、その物体の中に隠れている意識に気づいていません。バガヴァッド ギーターは、「体はジーヴァ〔個々の魂〕が宿る神殿である」と述べています。ですから、あなたはその神殿に敬意を払い、清潔に保つべきです。どうして体という神殿を傷つけるなどできますか？

教えと実践

皆さんは大変多くの神聖な言葉を聞いていますが、そのうちの一つでも実践していますか？ 皆さんは、目の前に立つブラフマー神に頭を下げながら、それと同時にあなたの背中を這（は）う蟻を殺しています。ある姿のものを崇拝し、他の姿のものを傷つけるなら、あなたの言葉と行動の間には相関関係がありません。それは必ずあなたを神性から遠ざけることになります。現代の欲望は限界を超えています。神性を悟るには、それらを抑制する必要があります。食べ物は十分な栄養のために食べ、服は寒さから身を守るために着なさい。イエスが十字架に掛けられていた間、マリアはとても悲しんでいました。どこからともなく声がして、「死は命の衣である」と、マリアを慰めました。衣は絶えず変わりますが、ジーヴァすなわち個々の魂は、同じままです。ジーヴァは死にません。ジーヴァは「生まれることも死ぬこともなく、永遠である」と言われています。ジーヴァには始まりも終わりもありません。ジーヴァは生まれず、死なず、殺されることもできません。ジーヴァはアートマン〔アートマ／真我〕という姿ですべてに浸透しています。

霊性は、この神聖な土地、バーラタにその起源を持っています。この霊性の生まれ故郷を認識しないなら、その人の人生は何の役に立つでしょうか？ あなた方は毎日礼拝をし、瞑想もしています。けれども、誰を瞑想しているのか知らずにいます。そのような無意味な儀式は避けなさい。生きとし生けるものすべてを愛しなさい。

ダルマラージャが天界へと向かっている間に、弟たちと妻は、一人、また一人と肉体を離れていきました。しかし、一匹の犬が最後までダルマラージャに付いてきました。天界の使者たちがダルマラージャを招き入れると、ダルマラージャは、この犬はずっと自分に付き添ってくれたので、自分より先に天界に入ることを許されるべきだ、と主張しました。このように、ダルマラージャは道徳と正直を実践した人です。決して人の信頼を裏切ったり、助けてくれた人をだましたりしてはいけません。現代人には感謝の気持ちが欠けています。あらゆる好意を受けながら、そのお返しに害をなしています。好意へのお返しをするには、生涯を通じて感謝の気持ちが血となって流れているべきです。

例を挙げましょう。この体がウラヴァコンダで勉強していた時、三人で一つの机を共有していました。私を真ん中に、ラメーシュとスレーシュが両脇に座っていました。二人は、年のころは7、8歳で、勉強は得意ではありませんでした。ですから、先生に質問されると、二人は私がそっと教えた答えを言い、よく先生に褒められていました。このようにして私が二人を助け続けたことで、二人の態度は少しずつ変わっていきました。二人は、ラージュ以外に自分たちを支えてくれる人はいないと考えるようになりました。二人はいつもラージュの名前を口にしていました。二人は、自分の母親が家で何か料理をこしらえると、それを紙に包んでラージュのためにとっておきました。しかし、私はそういったものはすべて、こう力説して断っていました。「僕は、いつも与える人で、もらう人ではないんだ。僕らの友情は、このようなギブ・アンド・テイクの取引がなければ、もっと長く続くだろう。もし僕が何か受け取ったら、僕はずっと君たちに借りが残ることになる。だから、僕は受け取るべきではないんだ」

メーブーブ・カーン（マフブーブ）が私たちの英語の教師でした。彼と私の関係は外的なものではなく、アートマ〔真我／内なる神〕の関係でした。私の授業の時間になると、彼は他の教師たちを退席させました。そのクラスには、年齢層が8歳の大勢の生徒がいました。メーブーブ・カーンがやって来るのが見えると、彼らは私をからかって馬鹿にしはじめました。メーブーブ・カーンはほとんど何も教えませんでした。彼は、席に着くやいなや「ラージュ！」と言って私を呼びました。私は彼に優しく言いました。「先生、他の生徒たちが誤解するかもしれませんので、私も男子たちと一緒にそこの机に座ります。毎回私を呼ばないでください」。これは彼を怒らせました。彼は言いました。「好きに思わせておけばいい。私はかまわない。私は何も悪いことはしていない。私はみんなを愛している。しかし、君のことはもっと愛している。それは君の内にある神の力のゆえだ」。私は一般の人々のためになるように、この出来事をもう一度話します。

試験

ESLC共通試験〔8年生が受ける小学校卒業資格試験〕が近づいてきました。私たちはウラヴァコンダに行かなければなりませんでした。バスも牛車もありませんでした。プッタパルティは、60年前には人里離れた村でしたが、今では町になっています。今では、大学、空港、鉄道の駅、その他、あらゆる施設が整っています。しかし、当時は大きなローティ〔お弁当〕を2つ持って歩いていかなければなりませんでした。私たちは、ひとしきり歩くと木の下で休み、それからまた遊んだり歌ったりしながら旅を続けました。

ラメーシュとスレーシュは、試験のことを考えて意気消沈していました。私は二人に、「君たちが僕に信頼を置いたからには、僕は必ず君たちを合格させる」と言いました。私は二人に何をすればいいかを教えました。会場に入るとすぐに白紙の答案用紙が配られ、私たちはそれぞれの席に座りました。割り当てられた受験番号は、私は9番、ラメーシュは300番、スレーシュは200番でした。それでも、二人は私の命じたことに細かいところまできちんと従いました。けれども、ここにいるバジャン ボーイズ〔バジャン隊の男子学生〕は違います。私は何度も

繰り返し強調してきましたが、すべての人に満足感を与えるには、すべての宗教に関連するバジャンを歌わなければなりません。ヴィシュヌ神のバジャンを歌ったら、次はシヴァ神のバジャンを歌ってシヴァ神の信者に喜びを与えるべきです。参加者全員が喜びを得るべきです。ところが、私たちのバジャン ボーイズは言うことを聞かずに好きなようにやっています。ですから、私も彼らに言うのをやめました。

一方、二人の少年は違いました。二人は試験会場に行き、2時間何かを書いているようにと言われたとおりにしました。解答用紙が回収されるのは2時間後でした。私は30分以内に自分の分を書き終えて、その後、二人の分を二人の筆跡で書きました。そうして、私は1時間半後に解答用紙を提出し、三人で出てきました。生徒たちは皆、会場の外で答案について話していました。しかし、二人は私の言葉を忠実に守り、決して何も話しませんでした。次の日に結果が発表され、ラメーシュとスレーシュと私の三人だけが1級で合格しました。私たちの受験番号はずいぶん離れていて、筆跡も違っていたので、誰も二人の高得点を疑うことはできませんでした。私たちは通りでの行列に連れ出されました。二人はうなだれていました。私は、堂々と頭を上げるようと二人を励ましました。その翌日、教室で試験に基づいた問題が出されました。ラメーシュとスレーシュは何も答えられませんでした。私は二人に、試験の時にはハートが答えを促してくれるのです、と述べるようにと言いました。

かつて私がハンピから戻ってきた時、襟章がなくなりました。襟章は幻影〔マーヤー〕であり、つまり、すべての束縛がなくなりました。

「私はサイであると真に知り、私を執着で縛ろうとする努力をやめなさい。私とあなたとの関係はすべて断ち切られ、誰も私を束縛することはできません」。これをセーシャマ ラージュ〔ババより15歳年上の兄〕は書き留めました。彼は時々、私にこの時のことを思い出させたものでした。

私がウラヴァコンダを去った時の校長は、カーメーシュワル・ラーオでした。彼を含め、皆が泣きました。しかし、私は躊躇（ちゅうちょ）しませんでした。私がこうした一切に屈するでしょうか？ 次の日、彼らは別の少年に私の代わりに祈りをリードするようにと言いました。その祈りも私が作ったものでした。その少年はイスラム教徒で、歌が上手でした。彼は壇に上がりましたが、私のことを思い出して歌うことができなくなり、泣き崩れました。祈りは中止となり、休校が宣言されました。ラージュがいないので、ラメーシュとスレーシュは椅子に座ることも教室にいることも拒否しました。

ラメーシュは、走って井戸に飛び込んで命を絶ちました。スレーシュは、「ラージュ、僕たちを見捨てたの！と泣き続けました。彼は頭がおかしくなり、バンガロールの精神病院に入れられました。彼の両親は私に、一度会いにいってほしいと懇願しました。スワミは彼らにこう言いました。「今のスレーシュは以前のスレーシュとは違います。私が会いにいっても無意味です」。数日後、彼も亡くなりました。

ジャックとジル

私は、旧マンディル〔ババが25歳になる前まで使われていたダルシャン会場〕でリリーとビリーという二匹の犬を飼っていました。リリーに生まれたのがジャックとジルです。この二匹は、私のそばにいるために再びやって来たラメーシュとスレーシュでした。一匹は私の頭のところで眠り、もう一匹は私の足元で眠りました。二匹は、私が少しでも動くと起き上がりました。

ある日、マイソールの藩王女がスワミのダルシャンを受けにきました。彼女は非常に厳格に伝統を守る人でした。彼女はカルナータ・ナーゲーパッリで車を降りて、プッタパルティまで歩いてきました。夕食の後、運転手は車に戻らなければなりませんでした。暗かったので、彼は道がわかりませんでした。私はジャックに道を示すよう命じ、運転手はその

後ろを付いて行きました。運転手は車の中で寝て、ジャックは車の下で寝ました。翌朝、車を発車した時、運転手はジャックの背骨を轢（ひ）いてしまいました。ジャックはそこから、どうにか体をひきずって川を渡り、マンディルへと向かいました。マンディルの雑用をしていた洗濯夫のスッバンナが、ジャックがなぜか鳴きながらやって来たと教えてくれました。私は、わかっていますと返事をして、マンディルの門まで歩いていきました。声を上げて泣いていたジャックは、私の足元に倒れ込み、命を手放しました。ジャックはマンディルの裏に埋葬されました。ジルも数日後に逝きました。私は二匹のためにサマーディ〔お墓〕を建て、その上にトゥラスィー〔聖バジル〕を植えました。それは長いこと生えていました。最近、私がバンガロールに行っていたとき、カッリャーナ・マンダパム〔式場〕の拡張のために技術師たちがそれを壊してしまいました。こうして二匹は、犬としての次の生を過ごした後、最終的に私に帰融しました。私を信じる者は何も欠乏することはありません。

あるとき、私はスカウトのキャンプに参加しなければならなくなりました。けれども、制服がありませんでした。ラメーシュの父親は役人でした。ラメーシュは父親に制服の上下を二組頼み、二組目は私の分だということは言いませんでした。ラメーシュは制服を包んで私の机の下に置き、もしラメージュがそれを受け取らなかったら自分は命を絶つ、と書き残しました。それに対して私は、もし僕たちの友情を保ちたいならラメーシュは制服を持ち帰らなければならないという、別のメモを残しました。ラメーシュはそれを私の命令と考えて、制服を持ち帰りました。このように、当時は、そうした小さなことでも、子供たちは命じられたとおりにしていたものです。

大人の教育

ブッカパトナムの学校に通っていた時、私はプッタパルティで20歳から30歳の大人を教えていました。彼らはジャスミンの花を売って生計を立てていました。私はブッカパトナムから戻ってきてから夕方にに彼らを教えていました。彼らはラージュをグル〔師〕と仰いでいました。

マーガ月〔師走〕になると、村の子供たちはハヌマーン寺院の近くの池で沐浴をしていました。沐浴が終わると、私は彼らに寺院の周りを回るようにと言いました。彼らは私に一緒に行こうと言いましたが、私は足の痛みを装いました。彼らの愛のあふれる主張により、私は彼らと一緒に1周しました。1周目が終わったところで、大きな猿が私の行く手を阻みました。他の子供たちはその猿を追い払おうとしましたが、失敗に終わりました。その巨大な猿は、

自分の周りを回らないでほしいと私に懇願しました。そこで私は少年たちに、あの猿はそのような神聖な気持ちでここに来たのだということを説明しました。その巨大な猿はハヌマーンだったのです。

そうこうしているうちに、セーシャマ・ラージュがウラヴァコンダに転勤になりました。ラージュの高等教育を継続させるために、セーシャマ・ラージュはラージュも連れていくことにしました。そのことを知った子供たちは、私にグルダクシナー〔師への謝礼〕として捧げるものが何もないことを悲しく思いました。当時は物品よりもお金のほうに価値がありました。彼らは皆それぞれ1パイサを貯めて私に捧げました。私はそれを受け取ることを拒み、自分で持っているようにと頼みました。そのようにして、村人たちは私への感謝の気持ちを示したのです。村人たちは私と一緒にブッカパトナムまで歩き、泣きながら私にいつ戻ってくるのかと尋ねました。

純粋さと感謝の気持ち

しかし、今日の状況では、現代の勉学は人間性の低下をもたらしています。感謝の気持ちは消えてしまいました。愛の質は純粋ではなくなっています。そのため、国中が苦しんでいます。当時は、お互いへの尊敬が豊富にありました。あるとき、ブッカパトナムからの下校中に、母親が子供の髪の毛のシラミ取りをしていました。母親はパーンを噛んでいたのですが、私に気づかずに噛み終わったパーンをペッと吐き捨てました。それ〔パーンの赤い汁〕が私のシャツ一面に飛び散りました。母親はとても悲しみました。村人たちは愛情にあふれていました。母親は私のシャツを脱がせ、洗ってくれました。村人たちの示す感謝の気持ちは、それほどのものでした。純粋さと感謝の気持ちが血の中に流れているべきです。恩知らずな人のための贖罪（しょくざい）はありません。

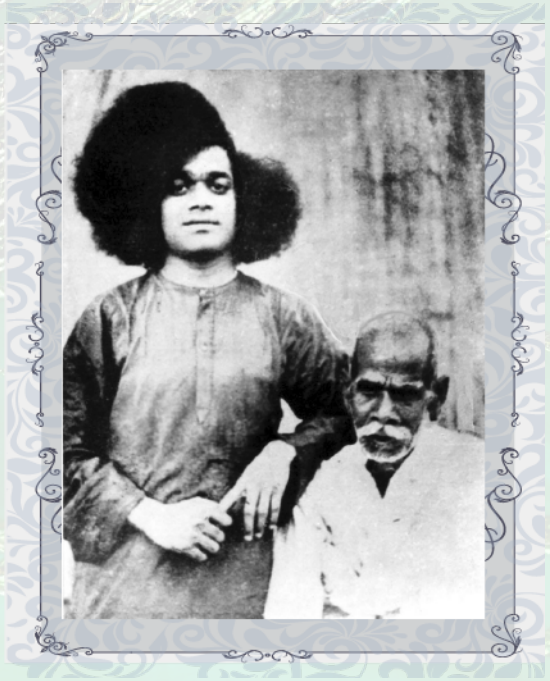
私たちの視力は太陽の贈り物です。

チャンドラマー マナソー ジャータハ
チャクショーッ スールヨー アジャーヤタ
〔プルシャのマナス（心）は月になった。
プルシャの目は太陽になった〕

太陽は、恩知らずの者から視力を取りあげ、盲目にします。

コンダマ・ラージュ

皆さんはコンダマ・ラージュ〔ババの祖父〕を知っていますね。彼は歌が上手でした。彼が、戦場でラクシュマナが意識を失ったエピソード〔ラーマーヤナの一部〕を語ると、村中の人が集まってきました。皆さんは、アンジャリ・デーヴィーが作った映画〔シルディ・サイ・ババとサティヤ・サイ・ババの伝記映画「シルディ・サイ・パルティ・サイ・ディヴィヤ・カター」〕で、コンダマ・ラージュの人格を見たはずです。彼は112歳でしたが、毎朝、このマンディルまでわざわざ歩いてきました。ある日、私がコンダマ・ラージュの所に行くと、彼は私に尋ねました。「スワミ、わしはあとどれくらい生きるのでしょうか？ わしはいつ肉体を捨てるのですか？」私は、その時には彼の所に行くと言いました。



数日後、私が村に行くために歩いていると、コンダマ・ラージュはそれを察知してイーシュワランマに声をかけました。「イーシュワランマ、スワミが来られる。わしは今、逝かねばならない」。コンダマ・ラージュはイーシュワランマに水を持ってくるようにと言いました。コンダマ・ラージュはスワミに、コップの水を飲んで、残った水を与えてほしいと頼みました。私は水を飲むふりをしました。そして、コンダマ・ラージュは水を飲みました。それから、死ぬ前に私に言いました。「わしは小さな店を持っていました。わしは決して人に不正をしませんでした。しかし、うっかりして、誰かに1パイサか2パイサ〔1銭か2銭の釣銭〕を返すのを忘れているかもしれません。わしらの家にスワミがお生まれになり、我らラトナーカラ〔ババの家名で宝石の宝箱あるいは珊瑚や真珠の海といった意味〕一族は聖化されました。ですから、わしは負債を残して逝ってはならないのです。あなたはわしの願いをかなえてくださるでしょう。わしの遺体を葬列に置く時に、パイサ硬貨を何枚か亡骸全体に撒いて、人々がそれを拾ってわしの負債が清算されるようにしてください」。そうして、コンダマ・ラージュは安らかに肉体を捨てました。

この体の父親〔ペッダ・ヴェーンカマ・ラージュ〕も小さな商売をしていました。彼は信者たちが必要とするココナッツのためにさえ、ブッカパトナムまで走って〔手に入れに行って〕いました。このように、彼はすべての信者を助けていました。ある日、彼はスワミの所に上がってきて、少し話がしたいと言いました。私はすでに1つのグループをインタビューに呼んでいました。私は帰依者のインタビューが終わったら彼を呼ぶと言いました。けれども、彼の用件は緊急だったので、私は先に彼を呼び寄せました。当時は財布やポケットといったものはありませんでした。それで、彼はお金をドーティー〔正装の腰巻〕の端に結わえていました。彼はその硬貨を取り出して私の手の上に置き、自分が死んでから10日目に、これで貧しい人に食べ物を配ってほしいと私に頼みました。彼は、そのために必要なヒヨコ豆やお米や椰子糖などを蓄えてあるとも言いました。この後、彼は家に帰り、〔ババの弟の息子である孫としばらく遊び、イーシュワランマが来ると孫を彼女に手渡して、それから〕肉体を離れました。神聖な生活を送る人は、神聖な最期を迎えます。

イーシュワランマ

イーシュワランマも神聖な最期を迎えました。バンガロールでの夏期講習では、朝7時半に学生たちに朝食が出されていました。厳格な規律主義者だったゴーカクは、すべてのことを時間どおりに行っていました。イーシュワランマは朝食をとりベランダに座っていました。突然、彼女は「スワミ！ スワミ

ミ！」と叫びました。私は2階の自室にいました。私が行こうとしていると、彼女は私にすぐに降りてくるようにと頼みました。スワミが来ると同時に、彼女は私の手をつかみ、命を手放しました。純粋な魂には神聖な終わりがあります。これは、コンダマ・ラージュやペッダ・ヴェーンカマ・ラージュの場合もそうでした。全員が安らかな死を迎えました。彼らは皆、スワミに選ばれたのです。通常、親が子を選びますが、私の場合は、子が親を選んだのです。これはスワミの人生の物語の栄光です。

サンジャイ サハニがアヴァター〔神の化身〕たちについて話したので、私は以上の出来事について話してきました。私は決して誰も傷つけたことはありません。私は決して辛らつな言葉を使うこともありません。せいぜい、ドゥンナポータ（雄の水牛）〔愚鈍な者という意味〕と言ってたしなめる程度です。私はいつも人にアーナンダ〔至福〕を与えています。皆が幸せになりますように、皆が至福の時を過ごせますように。誰もが自信を持って、霊性の道を歩めますように。自信があってこそ、人生は成就を得るのです。ここにいるすべての人、ここに住んでいる人は、自信を持つべきです。自信を持たずに生きるのは無益です。アートマ〔真我〕は命です。たとえバクティ〔信愛〕を持っていなくても、自信は持つべきです。誰もがアートマの至福を享受すべきです。幸せとは何でしょうか？ 幸せとは、神との結合です。その結合の至福を楽しみなさい。

今日はナヴァラートリ祭の初日です。ナヴァラートリは、マハー ドゥルガー、マハー カーリー、マハー ラクシュミーに捧げられます。この三女神は異なるものではなく、一つであり同じです。三女神はエネルギーの姿です。サラスワティーは話す言葉を司る女神です。ラクシュミーはアーナンダ〔至福〕の姿です。三女神は皆、人間の中に存在しています。三女神をよその場所で探す必要はありません。人は神であり、人間性は神性です。人は神であり、体は神の神殿であると考えて、神の至福を楽しみなさい。

サティヤ サイ ババ述
ダシャラー祭（ナヴァラートリ祭）
プラシャーンティ ニラヤムにて
2000年10月1日
Dasara Discourses 1999&2000 pp81-96

信仰と全託

ジーヴァナンダム博士の体験

Sathya Sai
The Eternal Companion

掲載文からの和訳

ヴァルヴァン ジーヴァナンダム博士は、シカゴ大学医学部の外科教授、大学病院の心臓外科部長、心臓血管センター長を務めています。ジーヴァナンダム博士はこれまでに1500件以上の心臓移植手術を行ってきました。

ジーヴァナンダム博士は、2018年12月に2件の心肝腎同時移植を行い、歴史に名を残した移植チームの医師リーダーの一人です。このような手術は世界で25件しか行われていません。そのうちシカゴ大学で行われた13件すべての心臓移植を担当したのがジーヴァナンダム博士です。バガヴァン シュリサティヤ サイ ババ様によって、彼の私生活も仕事も変容しました。バガヴァンは親しみを込めて彼のことを「ココナッツ ツリー（椰子の木）」の心臓移植医とお呼びになりました。ジーヴァナンダム博士は、スワミへの大きな信仰を持つ素晴らしい帰依者です。

「エゴと支配」から「信仰と全託」へ

私の変容は1995年、バガヴァン シュリ サティヤ サイ ババ様との最初のインタビューから始まりました。これが、私の残りの人生を通して続く長い旅の始まりになるとは、当時の私には思いもよりませんでした。

私はプッタパルティにあるシュリ サティヤ サイ 高等医療機関（SSSIHMS：旧称シュリ サティヤ サイ スーパー スペシャリティ ホスピタル）でボランティアをする許可をスワミに求めました。

スワミは私の手を握り、愛情深く私の目を見つめながら、

「許可を得る必要はありません。ここはあなたの家です。いつでもここで手術してよいのです」

とおっしゃいました。

SSSIHMSは、まさに奇跡です。世界最高水準の最良の設備を備え、一年以内で完成したことだけではありません。それはまさに「慈愛と思いやりの神殿」です。患者は、平安と静寂の中、完全に無料で医療を受けることができます。私は自分の時間と奉仕を提供するボランティアをしたかもしれませんが、最終的に、そこで働くことで最も恩恵を受けたのは私自身でした。「スワミに一歩近づけば、スワミはあなたに百歩近づくでしょう。」その御言葉は、SSSIHMSでの経験から、私にとってこれ以上ないほどの真実となりました。SSSIHMSで、私のエゴの層はスワミによって徐々にはがされていきました。

そのプロセスの始まりとなったある出来事をお話ししましょう。

神を最優先するレッスン

SSSIHMSがオープンして間もない頃は、チームとして手術を行うためのインフラや手術のノウハウがまだ整っていませんでした。現在のSSSIHMSのチームは非常によく訓練されており、上級外科医が教育や助言の役割をより多く果たすようになっています。私は自前のチームと一緒にSSSIHMSへ行きました。

最初に聞かれたのは、滞在中に私が行う予定の手術件数でした。そして私の前にいた外科医の手術件数と比較されたのです。私は非常に競争心が強かったので、できるだけ多くの患者を治療することにこだわりました。

ある日、看護師から「スタッフがスワミの御講話に参加し、スワミのインタビューも受けられるように、午後2時迄にすべての手術を終えてください」との連絡がありました。私はこの素晴らしい機会を受け入れる代わりに、設定されたノルマに達しないかもしれない、前の外科医より多くの手術を行えないかもしれないと動揺しました。スタッフから嘆願されたにもかかわらず、私は「ノルマを達成できるように、私と助手が迅速な手術の仕方をお見せします。それからスワミに会いに行ってください」と彼らに言いました。しかしその日は、患者は無事であったものの、手術中に起こり得るあらゆる遅延が発生しました。手術が完了するまでにとても時間がかかったため、残念ながらチームはスワミの御講話を聞き、ダルシャンを受ける機会を逸してしまいました。

当時の慣習で、私たちは朝のダルシャンに参加しました。スワミは私たちを祝福し、短い会話を交わし、患者について尋ねてくださいました。なんと貴重な瞬間！なんという祝福でしょう！しかし嘆かわしいことに、私は生ける神とコミュニケーションができるという栄誉と希少性をまったく理解していませんでした。スワミが私の近くに来られると、患者について質問されました。私はスワミに「手術は無事終わり、患者の経過は順調です」とお答えしました。スワミはいたずらっぽく私をご覧になり「何が起こったのですか？」とお尋ねになりました。それから続けて「期待していた半分の時間ではなく、倍の時間がかかったのですね」とおっしゃったのです。

スワミはこうして、ご自分が遍在であり全知であることを明らかにされました。スワミの御言葉は稲妻のように私の心に突き刺さりました。私は、良識や患者の安全よりも、自分のエゴを優先していたのです。私はチームがスワミと会えるせっかくの機会を奪っていました。この教訓は、今日に至るまで私の心に残っています。自分が誰かよりも優れていると自負し、エゴが醜い頭をもたげるたびに、まるでまだベランダでスワミのダルシャンを受けているかのように、スワミの声が聞こえてくるのです。

**自分が誰かよりも優れていると自負し
エゴが醜い頭をもたげるたびに
まるでまだベランダでスワミの
ダルシャンを受けているかのように
スワミの声が聞こえくるのです。**

忍耐のレッスン ー 御心のままに

信仰と全託への道は紆余曲折することがあります。私は物覚えが悪いため、自分自身の体験だけでなく、他の人の体験をも通じて、スワミが私に正しい道を示してくださる必要がありました。

ITの専門家であったモハン氏は、自分の母親の看病をするためプッタパルティに移住しました。母親は僧帽弁（左心房と左心室の間にある弁）に漏れがあり、肺に水が溜まり、息切れがあると診断され、弁の修復手術を勧められました。彼女は高齢で体が弱っていたため、SSSIHMSの外科医たちは、バンガロールの私立病院で手術を受けることを提案しました。何回かインタビューをいただいたモハン氏は、その度にこの件についてスワミにお尋ねしましたが、返事はいつも同じ「待ちなさい」でした。母親の容態は悪化し、医師たちはモハン氏に、彼女はSSSIHMSでの手術の基準を満たさないので、別の場所で手術を受けてくださいと告げました。それでもスワミは彼に「待ちなさい」とおっしゃり続けました。このような状態が数カ月続いていたのです。

私は金曜日の夕方に帰国する予定でした。木曜日の夕方のダルシャンで、スワミがモハン氏のところに来られました。

スワミは「なぜ母親の世話をせず、手術を受けさせないのですか？」とお尋ねになり「彼（ジーヴァナンダム博士）がもう一日ここにいるので、彼に手術をしてもらいなさい」とモハン氏に指示なさいました。モハン氏は歓喜しました。とうとう病気の母親に治療を受けさせることができるのです。しかし、ここでスワミは、私たちをスワミのマーヤー（イリュージョン）の一部に組み込まれました。

モハン氏は病院に駆け戻り、スタッフに母親の手術の準備をしてくださいと告げました。しかし、彼女はそこでの手術を断られていたので、院長かスワミ御自身の許可がない限り、スタッフが手術を行うことはありません。あいにく、ダルシャンは終わり、スワミはご自分のお住まいに戻られていました。モハン氏は必死でした。院長や病院の幹部がスワミに連絡することはできません。モハン氏がスワミから直接許可をいただく必要がありました。

モハン氏はスワミに手紙を書き、スワミが寝室にお上がりになる前に届けられるよう急いで出発しました。できることならスワミに母親の写真を渡して、スワミが自分の母親を特定できるようにしたかったのですが、時間がありませんでした。

モハン氏がスワミのお住まいに駆けつけると、一人の学生に迎えられました。「スワミはちょうど寝室に行かれてしまったので、スワミに手紙を渡す方法はありません。」それを聞いたモハン氏は茫然自失となりました。学生は「スワミが寝室にお入りになった後に階下に降りて来られることは絶対にありません」と繰り返しました。モハン氏は落胆しましたが、スワミが降りて来られるという奇跡が起こることを願って、手紙を学生に手渡しました。

するとなんと驚いたことに、スワミが降りて来られて、その手紙を受け取ってくださったのです！手紙を開封なさったスワミは、モハン氏が手紙に入れようとしたけれど時間がなくて諦めた母親の写真を物質化されました。それからスワミはその写真をお付きの学生にお見せになり、手術の許可を与えてくださったのです。

モハン氏は急いで病院に戻り、スタッフは翌日の手術の準備をすることになりました。彼らは私を呼び「あなたが手術をしますか？」と尋ねました。患者も画像検査も診断記録も見ることなく私は手術を引き受けました。私たちの誰が、神の命令を疑ったり、心配したりするでしょう？

翌朝のダルシャンで、私はこの件に関してスワミにお尋ねしました。スワミは私を祝福なさって「プロフェッショナルとして、正しいと思うことは何でもするように」とおっしゃいました。

それから私の手を握られると「やりなさい」とお命じになったのです。

病院のスタッフが懸念していたのは、患者が高齢で、栄養状態が悪く、弱っていたことでした。それまで彼らは、このような高齢の患者を手術したことも、扱ったこともなく、たとえ手術が成功しても回復する見込みはないため、退院はできないだろうと憂慮していたのです。

スワミのご加護のもと、私たちは手術を始めました。不具合のある僧帽弁は、修復することも置換することもできます。望ましいのは修復です。患者の本来の弁をそのまま残すことができるし、置換した場合のような合併症も起こりません。しかし、修復はより複雑で、耐久性がない場合もあります。修復の方が時間がかかることと、もし弁の漏れが再発したら再手術ができないことを、スタッフは心配していました。

私は悩みました。弁を修復するか？それとも置換するか？その時「正しいことをするように」というスワミの声が聞こえたのです。

私は修復に取り掛かりました。その間ずっとスワミに全託していました。それはスワミによる手術となったのです。修復は成功し、患者の容態は安定しました。

次のダルシャンの時、私は「自分は正しい処置を行ったのでしょうか？」とスワミにお尋ねしました。至福の微笑みを浮かべながらスワミは、

「スワミは手術室であなたと共にいました。あなたはスワミの道具です。スワミが彼女の面倒を見るのです」

とおっしゃいました。そしてその言葉通りになりました。その患者はすぐに回復し、スワミの祝福を受けながら、長年にわたって健康と喜びを享受しました。

モハン氏と彼の母親にはスワミへの大きな信仰があり、スワミのご意志に全託していました。スワミはご自身の時間枠の中で、最良のやり方で、彼らの信仰に報いてくださったのです。

私が得た結論は、人はたゆまず熱心に働くべきですが、最終的な結果は神によって決められている、ということでした。私にとっては、それが信仰と全託の真の意味です。

神の命令に対する絶対的服従

しばしばスワミは、示唆や象徴を使って、あるいは間接的に、私たちにアドバイスを伝えてくださいます。私の人生の中で一回だけ、スワミから直接はっきりと指示されたことがありました。私が指示に従い、スワミのご意志に全託できるようになるため、スワミはそうせざるを得なかったのです。

かつての私は、米国ペンシルベニア州にあるテンプル大学病院で心臓移植プログラム長を務めていました。背が高かった私のことを、スワミは親しみを込めて「ココナッツ ツリーの外科医」とお呼びになりました。テンプル大学病院には全米最大の心臓移植プログラムがありました。私たちには優秀なチームがいて、革新的な研究成果に対する権威ある研究賞をいくつか受賞しました。少なくとも私の心の中では、優れた心臓移植プログラムの基準を設定したのは自分たちだ、ということになっていたのです。

1998年2月、私は心臓手術を行うためSSSIHMSに行くことになっていました。そんな折、シカゴ大学（UC）の学部長から私に電話があり、心臓移植部門だけでなく、心臓外科と胸部外科全体のトップになるためにUCに来ませんか、と誘われたのです。彼から電話があったのは月曜日でした。私は金曜日からインドに行く予定だったので、シカゴに行くのはどう考えても無理ですと答えました。しかし、火曜日に予定されていた手術がたまたまキャンセルになったため、急遽日帰りでUCに行くことにしました。UCは世界で最も高い評価を受けている大学の一つですが、当時のUCの心臓外科プログラムは混迷を極めていて、かろうじて移植プログラムが存続しているという有り様でした。私は、世に知られている最大プログラムを有するテンプル大学からシカゴに移って一から始めたいとは、これっぽっちも思いませんでした。

私はインドに行き、SSSIHMSでの仕事に本格的に取り組みました。その年の大きな違いは、私の旅が少し遅い時期となったことです。到着した時点で既にスワミはブリンダーヴァンに移動されていました。毎日行われるスワミの貴重なダルシャンの機会を逃したことを、私は残念に思いました。

それから、旅の最中にスワミに会うことができるのだろうかと思案しました。心の奥底にある思いをスワミはご存じです。スワミから私に「ブリンダーヴァンにおいでなさい。土曜日の朝にお会いしましょう」という伝言が届きました。興奮と不安の中、私はブリンダーヴァンに行き、インタビュールームの中に入りました。スワミは何組かの家族とグループインタビューをなさっていました。スワミは私たち家族に、隣接したプライベートルームに入って家族でインタビューを受けるよう手招きされました。

隣の部屋に行く途中、スワミは私の手を握って、

「あなたはシカゴへ行きます。私がそこであなたのための仕事を手配しました」

とおっしゃいました。その職に就くつもりはまったくなかった私は愕然としました。一緒にいた父と母は、スワミにたくさんの質問をしました。私はシカゴでの仕事について何度もスワミにお尋ねせずにはいられませんでした。

しかし、どんなにスワミのお気持ちを変えようとしても、スワミのお答えは同じでした。

「シカゴに行きなさい。」

私はテンプル大学のプログラムが最良であると説明し、スワミに懇願しました。スワミは優しく私を

正してくださいました。

「量が質を意味するのではありません。」

テンプル大学病院からは、ここに残るなら給与も上げるし、昇進もさせるという申し出がありました。しかし最終的に私はスワミの言葉を信じて、給与が減り、はるかに未発達なプログラムに参加することになるにもかかわらず、UCに移りました。

私のUCでの滞在には、数多くの難題がありました。プログラムは良かったのですが、目を見張るようなものではありませんでした。他から転職の誘いがあるたびに、私はスワミにお尋ねしましたが、スワミのお答えはいつも同じでした。

「誰があなたにシカゴへ行けと言ったのですか？」

私は、シカゴへの移転は、確かに仕事上では良くなったようには見えないが、家族にとっては良かったのだと思うようになりました。その状況をスワミのご意志として受け入れたのです。

14年という長い年月を経て、UCの状況はようやく変わり始めました。循環器科移植部門のトップが退職し、競合他社に移ったのです。それから、手術症例数が減り、結果も芳しくなかったため、プログラムの再検討が始まりました。代替手段のない患者をより多く救うために、私たちは非常にリスクの高い症例を常時受け入れ、一定数の予後不良も受け入れました。プログラムをどのように率いていくかについて、私は自分の考えを改め始めました。それまでの私たちは手術に重点を置いていて、他の科とはほとんど交流がありませんでした。病院は、手術を強化するための医療機器に投資し、さらにAPN（高度実践看護師）、コーディネーター、そしてまったく新しいインフラにも投資しました。私たちは、患者のケアをより良く標準化できるようにプロトコル（手順書）を開発しました。その基盤が固まるまでは、複雑な症例の受け入れを以前より減らす必要がありました。そうしてようやく、他の主要な医療センターでは手術不可能とされていた高リスク患者の手術を行えるようになったのです。

私たちは、宗教上の理由から輸血を拒否する患者を助けるチームのリーダーにもなり、無輸血での手術を成功させました。また、同一のドナーから一回の手術で心臓・肝臓・腎臓の三臓器を同時に移植する、非常に複雑な手術のリーダーも務めました。私たちの手術症例数は増えていきました。

このような多くのことができたのは、私が自分のエゴを捨て、プロフェッショナルたちによる素晴らしいチームが開花していくのに任せたからです。

2021年9月を最後に、私はこのプログラムの外科部長の職を非常に優秀な上級外科医に手渡しました。

最高の心臓移植プログラム

リーダーを退くにあたって、私は自分たちのプログラムと国内の他プログラムを比較しました。

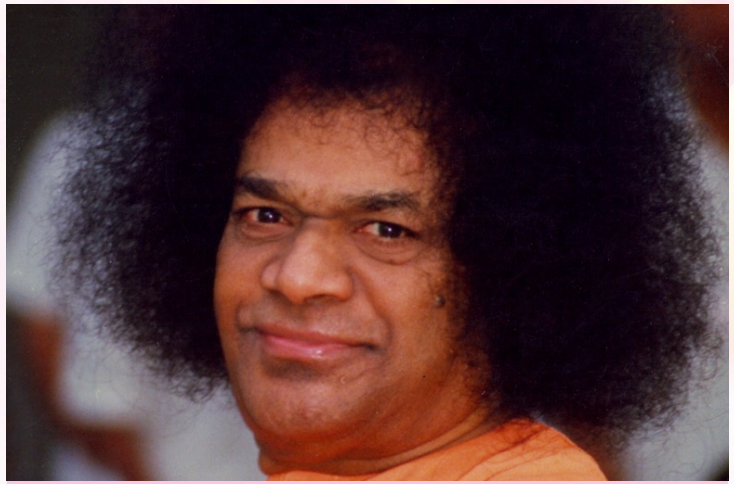
米国で行われた臓器移植のデータはすべてSRTR（Scientific Registry of Transplant Recipients 移植受容者の科学的登録所）に報告されます。米国保健福祉省からサポートされているSRTRは、米国内で行われたすべての臓器移植に関するデータベースなのです。

2021年7月の報告書を見ると、驚いたことに、UCの心臓移植プログラムの生存率が、国内のどのプログラムよりも高くなっていました。史上初めて、待ち時間が最も短いとも評価されました。医療サービスが行き届いていないマイノリティ（少数派）コミュニティの患者の割合も、全米一位でした。

まさに奇跡です！このような取り合わせに到達するとは、誰一人として想像もできませんでした。私たちは国内最高（このような包括的データベースは米国にしか存在しないため、事実上は世界最高）のプログラムだったのです。

スワミが私をシカゴに送られた理由は「量より質 」でした。それを達成するのに23年かかりました。そして、スワミが望まれたであろう時期に、外科部長としての私の最終報告にギリギリ間に合うように、それが実現したのです。

私をシカゴに留まらせたのは、スワミへの信仰でした。懸命に努力し、さらに重要なこととして、己の行動を改め、他人に敬意を表するようになった時に、スワミは奇跡を起こしてくださいました。歴史的に見ても、私たちの移植プログラムは世界最高でした。本当はそれはスワミのプログラムなのです。スワミは、障壁に立ち向かうよう私を促してくださいました。そして、困難を克服し、乗り越える方法を示してくださったのです。



肉体的にはスワミは存在なさっていないかもしれません。しかし彼は遍在です。これまでと同じように あらゆるところにいらっしゃいます。

スワミは永遠であり、遍在である

私が語った体験は、スワミが肉体をお持ちであった間に起こりました。近くで個人的に導いていただかなかったら、私は自分の人生をスワミの御手に委ねる強さを見出すことができなかったかもしれません。スワミが肉体を離れられた後の数年間、スワミの御言葉を信じる心は一度も揺らぎませんでした。

私たちは皆、スワミとコミュニケーションを取ることができます。祈りの最中に、夢を介して、前兆や出来事を通じて。私たちはそれらに注意を払わなければなりません。肉体的にはスワミは存在なさっていないかもしれません。しかし彼は遍在です。これまでと同じように、あらゆるところにいらっしゃいます。

神に対する忍耐が信仰なのですから、スワミに対して忍耐強くなりましょう。スワミに耳を傾け、強い信念を持って、スワミの御教えとお導きに従いましょう。私たちがスワミに全託する時、スワミの神聖なご意志なしには何も起こらないということがわかるでしょう。私たちの旅は計画通りにはいかないかもしれません。しかしスワミはきっと、真我実現という目標に向かって進むために必要なものを、私たちに与えてくださるでしょう。

ジェイ サイ ラム

ヴァルヴァン ジーヴァナンダム博士（米国）

略歴

- 南インドのサイ帰依者の家に生まれ、10歳の時に家族でアメリカに移住。
- 15歳でニューヨークのコロンビア大学に入学。
- 19歳で生化学学士号を取得し首席で卒業。同大学医学部に進み1984年に医学博士号を取得。同大学で研修医を務める。
- 1992年にフィラデルフィアにあるテンプル大学病院の心臓移植プログラム ディレクターに就任。
- 1998年にシカゴ大学医学部に移る。2022年現在の肩書きは、循環器外科チーフ、心臓・血管センター所長、シンシア チョウ外科教授（2019年にシカゴ大学が特に優秀な医師26名を表彰した時に、ジーヴァナンダム博士に与えられた名誉称号）。
- 受賞歴多数。全米の名医リストを公開しているキャッスルコネリー社からは、2001年以来ずっとトップドクターの一人に認定されている。
- 博士の活躍は米国内に留まらず、中国、インド、中東、南米などでも出張手術を行なっている。また毎年プッタパルティを訪れ、ボランティアで手術を行なっている。
- 医療以外の分野でも、インドの子どもたちの奨学金を支援している他、生活困窮者のためにボランティアが手作りした家具を寄贈する奉仕活動を長年続けている。

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

自己（真我）探求―私は誰か？

SSSIOJ会長　住友 正幹

「私は誰か？」この質問は他のどんな質問よりも大きな価値があります。なぜなら、この質問により私たちはあらゆる苦悩から解放されるかもしれないからです。

世俗的な知識は『生活』を豊かにし、一時的な幸福をもたらしてくれるかもしれませんが、自己を救済することにはつながりません。それに対して、自己探求は、私たちにすべての困難、すべての苦しみからの解放をもたらし、さらに真の意味において幸福な『人生』に導いてくれるものとなります。

スワミは次のように説かれています。

「私はしばしば、『あなた』は一人ではなく三人であると言ってきました。すなわち、あなたが自分だと思っているあなた（身体）、他の人があなただと思っているあなた（精神的な身体）、本当のあなた（アートマ）です」

1999年2月15日
マハー・シヴァラートリ祭後の御講話より

スワミは私たちに、本当の私を探求するようにと促しておられます。なぜなら、私たちは肉体と自己を同一視しており、私は肉体的な存在だという幻想にとらわれているからです。その結果、私たちは四苦八苦という苦を体験することになります。

四苦八苦とは生老病死、すなわち、生まれること、老いること、病にかかること、死ぬことから生じる苦であり、また、愛する人との別れ（愛別離苦 あいべつりく）、憎む人との出会い（怨憎会苦 おんぞうえく）、求めるものが手に得られない苦（求不得苦 ぐふとっく）、体と心の働きによる苦（五蘊盛苦 ごうんじょうく）などの苦を指しています。

私は肉体であると錯覚すると、死は自己の消滅であり、愛する人との永遠の別れであり、すべてが無に帰してしまうことになり、死は恐怖そのものになります。また、どんな人生を送ったにせよ、死により自己が消滅してしまうのであれば、生き甲斐や生きる意味を見出すことなどできません。

さらに、肉体と自己の同一視は利己主義を生み出す温床となります。なぜなら、肉体は目に見えますので、自分と他人は違う存在であると捉えることは自然なことであり、その見方からは、自己を守るために利己的になることも自己保存本能に根差した自然な感情だといえるからです。

人は生まれ、名前をつけられ、成長するにしたがい、他人とは違う自分を意識しはじめます。そこから分離意識が生まれ、その当然の帰結として、『私』、『私の家族』、『私の国』というように『私』に関係するものと『私』に関係しないものを区別し、『私』に関係するものに対しては利己的な

傾向を、『私』に関係しないものに対しては排他的な傾向をもつようになります。

そして、そのことが、個人間から国家間にいたるまで、世の中に見る、あらゆる不調和や混乱、あるいは対立の遠因となっていることは間違いないといえるでしょう。つまり、この世のあらゆる苦しみや対立は、人が「私は肉体的な存在である」と見誤った結果、生じているといえます。

ではどうすれば、このような苦や利己主義を生み出す原因である、肉体と自己の同一視を克服することができるのでしょうか？その答えが「私は誰か？」という自己探求なのだといえます。

スワミは、あなたは神ですか？という質問に答えて、「そうです私は神です。しかし、あなたもまた神なのです。私とあなたの違いは、私は自分が神であることを知っていますが、あなたは自分が神であることを知りません」と言われます。

このことはサイの道を歩むすべての人が知っている御言葉だと思いますが、知っているにも関わらず、私たちが様々な苦しみを体験し続けるのはなぜでしょうか？それは、理解が知識の段階にとどまっているからではないでしょうか？知識の段階を実感認識の段階に進めるためには、「私は誰か？」という探求を沈思黙考し、さらに日常の暮らしにおいても探求し続けなければなりません。

「私は誰か」を問い続けたラマナ・マハルシ(＊)は、「瞑想中に想念が起こったときは、それに従わず、この想念とは何か？それはどこから起こったのか？そして誰に起こったのか？私に起こったのだ。その私とは誰か？」と尋ねることが大切だと説いています。

そして、「私は誰か？」という問いに答えはない。答えはありえないのだ。なぜなら、それはすべての想念の親である『私』という想念を消し去り、想念のない静寂の彼方へと突き抜けていくからだ。探求において連想される『シヴォーハム』（私はシヴァである）のような答えを瞑想中に与えてはならない。真の答えはひとりでに現れるだろう。自我が与えることのできるいかなる答えも正しいものではありえない。その答えは、自己の存在の精髄でありながらも非個人的なものとして振動している気づきの流れを自覚することなのだ。揺るぎない修練によって、これはもっともっとひんぱんに起こるようになる。瞑想中だけではなく、会話や行為の最中でもそれが絶え間なく根底にあるようになるほどに。そうなってからでさえ、ヴィッチャーラ（真我探求）は続けなければならない。（ラマナ・マハルシの伝記より）

愛する人との別れに苦しんでいるのは誰か？それは私、その私は誰か？病気で苦しんでいるのは誰か？それは私、その私は誰か？老いることに悲しみを感じているのは誰か？それは私、その私は誰か？死を恐れているのは誰か？それは私、その私は誰か？

また、そのような根源的な探求だけではなく、もっと日常的な問題として、この欲望は誰に生じているのか？この怒りは誰に生じているのか？この高慢は誰に生じているのか？この嫉妬は誰に生じているのか？この落胆は誰に生じているのか？など、『心』が動くたびにこの「私は誰か？」と問い続けていくと、『心』は滅せられるとラマナ・マハリシは説いています。それは、自己と肉体の同一視、そして、自分で創り出したマインド（思い、感情、思考）との同一視からの解放なのかもしれません。

人生で出合う様々な苦しみに直面するとき、「私は誰か？」を問い続けることにより、それは単なる知識から実感の段階へ進むと思われます。それは『私』が実感しているという認識から「ただ実感がある」という主語のない認識へのシフトだといえます。人生から『私』（個人としての私）という主語が消失すれば、人生を体験しているのは何でしょうか？無くすべき『私』や『他人』という個人的な存在は最初から存在していないという真理が明らかに

なれば、すべてを動かしているのは永遠の生命、大いなる力、真我、アートマに違いありません。人類の一体性も、得るものではなく、一体性こそが真の姿だと実感されるはずです。

そうであれば、どのようなことが起こるのでしょうか？苦しんでいた個人が不在になれば、様々な苦しみから解放されることになります。また、「人生一回限り」と思って生きることから、永遠不滅の生命として生きるようになり、どんなことがあっても揺るがないようになるのではないでしょうか？肉体から生じる「個人意識（自我意識）」がなくなれば、過ぎ去った過去を悔やむことも、まだ来ぬ未来を心配することもなくなるはずです。もし、そのような想いがあるとすれば、それは自己と肉体を同一視する「個人意識」がいまだ残っている証拠だといえるかもしれません。

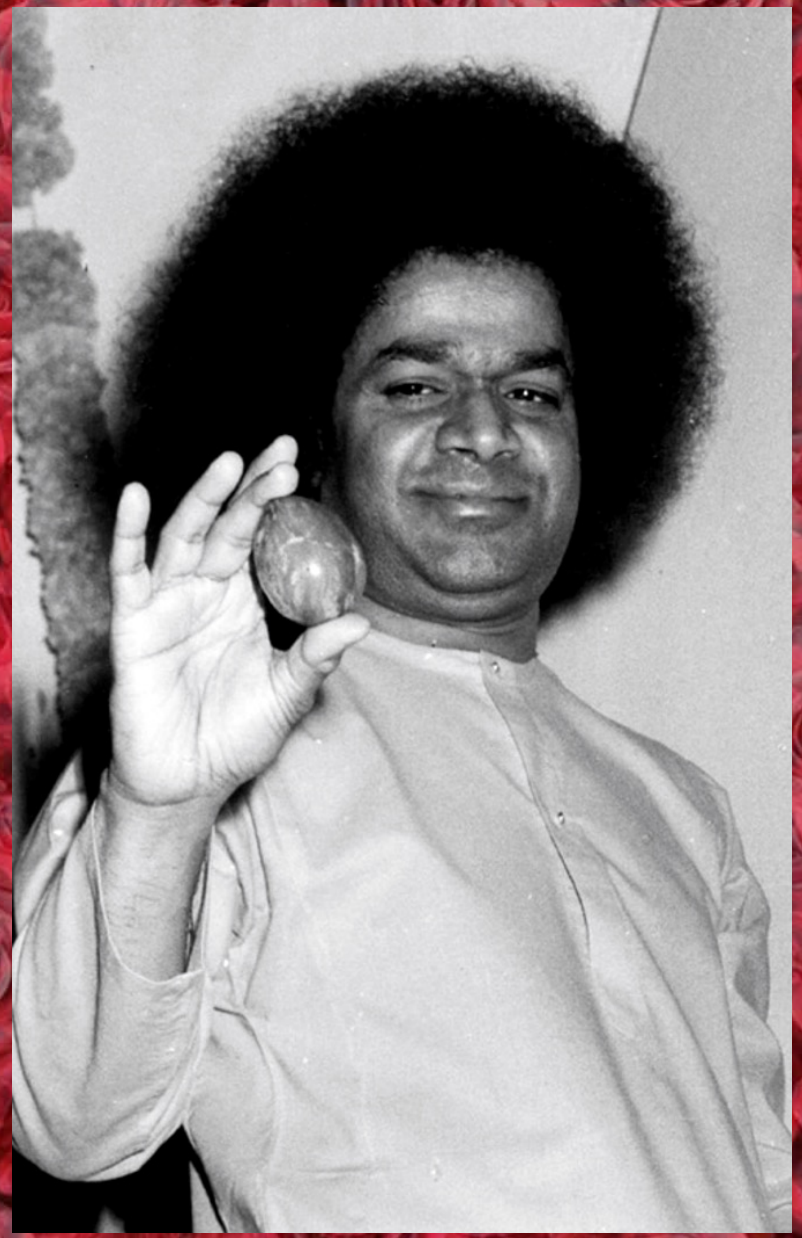
スワミは言われます。

「『私は誰か？ 私はどこから来たのか？ いつまでここ〔地上〕にいるのか？』と、自己探求をしなければいけません。霊的な探求の一切は、これらの質問で始まります。自分はアートマであると感じると、あなたはアートマ原理を沈思黙考しはじめます。『アートマとは何か？ アートマとは何か？』と、あなたは真剣に考えます。この探求をすることで、あなたはアートマの原理を理解するようになるでしょう」（2004年1月27日の御講話より）

(*)ラマナ・マハルシ：

1879年12月30日、南インド、タミル・ナードゥ州のマドゥライの近くにあるティルチュリ村で生まれる。ヴェンカタラーマンと名付けられる。生家は現在、父の名スンダラム・アイヤールにちなみスンダラ・マンディランと名づけられ「ラマナ・ハウス」という名で残されている。

1896年7月中ごろ、16歳の頃に突如として起こった死の体験に触発された内的探求から、完全な、無限の、不死の、実在かつ意識かつ至福である真我（自ら、アートマン）、または真実（真理）こそが私であると悟る。（Wikipedia - 2022.02.02 引用）



帰依者インタビュー
- 私の旅 - 第１回

サティヤ サイ出版協会 代表理事
比良 竜虎

花はなぜ咲くのでしょうか

ある夏期講習で、ババ様は学生たちに「花はなぜ咲くのですか」と質問なさいました。学生たちは「神様や自然のおかげ」「太陽の光があるから」「水や肥料があるから」などと口々に答えました。

しかしババ様はこうおっしゃいました。「それらもありますが、花が咲くのにもっとも大切なのはルーツ（根）です。花を咲かせるためには根がとても重要なのです。物事の始まりは根からです」と。

一般的には花を見て根を見ませんが、見えないものを見なさいということですね。ババ様は人類という花を咲かせるためにご降臨されました。ダルマという土、英知という水を人に与えて、人類全体の花を咲かせるという意味だと思います。

ババ様の御講話に、五大ヤグニャ（供儀）の話が出てきます。そのうちの一つに、ピトル ヤグニャ（Pitru Yagna）というご先祖様を敬うヤグニャがあります。現代社会においては、お墓参りに行っていてもご先祖様に敬意を表することが修行であるという意識は少ないと思いますが、私たちのルーツであるご先祖様を敬うことはとても大切です。

どの親たちも、自分の子や孫たちが代々栄えることや幸福になることを願って、私たちを支えてくれます。亡くなった後にもその子孫を思う気持ちは残り、私たちが繁栄するための一番大きな力となるのです。ですから、ピトル ヤグニャを行って、ご先祖様の力と共に生きることは、ババ様の御教えの中でも重要とされています。

インドのヒンドゥー教徒は亡くなった人を火葬しますが、日本とは違い、お骨はお墓には納めず川に流します。しかしながら、日本と同様にインドでも年に２回お彼岸があり、孫たちも含めた家族全員が実家に集まって、ご先祖様に祈りを捧げる法要を執り行います。

ですから、私のこれまでの人生をお話しするにあたり、まずは私がどのような環境に生まれたのか、私の根っこであるルーツの話から始めたいと思います。

曾祖父ジャガット ライ

私の曾祖父は、セット ジャガット ライ（Seth Jagat Rai）という名で、昔のイギリス領インド帝国シンド州の州都ハイデラバードシンドという町に生まれました。サンスクリット語でシンドは川を意味します。そこは、先史時代にインダス文明が始まった地域であり、モヘンジョ ダーロ（モヘンジョダロ）遺跡があるところで、全人類の聖地と言われています。

インドがイギリスから独立する時、イスラム教徒とヒンドゥー教徒との間に争いが起こりました。その結果、パンジャーブ州とシンド州はそれぞれ東西に分断されることになり、その西側はパキスタンという国として分離独立し、先祖代々の故郷であるハイデラバードシンドはパキスタンに属すこととなりました。実のところ宗教戦争というのは口実で、政治家たちが自分の利益や選挙の票を守るために、政治的争いを繰り広げていたのだそうです。

インダス川が流れるシンド州の北に位置するパンジャーブ州は「５本の河」という意味で、インダス川とその支流を合わせて５本の大河が流れる、水が豊富で豊かな地域です。シンドが聖地となった理由は、昔から水が豊富にあったことと、昔からヒンドゥー教徒とイスラム教徒との争いが絶えず、いつか偉大な聖者か神様が降臨すると伝えられていたからです。シンドに流れるシンド川周辺で生まれた人たちのことをシンディー（シンド人）と呼びます。私の家系は代々シンディーです。シンディーは、アラビア文字を使うシンディー語を話します。

さて、セット ジャガット ライがどういう人だったかと考えるのに、その名前を見てみましょう。ジャガットという言葉は、ババ様の御教えにもたびたび出てきますが、Soul of the Universe、あるいはSoul of the World、つまり宇宙の魂という意味があり、宇宙に内在するすべてのものを意味しています。ヴェーダの中では、ブラフマンが地・水・火・風・空の五大元素からこの宇宙を創ったとされていますが、その宇宙がジャガットです。よくインドのグルのことをジャガットグルと表現することがありますが、優れた魂や、悟りに至った魂のことをジャガットグルと言います。

私は、帰化して姓が比良に変わりましたが、もともとは二つの姓がありました。一つはジャガット ライに属する家族という意味の「ジャクティアニ」、もう一つはパンジャーブ州から出世する人という意味の「パンジャビ」です。

シンディーの信仰

先ほど申し上げたように、シンド地域に住む人たちのことをシンディーと呼びますが、シンディーにまつわるスピリチュアルなお話をご紹介します。

昔、インドがイギリス領となる前は、ムスリム（イスラム教徒）のミルクシャー（Mirkshah）王がシンドを支配していました。ある日、王は「今から４０日間の猶予を与えるので、この間にあなたたちシンディーは全員ムスリムになりなさい。従わない者は殺します」と宣言しました。過去には世界中で起きていたことです。王は、政権を安定させるために宗教を一つに統一しようとして、ヒンドゥー教徒であるシンディーたちに、イスラム教への改宗を命じたのでした。

シンディーたちは、一族の命を守るためにムスリムになるのか、それとも自分たちの信仰を貫いてヒンドゥー教徒として死を選ぶのか、究極の選択を迫られたわけです。シンディーたちは神様から答えを得るため、シンド川の川辺に座って、４０日間の断食と祈りを行いました。その間、ひげも剃らず食事もとらず、ただひたすら祈り続けたのです。「神様、教えてください。ムスリムになるべきか、死ぬべきか、それともヒンドゥー教徒であることを隠して生きるべきか。」

人々の信仰にどれほどの力があるのか、そしてその恩恵がどれほどのものであるのかが分かるエピソードがあります。

シンディーたちが断食しながら一心不乱にお祈りしていたところ、なんと、目の前のシンド川の中から生まれたばかりの子供が現れました。それは、水から生まれた神様（ジュレラールサイ）で、日本でいう水天宮に祀られている水天（水の神様）だったのです。

ジュレラールサイは、王の宮殿に招かれた時に「あなたに非常に徳高い英知を与えます。宗教を弾圧することは過ちです」と王を諭しました。しかし頑固な王はその言葉に応じませんでした。その結果、

王が住む町はすべて火事で焼けてしまいました。悲嘆に暮れた王は、ジュレラールサイを呼び出して言いました。「私は神の力に目覚めました。私が出した宣言は取り下げます。ヒンドゥー教徒も、イスラム教徒も、兄弟として生きてください。」

ここにその物語がすべて書いてある本があります。横浜サイセンターにジャグディシュさん（ジャガさん）という方がいますが、その方の長男が８歳で神様の元へ旅立った時、その長男への追悼として、私がこの本を書きました。ジュレラールサイの像が横浜サイセンターに祀られているのは、このような経緯にちなんでいるのです。

横浜センター　ジュレラールサイ

水天様（ジュレラールサイ）

その横浜サイセンターにあるジュレラールサイの像の話をしますと、インドでその像を作る時、作った像を日本に持って来る時、その像を横浜センターに設置する時と、どの時もとても大変でした。インドで大理石に彫刻して作ってもらうにあたり、ピュアなものでないといけないので、彫刻師に「傷一つないきれいな大理石で作ってください」とお願いしました。しかし「３００キロ以上ある大理石で、傷一つないものを探すのはまず無理です」という返事が返って来ました。しかしながら、最終的には色ムラ一つない素晴らしい大理石が見つかりました。彫刻師によれば「これほどきれいな大理石はこれまで見たことがない」ということでした。

完成した像を梱包するとさらに大きく数百キロにもなり、船便で運ぶのも大変でした。インドの梱包は日本ほど優れていないので、途中で壊れるのではないかと心配し、インドでできるだけのことをして送り出しました。ジュレラールサイは海の神様でもあります。海を渡ることを神様自身がお喜びになったようで、後日、日本に到着した神像の写真を彫刻師に見せると「私が作った顔と違います！この神様は微笑んでいます！」と言われました。私は製作過程を見ていないので、真偽のほどは分かりませんが。

そして、ようやく横浜にジュレラールサイの像が到着しました。まったく何の計画もせずに、ただ送ってくれとだけ伝えていたのですが、なんとその神様のお祭りをする新月の日に到着したのです。それは、設置する日にもつながってくるのですが、一つの良いことを行うと、神様は百歩近づいてくださるのだと実感した出来事でした。

なお、水天は、仏教と一緒に日本に伝えられた神様です。インドの水の神様と日本の水天様は違うと考える学者もいます。しかし、時代の流れのなかにはさまざまな解釈があり、奥深くしっかりと学ぶと、それらは一つであると分かるのです。

祖父クンダマル

さて、話を自分のルーツのことに戻しましょう。曾祖父ジャガット ライの長男にあたる私の祖父は、クンダマル（Kundamal）といいます。ヒンドゥー教徒である私たちは、シンディーなのでジュレラールサイも崇めていますが、クンダマルはシヴァ神をずっと熱心に信仰していました。

クンダマルは信仰深く、毎朝４時に起きて、下駄を履いてシヴァリンガムを祀る祠（ほこら）まで行き、神様にお水を捧げてお祈りをして、５時に帰宅するのを日課にしていました。もちろん私がまだ生まれていないころの話です。祖父の姉によれば、祖父が亡くなった後も１年以上、毎朝４時にそのリン

ガムが置かれている祠へ向かう下駄の音が聞こえ、５時になると帰ってくる下駄の音が聞こえたのだそうです。

祖父クンダマル

当時、法律上はムスリムとヒンドゥー教徒との間に区別はなく、兄弟姉妹として一緒にやっていこうとしていましたが、人々の間にはずっと溝がありました。やがてムスリムに支配される時代は終わり、イギリスに支配される時代となりました。イギリスは、ヒンドゥー教徒とムスリムが争って分断が生じる方が統治しやすいと考え、両者が対立するような状況をわざと作っていました。

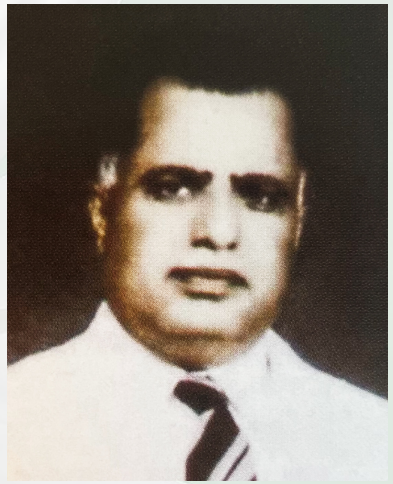
クンダマルの時代になると、シヴァ神だけでなく、シンドがある旧パンジャーブ州から生まれたシク教の開祖グル ナーナクも崇めるようになりました。

そのクンダマルの長男が、私の父であるケムチャンド（Khemchand）です。ケムチャンドの時代になると、ジュレラールサイ、グル ナーナク、クリシュナ、ラーマ、ブッダなど、インドの神々すべてを崇めるようになりました。

父ケムチャンドと私の出生地

私のご先祖様が住んでいたシンド川流域は、水が豊富で土も豊かなところでした。そこでは金も宝石もたっぷり採れます。そのような理由から、先祖は代々家業として貴金属や宝石の商いをしてきました。商売相手は、お金持ちのムスリムの王様や宮殿関係の人々、政府の役人など裕福な人々でした。日本のお神輿（みこし）のように、リンガムや神像を乗せて宮殿に入っていくために、黄金の馬車や、８キロメートルにもわたる黄金の道路も作ったそうです。当時、金は安かったのです。

１９４５年頃からインドの独立運動が盛んになりました。１９４７年、インドがイギリスから独立するにあたり、パキスタンはイスラム国家として分離独立することを選びました。私たちが住んでいたシンド州ハイデラバードはパキスタン側に属することになりました。そのため、すべてのシンディーたちは全財産を置いて故郷を去り、難民として、インドに移ったのです。当時は電車なども通っておらず、皆、大変な思いで歩き続け、パキスタンの国境を渡ってインド側に入りました。その国境に一番近い町がジャイプルという町だったのです。



父 ケムチャンド

私の父ケムチャンドも、住み慣れたシンド州ハイデラバードシンドから、インド側ラージャスタン州の州都ジャイプルに移りました。もちろん黄金の馬車や道路を持って行くことはできず、それらは置き去りにされ、失われました。

１０００万人以上の大難民が移動したわけで、父たちは難民としてインドに渡ってきた人たちを助けなければならないと思いました。それで、３階建て

の家を手配してダルマシャーラーとし、何百人もの難民をそこに迎え入れました。シャーラーとは家という意味で、今でいうアシュラムのようなものです。当時、その建物を取得したのか借りたのかは分かりませんが、今でもジャイプルにその建物が残っています。

そして、インドが独立してほぼ１年後の１９４８年５月、ラージャスタン州ジャイプルのダルマシャーラーの家で私は生まれました。ですから、私の年齢はインドの国の年齢とほぼ同じです。

ババ様は御講話の中で、人間には自分では変えられない、自分では選べないことが６つある、とおっしゃっています。その中には、自分が生まれる場所、自分の親、世の中で出会う人などがあります。自分の人生を振り返ってみますと、私が生まれたこの場所が、私の魂に非常に大きな影響を与えたのだと思います。

私が生まれたラージャスタンには、ラージャ（王様）を置く場所（タン）という意味があります。仏壇（ブッダを置く場所）のダンと一緒です。このラージャスタン出身の人たちのことを、ラージャスタンの子という意味でラージプートと呼びます。彼らは日本の侍のように、幼い頃から徳高い教育を受け、武人として育ちます。戦争に負けない戦士として有名で、イギリス統治時代でもこの地域だけはイギリスに負けなかったほどです。

ラージャスタン州は砂漠が多いのですが、それは石油が出る豊かな地域であることを意味していました。この地域では私たちが家業として扱っていた宝石も多く採れ、既に宝石産業があったことと、宝石を買う富裕層がたくさんいたことも、移住先としてこの地を選んだ理由の一つでした。私が生まれた州都ジャイプルは「インドの宝石」と呼ばれています。

私がまだ幼い頃、私たち家族はジャイプルから今のムンバイに引っ越しました。引っ越した理由は、ジャイプルには空港や港がなかったため、家業の宝石貴金属や時計などを海外に輸出できなかったためです。

シンディーたちは難民として自分たちの土地を離れたので、戻れる国や町や家はもうありません。そのため現在は、世界中のさまざまな国、いろいろな町にシンディーたちがいるわけです。故郷の土地や家は取られて戻れる場所はなくなりましたが、ババ様がおっしゃるように、私たちのルーツはご先祖様の信仰心にあると思っています。神様に対する信仰心や精神的な価値は、どこに移ろうとも誰にも取られません。そこに一つの救いがあったのではないでしょうか。

（つづく）

比良 竜虎（ひら りゅうこ）プロフィール：

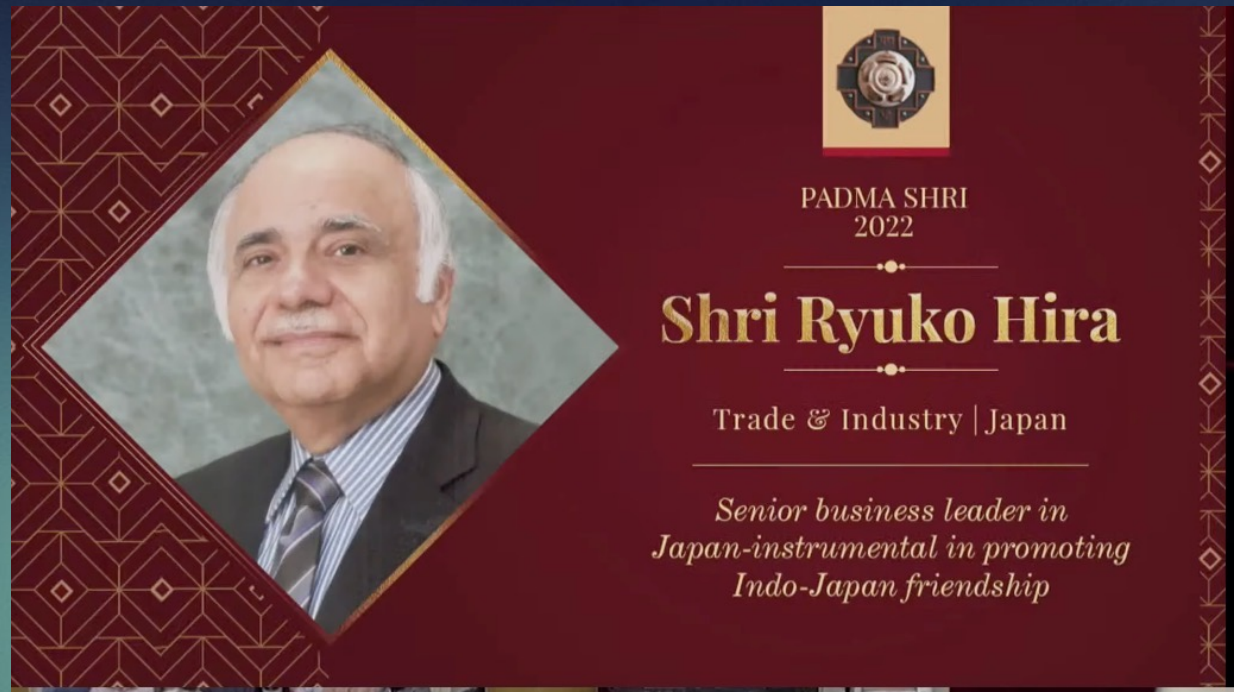
１９４８年インド共和国ラージャスタン州ジャイプルで誕生。シニアケンブリッジ（ムンバイ）卒業。その後日本に移住し、１９７６年日本に帰化する。

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・バラティヤ・サンマン賞を、２０２２年３月にパドマ・シュリー勲章を受章。

帰依者インタビュー：２０２２年３月パドマ・シュリー勲章受章式典



サイと共に

1998年6月20日の会話

エアコン付き寝台バスの開通式の後、バガヴァンは中央のベランダに来られて、

スワミ： このバスはすばらしい！

APSRTC〔アーンドラ・プラデーシュ州道路交通会社〕の社長に、

スワミ： 運賃はいくらですか？
社長： スワミ440ルピーです。
スワミ： とても高い。

インタビューの後、バガヴァンは高度専門病院〔プッタパルティにあるシュリ・サティヤ・サイ・スーパー・スペシャリティ・ホスピタル〕の医師の一人を呼び、その場に座っていた帰依者の一人に血液バンクのことを話すようにとおっしゃった。

スワミ： ここの高度専門病院で毎日行われている心臓の手術の数は、とても多いです。
帰依者： スワミ、どうしてここに医科大学を開校なさらないのですか？
スワミ： 考えてみなさい、もしここに医科大を開いたら、男女共学にならざるを得ないでしょう。スワミは男女共学を好みません。

帰依者： スワミ、なぜ男子用の医科大学をお作りにならないのですか？
スワミ： （ユーモラスな口調で）もし、男子用の医科大学を作ったら、女子たちは「私たちはどのように男子よりも劣っているというのですか？」と言うでしょう。この体は72歳ですが、私の歯はまだ丈夫で、あらゆる面で健康です。以前、当時のインドの財務大臣だったY.B.チャバン氏と食事をしたことがあります。私はチャバン氏がこしらえてくれたパーン〔ビンロウジ（ビンロウの実）や石灰などを混ぜ合わせたものを刺激的な辛味のあるキンマ（ビンロウ）の葉で包んだ嗜好品で、口直しや消化を助けるために食後に食される。噛むと赤い汁が出て口が赤くなる〕を噛みました。そのパーンの中に小さな石が入っていて、そのせいで私の一番奥の歯が割れてしまいました。歯科医はその歯を抜きたがりました。しかし、スワミはそれを許しませんでした。その歯は今でも同じ状態でそこにあります。

Students With Sai: Conversations 1991 to 2000 p.223 より

サッティヤム シヴァム スンダラム 5

第37回

シュリ・チダンバラクリシュナンは、ティルネルヴェーリ〔タミル・ナードゥ州の都市〕から25キロ離れた町、ムックダルの裕福な若者で、南インドの「タバコ王」として知られた家の出身でした。高名な占星術師から1960年3月15日までに死ぬと予言されたために、チダンバラクリシュナンは大変な恐怖心と不安を抱えていました。その期限の一週間前のことです。彼は何人かの友人たちからババに会ってみるよう勧められました。ババはマドゥライ〔タミル・ナードゥ州の都市〕からトリヴァンドラム〔ケーララ州の州都〕へ行く途中、ティルネルヴェーリを経由することになっていました。ババはその日、ティルネルヴェーリにいる数人の帰依者たちの家を訪れ、隣町のスレンダイに泊まっていました。

チダンバラクリシュナンには、彼を苦しめていた問題がもう一つありました。地元でとても影響力を持つ兄が、チダンバラクリシュナンが自分で選んだ相手との結婚への道をふさいでいたのです。兄は、花嫁はまだ未成年であるという理由で、法廷にその結婚に反対する禁止命令を発行させることまでしていました。翌朝、スレンダイでのダルシャン中、ババはチダンバラクリシュナンのところへまっすぐにやって来ると、彼の手を取り、家の中へ連れていきました。ババは彼の肩を叩いて言いました。

「心配しなくていい。あなたは長生きします。占星術師が予言したように死んだりはしません。私はただあなたを救うためにここへやって来たのです！」

チダンバラクリシュナンは耳を疑いました。言葉も出ませんでした。目から涙があふれ出しました。ババが続けました。

「結婚はどうなりましたか？」

「どうして何でも知っておられるのですか？」

と、チダンバラクリシュナンは思わず口にしました。

「このもじゃもじゃ頭のババは、何でも知っています。何も心配することはありません。私があなたの結婚式をプッタパルティで執り行い、お兄さんも参列させましょう！」

チダンバラクリシュナンは信じられませんでした。彼はぶっきらぼうに言いました。

「ババ、兄は大変な権力者です。誰の言うことにも耳を貸したりはしません」

バガヴァンは微笑み、こう言って請合いました。

「私に任せなさい。すべてうまくいきます！」

チダムクリシュナンがあっけにとられていると、ババはご自分の肖像が描かれたロケットを物質化して彼に渡し、言いました。

「これは、あなたのためのラクシャー〔腕に着けるお守り〕です。いつも身に着けていなさい」

チダンバラクリシュナンは、その瞬間から別人になりました。全能の守護神を見いだして、彼のハートは新たな希望と勇気で満たされました。ババに言われて、彼はババの旅の一行に加わり、トリヴァンドラムとカンニャークマーリー〔インド最南端の巡礼地〕に同行しました。幸運にも、彼は海岸での数多くのリーラー（神聖遊戯）を目撃することになりました。地元の町に戻るころには、彼は占星術師の予言に対する恐怖から完全に解放されていました。ババは、こう言って彼に別れを告げました。

「あなたがダイヴァヌグラハ〔神の恩寵〕を手にしたとき、ナヴァグラハ〔九つの惑星〕があなたに危害を加えることはできません！」

人が神の恩寵を手に入れたとき、九つの惑星でさえその人に悪い影響を及ぼすことはできない、とは何という真理でしょうか！ バガヴァンは、それから三か月もしないうちに、プラシャーンティ・ニラヤムのマンディルで結婚式を執り行いました。ババの約束どおり、彼の兄もその結婚式に参列したのでした。

ワカ チンナ カタ

カメラ

私たちの心〔マインド〕はカメラのレンズのようなものです。右側にいる人の写真を撮りたいのに、カメラを左側に向けるなら、どうしてうまく撮ることができるでしょう？

私たちの肉体はカメラの本体、心はレンズ、ハートは感光板、思考はフラッシュであり、私たちのブッディ、すなわち知性はスイッチです。

あなたがハートに平安と幸せを焼き付けたいのであれば、どんな悲しみや不幸も混じっていない、平安と幸せを与えてくれる活動や物事にレンズを向けることです。

神の計画

クリシュナの氏族であるヤーダヴァ族が同胞の間で相争い、完全に滅亡してしまった時、ダルマラージャはアルジュナに

「クリシュナはその争いを阻止できなかったのだろうか？」と尋ねました。

アルジュナは答えました。

「ヤーダヴァ族の運命は、われわれの運命と同じです。われわれパーンダヴァ一族とカウラヴァ一族も、兄弟同士、血族同士で互いに惨殺し合いました。私たちの真ん中にはクリシュナがおられました。クリシュナは双方が戦うよう意志されたのです。誰にも神のご意志に逆らったり、神のご命令に背いて行動したりすることはできません」

『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例え話や物語です。

気づき

SSSIOJ 副会長 小窪正樹

― この世の真実、３－１＝１ ―

さて、いきなりですが、今世界ではコロナが蔓延し、大規模な自然災害が頻発し、今にも核戦争が勃発しそうな混沌とした状況にあります。もし、これが、あなたの心が創り出した世界ですよ、と言われたら、皆さんはどう思われるでしょうか？

前回は、「私は、肉体でも感覚でも、心でも知性でもなく、すでに、今この状態で神である」ということをお話させて頂きました。今回は、「私と世界との関係」について、スワミの説く「3－1＝1」という式から共に考究していければと思います。

〔神の算数：３－１＝１〕

神とマーヤー（幻妄、迷妄）と宇宙という三つの実態のうち、神は物体であり、マーヤーは鏡であり、宇宙は神の反映です。もし、鏡を取り去るならば、マーヤーも宇宙も存在しなくなります。そのとき、神だけが残ります。それゆえ、３－１＝１となります。

-『ブリンダヴァンの慈雨』p.40

心そのものはマーヤー（幻妄）です。

-『ブリンダヴァンの慈雨』p.174

皆さんが夢を見ているときは、夢が現実です。覚醒時においては、覚醒時の体験が、夢の時と同じくらい現実に感じられます。実は、そのすべてが「夢」であって、それらはアートマ（真我）が心に反射されたときに心が創り出したものに過ぎないのです。その心を取り除けば、アートマを反映する媒体がなくなります。そのときアートマは、本来の輝きを発します。

- 1966年8月3日の御講話より

宇宙を背景として考えると、自然界は鏡であり、神が見る人です。自然界に反映されているすべてのものは神です。いたるところに、神のみが存在しています。鏡があるために、物体とその像が現れます。鏡がなければ、像はありません！ 神の算数は、人間の算数とは異なります。あなたの前に鏡を置くと、あなたと、鏡と、あなたの像という三つのものが見えます。普通の算数では、三つのものの中の一つを取り除くと、「３－１＝２」なので、二つのものが残ります。ところが、宇宙的な算数においては、鏡を取り除けば、二つのものが残るのではなく、「あなた」だけが残ります！ これが、自然界と神の不思議に関する神秘です。

-『私の親愛なる学生諸君』第3巻第17章より

スワミによりますと、この世の真実というものは、「神（真我）が鏡に映る自分の像（＝世界）を見ているのである。鏡を取り除けば、世界も消え去り、神だけが残る。従って、3（神・鏡・世界）－1（鏡）＝1（神）になる」と説明されています（下図）。では、この鏡とは何でしょうか？

〔鏡とは･･･ マーヤー・心・自然界〕

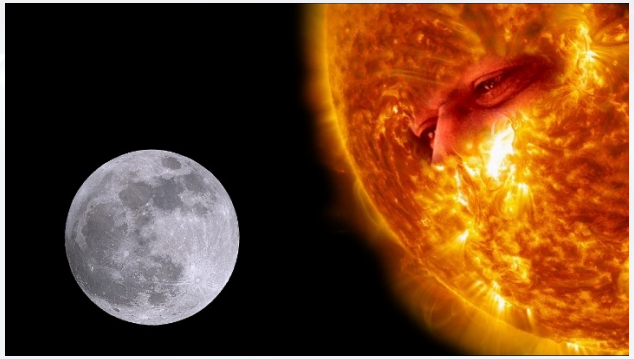
上記の御言葉では、鏡として「マーヤー（幻妄）」、「心」、「自然界」という３つの単語が使われていて多少混乱しますが、自然界を「天地万物の存在する範囲」という意味に解釈しますと、それはまさしく私たちの視界そのものを表していると言っても良いように思います。この視界については、前回、お示しした、見る主体（照覧者意識）が、見られる客体（世界）を見ているという関係図の「視界」（眼横鼻直の図）を思い起こして頂ければ、分かりやすいかも知れません。

ここで上記御言葉を素直に解釈しますと、この視界そのものは、実は内なる心そのものであり、それはマーヤーであり、それは鏡というスクリーンになっていると解釈することが出来ます。

実を言えば、心は存在していません。心はないのです。月は太陽に照らされています。我々が見ているのは月に反射された太陽の光です。私たちが心と思っているものは、ハートに反射されたアートマの光輝です。本当はハートが存在しているだけなのです。反射された光が心であると考えられていますが、それは一つの物の見方に過ぎず、単なる概念でしかありません。太陽と月が存在しているだけです。

-『サティアサイババとの対話』p.93

ヴェーダのプルシャ スークタムというマントラに、「チャンドラマー マナソー　ヂャータハ（プルシャ※の心は月になった）　チャックショーッ スールヨー アヂャーヤタ（プルシャ※の目は太陽になった）」という一節がありますが、まさにこの真理を表しているのではないかと感じます（下図）。
※プルシャ：全能の神



つまり、私たちは肉眼で世界を見ているつもりになっていますが、真実は鏡で出来た自分の心を見ているのであり、そこに映された自分の反映を見て世界があると信じている、というように解釈できます。

〔心と世界は同時発生〕

この場合、当然ですが、心と世界には同時性があることになります。本当にそうでしょうか？このことは案外容易に得心がいきます。朝、目を覚ますと世界が見えますが、同時に心も働いています。また、熟睡して心が消滅すると世界も消滅します。夢を見ているときも同様です。また、単純に目をつむったときはどうでしょう？世界は暗闇として見え、音として聞こえ、触感として知覚できる形で存在しています。このように心と世界は完全に一致して出現・消滅していることが分かります。

〔世界として映し出されているもの〕

世界は、前述したように、“私”（真我、神）の反映であり、同時に“私”の心の反映と言うことができます。つまり、世界は「“私”自身」の反映ですから、世界の良い、悪いは他者には責任がないということになります。

あなたが自分の周囲に見ているこういった全てのものは、鏡に映ったあなた自身の投影です。

-『ブリンダヴァンの慈雨』p.172

私たちが鏡を見ているとき、もし鏡が曇っていたり歪（ゆが）んでいれば、映し出される自分の顔も歪んだり曇っていて判然としません。しかし、例え歪んでいても、それが自分の顔であるという点には注意が必要です。

前述したヴェーダの宣言から、見る目（照覧者意識）を太陽に、心を月に例えて考えてみましょう。月に映る紋様は世界を表しています。見える紋様は月のデコボコ次第です。しかし、これらの紋様は太陽がなければ映りませんし、月が輝くことも、その存在が確認されることもありません。これらの紋様は、太陽光線の反射と月のデコボコの両者によって表現されたものと言うことができます。このように考えますと、世界（月の紋様）は、私（照覧者意識＝真我＝太陽）と私の心（月）が合作して創りだしているものということができます。この場合、デコボコだけを見るか、デコボコの背後にある神を見るかは、見ている人の受け止め方次第ということになります。

〔世界は基本的に善である〕

私たちは、人から非難されたり、嘘をつかれたり、肉体的・精神的に傷つけられたりすると、当然の権利であるかのように、その相手を批判する傾向にあります。私は、自分の中に辛い思いを封印し心を苦しめるよりは、ある程度発散した方が良いと思ってはいますが、理想的には、神のメッセージを読みとり内省し、納得した上で忍耐する、または、愛で返すことが神に望まれる有り様ではないかと受け止めています。なぜなら、３－１＝１の原理から分かるように、他者に見る欠点は自分の心が反映されたものであり、それが気になるのは、その「気になる」こと自体が、神（真我）から、真我へ戻る促しの

メッセージであると考えられるからです。良い人も悪い人も自分であり、さらに言うなら、このようなカルマを自分に課したのも自分です。すべての体験が真我に向かう方向で仕組まれていることを考えますと、世界は基本的に善であり、神の慈愛の深さを感じざるを得ません。特に気になる人、その人はまさに自分から自分への愛のメッセンジャーと言えるのではないでしょうか？

愛という資質を育みなさい。だれをも嫌ってはなりません。起こることはすべて自分のためだという信念を培いなさい。いついかなる困難や苦しみが降りかかってきたとしても、その原因は自分自身にあるのです。反対に、もしだれかを意識的にあるいは無意識に侮辱したならば、誰か他の人がいつかあなたを罰するでしょう。喜びも苦しみもあなた自身が作り出したものです。あなたが積んだ徳や犯した罪は影のように常にあなたについてきます。・・・自分が遭遇する困難を、決して他人のせいにしてはなりません。決して誰かをののしってはなりません。万人を愛し、万人を兄弟姉妹として扱いなさい。

- 2004年1月1日の御講話

〔心と月の関係：シヴァラートリの意義〕

ちなみに、心と月の関係についてスワミは、新月は心が静まり霊性修行には最適の日であると言われます。霊性修行の目的が心を純化、または滅して真我を自覚すること（3-1=1）と考えれば当然のように頷けますね。

すべてのサーダナ（霊性修行）の主な目的は、心を無にし、アマナスカ（無心）になることです。そうして初めて、マーヤー（幻）をずたずたに引き裂いて、実在を明らかにすることができるのです。黒半月の二週間には、毎日、心の一部を除去するためのサーダナをしなければなりません。なぜなら、毎日、月の断片も知覚から消えていくからです。

- 1969年2月15日御講話　Sathya Sai Speaks Vol.9 C3

マーガ月の14日目はマハーシヴァラートリ〔大いなる吉祥な夜〕と呼ばれています。なぜなら、この夜は別の理由でも神聖だからです。この日は、求道者のためにシヴァ神がリンガの姿をとるのです。・・・今日の日中と今日の夜、アートマ リンガ（シヴァ神の象徴としてシヴァ神から生じる長円形の偶像）やジョーティル リンガ（至高の英知の光の象徴である長円形の偶像）を黙想し、シヴァ神はあなた方一人ひとりの内にいることを確信しなさい。その御姿があなたの内なる意識に光を射すようにさせなさい。

-1973年3月5日御講話 Sathya Sai Speaks Vol.13 C34

この視界には宇宙のあらゆるものが出没します。太陽も地球も神も悪魔も動物も昆虫も無生物もあらゆるものが、右から左、左から右、上から下、下から上と言うように出現し、維持され、消えていきます。これは創造、維持、破壊と言っても良いのではないかと考えますと、この視界そのものがまるで黄金の宇宙卵、リンガのようにも思えてきます。視界が楕円形になっていることで勝手な想像を膨らませてしまいましたが、自分では変に納得しています。さて、では、なぜ神は自分の前に鏡を置くなどというようなことをしたのでしょうか？

〔エーコーハム　バフッスヤーム（私は一なるものである、私は多となりたい）〕

それから、明らかな原因も無く、至高者は創造したい、「多」となりたいという最初の衝動を持ちます。「エーコーハム　バフッスヤーム」（私は一なるものである、私は多となりたい）。「それ」は存在を証明したいと欲し、愛したいと欲しました。楽しみたい、戯れたい、喜びを感じたいと欲しました・・・こうして「創造」が始まりました・・・至高者が自らに課さなければならなかった最初の条件は「知らないこと」すなわち無明でした。プルシャは「根源的宇宙」、「プラクリティ（原質）」、「種」、「因」を創造しなければなりませんでした。この段階は見方によって「プラクリティ」、「ヒラニヤガルバ（黄金の宇宙卵）」、「アヴィッディヤー（無明）」、「マーヤー（迷妄）」などさまざまに呼ばれます。

-ティーラキアト・ジャレオンセッタシン医学博士著：『サティア サイ エデュケア 理論と実践』pp. 9-10より

神は、オームを発して五大元素を造り宇宙を創造し、自らに無知・無明を課して自分を忘れさせ、創造世界を楽しむということを可能にしました。

無明というのは、これは想像の域を出ませんが、目の前に心(マーヤー)という鏡を置くことではなかったかと推察します。鏡を置くことで、唯一なる神は多となり、自分の姿を証明でき、愛したり、戯れたり、楽しむという目的を達成できます。そして、自分を忘れさせ、同時に自分を思い出させるという、相反する課題をこの単純な方法で可能にしました。神さまに言うのもおかしいですが、きわめて単純であるにも拘わらず実に理に適った方法と言えますね。神御自身が、こうして鏡の原理を語り、宇宙の神秘を明かしてくれたことは、私たちが真理に目覚めるために極めて大きな意義があると考えられます。忘れてならないのは、世界を創造した目的が、神と愛と喜びの顕現ということです。私たちの人生の目的も、これらに見合ったものにすることが大切ですね。

では、「３－１＝１」の意味が分かったところで、「“目の前”にある世界」の真実を紐解いていきましょう。この公式はスワミの御教えを理解する上でとても有益です。早速ですが、皆さんは「３－１＝１」という公式から、どのような御教えを思い浮かべますか？前図を参考に少し考えてみましょう。

〔３－１＝１から分かること〕

・心を清らかにすれば、世界には神（真我）が映し出されてくる
・心を滅すれば神（真我）のみが残り、悟りに至る
・私は神である
・私は肉体や心ではない
・心は神を理解できない
・世界は私の心の反映である
・世界は神の反映である
・心に光を当てているのは神である
・すべての問題は、自分の心に責任がある
・世界は幻であり、幻でない
・見るものは見られるものである
・私は、永遠であり死なない
・Yad Bhavam Tad Bhavati（ヤッド バーヴァム タッド バヴァティ：思いの通りに結果がある）
・すべては私である
・すべては神である

等々が思い浮かびますが、皆さんの場合は如何でしょうか？最後に、具体例を通して３－１＝１の理解を深めたいと思います。

〔具体例に学ぶ3－1＝1〕

重複しますが、「３－１＝１」の意味するところをまとめますと、『世界は自分自身であり、そこに見える気になることは、真の自分に戻るための心の問題点を表している』ということになります。真の自分に戻るための仕掛けが、常に目の前で展開されていることになりますね。では、この観点から、次の事例について考えてみましょう。

妻：ねぇ、先日A子さんたら、私が挨拶しても無視しているのよ
夫：ふぅ～ん
妻：それで、大きな声でもう一度“こんにちは！”と言ったら、いや～な顔をして首をうなずくだけ。彼女はいつも、ああいう態度をとるわ
夫：それは、君の思い過ごしかも知れんぞ？僕には普通だからな～
妻：そんなことないわ。彼女はいつも私を無視するわ
夫：見える世界は、自分の心の反映というからな～
妻：それじゃ、彼女の態度は私のせいと言っているわけ？信じられない！
夫婦喧嘩勃発！

比較的ありがちな場面と思いますが、上記事例における、妻の正しい見方、夫の正しい見方とはどのようなものでしょうか？それぞれの立場に分けて考えてみましょう。

まず、妻の場合、彼女の世界に登場する気になる相手というのは、A子さんと夫ということになります。ですから、A子さんと夫が、神（真我）から遣わされたメッセンジャーというように解釈されます。何を伝えに来たかというと、A子さんは、妻の挨拶を無視する役回りの神であり、「あなた（妻）も、他者を無視して傷つけてしまう傾向がありますよ。気をつけましょうね」、と教えに来たのかも知れません。夫については、「A子さんに対する正しい受け止め方を説明してくださる役の神」というようなことが想像されます。彼の助言を素直に聞き、内省することで神に近づいていくと思われます。

一方、夫の見方について考えますと、彼が気に

なっている相手というのは妻ということになります。ですから、「妻は、鏡に映る自分の姿であり、A子さんとの関係に悩んでいる自分自身」と受け止めます。この場合、妻の正否・善悪ではありません。妻は悩んでいる自分自身なのですから、夫は、妻の悩みをくみ取り傾聴し共感するのが正しい態度と言えるでしょう。皆さんの場合は、どのように感じ、どのように対応されたでしょうか？

このように、気になっている人や体験から神のメッセージを読み解き、自らの姿を投影して内省することで、初めて私たちは、神へと向かって進んでいけるように思います。スワミは、「あなたがどのように感じるか、に常に注意を払いなさい」と言われます。「3－1＝1」の原理は、神の恩寵が絶えず降り注がれていることを明かしていますが、その恩寵を受け取る第一歩が、「どのように感じるか」と自分の内面にフォーカスすることのように感じました。

余談ですが、「心の反映」という言葉は他者に言うことではなく、自分に言い聞かせる言葉という点には注意が必要と思います。なぜなら、基本的に他者は神ですから、その人から教わることはあっても、忠告するものは何も無いと考えられるからです（ダルマのみがありますが、このことは、また、別の機会にお話しできればと思います）。

〔平和は自己変容･･･それ以外では得られない〕

冒頭の質問、「分裂混沌とした世界は、実は私たちの心が創り出している」ということについて、皆さん、納得されたでしょうか。スワミは2033年～38年に世界は一つになる（2008年7月20日御講話）と仰っていますが、それは世界や世界中の人々に変容が起きるのではなく、世界を見る私たちの心に変容が起きることを暗示しているのではないかと私は捉えています。

もし人が、他のすべての姿を、この世という鏡に映った自分の姿であると見るならば、一体性の原理を悟るでしょう。

- 2009年4月29日御講話

肉体的には辛い状況があるかも知れませんが、真我の悟りは肉体を超越したものであり、私としては、これ以上に嬉しいニュースはありません。今、自分の見る世界にスワミが降臨され、心を占めていることに、スワミの深い恩寵を感じています。「あなたは救われたのだということを知りなさい」という御言葉が実感を持って響いてきます。最後に、サイの御言葉を紹介して筆をおきたいと思います。

神を認識することによってのみ、世界に真の平和をもたらすことができます。物質的な次元では、平和と調和をもたらすために、世界中の偉大な指導者たちが多大な努力をし続けていることは間違いありません。しかし、サイは、彼らの努力の成功の兆しを何ら認めることができません。残された唯一の道は、私たちの心を自らの内側に向けて、至高の源泉である、真実で永続する基盤を見出すことです。この世では、そこからしか真の幸福と平和を得ることはできません。その基盤とは、実際に私たち一人ひとりのハートの内に住んでいる神のことです。神は普遍の魂です。

-『プレーマダーラ　愛の流れ』p.15

＜活動報告＞

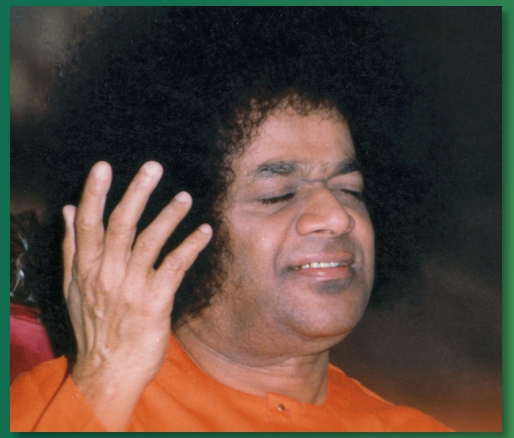
Sri Sathya Sai Bhajans Japan

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
バジャ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。

https://youtube.com/channel/UCzFZikiMT317whdORcXQsNg

神は純粋なハートだけを受け取る



ああ、クリシュナ！
おまえは私が出すものや
我が家の食べ物は口にしないくせに
牛飼いたちの家に行って
こっそりバターを盗み食いしている
愛しい子よ
おまえは自分の評判を
台無しにしている！

こうして、ある日、母のヤショーダーは、隣人たちの苦情に苛立って、自分の苦悩を表しました。ヤショーダーはクリシュナをたしなめて言いました。「ああ、クリシュナ！ 私はおまえの腕白な悪戯のおかげで、たくさんの問題を抱えなければならないのよ。おまえはうちで作った食べ物は味も見やしない。いつも近所の家で作ったものばかり欲しがる。私はどうやっておまえを扱えばいいの？」 確かに、人々は近所の家の食べ物を好みます。菓子屋の主人は、自分の店に座っている時いつもラッドゥー〔インドのお菓子〕の甘い香りを嗅いでいるので、別の店で売っているぽんぽん菓子が好きになるのです。

ヴァーマナ アヴァター

神の偉大な帰依者であった聖仙カシュヤパは、完全に神の蓮華の御足に全託し、神聖な至福の中ですっかり我を忘れていました。ある日、妻のアディティがカシュヤパ仙に近づいてこう助言しました。「ねえ、あなた！ 私たちには子どもがありません。あなたはご自分のすべてを神様に 全託なさっています。私たちに子どもが授かるよう、神様にお願いしてみてはいかがで しょうか？」

クリタ ユガ〔第一のユガ、黄金時代〕のとき、皇帝バリ〔現在のケーララ州を治めていた皇帝〕は多くのヤグニャ〔供儀〕を執り行いました。１０７のヤグニャを挙行したのち、バリはヴィシュワジットという名で知られる１０８つ目のヤグニャを執り行う準備を整えました。バリがこのヤグニャを執り行っていたとき、ヴィシュヌ神は、矮人のブラフミン〔僧侶〕、すなわち、ヴァーマナの姿をとって、バリの面前に現れました。ヴァーマナは三歩で歩けるだけの土地を与えてほしいとバリに請い、バリはそれを与えようとしましたが、そうしている間にバリの導師であるシュクラーチャールヤがその場に来て、そのお布施を思いとどまらせようとしました。シュクラーチャールヤはバリにこう忠告しました。

「この小さなブラフミンには、どのようなお布施もしてはなりません。ましてや三歩の土地など、もっての外です。彼をみくびってはなりません。彼はただのブラフミンではありません。彼はヴィシュヌ神の化身です。ヴィシュヌ神が聖仙カシュヤパに授けた恩恵が成就して、カシュヤパ仙のもとに生まれたのが彼なのです」

けれども、皇帝バリは導師の忠告を気に留めませんでした。バリはヴァーマナに尋ねました。

「私は貴方に何をして差し上げたらよいでしょう？」

ヴァーマナは言いました。

「ああ、王よ！ 私は何も要りません。ただ三歩分の土地をいただけるなら」

シュクラーチャールヤは再びバリに嘆願しました。

「ああ、王様！ あなたはこの人物をただのブラフミンと見なしています。違います、違います。彼は全宇宙に広がる能力を持っています。彼の願いをかなえるのは賢明なことではありません」

しかし、皇帝バリは、自分の約束を反故にすることはできない、約束を守らないことは大きな罪であると述べて、導師の忠告を退けました。当時の人々は、約束を守らないよりは、むしろ死ぬほうが望ましい、と考えていました。 しかし、カリユガ〔第四のユガ、末世〕である今は、人々は約束をしても簡単に破ります。皇帝バリは純粋なハートの人でした。いったん交わした約束は、何があろうとも果たしたのです！

バリは言いました。

「わしはこのブラフミンの少年に約束したのだ。約束を果たすためなら、わしはいかなる不測の事態にも直面する覚悟がある。今、このブラフミンの少年にしていることを含め、 わしは自分が執り行ったすべてのヤグニャ〔供儀〕の果報を捧げよう」

そう言うと、バリは自分が行った１０８のヤグニャの果報の花輪をヴァーマナの首に掛け、ヴァーマナの前にひれ伏しました。 （ここでスワミは１０８の金貨がつながれたネックレスを物質化なさいました。）

ヴァーマナは、バリから施しとして与えられた場所を一歩で覆いました。ヴァーマナは体を大きくして、二歩目で全宇宙を占有しました。三歩目を置く場所はもうありませんでした。すると、シュクラーチャールヤは言いました。

「ああ、皇帝よ！ あなたは私の忠告を気に留めませんでした。あなたはこのブラフミンの少年を見くびり、無垢な外観にだまされたのです」

ヴァーマナは皇帝バリの捧げものを受け取り、その広い心を称賛してバリを祝福しました。ヴァーマナは、背丈は小さくとも、全宇宙を占めることができました。ヴァーマナは アヴァター〔神の化身〕であったため、「アプラメーヤ」（あらゆる制限を越え、言語に絶する、無限なる者）だったのでした。人間には限界がありますが、アヴァターに限界は ありません。

宇宙は神によって定められた通りに働く

日の出や日没は、定められた神の命令に従って起こります。それは、規則正しく、途絶えることなく起こります。太陽、月、星は厳密な時間割に従っています。宇宙の五大元素はすべて、神によって定められた通りに自らの規則正しく義務を果たしています。神自身でさえ、自らが万人のために定めた諸規則を守っています。神の創造したすべてのものは、前もって決められた秩序と神の命令に従い続けています。宇宙には、五大元素を含め、独立した存在は何もありません。しかし、残念なことに、人間は宇宙の働きを規則正しく機能させているこの神聖な力を認識することができずにいます。科学者たちは、この神聖な力を発見するために惜しみない努力を重ねています。星々は、夜空では明るく輝いていますが、昼間は目に見えません。

太陽は日々規則正しく、朝に昇り、夕に沈む
星々は夜空にキラキラと美しく輝き
日中は姿を隠す
風は絶えることなく吹き渡り
一瞬の休みもなく生物たちを支えている
川は四季を通じて枯れることなく流れ続け
轟々と音を立てている

これらの現象が起こる理由は何でしょうか？ 科学者たちは状況を綿密に調べ、昼間は空に太陽が明るく輝いているために星が見えないのだと結論を下しました。同様に、科学者たちは非常に多くの方法で神聖な力を説明しようと試みました。

へその緒が切られ、母親から切り離された瞬間に、赤ん坊は泣き声を上げます。なぜでしょうか？ この不思議を探って説明できる者は誰もいません。新生児の舌の上に、一滴の母乳か蜂蜜を垂らすやいなや、赤ん坊は心地よく寝入ります。このことは、人間は母親の胎内から出てからずっと、自分の飢えを満たすために奮闘しているということを意味しています。

ああ、人間よ！
おまえは自分の腹を満たすために
多種多様な知識を手に入れようと
必死に奮闘している
ありとあらゆる懸命な努力
そして、知識の習得にもかかわらず
おまえは永続する至福を経験できずにいる
そんなことをする代わりに
なぜ、神を黙想して
神に拠り所を求めないのか？
神は必ずや
苦難を乗り越える方法を教えてくれるだろう

すべての人間は、自分は腹を満たすために生まれてきたのだと考えています。人間はいつも、食べ物を手に入れるために奮闘しています。自然界には他にも面白い現象があります。木の枝は風に吹かれて互いを擦り合い、それによって起こる摩擦で火が生じます。どうしてこのようなことが起こるのでしょうか？ 木には火が内在しているのに、木が焼けてしまうことはありません。なぜでしょうか？ 今までのところ、この不思議の秘密をつかんだ科学者は誰もいません。自然界にはこのように説明し難いさまざまな現象があります。そのような現象を認識して理解するために、人間は絶えず神性の探求に携わっています。しかし、神を探求する必要はありません。神は 遍在です。

ああ、人間よ！
おまえは自分の腹を満たすために
必死に奮闘している
さまざまな分野から無数の種類の知識を
身に付けている神を忘れて
夜明けから日暮れまで
すべての時間を世俗の知識の習得に費やして
いったいどれほど大きな幸福を
手に入れたのか
自分自身に尋ね、調べてみるがよい

この宇宙のすべては、神の意志と力に従って厳密に動いています。人間は何事も自分の意志によって成し遂げることはできません。神の力は、さまざまに、多種多様なエネルギーの形をとってこの宇宙に顕現しています。人々は、それらは何者かによって創造されたのだろうと考えています。厳密に言えば、誰かがそれらを創造したわけではありません。それらは神の意志から顕れた自然現象です。たとえば、石で石を叩くと火が生じます。つまり、石の中には火が隠れているけれども、外には顕れていないということです。

このように、あらゆる力は自然の中に隠れているのです。

スグナーの純粋な信愛

つい先ほど、一人の男子学生がクリシュナ神の養父母であるナンダとヤショーダーについて話しました。当時、電気は通っていませんでしたので、村人たちは（村長である）ナンダの家に赴き、ナンダの家のランプから自分たちの灯油ランプに火を分けてもらっていました。人々は、裕福な人の家に灯るランプから自分の灯油ランプに火を点せば、豊かさと繁栄が手に入ると信じていたのです。

最近結婚したばかりのスグナーという嫁がナンダの村に到着し、姑がスグナーに、ナンダの家に行ってランプに火をもらってくるようにと言いつけました。ナンダの家に行ってランプに火を点けたとき、スグナーはその炎の中に クリシュナの御姿を見ました。その神聖なヴィジョンを見て、スグナーは肉体意識を忘れました。スグナーはクリシュナ神の美しい姿に釘付けになり、至福のあまり我を忘れました。スグナーは、自分の指が炎に触れて焼けていることさえ気づきませんでした。スグナーは完全な至福の中にいました。

そこへ、近所に住む他の女性たちがランプに火を点けるた めにやって来ました。女性たちはその場面を見て呆気にとられました。女性たちは、指が焼けているのにスグナーが炎から離れないことに気がつきました。そして、スグナーが炎の中にクリシュナの御姿を見たことを悟ったのです。女性たちはこの出来事を歌にしました。

（スワミはその歌をテルグ語でお歌いになり、その最初の数行は次のようなものでした）

スグナーはナンダの家で、
ゴーパーラのヴィジョンを見たそうな
スグナーは炎の中に、クリシュナを見たのだ！

この歌を聞いて、ヤショーダーは文字通り走ってきました。ヤショーダーはスグナーの指が炎の中で焼けているのを見ました。ゴーピー〔牧女〕は全員、我を忘れて踊っていましたが、ヤショーダーはスグナーに駆け寄って、炎から手を引き離しました。ヤショーダーはスグナーをたしなめて言いました。

「ああ、スグナー！ あなたは自分の指が炎に触れて焼けているのに気づかなかったの？ あなたは私たちに、ナンダの家に行ったら指を火傷する、という悪い評判を立てたいの？」

スグナーの姑はもともと短気な女性でした。この出来事を聞いた姑は、ヤショーダーの家に駆けつけてきて、それを大問題にしました。姑は嫁に、今後二度とランプを点火するのにナンダの家に行ってはならないと命じました。

ヤショーダーの家ではさまざまな奇跡が起こっていました。クリシュナがマトゥラーの都に向かって出発したのち、ゴーピーたちは別離に耐えられず、クリシュナのダルシャン 〔御姿を見ること〕を恋焦がれていました。そのように切望していた瞬間に、クリシュナがゴークラ村に顕れました。しかし、ナンダもヤショーダーもクリシュナを見ることはできませんでした。ゴーピーたちは皆、ナンダの家に集まってクリシュナのダルシャンを授かることを許可してくださいと懇願しました。ゴーピーたちは不平を言いはじめました。「ナンダさん、ヤショーダーさん！ 私たちからクリシュナを引き離しましたね。どうか、クリシュナがどこにいるか教えてください」 しかし、クリシュナは皆の前には姿を顕しませんでした。クリシュナは何人かのゴーピーたちの祈りに応えて、そのゴーピーたちの前にそれぞれ個別に姿を顕したのです。 先ほど、私たちの大学の学生の一人が、スワミがその学生の祈りに応えて目の前に姿を顕したという話をしました。他の人は誰もスワミを見ることはできませんでした。そこで、その男子学生はもう一度祈りました。

「スワミ！ 僕一人だけにダルシャンをお授けくださっても何になるでしょう？ どうか学生全員にダルシャンをお授けください。さもなければ、皆は僕の言葉を信じないで、 僕を馬鹿にするでしょう」

私は答えました。 「かまうことはない。人には好きなように思わせておきなさい。これは君のプラープィ（受けて当然の価値）〔物質次元で望んだものを生じさせる力〕です。私を見るにふさわしい価値があるのは君だけです」 そう言って、私は姿を消しました。

神は純粋なハートだけを好む

あるとき、ヤショーダーは幼いクリシュナを優しく叱って言いました。
「ああ！ 私の可愛いクリシュナよ！ おまえは私が作った食べ物は食べてくれない。お まえは乳搾りの女たちの家に行って、こっそりバターを盗み食いしている。おまえは私に 厄介な問題を引き起こしているのよ。お母さんの愛がいっぱい染み込んだバターは美味し くないの？」 そう言って、ヤショーダーはクリシュナを縄で臼に縛り付けました。私たちが自分の家 の料理を好まないという経験は、世界の誰にもあるでしょう。よその家の料理のほうが美味しそうに見えるものです。これはごく自然なことです。しかし、クリシュナは味のことで他人の家からバターを盗んだのではありません。このリーラー〔神の戯れ〕の裏にはメッセージが潜んでいます。

ここでのバターは純粋なハートを象徴しています。純粋なハートが手に入るところならどこからでも、クリシュナはそれを持ち去るのです。純粋なハートは柔らかくて甘いのです。ゴーピーたちのハートは信愛によって熟していました。ゴーピーたちは純粋で、柔和で、甘く優しかったのです。それゆえ、クリシュナはそのような ハートを盗みにゴーピーたちの家へ行ったのでした。

クリシュナは「チョーラ」（泥棒）と呼ばれています。クリシュナは何を盗むのでしょう？ クリシュナは、ゴーピーたちのバターのようなハート、純粋で、柔和で、甘いハートを盗むのです。もしあなたが誰かを泥棒と呼ぶなら、相手の人は怒るでしょう。しかし、もしあなたがクリシュナを「チッタ チョーラ」（ハート泥棒）と呼ぶなら、クリシュナはそう呼ばれることを楽しむでしょう。だからこそ帰依者たちは、この上なく愛情を込めて、クリシュナ神を讃えてこう歌うのです。

チッタ チョーラ ヤショーダー ケー バール！
ナヴァニータ チョーラ ゴーパール！
ゴーパール、ゴーパール、ゴーパール！
ゴーヴァルダナダラ ゴーパール！

おお！ ヤショーダーの幼子クリシュナよ！
おお！ ゴーパーラ！
バターをこっそり盗んだお方！
おお！ ゴーパーラ！
ゴーヴァルダナ山を小指で持ち上げたお方！

このように、バーヴァ〔感情〕とラーガ〔旋律〕とターラ〔拍子〕と共に美しい調べで 歌を歌えば、すべての人から好まれます。偉大な歌手であり聖者であったティヤーガラージャは、バーヴァ（感情）とラーガ（旋律）とターラ（拍子）にあふれるキールタン〔一人で歌う神への讃歌〕という形にした、甘い供物の数々を神に捧げ、神の恩寵を勝ち取りました。そのような信愛の歌には大変な甘さがあります。
神の恩寵は、そのような信愛の歌を歌うことで、必ず獲得することができます。口先だけの美辞麗句で神の恩寵を勝ち取ることはできません。神性は、バーヴァ〔感情〕とラーガ〔旋律〕とターラ〔拍子〕にあ ふれた信愛の歌を通してのみ、獲得することができるのです。

神はそのようなサンキールタン〔集団で歌う神への讃歌〕に心を動かされるでしょう。ヴェーダさえ、信愛の歌の効果を称賛しています。ヴェーダを唱えても、神を獲得することはできません。リグ ヴェーダ、ヤジュル ヴェーダ、サーマ ヴェーダ、アタルヴァナ ヴェーダの中には、神を称えるさまざまな讃歌があります。しかし、それらの讃歌を単調に詠唱していた人たちは、誰一人神のダルシャンを得ることができませんでした。

ところが、その讃歌にメロディーを付けて、信愛を込めて歌うと、神の愛を体験することができたのです。それゆえ、神は「ガーナローラ」や「ガーナプリヤ」〔共に、歌を愛するお方、音楽に魅せられるお方の意〕と 言って褒め称えられるのです。ですから、信愛の歌を通して神に祈りなさい。皆さんは簡単に神の恩寵を勝ち取ることができます。なかにはこれに疑いを抱く人がいるかもしれません。

「私たちは上手に歌えません。私たちは歌の技術を学んでいません。それでどうして神を喜ばせることなどできるでしょう？」

心配は要りません。皆さんは音楽の知識や甘美な声を持ち合わせていないかもしれません。それは問題ではありません。自分の知っているメロディーで、**熱烈な愛を込めて神の栄光を歌いなさい。神のハートを動かすにはそれで十分です。**

音楽とは何でしょう？ 音楽を学ぶために特別な努力をする必要はありません。単純な歌でも、**熱烈な愛と切なる想いが込められていれば、神を感動させることでしょう。**たとえば、「ラーマ！ ナンヌ カー パドゥ」（ラーマよ、どうか私をお守りください）という詩を朗唱するとします。この詩には甘さがありません。それはあなたの気持ちを表現した単なる文学の羅列にすぎません。同様に、「ラーマ！ ナンヌ カーパドゥ」と言って神に訴えかけても、それは虚しい言葉の復唱になります。その同じ気持ちを、美しいメロディーに載せて歌うなら、それはとても甘くなり、神に愛しいと思わせることでしょう。音楽には非常にたくさんの甘さがあるのです。ですから、もし神に到達したいなら、信愛の歌を歌うことで到達しなければなりません。

魂のこもった歌を歌いなさい

音楽を学んだ経験がなくても、落胆する必要はありません。なぜ落胆するのですか？ ア ポイントメント（appointment）〔予約、面会の約束、任命〕があれば、ディサポイントメント（disappointment）〔失望、落胆、幻滅、期待外れ〕もあるでしょう。ですから、 最初のうちは、アポイントメントはしないことです。自分なりに神の栄光を歌いなさい。 それが神に到達する最も容易な方法です。ドワーパラ ユガ〔第三のユガ〕のクリシュナ ア ヴァターのときにゴーピーたちが楽しんだ至福は、無類のものでした。ですから、その神 聖な至福を思い出し、あなたの愛とバクティで神を喜ばせるよう努めなさい。 クリシュナ アヴァターのときほど、アヴァターの帰依者たちが大勢、神の愛に融合し たことは他にありません。シュリ クリシュナがアヴァターだった期間、何千人もの帰依 者がクリシュナに融合しました。ですから、もし神に融合したいなら、信愛の歌が唯一の 手段です。神は「ガーナプリヤ」（信愛の歌に喜ばされる者）と言われています。クリシュナ アヴァターはこの表現の最もよい例です。帰依者が歌う「クリシュナ」という単純な 一つの御名だけで、クリシュナを感動させるには十分です。クリシュナがアヴァターだった時代にクリシュナによってなされたリーラー〔神の戯れ〕、マヒマー〔奇跡〕、そして、神業の数々は前代未聞のものでした。

愛の化身である皆さん！

信愛の歌より優れたものはありません。皆さんは、

ナンドゥニ ユィンタ ゴーパール
ダンタ ディーパーナ カニピンチェナンタ

（ナンダの家の炎の中にゴーパーラが顕れたそうな）

という歌を歌うことで、どれほど大きな喜びと幸福を引き出すことでしょう。したがって、神を喜ばせ、神の恩寵を手に入れるために、このような魂のこもった歌を、バーヴァ〔感情〕とラーガ〔旋律〕とターラ〔拍子〕を伴って歌いなさい。皆さんは何曲でも バジャンや歌を歌うことができますが、それが熱烈な愛と、バクティと、甘く優しい感情 （バーヴァ）に満たされたときにだけ、計り知れない幸福と喜びを引き出すことができるのです。

２００４年９月６日午前
クリシュナ神降誕祭の御講話
プラシャーンティ ニラヤム
Sathya Sai Speaks Vol.37 C15

＜活動報告＞

スタディーサークル

全託の道	2021/4/8
ウガーディの霊的意義	4/11
他者の欠点	4/14
ラーマの教訓と実践	4/18
０の前に１を置きなさい	4/21
有形の神から無形の神へ	4/25
完全な信仰	4/28
イーシュワランマ	5/2
神に繋がる	5/6

◉　2021/4/8（木）のオンライン スタディー サークルではプレーマヴァーヒニー第51節「2種類の信愛―努力が必要な献身と全託」について49名の参加のもと話し合いました。Sis. Sがパラグラフを選び、趣旨説明をしました。

どのように一歩一歩全託を培うことができるか？日常生活で全託を問われる体験の例は？どのように帰依の道から全託に至ることができるか？全託の道が帰依の道に勝ることを体験したことはあるか？などについて話し合いました。

参加者の皆さんからは、「ラクシュマナ(ラーマの弟)のエピソードでは、睡眠と食事すらも放棄したということだった。私は疲れるとまず食事をし、睡眠をとる。食事をすることに頼ってしまうところがある。自分は肉体ではないからとスワミに全託して仕事などを続けることができれば良いなと思っていた。日常生活で全託を問われる体験として、他者を気遣いすぎた時に結果として“そんなことをしないでください”と言われることが結構あった。でもお返ししておかないといけないと考えるが、正しいことなのか間違った想念なのかを考えるより、神様に全託したほうが上手くいった体験をした」、「自分の頭で考えて判断を出した場合と、全託か分からないが、自分の思いではなくて自然に事が流れることがある。むしろ犠牲の道へ神が導いていると感じたときに、非常に平坦な言い方をすると、損な道と得な道があり、損な道を行く方が神への道であるような気がする。自分の思いとは違うけれども進むと、大体満足のいく結果が得られる」、「私自身、両親のことを心配することがあった。（中略）結婚する際に、これからどうしたら良いかと思ったが、インドに行く機会に両親の写真を持っていった。やはりスワミはご存じで、すぐに私のところに来てくださって、写真にポンと祝福をしてくださった。その時に私はスワミの愛に号泣して、スワミの祝福がとても嬉しくて、本当に何かあっても両親の面倒はスワミが見てくれると約束してくださったから大丈夫と言い聞かせた。とうとう病気になって私の力では何もできない、スワミにしか何もできない状況になったときに、最高のお別れができた。スワミが最後まで面倒を見てくださった体験があるので信じ切ることが大事だと思った」、「帰依とは頑張りで、全託はリラックスという感覚をもっている。どれだけスワミのことを信じられるかということだと思う。私の場合、スタディーサークルに参加して、だんだん深く考え探究することが少しずつできるようになってきた。深く、深く考えるようにするとスワミが良かれと思ってやってくれていると気づいて、感謝しかなくなる。過去の

ことを考えて、ずっと自分を守ってくれていると。すべてスワミが最高に良い出来事を起こしてくれていると少しずつ分る体験をしているので、このスタディーサークルで、深く考えていく習慣が自分を全託に近づけてくれるのではないかと思う」、「皆さん凄い体験ばかりで、それが聞けて本当に良かったと思う。カスツーリ博士のエピソードで、何でも博士はスワミの真似をしたいと思っていた、というものがあった。スワミが何分でこれをできたと聞いたら、自分も何分でこの本を読み終えようとするというエピソードを聞いた。常に神を想って、神の喜びが自分の喜びと考えると、何でもスワミの真似をしたくなるのかなと思う。神の喜びが自分の喜びであることに間違いはないし、欲望をまったくない状態にしないと全託に決して至らないと思う。願いや欲望をもっているのは帰依止まりで、全託にはならないので、すべての欲望を消す必要がある。そして現象世界の物事に惑わされないで、その背後にある神のご意志は何なのか、常に瞑想し続けることが大事だと思う。皆さんのコメントのように、恐れずにどこまで信じきるか、常に神を信じきることが大事だと思う」、「理屈としての頭の知識に過ぎないが、帰依とは“私と神様”という関係であり、全託は私を放棄する、“すべてを行っているのは神だ”という不二一元の境地だと聞いたことがある。

その意味では、自分が存在せず、すべてを神がなさっているとなると、どんな結果になろうと何が起ころうと、自分はいつも神からいただいた役割を果たしているだけであると考えて、心が安らかでいられると感じた」などのコメントの共有がありました。

サイの学生の皆さんからは、「神への全託とは、完全なる神への信仰をもっていることで、神の御手にすべてを委ねていること。そして私たちが、神様を自分の人生の一歩一歩に導き入れて、その神の存在を感じている状態が全託。完全に神を理解することができる時に全託の境地に至ることができるのではないかと思う。人間は世俗の世界に生き、いろいろなトラブルに見舞われたりしていろいろ祈ったりすると思うが、もし全託の段階にあるのならば、そういったことを心配してはいけない。心配しないということが全託なのではないかと思う。つまり全託の段階では、神様を一歩一歩導き入れているので、私たちは行為の結果を心配してはいけないということ」、「もし私たちの中にネガティブな思いが入って来たならば、すぐに神様に渡してしまうことが全託。スワミは本当に私たちが神に全託することをずっと待っていますとおっしゃっている。日常の中の一瞬一瞬を神に委ねて、全託出来るかどうかが、私たちの中での選択になっている。私たちのライフスタイルが全託になって心配事がなくなれば、私たちの人生がスムーズになってくると思う」、「今、微熱があって休んでいるが、健康などについても全託との関連がある。昨年、コロナウイルスがイタリアで物凄く流行っていた時期に、たまたま短期留学でイタリアに滞在していた。イタリアからドバイ経由で、その後インドを経由して日本に返ってくることになった。その中で沢山の困難に直面しながら帰ってくることになった。最後、当局がイタリアを出国させてくれない事態になったが（＊当時大半の国がイタリア北部からの旅客を大幅に制限していました）、心からスワミに祈った。すると、知らないはずのイタリア人の軍人が空港にいて“私は彼のことを知っている。彼はとても良い人だと知っているから、彼を行かせなさい”と空港の当局に話してくれて帰ってくることができた。そんな全託の体験をした。その後、中継地のドバイでも、インドの入国審査でも、スワミは難しい状況をそれぞれ与えられた。その一つひとつの状況を自力で何とかしようとした。でも試みてもできなくて、最後にはあきらめて“スワミ、どうかお願いします”と祈ったら、本当にスワミが解決してくれた。皆そうですが、スワミは難しい体験を与えられる。でも、そのような体験はどのように私たちが全託出来るのかを問いかける体験だと思う。

ある時、スワミがある帰依者に本当の全託について話してくださったことがある。スワミによれば、人生では大きな問題が続けざまに起こり、人間はいろいろ起こる出来事を自分でコントロールしようとしがち。スワミがおっしゃるには大抵、帰依者は部分的な全託をするということ。同時に多くの帰依者が完全な全託をすることを非常に怖がると指摘されている。全託とは何も期待していないこと。スワミがこのことに関連して話すエピソードは、ドラウパディーが公衆の面前でサリーを引っ張られる話。最初の時点でドラウパディーはサリーを自分で抑えて、状況を自らコントロールしようとした。そうしている間には神様は助けに来なかった。最終的にドラウパディーが、“その衣服を引っ張られても知ったことではない。完全に神様に全託します”という姿勢になったときに初めて、神様は助けに来られた。この出来事を伝え聞くことは非常に大切だが、実践することは非常に難しいことだと、スワミはおっしゃっている。このような全託ができるようになるには、私たちの帰依を深めていかなければならない」、「ギャーナヨーガ(叡智のヨーガ)においてクリシュナ神※1が4つのタイプの人は全託することが出来ないとおっしゃっている。一つは無知な人。つまり霊的な知識がまったくない人。その場合は神のことをまったく知らないので全託することができない。二つ目は怠惰な人。それは神のことについて知識はあるけれども、実践しようと思わない人。三つ目の人は知性をはき違えている人。例えば私たちの多くは、この三つ目のタイプに分類されてしまうのかも知れない。私たちは幾分か霊的知識があって、何らかの霊的な実践も含めて幾分かの帰依をもって行っている。自分も含めてこの三つ目のカテゴリーの中で、得られた知識をどのように実践にするかを努力し奮闘している最中。Bro. Aがドラウパディーの話をしてくれたが、ドラウパディーが自分で努力することをやめて、初めて神様が助けに来てくれた。それはドラウパディーが全託した時だった。それ以前には、ドラウパディーは自分の力に自信をもっており、また自分自身の考えのプロセスにも自信をもっていた。その一方でアルジュナ※2は、自分自身の考えのプロセスをもっていた。マハーバーラタの戦いが始まる直前に、アルジュナは戦場を離れて森にでも行こうと思った時があった。その時、心の中で相容れない思いの葛藤があった。でも最終的にはクリシュナ神に全託した時に、クリシュナ神がその戦争を戦いなさいと言った。先ほどのドラウパディーの場合には、自分自身を助けるということをやめたときにクリシュナ神は助けに来た。でもアルジュナの場合は逆だった。戦わないつもりだったが、クリシュナ神が戦いなさいと言ったので戦った。これらの対照的な二つのことを比較して考えると、全託とは必ずしも行動しないことではないということ。全託の道においても、神によって与えられた思いによって行動することが必要。そして、ここで大事なのは思いの中には神がいるべきで、その上で行いをするということ。私たちが全託の精神で一つひとつ行動していくことができれば、人生のすべてを帰依のもとで生きていくことができると思う。もし一瞬一瞬を帰依の心で生きていければ、それは全託だと思う。なぜなら一瞬一瞬が帰依の思いであるならば、その人自身の思いがなくなるので全託になるだろうと思う。その人が行ういかなる行動も、直接的であれ間接的であれ、すべて神からのご意志によって行っていくのだろうと思う。それ故、帰依から全託に移っていくのではなくて、本当に帰依ですべてを満たすことによって、その道が全託になるのではないかと思う」、「自分の理解では、帰依の道が最終的に全託に至ると理解している。Bro. Bがコメントしたように全託の道は、一人ひとり異なるものだと思う。例えば、行動しない道によって全託へ至ることがあるかもしれないし、あるいは行動に満ちた全託の道があるかもしれない。行動にも満ちていて全託にも満ちていた例が、ハヌマーン※3だと思う。ハヌマーンは神様の利益のために、決して行動を止めることがなかった。

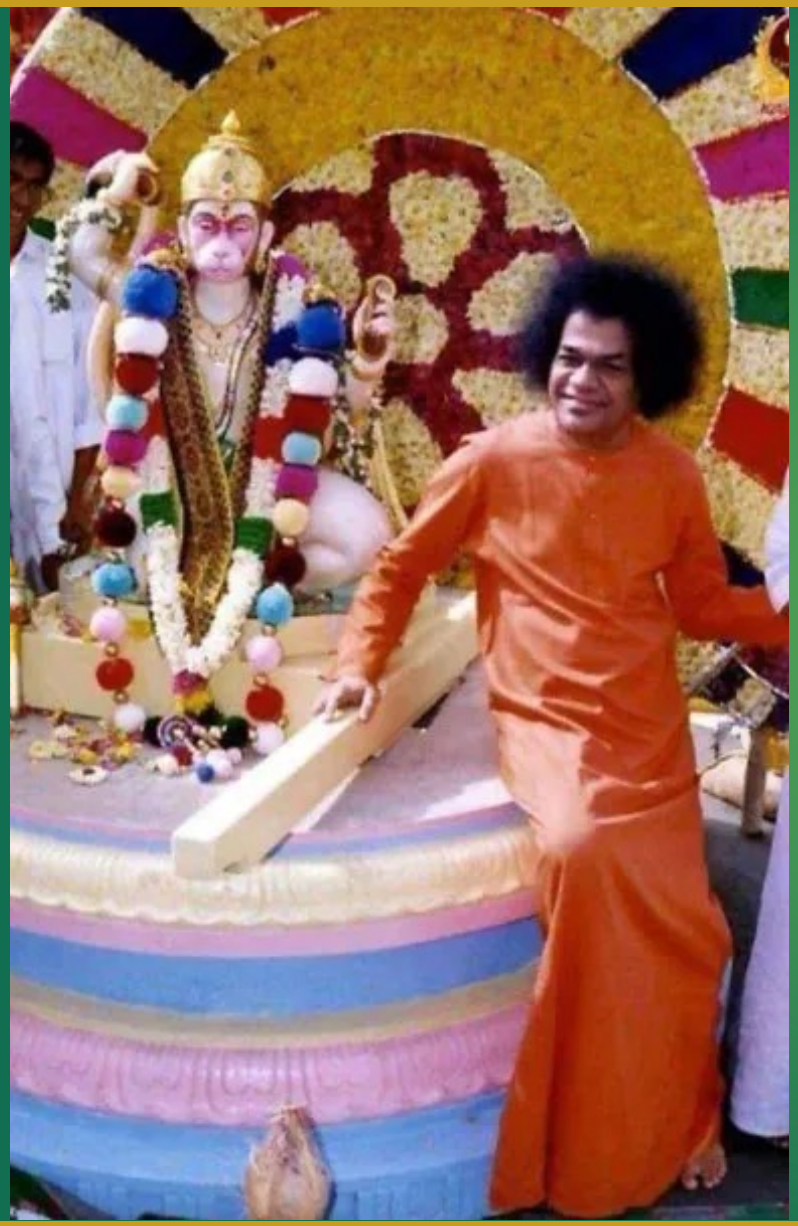
そしていつも自分の唇に神の御名を唱えていた。彼は本当に帰依の精神と全託の精神の両方を兼ね備えていた。ランカーに行ったり、山を持ち上げた時の一つひとつの行動をハートに神を据えながら行った。サイのセカンダリーハイスクール（中高等学校）の先生で６人の学生を担当されていた先生がいた。週の途中でスワミが朝のダルシャン(聖者や神を拝見すること)でその先生を呼ばれ、学生たちも皆呼んでくださる機会になった。その学生たちとサイ クルワント ホールに行ったが、学生の一人が酷い頭痛になっていた。他の学生さんが“一人具合が悪いですよ”と言って、先生に助けを求めた。その時、先生は“具合の悪い生徒の面倒は先生がやるから、あなた方はダルシャンを受けていなさい”と状況を教えにきてくれた学生に言った。でも先生は具合の悪い学生さんがいたことをついすっかり忘れて、サイ クルワント ホールに行ってしまった。サイ クルワント ホールに着いて座った途端に具合の悪い学生のことを思い出した。直ちにサイ クルワント ホールを出て、さらにガネーシャテンプルのところに来て、その日はダルシャンが受けられないだろうと思った。ガネーシャテンプルのところで先生は内なるスワミに“今日はあなたのダルシャンを受けられないでしょうか？今日は学生の面倒を見るのが義務でしょうか？”と問いかけた。内なる声はその問いに答えてくれなかった。その時の先生の行動は、サイ クルワント ホールに行ってダルシャンを受けながら、そうしている間に“スワミが学生の面倒をみることがスワミの義務ですよ”と先生がスワミに祈っていた。皆が戻って、お昼の時間になると、頭が痛かった学生さんが先生のところにやって来て“先生ありがとうございました”と言った。どうしてありがとうと言われているのか、その理由がまったく分からないまま昼食をとっていた。先生がその学生に“どうしてありがとうございましたと言ったのか？”と尋ねた。“あなたが私のところにやってきて、この薬をくれて、それを飲んだら治ったのでありがとうございました”と言いました。それを聞いて先生はショックを受けた。なぜなら彼自身はサイ クルワント ホールにいて、スワミのダルシャンを受けていたから。再び“本当に私がやってきて、私が薬をあげたのを見たのか？”と先生は聞いた。“私はそんなにはっきりと覚えているわけではないですが、あなたが来てくれると聞いていたのであなたのことを考えていたのです”と学生が言いました。そして薬をいただいたということ。先生はこの学生さんを送ってから、自分の部屋の祭壇でスワミに本当にありがとうございましたとお礼を言った。全託することによって、スワミはすべてを良きことに計らってくださる。本当にこの件だけでなくて数えきれない事例がある。

例えば、2011年にスワミが肉体を去られた後も本来はスワミご自身でなければできなかったはずのいろいろな出来事を助けてくださって、何とか解決できた。自分の言葉だが、帰依を伴った全託が非常に大切だと思う。プレーマヴァーヒニーの中でスワミがおっしゃっているように全託も帰依も同様に非常に重要であるが、ただどのように表現するかが違っているのみ。全託というのは神への愛の大切さを示している。帰依の道は、その愛をどのように神に捧げるかを示している」などのコメントの共有がありました。

※1　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

※2　アルジュナ：『マハーバーラタ』の主人公とも言える英雄。パーンダヴァ兄弟の三男

※3　ハヌマーン：『ラーマーヤナ』に登場する猿。ラーマを深く信愛し献身をささげた



◉ 4/11（日）のオンライン スタディーサークルは「ウガーディの霊的意義」について38名の参加のもと話し合いました。Bro. Tが導入スピーチを行いました。

カリユガ（現世）はプラマディ年、正確には紀元前3102年2月20日に始まりました。新しいユガ(年)の始まりという点を強調するために、私たちの祖先はその日を「新時代の始まりの日（ウガーディ）」と呼んできました。この日が新しいユガの始まりの日であることから、「（Y）Ugadi（ウガーディ）」と呼ばれるようになりました。

ウガーディは、毎年チャイトラ月の月が満ちていく２週間（シュクラ パクシャ／白分）の初日に、新しい年の始まりを祝います。テルグ暦では、1サイクルに60のサムヴァトゥサラ（年）があります。これからの１年は「Plavanama Samvatsara(プラヴァナマ サムヴァトゥサラ)」と呼ばれています（知識や英知の年、ならびに混沌さや不確実性の年との意があるそうです）。

ウガーディの日は、家を掃除し、新しい服を着て、マンゴーの葉やココナッツで家を飾り、家族が信仰する神に祈りを捧げて祝います。象徴的なのは、通常ウガーディパッチャディと呼ばれる、6種類の味を盛り込んだ特別な供物を捧げることです。

また、暦の吟唱会を行い、その年にどんな行事などを行っていくのかを僧侶が語ります。ウガーディパッチャディの6つの味は、甘味は幸せを、酸味は嫌悪感を、苦味は人生の苦難を、（そして最後には幸せな解決）意味します。塩味は恐怖を、酸味はその年に経験するであろう驚きを、辛味はその年に遭遇するであろう怒りを意味しています。これに参加することで、人生は善と幸福だけではなく、多くの要素が混ざり合ったものであることを理解することができます。さらに重要なことは、霊的な道に集中するためには、これらすべての要素を同じように捉えなければならないということです。

次のように分析すると、この祝祭の本質をより適切に理解することができます。霊的な人生に新たな一歩を踏み出し、自らの目的を達成するために自分自身に回帰するとき、それをウガーディと呼ぶことができます。つまり、霊的なルネッサンスをウガーディと呼ぶことができるのです。

スワミの御教えである以下の5つのマハースートラに従うことで、私たちは確かにウガーディ（新しい時代）を創ることができます。

U – (Unity in thoughts, words and deeds) 思いと言葉と行動の一致。

G – (God is nowhere / God is now here) 神は今ここにいます。これまでの多くのアヴァターの降臨は、時間と空間の両方に神が存在することを何度も証明しています)。プラフラーダとヒラニヤカシプの物語 - 信者と非信者の物語のように。

A – (As you sow, so you will reap.) 蒔いたとおりに刈りとることになります。(行動を起こす前に、最後に自分が何を求めているのかを選ぶ)。

ヴィビーシャナ※1は浄性を、ラーヴァナ※2は激性を、クンバカルナ※3は鈍性を表していました。私たちの人格や人生の結果は、私たちの行いに依存します。

D – (Dedicate all your actions to Swami.) すべての行動をスワミに捧げなさい。それは、川が海に向かって流れるようなものでなければなりません。

I – I want peace. 私は平安が欲しい。恨みや憎しみなどを抱いて平安を手に入れようとしても、それは不可能に近いことです。パッケージのカバーをすべて取り外さなければ、中の製品を見ることはできません。同様に、平安を実現するためには、「私」(エゴ/アハムカーラ)と「欲しい」(欲望/ママカーラ)を取り除かなければなりません。

これまでに平静さに救われた体験は?家や心の中を清掃して祝祭を行う意義は?ウーガディの祝祭を契機にどのような点を変えたいか?等について話し合いました。

参加者の皆さんからは、「いろいろなことがあって平静さにたどり着けるように奮闘している。人前で話したりバジャンを歌ったりする時、恥ずかしいですけれど、震えたり下痢をしそうになったり緊張しすぎて動揺する。そこで全託してスワミに捧げると、時々、凄く静かになり集中することで落ち着いて良いものを捧げられる経験がある。平静になれたら、うまくいくといつも思う」、「私もいろいろなトラブルを経験した時は、必ずガーヤトリーマントラを唱える。助けてくださいと祈るが、テープの表と裏を2回唱える。終わった後は必ず平静になれる。唱える前は自分の今の気持ちはどういうものだろうといろいろ書き出す。そうすると怒りややるせない気持ちがあるが、ガーヤトリーマントラを唱え終わった後は私の中に悪いものがあるのかも知れないとか、これは神に感謝しなくてはいけないとか、全然違うフレーズが出てくる。書くことによってその違いを確かめている。ですので、ガーヤトリーマントラを唱えると必ず良い結果が出る」、「清掃をするという、この2番目の質問が当たらなければ良いなと思っていました。掃除は苦手です。スワミの御講話で、チェンナイが水不足で人々が苦しんでいた時に、スワミが水を供給するプロジェクトをその年のウガーディに着手するように決められたと読んだことがあった。ウガーディというのはユガとアディの組み合わさったもので新しい時代の始まりという語源があり、ブラフマー神※4が新しい世界の創造を始めたと信じられていると書かれていた。その時、スワミはチェンナイの皆さんが清潔な生活をできるようにするために、プロジェクトを立ち上げられたということだった。ユガ(時代)に幸福をもたらすことは物事の始まりなので、やはり清潔にして神様を迎えたい。そういう気高い望みを達成できるようなスタート地点として、掃除をしたりする決意が重要かなと思う」、「ウガーディは新年と伺ったが、私たちも新年を迎えるために年の暮れに大掃除をする。なるほどと思ったのは、大掃除をすることで心を整える、新しい年を迎える。心を整えて、まずスタート地点で新しい気持ちになる効果があるのではと思った。心を整えるために大掃除をする両面があるのではないかと思った。心を整えていくことで来るべき新しい祝祭の意義を迷いなく直接知ることができ

る。今回はウガーディィのマハースートラという5つの御教えをしっかり身に着ける。そのためにはコップの中に水が入っていると新しい御教えが入らない訳ですから、心の中の不要な水をきれいに掃除して新しい御教えがすっと入るように準備することだと思った」、「平静さを自分のものにするという言葉が、今日のスタディーサークルで印象に残った。以前に行われた、平静さのスタディーサークルの記録をもう一度読み直して、自分にとってどうすれば平静をものにできるのかを落ち着いて考え、リストに書いて行動につなげていきたいと思う」、「今日学んで心の内面の純粋さは外面からきれいにしていくことが大切だと認識できた。掃除とか片づけをもうちょっときちんとやっていこうと思った」などのコメントの共有がありました。

サイの学生の皆さんからは、「特段に平静に助けられたという体験はないが、一般的なこととして申し上げたい。よく私たちの人生では批判などされることがあるかと思う。批判に直面した時にはスワミが教えてくださった例えを参考にしようと思う。もし批判された時には、二つのことを考えなさいとおっしゃっている。批判している人の言っていることが正しければ、受容して自分を正さなければならないということ。でも、もし批判が的を得ていなくて、ただ責めている場合は“それはあなたの意見ですね”とやり過ごすように考えるということ。二つのアプローチに対して、誰に対しても絶対に憎悪を抱かないようにする。そして怒りを避けることようにすること。これが批判に直面した時に、平静をどう保つのかという、関り方の実践的なスワミの御教えだ。また、何か人生の中で論争などの場面がある場合はいつも、可能な限りそのような討論や議論を止めるようにとスワミは説かれている。なぜなら議論があるときには、結果的に友人を失ったりする。そのようなことがある場合はいつもバランスを保って、そのような状況を避けるようにする必要がある。これが自分のこの質問に対する意見」、「スワミのもとに来る前と来た後で比べてみると、スワミのもとに来る前にはいろいろなことに心が乱れたり怒りを感じたり、心が妨げられることが多かった。スワミのところに来てからも初期の頃は同じだった。でも、いろいろなスワミの御教えに接し、あるいはそんなスワミの御教えを実践している多くの人々を見て、知らず知らずのうちに心の乱れや心配事を克服していくことに至った。ただ、思いをコントロールすることができるようになって様々な仕事、学業、その他のこともより効率的にできるようになっていると思う。これがスワミのところに来る前と後でどのような違いがあったかということ。怒っている時や心配している時など、平静でない場面に直面した場合には、神の御名を唱えることによって平静さを得る。そして、より心をクリアにしていくことができると思う。それが平静さに関して自分が経験してきたことで、それは一つか二つのことではなく、非常に多くの状況や出来事の中で御名を唱えることが自分の平静さを助けてきたと思う」、「祝祭には私たちの家とか心をきれいに保っていかなければいけないと思い出させてくれる意義があると思う。祝祭のために家や心の中を清掃しなくてはならないのではなく、本当はいつもきれいにしておかなければならない。例えば古来の時代にも人々が生きていくために、とても忙しい時代があったと思う。ウガーディにおいては直接的にも間接的にも平静で等しくあるということが一つのフォーカスになっている。それは何を意味するかというと、どれほど私たちが忙しかったとしても、心の中のある一定部分は平静さに向かわなければならないということ。そしてインドの伝統では決して祝祭の時だけにお祈りをするということはなく、家族の誰か1人が毎日、家のどこかで必ずプージャ（儀式礼拝）をする。子供の頃には家の中でおばあちゃんが毎日プージャをしていて、子供たちが学校に行く前にはお祈りしてから行くことを思い出させてくれた。そして祝祭の意義は、様々な祝祭や１年

を通して、このような大事な事柄をずっと心に保ち続けていられるようにするためと理解している。

例えば平静について今日話し合っているが、以前にもスタディーサークルで何回か話し合った。インドの背景に基づけば、この時期が新年の重要な時期になるが、どういったことを決意すべきか、という点では、平静さを自分のものにしていくという決意が好ましいのではないかと思う」、「スワミは特に学生に対して清潔さの重要性について、非常に良く指導されていた。爪を伸ばして生活してはいけないと指導していた。スワミは爪と髪を特に清潔に保たなければいけないとおっしゃっている。それは個人的な意味での清潔さ。そして内なる純粋さということに関して短いお話をしたい。

二匹のアリがいて、一匹のアリは砂糖の山のてっぺんに住んでいて、もう一匹のアリは塩の山のてっぺんに住んでいた。砂糖のてっぺんに住んでいるアリは本当に砂糖しか食べなかった。そして塩の山のてっぺんに住んでいるアリは塩しか食べていなかった。ある時、塩の山に住んでいるアリが砂糖の山に住んでいるアリに招待されて、砂糖の山に行った。塩の山に住んでるアリは、砂糖の山に住んでいるアリは塩を食べたことがないだろうから塩を運んで行ってあげようとした。そして塩の山のアリは、口の中を塩で満たして砂糖の山のほうへ向かっていった。砂糖の山に塩の山のアリがやって来た時、待っていた砂糖の山のアリは、塩の山のアリに砂糖を食べるようにと勧めた。塩の山から来たアリが砂糖をいただいた。砂糖の山のアリが塩の山のアリに“砂糖の味はいかがですか？”と聞いた。すると塩の山のアリは“これはちょっとしょっぱいね”と答えた。それを聞いた砂糖の山のアリがびっくりして“ちょっと口を開けて見せてください”と言った。そうすると砂糖の山のアリが“口の中を空っぽにして、もう一回食べてください”と言った。そうして初めて塩の山から来たアリは砂糖の味を気に入った。

私たち自身に関連づけることができる興味深いお話だと思う。私たちの多くはすでに多くの悪い考えだとか、ネガティブな考えが口の中に入っていて、よいポジティブな考えが純粋に入ってこない状態になっていると思う。本当に愛とかポジティブなものを味わいたいならば、私たちの中にあるネガティブなものを取り去ってからでなければいけないということ」等のコメントの共有がありました。

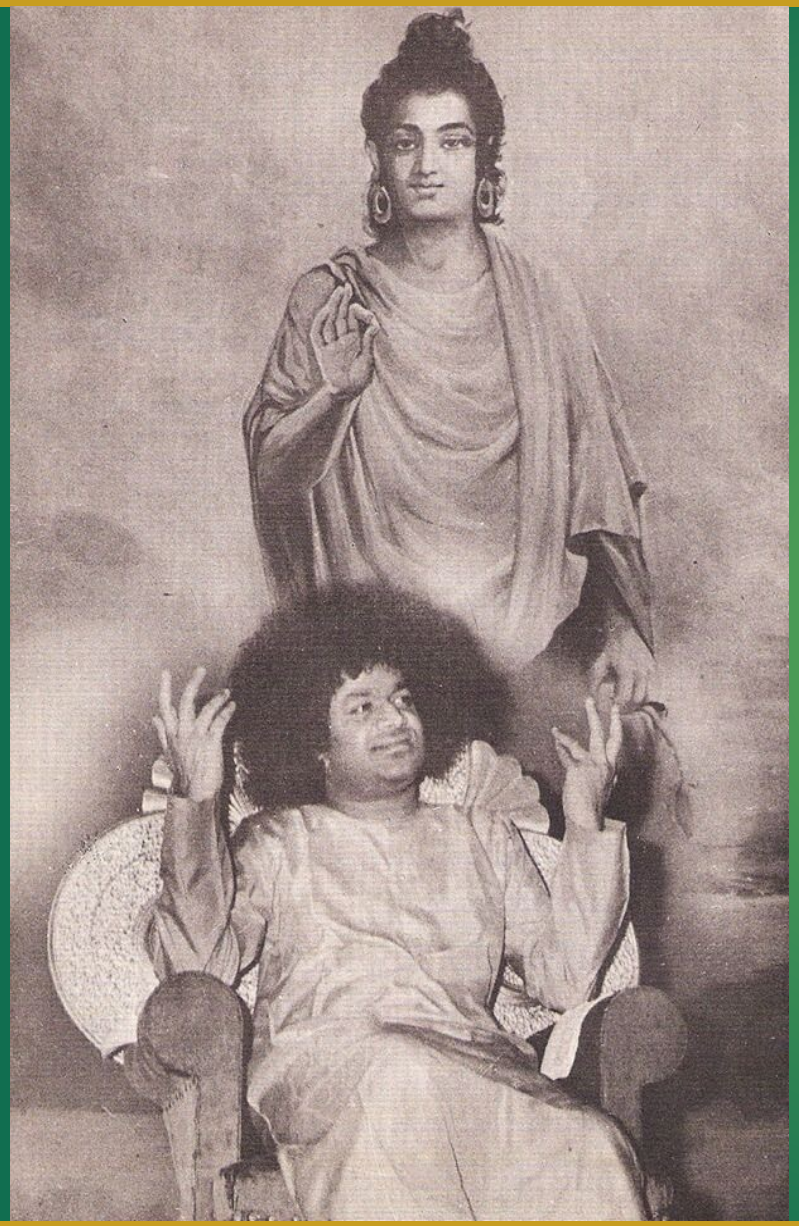
また、前週の木曜日のウガーディに関するSSSMC（Sri Sathya Sai Media Centre）ライブサットサングよりシヴァクマール先生（サティヤ サイ大学）のお話の一部をご紹介しました。

※1『ラーマーヤナ』の悪鬼ラーヴァナとクンバカルナの末の弟。

※2『ラーマーヤナ』に出てくるランカーの羅刹（悪鬼）の王。

※3ラーヴァナの弟でヴィビーシャナの兄。神々や人間に災いをもたらした罰として、半年眠って一日目覚めるという生活を強いられていた。

※4ヒンドゥー教の三大神の一つ。



◉　4/14（水）のオンラインス タディーサークルではプレーマヴァーヒニー第63節　「あなた自身の欠点に注意を払い、誠実で、喜びに満ちていなさい」について56名の参加のもと話し合いました。Bro. Sがパラグラフを選び、趣旨説明しました。

他者の欠点を見ることをどのように避けることができますか？どのようにコメントをポジティブに受け止めることができますか？どのように熱意を培うことができますか？どのように落ち込むことを避け、いつもエネルギーに満ちていることができますか？などについて話し合いました。

参加者の皆さんからは、「今は自分のことで忙しく余裕がない状況で、他者の欠点を見るようなこともない。コメントをポジティブに受け止めることができるかという点では、直接、本人にコメントを出すということは、それが悪いコメントである程とてもエネルギーが必要なことなので、逆に自分のためにエネルギーも時間も費やして言ってもらえて有難く感謝している」、「人の欠点は、受け取る人によってどこが欠点なのか異なると思うので、正確に把握することができないと思う。あまり責められたりすることはないが、会話の中に何か引っかかることを振り返ってみて自分の欠点を見つけることができるかと思う」、「何回か以前のスタディーサークルで、“死”を意識しないで普段過ごしているが、それではいけないという話があった。人生の最終的な終着点に死があると意識した時に、意識が変わったと思う。つい忘れてしまうが、自分たちの生には限りがある。そして、今日が最後かもしれないという原点に立ち戻ることが、熱意に繋がっていくと思う」、「スワミのエネルギーを拝見すると、太陽のように熱や風を飛ばしていらっしゃる。そのような点に自分らしく倣っていけたら良いと思う」、「私も限りある人生だと思っている。なんとかこの人生で解脱したいという思いや目的が私も皆さんもあると思う。目的がはっきりしている分、解脱や神の愛を忘れていると、こんなことをしている場合ではないと気づく。限られた人生の中で神から与えられた課題は必ず全部クリアして、合格点が欲しいという想いが自分の熱意になると思う」、「コロナ禍の中でもスタディーサークルのおかげで充実した期間をいただいて、すごくありがたいと思う。いろいろな方法があると思うが、私の場合は目に見える所があまりにも汚いとやる気が起こらないので、まず掃除をする。大抵、CDをかけながら大声でバジャンを、何回も歌うとスワミとつながりエネルギーを頂ける」、「自分の悪い行いの結果が戻ってきたときも喜んでいるように、いつも自分に言い聞かせ、覚悟をしている。聖書に“右手が

していることを左手に知られてはいけない”という御言葉がある。個我意識(身体との誤った自己同一視)があるとサーダナするときに気を付けないといけないと思っている。完全にはできないが、期待すると落ち込むこともあるので、個我意識がないようにいつも心がけている」、「自分のことを思い返してみると、体が健康で調子が良く順調にいっている時には、とてもエネルギーにあふれている。

反対に身体のどこかに痛みがあったり、不健康な状態で何か物事が順調にいかないときには、どうしても気持ちもエネルギーもダウンする。こういう浮き沈みを避けていつもエネルギーに満ちているためには、根本的な意味で、神の意識の実現段階までいかないと解決にならないと思う。私自身はとてもそんな意識には至っていないが。調子が悪いだけでエネルギーが不足するのは何故なのかと考えると、その瞬間に身体のほうに意識がいったり、物事のほうに意識がいったり、自分自身が神であるとかいつも神が共に歩んでくださっているということを忘れてしまっている。どんなことも神に預け、自分のすべてを委ねて、すべて神が導いてくださっていると思い出すことが、いつもエネルギーに満ちているためには必要と思う。もう一つ、サットサングで皆と共に歩むこと。

一緒に神を想う仲間がいて、一緒にバジャンを歌うことでエネルギーが上がっていると感じる」などのコメントの共有がありました。

サイの学生の皆さんからは、「もし一本の人差し指で他者を指させば、残りの指は全部自分のほうを向く。そのことをよく覚えていれば他者の欠点を見るということを忘れるのではないか。必ずしも個々のコメントをポジティブに受け止める必要はないと思う。最初はどういうコメントかをよく分析して、そのコメントをくださった人のことも分析して、どのような意図でコメントがなされたかを考えることもできる。いろいろ分析して受け止めるか、あるいは脇に置くかを取捨選択することができる。分析して取捨選択することで、ネガティブな思いに駆られることはないと思う」、「誰もが優越感とか劣等感をもったりしている。そこで中立であることを練習していかなければいけない。ある人にとっては間違ったことでも、他の人にとっては正しいということもある。なぜなら一人ひとりが生まれ育った環境が違うから。ある人の言葉や行動がポジティブでなかったなら、最初は無視することもできる。それがその人の生き方だと考えて自分自身の生き方に集中していることができる」、「熱意に関して、何かに初めて取り組む時、あるいはこれが最後の取り組みだ、という思いを抱く時に得られるのが熱意ではないかと思う。子供が何かに取り組むとき、例えば遊ぶことでも食べることでも、どんなことでも喜んで取り組む準備ができている。どうしてそれができるかというと、子供たちは行動の結果を期待しないから。私たちは年齢を重ねると、行動から結果を期待するようになってしまう。期待した結果にならない場合には悲しく思ったりする。期待した結果にならないかも知れないと恐れたりするかも知れない。例えば幼児が最初、歩き始める時期がある。赤ちゃんが突然走りだすことはない。最初は座ることから学び始めなければならない。そして床を這いまわり、何かにつかまり立ちすることを始める。つかまり歩きを始めてからも、転んだり倒れたりしながら学んでいく。そのように倒れたりしなければ、どのように歩くかを学んでいくことができない。同じように私たちのいかなる経験も、いかにして霊的な道のゴールに向かって歩いていくかを教えてくれている。（中略）スワミがよくおっしゃるのは、私たちは金とか高価な装飾物を必ず鉄製のケースにしまっておく。同じように、幸せは必ず悲しみというケースに包まれてやってくる。その悲しみというケースを取り去ることで初めて幸せがやってくる。そういった教訓をしっかり学び取れば、どんな時も熱意に満ちていることができるのではないかと思う」、

「多くの人が熱意をもつことできないのは、大局的な視点を持つことができていないからではないかと思う。スタディーサークルの場合もそうだが、例えば何かの質問に、熱意をもって答えることができる時と思いつくまま答えることもあると思う。ちゃんと心の中で熱意をもって答えることができるのであれば、自身以外に参加している皆様にも、ポジティブなエネルギーを送って貢献することができると思う。もしその機会を逃すとエネルギーを伝える機会を逃したり、他者が良くなるように貢献する機会を逃すことになると思う。何であれ熱意をもっていないならば、機会を逃すことになると思う。人類が森に棲んでいた時代から、洞窟に住むようになって、現在では立派な建物に住むようになった。そのような進化を遂げる過程では、一人ひとりが他者に多くの貢献を行うことによって進歩してきたと思う。私たちは特に熱意をもって他者に貢献してきた人々を覚えている。どれだけ多くの人がこれまでの時代に生きていたとしても、スワミ ヴィヴェーカーナンダ※1やマハトマ ガンジー※2などを覚えている。人類の進歩に意欲的に貢献した偉人や聖者たちを、人々は覚えているということだと思う。大局的に私たちがどういう道を歩んでいるのかということを理解する必要がある。そして今、私たちが得ているいろいろな機会のことを理解していることが大事だと思う。

このようなことをいつも覚えていて、熱意を持ち続けられるのではないかと思う」、「霊的な実践や、日常生活での実践がエネルギーを維持する上でとても大切。例えば運動して汗をかくということが、ネガティブなエネルギーを取り去ってくれる。より身体も活性化することを経験する。そして浄性の食物を摂ることが大事。また神の物語を聞いて感謝していることも私たちを幸せにしてくれる。小さな善い行いの実践は私たちのエネルギーを引き上げてくれる。つまり肉体的な運動と霊的な実践の両方がポジティブなエネルギーを増幅して、私たちを引き上げていく上で大事だと思う」、「三つ目の質問が自分に来るとは考えていなかったが、これは若者にとって特に大事な質問だと思う。鬱というのはどのような状態かというと、負のスパイラルに陥ってしまった状態で、心が完全に希望を持てずにポジティブなものがまったく入ってこない状態。これを避けるために一番大事なことは、いつも善い仲間といることだと思う。善い仲間と共にいることによって、感覚がどのようなことに向けられるかという点が良くなる。自分自身の経験では、感覚がネガティブなものに接すると自分自身の統合性が失われるのを感じる。そういった点で、数えきれない御講話の中でスワミが善い仲間の重要性を教えてくださっている。善い仲間をもっていることによって、いつもそこにつなぎ留められていることができる。

あるプラシャーンティニラヤムの教授が、スワミに“仲間の中で最善のものは何か”と聞かれたことがある。もし人間世界の中で善い仲間を見つけようとすれば、見つけられるけれども、それには制約があるとおっしゃっている。友達や両親は私たちをある程度まで助けてくれるが、神だけが本当に最善の仲間ということ。いかなる帰依者も個人的にスワミをハートの中にもっておかなければいけないとおしゃっている。

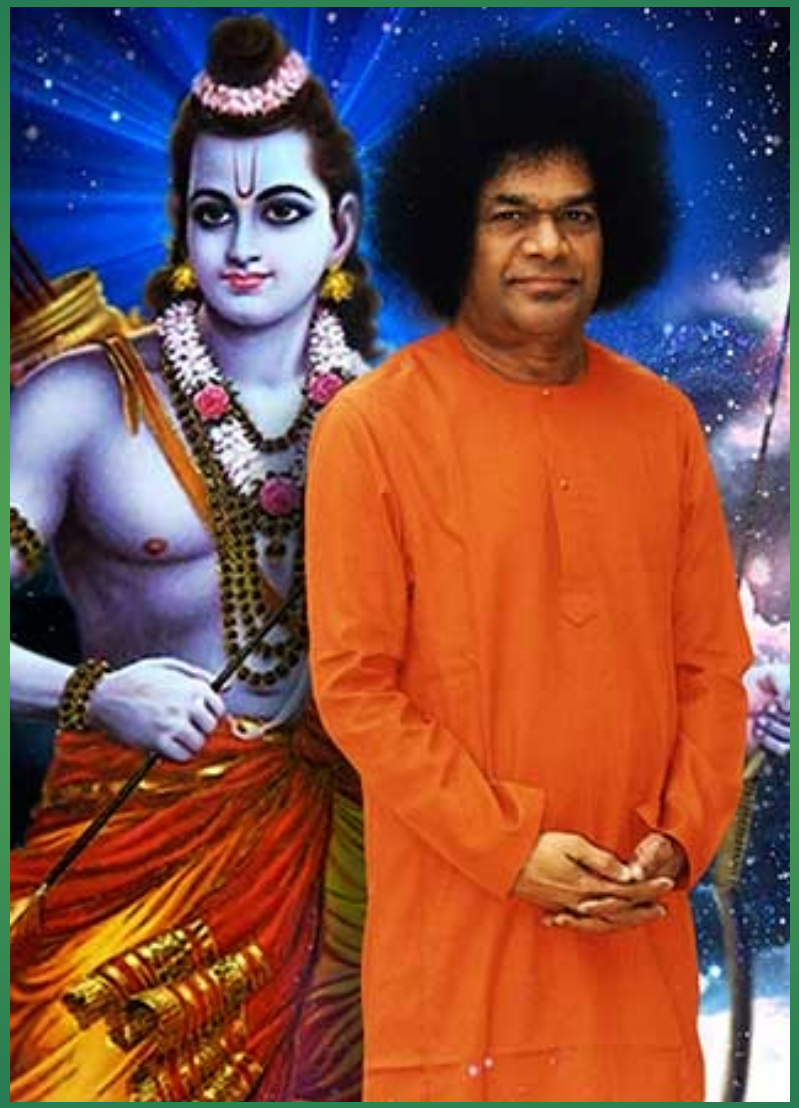
そしてスワミと直接的な会話をしていかなければならない。最初は神との会話を始めることは難しいことだと思われるかもしれない。一度できるようになれば、私たちは独立した人になれる。スワミが2011年に肉体を去られた時にはとても悲しかったが、同時に教授が“スワミが肉体を去られて、今がスワミと会話を始めるためのベストな時です”と教えてくださった。スワミが肉体をまとわれていた時には、皆がスワミの姿を見たいと思っていた。今は肉体としてのスワミの傍にいるという幸運は得られないが、それ以上の幸運は一人ひとりに合った形でスワミがハートの中に居てくださること。スワミが私たちそれぞれのハートの中に鎮座してくださっていることを悟らなければならな

い。それを理解したのであれば、ネガティブさによって落ち込むことはない。それをいつも実践していくことが必要で、スタディーサークル、バジャン、ヴェーダなどのいずれもそのことを悟るためだと思う」などのコメントの共有がありました。

また、第94回御降誕祭におけるサイ大学卒業生の皆さん（現SSSMC; Bro.プレム、Bro.アメイ）の「ヴァーヒニーシリーズの学び方」に関する講演動画をご紹介しました。

※1　スワミ ヴィヴェーカーナンダ：インドのヒンドゥー教の出家者、ヨーガ指導者、社会活動家。

※2　マハトマ・ガンジー：非暴力を用いたサッティヤーグラハ運動を行う。インド独立運動の父



◉　4/18のオンライン スタディーサークルでは「現代におけるラーマの重要性」について50名の参加のもと話し合いました。Bro. Rが導入スピーチを担当しました。

ラーマーヤナは数千年前のトレーターユガ(ラーマが降臨した時代)での出来事です。当時の状況は異なり、人々やその生活、生き方も異なります。文字通りのラーマ※1の人生を考えてみると、そのアヴァター(神の化身)の目的は悪人であるラーヴァナ※2を殺すことでした。

しかし、21世紀の今、なぜラーマについて議論したり、知ったりする必要があるのでしょうか。ラーマーヤナの物語と現代との関連性は何か？これは誰もが心に抱く最も一般的な疑問でしょう。この重要な疑問を理解するために、ラーマの人生からその特徴や最も重要な教訓を掘り下げてみましょう。ラーマの人生は、災難の連続でした。王国を失い、森の中でついには、妻を誘拐されて失います。興味のなかった残酷な戦争を戦い、妻を取り戻します。妊娠していた大切な妻に対して非常に不親切な発言をせざるを得ず、妻を連れて森に置き去りにしてしまいます。彼の人生で以降シータを目にすることはありませんでした。彼の人生は苦難に満ちていました。しかし、それでも

彼の人生は偉大な意義を持っています。ラーマの意義は、人生の状況にあるのではなく、そのような悲惨な人生の状況の中で彼がどのように行動したかにあります。深刻な苦難の中にあっても、彼は誰かを怒ることもなく、誰かを罵ることもなく、イライラすることもなく、すべてを優雅にこなしました。それゆえ、解脱を求める人々、霊的な探求者たちは、苦難のような状況下でどのように行動するかを学ぶために、優雅に生きるラーマを選びました。もし、これらのことが私の人生には起こらないと考える人がいたら、それは愚かな人です。なぜなら、外的な状況はいつでもうまくいかなくなる可能性があるからです。賢い人は、「人生が深刻な状況に追い込まれたとしても、私は優雅に行動しよう」と考えます。

それ故、今日でもラーマの原則を理解することは非常に重要です。実際、ヴァールミキ・ラーマーヤナには、「ラーマーヤナは、最後の人間が地球上を歩くまで私たちに関係し続ける」と書かれています。今日は限られた時間の中で、私たちの生活にも取り入れることのできるラーマの重要な原則について少し掘り下げてみましょう。ラーマを苦境に追い込んだ3人の重要な女性とは、1）マンタラー（王妃カイケーイのメイドで、カイケーイの心を毒して、欲を植え付けた）2）カイケーイ（その欲のために、ラーマは森に送られた）3）シュールパナカー（その欲望と復讐心のために、シータ(ラーマの妃)はラーヴァナ※3に誘拐された）でした。

この3人の女性の嫉妬、貪欲、欲望が、ラーマの困難に満ちた人生を設計したのです。 ラーマでさえ、この3人が自分の人生のあらゆる問題の原因となっていたことを知っていましたが、彼は決して彼女らに文句を言ったり、非難したり、怒ったり、間違った方向に考えたりしませんでした。これがラーマのバランスのとれた人格です。ラーヴァナがラーマに殺された後、ラーヴァナの息子たちも皆、先に殺されてしまったので、最後の葬儀を行うことができたのは、唯一生きていた弟のヴィビーシャナだけでした。ヴィビーシャナは非常にダルマ(正しい行い)に沿った人物で、ラーマの側を選びました。ラーヴァナがラーマに多くの苦痛を与えたので、ヴィビーシャナは最後の葬儀をすることに同意しませんでした。

そこでラーマは、「ラーヴァナはあなたの兄であり、私の兄弟でもある。もしあなたが自分の兄弟を丁重に見送らないのであれば、私にはそうする用意があり、ラーヴァナの葬儀を実行します」と言いました。また、ラーマは、ラーヴァナの悪行を罰したので、今はラーヴァナに対する復讐心や怒りはないと言いました。ラーマの親切心のレベルはそのように高いものでした。戦場では、ラーマがラーヴァナの馬車の御者や馬を殺すこともありました。ラーマはさらに、ラーヴァナの弓を折って丸腰にしてしまいました。真の王のダルマによれば、戦場で敵が丸腰であれば、殺すことも戦うこともできません。それ故、ラーヴァナがシータを奪ってラーマに多大な苦痛を与えた後でも、ラーマはラーヴァナを殺さず、休んで明日武器を持って戻ってくるように言い、殺さずにラーヴァナを返しました。これもまたラーマのバランスのとれた、ダルマのみを保持した人格によるものでした。どんなに難しいことでも、命に関わることでも、ラーマは正しいことだけを選びました。

ヴァーリとスグリーヴァという双子の猿の兄弟がいました。ヴァーリは非常に強い力をもっていましたが、プライドとエゴの塊でした。ラーヴァナも、その力の強さに恐れをなしていました。

ヴァーリはその時代に生きていた生物の中で最も強力な者でした。彼はスグリーヴァの妻を捕らえ、スグリーヴァの過ちを口実にスグリーヴァを彼らの王国から追い出しました。弟の妻を捕らえて虐待することはダルマに反していました。スグリーヴァは4人の大臣と一緒に大きな悲しみの中、山に留まりました。2人の兄弟（ヴァーリとスグリーヴァ）の力と能力について考えれば、論理的

には、ラーマは母シータを取り戻すためにヴァーリに近づくべきだったでしょう。しかし、そうせずに、ラーマはスグリーヴァと親しくなることを選び、ダルマに反したヴァーリを罰しました。このエピソードにおいてラーマは、人は「簡単で間違った道」よりも「困難でも正しい道」を選ぶべきであるということを明確にしました。

ラーマのどのような原理に日常生活において従いたいか？それはなぜか？他者に傷つけられたことを許し忘れることをどのように取り入れるか？その利点は？ダルマの道とアダルマの道とをどのように識別するか？などについて話し合いました。

参加者の皆さんからは、「ラーマはダルマの化身ということで、ダルマを非常に守ったことを本で読んだ。その中で私が印象に残っているのがダルマを守る動機がいつも他者を愛するためで、お父様の約束を守るためとか、国民や兄弟やシータのためとか常に誰かのことを思ってダルマを行うので、すごいと思っていた。私が同じダルマを行う際には自分が正しいことをしたいと思うことが多い。自分を無くして他の人を優先して、それがダルマにかなったら良いと思う」、「僕もラーマをダルマの化身と思っている。先ほどの“許し”でも以前のスタディーサークルでのクシャマ(堪忍)の内容と重複するところがあるが、やはり自分を一番最後にすることが大切なことなのだと思った」、「（前略）世俗の考えに揺さぶられてはいない泰然とした神聖さ、内面に向かうところがとても響いた。スワミも愛を通してラーマを悟りなさいとおっしゃっていて、ラーマと一つになることが真の解脱です、という御言葉もあったので、自分の中でも大事な点と思う」、「（前略）今ラーマのお話を聞いていて平等心が出てきた。傷つけた人も、その後誰かとの関係で傷つくことになる。やはり神様は自分の子どもを愛するからこそ罰する。罰されるということも神様から愛されていることだから、人間として平等なのかなと思った」、「もしいつまでも傷つけられたことを覚えていれば、ずっと怒りが忘れられず心に傷をつけてしまうと思う。特に霊性修行者は怒りがもっとも大敵な感情とスワミはおっしゃっていると思う。（中略）世の中が本当にパーフェクトにできていると言われていて、自ら蒔いた種を刈り取ることになっていて、公平になっている。そのように理解することで少しは楽になるのではないかと思う。しかもカルマの法則(因果応報)は、成長を願った神の意図だと思うので、決して罰として与えられているわけでないと理解しておくべきかと思う。何よりも忘れることによって得られるものは平安だと思う。平安こそ私たちが求めるべき大きなポイントだと思う。怒りと平安とを比べれば、平安のほうが良いに決まっているのだから、すっかり忘れてしまって相手を許すことが、自らが成長することだと思う。自分も気がついていないだけで間違いをいっぱい起こすわけだが、誰かに許されていることがあると思う。自分のことだけ忘れて誰かを許すっていうのも、ある意味ではエゴっぽいところがある」、「時々、何かを行った後にその出来事が心に引っかかることがある場合は、間違っていたのだろうなと思い、そうしたら次はどうしたら良いのだろうと考える。良心が教えてくれていると思うので、良心で識別できたら良いと思う。何を指標とすれば良いかという点では、今日教わったように自分にとっても相手にとっても幸せである一番良い方法を目標としたい」、「ラーマのバジャン(神への讃歌)をしているが、ラーマのことをすっかり忘れているなと思っていた。アートマダルマ（神我のダルマ）という内なる促しを大事にしていきたいと思う。ここのところネガティブな考えばかり浮かんでいて、今日話し合われていたテーマがかなり胸に響いている（中略）内なる促しを大事にしていきたいと思う」などのコメントの共有がありました。

サイの学生の皆さんからは、「ラーマの原理の中で最も好きなのは忍耐の側面。一人ひとりの人

を尊重してきたこと。あるエピソードでラーマとシータとラクシュマナ(ラーマの弟)が森に住んでいた時に、長い距離を歩いて、シータはとても疲れていたがラーマには直接そのことを訴えていなかった。突然、ラーマが座って足に刺さった棘を抜く行動をした。ラーマが他の人の思いを汲み取って、愛を示しケアをする姿勢がとても好き。ラーマーヤナ全体を読めば分かることだが、ラーマーヤナは一人ひとりのことをすべて存じている方。すべての出来事はあたかもラーマが何も知らなかったかのように起こっていく。それは面白い点だが、私たちが忘れてはいけないポイントだと思う。本当は、神様は一人ひとりのことをご存じで、彼こそが物語全体を引き起こしておられる方。私たち自身はこのドラマの中で一番大事な登場人物だと勝手に思っているが、ラーマーヤナから学んでいくことが非常に大事だと思う」、「私はラーマの中で一番大事な特性は平静さだと思う。

Bro. Rが話したように、ラーマの人生を見れば本当に苦難に満ちていた。考えてもみてください。前の日には彼はアヨーディヤの王になると言われていて、次の日の朝にはこのアヨーディヤを去り森の中で14年間も暮らすようにと言われてしまった。ある時には、朝にはシータと話していたが、何時間もするとシータが誘拐されて離れ離れになってしまった。そしてアヨーディヤに帰ってきた後でも、その時身籠っていたシータを森の中に送り込まなければいけなくなった。決して誰もそのような人生を送りたいとは思わない。でもラーマの場合にはそのような様々な困難を顔に微笑みを浮かべながら直面していった。アヨーディヤの王になると言われた時でも、森に行く時にも同じように微笑みを浮かべていたとスワミはおっしゃっている。ラーマが日常生活においてこれが大事であると教えてくださっているポイントだと思う。2つ目のラーマの大事な原則も“許し忘れる”ということになると思う。自分自身の人生ではこの2番目の原則の“許し忘れる”に非常に高い優先順位を与えたいと思う。先程Bro. Rがどのようにラーマがラーヴァナの過ちや罪を許したかということを話してくれた。もしラーマがラーヴァナを地獄に突き落としてランカーのすべてを破壊しても、誰もラーマに間違いがあるとは言わなかったでしょう。でもラーマはラーヴァナを許すことを選んだ。許し忘れることは平等心や平静さにおいても、役割を果たすことだと思う。私たちの日常生活の中で平安を失ってしまう多くの場合は、過ちを犯した人に対して怒りを感じてしまうことが原因。より幸せになっていく出発地点は、前日に起こったどんなことも忘れていくことであり、それによって毎日の幸せが始まっていくと思う。そしてフレッシュに新しい日を始めることは、幸せとより幸せなものの見方を与えてくれると思う。個人的にはこの2つの御教えが非常に重要なポイントだと思っていて、ぜひ自分自身の日常生活に取り入れていきたいと思う」、「許し忘れなさいというフレーズをスワミがおっしゃっていることは殆どの帰依者がよくご存じだが、そのことを知っていても実際に直面した時には自分自身のコントロールを失ってしまうということだと思う。その場で復讐的なことをしてしまうとか、ずっと怒りを抱き続けることになると思う。実際に起こった時の感覚やハートのコントロールが非常に大事だと思う。もう一つ覚えておくべきことは、起こりえる二つの出来事があると思う。一つは何かが過ちによって起こってしまう場合。何か悪い傷つける意図があったわけではないが、間違いによって起こってしまったとか、何か起こることを過小評価してしまって実際に起こってしまったケースがあると思う。意図的でない場合にはその人との人間関係を考えながら、やり過ごすことができると思う。二つ目が意図的な場合。過ちによって意図的にそうしてしまった人を許すことも大事。過ちを正すことも考えられる。例えばラーヴァナは多くの過ちを意図的に行ってきたが、ラーマは彼の多くの過ちが罰されるようにした。ラーマはラーヴァナが罰された後で許した。結局意図をもって悪い行いをした人は罰される結果になるというこ

とも重要。罰された後には一切の怒りを持つべきではない。ラーマはラーヴァナに対して何の怒りももっていなかった。ラーヴァナを罰するということがラーマにとっての義務だった。これが許し忘れるということに関する私の見解。誰であれ悪い行いを意図的にしている人は罰される運命にある。ただそういった人たちが罰されるのは、個人的な怒りによるのではなく、本当に正しい心でされるべきだと思う。（中略）例えば戦争の時にラーマがラーヴァナを許した場面があった。ラーマはラーヴァナが行ったいろいろな悪い状況を戦場で中和することが必要だと考えたのではないか。ラーヴァナは武器を失って丸腰になっていたので、それ以上周りの人を傷つけることはできない状況になっていた。それで一度、自分の城へ戻ることを許された。その後、ラーヴァナの葬儀を大いなる尊重の念をもって行なった」、「スワミは、誰にも何が正しくて何が間違っていると言ってもらう必要はないとおっしゃっている。人というものは生まれたときから何かの行動をずっと続けなければならない。そして神様が内側のフィードバックシステムを人に備え付けている。どんな行動を人間がしても、直ちに内側からの良心が正しいとか間違ってるとかフィードバックが働くようになっている。問題が起こるのは、どのようなソフトウェアが埋め込まれているかということ。

ソフトウェアとはマインドのこと。人は皆、何が正しくて何が間違っているか本当は知っているはずなのに、間違ったことを行うことがある。その理由は、ソフトウェアに沢山のウイルスがまとわり付いてしまっていることにより、心の中に悪い特質が入り込んでしまっているから。心にまとわりついているウイルスが内側の心の声を邪魔してしまう。悪い行いをした時でも内側の声を無視してしまうことによって、それを繰り返してしまう。人間はグルからの導きを人生において必要としている。グル（霊性の導師）というものがソフトウェアのアンチウイルスソフトになっている。人が誠実にグルの導きに従おうとするならば、間違いなくより良くなっていくと思う。それが、スワミが9つの行動規定などを与えてくださっている理由。スワミは多くのヴァーヒニーを書いてくださり、多くの御講話もくださった。それが与えてくださっているガイドラインであり、それを通して実践し、より良くなっていくことができる。今日、グルや神など、良心以外の外側のシステムに依存する度合いが高まっているとスワミがおっしゃっていた。スワミは私たち自身がより独立した人間になることを望んでいらっしゃる。私たち自身の中でこの行いがどうか判断できるようになっていく。人が歩むべき旅路というのは心によって動かされるのでなくて、良心によって動かされる必要

がある。それが私たちは神であるとスワミがおっしゃっている理由。良心にチャンネルを合わせた途端に何が正しくて何が間違っているのかが分かるようになる。それこそがラーマの行いに基づいている。彼は人間として生きた方だったが、同時に良心に焦点を合わせた方だった。であればこそ、多くの人生に苦難や困難があっても、すべてのことを正しく振る舞うことができた。同様に私たちもスワミの御教えを学び実践し、自信を持って正しく振る舞えるようになる必要がある」などのコメントの共有がありました。

また「ラーマの偉大さ」に関するサイ大学の学生寮が配信するスワミの御講話動画をご紹介しました。

※1ラーマ：約25,000年前に降臨したヴィシュヌ神の化身、美徳と正しい行いにおける最高の模範。

※2ラーヴァナ：『ラーマーヤナ』に出てくるランカーの羅刹（悪鬼）の王。

◉　4/21のオンライン スタディーサークルではプレーマヴァーヒニー第24節、25節「目に見えるものが実在であると誤解してはならない」、「客観的世界は夢の世界と同じくらい非現実的であることを理解しなさい」について50名の参加のもと話し合いました。以前にも「非二元性」のスタディーサークルを提案してスピーチを担当してくださったBro. Bがパラグラフを選び、趣旨説明を行いました。

外界の世界は非真であることをどのように確信し、非二元性を達成できるのか？スワミは書物を学ぶことと体験することを区別されている。なぜそれらは区別され、体験が重要であるのか？日常生活において、どのように絶えず帰依した状態でいられるのか？について話し合いました。

参加者の皆さんからは、「とても難しいと思うが、外の世界は移り変わっていくので、真実ではなく、見えないものが存在する。私たちはスワミ(聖者などの尊称)だと思っているが、それを心に留めて目に見えるものと見えないものを意識しながら、ブラフマン※1の意識を常にもっているといつかはそこに到達できるかなと思う」、「私はスワミと一番最初に出会った時に物凄い悩みを抱えていたが、スワミに会った途端に本当に心の中から悩みが消えてしまった。スワミとの出会いの中で、同様に自分の心の中が変わると現実が変わることを何回も体験した。体験をするうちにだんだん少しずつ確信になっていくと思う」、「物事を見たときにその人それぞれの捉え方が違っていて、それぞれの身体意識があり、個人の覚醒度合いも異なっている。そのため、書物を学ぶことと体験することは明らかに全然違うと思う。書物を学んで、それを実践してこそ初めて実感できると思う。ラーマーヤナの叙事詩は皆さんのハートの中で今もなお続いており、ブラフマンの意識に到達するまで続くものだと思う。25節の話にあった粘土と壺のように、糸と布の話もよく出てくるが、結局粘土や糸はブラフマンだとして壺や布は私たちが見ている形。でも本当の本質は粘土とか糸」、「書物を学ぶことはすごく大事だと思う。非二元性の世界を知るとそのゴールを目指せる。ただ人に伝える際に体験してないことを語っても意味がなく、なぜそれを伝えるかというと自分が体験して助かっているから人を助けたい、というように伝える時には体験が大事だと思う」、「お月様を見ていないときはエネルギーとしてしか存在しておらず、それを私たちが見るということで物証として現れているという一つの見解があるようです。これは私たちの意識が物事を作り出している一つの科学的な見解。外部に見ているものは私たちの

意識が作り出した世界であると思う。では、それは何かといえばブラフマン。すべてがブラフマンであるという体験を得るのはなかなか難しいが、今の段階では知るだけでも、私たちの見ている世界は非現実であると思うだけでも、すべての中に神が顕れることを促していくと思う」などのコメントの共有がありました。

サイの学生の皆さんからは、「非二元性はいつも双方のことを考えていることで達成できるものではないかと思う。より多くのネットワークに繋がっているようにしていくこと。身体とは神経システムに繋がっている。その神経システムをコントロールしているのは脳。脳から命令を受けたときだけ私たちは指を動かしたりできる。同じように自分自身が、宇宙の大いなるものに繋がっているということを理解している時にのみ、自分の行うすべての行動がそのパワーとつながり反映したものとなる。そのように繋がっているのであれば世界が非二元性であると確信するのは簡単ではないのかと思う。簡単に言えば、草が風になびくことさえも神の意志がないと起こらない。神の意志なしに草がなびくことはないという強い確信を抱くことだと思う。強く確信することができるのであれば、その非二元性を達成することが簡単になっていくのではないか」、「どの活動に注意を払うかということ。どういった活動をするかというときに多くの選択肢を与えられている。例えば映画を見ようか、あるいはスタディーサークルに参加しようかという選択肢があるとする。多くの人は自分の感覚が映画を観たければ、映画を観ようとすると思う。スワミの恩寵によって、私たちにはいつも神性なものを学ぶという芳しい香りを楽しむ機会が与えられている。それがサティヤ サイ オーガニゼーションの人々がスタディーサークルに参加することを選んでくださっている理由ではないかと思う。どういう活動を選んでいくかという点で、感覚的なものよりも学ぶことを選ぶことによって一歩一歩進んでいける。一度心が本当にクリアになったならば、映画などの影響を受けなくなってくると思う。私たちがどのような道をより確信もって進むのかいうことだと思う」、「理論的な知識と実践的な知識が異なるということを言っていると思う。理論的なことをどこまで知っていたとしても、やはり日常生活で活かすことができないならば理論的なことを知っている意味がないということになる。同じようにブラフマンをどれだけ文献の中で学んでも、日常生活の中で活かせる点がないなら意味がないことになる。そして、それを知っているだけではなく、実践できることが大事で、実践することで良い人間になるのか悪い人間になるのかが決まっていく。

例えば自分の祖父母は世俗的な意味ではそれほど教育を受けた人ではなく、大学にも行かなかったが、霊的な側面からの知識にはかなり完全性があり、彼らと話すととても幸せになる。それは祖父母の語ることは、スワミがおっしゃることにチューニングがあっているから。文献を学ぶことと、その実践をすることは、ラーマーヤナの中でも強調されている箇所がある。ラーヴァナ※2とヴィビーシャナ※3の違いは非常に明白なところがある。ラーヴァナはありとあらゆる学術をすべてマスターしていた。でも自分自身の欲望は征服できなかった。どれほどラーヴァナに学術的な知識があってもラーマのことを至高の存在と認識することができなかった。

その一方でヴィビーシャナの場合にはラーヴァナほどの知識がなかったにもかかわらず、ラーマを神として認識することができた。なぜならヴィビーシャナはブラフマンに関係する体験があったから。その結果としてヴィビーシャナはラーマのことを神ご自身として認識することができた。ヴィビーシャナほど文献を実践することが本当に大事だと示した人は他にいないのではないかと思う」、「この点に関してはスワミが例を挙げてくださっている。おいしい食べ物があっても名前が分かるだけではそれを味わうことはできないとスワミがおっしゃっている。

実際に食べなければ菓子の甘さを体験することができない。文献を読むことは学習することに過ぎず、体験することが大事になってくる。どのように自転車に乗ったらよいのかを本で学んだとしても、実際に自転車に乗ることを助けてくれるわけではない。実際に自転車に乗って練習することが大事になってくる。訓練を通して、どのようにバランスをとったりするべきなのか体得できると思う（中略）Bro.KPがラーヴァナとヴィビーシャナの例を挙げたが、同様にラーマとラーヴァナとの違いもそういう点にある。ラーヴァナは本当にラーマよりも知識があった。ラーヴァナは苦行により神様の恩寵を得ているという意味においてはラーマ以上だった。ラーマはラーヴァナのような苦行を一切せず、ただグル(霊性の導師)に従って、そして普通の人間として生きた。ラーマのように原則に従って困難な中で生きていくことは非常に難しいことだと思う。それによって多くの困難に直面しなければならない。一方、ラーヴァナはどうすべきかを知っていたが、非常に贅沢な人生を送っていた。すべての肉体感覚を満たすような人生を歩んでいた。そして外の世界からあらゆる快楽を得ていた。ラーマとラーヴァナの人生を比べた場合に、ラーヴァナの感覚的な人生は多くの人にとって非常に魅力的に見えるが、感覚の道を行った者を誰も崇めることはなく、皆がラーマを崇める。このラーマとラーヴァナの違いが単に文献を学ぶことと実践することの違いを明白に教えている」、「神への帰依とは神への愛。絶え間ない帰依の状態でいるには、すべてを私たちの体験の中で捧げていくこと。例えば朝起きて食事をする前の祈りや、夜眠る前の祈りなど、一つひとつの行動に神様を連れてくるように祈っていくことが必要。一つひとつの行動に神様を連れてくるだけでなく、一つひとつの思いにも連れてくる必要がある。そして人生のあらゆる側面にスワミを連れてきたときに、スワミの存在を感じていくことになる。行動する時に、すべては神のためであるという態度が帰依した状態であると思う。人生においてあらゆる仕事を神に捧げることが、絶え間なく神に帰依した状態になると思う」、「Sis. Aのコメントに関連するが、スワミも学生にすべての仕事は神の仕事だと思ってやりなさいとおっしゃる。その様な感覚をもちながら仕事をするようになったときに、すべての根底に神が流れていることを感じるようになる。もう一つスワミがとても美しい例えをされていて、それを通していつも神を想えるようになっていくと思う。あるバルヴィカスの先生のエピソードをお話ししたい。カシミール地域から来られたとても背が高く美しい先生だった。スワミは彼女を結婚させた。不幸にも数年後にご主人が亡くなったが、息子がいた。亡くなったご主人の両親がその死のことで彼女を責め、彼女を追い出して実家に帰した。彼女は住むところがなくなった。元々はバルヴィカス(子どもの開花教室)の先生であったので再びプッタパルティに戻ってスワミと会った。そしてスワミは彼女をインタビューに呼んだ。彼女は本当に泣き出して、“今もう仕事がすることができなくて、でも息子がいて、これでは生きていくことができないのですが、どうしたらいいでしょうか？”とスワミに聞いた。スワミは“この人生において何を知っているのかね？”と逆に尋ねた。彼女は“あんな仕事はできないし、こんな仕事もできない。どんな仕事も自分には上手にはできない”と答えました。“あなたができないということのすべてにおいて、一つひとつゼロ、ゼロ、ゼロとみなして数えていきなさい”とスワミはおっしゃった。“あなたは何もできないと言っているが、人生の中には沢山のゼロがあります。それらの全部のゼロの前に私を置きなさい。私が1になります。ゼロはそれ自身では何の価値もありません。でもゼロの前に１を置けば大きな価値をもちます”もう一度スワミは聞きました。“では、今あなたの価値はどんなものかね”と。“あなたが人生で何をやっていくにしても、スワミを最初に置きなさい。その後で自分がどのように仕事をするのかやってみてごらんなさい”。本当に何もなかった状態から、彼女は今はインド

で学校の校長先生になっている。息子さんはバークリー音楽大学で学んでいる。今でも彼女は、自分は何もわかっていないのだとおっしゃっている。彼女がしている唯一のことは、何をやるにしても最初にスワミに捧げなければならないということ。スワミは帰依者とは必ずしも私を信じなければならないというわけではないとおっしゃっている。御教えを試みて一度私を味わえば、あなたは決して私から離れることはないでしょうとおっしゃっている。まずスワミに全託することによって味わなければならない。そうすることによって、私たちは人生における奇跡を体験していくことになる。最後にスワミがおっしゃった御言葉を紹介したい。

今日、人々の人生はスピードが速くなっている。人々はすぐに結果を欲しがる。人々は全然忍耐をもっていない。でも周りの自然界を見て下さい。自然界ではすべてのものが遅いのです。例えば木が育つのは何年もかかる。例えば畑で穀物が育つのも何か月もかかる。同じように人生における美しさの成就にも時間がかかる。ハートの変容も直ちに起こるわけではない。ですから、あなたを変容させるために時間をかけなさいとスワミはおっしゃっている。私たちはスワミに全託して、心を変容させる仕事をスワミにしていただきましょう」などのコメントの共有がありました。

また、ラーマナヴァミ(ラーマ神御降誕祭)で

あったこの日のプラシャーンティニラヤム（プッタパルティにあるサイ ババの住まいとアシュラムの総称）でのプージャ(礼拝供養)の模様と、ラーマの時代にシータが身に着けていたブローチや戴冠式を控えたラーマの姿をスワミが物質化された様子が映された動画を２点ご紹介しました。

※１ブラフマン：梵天、創造を司る神
※２ラーヴァナ：『ラーマーヤナ』に出てくるランカーの羅刹（悪鬼）の王。
※３ヴィビーシャナ：『ラーマーヤナ』の悪鬼ラーヴァナとクンバカルナの末の弟。

◉ 4/25（日）のオンライン スタディーサークルでは「有形の神から無形の神へ」に関して43名の参加のもと話し合いました。Bro. Sが導入スピーチを担当しました。

神は私たちの感覚を超えた存在であると常に言われています。ですから、私たちがスワミについて知っていること、体験してきたことはすべて、私たちの五感の知覚を通してのことなのです。しかしスワミは何度か、私たちがこの感覚的な認識を乗り越えて、より深い神の理解のために内側を見る必要があると明言されています。

スワミはかつて、サミュエル・サンドワイス博士に「あなたは自分の人生に何を望んでいますか？と尋ねられました。博士は「あなたです、スワミ。私はあなたが欲しいのです」と答えました。スワミは「私を連れて行ってください、私はあなたのものです」と、まるで宇宙を抱きしめるのを待っているかのように、両手を大きく広げて答えました。しかしその後、スワミは再び彼に「私とは誰ですか？私はこの身体、心、知性、至福ですか？私とは誰ですか？」と尋ねられました。スワミの答えはこうでした。「私を愛するようにすべてを愛しなさい」。スワミの質問に対する答えは、このようにソーハム（私は彼である）ということでした。

サンジェイ・マハリンガム先生（シュリ・サティヤ・サイ大学のMBAコースの教員）の体験談（2009年コダイカナル）を紹介します。彼は個人的なサーダナ（霊性修行）に関して多くの質問をもっていたので、インタビュールームでスワミに多くの質問を投げかけました。スワミは次のようにおっしゃいました。「あなたの心が見つけた一つひとつの質問のすべての答えは、さらに千もの別の質問につながるでしょう。すべての質問を無視しなさい。そして、ただ一つの質問で心を満たしなさい。“私は誰であるのか？”、“スワミとは誰であるのか?”という質問です。インタビュールームにいた人々はたくさんの答えを出しました。最終的にスワミは「Nenu nene」（テルグ語で「私は私です」）とおっしゃいました。

2009年3月、インタビュールームでのことです。ダルシャンの後、スワミは悲しげで寂しげな表情をしていました。「私が毎日ダルシャンに来ると、何百人もの帰依者の目が私と一緒に動き回り、私の動きに合わせて視線を変えていきます」とスワミはおっしゃいました。何年経っても、彼らは、ここ（スワミの中）にあって、そこ（彼らの中）にはないものがあると思っているのです。スワミはため息をつくと、ただ手を振って続けました。

また、最初のインタビューで、スワミと一緒にプッタパルティにいる今、何をすべきかをスワミに尋ねました。スワミは、「何もしないで、ただ幸せでいなさい。あなたと私は一つなのですから、そのことに気づくようにしてください」ということでした。

別の機会には、スワミが数ヶ月間彼と話をしなかったので、マハリンガム氏はスワミに強い手紙を書きました。「スワミ、あなたは私たち全員を愛しているとおっしゃいました。でも、あなたは嘘つきです。あなたは私をまったく愛していません。あなたは私に数カ月もまったく話かけてくださらないからです」。これに対し、スワミは彼をインタビュールームに呼び、インタビュールームで皆の前で声に出してその手紙を読み上げました。スワミは、「スワミはすべての人を愛しており、スワミの愛は帰依者の愛のように揺れ動く愛ではありません」とおっしゃいました。スワミは彼に「あなたはスワミを愛していますか？ それともスワミの考えを愛しているのですか？と尋ねました。（後略）さらにサンドワイス博士の体験、Bro. Sのサイ大学時代の友人の体験の共有がありました。

私たちはどのように御姿をまとった神から無形の神へとフォーカスを変えていくことができるのでしょうか？姿のない神を味わうために、どのよ

うなステップから始めることができるでしょうか？あなたの理解では、スワミとは誰であったと思いますか？等について話し合いました。

参加者の皆さんからは、「前に聞いたスワミの御言葉だったか、ちょっと覚えていないが、自分に肉体意識があるうちは肉体にしか反応しないと聞いたことがある。だから、スワミの肉体にひかれるということは自分に肉体意識があるということ。そうでない無形の神を意識できると、肉体意識がなくなっていくと思う。前回のサイの学生さんのコメントで映画を見るのかスタディーサークルに出るのかという例えがあった。神が喜んでくれる道へ行くのか、そうではなく自分の肉体の感覚の喜ぶ道に行くのか常に選択肢がある。識別心で神を選んでいくことだと思う」、「スワミが亡くなられてしばらくたった時、あるインド人の帰依者の方が“日本の方はインドから離れているので無形の神様をずっと崇めてこられたと思います”とおっしゃったことがあった。私たちは肉体のスワミからずっと離れているので、もしかしたら有形の神様よりも無形の神様にフォーカスしている期間が長かったかもしれないが、確かに信仰という意味では無形の神様を思っている期間が長かったかなと思った」、「先日、ガーヤトリーマントラを108回唱えて会社に出勤した。見えている世界の背景に大きな愛とかが流れている実感をして、その日はずっとその感覚が続いていた。見えている世界はマーヤー(幻)。その背後にある愛なのかアートマ意識なのか精妙なレベルに身を置くと、感覚はこの身体にあり、当然マインド（心）も動いたりもしているが、でもそこに振り回されずに平安に過ごせた。精妙な意識に立脚してこそ、これを無形の神の正体と感じている。ラーマナヴァミ（ラーマ神御降誕祭）のスタディーサークルにラーマ※1から学ぶことは平静さという話があった。なぜラーマは平静を保てたのかと考えていた。行うべきダルマ（正しい行い）が勝っていたから平静を保てたのか、それとも平静だったからやるべきダルマをまっとうできたのか、どっちが先なんだろうと考えていた。その答えがガーヤトリーマントラを唱えた時の自分の体験だったのかなと思った」、「神は愛だと言われており、私もそのように信じていて、愛を味わうために無形なのだと思う。カルマの法則（因果応報）というのだろうか。やはり愛することによって愛を味わえるのではないかなと、今、質問を見たときに思っていた。日常の中でちょっと違う観点で感じたことがあったので、少しシェアしたい。私たちはどうしても誰か人を神として愛する時に、その人の言動を見てしまう。今その人が平安でいるのかイライラしているのかが分かるが、それに捕らわれてしまうと、本質が見えなくなってしまう。そこで目を閉じると意外に本当のものが分かる。その人の本質を味わうことができると感じたことがあった。それがどうなのか私には分からないが、スワミでもそうであり、まさに目を閉じてもスワミを感じることができる。むしろそのほうが形のない真の姿だと思う」、「小さい時にクリスチャンだったので聖書から神様を知り、やはり宇宙を創ったのが神様というイメージがある。そしてイエス様が父なる神と言っているのが神様で、イエス様と同じ時代に生まれた方はすごいなと思っていた。

スワミを知って、スワミがその神様だと知ることができたことと、肉体のスワミのダルシャンを通じて幼いころ神様に祈っていたことを全部スワミはご存じだったと知った体験がある。私の中にもずっと神様がいたと思った」、「昨夜、たまたま2017年のサイラムニュースを開いたら“あなたは私をまだ身体だと思っているのかね”という御言葉が出てきて、あまりにもタイムリーだった。スワミは至高神でいらっしゃるというのは本当にそう思う。昨日の夜、その自分の意識が身体のスワミしか見ていなかったというメッセージをスワミが投げかけてくださったように思った」等のコメントの共有がありました。

サイの学生の皆さんからは、「子供の頃バルヴィカスに参加していた頃のこと。先生からスワミの話を聞いて、肉体を持っているスワミに一度でもお会いできたらと思って授業中に泣いたことがあった。結局のところ、肉体を持ったスワミに会ったことはいまだにない。アナンタプル（シュリ・サティヤ・サイ・アナンタプル女子カレッジ）にいる時にも先生方が沢山の体験を教えてくださった。なぜ自分は肉体の姿のスワミに会うことがなかったのだろうと考えていた。その後、何日かして悟ったことは、スワミの最も美しい点は皆をどのように愛されるかということだと気がついた。本当にスワミは一人ひとりのありのままを愛される。部分的に愛するということもない。一体なぜ肉体的な御姿が自分を引きつけていたのだろうかと考えたこともある。でもスワミのもっていた愛が私を最もひきつけたと思う。私にとってはスワミの愛が一番大事なもので、本当に彼と同じように実践するということを目標にしたいと思っている。私自身も変容の途中にあると思うが、自分が興味をもっていることはスワミと同じように実践していくこと。それが姿のないスワミを愛していくことだと思う」、「スワミの御教えに接していていつも思うのは、スワミの御教えそれ自身がスワミの御姿を超越したものだと感じている。皆、自分たちの内側で会話をするが、例えばスワミとどのように会話するのかコミュニケーションの仕方を色々変えて探っていき、内側のスワミに問いを投げかけると、その結果ビデオや本など色々なものを通してその答えを受け取ることになる。実にスワミのメッセージそのものが、スワミと同じかそれ以上に偉大なものだと思っている。メッセージそのものが普遍的なものなので、スワミのメッセージにフォーカスすることによって真により普遍的なものに私たちを変えていくことになると思う」、「二つ目の質問は難しい。なぜなら自分も肉体のスワミを味わったことがないから。ちょうどスワミが肉体を去られたタイミングでサイ大学に入学した。サイ大学に入ってマハーサマーディ※2にお祈りを捧げたいと思ってきた世代。サイ大学の沢山の先生方が、スワミの全能性について多くの話を聞かせてくださった。その色々なお話を聞いて分かったのは、必ずしもプレーヤーホールに行かなくても、自分たちの日常生活の中で自分たちの居場所からいつでもスワミに話しかけることができると学んだ。そして私たちが誠実に祈るすべての祈りにスワミが答えてくださった。2011年にスワミが肉体を去られて以降、スワミがその存在を示してくださるような沢山の出来事が起こったことも思い出される。そういった出来事から、スワミに感謝して味わっていくためには誠実な祈りが必要だということを学んできた。

無形の神を味わう最初のステップは、自分にとっては誠実な祈りを捧げること。Bro. Nが言ったことと同様だが、本当にメッセージそのものが、メッセージを与えてくださっているその方以上に本当に大事なものだと思う。スワミがご存命でいらっしゃる間に、スワミが伝えたかったすべてのメッセージを私たちに伝えてくださったと信じている。私たちの側でいえば、それを実践していけば無形の神を味わうことができると思う」、「まことに神様は無条件のエネルギーでいらっしゃる。スワミとは人間の姿をとったエネルギーでいらっしゃる。そして姿をとった神様も私たちに姿のないエネルギーについて教えてくださるために姿をとっていらっしゃった。私たちはスワミが示してくださった神聖な御姿とか御教えをしっかり受け取って学んでいくことができれば、無形の神の大切さを同時に学んでいくことになると思う。個人的に思うことは私たちが無私の奉仕を学んで実践すれば、とりわけ姿のない神の重要性について学んで、それを表現していくことになるのではないかと思う。そして姿のない存在を味わうには、人生の一歩一歩にスワミを迎えることだと思う。そうすることで毎日スワミの存在を感じていくことができるのではないのかと思う」、「自分の意見ではスワミは人間としての振る舞いにおける卓越性をもっていらっしゃる方。スワミは本当に無条

件のお方。普通の人間とスワミの違いを考えてみると、人間は色々と判断しがち。神様は判断をしない。神は無条件の愛をもっていらっしゃる。これはスワミが人生全体でずっとやってこられたこと。例えば毎朝スワミがダルシャンに来られるときに、どれほど沢山の帰依者がそこに座って待っていることだろう。一人ひとりが過去生における振る舞いにおいても人格においてもまったく違っていて、スワミだけが真に知っていらっしゃる。それでもスワミはすべての人を愛していて、ただ愛を与え続けて下さる。スワミはすべての人を受容する。そういったやり方が人々を変容させている。それが人間の振る舞いと違うやり方。愛だけが変容させることができると言っている理由だと思う。とりわけ人格や振る舞いの卓越性がスワミの特色だと思う。また人々に対してガイドラインを与えられた。九つの行動規定は私たちの振る舞いに関する普遍的なもの。時と共に変わるのでなくて皆が従わなければいけないものだと思う。スワミは住んでる国とか色々なカテゴリーの人々を区別していない。本当に色々な道を歩んでいる人々を歓迎されている。そして彼らのすべてを愛によって結びつけておられる。愛とは結び付ける力。それがこのアヴァター(神の化身)の一番ユニークな特色ではないのかと思う。これまでのアヴァターは世界を変える方法においてそれぞれの違ったやり方を行ってきた。そしてスワミはそれらのツールの中でも最も強いツールを採用されている。それが重要だと思う」等のコメントの共有がありました。

また、SSSMC（Sri Sathya Sai Media Center）のアーラーダナ・マホーッツァヴァム※3にちなんだパネルディスカッション動画の一部をご紹介しました。

※１ラーマ：トレーターユガにおける神の化身、美徳と正しい行いにおける最高の模範

※２マハーサマーディ：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。

※３アーラーダナ・マホーッツァヴァム：マハーサマーディのこと。

◉ 4/28（日）のオンライン スタディーサークルではプレーマヴァーヒニー第43節、44節「最終目的地にたどり着くためにエゴを去らせなさい」、「善の道、信仰深い道を進みなさい」について57名の参加のもと話し合いました。Bro. Nがパラグラフを選び趣旨説明しました。

どのように自分自身の好き嫌いを克服できるのか？純粋な真理をより効果的に吸収するためにどうすれば良いか？神はどのような姿でも顕れることに関して体験は？等について意見交換しました。

参加者の皆さんからは、「好き嫌いという基準を自分の中に作ってしまう。それがエゴとかになっている。あまり人に対して好き嫌いというのは思ったことがないが、ただ一度そういう判断をしてしまうと深みにはまって結局、後で人間関係が破綻するという体験をしている。自分自身の中に基準を作ってしまっているのが問題。それを手放していくことが非常に大事になっていく」、「人間なので感情をもっているので、一瞬傷ついたり、嬉しいなと感情が起こったりすると思う。良い結果はいいが、良くない結果の時は一度時間をおいて考えてみて好き嫌いをなくす。まず一つ考えられる方法は、相手の立場に自分を置いてみて、向こうはどう考えたのかなと考えると好き嫌いは減る。そこでも解決できないこともあると思う。そういう時は、あまり意識にとどめずに自分が爽やかな気持ちになる波長にラジオのチューニングをするように合わせる。例えばバジャンやヴェーダを聞いたり、空や花を見たりして幸せでいる状態を保つようにすると良いと思う」、「お話を聞いていて、相手の気持ちを考えるとエゴがなくなって克服できるのかなと気が付いた。プッタパルティに行って戻ってきてから、ある人に嫌いという感情がなくなっていた。神聖なものに触れると嫌いという気持ちが薄れるのかなと思う。結局、その人が悪いのではなく、自分の内面の表れ。カルマ(行為の結果)さえも霊性修行になっていて、神聖なものに触れて全託することで克服できるのではないか」、「シーク教の何代目かのグル（霊性の師）が自分の後継者を指名する時に、二人の弟子の候補者がいた。二人に祭壇かお寺を作らせて、グルが“これじゃだめだ。やり直しなさい”と言った。また作らせて、また見て“ダメです。作りなおしなさい”と何回も繰り返した。一人の弟子はグルがOKというまで何も文句を言わず何度も作り続けた。もう一人のお弟子さんは“一体どこが間違っているか教えてください。何も分からないのに何度も作り直させられたのではたまりません”と言った。その時にグルは“あなたはまだエゴがあるから真に悟るにはまだまだである”と言って、何も言わずに文句も言わずに作り直してきた弟子のほうを後継者にした。自分が偉いとか、よくものを知っていて頭が良いみたいなプライドや傲慢さのようなアハンカーラ（自我意識）が残っていると、純粋な真のままに吸収できないのではないかなと思った。逆にエゴをなくしていけば、太陽の光を見たり、風が揺れるのを感じたりしただけでも何か悟ることができるのではないかと思う」、「私は今おっしゃったことと同じことを感じているが、どんなことも学ぼうという姿勢があったとしても、学ぶ本人に利己的な傾向とかエゴやエゴから生まれる欲望や怒り、迷妄、貪欲、高慢、嫉妬など心の六つの敵と言われている感情が強く残っている限り、どんなに素晴らしい真理であったとしても正しく吸収することできないと思う。吸収し正しく受け取っていくためには、受け取っていく私たちの心が純粋になって、コップの中に水が残っていない状態まで本当に空っぽにして、すべてを吸収していくようにしていく。エゴをなくしていく努力の中で初めて真理がハートに入っていくと思う。心の中の六つの敵に対する一番の消火剤は五大価値（真理・正義・平安・愛・非暴力）だとババがおっしゃっているので、やはり愛に基づいた思いと言葉と行動を実現していく中で準備ができるのではないか」、「先ほどのプレーマヴァーヒニーの文章の中に、単なる学識だとか理論に依存し続ける人は真理の香りに気づかない

というような文章があった。今、オンラインなどの色々な霊性の学びの場があるが、つい知らない間に頭で考えてしまうことによく気づく。私がやりながら最近感じたことは、スワミの写真を横に置いて、スワミの写真のほうに“スワミ！”と心を移すと自分が吸収するものが違ってくる。これが本当に自分の忘れていたことなのだと感じた。何を勉強するにしてもスワミや愛を忘れてしまって、頭だけで考えてしまうと分からなくなるのかなと思う」、「以前のスタディーサークルでのサイの学生さんたちの話で、許すことを習慣化すれば好き嫌いがなくなるというお話があった。肉体を超えた次元で物事を考えれば好き嫌いがなくなるということだった。許すことができないから好き嫌いの原因になる。神だけが原因であることを覚えていれば、一時的なものに関してはあまり気にならない。結局自分の不純性が相手に反映していると考えれば、それによって自分もステップアップできる。ミツバチが蜜だけを取り入れるような方法が良いと思っている。（後略）」、「今年のマハーシヴァラートリの前にストートラム（讃歌）を練習していた。体調が悪くても練習していたら凄く元気になり、シヴァ（破壊をつかさどる神）の御姿を思い浮かべることができていた。マハーシヴァラートリでシヴァ神のダルシャンでも受けられたら良いなと思った。その数日後、東北で大きな地震があって、翌日は凄い雨だった。それでも出かけなければならない用事があった。踏切で電車待ちをしていたら突然後ろから強風が吹いてきて、傘を前に出して飛ばされないように踏ん張ると、傘が見事に綺麗に折れて途方に暮れた。ちょうど隣に小学生が途方に暮れる僕を見て、僕の先を歩いて行った。これはもしかしたら風雨を降らせるルッドラ神（シヴァ神）のダルシャンではないかと感じた。1時間後にはすっかり晴れ上がって虹がでてきた。帰りには暗くなっていたが、ちょうどその日は三日月だった。リンガーシタカム（リンガムを讃える讃歌）の最後のフレーズの意味は“シヴァ神の御前でこのストートラムを唱えるならシヴァ神の世界に到達し、シヴァ神と共にいる至福を享受するでしょう”ということだった。まさにそれを体験できたマハーシヴァラートリの前の出来事だった」等のコメントの共有がありました。

サイの学生の皆さんからは、「私たちの五感から好き嫌いが生じてくると思う。つまり五感の反応が好き嫌いになる。なので人によってまったく異なってくる。まさに肉体執着からくるとスワミはおっしゃっている。個人的にその好き嫌いに対処する方法は全託だと思う。人生において度々神様は私たちが好きな状況も嫌いな状況も与えられる。自分の好きなことが起これば幸せになったり、嫌いなことが起これば不幸せに感じたりしている。でも、全託しているのであれば、何が起こっても神のご意志だと思える。全託できるのであれば、自分は好きであるとか嫌いであるとかは関係ない。どういうことを経験しても自分にとって良いことだと考えるようにしている。そして感覚は心と深く関係している。心を静かにすることが好き嫌いを克服することの鍵になっていると思う。スワミがある御講話でラーマ※1の御名を唱えることが心を静めるために非常に大切だとおっしゃった。スワミはこれまで地上に来られたアヴァター（神の化身）の中でも、特にラーマが心をコントロールする点において完全性を示したとおっしゃっている。そして神の御名とは御姿よりも強力なのだとスワミはおっしゃっている。ラーマの御名を唱えることは非常に強力。それが、私たちがいつもサイラーム（サイ＋ラーマ）と言っている理由。好き嫌いが生じたときにはラーマの御名を唱えていなければいけない。最初はすぐに結果が出るものではないが、時間が経つにつれて効果が得られる。以前、イタリアに滞在してとても大変な時にそれを実践したことがある。結果が感じられることが起こったが、人間の特性としてその後、なかなか続けることができなかった。スワミは御名を唱えるという味わいを体験させてくださったが、

その時ほど続けることはできていない。神の御名を唱えることが、私たちの好き嫌いを乗り越えさせてくれると思う」、「皆自分の好きなものだけを扱っていたい。本当に嫌いなものを扱うのは難しい。神が好まれるような良いことを実践するには、練習が必要。そして神がお好きでないようなことを、私たちが好んでしまうのは良くない。神が望まれないことを私たちが望まないようになるにも練習が必要。本当に神を中心に据えて、神が何を好まれて何を好まれないかを識別することが、神に至るのを助けてくれると思う。例えば、他の人からコメントをいただいて、そのコメントが自分はあまり好きでない場合には、必ずしもポジティブに受け止めなければならないというわけではない。ただ、その時には深呼吸してすべてのものが神の創造物であるということを思い出す必要がある」、「真理を効果的に吸収するためには、グル（霊性の師）にアプローチする必要がある。私たちは完全なグルを得ることができてとても幸運。たいていグルを見つけることにある程度の努力が必要。グルと呼ばれる人はたくさんいるが、彼らから本当の知識を得ることは稀だと思う。最初の時点では正しいグルを得るように祈らなくてはならなかった。一度グルをしっかり得ることができたならば、本当にグルに関して変な偏見を一切もたないようにしなければならない。

例えば導入のところでも述べられたが、グルの御教えを理解しようとするときに最初の質問のように好き嫌いがあったならば、グルの言っていることをちゃんと理解することができなくなってしまう。御教えのどんな側面に関しても空っぽの状態で、一切の偏見なしでいるとグルが教えてくれる真理が入ってくると思う。もう一つは、私たち自身が内なる真理を知りたいという関心をもっていることが大切。グルが知識をくれるのは、弟子が聞くときだけに教えてくれるもの。クリシュナ※2には千もの追従者がいたが、ギーター※3を説いて教えたのは一人に対してだけだった。私たちは神や真理を知りたいという本当の興味をもっていなければならない。今申し上げたように三つのことが真理を効果的に吸収するために大事。おさらいすると一つ目が完全なグルをもっていること。二つ目は心に一切の偏見がなく空っぽであること。三つ目として、学びに対して真実を知りたいという本当の興味をもっていること」、「自分にとっては今回の三つの質問の順番は、悟っていくまでの段階を追っているような質問に見える。一つ目の質問はどのように平静をものにするかという質問。二つ目は絶対的にどう神を理解するか、意識するかというポイント。神がどこにでもいると理解したのであれば、神はどんな姿でも取るということを次に理解しなければならない。

スワミが神はどこにでもいらっしゃると教えてくださっており、自分はまだ本当に悟っていないと思う。スワミは本当にどこにでもいらっしゃって、スワミはどんな姿でも取るのだということを、やはりスワミに思い出させていただかなければならない。スワミというのはあらゆるグルの中でも最高のグル。たとえ私たちが諦めたとしても、スワミが私たちを導くことを決してあきらめられることはない。私たちがスワミは本当にどこにでもいらっしゃることを悟るまでは、私たちに思い出させることをスワミはずっと続けて下さる。体験においては、スワミが自分を助けるためにある姿を取ってくださったと思うことがある。それは2008年に起こったこと。その時、母親の体調が良くなかったのでスワミに伝えたいと思っていた。スワミはそのことを知ってはいらっしゃったが、スワミに手紙を渡した時には、知ってらっしゃるという感覚とは違った様子だった。結局その後スワミは手紙を受け取ってヴィブーティ（聖灰）を物質化してくださり、“お母さんのところに行って、このヴィブーティをあげなさい”とおっしゃった。すぐに母親のところに行ったが、途中の中継点の街があって、そこには土地勘がなかった。そこから目的地までバスがあまりなかった。一人で初めて旅して、降りたのはわりと大きなバス停だった。どうしたら良いかきょろきょろしていると警官の

方が来て話かけられた。その警官は、自分が誰で、何故そこにいて、どこに行かなければならないのか色々なことを自分に尋ねた。子供の頃から見知らぬ人にあまり自分のことを話さないように教えられていたので気が進まなかった。でも警官の方がポケットから書類を取り出すと、そこにスワミの写真があった。「サイラム」の挨拶があった後、自分がどういう理由でそこに行かなければいけないとかを話した。そうすると警官の方は、このバスが10分後ぐらいに来るので乗っていけば良いなど、色々なことを教えてくれた。それは朝早く、午前3時ぐらいの出来事だった。振り返って、ありがとうとお礼を言おうとしたが、どこにもその警官を見つけることができなかった。バスが出発まで15分ぐらいあると運転手が言うので、その間外に出て警官がどこにいるのか探したりしたが、どこにも見つけることができなかった。でも実家に帰って、母親にヴィブーティをわたすと良くなった。スワミが来て助けてくださったのだと思う。スワミが形をとって来てくださったと信じることが大事なことだと思う。別の物語だが、ある時、ある村が洪水になった時に、ある人が家の屋根の上に立っていて神様に安全でいられるように祈ったことがあった。最初はヘリコプターが助けに来てくれたが、“きっと神様が来てくださるから”と断った。その後にボートも助けに来てくれたが、“いや。神様が助けに来てくれるから”と言って断った。その後、結局洪水が酷くなってその方はおぼれて亡くなってしまった。天国で神様に“どうして助けてくれなかったのですか”と聞いた。“私はあなたに完全な信仰をもっていたのに、あなたは来てくださりませんでしたね”と。神様が笑って“ヘリコプターで助けに行ったりボートで助けに行ったりしたが、それは私だったのにあなたは断ったでしょう。そのように断ったなら、あなたをどうやって助けることができるでしょうか？”と言いました。私たちの人生においても、人が助けてくれるということがあったときにはいつでも、神様がその人を送り込んで私たちを助けてくれていると信じることがとても大切だと思う。それが私たちの持つべき信仰というものではないかと思う」、「Bro. Kが共有してくれた物語では、登場人物はヘリコプター等を信じないで、神様は自分の好きな神様の姿で助けに来てくれると信じて待っていた話だったと思う。同様に私たちもスワミが送ってくださるメッセージを、私たちが霊的だと思っている人々や好きな人々を通してだけ受け取ろうとするかもしれない。実際にはスワミが届けてくれるメッセージは友達からくるかもしれないし、敵からもらえるかもしれない。たいてい私たちは好きでない人たちからメッセージが来ると受け取ることが難しくなる。このスタディーサークルではずっと心を空っぽにして神様のメッセージを受け取ることの大切さを学んでいる。同様に、色々なメッセージを受け取ることができるようにマインド（心）を空にしていくことが大事ではないかと思う。同様に言えることは、例えば私たちは、スワミが私たちの好きな方法で祝福してくれることはすごく好きだが、私たちが好きでない方法でスワミが祝福してくださるのは、あまり好きでないことがある。私の友人がスワミに“将来何をやったら良いですか”と聞いたときに、“あなたは博士号を取りに進学しなさい”とおっしゃった。でもその友人はMBA（経営学の修士号）コースに行くと心に固めていた。結果的に自分が考えていたMBAへ行くことに決めて、スワミに指示されたPhDコース（博士コース）には進まなかった。私たちが固定観念を先にもっていたならば、たとえ神様がやってきて直接指示をしてくださっても受け取ることができなくなってしまう。オープンなマインドでいて、それを神様の指示として受容できることが、好き嫌いを克服するうえでとても大事だと思う」等のコメントの共有がありました。

また、SSSMC（Sri Sathya Sai Media Center）のパネルディスカッション動画より関連するエピソードの部分をご紹介しました。

※１ラーマ：トレーターユガにおける神の化身、美徳と正しい行いにおける最高の模範。

※２クリシュナ：ドワーパラユガにおける神の化身、純粋な愛の具現。

※３ギーター：バガヴァッドギーターのこと。マハーバーラタの戦いの前にマー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。

◉　5/2（日）のオンライン スタディーサークルは「イーシュワランマ～至高の母性」について47名の参加のもと話し合いました。Sis. Aが導入スピーチを務めました。

スワミは、母親は人間にとって最初のグル（霊性の師）であると、数え切れないほどおっしゃいました。イーシュワランマ（サティヤ・サイ・ババ様の肉体の母）は、理想的な母親の模範です。5月6日には、世界中でイーシュワランマの人生が祝われ、彼女の模範的な人生を思い出し、困っている人のために無私の奉仕活動を行い、神の栄光を歌います。今日、私たちは彼女のすべての無私の行為に感謝します。イーシュワランマは、カウサリア（ラーマの母）、デーヴァキー（クリシュナの母）、マリア（キリストの母）のように、神の不可思議な意志によって神聖な使命と目的をもって母なる地球に恩寵を与えた、まさに神の光輝でした。彼女は、かつての神聖な母たちが経験したのと同じような苦悩と法悦、恐怖とジレンマ、試練と勝利、そして最終的には至福と幸福を経験しました。

クリシュナ※1が両親の第8子であったのと同様に、スワミもイーシュワランマの8番目の子供でした。スワミが誕生するまでに彼女が経験した激動

の時代は、クリシュナが母親の膝の上に乗る前にデーヴァキーが経験したことに似ています。母デーヴァキーの前の7人の子供たちは、悪魔カムサの凶悪な計画から逃れることができませんでした。イーシュワランマもまた、残酷な運命の手に苦しめられていました。世界の光が彼女の息子として降臨するまでに、彼女は4回連続して流産しました。

イーシュワランマの義理の父であるコンダマラージュは、一族の先祖である聖者ヴェンカ アヴァドゥータの夢を見て、準備をしておくようにと指示されました。しかし、一体何を準備するのかは知らされていませんでした。スワミはこう説明されています。この肉体の祖父であるコンダマラージュは、グニャーニ（英知のある者）であり、未来のビジョンに恵まれていました。ある日、彼は息子のペッダ ヴェンカマ ラージュを呼び、妻の名前をイーシュワランマに変えるようにと言いました。それは、自分の内側に神聖な波動を感じたからでした。彼女が神であるイーシュワラ※2の母であることを伝えたかったのです。しかし、ペッダ ヴェンカマ ラージュは、この名前の内的な意味を知りませんでした。

彼は父親の命令に暗黙のうちに従い、妻の名前をイーシュワランマに変えました。スワミが生まれるずっと前に、ナーマギリアンマはイーシュワランマ、つまりイーシュワラ（神）の母となり、神なる主は独自の方法で自らの来るべき降臨を告げたのです。

（中略：スワミの降臨時のエピソードの紹介がありました。また、スワミが毒殺されそうになった事件において、その事件の回避においてイーシュワランマが果たした役割についてエピソードの紹介がありました。）

イーシュワランマは、簡素で敬虔な女性で、彼女が身に着けた『宝石』とは、基本的に無私の愛と奉仕でした。彼女は犠牲の体現者であり、愛に満ちた母であり、理想的な妻であり、帰依者の幸福のために働き、困窮者に奉仕する帰依者にとっての生ける女神でした。彼女の3つの善意の願いは、村人への飲料水プロジェクト、子供たちへの学校、病人のための病院でしたが、今では人類に奉仕する素晴らしい道として実現しています。スワミは、イーシュワランマの最期の日である 1972 年 5 月 6 日に行われた御講話の中で、イーシュワランマの思い出に捧げつつ、5 月 6 日の出来事や思い出を語られています。イーシュワランマの生涯を祝う行事は、1977年5月6日、彼女の命日を記念して「子供の日」として始まりました。この日は「イーシュワランマの日」です。この日の意義は、小さな子供たちが理想を思い出す日、彼女が理想を示した日を「子供の日」として祝うことにあります。（後略）

人生には苦悩や歓喜、恐れ、ジレンマ、試み、成功などが伴うが、神の降臨はどのようにそれらに対処することを助けているか？私たちの母親の無私の愛や私たちへの奉仕にどのように報いることができるのか？私たちの日常生活において、神への礼拝と見なすことが難しい仕事はあるか？もしあればなぜか？どう克服できるのか？等の点について話し合いました。

参加者の皆さんからは、「イーシュワランマの本を読んだことがあるが、女性特有の“スワミは自分の子供である”という意識とか家族への執着など、色々なものへの苦しみがあった。でもスワミはそれらを否定するのでなく、本当に寄り添いながら助けてくださったのだと思う。私自身のことだが、スワミが神様として人間の姿で現れたが、神様は本当にいると色々な体験の中から実感できた。信仰心を与えてもらったことが一番大きなことだなと思っている」、「自分の肉体の母親もいつも言っていたが“子供の幸せが私の幸せです”ということ。そしてスワミも“幸せでいなさい”とおっしゃるので、幸せでいることが一番の親孝行だと思う。この肉体を授かって人生を歩むことができるのは母親のおかげ。神へ向かうように成就することが一番の親孝行なのかなと思う」、「私の肉体の母親はもういないが、母のことは好きだった。

ただ、母親の自分に対しての犠牲などが本当に分かったのは、自分が子供を産んで育てていた時。なんて大変なのだろうと自分が実感して、このように犠牲になりながら母は私たちを育ててくれたということが、徐々に徐々に分かってきた。本当に分かったのは母が死んだ後。母親の無私の愛が分かったけれども、後悔ばかりあって、何にも報いることができなかったなと思う。ただ救いは何かと言ったら、母が死ぬ直前にインドに行って、日本人の方とたまたまお会いした。その方は自分のおばあちゃんが亡くなった時に、おばあちゃんの中にスワミを見ることを一生懸命、一生懸命やって、最後に神を見ることができて本当に成仏させることができたと聞いた。それで日本に帰ってきたら自分の母が危篤状態になっていた。まさにスワミに先例を教えてもらったのだなと思い、母の中にスワミを見ようと熱心に、熱心に教えられた通りにやったら、自分が最高に光の中に包まれたように、自分は絶対に母を成仏させることができたと確信ができた。それまで親孝行ができていなかったと思うが、最後にスワミが親孝行を授けてくれて。それが自分の救いと思った」、「このような世の中なので、神への礼拝として見なすことが難しい仕事はたくさんある。（中略）もしスワミの道具として自分を捉えるならば、この状況を如何にして打破して、周りの人々を啓発していく方法が取れるのかと思う。そのような時に識別力と、自分の能力がどこまで及ぶかということを考えることが必要。もし難しく感じる仕事があったとしたら、それを自分が打破できるような、改善できるような能力が自分に有るかどうかをスワミに聞く。できると思ったら進むし、無理だと思ったらスワミに祈って、“すみません、ちょっと私にはこの仕事はハードルが高かったので、パスさせてください”と言うかもしれない。実際自分が本当に難しいと思った仕事に関して、スワミに凄く祈って、祈って、祈った時に、２日後にその仕事はしなくて良いことになった。最終的には祈りだと思う」、「先程、Bro. Rのお話の中にクンティー※3のお話があり、困難がもっと欲しいと望んだというお話があった。困難はまったく欲しいとは思わないが、ただ色々な楽しいこととか、困難や、苦しいことについて考えた時に、苦しいことや困難の時の方が常に神が近くにいるというか、常に神を求めて、神と近づくっていうことが比較的起きやすいと思う。（中略）

どう克服できるのかに関して、この頃何か楽しいことが起こったとき、そういう時にありがとうございますと神にお礼を言うようにしている。お礼だけは忘れないでいようと思っている」等のコメントの共有がありました。

サイの学生の皆さんからは、「特に私が好きな点は、イーシュワランマがものすごく謙虚でものすごく簡素な方でいらっしゃったということ。バガヴァンといつも一緒にいらっしゃることは誰もがご存じだったが、そのことをひけらすことはまったくなかった。イーシュワランマはスワミを守護するという姿勢が強い方だったので、イーシュワランマのいるところで誰もスワミにネガティブな思いを抱くことができなかった。これがイーシュワランマのことに関して、私がものすごく好きなところ。多くの機会にスワミは“あなたと私は何も違わないのです”と言ってくださっているが、スワミの多くの御教えがその悟りへと少しずつ私たちを近づけてくださっていると感じる。いつもスワミの御講話の最初に“愛の化身である皆さん”とおっしゃってくださる。本当にスワミが聴衆の皆を“純粋な愛の化身”と見なしているということ。こういった事実が神も私たちも一つだと悟ることを助けてくれる」、「二つの例を挙げたい。両方ともポイントを別のスタディーサークルで話したことがある。『マハーバーラタ※4』に出てくるドラウパディー※5の例で、彼女はパーンダヴァ兄弟※6たちの妻。クルクシェートラの戦い※7のときに既にカウラヴァ兄弟※8はほとんど亡くなっていた。まだその時カウラヴァ兄弟の年長のドゥルヨーダナだけが生きていて、まさに死

のうとしているところだった。そしてカウラヴァ側の武士のアシュワッタマという人がいて、彼はカウラヴァ側のグルの息子だった。その時までに彼の父親も既に死んでいた。皆殺されてしまっていたので、アシュワッタマはパーンダヴァ兄弟たちに復讐をしようと考えていた。そしてある時、アシュワッタマがその戦場のパーンダヴァ兄弟たちの家に入り、ドラウパディーの5人の子供をすべて殺した。ドラウパディーは完全に悲しみに打ちひしがれた。これはダルマ（正しい行い）に反したことであり、10代ぐらいの子供が眠っている間にアシュワッタマに殺された。クリシュナとアルジュナがアシュワッタマを捕まえてドラウパディーの前に連れ出した。その時にアルジュナはドラウパディーに“ご自分で彼を殺すこともできるし、私たちに殺すことを命じることもできる”と言った。でもその時ドラウパディーは“彼のことを放免するように”と言った。“なぜなら自分が母として子供を失うということがどれほどの痛みを伴うのかということを知っているから”と言った。“アシュワッタマの母親も同じように感じるでしょう”。5人の子供を失ったにもかかわらず、ドラウパディーはアシュワッタマを傷つけずに帰すことができた。パーンダヴァ兄弟はいつもクリシュナ神と共にいたが、もし私たちが来る日も来る日も神と共にいたならば、私たちのハートは同情心で満たされることになる。復讐や苦しみは発生しない。それが神の降臨によって、私たちが公正なブッディ（知性）を得ることができるということ。もし私たちが人生の中で沢山の良いことを得ることできたなら、エゴなどが生じてくる。例えば沢山のことを達成できて、もう自分は何でもできると思ったりするようになる。クルクシェートラの戦いの後で、ダルマラージャ※9は王として戴冠した。ダルマラージャを王にした後で、クリシュナがパーンダヴァ兄弟のもとから離れようとしたとき、クリシュナがクンティーに“何か望みはあるかね”と聞いた。クンティーは“自分の人生においてもっともっと困難が欲しい”と言った。なぜ、そう言ったかといえば、いかなる困難がやって来た時にもクリシュナが姿を現してくださるから。私たちは人生の中で良いことだけが生じたら、私たちの中にエゴが生じてしまう。良いことも当たり前のことと思ってしまうから。心を安定させてエゴを取り除いていくには、幾分かの困難が非常に必要で大事になる。なぜなら、そこで良いことが起ころうと悪いことが起ころうと、私たちはいつも幸せでいなくてはならないから。どちらを通してもスワミは何かを教えてくださろうとしている。両方ともスワミからの祝福」、「母親の愛はそれ自体の性質として神の愛に近い。神の愛は100人の母の愛に等しいとおっしゃっている。私たちの誰にとっても母の愛に対して何かお返しすることはできない。生まれる瞬間からお母さんの身体から生まれて、お母さん自身が子供を育て始める。そしてそのような痛みを経たあとで、なおも子供のことを愛し続ける。子供のことをありとあらゆる可能な方法で世話し続けて、大人になってからも愛し続ける。私たちの人生がどういうものであれ、母親がくださっているほどの愛を何かで示すことはできない。母親という存在だけが、他の母親の愛を理解することができる。先ほどのBro. Rのお話にもあったが、実際に母であったドラウパディーだけが他の母親がどういう痛みを経験するだろうと考えることができた。パーンダヴァ兄弟はアシュワッタマを殺したいと思ったが、ドラウパディーにはそうすると母親がどういう痛みを経験するかが分かった。これは自分の意見だが、その母親の愛に報いるための唯一の方法は、母親、両親を人生が終わるときまで面倒を見るということだと思う。そして母親から示された愛の道に従い、もしくは頂いた愛を社会への奉仕にしていくことだと思う。人間にとって完全なる無私の奉仕は非常に難しいこと。何故なら人間には多かれ少なかれ期待があるから。それにもかかわらず、無私であろうと努力をすることによって愛に報いていくことができるのではないか」、「神の愛は例外として、両親の愛は最も純粋な形態の愛。

親の子供に対する愛は本当に無条件なもの。特に母親の愛というものに対して報いようと考えることは非常に大切。これまで多くの人にスワミは母親に対して報いるようにとおっしゃっている。両親はある意味、子供がいかなる形においても成功することを喜ぶと思うし、子供たちはいくらかの時間を両親とともにし、必要な時には両親に仕えるべきだと思う。両親にとっても子供たちにこうなって欲しいという色々な希望がある。例えばイーシュワランマはスワミに、どうかプッタパルティ※10を去らないで下さいと懇願したことがあった。その結果としてスワミはサイの王国をプッタパルティに構えることになった。どの両親も幾分かの願いをもっていると思う。私たちは可能な限り両親の希望を沿うようにするべき。もう一つの方法は、社会に奉仕することによって両親を幸せにすること。これもスワミの人生を見ていくと明らかになっていると思う。どんな両親も子供たちが社会の役に立っているところを見ることで幸せになる。これらが母親の無私の愛などに私たちが報いることができるいくつかの方法だと思う」、「いつも神のことを覚えていなければならない。本当に私たちは、そのゴールに到達しなければならず、そして今の現在地として私たちは完全ではない。そして一日中ずっと神の御名を覚えていなければならない。なぜ私たちが神の御名をずっと覚えていることが難しいのかということに関して、スワミが美しくその理由を説明して下さったことがある。マーヤー（幻）というものを通しての説明だが、どのようにマーヤーを実際に体験しているかと尋ねられた。例えば私がいつも御講話をしている時に、あなた方はそこに座って御講話を聞いている。ずっと御講話を聞いたり、バジャンとかヴェーダとかをしているが、その間誰にも話かけたりはしない。例えば、御講話を聞いたり、バジャンやヴェーダをしたりする間には、周囲とのおしゃべり等のやり取りは最小限でなければならない。そうすれば本当に自分自身でいる状態になる。そして自分がその一人でいる状態においては、何であれ良いことだけを行うようになっている。例えば誰かが素晴らしい講演をしたとして、そのような時には非常に感銘を受けて、明日はそれを実践しようなどと考えたりする。ところが周囲とおしゃべり等を始めた途端に、自分が何か決意したことだとか、自分が何かを実践しようとしたことをすべて忘れてしまう。それがマーヤーであるとスワミがおっしゃっている。マーヤーというものは、私たちがするべきことを忘れさせる性質がある。サイ大学でもスワミはいつも学生たちにソーハムを実践するようにとおっしゃる。それは“私は神である”というもの。ソーハムを実践することによって、私たちはより意識的になることができて、それによってマーヤーを乗り越える事ができる。スワミは、このソーハムを十分なフォーカスをもって長い間唱えることができれば、いつか他の人と話して、何かに怒ったり、心が動揺したりすることがあったとしても、その時、心の自然の性質として、心がソーハム、ソーハムと言うようになっていくとおっしゃる。それによって、色々な怒り、動揺、良くない感情などから抜け出すことを助けてくれるようになる。また、スワミは人生の中で達成しなければならない大きなものには、それなりの対価を支払わなければならないとおっしゃっている。例えばスワミはオリンピックの100 メートル走を例にあげられる。金メダルを取る人は長い間ずっと練習し続けて、最終的にそのレースに勝つ。そして、そのレースで勝つという目標、ターゲットを決めて、そのためには一年中練習する。ハードワーク、首尾一貫性、そういったものがゴールへ結びついていく。そのように私たちのゴールは毎日毎日の仕事をする中で神の御名をずっと憶えているということ。本当に今スワミが何かのマジックを行ってくださって、急に私たちがそれを憶えていられるようになるということはない。それには意識的に神の御名を唱えていくという実践をしていく必要がある。時々それは失敗して忘れてしまうこともあるだろう。でも失敗は成功の素。それで諦める

のではなくて、トライし続けなければならない。スワミは私たちが１歩進めば、１００歩近づいて来てくれるとおっしゃる。私たちは意識的に神のことを憶えているというのであれば、その恩寵として、最も難しい状況においても私たちに感銘を与え続けてくださると思う」等のコメントの共有がありました。

また、Sri Sathya Sai Official（シュリ・サティヤ・サイ・オフィシャル）の動画、「Prasanthi Chronicles（プラシャンティ・クロニクルズ）」から関連の動画をご紹介しました。

※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。

※２イーシュワラ：シヴァ神の別名、主、至高の存在、神。

※３クンティー：パーンドゥ王の第一王妃。パーンダヴァ兄弟のうちダルマジャとアルジュナとビーマの母で、クリシュナの父ヴァスデーヴァの妹。

※４神聖甘露

※５ドラウパディー：パーンダヴァ兄弟の共通の妻。

※６パーンダヴァ兄弟：『マハーバーラタ』に出てくるパーンドゥ王の五人の息子、ユディシュティラ（ダルマジャ）、ビーマ、アルジュナ、ナクラ、サハデーヴァのご兄弟の総称。

※７クルクシェートラの戦い：マハーバーラタの戦場、ここで１８日間戦いが繰り広げられた。クル族の土地の意。

※８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。

※９ダルマラージャ：ダルマの王の意。ユディシティラの別名。

※１０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。

◉　5/6（木）のオンライン スタディーサークルでは　プレーマヴァーヒニー第36節、第37節「普遍的な目で見なさい」、「化身が神の普遍的姿を明らかにする」について51名の参加のもと話し合いました。Bro. Kがパラグラフを選び、趣旨説明しました。

宗教、信条の間の相互理解を深めるにはどうすれば良いのか？私たちが崇める御姿がすべてに浸透した姿のない存在であることをどのように悟ることができるのか？どのように私たちの帰依はやがて自己実現へとつながるのか？等について話し合いました。

参加者の皆さんからは、「スワミの本とかご講話を聞いている時はその通りだなと思う。すべては一つの神から現れた投影。そしてすべて同じ方向に帰っていくという段階を通してこの世の中が存在していると思う」、「瞑想とか観想をする宗教がある。心の中にあるものに対峙して姿とか形がなくなるという共通点があるのではないかと思った」、「実は他の宗教のことを少し勉強してみると、言っていることは同じなのだと分かるので、何も知らないで見た目だけで怪しいとか思っていないで、その宗教の教えも学ぶと良いと思う」、「姿がない存在であることを分からせるために、神が姿を持って現れて私たちに体験を与えてくれたと思う。神様から与えられた体験、経験を本当に大切に思って、そこから悟るということが重要ではないのかと思う」、「以前のスタディーサークルで、サイ大学のある先生がすべての学生や誰に対しても“スワミ”と声をかけていたことを聞いた。それがとても良いアイデアだと思った。日常生活の中で、会社では“スワミ”と言えないが、ここでは“スワミ”と話しかけることができて一つのアイデアになる。後はどうしたら目の前にいる人たちの役に立ち、助けることができるのかを考えていく。スワミが一緒に手伝ってくださると思い、すべての人を愛するように取り組むことだと思う」、「難しいが、色々なことで御名を唱えながら神様を一番にして、自分の欲望とか執着を全部外していくと、純粋になっていく。どんどん純粋な愛になって神と自分の差がなくなってくると、本当に愛とか神と同じになっていくのかなと思う」、「すべて自分のものは自分の周りは鏡であるというのは本当のことで、全部自分も神も周りも本当は神だが、神ではなく見えてしまって、その鏡を曇らせている。凄く汚れている部分と、ちょっと汚れがなくなっているところと色々だ。その汚れを取り除いて本当の状態を目指していくことかなと思う」、「難しい問題。やはりエゴをなくしていくことだと思う。自分がとか、自分がやっているとか、そうした気持ちをなくしていくこと。犬と猫の違いの話がある。犬は飼い主が餌をくれると、こんなにおいしいものをくれるなんてこの人は神様に違いないと思い、一方猫はこんなに毎日おいしいものをくれるのだから自分は神に違いないと思うという話がある。やっぱり感謝する気持ちも大事。自分では何もできないけれども神様が助けてくれるからできる、力が湧いてくると思うようになると、少しずつエゴが取れていって心が純粋になるのではないかなと思う」等のコメントの共有がありました。

サイの学生の皆さんからは、「世界に起こっている暴力は、神様が自分の外にいると思っている時に起きるものだと思う。宗教によっては、神様は外にいると考えられていて聖典にまで規定されている場合がある。神様というものを個人の考えで規定していると思う。個人で解釈しようとすると、執着や感情などによって考えが定まってきてしまう。異なる神様に従う帰依者の皆さんの間に、考えの相違が起こる。そういった理由で、至るところで宗教戦争が起こっている。なぜなら皆、自分の宗教が神を一番適切に表現していると思っているから。それは人々の神への理解が間違っているから。一番、それを解決する良い方法は外側にいると思っている神様が内側にいるということを

知ること。そして同じ神様がすべての中に居るということを知ること。そうすることができるとお互いの尊敬を培うことができるようになる。サイオーガニゼーションは最善な事例だと思う。私たちの多くが違う宗教に従っている。でも私たちの神に対する理解は一つ。神が普遍であることを知っているし、人類が兄弟であることも理解している。だからここではそういう抗争が起こらない。スワミの御教えを通じて、本当の神を理解することができて幸運だと思う。もし、宗教的なことに対して攻撃的な人に出会うならば、ぜひ神様はすべての人の中にもいらっしゃるということを教えてあげると良い。知り合いの友達の中で、宗教的なことになると凄く攻撃的な人がいた。その人に対して、何か月も思いあぐねたことがあった。その人にスワミのメッセージについて教えてあげるべきなのか否かと考えた。そこでスワミの二つの違うメッセージの写真を取り出した。一つは“Love All. Serve All. Help Ever. Hurt Never.”。もう一つは“神様は外ではなく、あなたの内側にいます。だから神様をどこにでも見ましょう”というメッセージだった。それらの写真を机の上に置いておいた。その友達は毎日そのメッセージを読むことになった。それから数か月するとその友達が少しずつ攻撃的ではなくなってきた。変わり始めた。どうして変わり始めたのか理由はわからない。

そして一度彼が不在の時だったが、彼の家を訪れたときに、お母さんが自分に話しながら泣いていた。お母さんの話によると、彼が二つのメッセージを書き写して自分の勉強部屋に貼り付けていた。彼は毎日、夜、部屋で勉強するときに、いつもそれを見て泣いていたとのこと。そして彼の人生が完全に変わってきた。スワミはどんな種類の人々にでも、正しいことを言うことを決して恐れてはいけないとおっしゃっている」、「どうして宗教的な暴力が起こるかというと、自分の宗教が他よりも優れていると思うから。それぞれの宗教が分離したものだと思っているから抗争が起こる。それぞれの宗教が異なった文化に根ざしていて、実践の様式が異なってくる。実際にどの宗教も基本的な原理としては、親切でいるようにとか、真実に従うように、いつも平安でいるようになど、普遍的なことをすべての宗教は教えている。宗教間の抗争を避けるためには、ちゃんと宗教を理解して、文献に基づいて理解して受け入れること。宗教的な実践を尊重すること。最も大事なのが霊的な実践をするということだが、同時にすべての宗教を尊重しなければならないということ。霊性というものは私たちが神に繋がることを助けてくれる。太陽が霧を消してしまうのと同じように、神への愛というものが私たちの無知とかうぬぼれを消してくれるという御言葉があった。どうして抗争が起こるかというと無知によるが、無知が何かというと私たちが神から分離した存在だと位置づけてしまうから。なので、あらゆる宗教の人々に対して神を見ることが、あらゆる抗争を避けることに役立っていくと思う」、「いくつかの宗教では姿を礼拝するというのが共通すること。別の種類の宗教では姿は使わずに、代わりに旗とかシンボルだけを礼拝する宗教もある。例えばイスラム教。どちらの場合であったとしても、何かの対象に対して集中し、祈りを捧げる。でもスワミは幾分かの実践の後で、対象は姿あるものから姿のないものに変わっていかなければいけないとおっしゃっている。私たちが姿を礼拝する時に、誠実な祈りが本当に必要になってくる。祈りの誠実さによって、私たちが次のステップに上がっていくことができると思う。スワミが肉体としてプッタパルティ※1にいらした時は、多くの帰依者が直接的にプッタパルティに行くことができなくても、それぞれの居場所で誠実にスワミに祈るということをしてきた。そしてスワミは帰依者の祈りに応えてこられた。同時にスワミに直接祈ることができた人に対しても祝福された。スワミが肉体的にいらっしゃらなくなってからは、肉体的な御姿に直接的な祈りはできなくなっているが、それに対してもスワミは応えてくださっている。大事なポイントとしては、まずは御姿を礼拝することから

始めることになる。次に、ラーマ※2やクリシュナ※3の御姿を礼拝するにしても、礼拝した神がどのようなメッセージを伝えていらっしゃるのかをよく考え始める必要がある。そのようなメッセージを見つめて分かることは、共通して神様がすべてに遍満していらっしゃるということ。そのようなやり方で御姿を礼拝することから始めて、形がない存在を礼拝することができるようになるのではないかと思う。繰り返すと、誠実に祈っていくということは彼等が与えてくださっているメッセージに目を向けていくということだと思う。このような方法で姿のない神様へと進んでいくことができると思う」、「私たちのように神の御姿を知っている人にとって姿がない状態を悟ることはとても難しいことだと思う。『マハーバーラタ※4』において最後にクリシュナが肉体を去ろうとしたときに、親しい友人だったウッダバが“あなたの御姿に慣れてしまって、どうしたらあなたの御姿なしにいられるのか”と言った。その質問に対してクリシュナは微笑んだ。ウッダバはゴーピカー（牧女）に話をしに行って、“あなた方が大変愛していらっしゃるクリシュナはもうすぐ肉体を去ろうとしています”と言うと、ゴーピカーはただ微笑んだ。そしてゴーピカーは“クリシュナがどこかに行ってしまうとでも言うのですか？クリシュナはいつも私たちと共にいますよ”と言った。

“クリシュナが微笑むなら花が開くことを知っています。クリシュナの声を聞けば鳥も歌います。大地に雨が降れば、そこからクリシュナの香りが漂います。このようにクリシュナ神が私たちにご自身を与えてくださっているのですから、どうしたらクリシュナ神がどこかに行くということができるでしょうか？クリシュナ神はどこにも去ることはできませんし、必ず私たちの内側にいらっしゃいます”。これは理解するのが少し難しいことなのかもしれない。スワミが私たちのためにもっとシンプルにして教えてくださっている。スワミの例えでは、子供が母親の胎内にいる時には、母親は子供を完全に包んでしまっていて、子供はまだ母親を探すことができない状態。どうしてまだ母親を探さないのかというと、母親に完全に包まれているから。スワミは、同じように宇宙全体が私たちの中にあるとおっしゃっている。スワミからすれば、“例えば木とか森、鳥、人間をどこに探すのですか？すべてのものは私の中にあります。そしてあなたは私に囲まれているのです”ということ。なので、私たちが悟らなければならないことは、私たちの眼の前にいらっしゃるスワミは私たちを完全に包み込んでいらっしゃる方だということ。そしてそのように悟ることができるようになるのは、マーヤー（幻）の殻を破ったときにだけ可能になる。マーヤーをどうやって取り去るかという

と、帰依と全託によってのみ取り除くことができる。どうやってそれを消え去らせることができるかというと、スワミが処方されている色々な形態の異なった帰依に従っていくことを通して。同時にスワミがおっしゃっているのは、このカリの時代※5においては最も簡単な帰依の方法は神の御名を唱えるナーマスマラナ※6ということ。このナーマスマラナという方法、様々な帰依の道に従っていくことが眼の前にいらっしゃるスワミが私たちを包んでくださっているということを悟っていく唯一の方法だということ」、「人間というのは色々なことを理解するのは何でも感覚を通してのみ理解することができるもの。私たちが得ている教育も概ね同じようなもの。何をもって教育を受けているかというと、私たちが何を見たか、何を体験したかということをベースに教育を受けていく。そういったことを感覚とか脳でどう理解したかを通じてのみ理解していく。本当にハートでどう感じるかをトレーニングさせてくれる場所はどこにもないと思う。愛というものを、感覚を経由しないで理解することができるだろうか？それは感覚を超越した体験を通した時にのみやってくるものだと思う。例えば誰かを助けたとき、満足感が得られると思う。奉仕のように何も期待することなく助けることができたときに、あるいはメロディーのよいバジャンを聞いて楽しんだとき

に、誰かのスワミとの体験に耳を傾けたときなどに。なぜそれらを良く感じるかというと、それらを通して私たちがハートの中で幾分かの愛を感じるから。今日、このパラグラフを見て最初に感じたことは、どこにも存在するのは愛だけだということなので、神を理解するために最初にしなければならないことは“すべてを愛し、すべてに仕える”というそれだけだろうと思った。以前のスタディーサークルでも色々な話があり、いかなることも何も期待せずに助けていかなくてはならないということだった。バジャンを聞いたときに感じるのと同じだけの愛を、他人を見たときに感じるようになるなど、多くのサーダナ（霊性修行）が必要なのではないかと思う。スワミがおっしゃっているのは九つの帰依の道※7を通して幾分かのレベルまで達した時に、感覚を通して神を本当に感じるようになるということ。究極の神を理解することをゴールとして心に定め続ける時に、九つの帰依の道に従って多くのサーダナに取り組み、毎日人間としてどう進歩しているのかを感じていかなければならない。私たちがそのプロセスに集中していけば、最終的に到達すると思う」、「これまで他のスタディーサークルで話したかと思うが、もう一度ミーラー・バーイー※8のことを挙げたい。お母様と一緒に外に出掛けたときに、4歳の子供の頃のミーラー・バーイーは結婚式が行われるのを目にした。ミーラー・バーイーはお母様に“誰が私の婚約者なの？”と聞いた。その時お母様は何と答えたらよいか分からず、“あなたの結婚相手はクリシュナ神ですよ”と答えた。これは、どのようにミーラー・バーイ ーのクリシュナ神への信仰心が始まったのかというエピソードだった。実際に結婚して以降も、ミーラー・バーイーはクリシュナ神に対して帰依を続けていた。クリシュナ神への愛によっていつもバジャンを歌っていた。周囲の人が旦那さんに“ミーラー・バーイーが誰かへの愛の歌を歌っているよ”と告げ口し始めた。それにも関わらずミーラー・バーイーの愛はクリシュナ神だけに固定されていたので、沢山の試練に直面することになった。ある時、贈り物を受け取ったが、その籠の中にはコブラが入っていて“このガーランド（花輪）をギフトとして受け取ってください”と書かれてあった。取り出すと完全に花でできたガーランドとなった。別な時には”これはアムリタ（神聖甘露）です“と毒を渡されたことがあった。それをクリシュナ神に捧げてから、実際に口に入れたが、毒はまったくミーラー・バーイーに影響を及ぼさずに、完全に問題はなかった。こういったエピソードを見ていて分かるのは本当に帰依というのは一歩ずつ進んでいくものだということ。それは、単純に私は帰依者だと思うだけでは簡単に起こるようなことではないということ。私たちの帰依の背後にある想いは神への愛だけ。どのような愛、信仰かというと“二つのものではなく一なるものだけである”という信仰。これをいつも心の中に留めておくことが私たちを助けてくれる」等のコメントの共有がありました。

また、第94回御降誕祭のプログラムから「ヴァーヒニーを学ぶ重要性その２」の動画をご紹介しました。

※１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。

※２ラーマ：約二万五千年前に降臨したヴィシュヌ神の化身。

※３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。

※４『マハーバーラタ』：従兄弟の関係にあるパーンダヴァ側とカウラヴァ側の間で行われた十八日間の戦争を背景とした大叙事詩。

※５カリの時代：法の力が４分の３失われた闘争の時代。

※６ナーマスマラナ：神の御名の憶持。唱名。

※７九つの帰依の道：スラヴァナム（聞くこと）、キルタナム（歌うこと）、ヴィシュヌスマラナム（ヴィシュヌ神を憶念すること）、パダセヴァナム（神の蓮華の御足に奉仕すること）、ヴァンダナム（神を崇敬すること）、アルチャナム（礼拝）、ダシャム（苦役）、スネハム（友情）、アートマニヴェダナム（自己放棄）。

※８ミーラー・バーイー：メワール王国の都チットール（ウダイプルに遷都される前の都）のマハーラナ（藩主）の妃で、クリシュナ神の偉大な帰依者。

LOVE ALL - SERVE ALL

Love All, Serve All

Help Ever, Hurt Never

シュリ サティヤ サイ インターナショナル オーガニゼーション ジャパン

ssoj@sathyasai.or.jp

FAX 03-4330-1399

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