**「なぜ私たちは、シュリー・クリシュナの生誕を祝うのか」**

### 2019年8月18日

### 逗子例会

### スワーミー・メーダサーナンダによる講話

### 於・逗子協会

日本ヴェーダーンタ協会は、ラーマクリシュナ僧団と僧院の支部ですが、どうしてシュリー・クリシュナの生誕をお祝いするのでしょうか？イスコン（ハレー・クリシュナ）のお寺を訪れても、絶対にシュリー・ラーマクリシュナの生誕祭はないでしょう。なぜ私たちは、ラーマクリシュナ以外の偉大な聖者たちの生涯、神の化身、他の宗教の聖典勉強をするのでしょうか？なぜなら、それらからインスピレーションを得たいからです。私たちが彼らの生涯について読むと、幸せを感じます、何しろ彼らはすべて、同じ神のあらわれなのですから。

シカゴで開催された第一回世界宗教会議でスワーミー・ヴィヴェーカーナンダは何度も講演をされましたが、その内容について私たちは話をしてきました。彼の、強く心に訴える最後の発言は、全ての世界の主な宗教では、例外なく偉大な聖者が誕生してきた、ということでした。私たちは彼らの教えから、精神的な糧や励ましをもらいます。だからここヴェーダーンタ協会で私たちは、シュリー・ラーマクリシュナの教えを学ぶだけでなく、コーラン、バイブル、お釈迦様の教えも読みます。同じように、『ラーマクリシュナの福音』を学ぶだけでなく、『バガヴァッド・ギーター』や『シュリーマッド・バーガヴァタム』も勉強しています。シュリー・ラーマクリシュナは、「かつて私はシュリー・クリシュナとして生を受けていました」ともおっしゃった。私たちがシュリー・クリシュナの生涯について興味があるもう一つの理由はそれです。

**理想的な家住者**

シュリー・クリシュナの生涯には、理想的な生活を送る方法を示す多くの出来事があります。その中の一つが、ドゥルヴァーサという偉大な聖者の話です。彼は、怒りっぽく、横柄な性格を持ち合わせていました。シュリー・クリシュナは既婚の家住者で王様でしたので、たくさんの義務がありました。ある時ドゥルヴァーサは、シュリー・クリシュナが理想的な家住者として義務を行っているかを試すためにやってきました。ドゥルヴァーサの最初の要求は、シュリー・クリシュナと彼の妻がドゥルヴァーサのために昼食を用意して給仕することでした。シュリー・クリシュナの妻ルクミニはドゥルヴァーサの言ったとおりにしました。食事の後、三人が散歩に出かけると、ドゥルヴァーサはクリシュナとルクミニに、馬のように馬車を引くようにと言いつけました。

王様に、もっと大胆なことには神にそのような要求をすることを想像できますか？しかしクリシュナ王とルクミニ王妃は、怒って抗議をする代わりに微笑みながらその願いを聞き入れました。まったく不名誉だと感じずに。自分たちは昼食すらとっていなかったにもかかわらずですよ。

お客様を喜ばせることは家住者にとっての義務なので、王と王妃はこのような務めを受け入れたのです。領国の臣民たちは、クリシュナとルクミニが苦労して馬車を引き、転倒して膝から血を流すのを目撃しました。彼らはドゥルヴァーサに罵声を浴びせました。しかし王と王妃は穏やかなままでした。ドゥルヴァーサはついに馬車を止め、そこから降りてシュリー・クリシュナの御足にひれ伏して言いました、「おお、主よ、私にはあなた様が人々に理想的な家住者の手本を、ご自分の義務を果たすことで示すために、私の要求を受け入れられた、ということが分かります」。

**理想的な無執着**

シュリー・クリシュナは、愛の神としても知られています。ヴリンダーヴァンのゴーピー（牛飼いの娘）たちのシュリー・クリシュナへの素晴らしい愛の数多くの物語と描写があります。ある時、シュリー・クリシュナは義務を果たすためにマトゥラに行かなければならなくなりました。彼の出発は、ゴーピーたちの深い悲しみと涙を誘いました。しかしシュリー・クリシュナは、ヴリンダーヴァンの親しく愛しい人々と結果的に離れるのに、悲しみも傷心も全く見せませんでした。このことは、シュリー・クリシュナは本当に愛の権化であったけれども、その愛に執着はなかったことを示しています。

**信者の避難所**

シュリー・クリシュナは神の化身でしたので、彼は信者たちの避難所でした。信者が困った時、シュリー・クリシュナ、つまり神に祈ると、神が彼らを助けるためにやって来ます。同じことがイエスの生涯の中にも見られ、イエスの中に避難したものは、癒され、一変し、救われました。シュリー・クリシュナの生涯の中にも、信者がシュリー・クリシュナに祈り、彼が助けた、という例がたくさんあります。マハーバーラタ叙事詩のたくさんのそのようなエピソードの中から一つご紹介します。ドラウパディ（パンダヴァ兄弟の妻）のエピソードの舞台は王の宮廷で、パンダヴァ兄弟とカウラヴァ兄が宮廷にいます。カウラヴァ兄弟のドゥルヨーダナとドゥシャサナは、賭けの戦利品としてドゥルヨーダナのものとなっていたドラウパディを辱めようとしました。全ての廷臣の前で彼女の衣服を脱がせて屈辱を与えようと策略したのです。ドラウパディは一心にシュリー・クリシュナに自分の名誉が守られるように祈りました。邪悪なドゥシャサナが力づくで彼女のサリーをはぎ取ろうとしましたが、彼女の祈りに答えてシュリー・クリシュナがサリーの布をどんどん出し続け、ドゥシャサナのよこしまな計画を妨害しました。

**個人個人へのアドバイス**

シュリー・クリシュナは信者を、平安の道、知識の道、解脱への道に導きもしました。これら全ての教えは、バガヴァッド・ギーターの中に見られます。また、シュリー・クリシュナの信者へのアドバイスは個人的なものでした。例えば、アルジュナが戦争に直面したとき、ライバルである親戚を戦いで殺すことを拒否すると、シュリー・クリシュナは、戦うことは戦士としての義務なのだから、戦わなければならない、それに実のところカウラヴァの王は邪悪なのだから、と言いました。しかし、クリシュナはもう一人のウッダヴァという信者に対しては、世俗的な努力を放棄し、独りで霊的実践に身を捧げるようにとアドバイスをしました。

シュリー・ラーマクリシュナも信者の個々の性質と霊的能力をもとに個人的な教えをしました。彼は例えば、僧侶になることを定められている若者たちに対しては、ある種のアドバイスをしましたが、家住者になる定めの者、または既に家住者の道を歩んでいる者に対しては、まったく別のアドバイスをしました。

**マーヤーを乗り越える**

私たちはみんな、日々の生活で不安や恐れを経験します。もちろん喜びや楽しみもありますが、経験の多くは、混乱、不安、恐れ、悲しみです。私たちは体について、家族について、仕事について悩みます。これらは全てマーヤー、つまり神の幻象の影響によるものだ、というのがインド哲学の一つの説明です。マーヤーとは何でしょうか？マーヤーには二つの特徴があります。一つ目は、マーヤーは真理を覆うことです。二つ目は、マーヤーは非実在を実在のように、実在を非実在のように見せることです。私たちの本性はサット・チット・アーナンダ、絶対の存在、絶対の知識、絶対の至福ですが、私たちはそのことを忘れ、自分は体と心であると信じ込むように惑わされています。例えば、体が病気のときは、自分を体と同一視して「私は病気です」と言い、心が心配しているときは心と同一視して、「私は心配しています」と言うように、体と心はいつも変化、変動します。

私たちはどのようにこのマーヤーを乗り越え、取り除けばいいでしょうか？私たちがマーヤーを乗り越えて取り除くまでは、混乱、不安、恐れが終わることはありません。皆さん、例外なくこの答えを知りたい。その答えというは、バガヴァッド・ギーター第7章14節の中にあります。

ダイヴィーヒエーシャーグナマイーマママーヤードゥラッテャヤー/

マームエーヴァイェープラパッデャンテーマーヤームエーターンタランティテー//

（日本語斉唱）

第7章14節

世の人々が、これら三性質から成る私の幻象に、惑わされずにいることは非常に難しい。だが私に全てを委(ゆだ)ねて帰依する人は容易(やすやす)とその危機を乗り越えられるであろう。

マーヤーは、広大な無限の海に例えることができます。そしてシュリー・クリシュナは、もし私たちが彼のもとに避難するなら、私たちはこのマーヤーを乗り越える、つまり渡りきることができる、と言っています。しかし、神を自分の避難所とすることは、簡単なことではありません。だから、私は今、このことについて、取り上げたいと思います。

生やさしい願いで、神を自分の避難所にすることはできません。本当に切なる願いが必要なのです。本当に神を避難所とするには、多くの霊的実践が必要です。このことをマクロレベルで考えれば、私たちが見ることができ、認識できる全てがマーヤーです、宇宙全体がマーヤーです。では、個人的、マイクロレベルでは、何がマーヤーですか？

人格（individual self）は、粗大な体（gross body）、感覚(the senses)、生命エネルギー(vital energy)、心（mind）、認識機能すなわち知性(buddhi)、記憶(memory)、自我(the ego)から成り立っています。心がなければ体意識はありません。だからマーヤーのあらわれは、心が中心です。全ての誤った想像、疑い、恐れ、体意識は、心から出ます。ある人が病気のときに、仕事に集中していると、痛くても仕事ができますね。なぜならその時、心が体を同一視していないからです。体の存在の気づきは、心を基礎としているのです。

シュリー・ラーマクリシュナの直弟子であるスワーミー・アカンダーナンダが老齢となった時、加齢のせいであちこちが痛みました。ある夜、信者たちが彼のもとにやってきて深夜まで話しをしていました。アカンダーナンダジはたいそう熱心に話をし、信者たちはとても興味深く聞いていました。アカンダーナンダジの付き人が、夜も遅いので話を終わらせて休むように、と申し出ました。スワーミーはしぶしぶ話をやめ、信者たちはうちに帰るように促されました。しかしそのすぐ後に、スワーミー・アカンダーナンダジは、信者さんが来て話をしている間は全ての痛みを忘れていたのに、一人になると全ての痛みがまた戻った、とこぼしました。話に夢中なときは、痛みには気づかなかったのですが、心が体を意識するとすぐに、痛みが戻りました。このことは、私たち自身の肉体の存在に気づくのに、心がいかに大役を果たしているか、本当は自分の肉体だけでなく、世の中の全ての存在に気づくことに、心がどれほど重要な役割を果たしているかを明らかにしています。

**心のコントロール**

バガヴァッド・ギーター第6章35節

シュリーバガヴァーンウヴァーチャ：

アサンシャヤンマハー・バーホーマノードゥルニッグラハンチャラム/

アッビヤーセーナトゥカウンテーヤヴァイラーッギェーナチャグリッヒャテー//

（日本語斉唱）

（絶えず揺れ動く心を制御することは、最も難しいことである、というアルジュナの意見に対するシュリー・クリシュナの答え）

至高者が語られます。『大いなる勇者よ！確かに絶えず揺れ動く心を制御するのは難しい。だが、クンティー妃の息子（アルジュナ）よ！不断の修練と離欲によってそれが可能となるのだ。

アビヤーサ・ヨーガは常に実践することを意味し、ヴァイラーギャは放棄、つまり自分のエゴと執着を手放すことを意味します。家族から物理的に離れることが放棄なのではなく、執着をしないことが放棄です。この点から言うと、アビヤーサ・ヨーガとは、神に常に集中すると同時に、放棄をいつも実践することです。

**もっともラクなヨーガ；バクティ・ヨーガ**

スワーミー・ヴィヴェーカーナンダの講演の中で彼は、世俗を放棄して神への愛を高めるもっともラクで自然な方法は、バクティ・ヨーガの実践だと言っています。他にもヨーガの実践はいろいろあります。例えば、カルマ・ヨーガでは、仕事と仕事の結果の両方に対する執着を放棄しなければなりません。しかしそれはとても難しい。なぜなら、みんな結果を求めて仕事をしますから。もし、人が仕事と仕事の結果を放棄すると、その人は仕事のやる気もなくしませんか？ですけれども、カルマ・ヨーガではそれが求められます。ラージャ・ヨーガの中心は、心と、3つのグナ、すなわちサットワ、ラジャス、タマスという性質の特性に対する心の制御です。ラージャ・ヨーギーは、純粋になり、心が静かになるために、これら全ての影響を乗り越えなければなりません。パタンジャリは、人は成功するためには心の波を制御しなければならない、と言いました。しかし、放棄の実践が最も難しいヨーガの道は、ギャーナ・ヨーガです。なぜなら、実践の初めから、心を非実在から引き離さなければならないからです。ギャーニーは、私たちが実在だと認識している全ては非実在で神の幻象の結果である、つまりマーヤーの結果だ、ということを認識しなければなりません。ギャーニーは、実在だけに集中しなければなりませんが、それは最も難しいことです。

スワーミー・ヴィヴェーカーナンダは、他のヨーガの実践と比較して、バクティ・ヨーガが最もラクな道だと説きました。例えば、ある男性がひとりの女性を愛しているとします。彼はいつしか別の女性を愛してしまったとすると、何が起きるでしょう？そのとき、最初の女性への愛は自然と減るどころか、全くなくなりさえします。女性の男性への愛にも同じことが言えます。もし女性が別の男性を愛すると、前の愛は終わります。人は自分の地元を愛しますね。東京で生まれた人は、東京が日本で一番良い街だと信じていますが、大阪で生まれた人は、大阪が一番好きです。これが自分の生まれた場所への自然な執着です。ある人の愛がその国全体へと広がるにつれて、地元への執着は減ります。私たちの愛が、母国にとどまらず、世界の国々と全ての人類へと広がると、私たちはさらに一歩進むことができます。なぜなら、私たちが全世界へ向けた愛を成長させると、母国に対してだけに向けられていた愛は、全てに対する偉大な愛へと置き換えられるからです。

意識が常に感覚のレベルにとどまっている人の喜びや楽しみのほとんどは、感覚から出ています。しかし知識人や学者のような人は、知的探求から大きな楽しみを引き出すので、感覚のレベルからの楽しみは自然と減ります。例えば、感覚のレベルでは食事の楽しみは、読書の楽しみよりも価値があります。皆さん、犬が食べるのを見たことがありますね。動物は完全に感覚のレベルが中心なので、あんなふうにがつがつと一心不乱に食べるのです。もっとも人間がそんなふうに食べるのを見るのはまれですが。スワーミー・ヴィヴェーカーナンダは、神の愛の直接的な経験を持つものは、仕事、家族、知的探求、美術や音楽などの修養など、感覚からもたらされるどんな楽しみよりも、はるかに素晴らしい霊的な喜びを見いだすだろう、と言っています。それら全ての行為からもたらさせる楽しみは、霊的な喜びよりも、弱まっていくでしょう。スワーミージーは、バクティ・ヨーガは放棄をするのに最も自然な方法だと結論付けています。なぜならバクティ・ヨーガは、性急で熱情的な熱意をもって、激しく追及する道ではないからです。私たちの神への愛が強まれば強まるほど、私たちの神以外のものへの愛と執心は、減っていきます。これが自然な方法で放棄を行う方法です。

**カリ・ユガに神に避難すること**

ユガ（時代）の周期において、どのようにして神への愛を増やせばよいのでしょうか。サティヤ・ユガの主な神を悟る道は、瞑想の実践でした。トレター・ユガでは、さまざまなヤッギャ、儀式の道でした。ドワーパラ・ユガでは、神へのお世話と礼拝が中心でした。カリ・ユガ（現在は、ユガ周期の4番目にあたるカリ・ユガ時代）では、もっともラクで心地のよい神を悟るための実践は、神の名を繰り返し唱え続ける、つまりジャパをすることです。「このカリ・ユガでは、神の名を繰り返し唱えることだけが、ただ一つの方法です。他に方法はありません」という意味のサンスクリット語の詩節があります。どうしてでしょうか？なぜなら、神は神の名であり、そこに違いはありません―神の名は、神を象徴したものです。もし私がレオナルドさんに「シュリナート」、もしくは「あつしさん」と呼びかけても、レオナルドさんは全く返事をしないでしょう。同じことが、神の名を何度も唱えることにも言えます。神の名を呼ぶことは、私たちを神、そして神の悟りへとみちびくでしょう。

もう一つの効果的な実践は、全ての仕事を神への仕事とみなし、自分が神の道具となって、神に仕事の結果を捧げることです。そうすると、神は日々の生活の中で、その人の中心であり続けます。

バガヴァッド・ギーターの第9章27節を読んでください。

（日本語斉唱）

第9章27節

君が何を為(し)ようと、何を食べようと、何を供えようと、何を人に与えようと、どんな修業苦行をしようとクンティー妃の息子（アルジュナ）よ！全てを私への捧げものとするがいい。

「神を人生の中心にする」ことについて、第18章65節を読んで下さい。

（日本語斉唱）

第18章65節

常に私を想い、私を信じ、私に供養し、私を礼拝しなさい。そうすれば、君は必ず私の住処(ところ)に来られる。君は私の親愛の友だから、そのことを君に約束する。

次の第18章66節では、シュリー・クリシュナは、信者を守り、罪を取り除く約束をします。

（日本語斉唱）

第18章66節

あらゆる宗教の形式を斥(しりぞ)け、ただひたすらに私に頼り、服従しなさい。そうすれば、私が全ての悪業報から君を救ってあげよう。だから、何ら心配することはない。

今日、私は、どのようにして神を自分の避難所にするかについて話しました。バクティ・ヨーガやシュリー・クリシュナの教えを実践すると、神への愛が育ちます。今日だけでなく毎日実践することで、私たちはゆっくりと進歩でき、最終的にはマーヤーの海を渡りきることができます。そして永遠の平安、永遠の喜び、永遠の幸せを得ることができるのです。

ありがとうございました。