**日曜午後例会「瞑想と霊性の生活」勉強会　第１８回　（２０２０年８月２３日）**

　　～　　❀　　～　　❀　　～　　❀　　～　　❀　　～　　❀　　～　　❀　　～

**『瞑想と霊性の生活　１』(MEDITATION AND SPIRITUAL LIFE)**

**翻訳本：第１部　霊性の理想　第２章　超意識的経験の理想　P42**

**原著本：PARTⅠ THE SPIRITUAL IDEAL**

**Chapter 2．THE IDEAL OF SUPERCONCIOUS EXPERIENCE　 P21**

　　～　　❀　　～　　❀　　～　　❀　　～　　❀　　～　　❀　　～　　❀　　～

**・前回の補足**トゥリーヤとは超越的な状態という意味である。

　　～　　❀　　～　　❀　　～　　❀　　～　　❀　　～　　❀　　～　　❀　　～

**P42　書物からの知識では不十分である【Inadequacy of book knowledge】**

（解説）

本文のテーマは「書物からの知識では不十分である」です。しかしだからといって、「書物から知識を得る必要はない」ということではありません。むしろ私たちの現状は「ほとんど勉強していないため進歩が少ない」のであり、それが問題となっています。そこで今日は本文に入る前に、①勉強は大事である、②なぜ勉強が大事か、について説明します。

**(1) 勉強は大事**

すべてのヒンドゥ教の聖典、ヨーガの実践は「いかに聖典や書物の勉強が大事か」について述べています。たとえばギャーナ・ヨーガを実践するなら、ヴェーダやヴェーダーンタ（ウパニシャド）などの聖典やそれを注釈解説した書物の勉強、加えてサンスクリット語の文法も勉強しなければなりません。そうしなければギャーナ・ヨーガの実践法や、ヴェーダに書かれている意味が理解できないからです。ラージャ・ヨーガもニヤマの中に「スワーディヤ―ヤ」（霊的な書物の学習・研究）がありますし、バクティ・ヨーガは神が中心ですから、神や神の遊戯（リーラー）を『バーガヴァタム』などの聖典から学ぶ必要があります。

ところで、ヴェーダーンタのある聖典には「今生だけでなく、前世で勉強したことも学びとして生かされる」とあります。前世で勉強したことはサムスカーラとして今生に運ばれるので前世の学びが無駄にならないというのです。このことを、「私は前世で勉強したから今生では勉強しない」とは受け取らないでください。前世で勉強したかどうかを知ることは難しいことです。ですが、「私は魂」という、すぐには理解しがたい深遠な哲学を１回の勉強で、１回の先生の説明で理解する人がいたら、おそらくその人は前世で勉強していた人でしょう。あるいは子供のときから体意識がほとんどない人がいたら、その人も前世で学んでいたことでしょう。しかし普通は体意識が強いので、ヴェーダーンタ哲学を何回も学んだとしても、それが身に付くのは難しいことです。

──スワーミー・アベダーナンダ（シュリー・ラーマクリシュナの直弟子の１人）がシュリー・ラーマクリシュナに挨拶をするために初めてドッキネッショル寺院を訪れたとき、「何の目的でここに来ましたか？」と尋ねられて、「私はヨーガを学びにきました」と答えました。もちろん肉体のヨーガではなく本当のヨーガです。シュリー・ラーマクリシュナは、ひとの［今生・前世・来世］をガラス箱の中にあるもののように見て取ることができたので、「あなたは前世で偉大なヨーギーだった。あなたにヨーガ修行の奥義を教えよう」と言いました（👉『真実の愛と勇気』2008年・協会出版・234頁）。当時アベダ―ナンダジーは１８歳くらい。１８歳の青年が、ギャーナ・ヨーガの実践にやる気を持つなんて驚嘆すべきことではありませんか？　それにヨーガを学ぶと言ったら普通は肉体的なヨーガをイメージするでしょう──

勉強は大事です。そのことは、『バガヴァッド・ギーター』の勉強がすべての人にとって有益である、ということからもわかるでしょう。それにイエスの信者だったら聖書を学び、釈迦の信者だったら釈迦の教えを学び、ムハンマドの信者だったらコーランを勉強し、シュリー・ラーマクリシュナの信者だったら『ラーマクリシュナの福音』『ラーマクリシュナの生涯』を勉強するのは自然なことですし、またそうしないとおかしいです。聖書を読まないキリスト教徒というのはちょっとおかしな話ではありませんか？

中でも、勉強の必要性・重要性を強調しているのがヒンドゥ教であり、その強調はマントラにも表れています。毎日頻繁に唱え、祈っている平和のマントラ（シャンティマントラ）の最初「サハナーバヴァトゥ」は “先生と生徒のための” 平和の祈りです。（ですから私たちは講義の前にそれを唱えています）　またインドの卒業式では勉強に関する大事な助言をマントラの形で師から生徒に伝える習わしがあります。

昔のインドでは、生徒は先生（当時は聖者）と同じ場所に住み込んで勉強しました。（それをグルクラ・システムと言います。ラーマクリシュナ僧院の全寮制大学はそれを踏襲していて、今でも卒業式で次の助言をしています）　そして学びが終わって、学生から家住者になる前の卒業式で、

①スワディヤーヤン　マ　プラマダハ（Svadhyayan ma pramadah）──勉強することを忘れないでください。私（先生）と一緒の勉強は終わったから、勉強はこれでおしまいと考えないでください。家に戻っても勉強を続けてください。

②スワディヤーヤ　プラヴァチャナビャーム　ナ　プラマディタッヴャン（Svadhyaya pravachanabhyam na pramaditavyam）──勉強したことを人にシェアしてください。人に教えてください。

と、勉強に関する２つの助言が送られるのです。してトゥリヤーナンダジーや、時にはスワーミージー自らが教えていたのです。その伝統は今でも続き、日本のこの協会でも、朝拝では『バガヴァッド・ギーター』を読み、夕拝では『ラーマクリシュナの福音』を読み、朝食後と夕食後にも他の本──と１日４回、聖典や書物を学ぶ機会を持っています。日曜日には聖書や仏教聖典などの特別な勉強もあります。加えて僧は個人的にさらに勉強します。聖典の勉強をとても大事に考えているからです。先日（2020年4月19日逗子例会）の講義「スケジュールの重要性」では、それを考慮した理想的なスケジュールについてお話しました。［👉日本ヴェーダーンタ協会HP➡サイドバーのテキストギャラリー➡各種講話］

**(2) すべての人にとって、なぜ勉強が大事か**

ではなぜ勉強が大事なのでしょうか。聖典とその関係の本だけに限らず、まじめで真剣な内容の書物（古典や純文学、科学などの分野も含めて）の勉強についても考えていきましょう。つまり、「すべての人にとって」なぜ勉強が必要かということです。それは、勉強の肯定的結果を検証していけば明らかになります。

**① 知識は力**

普通の人は一般的に、良い会社に勤めるために良い大学に入り、良い大学に入るために一生懸命勉強します。そして目的を達成すると、そこで勉強はストップします。仕事関係の勉強はしても、歴史、文学、社会学、哲学などのシリアスでクラシカルな勉強はしなくなるでしょう。社会人（あるいは大学生）になったら、多くの人がそのような勉強からは離れてしまいます。

「私は本を読んでいる」「私は雑誌やインターネットで情報を読んで知識を得ている」と言うかもしれません。しかし、「読む」と「勉強する」は意味が異なります。たとえば「新聞を読む」とは言いますが、「新聞を勉強する」とは言いません。「読む」だけでは浅い知識しか得られないのです。考えてください、読むだけで、自分が豊か（enrichment）になりますか？　自己成長できますか？　それにニュースを含めて、大概読み物には内容が否定的なものが多いです。私は一般的なことについて言っています。

Knowledge is power（知識は力なり）という言葉があります。私たちには肉体レベル、感覚レベル、心レベル、知性レベル、霊と、5つのレベルがあるのに、まるで肉体と感覚と心という３つのレベルだけで生きているようです。あと２つ、偉大なレベルがあるのです。しかしそれを使っていないとしたら、生きていても、とてももったいないではありませんか？　知性は神からの偉大なギフトです。動物にも知性はあるけれど、とても小さい。それに比べたら人間の知性は無限のようです。人間は勉強をすればするほど知識が得られるのに、知性という富を使わないとしたら、とてももったいないではありませんか？

シュリー・ラーマクリシュナはベンガル語の素晴らしいことわざを引用しました──ショキー・ジャーバッタ・バチ・ターバッタ・シキ──

ショキーは「友よ」

ジャーバッタは「～まで（as long as）」

バチは「生きる」

ターバッタは「そのときまで」

シキは「学びます」

「友よ、死ぬまで学んでください（Learn as long as you live.）」。その結果、知識は力（富）となるのです。ですから生きている間ずっと学び続けてください。これで十分とは考えないでください。いつも不十分と思って、知識への永遠の熱望（Eternal thirst for knowledge）を持って学んでください。学びに終わりはありません。

それに医者でもエンジニアでも、どのような仕事でも、基礎としてそれについての勉強が必要です。そのことを考えれば、すべてのベースが知識です。そして知識を得るには勉強が大事なのです。そして勉強をすればするほど知識を得、その知識を人間関係、仕事、自己成長のためなどに生かすことができます。「知識は力なり」です。

**② 知識のシェア**

また勉強をすると、学んだことを人にシェアすることができます。仕事や食事、身にまつわることや家族友人にまつわることばかりの会話では、おもしろくないではありませんか？　たとえば聖典で学んだことを人にシェアすれば、会話のレベルが高くなって充実します。

**③ 脳のエクササイズ**

アルツハイマー型認知症などの脳の疾患が増加しています。食事したことを忘れる、家族の名前や顔を忘れる、という状態はとても残念でさみしいことではありませんか？　原因の１つが脳を使わないことだそうですが、歳をとったら書物からの勉強をあきらめるのではなく、勉強して脳を動かして活性化し、病気を予防しましょう。勉強による脳のエクササイズです。クロスワードパズルでも効果はあるでしょうが、それよりも聖典の勉強をして、病を予防するほうがもっと良いではありませんか？

さて、勉強の仕方ですが、勉強したら一度本を閉じ、勉強したことを思い出すようにします。そうすれば、①学びが深まる、②記憶力が高まります。勉強はこのように肉体にも肯定的な影響を与えるのです。

**④ 余暇の時間を有意義に過ごせる、心が落ち着かなくなるのを防ぐ**

余暇の時間を持てたとき、あなたは何をするでしょうか？　寝る、友達とチャット（おしゃべり）、テレビをみる、あるいはやっと休みがとれたというのにわざわざ仕事を探して仕事をする人もいるかもしれませんね（その人は仕事という荷物（burden）をいつも背負っています）。そんなとき、勉強の習慣があったら、時間を無駄に過ごすことが減ります──これは勉強のとても大事なメリットです。なぜなら時間があくと、心は何をすればよいかわからなくなり、落ち着かなくなるからです。しかし前から勉強の習慣が身に付いていれば、心が落ち着きを失うことは減るでしょう。毎週の休日のほか、盆や正月など休みの時間はけっこうあるものです。その時間を読むだけの勉強や趣味に使うばかりではもったいないです。余暇の時間があるとき勉強と読書の習慣がとても私たちを助けます。

**(3) 求道者にとって、なぜ聖典の勉強が大事か**

次に、「求道者にとって」なぜ聖典の勉強が大事か、について説明します。「求道者」とは、寺院に行って参拝して終わりとか、時々儀式に参加するだけの信者ではなく、霊性に真剣な興味を持っている人という意味です。神を信じている、宗教が好き、というだけでなく、人生について深く考え、人生の目的（すなわち悟り）に向かって奮闘する人という意味です。

**① 聖典を勉強することで、悟りや真理についての知識が学べる**

求道者の目的は、「神/真理/自分の本性/アートマン/魂を悟ること」です。そのために、「神/真理/自分の本性/アートマン/魂とは何かを知ること」は絶対に必要です。そのほか、人生の問題にどのように立ち向かうか、安定した幸せはどのようにして得られるか、悟りの方法は何か、実践の障害は何か、悟りの結果についての知識も必要です。初心者には実践の方法もわからないし、実践で何が得られるかを知らなければ実践へのやる気も湧きません。これらのことはすべて聖典に書いてあります。求道者にとって聖典の勉強は大事です。

──たとえば、『バガヴァッド・ギーター』にはこのようなことが書いてあります

・アートマンは火で燃やすことも、水に溶かすことも、風で枯らすことも、武器で切り刻むこともできない。（2-23）

・肉体の死とは古い服を脱ぎ捨てて新しい服に着替えるようなものである。（2-22）

・ギャーナ・ヨーガ、カルマ・ヨーガ、ラージャ・ヨーガ、バクティ・ヨーガ、モークシャ・ヨーガなど様々な悟りの方法がある。

・肉欲（カーマ）、怒り（クローダ）、貪欲（ローバ）の３つの大きな原因によって知識や神についての経験が消える可能性がある。

・アハンカーラ、うぬぼれ、憎しみによる障害もある。

・悟ると、喜び・楽しみ・至福が衰えない。永遠である。

また聖典には、神についての疑いや質問があれば、その答えも書いてありますし、霊的な生活だけでなく、理想的な日常生活を送るためのヒントも書かれています。『バガヴァッド・ギーター』には食べ物についてのサットワ・ラジャス・タマスの具体的な明示がありますが、そのように、道徳的生活だけでなく、日常生活の実践的なヒントも聖典には書いてあるのです。人間関係や仕事で迷いや疑いがあるとき、たとえばある義務と別の義務との間で矛盾が生じたとき、聖典を勉強すれば、自分にとってどちらの義務がより大事であるかがわかるようになるのです。

聖典の勉強は、先生について学ぶことが最も理想的です。

**② 聖典の勉強が、霊的実践のやる気を継続させる**

毎日瞑想や祈りなどの霊的実践をしていても、少しずつやる気が衰えていくことがあります。また急におもしろくなくなることもあります。そのとき、神のリーラーの本、たとえば『バーガヴァタム』や『ラーマクリシュナの生涯』や『ラーマクリシュナの福音』、聖者の伝記や回想録などを読むと、実践がまたおもしろくなっていきます。ある信者が率直にホーリー・マザーに打ち明けました、「私はときどき実践がつまらなくなるのです」。マザーの教えは先ほどあげたような本を読んでくださいということでした。するとまたおもしろくなりますよ、とマザーは答えました。

協会に数日泊って、または夏のリトリートに参加して、その時とてもやる気が出ますが家に帰ったらやる気がなくなるということはありませんか？──聖典の勉強をしてください。それがやる気を持続するための効果的な方法です。聖典の勉強はまるで自然に湧き出る泉のようです──２つの池を想像してください。雨季には水がなみなみとありますが、日照り続きの夏は水がどんどん減っていきます。ですが片方の池は干上がりましたが、もう片方の池は水がなくなることはありませんでした。その池は地下から自然に水が湧き出る泉だったのです──聖典の勉強はその泉のようなものです。水が地下から自然に湧き出る泉のように、常にやる気を供給します。

**③ 「神聖な交わり」の代わり**

「神聖な交わり」（ホーリー・カンパニー）については『ラーマクリシュナの福音』ほか、多くの聖典が言及していますが、本来の意味は、霊的実践をしている僧に直接会って霊的な話を聞いたり、実践のしかたを観察して学んで、霊性の良い刺激を受けることです。キリスト教であっても仏教であってもかまいません。 “実践している” ということが重要です。（ “悟っている” という考えに固執していると、神聖な交わりのチャンス自体が得にくくなるので “実践をしている” というイメージをしてください）

また、僧だけでなく、一生懸命実践している信者と神聖な交わりを持つことも、とても良いことです。Mさんやナーグ・マハーシャヤというシュリー・ラーマクリシュナの在家弟子と親交を深めることができたら、それはとても素晴らしい神聖な交わりではありませんか！

ですが信者すべてが神聖な交わりの機会を持てるわけではありません。時間やお金、距離などの問題で直接親交を持てない信者もいるからです。そのとき、聖典が神聖な交わりの代わりとなります。聖典のほか、聖者や悟った人たちの伝記や回想録（たとえば協会の隔月雑誌「不滅の言葉」に掲載されている『私たちが見たシュリー・ラーマクリシュナ』（Ramakrishna as We Saw Him）などは素晴らしいではありませんか？）を、興味をもって、真剣に読めば、神聖な交わりと同じになります。これらの本は、実は信者のためだけでなく、僧のためにも神聖な交わりの代わりとして必要です。それは「僧にとっての、別の僧」のようなものです。

──トゥリヤーナンダジーが霊的実践のためにヒマラヤに居た頃、近くに２人の僧が住んでいて、よくトゥリヤーナンダジーの元に学びに来ていました。彼らは一緒にいると、よく喧嘩をしていました。そこであるときトゥリヤーナンダジーが「いつも喧嘩をしているなら、離れて住んだほうがよいのではありませんか？」と言いました。すると２人ともびっくりして、「マハーラージ、私たちは喧嘩をしても、お坊さん同志です。もし別れて住んだら世俗的な人と一緒に住まなければならなくなるではありませんか」と答えました。トゥリヤーナンダジーはそれを聞いて喜びました──

──バラナゴル僧院ではときどき大きな喧嘩がありました。ラーマクリシュナーナンダジーは儀式が大好きでしたが、スワーミージーはそれに反対していたからです。皆、自分の見方で自分が正しいと思うものです。ですがあとになって、スワーミージーはこのように言って褒めました、「皆さん、私たちのラーマクリシュナ僧院の基礎はラーマクリシュナーナンダが作りました。私は反対していましたが、本当は祭壇が大事です」──

私が言いたいことは、喧嘩があってもすぐそれを忘れて神中心の態度に戻ることができる、それが彼らの態度だったということです。ホーリー・カンパニーである彼らの中心は神ですから、喧嘩をしても絶対に、神中心の態度は貫かれます。

また聖典や聖者の記録・回想録を読んでから実際の場所に行くと、本で読んだ印象が深まります。『ラーマクリシュナの福音』を読んで、コルカタのドッキネッショル寺院に行き、シュリー・ラーマクリシュナが実際に住んでいた部屋や実践の場所パンチャヴァティ、カーリー寺院に行けば、福音の内容をまさに生き生きと感じることでしょう。

**・📖 （P42 L2）**

***書物から得た知識に頼って霊性の修行を試みてはならない。もちろん情報を得るために書物を読むことはあるだろうが、考え方の選択方法を知っていなくてはならない。様々の修行法を本で読んでも、どれが自分に適したものかを予め知らずに修行法に従ってはならない。多くの方法を知ることで、心の視野が広がることはあっても、自分にとってはどの方法がふさわしいかを知っておくべきなのである。たいていの場合、霊的生活の初期は実験的段階なので、自分の心と体に起こる変化に留意し、それに順応しながらゆっくりと進むべきだ。***

***正しい方法でもふさわしくない人が行えば、悪い結果が生じる。それゆえ求道者には、ふさわしい資格が要求される。しかし現代ではどんな本の入手も可能で、誰もが読み知った修行法を実践できるようになった。それでまた憂き目を見ることにもなるのだ。指導は相手によって常に異なってくる。ある人にとっては栄養物でも、別の人にとっては毒であるかも知れない。それぞれが自らの法則に従い、その身心の状態に応じて、危険のないように順応していかなければならない。正しい基礎の上に建てられる建築物は安全だ。さもなければ倒壊してしまう。***

・原著（P21 L30）*No Spiritual practice is to be attempted by reading about it from books. We may, of course, read books by way of information, but we should know which ideas to take up and which ones to leave to themselves. We may read about various kinds of spiritual practice, but we should not try to follow them without first knowing which ones are good for us. We may know of many approaches, and this may expand our mental outlook. But we should know which is the right approach for us. During the early stages in our spiritual life, which is usually a period of experiments, we should proceed slowly, noticing the physical and mental changes that take place in us and adjusting ourselves accordingly.*

*The right method followed by a wrong person brings about bad results. Hence the aspirant is expected to be properly qualified. But in modern times anyone may get any book, read about some practice, follow it, and also come to grief. Instructions always differ with individuals. One man’s meat may be another man’s poison. Each one must follow the law of his being, and adjust himself securely to his mental and physical environment. If the superstructure is built on the right foundation, it stands all right. Otherwise, it tumbles down.*

（解説）

では、ここからヤティシュワラーナンダジーが述べておられる本文に入りましょう。テーマは「求道者が勉強する際に気を付けるべきポイント」です。①数多の聖典からどのように適切なものを選ぶか、②勉強するだけでは悟れない、という重要なポイントです。

**(4) 勉強の際に気を付けるべきポイント**

**① 数多の聖典からどのように適切なものを選ぶか**

聖典とそれを解説した書物を含めると、世の中には数えきれないほどの書物があります。特にヒンドゥ教の聖典は4000年くらい前から書かれているので無数のようです。それに聖典だけでなく、その注釈書もありますし、その注釈の解説書もあります。それらが様々な言語で出版されています。今生だけではすべてを勉強することはできませんし、生まれ変わっても難しいかもしれません。

サンスクリット語のことわざに「聖典は無数にある。人生は有限だ。学びたいとき障害（頭がぼけるなど）が邪魔する可能性もある。だから白鳥が、水とミルクが混ざった液体からミルクだけを選り分けて飲むように、私たちも大事な本だけを選んで勉強しなければならない」というものがあります。

印刷機がなく口伝や手書きだった頃には、この種の問題はあまり見られませんでした。しかし現代では、否定的な内容の本まで印刷され世の中に出版されます。自分にとっての大事な本は何かを見極めるのは、非常に難しい時代です。

また自分の力量や性分に合うものを選ぶことも重要です。自分で選んでも、内容を理解して消化吸収して身に付けることができるかどうか、という問題があるからです。食べ物を食べ過ぎて消化しきれないと食べたものが無駄になるように、本の内容を消化できなければ読んだものが無駄になります。特に混乱なく理解するのが難しい聖典は、よりその問題が起こる能性が高いと言えます。

また、自分に不適切な本を勉強すると混乱する可能性もあります。今、ギャーナ・ヨーガの本はネットでも書店でもたくさん売っており、図書館でも手に入りますが、自分にギャーナ・ヨーガを実践する力があるか、実践の準備はできているかをよく考えず、ただ「おもしろい」と思って読んで、勉強して、実践すると、後で大きな問題に直面する可能性があるのです。これは求道者の、実際的な問題です。

たとえばギャーナ・ヨーガではまず、「私は魂」ということを勉強し、そして魂（実在）と魂以外（非実在）を識別する実践をします。しかしその実践をするには、実践者の体意識がかなり弱まっていて、魂意識に気づきがある状態をある程度保持できなければ難しいのです。もし、体意識が強いまま、「私は魂」という実践をしたら、それは口だけの実践になります。本当の実践が進まないだけでなく、大きな危険となるのです──頭で「私は魂」と理解しても、実際は体意識が強く、頭で理解していることと実践が乖離してしまって混乱したり、自分は魂だと理解できていると勘違いして「自分で自分をだます」事態に陥るからです。やがて実践が少しも進んでないことを知ると、とても失望し、後悔し、または意欲がなくなる可能性もあります。

ラマナ・マハリシ、ニサルガダッタ・マハーラージ、クリシュナムルティなど、ギャーナ・ヨーガを代表する方たちの本は素晴らしいですが、しかし、体意識に満ちている人がそれを実践するのは危険です──このことはよく理解してください。ギャーナ・ヨーガの実践ができる人はごく少数です。一般的にはバクティ・ヨーガとカルマ・ヨーガが勧められています。ほとんどの人は体意識が非常に強く、ギャーナ・ヨーガの実践だけで前に進むことは難しいからです。

**② 聖典の勉強だけでは悟れない**

理解すべき別のポイントは、「聖典の勉強だけでは霊的にはなれないし、悟ることもできない」ということです。聖典の勉強をたくさんすれば悟ると誤解して、心を清らかにする実践や、瞑想や神への祈りなどの実践をしない人たちがいます。ですがそれは間違っています。勉強は大事ですが、聖典の勉強だけをしても前に進みません。悟るという目的のためには絶対に実践が必要です。

**［以下の本文は輪読のみ］**

**・📖 （P42 後ろから2行目）**

***一般に私たちは真理を愛しているのではなく、ある何かのなかに存在している自分を愛しているのだ。真理を示しているからではなく、自分の考えであるからという理由で、ある考えに夢中になるのだ。そしていつの世にも知識が乏しいことは、大変危険なことだ。***

***「神は、『彼』を知らないことを真に知っている人に知られている。そして『彼』を知っていると思っている人には知られていない」（『ケーナ・ウパニシャド』・・二、三）***

***堅実な真の信者に主はその栄光を示される。信者のなすべきことは、無限者であられる神と同調することだ。そのとき主はその栄光を彼にあらわされる。人が神に近づこうと努力するのとまったく同様に、神は常に喜んで人に近づこうとしておられるのだ。***

***科学者や哲学者が知的な探求によって自然の神秘を証そうとしても、真理を示すことはできない。事物の根本原因を知性をもって解明する努力が不可能なことに気づくだろう。現象を突き抜けて真理を悟るには、より繊細で精妙な手段が必要となる。実におかしなことではあるが、私たちの肉体、思考などすべてを含むこの現象界が理にかなっているとは、少なくとも私たちには思えない。形なきものが形を取る、その理由はなぜか。何もかもが不条理に見えるのは、その理由が理性を超越しているからだ。こうしたマーヤーの千変万化の遊戯には全く説明の付けようがなく、これまで相対的な方法では説明できた人もいない。キリスト教徒のように神の御意志と呼ぼうと、ヒンドゥ教徒のように神のリーラーあるいはスポーツ、お遊びと呼ぼうと、相対的世界では全く説明することはできない。それは超越することはできても、説明の付けられるものではないのだ。***

***万物の究極的証明は直接の認識にのみある。もし神がおられるなら、「彼」は見て触れられるものでなくてはならない。単なる理論付けは何の役にも立たない。「彼」を見た人々の言葉を信じ、その足跡をたどり、そして自らの人生において彼らの経験を確固たるものとしなければならない。最初はただ信じることが必要なのだが、それだけでは役に立たない。スワーミー・ヴィヴェーカーナンダは、『ラージャ・ヨーガ』の序文の中で述べている。***

***「この世に知られるいかなる経験も、かつて幾百万回に渡って繰り返され、また未来永劫繰り返されるだろうことは理の当然である。それゆえヨーガという科学の師たちは、宗教が太古の経験に基づいていることのみならず、同じ認識を自分自身が得るまでは宗教的ではあり得ないことを言明しているのだ」***

***これこそが、私たちが永久にすがりつかねばならない、神の悟りの理想だ。***

**＜Q＆A＞**

**Q)** 聖典の勉強はどの位すればよいですか？

**A)** 5分では、本を開けて、閉めるだけで終わります（笑い）。とは言うものの、毎日１頁でも読むことができれば良いことです。しかし、「読むだけでは勉強とは言わない」ことを思い出せば、30分～40分の時間をとるのが理想でしょう。毎日すると考えなくても大丈夫。休日ならそれくらいの時間を勉強にあることができるでしょう。

**Q)** 勉強の選び方について、教えてください。

**A)** グル、霊的な先生に相談して決めるのが理想であり、最善です。グルは「マントラを与える人」と考えず、もっと包括的に「霊性の先生」と思って相談してください。「私にはどのような種類の本が合うか、どのような勉強をしたらよいか」を聞いてください。栄養バランスを考えて個人的な食事療法をおこなう専門家（栄養士）のように、霊性においても、各自の霊的生活のために必要な勉強や実践をよく知る専門家が必要です。世の中のいろいろな事柄について専門家がいるのに、宗教だけは必要ない、自分で自分の道を決める、というのはおかしいでしょう？

以上

**賛歌奉献**