**束縛と解脱**

2010年12月19日

逗子例会

スワーミー・メダサーナンダによる講話

於・逗子協会

　人は常に自由を求めて行動します。母親は幼い子供が転んでけがをしないように、子供が一人で動き回るのを止めようとします。一方、子供は本能から一人で自由に動こうとし、親に止められると泣き出します。やがて成長して学校に行くようになると、当人は望んでいないのですが親も教師も子供の行動を管理しようとします。適齢期になれば、親は子供の将来を考えてふさわしい相手を見つけてやりたいと考えるのは昔も今も変わりませんが、子供は親に干渉されずに自分で人生の伴侶を選びたいと考えます。ここにも自由でありたいという気持ちがあります。結婚後も、妻は夫を、夫は妻を、管理したがるものですが、互いに自分のことは自由にやりたいと考えます。年を取れば、子供や介護者の世話になることなく自立していたいと考えます。病気になれば、病気の苦しみから解放され自由になりたいと神に祈ります。このように自由は誰もが最も欲するものであり、食べ物や衣類やいかなる楽しみよりも優先順位は高いのです。

　動物さえも本能的に自由を求めます。例えば、人間の楽しみのために鳥を鳥かごに入れたらどうなるでしょう。食べ物も寝る場所も確保できたにもかかわらず、これは鳥にとって束縛であり苦しみです。鳥かごから出して自由にしてやったら、鳥はどんなに喜ぶでしょうか。

**自由の様々な形**

　自由は、18世紀末のフランス革命以降、普遍的な思想となりました。フランス革命のスローガンであった「自由と平等」という概念は、それ以降のほぼすべての国家の政治体制に影響を与えています。例えば、インド憲法では、政治的自由、経済的自由、社会的自由、宗教的自由、および表現の自由をインド政府が保証すると述べられています。

　政治的自由とは、いかなる国も他国の支配を受けないということです。日本は第二次世界大戦後、約七年にわたり他国である米国の支配を受けるという苦い経験をしています。インドは約千年間、初めはイスラム教徒に、続いて英国に支配されるという不幸に見舞われました。英国の支配は搾取的で屈辱的なものであり、インド国民は他国の支配のもとで大変な苦しみを受けました。

　ラーマクリシュナ僧団の高僧で、活力にあふれ霊性、知性、儀式の執り行いについて極めて優れた者がいましたが、この僧はいつもシュリー・ラーマクリシュナに次のように祈っていました。「タクール、私は叡智も大きな信心も得たいと思いません。解脱も霊的経験もいらない。私の望みはただ一つ、自由なインドで死ぬことです。」シュリー・ラーマクリシュナはこの僧の祈りを叶えてくださいました。彼が亡くなる前にインドは自由国家となったのです。

　政治的自由は、人が個人として、グループとして、自身の成長のために重要であり欠かせないものです。社会的自由とは、社会のいかなる階級・集団に属する人も他の階級・集団を抑圧したり搾取したりしないということです。例えば、インドにはカーストという大きな抑圧が存在しますし、アメリカでは昔、白人による黒人の合法的な抑圧がありました。経済的自由とは、誰もが自分で収入を得て快適な生活を送る機会を得る権利があるということです。知的自由とは、誰もが自分の意見を表現する自由があることで、これには出版の自由も含まれます。宗教的自由とは、すべての宗教団体が自らの信じる宗教を実践する自由があることです。しかし、この自由が常にあるとは限りません。例えば、西洋ではカトリック教徒が他の宗派を支配しようとしますし、ロシアではギリシャ正教会が支配しようとします。日本では、19世紀後半の明治維新の際に、神道が仏教を支配しようとしました。

**理想的な自由**

　では、政治的自由、社会的自由、経済的自由、知的自由、宗教的自由が憲法上も実質上もすべて認められている、理想的な国をイメージしてみましょう。そのような国に住む人々は、満たされた気持ちがするでしょうか。これらの自由がすべて保証されて、皆満足感があるでしょうか。

　恐らく、そうではないでしょう。こうした自由をすべて享受しているにもかかわらず、人々はやはり内面的な束縛を感じるのではないでしょうか。自らの願望や感情という足かせで、欲望や怒り、うぬぼれ、妬みなどに縛られているのです。願望や感情に振り回されることがなくならない限り、たとえ他の面では自由であっても人生の充足感や真の平安、満足感を得ることはないと感じる人がいるはずです。このような現実をよく考えれば、すべての苦しみの根源は輪廻転生にあるということに気付きます。人間として生まれ、悩みや願望、悪に染まりやすい心、病気、老い、死、恐れ、憎しみ、不安などを持つことが苦しみの原因であると気付きます。

　道徳的な人は、悪に染まりやすい心の傾向から自由になりたいと考えます。霊的な人は、願望から自由になり輪廻転生から解放されたいと願います。同様に、理想的国家であれば、政治的自由、社会的自由、経済的自由、知的自由、宗教的自由などを獲得しようと努力するだけでなく、願望や輪廻転生からの自由を求めようとするでしょう。霊的願望は、邪悪な願望から自由になり輪廻転生から自由になりたいと願う気持ちのことです。

**宗教的自由と霊的自由**

　宗教的自由と霊的自由は異なります。前者は教会や寺院に通うなど自分の信じる宗教を実践する自由のことであり、後者は願望や輪廻転生からの自由、すなわち解脱を指します。私たちは霊性に関心があって集まっているわけですから、霊的自由を中心に考えましょう。

　さて、どの国でもどの時代でも人は人生の様々な段階で自由への基本的欲求があるのはなぜなのでしょうか。これは、私たちの真の性質であるアートマンが常に自由であるからです。アートマンは、永遠に純粋で、叡智があり、喜びにあふれ、自由です。私たちの真の性質が自由であるから、私たちはあらゆるレベルであらゆる点で自由を求めるのです。しかし、真の自由とは霊的自由でありそれ以外の自由はどれも一時的で限定的で質の低い自由であるということに気付く人はごくわずかです。

　スワーミー・トゥリヤーナンダは、本当に霊的自由を求める人は非常にまれであると言いました。大半の人は自由と束縛との間で揺れ動いて苦しんでいます。一方では、家族や友人、お金、地位や名声などの世俗的なものへの愛着があり、他方では自由を望んでいます。一方にシヴァの性質（永遠の自由）があり、他方にマハーマーヤの性質（束縛）があるのです。私たちの苦しみは、この対立する性質から生まれるのです。

**束縛と願望**

　私たちの束縛はマハーマーヤによるもので、私たちを願望で縛ります。私たちの真の性質は永遠の自由であるにもかかわらず、私たちはマハーマーヤに巻き込まれてしまうのです。私たちの母であるマハーマーヤが、子供である私たちを縛り付けるのはなぜでしょう。母は遊びたいのです。神の喜びはこの世の普通の喜びよりはるかに大きなものですから、人間が神の喜びを味わったら誰もこの世に生きたいなどと思わなくなり、マハーマーヤは自分の遊び相手がいなくなると分かっているのです。ある信者は、自分の真の性質は自由であるのに、願望のせいで自分は苦しんで哀れな状態だと不満を漏らしました。

　バガヴァッド・ギーターは、私たちの心が縛り付けられている様子を美しく分析しています。「サットワ、ラジャス、タマスの三性質は、すべてプラクリティから生じ、不滅の魂を体にしっかりと縛りつけているのだ。これらの中でサットワは、清らかで光り輝く無垢の性質ではあるが、幸福を求め知識にあこがれるということで肉体をまとった魂を束縛する。おお、罪なき者よ！またラジャスは、情熱の性質であるが、欲求と執着の心を生じ、人を物質的利益のある仕事に縛りつけることを知るがいい。おお、クンティー妃の息子よ！さらにタマスは、無知から生じ、肉体を持つあらゆる者を惑わし、誤解、怠惰、多眠という性向によって、人の霊魂を縛りつけてしまうということを知るがいい。」（第14章 5～8節）

　私たちのエゴが束縛の根源であり、マーヤーという霊的無知の影響もあるのです。エゴとは「私が」「私の」という自分で、アートマンのことを忘れて肉体や心に限定されています。「私が」「私の」とは、無知で、有限で、浅薄で、低い「私」のことです。

**三つの執着**

　私たちのエゴはどうやって肉体や心に制限されているのでしょうか。私たちはよく、肉体が自分であると考え、自分の肉体に関わりのある人や自分が大好きなものを自分と同一視します。肉体、家族、大好きな物への三つの執着がエゴを源として育っていきます。愛そのものは悪いものではなく、自由の障害にもなりません。むしろ、愛が普遍的であれば気高いものです。問題は、愛が特定の人や物に向けられるようになった場合です。こうなると、愛は自由への障害となります。スワーミー・トゥリヤーナンダは次のような美しい例えで説明しています。「ガンガーや海に入ると、何百万トンという水が周りを囲み自分の体にのしかかってくるが、それほどの重みは感じない。しかし、水瓶が頭の上に乗っていたらその重みをずしりと感じる。」つまり、普遍的な愛であれば重みや束縛は感じないのですが、特定の人や物に向けられる愛は重荷となるのです。限定的な愛は束縛を生み、普遍的な愛は解脱を得られるのです。

　動物の中で、サルは親としての愛情や執着心が最も強いと言われています。母ザルは子供が死んで骨になっても抱き続けます。ところが、自分の命が危険にさらされた途端、母ザルは子ザルの骨をさっさと捨ててしまいます。また、束縛や自由という概念があるのは人間だけであることは注目すべきことです。動物には知性や感情はありますが良心はありません。ですから、自由と束縛の状態を比較することができないのです。人間だけがこの二つを比較することができ、自由は束縛よりもはるかに良いと理解し、自由を求めて努力するのです。

**執着を捨てる**

　束縛から抜け出すにはどうすればよいのでしょうか。昔、ある王様が僧侶に同じ質問をしました。僧侶は抜け出す方法を教えて差し上げましょうと言い、宮殿の広間へと向かいました。王様は後をついて行きました。広間に着くと僧侶は王様に、柱を抱きかかえてご覧なさいと言いました。王様が言われたとおりにすると僧侶は言いました。「これが束縛です。」続いて王様に柱を放しなさいと言いました。王様が柱から離れると僧侶は言いました。「これが自由です。」つまり、自由が欲しいと泣きながら柱にしがみついているか、それとも柱を放すかは、私たち次第なのです。執着するのをやめて自由になるかどうかは自分が決めることなのですが、時にはあまりにも強くしがみついていて手放すことができないこともあります。

　夫や妻や子供にしがみつきながら、自由が欲しいと叫ぶのは、まさにこの状態です。柱にしがみつきながら、柱から放してくれと叫んでいるのです。そうやってわめいているうちに、その声を聞きつけて人がやってきます。柱にしがみついていないで早く放せばいいじゃないかと、教えてやるのですが、だめ、できないと当人は相変わらず柱にしがみついたままです。そこに、また人がやってきてこの様子を目にします。この人は、しがみついている人の頭を棒で思い切りたたいてやります。すると、柱の人は痛さのあまりついに柱を放すのです。この、棒を持った人がグルです。時には、自然の大きな力が働いて、私たちは大きな打撃を受け大変苦しみ、束縛からの解放を求めることもあります。しかし、どちらの場合も、神様がグルや自然を通じて御業を行っていらっしゃるのです。

　人生というドラマは、執着しては苦しむというサイクルの連続で、永遠に苦しみは尽きません。輪廻転生は、願望とそれに起因する行為（カルマ）が原因です。カルマは結果を生み、願望は満たされたり満たされなかったりします。そして新たな願望が生まれ、私たちは再び新たな喜びを求めたり嫌なことを避けようとしたりします。この世界で願望が満たされず、肉体が年と共に衰え願望を追いかけるのに十分でなくなると、私たちは古くなった肉体を脱ぎ捨てて新しい肉体を手に入れる必要があります。前世で満たされなかった願望を果たしたり、自分の行為の結果を刈り取ったりするために、そうやってさらにいくつもの生を繰り返す必要があるのです。

**輪廻転生**

　なぜ人はこの世に再び生まれてくるのでしょうか。私たちは、粗大な体、精妙な体、そしてその中にいるジヴァートマンでできています。死ぬと、粗大な体は捨てられて破壊され、再生することはありません。再生するのは精妙な体とその中にあるジヴァートマンです。死んで肉体を離れた魂は、短期間霊体（spirit body）に宿った後、天国に行き過去世での行為の結果を楽しむか、地獄に行って結果を苦しむかします。もし過去世で概ね善行を為し悪行は少しだけであったのなら、魂は初めに短期間地獄に行き、その後はるかに長い期間を天国で過ごすと考えられています。逆に、過去世が悪行ばかりであったら、初めが天国で後から地獄に行きそこで長い期間苦しむことになります。天国でも地獄でも新たな行為、新たな働きは為されません。過去世での結果を消費し尽くすと、人間として再びこの世に生まれ出て、解脱を目指して奮闘するのです。

　このように、私たちは天国で楽しむ、または地獄で苦しむかしてカルマを使い果たすと、人間として再び生まれて解脱を求めて歩むのです。ですから、この人間の世はカルマ・ブミと呼ばれています。これは、新たな働きを為すと共に、楽しみや苦しみを味わうことができるということです。解脱を目指すとは、大まかに言えば粗大な体を持たなくなると言うことです。粗大な体、肉体に再び生まれてくることはもうありません。これが、ムクティすなわち解脱の大まかな意味です。では、どうしたらそうなれるのでしょうか。まず、世俗の楽しみを求める気持ちをなくすことです。世俗的な快楽は神の喜びに比べればはるかに小さいのです。家族を持つ喜びは神と共に生きる絶対の至福にはとうてい及びません。

**積極的発想と消極的発想**

　ムクティ、解脱を求める気持ちは、人生の苦しみから解放されたいという願望が裏にあるわけですから、消極的な発想であると言えます。人として生まれてくれば怒り、高慢、欲、疑い、恐れなどにより肉体的にも精神的にも大きな苦しみを味わうことになります。ブッダの言ったとおり、「すべては苦しみである（sarvam duhkham）」ので、楽しみさえも苦しみに満ちています。すべては苦しみだから、ニルヴァーナ、ムクティ、解脱を求めるのです。これはムクティの消極的な捉え方です。一方、積極的発想は、神と共に生きる喜び、神の喜びを得たいというものです。苦しみから逃れることだけを目的にすると、再び世俗的な喜びを求めて新たな苦しみを味わいます。ちょうど、ムンダカ・ウパニシャッドにある二羽の鳥の片方のようなものです。あるいは、先ほどお話ししたように、自然の摂理により棒で頭をたたかれるのです。

　神の喜びを求め、神と共に生きたいという願望は、ムクティの積極的で高い捉え方です。このように考えることで、私たちは必要であればどんな努力もしようという真の意欲が湧いてきます。心を浄めて純粋にし、願望をコントロールし、自己を抑制し、神への愛を育み常に神を思う努力です。そうすれば、霊的努力の困難を受け入れる気持ちになります。積極的な意欲がなければ霊的努力もやがて尻すぼみになり、霊的実践に何の喜びも見出せなくなります。霊的努力と神の恩寵によりムクティに達することで、人は願望から解放され、再び粗大な体に生まれてくることはなくなります。神の恩寵によりカルマが燃やされ使い尽くされるのです。

**ムクティの状態**

ムクティの状態とは何でしょうか。ムクティには、神と共に生きることと神と一体になることの二つがあります。神と共に生きることはバクタの目標です。バクタとは「砂糖を味わいたい」と考える信者です。一方、神と一体になるのはギャーニの目標です。ギャーニとは識別と知識の道を歩む信者で「砂糖になりたい」と考えます。

　ムクティには四つの状態があります。

1) サーロッキヤ・ムクティ：神と同じ領域で生きられる解脱

2) サーロッピヤ・ムクティ：神と似た形を持つ解脱

3) サーミッピヤ・ムクティ：神の近くに生きる解脱

4) サーユッジヤ・ムクティ：ギャーニのムクティで、神と一体になる

　1～3のムクティはバクタのムクティであり、信者はすでに経験していると言われています。その理由は、

1) この宇宙は神のものであるから、信者は神と同じ領域で生きている

2) 神は人を神の似姿に創られたと聖書に書いてある

3) 神は遍在している、つまり信者は神の近くに生きている

というものです。

　しかし、多くの信者はこのことにほとんど気付いていません。この三つのムクティの重要性や隠れた意味を理解していないのです。これに気付きこれを理解するには、霊的努力が必要です。

　四番目のサーユッジヤ・ムクティは神との合一であり、ギャーニが求めるムクティです。

ムクティの種類

　ムクティにはさらに三種類があります。一つ目は肉体にいる間のムクティで、ヒンドゥーの聖典では「ジヴァン・ムクティ」と呼ばれています。これは、願望や世俗のことに振り回されず、常に至福に満ちており、内にも外にも神とのつながりを感じています。このような状態にある人をジヴァンムクタと呼びます。二つ目のタイプはヴィデーハ・ムクティと呼ばれ、死語のムクティであり段階的なプロセスを踏みます。ウパニシャッドによると、純粋な魂が粗大な体を離れると、精妙な体は「祖先の天国」に行きます。ここで言う祖先とは天人のことを言い、私たちの通常の祖先ではありません。ここから精妙な体は「月の天国」か「太陽の天国」に行きます。その後、ブリハスパティ、ヒラニヤガルバ（ブラフマーの天国。シュリー・ラーマクリシュナ・ローカ、クリシュナ・ローカ、ブッダ・ローカとも言われる）の天国に行き、そこに永遠に留まります。なぜこのように異なる領域を段階的に進むのでしょうか。それは、このプロセスの途中で少しでも願望が表面化することがあれば、再び人として生まれねばならないからです。そして、三つ目がギャーニのムクティであるサーユッジヤ・ムクティです。これは至高の実在、ブラーフマン、神との合一です。

　場合によっては、ブラフマ・ローカに達した魂（仏教ではボーディ・サットワと呼ばれる）が苦しむ人々への憐れみから再び生まれてくることがあります。あるいは、神が自らの意思で人の姿を取って使命を果たす時に、そのような魂に手助けを求めるのです。スワーミー・ヴィヴェーカーナンダやスワーミー・ブラマーナンダ、スワーミー・プレマーナンダは、神が使命を果たすのを手伝うために神に召されてこの世に生まれたのです。このような魂らはヒンドゥーの聖典でイシュワラコティと呼ばれ、生まれた時から願望が全くありません。彼らが唯一望むことは、解脱への道を示して人類を救うことなのです。

**神の恩寵**

　最後のポイントはムクティと神の恩寵です。シュリー・ラーマクリシュナは、どれほど努力しても神の恩寵がなければ解脱を得ることはできないと繰り返し言っていました。つまり、神の恩寵は解脱に大変重要なのです。さらにシュリー・ラーマクリシュナは、神は子供のような性質をお持ちだとも言っていました。宝物を持っている子供が、ある人にはいくら頼まれても宝物をあげないのに、ある人には頼まれもしないのにあげることがあるが、それと同じようなことをなさると言うのです。では、信者は一体どうすればいいのでしょうか。ただ何もせず黙ったまま神の恩寵をいただけるのを待つしかないのでしょうか。

　いいえ、そのような形で神に依存することは霊的実践において決してすべきことではありません。とにかく霊的修行を積み、霊的目覚めを求めて努力するのです。心を浄め、心や五感をコントロールし、識別し、神に祈り神を瞑想し神の御名を唱えて神への愛を育むよう努めるのです。そうやって準備をして神の御前に自らを示して神のご判断を仰ぐのです。そして最後に神が望まれれば、ムクティが与えられるでしょう。

　願望をコントロールし、カルマとその結果から解放されてムクティを得ることは非常に難しいので、時折もう希望はないと感じることがあります。願望を一つ克服した途端、次の願望が現れて私たちを縛るのです。一方で、神の化身が現れる時には、多くの人々に解脱が与えられると言われています。イエスは、霊的悟りを与えてやりたい人には誰にでも与えてよいと自分は神に許可されていると繰り返し言いました。ホーリー・マザーは、お付きの女性信者の一人であるヨギン・マーに、自分はたくさんの僧にあったがシュリー・ラーマクリシュナは別格だと言ったことがあります。ヨギン・マーはその理由を、普通の僧やサドゥは自分自身の解脱を望むけれど、シュリー・ラーマクリシュナはそのような人たちを解脱させるためにやって来たからだ、と言いました。

　ある時、ホーリー・マザーがコルカタに滞在中、若い僧が少年にホーリー・マザーの所に行って直接イニシエーションを受けるよう勧めました。少年は納得しませんでしたが、スワーミー・トゥリヤーナンダジを大変尊敬していたので、トゥリヤーナンダジにホーリー・マザーからイニシエーションを受けるべきかどうか聞いてみることにしました。若い僧と少年がトゥリヤーナンダジに聞いてみると、トゥリヤーナンダジは興奮しながら少年に、こんな事を勧めてくれるなんてこの僧は真の友人だよと言いました。「ホーリー・マザーは皆を解脱させるためにいらしたんだよ。マザーのところに解脱を求めて何千人が押しかける、ということがどうして起こらないんだろう。」つまり、ホーリー・マザーは解脱させるためにこの世に生まれてきたのだから、こんなめったにない機会をもっと活かせばいいのに、ということを言っていたのです。

　ホーリー・マザーとシュリー・ラーマクリシュナという二人の神の化身は肉体を離れてしまいましたが、その霊的な力は今なお生きており、この瞬間もここに存在しています。シュリー・ラーマクリシュナやホーリー・マザーに帰依して霊的努力を少しずつでも真剣に行おうと考える人なら誰でも、彼らの恩寵により解脱することができます。これは、シュリー・ラーマクリシュナの直弟子たちが繰り返し言っていた言葉です。