2016年12月17日（土）　インド大使館　ウパニシャッド（第13回）

前回の講話のときに引用句の総括を含めウパニシャッドの全体的な紹介をしました。今日からカタ・ウパニシャッドに入ります。

**≪ヴェーダとウパニシャッド≫**

昔、ウパニシャッドはたくさんありましたが、だんだんとウパニシャッドはなくなりました。いろいろな原因で、例えば、忘れられたなどの原因で、ウパニシャッドのマニュスクリプト（manuscript）がなくなってしまい、現在有名なものは１２だけです。

ウパニシャッドの名前はムクティカー（Muktikā）ウパニシャッドの中に列記されています。昔、１０８のウパニシャッドがありました。今は１２のウパニシャッドがよく知られています。

それらは『ウパニシャッド』（日本ヴェーダーンタ協会発行、ISBN 978-4-931148-40-6）に載っています。一番古いウパニシャッドはイーシャ・ウパニシャッド（Īṣa Upanishad）です。目次の順にケーナ・ウパニシャッド（Kena Upanishad）、カタ・ウパニシャッド（Kaṭha Upanishad）、プラシュナ・ウパニシャッド（Praśna Upanishad）、ムンダカ・ウパニシャッド（Muṇḍaka Upanishad）、マーンドゥーキヤ・ウパニシャッド（Māṇḍūkya Upanishad）、タイッティリーヤ・ウパニシャッド（Taittirīya Upanishad）、アイタレーヤ・ウパニシャッド（Aitareya Upanishad）、チャーンドーギヤ・ウパニシャッド（Chāndogya Upanishad）、ブリハドアーラニヤカ・ウパニシャッド（Bṛhadāraṇyaka Upanishad）、シュヴェーターシュヴァタラ・ウパニシャッド（Śvetāśvatara Upanishad）、カイヴァルヤ・ウパニシャッド（Kaivalya Upanishad）です。

その中でけっこう（ボリュームの）大きいのは、ブリハドアーラニヤカ・ウパニシャッドとチャーンドーギヤ・ウパニシャッドです。それらの翻訳のすべてが前掲の本『ウパニシャッド』に収録されているわけではありません（省略されたウパニシャッドの章節は１０～１１頁に記載されています）。

一番有名なウパニシャッドはカタ・ウパニシャッドです。ウパニシャッドを知っていると言う人のほとんどが知っているのはカタ・ウパニシャッドです。

ヴェーダは、サンヒター（saṃhitā）、ブラーフマナ（Brāhmaṇa）、アーラニヤカ（āraṇyaka）、**ウパニシャッド**の４つの部分に分かれています。そしてヴェーダには４つの種類があります。一番古いのはリグヴェーダ（Ṛgveda）、それからサーマヴェーダ（Sāmaveda）、ヤジュルヴェーダ（Yajurveda）、アタルヴァヴェーダ（Atharvaveda）です。ヤジュルヴェーダには、シュックラ・ヤジュルヴェーダ（Shukla Yajurveda）とクリシュナ・ヤジュルヴェーダ（Krishna Yajurveda）の２つがあります。

**≪カタ・ウパニシャッド≫**

カタ・ウパニシャッドは、クリシュナ・ヤジュルヴェーダのブラーフマナの中にあります。カタ・ウパニシャッドはその２語を合わせると「カトーパニシャッド」になります。

（Katha + Upanishad）→ Kathopanishad（カトーパニシャッド）

なぜこのウパニシャッドは有名なのでしょうか。このウパニシャッドの中には他のウパニシャッドと同じように「アートマン」（魂、内なる自己）についての話があります。しかし、このウパニシャッドは**物語**を使って紹介されています。物語が窓口であり面白いです。すべてのウパニシャッドはそうではなく突然に哲学に入ります。カタ・ウパニシャッドは違います。

子供も若者もお年寄りもみな物語が好きですね。カタ・ウパニシャッドは物語を使って内容を紹介していますし、説明がとてもわかりやすいです。他のウパニシャッドはちょっと硬いですが、カタ・ウパニシャッドは言葉もけっこう簡単な言葉を使っています。カタ・ウパニシャッドはちょっと勉強するとだいたい意味を理解することができます。そしてポエティック（詩的）です。

それからカタ・ウパニシャッドは包括的です。なぜなら、「アートマン」（Ātman）について、その本性は何か、どのようにそのアートマンを悟るか、悟りの障害は何か、悟りの結果は何か、を説明しているからです。「アートマン」の意味は「魂」、「内なる自己」ですが「魂」とはあまり言わずに「アートマン」と言いますので皆さん覚えてください。言葉は「アートマン」（Ātman）と「ブラフマン」（Brahman）です。

カタ・ウパニシャッドの中にはとても有名な節がいくつもあり、お坊さんが使っていますし学者も論文に引用しています。紹介をかねてカタ・ウパニシャッドの節をいくつか説明していきます。

＊ 今回はテキストを用意していませんが日本ヴェーダーンタ協会のホームページ（メインページとテキストギャラリーのページの両方）に今後アップロードしますので、それをダウンロードして印刷し、次回（２０１７年２月）からお持ちください。テキストにはオリジナルのサンスクリットとカタカナの発音表記を載せます。大阪勉強会のボランティアの方が作成した資料を元にしています。また、前掲の本『ウパニシャッド』は副読本として使用する予定ですので併せてお持ちください。

**≪カタ・ウパニシャッド　１．２．２節≫**

śreyaśca preyaśca manuṣyameta-

シュレーヤシュチャ　プレーヤシュチャ　マヌッシャメータ‐

stau samparītya vivinakti dhīraḥ；

スタウ　サㇺパリーティヤ　ヴィヴィナクティ　ディーラㇵ；

śreyo hi dhīro’bhi preyaso vṛṇīte

シュレーヨー　ヒ　ディーロービ　プレーヤソー　ヴリニーテー

preyo mando yogakṣemād vṛṇīte.

プレーヨー　マンドー　ヨーガクシェーマード　ヴリニーテー

*善きものも快きものも、人々の前にあらわれる。賢者は、双方を吟味して、一方を他方から区別する。賢者は快きものよりも善きものを好む。愚者は、肉体の欲望に駆りたてられて、善きものよりも快きものを好む。*　（『ウパニシャッド』４９頁、１０～１２行）

このアイデアは皆さんが知っています。本当の善いものと面白いものと２つのものがあります。それらは混ぜられて人間の前に現れています。面白いけれど本当の善いものではないものを知っていますか。その例はたくさんありますね。例を挙げるまでもなく、皆さんたくさん経験がありますね。とても面白いですけれど最終的に困ります。

バガヴァッド・ギーターの中にサットワ的な楽しみとラジャス的な楽しみの対比がありますね（第１８章第３７節、３８節参照）。サットワ的な楽しみは最初は大変ですが後でとても助けてくれます。最初は苦く、最終的に甘い。

ラジャス的な楽しみは反対です。最初はとても甘く、面白い、そして我々を惹きつけます。我々はけっこうそれを好きになっています。ですが最終的に困っています。その最初甘いものは最終的にとっても苦くなります。

皆さんはその経験がたくさんあります。我々の前には自然に２つのものが混ぜられて提示（present）されます。それをもらうか否かはあなたの選択（choice, option）です。強制はされません。選択するのはあなたですから自然の責任ではありません。もしあなたが困りますとそれはあなたの選択で決めたのですからその結果について自然の責任はないです。

普通の人は絶対に面白いものが好きです。しかし、もしあなたが善いものも面白いものも両方いらないと考えるとその方が良いではないですか。何ももらいたくないという考えは「**放棄**」を準備する人の考えです。

快楽だけが好き、楽しみだけが好き、苦しみは好きではないということはできないです。楽しみをもらいたいなら絶対に苦しみも一緒に来ます。なぜならば、それらは「**コインの両面**」だからです。もしあなたが１００円硬貨をもらいますとその硬貨の両面をもらわないといけないですね。

私は何もいらない、面白いものもいらないし、善いものもいらないという考えはタマス的な人にもあるかもしれません。タマス的な人とは、鈍い何も動かない種類の人です。

何もいらない、もういいと考えるもう一つの種類の人は**超越する人**です。

面白いもの・快楽（プレーヤ）と本当の善いもの（シュレーヤ）は我々の前に混ざって現われています。我々は**識別を実践**して本当に善いものだけを選択していきますとだんだんと**成長**することができます。

プレーヤとシュレーヤはとても有名で大事な言葉です。

**Preya-（プレーヤ）　　面白いもの**

**Śreya-（シュレーヤ）　本当の善いもの**

本当に善いものをもらうのは誰かということがその節の中にあります。それは「賢い人」（dhīraḥ（ディーラㇵ））です。普通の人・世俗的な人はそうではありません。

子どものときからプレーヤとシュレーヤが混ざって現れていますが子どものときはそれがわかりません。しかし大きくなれば我々はわかっています。我々の中に良心がありますから。

わかっていますけれど避けることはできないです。なぜならば、我々の中の良心はとても弱くて寝ているような状態だからです。居眠りのような状態ですから我々は選択を間違っています。

**≪カタ・ウパニシャッド　１．２．５節≫**

avidyāyāmantare vartamānāḥ

アヴィッディヤーヤーマンタレー　ヴァルタマーナーㇵ

svayaṁ dhīrāḥ paṇḍitammanyamānāḥ；

スヴァヤㇺ　ディーラーㇵ　パンディタムマンニャマーナーㇵ；

dandramyamāṇāḥ pariyanti mūḍhā

ダンドラㇺヤマーナーㇵ　パリヤンティ　ムーダー

andhenaiva nīyamānā yathāndhāḥ.

アンデーナイヴァ　ニーヤマーナー　ヤターンダーㇵ

*無知の深淵に沈みながら、慢心故に己を賢者と考えて、惑わされた愚者たちは流転に流転を重ねる。盲人に導かれた盲人のように。*　（『ウパニシャッド』５０頁、４～５行）

例えば、私はたくさん聖典の勉強した学者だという人がいます。その人は聖典をよく知っていますので、その人には真理のことをよく知っているという自惚れがありますし名声欲があります。その人の中にはたくさんの「**霊的な無知**」があります。真理を悟っていません。欲望がたくさんあります。執着がたくさんあります。

もし、その種類の人が他の人を導きますと結果はなんでしょうか。

この節では例を使ってそのことを説明しています。andhena（アンデーナ）のandhāḥ（アンダーㇵ）の意味は「盲人」です。その種類の人が導いた他の人も目が見えません。両方とも目が見えません。その結果、二人は目的まで行くことができません。穴があったら入ります。入りたいではないです（笑い）。いつもその例を見ています。ですからその種類の人に気を付けた方がよいです。

『ラーマクリシュナの福音』（日本ヴェーダーンタ協会発行、ISBN 978-4-931148-14-7）の中にもあります（７４９頁、１００４頁参照）。王様とバーガヴァタムの学者（パンディット）の話です。バーガヴァタムは有名な聖典です。クリシュナの物語も哲学も入っています。

或る王様がバーガヴァタムの勉強をしたかったので教えてくれる人を探しました。或る人が王様に言いました、「とても有名なバーガヴァタムの学者がいますからその人から勉強してください」と。王様はその学者に頼んで勉強が始まりました。

毎日、学者は教えた後に「王様、あなたは理解できましたか」と尋ねました。王様の答えは面白いです。「最初にあなたが理解してください」（笑い）

これはちょっと普通ではないですね。特別ですね。生徒が先生に言っています、「最初にあなたが理解してください」と。それを聞きますと先生はいたずらっ子だと怒りませんか。しかしそれはいつも同じでした。

そのバーガヴァタムの学者は、生徒が王様ですからたくさん準備して一生懸命説明しました。そして毎日最後に「王様、あなたは理解しましたか？」と尋ねますが、王様は同じ答えです。「最初はあなたが理解してください」（笑い）

それを聞いて学者はいつも混乱しました。私は一生懸命説明しているのに、どうして毎日王様はその同じ答えをするのか。学者ですから王様がどうしてその答えを言っているのか内省していました。

そしてもっと「放棄」を実践しようと家を出て離れた別の場所に行くことにし、その前に或る別の人に王様へのメッセージを託しました、「王様、今私はわかりました」と。

その意味はわかりますね。バーガヴァタムの中に「**放棄**」のことがたくさんあります。しかしその学者は自分が「放棄」を実践していませんでした。自分が「放棄」を実践していないで王様に「放棄」のことを言っていました。

そして王様はもちろん知っていました。その学者は有名ですけれど執着がいっぱいだということを。それで王様は言っていました、「最初はあなたが理解してください」と。そしてその学者は家から離れる前に「今私はわかりました」というメッセージを王様に残しました。

自分は知らないのに他の人を教えたい。そこには２つの問題があります。一つは自分が目的まで行くことができないということであり、もう一つは生徒も目的まで連れていくことができないということです。それだけではなく束縛はもっと強くなります。

**≪カタ・ウパニシャッド　１．２．７節≫**

śravaṇāyāpi bahubhiryo na labhyaḥ

シュラヴァナーヤーピ　バフッビルヨー　ナ　ラッビャㇵ

śṛṇvanto’pi bahavo yaṁ na vidyuḥ；

シュリンヴァントーピ　バハヴォー　ヤㇺ　ナ　ヴィッドュㇷ；

āścaryo vaktā kuśalo’sya labdhā’-

アーシュッチャリョー　ヴァクター　クシャロースヤ　ラブダー’-

ścaryo jñātā kuśalānuśiṣṭaḥ

アシュチャリョー　ギャーター　クシャラーヌシシュタㇵ

*多くの者は、アートマンについて聞くことを許されない。多くの者は、それを聞いても、それを理解しない。それを語る者は驚くべきかな。それを学ぶ者は聡明なるかな。良き師に教えられて、それを理解するを得る者は幸いなるかな。*

　（『ウパニシャッド』５０頁、９～１１行）

śravaṇāyāpi bahubhiryo na labhyaḥ（シュラヴァナーヤーピ　バフッビルヨー　ナ　ラッビャㇵ）は、「真理を聞くことのチャンスがそれほどたくさんはない」という意味です。

考えてみてください。あなたは今ここ東京にいますね。東京にはたくさんの人がいます。しかし、永遠の存在・無限の存在が何か、その存在の本性は何か、どのようにすればその悟りを得られるか、悟りの結果は何かをその中の何人の人が聞いたことがありますか。ほとんどの人が聞いたことはありません。

皆さん神様のことを知っていますが神様のイメージは普通何でしょうか。特別な力がある存在というイメージではありませんか。その存在と皆さんとはどんな関係がありますか。普通の方法では或るものをもらうことはできないのでそのためにその特別な存在に祈ります。祈って我々の願いが満足するとそれで神様との関係は終わります（笑い）。

神様を信じていると言う人はけっこういます。しかし、神様についてのイメージは、願いを満足させることのできる力を持った特別な存在、ではないですか。お金でその満足を得ることができないときや、人がサポートすることのできない願いがあるとき、神様だけがそれを助けることができます。しかしそれだけで神様と自分との関係は終わり。それが真理ですか。

真理ではないです。神様と真理は一緒です。しかし、普通の人はそこまでの理解がありますか。ないです。神様の本性は無限、永遠、絶対の存在、絶対の知識です。その理解はないです。聞いたこともないですね。

昔インドでは皆さんが知っていました。インドはローマ、ギリシャなどの他の文明と比べると特別でした。インドでは社会システムの中にその勉強が組み込まれていたからです。最初は先生のところに行って勉強しなければなりませんでした。その先生は聖者でした。

皆さんは世俗的なことにはたくさん興味がありますが真理についての興味はありません。困ったときや特別な祈りがあるときに神様にお願いします。苦しい時の神頼み。それだけが神様と自分との関係です。苦しくないと神様もいらないです（笑い）。

多くの人は真理のことを聞くチャンスさえありません。我々は少なくとも真理のことを聞いたことがありますね。聖典の勉強をする人についての言葉が次にあります。

śṛṇvanto’pi bahavo yaṁ na vidyuḥ（シュリンヴァントーピ　バハヴォー　ヤㇺ　ナ　ヴィッドュㇷ）は「聞いても理解はできない」という意味です。

参加者の方のレベルはいろいろです。或る参加者の方のレベルは理解がとても少ないです。別の参加者の方はレベルが少しアップしています。もちろん何回も何回も聞きますとレベルがだんだんアップします。

しかし、聞くだけではなく他の条件もあります。何回もそのことを言っています。それはライフスタイル、生活の仕方と関係があります。生活をコントロールしないと聖典を勉強しても理解は難しいです。

**自分の生活のコントロール、欲望のコントロール**が必要です。**浄らかになる。純粋になる。**そうしないと聞いても理解はできません。聞いても理解ができないのはそれが原因です。少し勉強をしてそれで終わり。続けていません。家に戻っても勉強したものを続けていません。それでは理解のレベルはいつまでも同じままで上がりません。

皆さん少し内省してください。たんさく勉強したのにどうして理解できていないのかを。理解できないと面白くなりません。それが問題です。それで勉強をやめてしまいます。**もっともっと理解しますと、もっともっと本当に面白くなります。**

参加者の方の中で１回、２回、３回参加してどうしてやめてしまうのでしょうか。面白くないからです。どうして面白くないのでしょうか。なぜなら準備がないですから。もちろんアイデアが難しいですがそれだけではなくその問題もあります。

面白くなるためには準備も大事です。準備とは、（１）**欲望のコントロール、ライフスタイルのコントロール**です。そして（２）**勉強のとき以外も少し真理のことを考える、神様のことを考える**ようにします。そのようにして進めますと理解のレベルは絶対上がります。そうしないと１年、２年聞いても同じです。レベルが上がりません。

それから本当の真理の先生は少ないです。それも本当です。本当の真理の先生とは「悟った人」です。「悟った人」から真理のことを聞くのはとてもとても珍しいことです。そしてそれを聞いて悟ることができる人もとても珍しいです。

ですけれども、真理のことをけっこう考えていて、実践していて、レベルがけっこう上がっている人から聞きますと、それももちろん結果は出ます。それだけではなく、自分もけっこう実践しますと、その人も理解のレベルはけっこう上がります。それが助けになります。無駄ではありません。

**≪カタ・ウパニシャッド　１．３．３節≫**

ātmānaṁ rathinaṁ viddhi śarīraṁ rathameva tu ；

アートマーナㇺ　ラティナㇺ　ヴィッディ　シャリーラㇺ　ラタメーヴァ　トゥ；

buddhiṁ tu sārathiṁ viddhi manaḥ pragrahameva ca.

ブッディㇺ　トゥ　サーラティㇺ　ヴィッディ　マナㇵ　プラグラハメーヴァ　チャ

*アートマンは馬車に乗るものであり、身体は馬車であると知れ。知性は御者であり、思考器官は手綱であると知れ。*　（『ウパニシャッド』５４頁、１２～１３行）

**≪カタ・ウパニシャッド　１．３．４節≫**

indriyāni hayānāhurviṣayāṁsteṣu gocarān ；

インドリヤーニ　ハヤーナーフルヴィシャヤーㇺステーシュ　ゴーチャラーン；

ātmendriyamanoyuktaṁ bhoktetyāhurmanīṣiṇaḥ.

アートメーンドリヤマノーユクタㇺ　ボークテーティヤーフルマニーシナㇵ

*賢者たちは言う、感覚器官は馬であり、彼らの走る道は欲望の迷路である、と。賢者たちは、アートマンが身体、感覚器官および思考器官と結びつく時、それを享受者と呼ぶ。*

　　　　　　　　　　　　　　　　（『ウパニシャッド』５４頁１４行～５５頁１行）

この２つの節はとても有名です。我々の身体、感覚、心、知性を使ってアートマンが楽しみの対象をどのように楽しんでいるのかを「馬車のたとえ」を使って説明しています。

|  |
| --- |
| 英語　　　　　　　　 節（カトーパニシャッド）中　　　　 日本語  （対応するもの）　　　　 　　サンスクリット文字　　　　 （対応するもの） |
| Rider　　　　　　　→　　　　 Rathi　　　　 → 　 馬車に乗っている人  （Ātman）　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 　 　 （アートマン） |
| Charioteer　　　　 →　　　　 Sarathi　　　 →　　　　 御者  （buddhi）　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 　　　 （知性） |
| Chariot　　　　　　 →　　　　 Ratha　　 →　　　 馬車  （śarira） （身体） |
| Reins　　　　　　　→　　　　 Pragraha　　 →　　　 手綱  （manas）　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 　 　　　（心） |
| Horse　　　　 　　 →　　　　 Hayān　　 　 →　　　　 馬  （indriya: Senses）　　　　　　　　　　　　　　　 　 　　　 （感覚） |
| Road →　 Viṣhayān - Gocarān → 　　　 道  （viṣayān: Objects of senses;　　　　　　　　　　　 　　 　（楽しみの対象）  gacharān: path) |

上に示すように、馬車に乗っている人（持ち主）はアートマンです。馬車は身体です。御者は知性です。心は手綱、感覚は馬、道は感覚の対象（楽しみの対象）です。

馬車がありますと馬車に乗っている人が必ずいます。馬車の持ち主ですね。それから馬車。御者は手綱で馬をコントロールしています。手綱によってどのように行くかを導きます。馬が絶対必要ですね。道があります。

そのイメージで**個人的なアートマン**（**ジーヴァ・アートマン**）は楽しんでいます。楽しんでいるアートマンは無知を持っているアートマンであり、自分の身体と同一視しています。

本当のアートマン（**純粋なアートマン**）は何も楽しんでいません。傍観者のようですね。純粋なアートマンは何もしません。**純粋なアートマンは身体、心、感覚、知性と同一視していない**です。

無知を持っている人のアートマンは自分の身体、心と同一視しています。身体に病気がありますと私の病気と考えています。我々の普通の状態はそうですね。身体にちょっと病気が出ますと私は病気、身体がお腹空いていますと私は空腹、身体がお腹いっぱいですと私は満腹と考えています。

感覚と私を同一視しています。知性も同一視しています。皆さんの普通の状態はそれ（無知の状態）です。身体、感覚、心と同一視しています。その状態でその個人的なアートマンはどのように楽しんでいますか。そのイメージが「馬車のたとえ」です。

そのイメージについてもう少し詳しく説明します。馬は何ですか。感覚（インドリヤ）です。普通にイメージしてください。もし御者が馬をコントロールできないとその結果はどうなりますか。馬車で目的まで行くことはできません。それだけでなく事故の可能性もあります。

今はあまり見かけませんが昔はいつも馬車でした。ときどき馬がとても強くて御者がコントールできないケースがあります。馬が狂ってコントロールできない場合もあります。同様に、我々の知性が感覚をコントロールできないなら困ります。その結果で我々は欲張り（貪欲）になりいろいろな問題が生じます。

知性はどのように感覚をコントロールしますか。心で感覚をコントロールします。例えば、御者は馬をどのようにコントロールしていますか。手綱を使ってですね。普通の御者は手綱を使って馬をコントロールしています。そうしないと馬をコントロールできないです。

**御者が手綱で馬をコントロールするように、知性が心で感覚をコントロールしています。**もしコントロールできないならば感覚は従いません。困ります。

その「馬車のたとえ」はカタ・ウパニシャッドの中のとても有名な例です。個人的なアートマンがどのように世俗的なものを楽しんでいるかについて詳しいことがその例の中に入っています。「馬車のたとえ」を使ってそのイメージが出ています。

次の節もとても有名です。スワミー・ヴィヴェーカーナンダも大好きでした。

**≪カタ・ウパニシャッド　１．３．１４節≫**

uttiṣṭhata jāgrata prāpya varānnibodhata ；

ウッティシュタタ　ジャーグラタ　プラーピャ　ヴァラーンニボーダタ；

kṣurasya dhārā niśitā duratyayā durgaṁ pathastatkavayo vadanti.

クシュラッスヤ　ダーラー　ニシター　ドゥラティヤヤー　ドゥルガㇺ　パタスタッㇳカヴァヨー　ヴァダンティ

*て！目覚めよ！師の足元に近づき、それを知れ。聖者たちは言う、その道は鋭い剃刀の刃のようである、と。その道は狭く、踏み行き難い！*

（『ウパニシャッド』５６頁、４～５行）

uttiṣṭhata jāgrata prāpya varānnibodhata（ウッティシュタタ・ジャーグラタ・プラーピャ・ヴァラーニボーダタ）のスワミー・ヴィヴェーカーナンダが英訳したものは次の通りです。

「立ち上がれ。目覚めよ。目的に達するまで立ちどまるな（目的まで行かないといけない）」（Arise! Awake! And Stop not till the goal is reached.）

オリジナル（サンスクリット）の節では「その道はとてもとても大変な道。悟りの道は簡単な道ではない。とてもとても大変な道です」と続きます。皆さんその道を行きたいならとてもとてもいろいろ頑張って気を付けないといません、という意味です。

**≪ウパニシャッドのインヴォケーション（祈願）のマントラ≫**

カタ・ウパニシャッドの一番最初にインヴォケーション（invocatio；祈願）のマントラがあります。『ウパニシャッド』（前掲本）の中のカタ・ウパニシャッドの章の最初にそのマントラの翻訳が載っています。

*オーム*

*ブラフマンよ、われらを守りたまえ、*

*われらを導きたまえ、*

*われらに強さと正しき理解とを授けたまえ。*

*愛と調和とが、われら一同とともにあらんことを。*

*オーム　シャーンティ・シャーンティ・シャーンティ*

　（『ウパニシャッド』４５頁、２～７行）

そのマントラのオリジナルのサンスクリットは「サハ　ナーヴァヴァトゥー／サハ　ノーブナクトゥー」（saha nāvavatu / saha nau bhunaktu）です。ウパニシャッドには一番最初にインヴォケーション（祈願）がありマントラを唱えてから勉強が始まります。

昔からの伝統です。ウパニシャッド毎にそれぞれインヴォケーションのマントラがあります。例えば、プラシュナ・ウパニシャッドの一番最初のインヴォケーションのマントラは「バッドラム　カルニービㇶ　シュリヌヤーマ　デーヴァㇵ」（bhadram karnebhih shrinuyama devah）です。

それからイーシャ・ウパニシャッドの一番最初のマントラは「オーム　プールナマダッ」（Om purnamadah）です。普通の「プールナマダッ」は一番最後ですけれども或るウパニシャッドでは勉強の一番最初にそのマントラがあります。

同じマントラが他のウパニシャッドでも一番最初のマントラとなることもあります。例えば、ブリハドアーカラニヤカ・ウパニシャッドも「プールナマダッ　プールナミダㇺ」（purnamadah purnamidam）で始まります。最初にそれを祈って勉強は始まります。

**≪カタ・ウパニシャッドのインヴォケーション（祈願）のマントラ≫**

カタ・ウパニシャッドの勉強のときの一番最初のマントラは「サハ　ナーヴァヴァトゥー」です。

　Om saha nāvavatu　（オーム　サハ　ナーヴァヴァトゥー）

　saha nau bhunaktu　（サハ　ノー　ブナクトゥー）

　saha vīryam karavāvahai　（サハ　ヴィーリャン　カラヴァーヴァハイ）

　tejasvi nāvadhītamastu　（テージャスヴィ　ナーヴァディータマストゥ）

　mā vidviṣāvahai　（マー　ヴィッヴィシャーヴァハイ）

　Om shāntiḥ shāntiḥ shāntiḥ Hariḥ Om　（オーム　シャーンティ　シャーンティ　シャーンティ　ハリヒ　オーム）

皆さんはいつも唱えていますけれど意味がはっきりわかっていない可能性がありますから説明します。

「サハ　ナーヴァヴァトゥー」（saha nāvavatu）の「ナーヴァヴァトゥー」（nāvavatu）は２つの語が合わされています。Nāvavatu（ナーヴァヴァトゥー） ＝ Nau-avavatu（ノー・アヴァヴァトゥー）です。

「サハ　ナーヴァヴァトゥー」の意味は「**ブラフマンが我々を守ってくださるように**（節の中にブラフマンという語は入っていませんが意味にはあります）」です。

ブラフマンは絶対の真理です。ブラフマンには形も性質もありません。神はブラフマンです。「ブラフマンが我々を守ってくださるように」の「我々」とは先生と生徒（弟子）たちです。勉強は先生と生徒がいないとできませんから。

どのように守りますか。例えば、ブラフマンが自分の本性を現して守ります。自分の本性とは、例えば、知識ですね。**ブラフマンが知識を現して先生と弟子を守ります。**

それから「サハ　ノー　ブナクトゥー」（saha nau bhunaktu）は「**ブラフマンが真理を理解させて私たちを養ってくださるように**」です。

「サハ　ノー」（saha nau）が「私たち（先生と弟子）」です。「ブナクトゥー」（bhunaktu）は「養う」です。「サハ　ノー　ブナクトゥー」の意味は「ブラフマンが真理を理解させて私たち（先生と弟子）を養ってくださるように」です。

どのように養いますか。例えば、真理を本当に理解させることによって養います。本当の理解とは**悟り**と一緒です。祈りは悟りのためのものです。

理解して悟りますと結果は何ですか。**我々は無知から解放されます。束縛から解放されます。束縛、無知、恐れ、心配、苦しみ、弱さがみな取り除かれます。**それが「養う」という意味です。知識で養うことによって得られる結果はそれです。

そうしますと**我々は賢くなります。恐れはなくなります。至福が出ます。平安が出ます。強くなります。自由になります。**その意味で、ブラフマンが真理を理解させて私たちを養います。我々は養って下さるように祈ります。

次は「サハ　ヴィーリャン　カラヴァーヴァハイ」（saha vīryam karavāvahai）です。「サハ」（saha）が「我々に」、「ヴィーリャン」（vīryam）が「力」です。「カラヴァーヴァハイー」（karavāvahai）は「与えて下さるように」です。

「サハ　ヴィーリャン　カラヴァーヴァハイ」の意味は「**真理を正しく理解するために我々に力を与えて下さるように**」です。

「真理を正しく理解するために」何が必要ですか。力が必要ですね。そのために神に祈っています。「おお神様、力を与えてください」と。力がないと何もできないです。勉強することはできないです。勉強のためには力が必要でしょう。どんな種類の力が必要ですか。

肉体的な力、感覚の力、心の力、頭の力、みな必要でしょう。例えば、身体が良くないと座ることができないです。ですから絶対に身体は大事です。身体が強くないと勉強は続かないですね。例えば、聞いてすぐに頭が痛くなります。それで勉強できますか。できないですね。

そして感覚の力が必要です。耳が働いていないと勉強はできないです。感覚の強さが必要です。元気と強さ。感覚も大事です。

それからメンタル、心です。心が集中できないなら、心が落ち着かないなら勉強はできないです。心の集中が大事です。それだけではなく、絶対に私は勉強するという「やる気」も必要です。どこからやる気が出ますか。心ではないですか。やる気が弱いと勉強できないです。続けられないです。ですから心の力が必要です。

またウパニシャッドの勉強のためには絶対に知性の力が必要です。知性の力もとても大事です。ウパニシャッドの勉強ではとてもとても精妙なことを学びます。普通の勉強ではないです。

例えば、物語のような、神様に対する愛の聖典がありますね。それも良いです。しかし、ウパニシャッドを勉強したいなら絶対に頭の力が必要です。そうしないと理解はできないです。それくらいとてもとても精妙な勉強です。

どれだけ精妙であるかはウパニシャッドの勉強のときにわかります。ギーターはもう少し簡単です。普通の人のためにギーターはとても良いです。ウパニシャッドの勉強には少し頭のレベルが大事です。皆さんは頭のレベルがそこまでありますから大丈夫です。心配していません。それが私の希望です。

次は「テージャスヴィ　ナーヴァディータマストゥ」（tejasvi nāvadhītamastu）です。「テージャスヴィ」（tejasvi）は「実り多く」です。ナーヴァディータマストゥ（nāvadhītamastu）のノー（nau = nā）が私たち、先生と弟子です。アヴァディータㇺ（avadhītam）は「勉強」です。

全体で「**私たちの勉強が実り多くなりますように**」という意味です。「勉強が実り多く」とは、例えば、「真理を現す」ということです。

次は「マー　ヴィッヴィシャーヴァハイ」（mā vidviṣāvahai）です。「ヴィッヴィシャーヴァハイ」（vidviṣāvahai）の意味は「**悪い感情を持たないように**」です。我々の中に、例えば、先生と弟子の中に「悪い感情を持たないように」です。

悪い感情が出ますと勉強はできないです。そのことは聖典の勉強のときに大事です。しかし可能性はあります。弟子が間違えをしたり、弟子がけっこう意味がない議論をすることがあります。そうすると先生はとても怒りますし、悪い言葉を使います。そうしますと弟子はとても気にしますね。そのような状態で勉強はできないです。

そしてまた逆に、この先生はあまり知らない、この先生のレベルは低いという考えが弟子にありますと、先生に対しての尊敬はありません。そのような種類の弟子とそのような種類の先生では本当の勉強はできません。

人間ですから、両方悟った人ではないですから、その可能性があります。その可能性がありますから神様に祈ります。「我々が悪い感情を持たないように」と祈ります。先生は弟子のために愛を、弟子は先生のために尊敬を、という相互の関係が大事なポイントです。

それがなかったら勉強はできないです。普通の勉強ではないですから。普通の世俗的な勉強の場合には、もし先生がとても有名でしたら、生徒はその先生を尊敬していなくても先生の教えを聞きます。なぜなら先生は有名ですし教え方がとてもうまいですから。個人的な尊敬はいらないです。あった方が良いですけれど、なくてもそれほど構いません。

しかし、聖典の勉強では絶対に必要です。それがないと勉強はできないです。なぜならとても人生と人生の関係がありますから。その関係がなかったら聖典の勉強はできません。それについて絶対必要です。

最初はいろいろ調べて聖典の先生、宗教の先生を決めた方が良いです。そしていったん先生を決めたらそれを離れることは良くないです。離れない方が良いです。

［サハ　ナーヴァヴァトゥーのマントラ（前記）をマハーラージと皆が一緒に朗誦］

このマントラでは「オーム　サハ　ナーヴァヴァトゥー」と最初にオームがありますね。そして、最後に「オーム　シャーンティ　シャーンティ　シャーンティㇶ―　ハリㇶ　オーム」と２回オームがあります。その「オーム」の意味は何ですか。

**≪オームの意味≫**

「**オーム**」の「**アー**」が**創造の神**、「**ウー**」は**維持の神**、「**マー**」は**破壊の神**のシンボルです。それらを合わせた「**オーム**」は「**ブラフマン**」のシンボルです。絶対の真理のシンボルです。「アー」、「ウー」、「マー」は別々の神のシンボルですけれども、それらを合わせて「オーム」と唱えますと絶対の真理の「ブラフマン」のシンボルになります。

それだけではなく、すべての言葉、すべての語の源も「オーム」です。なぜなら、我々の言葉と音の源を分析しますと、基礎的な音は「アー」と「ウー」と「マー」の３つでしょう。「アー」が喉から出ます。「ウー」が口の中に、「マー」が唇です。

「アー」、「ウー」、「マー」は、サンスクリット、ベンガル語、英語、フランス語、日本語を問わず、すべての言葉、すべての語の源の音です。「オーム」は**基礎的であり包括的な音**です。

それだけではなく、「**アー**」は**目覚めの状態**、「ウー」は**夢見の状態**、「**マー**」は**熟睡**（夢を見ない眠り）**の状態**、「**オーム**」は**超越の状態**のシンボルです。

ジャグラート（Jagrat）は目覚め、スワプナ（Svapna）は夢見、スシュプティ（Sushupti）は熟睡、**トゥリーヤ**（Turīya）は超越の状態でありそれが「オーム」です。

ヒンドゥー教では、勉強の前、勉強の後に、儀式の前、儀式の後に、祈りの前、祈りの後に、いつもオームを使っています。それには今説明したような深い意味があります。オームを唱えますと結果は個人的で大きいですね。

オームだけで悟ることができます。ムンダカ・ウパニシャッドは内容がオームだけです。どのようにオームを実践するかの説明がたくさんあります。少し別の話ですがオームをどのように発音するかで呼吸の実践になります。

**≪３回のシャーンティの意味≫**

それから「**シャーンティ、シャーンティ、シャーンティ**」。どうして「シャーンティ」が３回でしょうか。

最初の「シャーンティ」は**自分の身体、感覚、心の平安、幸せのための祈り**です。次の「シャーンティ」は**あらゆる神、自然と自然の神の平安、幸せのための祈り**です。最後の「シャーンティ」は**すべての動物と他の人、他の生き物のための祈り**です。それが３回「シャーンティ」を唱える意味です。それぞれの「シャーンティ」に意味があります。

それから「ハリㇶ　オーム　タット　サット」（Hariḥ Om Tat Sat）です。また「オーム」が出ます。ハリㇶ（Hariḥ）には少なくとも１０個の意味があります。１つの意味はブラフマンです。サンスクリットは面白いです。一つの言葉にたくさんの意味があります。

**≪オーム　タット　サットの意味≫**

「**オーム　タット　サット**」（Om Tat Sat）は**ブラフマンの３つの名前**です。今まで知らなかったかもしれないですね。ブラフマンの３つの名前が「オーム　タット　サット」です。

「オーム」（Om）はブラフマンの一つの名前です。「タット」（Tat）もまたブラフマンの別の名前です。「サット」（Sat）もブラフマンの名前です。「オーム」、「タット」、「サット」を合わせて唱えています。

ブラフマンについて３つの文があります。

Om iti Brahma　　　　（Taittirīya Upanishad）

Tat twam asi　　　　　（Chāndogya Upanishad）

Sat-eva soumya idam　（Chāndogya Upanishad）

最初の文「オーム　イーティー　ブラフマ」（Om iti Brahma）はタイッティリーヤ・ウパニシャッド（Taittirīya Upanishad）の中にあります。その最初の言葉が「**オーム**」です。

次の「タット　トゥワム　アシ」（Tat twam asi）はチャーンドーギヤ・ウパニシャッド（Chāndogya Upanishad）にあります。父が息子のシュヴェータケートゥに「あなたはそのブラフマンです」と言っています。

「**タット**」（**Tat**）は「それ」、「その存在」、「トゥワム」（twam）は「あなたは」です。「タット　トゥワム　アシ」は「あなたは**それ（その存在＝ブラフマン）**です」、「そのブラフマンはあなたです」という意味です。

最後は「サット　エーヴァ　ソウミャ　イダㇺ　アグラアシット　エーカㇺ　エ―バ　アッディーティヤㇺ」（Sat-eva soumya idam agraasit-ekam eba advitiyam）でチャーンドーギヤ・ウパニシャッドにあります。

「ソウミャ」（soumya）の意味は「弟子」で、「おお弟子よ」と呼びかけています。「サット　エーヴァ　ソウミャ　イダㇺ　アグラアシット」（Sat-eva idam agraasit）は「昔はそのものだけがありました」という意味です。そのものは何ですか。

「**永遠の存在**」です。その「永遠の存在」は「**ブラフマン**」です。「**サット**」（**Sat**）が「**永遠の存在、絶対の存在**」です。

「エーカㇺ　エ―バ　アッディーティヤㇺ」（ekam eba advitiyam）は「唯一のものであり第二のものはない」という意味です。「第二なき一者」、それがブラフマンです。

これらを合わせますと「**オーム　タット　サット**」です。今まで知らなかったかもしれないですが、これが本当の意味です。

我々がマントラを唱えるときの「オーム　タット　サット」というとき、本当は**ブラフマン**のことを思い出しています。ブラフマンは永遠の存在、絶対の真理です。

以上