# ホーリー・マザーが示された理想的な生き方と教え

### 2016年1月17日

### ホーリー・マザー　サーラダー・デーヴィー生誕164周年祝賀会

### スワーミー・メーダサーナンダによる講話

### 於・逗子協会

ホーリー・マザー シュリー・サーラダー・デーヴィーがシュリー・ラーマクリシュナの霊的な伴侶であったことはよく知られています。私たちは皆マザーを尊敬していますが、それはシュリー・ラーマクリシュナの奥さんだからというだけではなく、マザーご自身の霊性も非常に高いためです。マザーとシュリー・ラーマクリシュナの夫婦関係は純粋に霊的な関係であったので、マザーは出産されたことはありませんが、マザーは万人の母となられました。マザーはある時、自分は全人類の母であるだけでなくすべての動物の母でもある、と言われたことがあります。

シュリー・ラーマクリシュナが亡くなられた後、マザーは多くの信者を霊的に指導されました。また、新たに創立されたラーマクリシュナ僧団の守護聖人であられると同時に、思想を司る頭脳、導き手でもあられました。さらに、僧団の仕事と霊的実践の理想や手法について出家の弟子や家住者の間に混乱や疑いが生じた時には、マザーが「裁判所」であると皆考えており、そのような折には、マザーのご判断が最終決定であるとして皆、マザーのご意見を仰ぎました。

## 理想的な家住者

ホーリー・マザーの生涯や教えを学ぶことに、どのような意義があるのでしょうか。それにはまず、霊的な観点から見て、マザーが歴史上の一人物にすぎないのか、今日でも手本として見習う価値のある人物なのかを考えてみるとよいでしょう。

ホーリー・マザーの生涯には様々な面がありました。マザーは「理想的な家住者」でした。私たちの大半は家住者で僧侶などの出家者は比較的少ないことに鑑みると、「理想的な家住者になるためにマザーの生涯から学ぶべきこと」に興味がある人は多いのではないでしょうか。すなわち、結婚生活を送る、家族や親族、特に、その中でもよく問題を起こす者と関わり合い、愛し、仕える、同時に心穏やかで平安に暮らす、という家住者の生活の中で、理想的な生き方を実践するにはどうすればよいか、ということです。マザーの生き方は、まさに理想的な家住者の手本でした。「理想的」とは、執着することなく愛し、一生懸命に心を込めて毎日の仕事を行うということです。私たちは仕事でストレスを感じるものですが、マザーの生涯を見てみると、どれ程多くを求められてもマザーは常に平安と喜びの中にあられました。

## 執着のない愛

大半の人は愛する気持ちの中に執着もあるもので、執着から不満や落胆を感じ、自由がなく束縛されている気持ちが生じていき、苦しむことになります。執着の結果苦しむのであれば、執着しないで済むよう愛するのをやめるべきなのでしょうか。実は、愛と執着には明確な違いがあるのです。が、大半の人にはその違いがよく分かりません。

ある弟子がホーリー・マザーに「マザーは私たちのことをどのように考えていらっしゃるのですか」と尋ねた時、マザーはこう答えられました。「あなたを自分の息子だと考えていますが、あなたの中にナーラーヤナ（神）がいらっしゃるとも考えています」執着なく愛するにはこのように考えればいいのです。息子は息子だと考え、夫は夫だと、妻は妻だと考えながら、同時に彼らの中に神を見ましょう。私たちには、肉体、心、感覚という一時的な面と、魂という、神様がいらっしゃる永遠の面があります。家族の一時的な面と永遠の面を同時に見るというこの考え方には矛盾する点はありませんし、こう考えれば執着することなく愛することができます。このような見方ができるようになるには実践が必要ですが、続ければできるようになります。

## 仕事は神様への捧げ物

次の課題は、料理や洗濯、会社の仕事など毎日くり返す同じ仕事を、どのように楽しく新たな気持ちでやっていけばよいかです。多くの人は、このような仕事は退屈で単調だから嫌だと考えます。しかし、ホーリー・マザーは、毎日を新たな一日と考え、一生懸命に生きられました。

この場に主婦の方がたくさんいらっしゃいますが、皆さんの多くは家事を「つまらないけれど、やらないわけにはいかないからやっている」と思っているのではないでしょうか。また、会社員の方も、仕事に行きたくないが仕方なく行っている、と考えてはいませんか。誰もが似たような気持ちになったことがあるでしょう。でも、仕事に対する態度を変えれば仕事が大好きになるかもしれません。仕事をするのは、神様に祈りを捧げお仕えしているのだと考えればよいのです。そして、仕事を通じて、自分なりのやり方で人々のお世話をしていると考えましょう。全員が大統領や首相になることはできませんが、教師として、会社員として、主婦として、自分なりに神様にお仕えし国家に奉仕をしているのです。国を支えているのは国家のリーダーだけでなく、自分の役割を果たしている人全員です。家族や会社に奉仕しているだけでは、単調でやる気が失われるかもしれません。しかし、私たちは国に奉仕しているのです。人類や神様に奉仕しているのです。そう考えれば、どの仕事に対してもやる気が生まれ、一生懸命に行うことができます。

## ストレスを無くす

3つ目に、私たちは皆ストレスを感じます。性別、国籍、仕事の種類に関係なく、ストレスは共通の問題で、心穏やかに楽しく仕事をしようとする時、最も大きな課題となります。

これには、傍観者の態度を取るよう自分に言い聞かせるのです。自分の今の人間関係も義務も永遠ではなく、すべて過ぎ去っていくのだということです。「これも過ぎ去る（This too shall pass）」という有名な言葉があります。良い時も悪い時も、人間関係も仕事も、永遠に続く物はない、という意味です。誰も彼も何もかも、いつかは今の状態ではなくなり、過ぎていきます。このような見方をして意識するようにすれば、どんな出来事も傍観者として見ることができ、執着がなくなり、心の平安や喜びが増していきます。

傍観者の態度とは、「私はそれと関わりがあるけれど、どっぷりそれに浸かっているわけではない」ということです。言い換えると、船が水に浮かんでいても、水は船の中にはないのです。もし水が船の中に入ってしまうと、船は沈みます。「これも過ぎ去る」、「それも消える」のだと覚えておきましょう。愛、家族、人間関係、仕事、そして喜びも、すべては消えます。心の求めるままに、愛し、仕え、楽しい事、やりたい事をやりましょう。でも、それらもやがてはなくなるのだと忘れないで下さい。

## 理想的な在家の信者

ホーリー・マザーは、在家の信者の理想でもありました。どんなに忙しくても、霊性の修行を一日も怠ったことはありませんでした。在家の信者は日々の霊的修行を行うことで平安を得ることができます。「一日もやめない」ことが大切です。一日でも休んでしまうと、再開するのは難しいと思ってしまうかもしれないからです。短時間でもいいですから、毎日霊的修行を実践することが望ましいのです。

毎日霊的修行を実践すると、無限の存在、永遠の存在、信者が神様と呼ぶ存在につながります。私たちは、一時的で非永遠で有限なものにばかり囲まれていますが、霊的修行を行うことで、そのようなものの只中にいても永遠で無限の存在を見ることができるのです。どのような形式であれ霊的な修行を行うことで永遠の存在、無限の存在につながり、バランスの取れた日常生活を送ることができます。

## 理想的な女性

女性の人生の2つの大きな面は、妻であることと母であることでしょう。スワーミー・ヴィヴェーカーナンダがおっしゃったのですが、西洋では女性の妻としての面に重きを置きますが、インドでは女性の母たる面、母性の方が重視されます。実際に分析してみると、この2つには確かに大きな違いがあることが分かるでしょう。女性が結婚しない場合、妻としての面はわかり得ませんが、母たる姿勢や態度を実践し母性を育むことはあり得ます。ホーリー・マザーはまさにそのような女性で、子供はいませんでしたが、すべての人の母だと見なされるようになりました。

女性の地位向上、女性にもっと力を与えるべき、という議論が今日多くありますが、個人的には、女性は既に力のある存在だと思います。インドでは、結婚の本来の、根本的な目的は、妻（シャクティの化身）の力と助けを借りて夫がマーヤーの網、マーヤーの檻を破ることです。結婚はただ子供を作り家族の世話をするだけではありません。ホーリー・マザーは結婚にはもっと高い目標があることを示してくださいました。女性に対して必要なことは力を与えることではなく、自身が既に持っている力に気付きその力を賢く使えるようにしてあげることなのです。ホーリー・マザーは、家族の世話をし、自身の義務を果たし、その他多くのことを為す中でそれを示されました。

このように、ホーリー・マザーの中には、母たる面と妻たる面が完璧なバランスで組み合わさった、理想的な家住者、理想的な在家の信者、理想的な女性が現れているのです。