2017年4月15日（土）　インド大使館　ウパニシャッド（第15回）

**≪カタ・ウパニシャッドの勉強への適用３）Adhikāriについて≫**

前回の最後に、ウパニシャッドを勉強するための「準備（Adhikāri（アディカーリ））」についてお話ししました。一番大切なのは「解脱の願い」です。「解脱」とは「自分の本性を理解すること」、「神様の本性を理解すること」と同じです。それが人生の目的ですね。

いろいろな種類の人がいますけれども聖典の勉強の準備ができている人は少ないです。ウパニシャッドの勉強には「心と身体の準備」が大事です。「心と身体の準備」とは、例えば、「浄らかさ」です。

身体意識が強くある間はヴェーダーンタの基礎であるウパニシャッドの勉強は難しいです。なぜならウパニシャッドの教えは身体意識とは反対だからです。［身体意識については、ウパニシャッド講話-12（2016.11.19）等参照］

世俗的な楽しみをとても好きになりますと身体意識が増えます。皆さんの楽しみの中心は身体、心、感覚ではないですか？そうしないと普通の楽しみはできないですから。世俗的な楽しみのベース（基礎）は、例えば、身体、心、感覚です。

楽しみにはいろいろ種類がありますね。霊的な楽しみ、頭的（知的）な楽しみもあります。一般的な人は楽しみと言うとき感覚と身体の楽しみのことをイメージします。そうしますともっともっと身体意識が増えます。身体意識が増えますともっともっと聖典の勉強は難しくなり聖典を理解することはできなくなります。

感覚と身体の楽しみを抑制することが準備です。感覚の楽しみをコントロール、身体をコントロールして「純粋」になりますと身体意識は少しだけ減ります。少なくともその準備が大事です。それが一つの大きな準備です。

ヴェーダーンタのウパニシャッドは頭でたくさん理解しなければなりません。バクティはほとんど感情（神様に対する愛）ですし、カルマ・ヨーガは仕事、力（身体と感覚の力）、ラージャ・ヨーガは心（心の準備）ですが、ギャーナ・ヨーガは頭が一番大事です。

頭で理解しないといけませんからたくさんの勉強が大事です。そうしないとウパニシャッドの理解はできなくなります。少なくともベース（基礎的な勉強）がないといけません。何がブラフマンであり、何がアートマンか、ブラフマンの本性は何か、アートマンの本性は何か、それらの関係は何かがわからないとウパニシャッドの理解は難しいですね。

ウパニシャッドは最初のページから最後のページまでアートマン、ブラフマン、アートマン、ブラフマンです。ウパニシャッドはほとんどそのことだけです。アートマンは何ですか。ブラフマンは何ですか。アートマンとブラフマンとはどんな関係がありますか。その理解のために勉強が大事です。それが準備です。

**＜３つの大事な準備＞**

準備の一つは「**勉強して理解すること**」です。いろいろ哲学のことを理解することです。もう一つは「**身体、心、感覚などをコントロールして浄らかになること**」です。それからもう一つは「**解脱の願い**」です。それが大事です。

準備がなくても理解が全くできないということはないですが、理解のレベルはとても低いです。**準備があれば理解のレベルはもっともっと高くなります。**それが違います。皆さんの理解のレベルは一緒ではないです。バラバラです。

日光（太陽光）の反射の仕方は、例えば、汚い水、きれいな水、砂、鏡でみなバラバラです。我々の中に「魂」の太陽がありますけれども太陽の反射がどれくらいできるかは我々の準備にかかっています。［反射については、ウパニシャッド講話-10（2016.06.18）参照］

カルマ・ヨーガに準備はあまり要りません。バクティ・ヨーガの実践にも準備はあまり要りません。皆さんに感情がありますから。しかし、ギャーナ・ヨーガとラージャ・ヨーガには準備が必要です。そのためにラージャ・ヨーガの中にヤマ、ニヤマ、アーサナ、プラーナーヤーマ、ダーラナ、ディヤーナ、最後はサマーディがあります。

ギャーナ・ヨーガも準備について言っています。シャマ、ダマ、シュラッダー、ウパラディなどです。シャマ・ダマ（心と感覚のコントロール）から始まります。それから尊敬も大事です。聖典に対する尊敬、先生（グル）に対する尊敬、ブラフマンに対する尊敬、それから自分に対する尊敬（自信）が必要です。

準備のためにもう一つ大事なことは「**識別**」することです。何が一時的であり何が永遠か、何が有限であり何が無限かを「識別」します。そうしないと抑制はできないですね。

抑制のためには絶対に「識別」が必要です。**識別して抑制しますと抑制の結果が出ます**。先生が言っているから、あるいは、聖典の中に書いてあるから、という理由で抑制しようとしても、抑制を続けることはできないです。これらが勉強する人の準備、アディカーリ（Adhikāri）です。

**≪カタ・ウパニシャッドの勉強への適用４）Prayojanamについて≫**

次に、Prayojanam（プラヨージャナㇺ）についてお話しします。プラヨージャナㇺの意味は何でしょうか。どうしてその勉強が必要なのか（**勉強の目的**）ということです。そのことを理解しないと勉強の「**やる気**」が出ません。

「やる気」が出ないとやりませんしやっても続きません。勉強をやめてしまいます。しかし、最後まで行かないと最高の結果は出ないです。ですから、聖典の勉強の前に、どうしてあなたはその聖典の勉強をするのかを理解してほしいです。

何の勉強であれ勉強の前には「**勉強の目的**」の理解は大事ではないですか。どうして音楽を勉強します。どうして踊りを勉強します。それぞれ目的がありませんか。何の目的であなたは聖典を勉強しますか、ウパニシャッドを勉強しますか。それがPrayojanam（プラヨージャナㇺ）です。それはとてもとても大事なことです。

プラヨージャナㇺ（勉強の目的）と聖典の勉強の結果とは関係しています。勉強によってどんな結果が出ますか。「**勉強の結果」が何であるかを理解しますと「勉強の目的」がわかります。**「結果」を理解すれば「目的」がわかります。自分もその結果が欲しいとその経験をしたくなります。それがすなわち目的になります。

例えば、音楽がとてもうまくなりますととても有名になります。心はとてもうれしい、その考えが出ます。それで音楽の勉強をします。ケースバイケースでいろいろな目的があります。料理（ヨーロッパ料理、アジア料理、イタリア料理など）の学校で勉強するのも、（料理がうまくなって）自分の家族に食べさせたい、アルバイトをしたいなどの目的があるからです。

**＜ウパニシャッドの勉強の目的＞**

聖典の勉強、ウパニシャッドの勉強の目的は何ですか。勉強して実践して**最終的に悟ることが勉強の目的**ですね。それでは「**悟りの結果**」は何ですか。それを理解したいですね。

「解脱」からどんなイメージが出ますか。あまりイメージは出ないですね。それは精妙なアイデアだからです。「悟り」、「解脱」、「サマーディ」、言葉だけでなく、それによってどんな結果が出るのかもっと細かいことを我々は知りたいですね。

**＜解脱・悟りの結果 － Tarati shokam Ātmavid について＞**

ウパニシャッドの勉強をして実践して解脱することができますとどんな結果が出ますか。次の文に示されています。

　　**Tarati shokam Ātmavid**（タラティ・ショーカㇺ・アートマヴィッド）

Ātmavid（アートマヴィッド）は「魂を知っている人」、「魂を悟った人」という意味です。Ātma（アートマ）が「アートマン」、vid（ヴィッド）が「知っている」です。「知っている」は頭ではなく本当は「悟り」です。「悟り」は我々の**存在のすべてのレベルでの理解**です。

「理解」とは、頭だけではなく、身体、感覚、心、知性、自我、**すべてのレベルで理解**することです。普通、我々は頭だけで理解していますけれども心で理解はできていませんし、自我で理解はできていません。そして自分の中に矛盾が出ます。

例えば、「私はアートマン（永遠）です」と頭でわかります。ですけれども、もしこの部屋にヘビが入りますと皆さん怖いですね。ヘビに噛まれて私がなくなる可能性がありますから怖い。私は永遠なのに私がなくなる。これは矛盾ではないですか。そのような理解（頭だけの理解）は「本当の理解」ではないですね。

頭だけで勉強だけで「私はアートマン」とわかっても「本当の理解」はできていないです。ですから怖いです。本当の理解と普通の理解とは何が違いますか。普通の理解とは、勉強して「私はアートマン」、「私はなくならない」と頭でわかることです。けれども、本当はわかっていないです。「私はなくならない」と頭でわかっていても、もし大きな病気がありますと怖いです。私がなくなるのが怖い。それが矛盾です。

解脱のとき、例えば、悟りのとき、「本当の理解」ができます。普通の理解と本当の理解、その違いをわかってください。本当に理解しますとĀtmavid（アートマヴィッド）になります。「私はアートマンである」ことを本当に理解ができている人が「アートマヴィッド」です。

アートマヴィッドになるとどのような結果が出ますか。その特徴は何ですか。それがTarati shokam（タラティ・ショーカㇺ）です。

shokam（ショーカㇺ）は「悲しみ、苦しみ」です。Tarati（タラティ）は「渡る、超越する」です。例えば、川を渡ります、悲しみの川を渡ります。悲しみ、苦しみは我々にとって海のようです。それくらい広いです。それを渡ります。

どなたが渡りますか。アートマヴィッド（アートマンを悟った人）が**すべての苦しみ、すべての悲しみを渡ります**。それがTarati shokam（タラティ・ショーカㇺ）です。

悲しみ、苦しみには３つの種類があります。前にも言いましたように、シャーンティ、シャーンティ、シャーンティと３つのシャーンティがありますね。３つの苦しみがありますからそれに対して３つのシャーンティがあります。３つの苦しみがなくなると平安が出ます。

３つの苦しみとは、shokam（ショーカㇺ）の３つの種類のことです。

１）**Ādhyātmika**（アーディアートミカ）＝ Ādhyātma（アーディアートマ）

２）**Ādhibhautika**（アーディバウティカ）＝ Ādhibhauta（アーディバウタ）

３）**Ādhidaivika**（アーディダイヴィカ）＝ Ādhidaiva（アーディダイヴァ）

Ādhyātma（アーディアートマ）的なものがĀdhyātmika（アーディアートミカ）です。Ādhibhauta（アーディバウタ）的なものがĀdhibhautika（アーディバウティカ）です。Ādhidaiva（アーディダイヴァ）的なものがĀdhidaivika（アーディダイヴィカ）です。

Ādhyātmika dukham（アーディアートミカ・ドゥッカㇺ）とĀdhyātmika shokam（アーディアートミカ・ショーカㇺ）とは同じです。仏教の聖典の中でdukham（ドゥッカㇺ）という言葉がたくさん使われています。dukham（ドゥッカㇺ）とshokam（ショーカㇺ）は結果として意味が同じになります。

shokam（ショーカㇺ）、dukham（ドゥッカㇺ）の反対は何ですか。sukham（スカㇺ）ですね。「喜び、楽しみ」、それがスカㇺです。

Ādhyātmika（アーディアートミカ）でdukham（ドゥッカㇺ）もできますしsukham（スカㇺ）もできます。Ādhibhautika（アーディバウティカ）でもĀdhidaivika（アーディダイヴィカ）でもdukham（ドゥッカㇺ）とsukham（スカㇺ）の両方ができます。

Ādhyātmika（アーディアートミカ）は何ですか。「求道者自身（自分）の心と身体」の関係から生じた苦しみ（dukham）と楽しみ（sukham）です。

Ādhibhautika（アーディバウティカ）は何ですか。「動物と人間」から出た苦しみ（dukham）と楽しみ（sukham）です。それがĀdhibhautika dukham（アーディバウティカ・ドゥッカㇺ）とĀdhibhautika sukham（アーディバウティカ・スカㇺ）です。

Ādhidaivika（アーディダイヴィカ）は何ですか。「自然」が源の苦しみ、楽しみです。それがĀdhidaivika sukham（アーディダイヴィカ・スカㇺ）とĀdhidaivika dukham（アーディダイヴィカ・ドゥッカㇺ）です。

Ādhyātmika（アーディアートミカ）（Ādhyātma（アーディアートマ）的なもの）の苦しみ（dukham、sukham）は何ですか。例えば、求道者の自分の身体の病気、心の病気です。もし病気がありますとそれがĀdhyātmika dukham（アーディアートミカ・ドゥッカㇺ）、Ādhyātmika shokam（アーディアートミカ・ショーカㇺ）です。

Ādhyātmika dukham（アーディアートミカ・ドゥッカㇺ）には、自分の中から出る「否定的な感情」、例えば、怒り、うぬぼれ、憎しみ、肉欲、をコントロールすることができないで生じる悲しみもあります。

一方で、求道者の自分の身体がとても元気で、心の力がたくさんありますとうれしいです。それがĀdhyātmika sukham（アーディアートミカ・スカㇺ）です。

Ādhibhautika（アーディバウティカ）（Ādhibhauta（アーディバウタ）的なもの）の苦しみ（dukham）は何ですか。もしあなたの友達が言葉であなたを傷つけますと、それがĀdhibhautika dukham（アーディバウティカ・ドゥッカㇺ）です。

もしあなたが蚊にさされますと、それもĀdhibhautika dukham（アーディバウティカ・ドゥッカㇺ）です。ペット（犬、猫など）があなたをサポートし、あなたはペットを見て喜びますと、それはĀdhibhautika sukham（アーディバウティカ・スカㇺ）、楽しみです。

Ādhidaivika（アーディダイヴィカ）は何ですか。自然が源です。自然からの苦しみには何がありますか。地震、日本でたくさんあります。台風、それから津波もあります。ですが日本人は皆さん自然が好きです（笑い）。それが面白い。

自然からの楽しみもあります。今の季節は外に出るとお花見ができます。それでうれしいです。皆さん花見のパーティーをやることがありませんか。桜の樹の下に座ってお酒を飲み歌を歌いおしゃべりしますね。それで楽しみます。

同じ自然から、或るときは悲しみが、或るときは楽しみが出ています。源は同じです。自然はいつも親切ですか。そうではないです。自然はいつも親切でとても美しいですか。そんなことはないです。ときどきとてもとても大変です。

神道にそのアイデアがありませんか。自然はビューティフル。しかし、ビューティフルだけではないです。或るときはビューティフルですが、或るときはとても怖いです。

Ātmavid（アートマヴィッド）はその３つの種類（Ādhyātmika（アーディアートミカ）、Ādhibhautika（アーディバウティカ）、Ādhidaivika（アーディダイヴィカ））の**苦しみ、悲しみを渡ります**。悟りますと悟った人のすべてはその種類の苦しみ、悲しみがなくなります。

**＜解脱・悟りの結果 － Sukham me niratishayam bhuyat について＞**

ヒンドゥー教には六つの哲学（六派哲学）があり、「ヴェーダーンタ」とは別の哲学があります。例えば、ニヤーヤ哲学（哲学者はゴウタマ）があります。

仏教の哲学の考えで、モクシャ（解脱）によってすべての苦しみ、悲しみは絶対になくなります。しかし、我々は或るときそれらがなくなりますがまた戻って来ることを経験していませんか。苦しみ、悲しみは或るときはなくなりますが、また現れる可能性はありませんか。

モクシャによってすべての苦しみは絶対になくなり絶対に戻りません。モクシャ・シャーストラㇺ、例えば、バガヴァッド・ギーター、ウパニシャッド、を勉強して我々は解脱することができます。ムクティ―も解脱という意味です。その言葉はモクシャから出ています。

解脱によってすべての苦しみ、悲しみがなくなりますがその状態は**喜び（sukham）の状態**でしょうか。すべての苦しみ、悲しみがなくなることと、楽しみの状態が出ることとは一緒ではないでしょう。もちろんそれらが一緒のときもありますが、楽しみは別のことですね。

例えば、あなたはお腹がとても空いています。お腹が痛くなるほど空いています。そのときは苦しみの状態ではないですか。例えば、２日間何も食べることができなかったです。それは苦しみの状態ですね。そのときあなたは何が欲しいですか。そのとき皆さんは食事を取りたい、その考えが出ますね。

そして食事を取りますと空腹の苦しみから解放されます。その苦しみはなくなります。ですけれども、そのことと楽しみは一緒ですか。空腹から解放されることは楽しみの状態と一緒でしょうか。空腹から解放されることと楽しみとは少し違いませんか。

想像してください。普通のごはん、味噌汁、梅干しであなたはお腹がいっぱいになる可能性があります。そうしますとあなたは空腹の苦しみの状態から解放されます。けれども、また想像してください。今度はとてもとても美味しいものを食べます（笑い）。あなたの大好物のものを食べてお腹がいっぱいになります。それは楽しみの状態ですね。

そうしますと苦しみから解放されるだけではなく楽しみの状態も出ています。何が違いますか。一つは苦しみからの解放だけ。もう一つはそれだけではなく、**楽しみの状態**が出ています。とても喜んでいます、楽しみます。私の言うことを想像できましたか。

**「ヴェーダーンタ」の考え**では、**解脱することができたら、苦しみ、悲しみがなくなるだけではなく「楽しみの状態」が出ます**。ポジティブ、肯定的です。それが面白いです。

**Sukham me niratishayam bhuyat**（スカㇺ・メ・ニラティシャヤㇺ・ブィヤット）

皆さんの心の中にはいつもその願いがありますね。sukham（スカㇺ）は「楽しみ」、me（メ）は、「私に」という意味です。niratishayam bhuyat（ニラティシャヤㇺ・ブィヤット）は「たくさんたくさん出てください」という意味です。「私に楽しみがたくさんたくさん出ますように」、それが皆さんの願いです。

解脱でそれができます。普通のやり方ではできません。普通、我々は、お金、家族、名声欲、食事などで楽しみが出ますけれどもそれには限度があります。もう一つ、普通の楽しみは或るときはありますが或るときはなくなります。続きません。

しかし**解脱すると楽しみは限度もなくなりそして永遠になります**。これが「**至福**」です。解脱の結果でSukham me niratishayam bhuyat（スカㇺ・メ・ニラティシャヤㇺ・ブィヤット）の願いがかないます。

皆さんの人生の目的はそうではないですか。それは例外なしです。若い人、お年寄、子供、女性、男性、インド人、皆同じです。皆さんがいっぱいの楽しみの経験が欲しいです。終わらない永遠の楽しみが欲しいですね。それはどのようにできますか。その方法が「解脱」です。その解脱はヴェーダーンタ、ウパニシャッドの勉強と実践によってできます。至福を得る、それがプラヨージャナム（ウパニシャッドを勉強する目的）です。

**＜解脱・悟りの結果 － Vidyate hridaya-granthi chidyante sarva-saṃsayāh について＞**

ヴェーダーンタの勉強の目的、またウパニシャッドの勉強の結果は、さらに何ですか。

**Vidyate hridaya-granthi chidyante sarva-saṃsayāh**（ヴィッデャテ・フリダヤ－グランティ・チッデャンテ・サルヴァ－サㇺシャヤーㇵ）

Vidyate（ヴィッデャテ）は「切ります」という意味です。hridaya（フリダヤ）は「ハート」です。「ハート」は肉体的な心臓ではなく「感じる心」をイメージしてください。granthi（グランティ）は「結び目」です。

Vidyate hridaya-granthi（ヴィッデャテ・フリダヤ－グランティ）は、我々の「**ハートの結び目を切ります**」という意味です。「結び目」によって何と何が結ばれていますか。

　　　**Chit-jada**（チット－ジャダ）

Chit（チット）とjada（ジャダ）が結ばれています。チットは何ですか。サット・チット・アーナンダ（Sat-Chit-Ānanda）のチットです。チットには「知識」という意味もありますが本当は「意識」です。「意識」がないと「知識」はありません。ジャダは「物質」です。

Chit-jada（チット－ジャダ）の結び目は、「意識」と「物質」の結び目です。それは「意識」と「無意識」、「実在」と「非実在」の結び目であり、「ブラフマン」と「マーヤー」、「アートマン」と「マーヤー」、「魂」と「幻」の結び目です。

その結び目は皆さんが持っています。魂の意識が１００％ということはないです。そのパーセンテージ（割合）は人によってバラバラですけれども、皆さんが結び目を持っています。皆さんの中に結び目があります。ですから我々は解脱ができていません。

解脱の目的はその「**結び目を切る**」ことです。結び目を切ってマーヤーの影響からアートマンを解放することが解脱の目的です。

皆さんのハートの中にはChit（チット）とjada（ジャダ）の２つが一緒に結ばれています。その「結び目」がありますから我々にはたくさんの苦しみ、悲しみがあり、無知があります。

もう少し説明しますと、身体意識と魂の意識とが一緒に結ばれていてその状態を続けています。或るとき、例えば、勉強のとき、魂意識が出ています。今の皆さんは、魂意識が出ています。

しかし、外に出てムンバイ・レストラン（近くにあるインド料理店）に入って食事をしますと魂意識は全部なくなっています（笑い）。１００％身体意識に戻ります。「私はアートマン」であることを全く忘れます（笑い）。

一時的に少しだけ身体意識はなくなって魂意識が出ることがありますけれど、またすぐに身体意識に戻ります。例えば、仕事のことを考えます。次のスケジュールがあるので走らないといけません。勉強を終えてすぐにメール・メッセージをチェックします。身体意識が戻っていませんか。

イメージしてください。池を見たことがありますか。日本では少なくなっているようですがインドには今もたくさんあると思います。ときどき池が藻におおわれて下の水が見えないことがあります。そのような状態の池を見たことがありますか。我々の状態がそうです。

下には絶対に水があります。きれいな水がありますが見えません。もしあなたがその池に石を投げ入れますとその部分だけ（下の）水が見えます。しかし、すぐにまた藻が戻ってきて水は見えなくなります。そのことをイメージしてください。（『ラーマクリシュナの福音』 212頁参照）

我々はいつも魂意識と身体意識を一緒に続けています。それは「結び目（Chit-jada granthi）」があるからです。それでときどきたまに身体意識が少なくなって魂意識が出ますけれどもまたすぐに戻ります。結び目はとても強いです。

**ウパニシャッドを勉強して実践しますとその結び目はなくなります**。身体意識、心意識がある間、苦しみ、悲しみは絶対続きます。なぜなら、我々のすべての苦しみ、悲しみの源は身体意識、心意識だからです。

欲望、執着から苦しみ、悲しみが出ています。苦しみ、悲しみの原因は欲望と執着です。そして欲望、執着のベースは身体意識、心意識です。「魂意識」ではないです。

**ウパニシャッドの勉強の結果でその結び目を切ります**。切りますと「魂意識」がいつも現れます。魂意識が現れますと、魂はサチダーナンダ（サット・チット・アーナンダ）の源ですから、その結果でアーナンダ、至福が出ます。

我々のウパニシャッドの勉強の目的は何でしょうか。どうして土曜日の朝、寝ていないで、仕事をしないで、ウパニシャッドを勉強しに行くのかと家族の人から質問があるかもしれません。「私はその結び目を切りたいです。それが目的です」と言って下さい。

どうしてウパニシャッドを勉強するのかを理解できましたか。自我は、身体、心を同一視していますから身体意識の状態が出ています。その結び目を切りますと自我はいつも「魂」を同一視します。違いはそれだけですが、結果は大きいです。

そのために勉強してたくさん実践しないと結び目を切ることができません。なぜなら、その結び目はずっと昔から続いているだけでなく、もっともっと強くなっているからです。それを反対にするのは簡単なことではないです。

ですけれどもウパニシャッドの「勉強の目的」を理解すれば少なくとも「やる気」が出ます。結び目を切りたいですね。そうしましょう！

次にchidyante sarva-saṃsayāh（チッデャンテ・サルヴァ－サㇺシャヤーㇵ）を説明しますと、chidyante（チッデャンテ）が「切ります」、sarva（サルヴァ）が「すべての」、saṃsayāh（サㇺシャヤーㇵ）が「疑い」です。「**すべての疑いはなくなります**」という意味です。

「疑い」がある間は安心できないですね。心が静かにならないですね。心が落ちつきません。安心のためにはすべての疑いがなくならないといけないです。では、何が疑いでしょうか。哲学の見方で何が疑いですか。

一つは、簡単に言いますと「真理」が何であるかということが大きな「疑い」です。「真理」は普通の知識と違います。「真理」は最高の正しい知識です。真理について皆さんは聞いたことがありますけれど理解できていません。

もう少し詳しいことを言いますと、一つの疑いは「私はどなたですか」ということです。いつも私は、身体、身体、身体と言って身体を私と同一視しています。このように「身体私」と言っていますが、子供のときのあなたの写真とけっこう大きくなったときの写真は一緒ですか。違いますね。

違いますけれど「私意識」は同じではないですか。「私意識」は続いています。身体は変化しても「私意識」は変化していないです。私は身体と考えますけれども子供のときの私の身体と今の身体は違います。では、どなたが「本当の私」ですか。それが「疑い」です。

「私意識」の源を「心」と考えてみましょう。ここで識別してください。あなたが子供のときは例えばキャンディーが大好きでした。いつもお母さんに飴、飴と言っていました。今でもそこまでキャンディーが好きですか（笑い）。それは変化していませんか。

例えば、学校でその人を一日でも見ないと苦しみになるほど好きな友人、仲間がいましたが、今はその人の名前、顔すら忘れています（笑い）。「好き、好きではない」はどのレベルから出ていますか。心のレベルではないですか。心もどれくらい変化しているかわかりますね。

しかし「私意識」は続いています。心意識は変化しても「私意識」は変化していません。「私意識」の源は何ですか。それは「頭」ですか。しかし頭はボケます（笑い）。ボケますけれど「私意識」は続いていませんか。全部のことを忘れていますが「私意識」は続いています。

「私意識」の源は何か、その「疑い」があります。いつも私、私、私という言葉を使っていますがその源がわかりません。もちろん私はお化けではないですね。生きている人間です。ですが私はどなたかわからない。どうですか。どうしよう。混乱です。

それでは「自我」が私と考えてみます。「私は自我です」、その考えは正しいですか。「身体」は変化しますのでそれは私ではない。「心」も変化しますのでそれは私ではない。「頭」も変化しますのでそれは私ではない。それで自我ですが、「自我」は変化しませんか。

深い睡眠のとき「自我」は続いていますか。深い睡眠のときは自我意識もなくなっています。しかし目が覚めると「私意識」は途切れることなく続いていることがわかります。自我でもないとすれば、「私意識」の源は何ですか。

**解脱しますと悟りますと「疑い」の答えが出ます**。答えは何ですか。「**あなたはアートマン、魂です**」、それが答えです。深い睡眠のとき自我意識もなくなりますけれども「魂」は続いています。源は「魂」です。それがあなたの基礎です。

ところで、神様についての「疑い」もたくさんありませんか。イスラム教の考える神様、キリスト教の考える神様、ヒンドゥー教の考える神様、それらはみなバラバラではないですか。神についてたくさん見解の相違があります。

何も宗教を信じていない人から見れば、ヒンドゥー教の考える神、イスラム教の考える神は異なりますし、仏教の考えでは神がないようですから、とても混乱があり、たくさんの「疑い」がありますね。

また、神には形がありますか、形がありませんか。それも混乱です。神は有形か無形か、神の性質は何か。ヒンドゥー教、神道にはたくさん神があります。それでは神は一人なのか、たくさんなのか。神についてこれらの「疑い」があります。

しかし、このような**「疑い」は悟りますと全部なくなります**。何が神様か、本当のことがわかります。悟っていない人はいつも神について喧嘩しています。悟った人には「疑い」は全くありません。その人は喧嘩していません。

悟らない人、悟りが好きではない人、その人たちはいつも喧嘩しています。本当に悟りたい人は喧嘩しません。なぜなら、悟りたい人は、そのような喧嘩のことを考えないで、人と人との間で何が違うかを考えないで、自分の悟りのために集中して一生懸命やるからです。

けれども悟るまでは「疑い」は続きます。**悟りますと本当の理解ができます**。神様は何ですか、神様の本性は何ですか、神様には形があるかないか、神様は一人なのかたくさんなのか、神様の性質は何か、が全部わかります。**神についての疑い（saṃsayāh）がなくなります**。

また、宇宙についての「疑い」はありませんか。宇宙はどのようにして始まりましたか。その疑いはありませんか。科学者の中にたくさんの意見があります。ブラックホールの理論がありますがそれは一つの意見に過ぎません。全員の意見が同じではないですし、哲学者、宗教家、科学者の間でもバラバラです。

宇宙の源は何ですか。宇宙は何ですか。宇宙とものの基礎は何ですか。宇宙の或るものと別のものとは何が違いますか。宇宙はどのように始まりどのように続いていますか。このように宇宙についてのたくさんの「疑い」があります。**悟りますとその疑いは全部無くなります**。

何が宇宙か、何が宇宙の本性か、宇宙の創造は何か、宇宙の維持は何か、宇宙の破壊は何か、それらすべてが本当にわかります。すべての疑いはなくなります。

もう一つは関係についての「疑い」があります。例えば、神と信者との関係、神と人間との関係、人間相互（mutual）の関係、神と宇宙、人間、生きものとの関係、それらはどんな関係ですか。その疑いがあります。

ヒンドゥー教の考えで我々は神様の子供です。ときどき神様は私の主人、持ち主です。また神様は私の友達です。キリスト教では、神様は我々のお父さんです。イスラム教の中で神様はいつも信者の持ち主です。宗教によってはそのような考えもない場合もあります。本当は人間と神様とどのような関係があるのでしょうか。**悟りますとその疑いもなくなります**。

いろいろなレベルでいろいろな種類の疑いがありますが、**すべての疑いがなくなりますと心は本当に静かになります**。

**＜ナチケータスの疑い＞**

例えば、死んだ後私の状態はどうなのかという「疑い」があります。死んだあと私は身体がなくなりますと私は続きますか、続きませんか。それは大きな疑いです。それが本当は**カタ・ウパニシャッドの最初の一番大きな「疑い」**です。

それがカタ・ウパニシャッドのベースです。その「疑い」が窓口です。そこからカタ・ウパニシャッドの勉強が始まります。カタ・ウパニシャッドを読みますと、一番最初に出てくる疑いがそれです。

ナチケータス（カタ・ウパニシャッドの主人公）は一番大きな疑いを死神に尋ねています。

「死神よ、私には一つ大きな疑いがあります。意見が一つだけではなく二つありますので疑いになっています。一つの意見によれば、人は身体がなくなるとすべてがなくなります。しかし、別の意見はそうではありません。存在の或る部分だけがなくなり、別の部分は続くという意見です。おお死神よ、教えてください。どちらが正しいのですか」と。

普通の科学者の意見は、身体がなくなるとその人の存在が１００％なくなる、という意見です。物質的な哲学者の考えも同じです。

皆さんにその疑いはありませんか。身体が元気な若いときにはその疑いはないでしょう。しかし、齢を取ってだんだん亡くなる可能性が出てきますと、その疑いはもっともっと増してきます。もし亡くなりますとどうなりますか。大きな疑いです。

その疑いがある間は怖いです。普通は、絶対に死の恐怖が出ますね。そのことを考えてください。一番大きな恐れが死の恐怖ではないですか。そのことは皆さんが知っていますから私の説明は要らないですね。

**悟りますと、亡くなるとどうなるのかという疑いは全部なくなります**。その疑いを持ったままですと、自分がはっきり知らないと、その人の教えも間違いになります。例えば、或る先生が自分の疑いをたくさん持ったままで教えますとその教えが間違えになる可能性が大きくなりませんか。

『ラーマクリシュナの福音』の中に一人の学者（パンディット）の例が載っています。その学者は皆さんの前で神様について説明しています。彼は、「神は全然面白くない」（笑い）、「面白くないのであなたが神様に自分の愛を付け加えるならば神様は面白くなるだろう」と言ったのです。（『ラーマクリシュナの福音』281頁等参照）。

この学者の説明は全くの間違いです。神様の本性はサチダーナンダです。神様はすべてのアーナンダ（至福）の源です。一番面白いのは神です。しかし、その学者の考えでは神は面白くないです。神に愛を（外から）付け加えると神は面白くなると言っているのです。

このような説明になるのは、学者自身が「疑い」を持っていて本当の理解ができていないからです。

どうしてあなたはウパニシャッドを勉強しますか。ウパニシャッドを勉強すればすべての疑いをなくすことができます。本当の知識の状態が出ます。疑いがありますと知識はできません。ウパニシャッドの勉強によってサチダーナンダ（絶対の知識、絶対の至福）が得られます。

絶対の知識は普通の科学を勉強しても得られません。普通の哲学でもできません。悟らないとできないのです。どのようにして悟りますか。ウパニシャッドの勉強でわかります。真理のことを理解して実践して悟ります。それがウパニシャッドの勉強の結果です。

悟れば、chidyante sarva-saṃsayāh（チッデャンテ・サルヴァ－サㇺシャヤーㇵ）、疑いがなくなり絶対の知識を得ます。それがプラヨージャナㇺ（勉強の目的）です。

以上