**日曜午後例会「瞑想と霊性の生活」勉強会　第１回　（２０１８年　４月１日）**

**❀日曜午後例会を始めるにあたって**

今日から新しく始まる日曜午後例会は、

・ヴェーダーンタ協会と信者のコミュニケーションの機会を増やすために

・霊的な話を聞く新たなチャンスとして

・従来の日曜例会や、火曜日の福音・チャンティング勉強会に来られない人のために

・インドの宗教やヒンドゥ教について知りたい人のために

・インド哲学を知りたい、学びたい人のために

・日常生活の質の向上のために

・人生への助言が欲しい人のために

「バガヴァッド・ギーター」「ウパニシャッド」「ラーマクリシュナの福音」の勉強会のほかにもうひとつ霊的な勉強会があった方がいいと感じ、信者とも相談して毎月第一日曜日の午後２時から４時までの予定で始めることを決めました。従来からおこなっている、毎月第三日曜の例会と異なる点は、一つテキスト（「瞑想と霊性の生活」）を決めて、話を進めること、午後だけに集中し、よりリラックスしたシンプルな形で運営することです。

**❀タイムスケジュール（予定）**

２時　マントラ、「瞑想と霊性の生活」についての講話と質問、瞑想、チャンティング

　　　（オーム、ガーヤットリマントラなど）

４時　ティー･タイム、時間があればその後、散歩や夕方の礼拝に参加してください

**❀マハーラージより励ましの言葉**

畑に用水路があっても、水源の泉が枯れていたら、水は流れません。誰でも落ち込むことはあってそれは自然なことですが、しかし「永遠の泉」（etarenal spring）という水源が確保されていれば、畑をたがやす用水路の水が絶えることはありません。そのために──ヴェーダーンタ協会だけとは言っていません──教会やお寺などの霊的な場所に行き、そこで親しい関係をつくることが大事です。もちろんその場所は、きれいに建物や祭壇を飾っているだけの場所でも、誰も瞑想しておらず神様が「おひとり様」で残されているような場所でもない。そこで神様を信仰し、祈り、瞑想している「霊性の雰囲気がある場所」を選ぶことが大事です。また、このことについてもよく考えてみてください──ひと月に一度、三ヶ月に一度来る程度で親しい関係が築けるでしょうか？　その意味でも、できる限り霊性の泉の場所に来て、霊性の話を聞いて下さい。日曜午後例会はその一つのチャンスです。

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

**「瞑想と霊性の生活」第１回の勉強範囲：**

**第１部　霊性の理想　THE SPIRITUAL IDEAL**

**第１章　霊性の探求　THE SPIRITUAL QUEST　１０～１２頁**

**「瞑想と霊性の生活」の著者スワーミー・ヤティシュワラーナンダ**

この本のテーマはスピリチュアル（霊性）です。

著者は、スワーミー・ヤティシュワラーナンダジ。スワーミー・ブラフマーナンダジ**\***の弟子でした（ブラフマーナンダジからイニシエーションを受けた）。またホーリー・マザー**\*\***やトゥリヤーナンダジ**\*\*\***ほか多くのシュリー・ラーマクリシュナの、霊的に素晴らしい、高いレベルの直弟子たちと交わりがあり、ご自身も霊的な実践を積んで霊的レベルのとても高い方でした。

あるときヨーロッパの信者が、霊性についてさらに学びたいので私たちにお坊さんを送ってください、とベルルマト（ラーマクリシュナ・ミッションの本部）に頼みました。そして派遣されたのがヤティシュワラーナンダジでした。ヤティシュワラーナンダジは６年ほどドイツ、スイス、オランダ、フランスなどで深い話をしてまわりました。その後第一次世界大戦が始まりインドに戻ったあと、今度はアメリカに渡り、フィラデルフィアにヴェーダーンタ・センターを開きました。このように、西洋の人びとにたいしてどのように霊性について教えたらよいか、という豊富な経験をお持ちだったヤティシュワラーナンダジが書かれたのが「瞑想と霊性の生活」【原題『Meditation and Spiritual Life』】です。

**この本の特徴**

この本は霊的なものに興味がある人のための本です。その人たちの気づきのためにとてもとても大事な本。またインドだけでなく外国──ヨーロッパやアメリカでもとても人気です。そしてこの本は、このページは大事だがあのページはそうでもないということなど決してない──１ページ１ページが大事な、素晴らしい本です。

**\***スワーミー・ブラフマーナンダジはシュリー・ラーマクリシュナの直弟子の一人。日本ヴェーダーンタ協会出版の「霊性の伴侶」などでその教えに触れることができる

**\*\***ホーリー・マザー、シュリー・サーラダー・デーヴィーはシュリー・ラーマクリシュナの霊性の伴侶。協会出版の「ホーリー・マザーの福音」「ホーリー・マザーの生涯」などでその教えに触れることができる

**\*\*\***スワーミー・トゥリヤーナンダジはシュリー・ラーマクリシュナの直弟子の一人。協会出版の「神を求めて」などでその教えに触れることができる

**霊的生活と普通の生活の違い**

来日して２５年になりますが、私の印象では、日本人に霊的興味がある人がとても増えたと思います。それはインド大使館でのバガヴァッド・ギーター勉強会の参加者数にもあらわれていますし、日本各地にさまざまな小さいグループの勉強会ができています。ところで私はそのような人びとは、三つのグループに分けられると観察しています。ひとつはインテレクチュアル・グループ、つまり霊的なことを知識として頭で理解したい人びと。もう一つは超能力やタントラに興味がある人びと。そして霊的なものだけに興味がある人びとです。

さて、霊的な生活と普通の生活は何が違うでしょうか？　人は、人生を経験してだいたい３０代半ばくらいから、自分の内側に、いろいろ質問が湧いてくるようです。それも普通の質問ではなく、勉強、仕事、結婚…と一般的な人生をひととおり味わったあとの深い質問。たとえば「さて、私は次は何をするのか？」「私は死ぬまで仕事だけ続けるのか？　子育てだけ続けるのか？」「いや、人生にはもっと別の目的があるのではないか？」「人生の目的とは何なのか？」「今の状態で幸せと言えるのだろうか？」「幸せを長続きさせるにはどうしたらよいのだろうか？」「楽しみと幸せとは、なにがどう違うのか？」といった質問が、そのとき初めて中から湧くのです。

こうしてこのとき初めて、普通の楽しみや喜びと、幸せとを「識別する」という考えが始まります。若い頃はつねに楽しみを追求し、楽しみが人生の目的でした。しかしその後、楽しみには必ず苦しみ・悲しみ・失敗が付いてくることを知りました。最初はそんなことは知らなかった。しかし人生の経験を積んでわかってきた、楽しみと幸せは同じではないことを。幸せは喜びとちょっと違うことを。

ですがこうして「人生の目的は楽しみではない、幸せが目的だ」とわかっても、わかるだけでは何も進みません。その目的に向かって行動しなければ何も進まない、何も変わりません。ある人は深い質問が湧いて、人生の目的は幸せだと理解しますが何の行動も起こしません。またある人は、それを理解したとき、霊的な生活を始めます。

**霊的生活と宗教的生活の違い**

霊的と宗教的も異なります。宗教的とは、寺院仏閣に参拝する、儀式をする、儀式に参加する、祈る、お布施をするなどのことで、それが宗教的な生活のほとんどです。一方、霊的な生活において一番大事なことは、人生について深く問いかけ、その答えを探求（quest）することです。「自分と他者との関係は何だろうか？」「神と私の関係は何だろうか？」「安定した幸せはどうしたら手に入るのか？」「人生の目的とは何だろうか？」こうした深い質問とその答えを得ること、それが霊性の探求（spiritual quest）であり、霊的生活の目的です。

**霊的生活へ導くための本**

この本には、霊的な生活や霊的な人生についての大事な話がたくさんあります。そしてヤティシュワラーナンダジはときには耳が痛くなる厳しいことも言いますが、薬を飲んでも治らない病気には手術が必要でしょう？　これは霊的な手術です。心が痛くなることもあるかもしれませんが、最初から少しそのことについて心の準備をしておいてください。（笑い）

ですがヤティシュワラーナンダジは読者が気にするかどうか、など少しも考えませんでした。ただ皆さんの気づきのために、率直に言うべきことを言いました。霊性の生活についての助言を、薄めた言葉では語らなかった。薄めたものはよく世間にありますが、ヤティシュワラーナンダジはそうしませんでした。皆さんがもっと清らかになるため、霊的になるため、幸せになるため、率直に言いました。目的は世俗的な病気（secular disease）を治すこと、そしてこの本は霊的な手術（spiritual operation）──私もここまでシビアな本は他にないと思います。そして日本人は厳しさやシビアを好まない傾向がありますが、このことを最初に理解しておいてください、ソフトではないと。

ですが心配もしないでください。書いてあることすべてを実践しなければいけないということはありません。最初は聞くだけでもいい。一番の目的は、少なくとも「聞いて下さい」です。なぜなら聞けば、意識・無意識にかかわらず、話のバイブレーションが中に入り自然に変化が始まるからです。だから私には難しいなどと思い込まないでください、気にしないでください、絶対に心配しないで下さい。「ヴェーダーンタ協会に来て、霊的なものについて話を聞くチャンスができた！」それをイメージして、参加して、続けて下さい。私についても、また新しい勉強会を始めて大丈夫かと心配してくれる人もいます。けれどもOK、私は神様からサプライ（供給）が続くあいだ、やります。もし神様からサプライがストップすると、私もストップします。今はまだ神様からサプライがある、だからやる、それだけです。

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

**第１章　霊性の探求　THE SPIRITUAL QUEST**

最初はとてもおもしろい出来事の紹介から始まっています。

**・📖 （読む）「回心」　Spiritual　conversion　１０頁**

***若い王子シッダールタは、王宮の庭の一本の木の下にひとり座って、深い思いに浸っていた。時は真夜中、全世界は闇のなかに静まり返っていた。彼はいましがた、舞姫たちのうかれさわぎをきらって宴席を抜け出してきたのだった。彼のうちには、満たされない思いと虚無感がますます強く深くなっていた。その時突然、不思議な声が聞こえてきた。耳を澄ますと、天上の人たちが声を合わせて歌っているのが聞こえた。***

**自分の心の変化**

シッダールタとはどなた？　お釈迦様ですね。お釈迦様は王子として生まれた。今、王宮では王子を喜ばせるために美しい女性たちが踊っています。王子は最初は楽しんだけれども、だんだんそれらをうるさく感じてきて、今ではまったく嫌気がさし、最初と真反対の印象をもって抜け出しました──こうしたことは、私たちにもありませんか？　最初は好きだった人やものが、あとで嫌いになること。人やものは変わりないのに、どうして印象が変わってしまうのでしょう？　その原因は何でしょうか？

人やものは変化していません。でも、自分の心が変化しています。理由は、たとえば最初はそれについて理解が不十分だった、あとで大変な経験をしてそれで嫌いになった、など。世にある楽しみはほとんどその種類のもの（印象が変わるもの）です。その種類の楽しみのシンボルが「舞姫たちのうかれさわぎ」です。

タゴール（アジアで初めてノーベル文学賞を受賞したインドの詩人・文化人・探求者）の歌にこんな内容のものがあります。

*私は以前、世俗的なことが好きでそれをいろいろ楽しんでいた*

*けれども今はどうして同じ楽しみを経験して心が痛むのだろう*

*どうしてこんなにも心が空っぽなんだろう*

*どうして、どうして・・・*

**心が痛い原因**

どうして最終的に心が空っぽ？　心が痛い？　その種類の「痛み」は中から出ています。痛みの原因は「中のもの」です。「中のもの」とは「魂」。そして魂は「永遠なもの」です。だから、一時的なもので楽しんでいる状況を虚しく感じ、痛いのです。痛みは中のものからのメッセージです。

**人格が変化するとき**

「一時的な楽しみはいらない！」という声は、良心からのメッセージです。良心の源は魂です。そして良心、魂、神様は同じことです。良心から「良くない」という声が出ている以上、もはや一時的な楽しみを楽しみ続けることはできません──そしてそれが、変化のときです。私たちの人格が変化する可能性があるのはこのときです。良心から、魂から、「変化して！」という声を聞いたときです。だから大変な罪人でも突然変化することがあるのです、なぜならその人の中に、神様、良心、魂がありますから。楽観主義と思えるかもしれませんが、良心は絶対にあります。もしもなかったらただただ堕落していくだけ、罪人はずっと罪人であり続けるだけ──それは怖ろしいことではありませんか！　それに、一時的な楽しみを痛いと感じること自体が「中に永遠なものがある」という証明になります。なぜなら中に永遠なものがなければ、その痛みは絶対に出ないからです。

シッダールタはそれまで何回も何回も生まれ変わって、前世でさまざまな楽しみを経験して、そして今生で苦悩しました。なぜなら中にある永遠なものが、「この道ではない、この道ではない、変化してください、変化してください」といつも、中から、ビップビップ、ビップビップ、とシグナルを出しているからです。だから王子に生まれて多くの楽しみに囲まれても、「私の中の存在」が泣いていたのです──皆さんにもその経験がありませんか？　たとえばレストランにいて、突然、もういい、もう充分、もう家に戻ったほうがいい、というフィーリングが湧いてくるような。

**傍観者**

スワーミー・ヴィヴェーカーナンダがアメリカでパーティに参加したときの話です。パーティですから大勢で集まり、食べ物、飲み物、おしゃべり、笑い・・・。ふと、スワミージーはテーブルの向こう側に座っている女性を見ました。彼女はまるで傍観者のように見えました。そしてスワミージーは彼女の中に「この状況はほんとうの楽しみなのか？　本物なのか？」という質問が湧きあがったのをみました。スワミージーは言いました、「そちらのマダム。あなたの考えは正しい。この楽しみは、最終的には苦しみになります」。

私たちもそのような状況で傍観者のように観察すると同じ経験ができます。そうした場に行くと、つい私たちはその場に同一してしまいがちですが、同一せずに傍観してみてください。シッダールタも傍観者のようでした──そしてそのときシッダールタにひとつの歌が聞こえてきました。

どうぞその歌を読み上げてください。この歌はとても大事ですから読んだ後に目を閉じて内容を反すうしてみてください。

**・📖 （読む）１０頁**

***ああ、うめき悲しんで求める安息はどこにも見つからない***

***我々は一体どこから来たのやら、どこに漂いゆくのやら***

***繰り返し繰り返す笑いと涙の堂々巡り***

***この道の行く先と***

***空虚な戯れの謂われを***

***尋ねあぐねても虚し***

***・・・・・・・・***

***立ち上がれ、夢見る人よ***

***夢から覚めよ***

***そして二度と再びまどろむな！***

それでは少しずつ説明していきます。

**・📖 （読む）１０頁**

***ああ、うめき悲しんで求める安息はどこにも見つからない***

**心の疲れ**

「私は疲れています」それも肉体レベルの疲れではなく、もっと深い、心のレベルでの疲れ。「だから休みたい、けれども休めない」。もし肉体レベルの疲れなら、一日ぐっすり眠ればOKです。しかし心のレベルの疲れはすぐにはなおらない、それが問題です。──皆さん、ぜひ自分の経験を思いだして、このことについての理解を試みてください。自分とは縁遠い本の中の話だと思わず、自分の過去の経験やそのとき心が思ったことを通じて考えてみてください。

参加者：心が疲れていると眠れません。

そうですね──しかし眠ることはできます、睡眠薬！（笑い）肉体を酷使する仕事の人たちに薬はいりませんが、心のレベルでいろいろなことを心配している人たちには必要です。その薬はその人たちのためにつくられました。

**疲れの原因**

心の疲れにもいろいろあるでしょう、たとえば病気が心配だ、家族が心配だ、など。ですがここでの心の疲れは「人生にまつわる深い問題」です。その問題で、どうしてそんなに疲れるのか──なぜなら矛盾があるからです。つまり「楽しみたいのにこの楽しみ方（楽しみの方法）では楽しめない」という矛盾です。もちろん欲望、執着が原因となった疲れもあるでしょう、心の中には複雑な原因がありますから。そしてその結果、とても疲れています。休みたいですが安息の場が見つかりません。

**・📖 （読む）１０頁**

***我々は一体どこから来たのやら、どこに漂いゆくのやら。***

**人生の目的には一時的なものと最終的なものがある**

（どこに漂いゆくのやら）わからない。（笑い）それが大きな問題です。流されてます、人生の川に流されています。目的がない。いやそうではない、目的は、あるときはお金、あるときは仕事、あるときは家族。ですけれどもそれらは一時的な目的です。最終的な目的は何でしょうか？　みなさん、一時的な目的と最終的な目的、分けて考えてください。そうしないと理解できません。仕事やお金、それは生きるためにもちろん必要ですが、それが人生の最終の目的になるでしょうか？　いいえ、人生の最終の目的とは、「今よりもっと幸せが欲しい、いつも幸せでいたい、平安を得たい、至福を得たい」ではないですか？

**生きる目的について考える**

ですが普通の人にはその考えもありません。お寺に行ったり、霊的な話を聞いたり、霊的な本を読んだりするチャンスがない人たちには、人生の最終目的について話を聞くチャンスもない、だからそれについてたずねてもわからない。もし彼らにあなたの人生の目的は何ですかとたずねたら、家族、快楽、お金、地位、名声などと答えるでしょう。しかしそれが人生の目的だったら、どうしてシッダールタのように楽しみを楽しめない状況になりますか？　楽しんでも楽しめないならそのことについて考えなくてはならない、そしてこれが「生きる目的」について考える（spiritual quest）、ということにつながります。しかし普通の人はそこまで考えない、ただ流されています、飛ばされています、目的はなく、あちこち飛ぶだけ。風に飛ばされる凧のような人生。そして混乱におちいっています。

**・📖 （読む）１０頁**

***繰り返し繰り返す笑いと涙の堂々巡り***

**内省が始まるとき**

繰り返し繰り返す笑いと涙の堂々巡り──同じ経験ありますか？

参加者：ある。（笑い）

ある瞬間は楽しみ、ある瞬間は悲しみ。私たちはそれを何回も繰り返し同じ経験をしています──楽しみと悲しみは双子のセットのようです。しかし「堂々巡り」だと気づいたとき、ある人はそれを気にしないかもしれないが、別の人は耐えがたくなって「私はその状態はもういやだ、避けたい」と思う人がいます。その人はそのときから内省を始めます。

私たちはずっと悲しいという状態も欲しくないし、ずっと楽しみたくてもできません、なぜなら楽しみと苦しみは双子のセットですから──これが大きな矛盾です。そしてこの矛盾が、楽しみ、苦しみ、楽しみ、苦しみ…という繰り返しの人生を続けさせています。その結果疲れています。

ウパニシャッドの中に「一つの木にとまる二羽の鳥」の話がありますね。果実がなる木の、上のほうに一羽、下のほうにもう一羽、とまっています。下の鳥は木の実を食べたいと思っていて、熟れた赤い実がその鳥を誘惑しています。（笑い）そして食べたらとても甘かった。欲張りになって、もう一つ食べたいと思って食べたら今度は苦い！（笑い）前の甘い味がまったく消えてしまいました。でも次は甘いかもしれないと思って食べると、それは甘くも苦くもなかった。だからまた次を期待して食べたら、やっぱり苦かった！（笑い）

その木には１００個の実があります。最初はわかりません、どれが甘いか苦いか…。ですが最終的にはたった１０個だけが甘かった。（笑い）残りの９０個は苦いか、甘くも苦くもないか──それが人生の経験、そうではないですか？

人生の経験は、「最初は楽しみます、楽しみます、楽しみます。しかし最終的には楽しめなかった」。人生の劇はそのように続いていきます。そして何回も「笑いと涙」が繰り返されます。しかしその繰り返しはそろそろやめたほうがいいのではないでしょうか？

**・📖 （読む）１０～１１頁**

***この道の行く先と***

***空虚な玉群れの謂われを***

***尋ねあぐねても虚し***

**苦悩は霊的な生活を始める窓口**

「どうして自分が何回も苦しみや悲しみを繰り返しているのか、その結果、疲れ果てているのか、私は理由を知りたい、しかし知りたくてもわからない」──自分の責任でそうなっているにもかかわらず、私には理由が分かりません。「もし苦しみと悲しみを繰り返すことが決まっているなら、いったい人生に意味などあるのだろうか？　どうして人生を続けないといけないのだろうか」──そして最終的に失望しています。

この状態は、もちろん良い状態ではありません。ですが、それが霊的な生活をはじめるポイント、窓口になります。今の状態ではいけないと理解して、自分を変える必要があるとあちこちを探し回ります。霊的な本を読み、霊的な場所を探して行き、お坊さんに会ったりします。いわゆる「困っているひとたち」です。その中に神様とは誰かを知りたい人はほとんどいません。問題が起きてしまった、どうしたら解決できるか？　誰が助けてくれるか？　その答えを知りたくて探しに行きます。そして彼らの霊的な生活は、そのときから始まります。

バガヴァッド・ギーターは「神の信者には四種類ある」と言っています。

**・「シュリーマッド・バガヴァッド・ギーター」９９頁**

**苦悩（悩み）をもつ人、探究心が強い人、幸福を求める人、真理の智識を求める人、これら四種類の人たちは、私を心から礼拝する*//7-16***

一つはギャーニ、悟った人です。悟った人はもちろん神様が好き、神様の信者です。二つ目は哲学を知りたいという探求者（英語でenquirer）で、困った問題があるわけではなく、真理とは何かを知りたい人々。そういう人も神様の信者です。三つ目は自分に欲望がいろいろあって、その欲望を満足させたいがために神様に祈る人。それも信者です。そしてアールトー（サンスクリット語でarto）、困っている人、悩みをもつ人です。そういう人は苦しいときに神様のもとに助けを求めてやって来ます。

参加者：苦しいときの神頼み。（笑い）

信者の中には大きな度合いでアールトーがいます。しかし心配しないで下さい、神様は「この信者が高いレベル、この信者は低いレベル」とは言っていません。「これら四種類の人が私の信者です」とだけ言っています。なぜなら苦しいときの祈りも神様を信じているからこその祈りだからです。どんな祈りでも、神様に祈り始めたときが、霊的な生活を始めるきっかけになります。

きっかけにはなっても、しかしそのあとは普通の人と霊的な人とに分かれます。普通の人は、また前と同じ生活に戻って、また困って、また神様に頼みに行く。かたや霊的な人は、そのときがスタートです。神様のおかげで解決できた、と信仰が生まれ、霊的な生活が始まります。シッダールタのように、心が痛くて苦しんでいる人も、同じように「困っている人」です。

──そこに天使のメッセージが聞こえてきました。どうぞ読んでください。

**・📖 （読む）１１頁**

***立ち上がれ、夢見る人よ***

***夢から覚めよ***

***そして二度と再びまどろむな！***

「あなたは夢見る人です。あなたの楽しみは夢みたいですね。その状態から覚めてください。立ち上がって下さい」──痛い、痛い、大変だ、大変だと考えていても意味がありません。進めないでしょう？　だから立ち上がって、進んで下さい。

**・📖 （読む）１１頁**

***シッダールタは座を立ち、眠っている妻と子に最後の一瞥を与えると、ついには彼を仏陀すなわち覚者とする、かの歴史的な旅に出たのだった。***

**放棄の重要性**

お釈迦様は自分のためだけでなく、皆を導きたいという目的で外（家族や世俗の地位）をすべて放棄してお坊さんになりました。しかし皆さんは家住者ですから、家族を放棄することはもちろんできません。ここでは放棄を強調するために、お釈迦様の例がシンボル的に使われていますが、皆さんは皆さんのレベル、つまり家住者として、どのように放棄を実践したらよいかについて考える必要があります。

霊性の道は放棄が正しい進み方です。なぜなら放棄の反対は執着ですが、執着すると同じ状態の繰り返し、楽しみ、苦しみ、楽しみ、苦しみの繰り返しだからです。お釈迦様も、家住者も、目的は同じく放棄です。そしてこの本では放棄の重要性が多く語られています。

**各個人レベルでの放棄**

ヤティシュワラーナンダジはお坊さんのためにこの本を書いたのではありませんでした。信者のため、家住者のために書いたのでした。この本のテーマは、どのように各個人のレベルで放棄をするか、どのように放棄の実践をするか、です。そしてそれについては、ときどきお坊さんやグル（霊的な師）に相談することが必要です。そうしないとあとで別の問題が出ます。

**・📖 （読む）１１頁**

***仏陀一人だけが霊性の道を歩んだわけではない。カタ・ウパニシャッドは言っている。「立ち上がれ！　目覚めよ！　そして偉大な師たちについて、真理を悟れ」と。***

**立ち上がれ！　目覚めよ！**

スワーミージーの有名な言葉は「立ち上がれ。目ざめよ。ゴールに達するまで立ちどまるな」”Arise! Awake! And stop not till the goal is reached”**＊** でしたね。スワミージーはカタ・ウパニシャッドの言葉に自分のアイデアを足しました。カタ・ウパニシャッドには「偉大な先生の教えに従って真理を悟ってください」とあります。

**＊**日本ヴェーダーンタ協会出版「立ち上がれ　目覚めよ」１２頁および４５頁

**・📖 （読む）１１頁**

***誠に太古の昔から、十字架を負うて「彼」に従えと、神は偉大な聖典を通して人に向かって語りかけてこられた。***

**聖典、神の化身、聖者**

そのとおりです。神様は私たちを幸せへ導くために聖典をつくりました。神様は聖典や神の化身の教えや聖者の話を通して私たちに語りかけています。神の化身や聖者が降誕する目的も、私たちに「生きている例」（living example）を見せてどのように実践すればよいかの印象を深くするためです。イエス、お釈迦様、モハンマド、シュリー・クリシュナ、シュリー・ラーマクリシュナ、ヴィヴェーカーナンダはそのために生まれました。「ラーマクリシュナの福音」も「イエスの教え」も「お釈迦様の教え」も私たちを導くためにあります。

**賢い人とは**

しかしいくらそのような「語りかけ」があっても、それを聞かなければ何もなりません。「賢い人」とは、聖典や聖者の話、神様の化身の話を勉強し、そして実践する人です。一般的な意味での賢い人は勉強ができる人、たとえば学者ですが、しかしそうではないと、「ラーマクリシュナの福音」の中の物語が教えています。

**・「ラーマクリシュナの福音」３７１頁**

***あるとき数人の人びとが小舟でガンガーを横切っていました。パンディット（学者）であるその中の一人が、自分はヴェーダもヴェーダーンタも、六派哲学も学んだ、と言って学識を誇っていました。彼は相客の一人にたずねました、「ヴェーダーンタをご存じか」「いいえ、存じません」「サーンキヤとパータンジャラは」「存じません」「では哲学はまったくご存じないのか」「はい、まったく存じません」パンディットはこのように得々と話し、相客は黙ってすわっていました。このとき暴風が起こって、舟は沈みそうになりました。「あなたは泳げますか」と客。「いや、泳げない」とパンディット。すると客は、「私はサーンキヤもパータンジャラも存じませんが、泳ぐことはできます」と言いました。***

私たちはほんとうの意味で賢くなって、立ち上がって、目ざめなければなりません。痛い、空虚だ、この状況はよくないと嘆いているだけでは問題は解決しません。また知識を頭の中に入れるだけでは進歩しません。

**・📖 （読む）１１頁**

***そしてこの呼びかけに応じて洋の東西を問わず、何千という人々があらゆるものを放棄して超意識の領域をめざすこの旅に出たのだった。普通の人々にとっては、この世とそこでの楽しみが非常に重要であっても、永遠なるもの、無限なるものに飢え乾いている人々がいる。スワーミ－・ヴィヴェーカーナンダの真理への不断の探求と努力を考えてみるがよい。並外れて純粋で、力強く、美しく、聡明でしかも才能に恵まれていた彼は、もし望みさえすれば世俗の世のいかなる高い地位にも到達できたことだろう。家族が困窮していたことも、彼を世俗の生活に引き入れようとするもう一つの大きな力だった。しかし、いかなる誘惑にも屈することなく、彼は放棄と奉仕を選んだのだった。***

以上

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

**Ｑ＆Ａより抜粋**

Ｑ）「笑いと涙の堂々巡り」っていうのは、最近すごく感じているのですが、でもそれで、苦しみを、あまり苦しみと考えなければ、いいのかなあとも思うのですが。

Ａ）ですけれどもそれで充分ではないでしょう？　たしかに苦しみのことを考えない、というのも人生を生きる一つの方法ですけれども、しかしそれが人生の最終の目的にはならないのではないでしょうか。それに「苦しみのことを考えない」というのは消極的なイメージですが、しかし人生には積極性が必要です。たとえば「私は〇〇を考えます」「〇〇を考えたい」というような。それに実際のところ、避けたくても避けられません。なぜなら苦しみのことを考えない、考えないと言いながら、苦しみの事を考えてしまっているからです。すると問題の根本解決にはなりません。だからもう少し積極的に「私は〇〇を考えたい」という方法が良いです。ね？

以上