2021年2月06日　インド大使館　バガヴァッド・ギーター

・読み：第8章1～10節

・引用：第14章23,24,25節、第2章48,54,55,56,57,58,69,70節、第5章18節

　前回はスティータ・プラッギャーとジーヴァン・ムクタについて説明しました。

スティータ・プラッギャーは、二つの言葉から成り立っています。

スティータは「安定した」という意味であり、「知識を持った人」を意味するプラッギャーはプラッギャーナ(霊的知性)から派生しています。

プラッギャーは完璧な霊的知識を持っています。(prakrishta:プラクリシュタ – 完璧な)

形容詞スティータをつけるのには理由があります。

我々の知識はあるときは現れ、また別の時にはなくなります。

いま聖典を学んでいる間は知識が現れていても、この教室を出るとすぐに消えてしまいます。駅で電車に乗るぐらいまでは続いている可能性がありますが。

シュリ・ラーマクリシュナの信者の中にも例があります。

集中して神に祈り瞑想した結果静かなムードに入ることができた人がいたとしても、その状態が朝食までしか続かなかったとしたら、その人はスティータ・プラッギャーとは呼べません。

この人の静けさは、安定しているとは言えません。

ラーマクリシュナは信者をよく観察していて、彼らの心の状態についてコメントしました。

朝のこれから仕事が始まるという状況と心の静けさとは、二律背反(ダイコトミー:dichotomy)です。知性を安定させることが、我々求道者にとっての課題です。

スティータ・プラッギャーの持つ知性は、困難な状況下にあっても消えることはありません。

仕事で多忙な時にも失われません。

海面には大きな波があっても海の底は静かなように、スティータ・プラッギャーの心の表面は慌ただしく動いているように見えても、その奥は静かです。

スティータ・プラッギャーを英語で表現するなら、 a person with steady/established　wisdom です。

ジーヴァン・ムクタとスティータ・プラッギャーは同じであり、ブラフマ・ギャーニ、アートマ・ギャーニ、ムクタなどもすべて同じ意味です。

賢い人と無知な人(ギャーニとアッギャーニ)はどう違うのか、前回説明しました。

賢い人には無知な人が持つ怖れはありません。

無知な人には世俗的な欲望がありますが、賢い人は至福を経験しているので世俗的な喜びには見向きもしません。

高性能ハイブリッド車の所有者は、小さな軽自動車を欲しいとは思いません。

なぜスティータ・プラッギャーには欲望がないのか、その理由を理解してください。

無知な人にも知識はありますが、その知識は限定的でその対象も物質的です。

無知な人自身が有限で一時的なので、その知識も有限です。

これに対して、悟った人の知識は絶対の知識(チット)です。

無知な人は自分と体を同一視するので、体が病気で苦しむと自分が苦しんでいると考えます。

心のストレスを自分のストレスと考えます。

賢い人、悟った人は、自分と体を分けて考えます。

自分はブラフマンでありアートマン(魂)であるので、体の病は自分の病ではないと考えます。

体がなくなっても自分は死なないと考えます。

このことを人から教えられたり聖典を学んで頭で理解したりすることと、それが本当に自分の身についていることとは違います。

また本当に理解していることと、ある時は理解していても時々忘れてしまうことも違います。

無知な人は自分が好きなものには喜び、自分が嫌うもので不快になります。

賢い人はこれらの環境による影響を受けず、いつも心は静かです。

無知な人も真理の片鱗を垣間見る(glimpse of the truth)ことはありますが、それは安定していません。ある時は真理が見えていても、しばしば見失います。

普通の人は意識的な霊的実践の結果知識の状態に入れますが、賢い人はギャーナの状態にあるのが自然(spontaneous)であり、それがその人の性質の一部になっていて、知識の状態にあるための特別な努力を必要としません。

特別な注意を払ってあることができるのと、自然にできるのとは大きく違います。

車の運転でも初心者は神経を使い注意しながら行いますが、慣れてくると自然にできるようになります。

水泳も同じで、初めはおっかなびっくり水に入っていたのが、上達すると泳ぐことが自然になります。

これから無知な人という意味で、ギャーニの否定形のアッギャーニ(つまりギャーナのない人)という言葉を使うので、皆さんこの表現に慣れてください。

ギャーニとアッギャーニでは世界の見え方が違います。

我々アッギャーニは同一視をします。

自分自身を肉体と同一視するだけではなく、人、もの、景色、出来事をそれぞれの外形と同一視して、外面的に見えているものが実在していると思い込んでしまいます。

けれど実はそれらは影のようなものです。

今はスティータ・プラッギャーの話をしていますが、それはサマーディに入って自分の魂と偉大な魂が一体化する経験をした後、戻ってきて普通の人と同様に活動する人のことです。

サマーディから戻って来なければ、スティータ・プラッギャーの議論になりません。

悟った後、人には世界がどう見えるでしょうか？

アルジュナの質問も、「悟った人、安定した知性の持ち主のしるしは何ですか？」でした。

このしるしとは肉体的なしるしではありません。

「私はサマーディを経験した」と本人が主張するだけでは、それは悟った証拠にはなりません。本物か偽物かわかりません。

ドゥルガー女神の絵や像のように、眉間の第三の眼(プラッギャーチャクシュ：prajnachakshu)を合わせて眼が三つあるなら別ですが、悟った人かどうかは外見からはわかりません。

「我々のグルはニルヴィカルパ・サマーディを経験した」と主張する弟子はいますし、宗教誌にはそのような広告がたくさん載っています。

全部が本当なら悟った人だらけということになってしまいます。

悟りとはそんなに容易なものではありません。

悟りの経験が肉体的特徴としては現れなくても、**その人がどう話し、どう働き、どう行動しているかを注意深く観察することで、本当に賢い人なのかを判断できます。**

その人の日常の振る舞いから、悟った人かどうかを見分ける方法を教えてほしい、とアルジュナは言います。

それに応えて、クリシュナはアルジュナに悟った人のしるしについて教えます。

心が圧倒された状態にあるか静かか、好き嫌い、欲望、怖れ、不安があるかないか、等々。

スワミ・ヴィヴェーカーナンダの言葉があります。

もしある人が偉大な人かどうかを知りたいなら、その人の大きな業績をチェックするのではなく、こまごまとした小さな振る舞いを観察することだ。

彼が召使にどのように接しているか、好きな場所と嫌いな場所、好きな人と嫌いな人でどのように態度を変えるか、部屋は整理されているか、皿をきちんと洗っているか、カーペットは掃除されているか、カーペットの下にゴミはないか、このようなこまごまなことがチェックポイントになります。

普通はどんな大きなことを成し遂げたのかがその人に対する判断基準ですが、スワミ・ヴィヴェーカーナンダの基準は違います。

繰り返しますが、**悟った人にとってこの世界は影のようなものです。**

太陽の光で地上にできたあなたの影を誰かが殴ったとして、あなたは痛いですか？

矛盾を含んだ言い方ですが、この世界は「存在するが存在していない」のです。

逆に皆さんが存在しないと考えているものが存在します。

魂や神は、「一般の人にとっては存在していないが実在する」のです。

哲学ではたまに、「あるけれどもない」のような謎めいた(enigmatic)表現が使われます。

スワミ・ブラマーナンダジはラーマクリシュナ・ミッションのプレジデントだった頃、重要な書類に署名を求められましたが、彼には世界が影のように見えていたので、普通の人にとっては簡単な署名すら先延ばしにしていた、ということがありました。

これ以上待てないということになり、部下の僧から署名を強く求められたブラマーナンダジが、「私は自分の名前のつづりを忘れてしまった」と言ったというエピソードがあります。

絶えず高い境地にいたブラマーナンダジが、日常の業務のために心を下降させて来るのは難しかったのです。

チャクラの場所でたとえるなら、一般の人の心は下部のムーラダーラやスワディシュターナ、マニプラにあり、ブラマーナンダジのような方の心はずっとサハスラーラ・チャクラに向いているのです。

映画でたとえるなら、映画には映写機とスクリーンが必要です。

映画の中で燃え盛る炎が映し出されている時、スクリーンに触ってみてください。

その時スクリーンは燃えていますか？　熱いですか？

映画の中で大雨のシーンがあったとしたら、スクリーンは濡れていますか？

映画のスクリーンがスティータ・プラッギャーの心であり、そこに映し出されているシネマがこの世界である、とイメージできますか？

**スティータ・プラッギャーの心はホワイトスクリーン**ですが、我々の心はそうではありません。スティータ・プラッギャーもいろいろな出来事を見ますが、何も影響を受けません。

スティータ・プラッギャーはこの世界の出来事の傍観者ですが、その傍観者の状態すら超越しているとも言えます。

スティータ・プラッギャーは何を考えているのでしょうか？

**私自身の****体・心・感覚・知性、どの状態とも関係なく、私はアートマンである**

と悟った後の人は考えます。

「トリグナは体・心・感覚・知性には影響を与えても、アートマンである私は何の影響も受けない」と考えます。

第14章23節を見てください。

***これら三性質の作用に影響されることなく、働いているのは三性質のみなりと静観し、それから超然として不偏中立を保つ人、//14-28***

その時々で、サットワ的、ラジャス的、タマス的なグナが現れることがあっても、本当の私には関係ないのです。

深い意味を持ったひとつの物語を紹介します。

ある時野外で舞踊が上演されました。

踊り子は6人で、観衆は大勢いました。

6人の踊り手のうちの一人は踊りの師匠でした。

6人は皆若く美しい女性でした。

観客たちは大いに踊りを楽しみ、盛大な拍手を送りました。

突然天候が変わり、吹き始めた強い風が踊り子たちのかつらを吹き飛ばしてしまいました。さらには土砂降りの激しい雨で、彼女たちの化粧も崩れてしまいました。

踊り子たちはスッピンの年老いた素顔を晒したまま踊りを続けなければならず、恥ずかしさのあまり観客の前から逃げ去りました。それを見た観客も大いに幻滅しました。

観客の中で一人だけ一部始終を目撃しながら幻滅することもなく、何事もなかったかのように平静な人間がいました。

この物語が何を象徴しているかわかりますか？

踊りの師匠はプラクリティです。

残りの5人の踊り子は、感覚の対象を象徴しています。

景色、音、味、香り、手触り、つまりは視覚、聴覚、味覚、嗅覚、触覚の五つの感覚に我々は魅惑され、その結果執着が生まれます。

観客は普通の人間、つまり一般の我々の象徴であり、観客を惹きつけた5人の踊り子は普通の人間が惹きつけられる感覚の象徴です。

観客を幻滅させた豪雨は我々の苦しみを象徴しています。

我々は何度も苦しみを経験して、ようやく五感の喜びが幻であることを理解します。

たった一人幻滅しなかった観客が、スティータ・プラッギャーです。

スティータ・プラッギャーだけは初めから、若く美しく見える踊り子たちの素顔を知っていました。五感の誘惑に喜び拍手を送る大勢の観客が我々です。

スティータ・プラッギャーのしるしとして重要なものを、一つだけ覚えておいてください。

これまで何回も引用した第2章48節です。

***ダナンジャヤ(アルジュナ)よ！　義務を忠実に遂行せよ。そして成功と失敗とに関するあらゆる執着を捨てよ。このような心の平静さをヨーガというのだ。//2-48***

この**心の静けさ**(サマットヴァム)がスティータ・プラッギャーのしるしです。

心が圧倒されておらず、いつも同じであるということです。

我々の心は絶えず何かに圧倒されています。

ある時とても喜びに満ちていたかと思うと、次の瞬間には苦しんでいます。

この大切なポイントだけを覚えてください。

次は第2章54，55節です。

***アルジュナが問います。『おお、ケーシャヴァ(クリシュナ)様！真の知識を獲得し三昧の境地に入った人は、どんな特徴をもち、どのように座り、どのように歩くのでしょうか？』と。//2-54***

***至高者が答えられます。『プリター妃の息子(アルジュナ)よ！人が心の中の欲望をことごとく捨て去り、自己の本性(真我)にのみ満足した時、その人は真の知識を獲得した超越意識の人と呼ばれる。//2-55***

普通の人は自分の喜びを外部に求めます。(人、もの、景色　etc.)

反対に悟った人は、自分の内なる魂に喜びを求めます。

自己をブラフマン/アートマンと同一視していて、外のものに対する執着はありません。

悟った人の喜びは永遠であり、衰えることはありません。

**喜びの源が普通の人は外にあり悟った人は内にある**、という点が重要です。

***苦難に遭っても心乱さず、快楽を追うこともなく、執着と怖れと怒りを己の心から完全に捨て去った人こそ、真の知識を獲得した聖者と呼ばれるのだ。//2-56***

***悪を見ても嫌悪せず、善を見ても愛慕せず、好悪の感情を超えた人こそが、******完全智識(＝般若の智慧)を得た人なのである。//2-57***

トリグナの作用で、ある時は良い状態になりまた別の時には悪い状態になることを、知識を持った人は知っていて、それに影響されることはありません。

そのような知識の人にとってすべては、「あってもいい / なくてもいい」、「もらってもいい / もらわなくてもいい」のです。

***亀が全身を甲羅の中に引っ込めて身を守るように、眼・耳・鼻・舌・身のあらゆる対象から自分の感覚を完全に遮断できる人こそ、完全智識に安住する人といえるのだ。//2-58***

皆さんは亀を見たことはありますか？　料理を食べたことはありますか？

亀は危険を感じると手足を甲羅の中に引っ込めますが、甲羅は亀にとっての要塞のようなものです。見たことがない人は分からないかもしれませんが、ちょっと触っただけでも亀は全身を甲羅の中に引っ込めます。

同じように悟った人は感覚を刺激する場所に入っても、対象から自分の感覚を引き戻します。

賢い人は自然にそれができるようになっています。

今アルジュナが悟った人のしるしについて問い、それに対してシュリ・クリシュナが答えています。

この部分がなぜ重要なのかと言えば、スティータ・プラッギャーのしるしを知ることで、求道者は自分が実践で**目指すべき目標がわかる**からです。

***あらゆる生物にとっての夜に、物欲を捨てた賢者は目覚めており、またあらゆる生物が目覚めている昼は、逆に賢者によって夜とみなされている。//2-69***

とても素晴らしい一節です。

ここでは「夜」(ニシャ:nisha)という言葉が非実在と無知を、「昼」が実在と知識を象徴しています。

「何が知識なのか、何が実在するのか」についての見方が、世俗的な人と賢い人とでは正反対です。一方にとっての光が、もう一方にとっては闇なのです。

***無数の河川が流れ入ろうとも、海は泰然として不動であるように、様々な欲望が次々に起ころうとも、それを追わず取りあわずにいる人は平安である。//2-70***

素晴らしいイメージです。

いろいろな河は海に流れ入ることによって、自分の特別な名前と形(アイデンティティー)はなくなります。

悟った人でもある環境に入れば、眼や耳などの感覚器官からその場所のバイブレーションは入ってきます。しかし悟った人は執着がないので何の影響も受けません。

第14章24節です。

***真我に定住して苦と楽とを区別せず、土塊も石も黄金も同等に見て、全ての事物に好悪の感情をおこさず、賞賛と非難、名誉と不名誉に心を動かさぬ人//14-24***

苦しみ、悲しみ、好きなものと嫌いなもの、どんな状況にあっても先ほど言ったサマットヴァム(平静)であるのがスティータ・プラッギャーです。

***名誉と不名誉に心動かさず、友と敵を同じように扱い、仕事に対するいかなる野心も捨てた人、以上のような人は、これら三性質を超越した人、と言えよう。//14-25***

シャンカラチャーリヤの著したとても有名ヴェーダーンタ哲学の書『ヴィヴェーカ・チューダーマニ』(Vivekachudamani)があります。

ヴィヴェーカは識別であり、本のタイトルは「最高の識別の言葉」という意味です。

この本の中ではヴェーダーンタとは何か、悟りのためにどんな方法があるか、何が悟りの障害になるのか、悟った結果どうなるか、などが詳しく書かれています。

ヴェーダーンタ哲学の本は多くありますが、この本を学ぶことでヴェーダーンタ哲学を理解することができます。日本でも邦訳された本が一冊出ています。(註１)

以前協会誌にも翻訳が連載されていましたが、一冊の本としては出版されていません。

私がサンスクリットで説明しても分かりにくいと思うので、手元にある邦訳本のコピーをもとにお話ししていきます。

『ヴィヴェーカ・チューダーマニ』には、『バガヴァッド・ギーター』では使われていないジーヴァン・ムクタ(生きていて解脱している人)という表現が出てきます。

『バガヴァッド・ギーター』のほうには、スティータ・プラッギャー、トリグナ・ティータ、ヨーギ、ギャーニなどの言葉はあってもジーヴァン・ムクタは出てきません。

『ヴィヴェーカ・チューダーマニ』の426節から440節まで、ジーヴァン・ムクタについての説明に充てられています。そこからいくつかピックアップして読んでもらいます。

*その最高智の境地が決して揺らがず*

*その「至福」は途切れることがない*

*そして現象世界を、まるで忘れてしまったような者*

*そのような者は、ジーヴァン・ムクタだと判ぜられよう　//428節*

安定した知性の持ち主の特徴として、絶えず内側から喜び(至福)が溢れ出ている、世界のことをほとんど忘れている、という二点を挙げました。

ここで忘れているというのは、世界から影響を受けないという意味です。

このような人にとって、世界は存在しているが存在していないのです。

*肉体の中に宿っても*

*それは影のようにその者に付き従うだけで*

*彼自身は「私は」とか「私のもの」という思いを持たない*

*そのような事が、ジーヴァン・ムクタとしての徴だろう　//431節*

影という言葉が出てきます。

サンスクリットでは影のことをチャーヤー(chaya)と言います。

今の時間帯は日差しがあるので、表に出れば自分の影ができます。

スティータ・プラッギャーにとって**世界だけでなく自分の体や心も影のようなものだ、**ということをイメージしてください。

皆さんも自分の影を自分と同一視してはいないはずです。

もし同一視していたら、自分の影が路上の汚物に重なった時、自分が汚れたと感じるはずですが、実際はそう感じる人はいません。本当の自分は魂です。

皆さんが自分自身と自分の影をはっきり区別できるように、スティータ・プラッギャーは自分の魂と自分の肉体、心、世界が別のものであるとはっきり知っています。

悟った人にとっては、肉体の病気も心のストレスも関係はなく、何の心配もしません。

悟った人は、**「私は純白のスクリーンであり、世界の出来事はそこに映されているシネマショーに過ぎない」**と考えます。

映画で火事のシーンがあるように、我々の心の中でも火が燃えている時があります。

「私に起こっていることは本当の私(魂)とは無関係だ」と求道者が識別を何度繰り返しても、心にはいろいろな思いがまた現れます。

どれだけ実践を重ねれば心は意識せずとも自然に静かになれるのか、これは求道者にとっての課題です。

私が少し前にたとえとして持ち出した映画と、シャンカラチャーリヤの説明は一緒です。

スクリーン＝アートマンであり、映画＝影です。431節はサンスクリットでは、

vartamāne'pi dehe'smiñchāyāvadanuvartini

ahantāmamatābhāvo jīvanmuktasya lakṣaṇam

となります。

影のようなもの(チャーヤー)という表現があります。

ジーヴァン・ムクタは、*「私は」とか「私のもの」*(体、心、身内etc.)という思いを、*持たない*(超越している)のです。

思いはもちろんあるのですが、それを自分と同一視していません。

同一視していないので、それらは自分にとって影のようなものなのです。

*過去のことに思いを巡らさずに*

*未来のことを思い患わない*

*そして現在のことに関しては、超然としている*

*そのような事が、ジーヴァン・ムクタとしての徴だろう　//432節*

「この瞬間をよく生きる」という我々にとってのアドバイスがありますが、ジーヴァン・ムクタにとっては現在もないのです。

「過去のことは思い返さず、未来のことは心配せず、今日を良く生きよう」という教え自体は間違っていません。何事もステップ・バイ・ステップだからです。

この教えが自然にできるようになったら、次はジーヴァン・ムクタを目指してください。

ジーヴァン・ムクタには「私」がないので「現在」もありません。

時間や空間が意識されるのは、「私」意識、「私の」意識があるからであり、その意識がないジーヴァン・ムクタには時間の影響がありません。

誤解しないでほしいのは、ジーヴァン・ムクタは無感情な石のような無生物ではない、ということです。

*この世には善と悪が混在して*

*それぞれは独自的で、互いに異なっていても*

*それらのすべてを、平等な目で見ることができる*

*そのような事がジーヴァン・ムクタとしての徴だろう　//433節*

トリグナのいろいろな組み合わせで、この世のすべてのものは構成されています。

我々はそれらをあれこれ比較して、ラジャスやタマスの割合が高ければ良くないもの、サットワの割合が高ければ良いものだと言います。

比較し評価して、「あれが欲しい、これは要らない」などと言います。

すべての中にブラフマンが存在するのだと考えるなら、もちろんトリグナの中にもブラフマンは存在しています。タマスもラジャスもサットワも何も特別ではありません。

もちろんタマス的なものは避けるべきですが、その中にさえブラフマンは存在するのですから、それに対する憎しみは起こりません。

「他人の欠点を見ずに長所を見てください」というアドバイスは、我々のほとんどがちょうどその正反対のことを行っている現実を考えると、意味のある教えです。

しかしさらに進んだ高度な教えは、**「誰も批判せず褒めもせず」**です。

すべての人の中にブラフマンがいるからです。

我々は絶えず比較していて、それが習性になっています。

**比較するということが可能なのは、われわれが「あれとこれは別」と考えているからですが、これはラジャス的な知性です。**

サットワ的な見方は「すべてのものの中に同じ存在がある」であり、そうすると比較は無意味になり、批判も賞賛もできなくなります。

パタンジャリのコメントの中にも、「批判や賞賛をすることで我々の心は落ち着かなくなる」という言葉があります。

そしてそもそもは、我々が比較をするところから始まっています。

自分の心が落ち着くためには、批判も賞賛も何もしないほうがいいのです。

比較するのは無知のしるしであり、知識のある人は比べることはしません。

彼にとって、「あれは金、これは銀、それは鉄」ではなく、「すべては金」です。

神は遍在です。すべてはブラフマンです。

『バガヴァッド・ギーター』にもこのことに言及している有名な節があります。

***真理に関する知識と謙虚な心を有する賢者は、僧侶も、牛も、象も、犬も、犬食いも、一切差別することなく、すべてを平等に観る。//5-18***

次は『ヴィヴェーカ・チューダーマニ』434節です。

*好ましきこと、疎ましきことに接しても*

*心の中では平等な気持ちを保ち*

*その両者のどちらにも動かない*

*このような事が、ジーヴァン・ムクタとしての徴だろう　//434節*

心がいつも同じ状態で安定している、ということです。

*肉体や器官などが為す義務的な活動に際して*

*「私のもの」とか「私は」という思いを持たずに*

*それらに無関心なままにとどまれる*

*そのような事が、ジーヴァン・ムクタとしての徴だろう　//436節*

義務は果たしながらも、その活動自体には無関心ということです。

次回のクラスでは、ジーヴァン・ムクタの例について話します。

註１)参考文献

シャンカ（著）・美莉亜（ 訳・注解）,『識別の宝玉―完訳「ヴィヴェーカ・チューダーマニ」』,星雲社,2014