**「ラーマクリシュナの福音」勉強会　第８１回　（２０２１年１１月１４日）**

**・勉強範囲：「第四章　在家の人への助言」４３頁**

**～　　❀　　～　　❀　　～　　❀　　～　　❀　　～　　❀　　～　　❀　　～**

**📖４３頁下段 ７行目**

**もし誰かが神を悟ったあとでなお推理をしているのを見たら、それはハチが花からを吸いながらもなお、少しばかりブンブンいうようなものだと思ったらよかろう」**

**（解説）**

この文章からどのような印象を持ちますか？

（参加者）悟ったあとでも知識だけで話しているのだと、私はネガティブなイメージを持ちました。

ネガティブではありません。翻訳では推理となっていますが、これは実在と非実在の「識別」のこと、つまり「ヴィチャーラ」のことです（英語ではreasoningです）。それは霊的実践の窓口で、ギャーナ・ヨーギーはもちろん、ラージャ・ヨーギーにも神の信者であるバクタにも必要な実践です。なぜなら永遠なもの［実在］と一時的なもの［非実在］を識別することなしに、執着が無くなることはありませんから。

ハチの話が出ています。ハチは蜜を吸い続けているあいだは静かですが、そうでないときにはブンブンと音をたてるときがあります。悟った人もサマーディに没入しているあいだは静かですが、サマーディから戻ったあと、神の御名を唱える、神の話を聞く、神について話す、聖典の勉強をする、神について集中して考え瞑想するなどして、少しばかり音がたちます。ここではそれを言っているのです。

**なぜ悟ったのちにも、識別し、神の御名を唱え、神について話し、聞き、瞑想をするのか**

サマーディに至って神を悟ったら、もはや神［実在］とそれ以外のもの［非実在］との識別や、神を瞑想する必要はないのではないでしょうか。なぜシュリー・ラーマクリシュナは、悟った後もそのようなことをするとおっしゃっているのでしょうか。

悟る前には、悟るために、瞑想の実践をします。その実践が深まるにつれ、瞑想の対象である神の性格（性質）が自分の性格（性質）の一部になっていきます。その実践を通して、神の性格（性質）を好きになっていくのです。そして悟ったあともそれが好きですから、悟った人は、ごく自然に神を瞑想し、神を中心に考え、語り、行動します。彼が普通の世俗的な生活に戻ることはありません。彼は悟る以前には「悟り」という目的のために行っていた実践を、悟ったあとは、喜びのうちに自然に行います。悟る前には困難と思われた訓練を、悟ったあとは、自然に行っているのです。これが私たちと、悟った人との大きな違いです。

また、それをしなければ、悟った人は何を楽しみに生きていくのでしょう？　彼にとって、世俗の楽しみなどみじんの魅力もないのですから。

──ブラフマーナンダジーがスワーミージー（スワーミー・ヴィヴェーカーナンダ）の部屋で瞑想をしていたちょうどそのとき、マドラス（現チェンナイ）に派遣されていたラーマクリシュナーナンダジーがベルルマトに帰ってきました。何よりもまずブラフマーナンダジーに挨拶したいということで、飲まず食わず休まず瞑想が終わるのを待っていたラーマクリシュナーナンダジーは、挨拶できたときこう言ったそうです──「ラージャ（ブラフマーナンダジーのこと）、あなたには瞑想は不必要なのに、なぜそれほど長い瞑想をするのですか？」　ブラフマーナンダジーは「兄弟よ、それをせずにどのように時間を過ごすというのだ？」と答えました。

悟った人が「悟った後もブンブンいう」理由は、①時間を過ごすため、②神を思うことが性格の部分となっているのでそれを自然に行ってしまうため、③自分の喜びのため、そしてもうひとつが私たちに教えるため、つまり④自分が模範の例となるためです。そうでなければ、悟っていない私たちは瞑想をしないことを真似てしまう可能性があるからです。

悟った人は、神とつながっている状態が常に内部で流れているので、祭壇の前にわざわざ座って神を瞑想する必要はありません。ですが模範の例となるために瞑想をします。このことについて、スワーミー・ヴィヴェーカーナンダはとても厳格でした。ブラフマーナンダジー、プレマーナンダジー、トゥリヤーナンダジーにとっては座って瞑想する必要などないのですが、それでも彼らに毎朝祭壇に行って瞑想するように言いました。若い僧たちの模範となるためです。

ですが悟った人にとっては「祭壇の前に座って瞑想するということは大事ではない」ということも本当です。彼らは常に、自然に、神と繋がっているからです。つまり悟った人の瞑想のやり方に特別なルールはなく、悟った人は横になった状態でも瞑想はできます。ですが私たちにはできません。座っていても寝てしまうのに、横になったら絶対にぐっすり寝るでしょう？　ですから私たちには横にならず、座って瞑想することが課せられているのです。

アドブターナンダジーはよく横になって瞑想していました。それを誤解して、多くの人が「マハーラージは寝ている」と思っていました。しかし実はアドブターナンダジーは、ショールで身を覆って深く瞑想していたのです。［👉『スワーミー・アドブターナンダ　～羊飼いの少年はいかにして聖者になったか～』日本ヴェーダーンタ協会出版］

バガヴァッド・ギーターの第2章69節に、

*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。*

とあります。これの、１つの深い意味が「人々が寝ている夜にヨーギーは瞑想し、人々が起きている昼にヨーギーは寝る」、そしてさらに深い意味が「人々の意識は世俗的なものの上にあって神の上にはない。ヨーギーの意識は神の上にあって世俗的なものの上にはない」です（ここでは「意識がある」を昼、「意識がない」を夜と捉えています）。

アドブターナンダジーは皆が寝ている夜にいつも瞑想し、昼に少し休むこともありましたが、昼間でも瞑想をしていました。

**サマーディのあとについての言及**

ギャーナ・ヨーガにおいてはニルヴィカルパ・サマーディの経験が最高、ラージャ・ヨーガにおいてはニルビージャ・サマーディの経験が最高で、それ以上の経験については、ヴェーダーンタ聖典にも、パタンジャリの『ヨーガ・スートラ』にも書いてありません。

しかしブラフマーナンダジーは「ニルヴィカルパ・サマーディのあとから本当の霊的な生活が始まる」とおっしゃいました。またアドブターナンダジーは「神は無限なのだから、神の霊的経験も無限である」という言い方で、さらなる経験があることを示唆しました。

ですが私たちにそこまでのイメージは無理です。私は（ニルヴィカルパ・サマーディの下の段階の）サヴィカルパ・サマーディのイメージは無理、ニルヴィカルパ・サマーディの状態のイメージも絶対無理、そのうえ、ブラフマーナンダジーがおっしゃっていることを考えると、とてもびっくりします。なぜなら普通の聖典には、ニルヴィカルパ・サマーディが最高の経験と書いてありますから。

もちろんこの種類の話は尋常な話ではありません。ですが「神は無限なので神の経験も無限である」というアドブターナンダジーの説明はとても論理的です。シュリー・ラーマクリシュナご自身も「私の経験は聖典を超越している」とおっしゃいました。

つまり、聖典というものは、ある聖者たちの経験によってできたものなのです。ですが別の経験をした聖者たちもいるでしょう。そして『ラーマクリシュナの福音』は、ヴェーダ、ヴェーダーンタより、最高の聖典だと言うのです。ああ、ヴェーダ、ヴェーダーンタより、ラーマクリシュナの福音がもっと最高の聖典です。

これを言うとヴェーダーンタ学者は異を唱えるでしょう。ですが『福音』の中のシュリー・ラーマクリシュナの経験は、実際、ヴェーダ聖典に見つけることはできないですし、『バガヴァッド・ギーター』にも、聖書にも、釈迦の言葉にも、パタンジャリの聖典にも、他のどこにもありません。『福音』にはヴェーダ、ヴェーダーンタの聖者たちの経験よりもっともっと高い経験、世に知らされる初めての経験があるのです。

Mさんはシュリー・ラーマクリシュナの言動を書き留めて『ラーマクリシュナの福音』という本にしましたが、自分では意味がわからないことも書き留めました。シュリー・ラーマクリシュナと同じ経験をしていなかったのでわからなかったのです。そのようなことが『福音』の中にはけっこうあります。もちろんMさんにたいしては有難いと思います。なぜならそのときわからなくても、後でもっと霊的な経験がある人、たとえばブラフマーナンダジーはシュリー・ラーマクリシュナがおっしゃった意味を知っていましたから理解できました。一方、普通の人は読んでも読むだけで、本当の理解がなかなかできません。

ですからシュリー・ラーマクリシュナはときどき、自分の経験を語っても周りの人が理解してくれないから残念であるとおっしゃいました。

たとえばクラシック音楽を知らない人に、その深い魅力を話してもほとんど理解できません。すると残念という気持ちになりませんか？　反対に、自分が話したことを理解する人がいたら嬉しいし、そのような人がいないとつまらないと思うし、話に対する反応がなければ話したことが無駄なような気がして、残念に感じるでしょう。シュリー・ラーマクリシュナもときどきそのようなことをおっしゃっていました。

ある詩人は詩の中で、こう神に祈っています──私の周囲の人たちは詩がまったく好きではない。彼らの前で、私が詩について語ることがないように、神よ、どうかお願いします。

周りの誰も興味がない状況を想像してみてください。たとえばそのような聴衆の中で音楽を披露しなければならないことを想像してみてください。そのような状態には絶対私はしたくありません。私の言うことはわかりますか？　シュリー・ラーマクリシュナは非常に高い霊的なレベルにおられてそれを喜びのうちに自然に話しているので、皆が理解することは無理なのに、時々そのことを忘れて話に没頭してしまうのです。まるで高度な科学を幼稚園児の前で披露している状況です。

シュリー・ラーマクリシュナが言うことを最も理解していたのが、サプタリシ（7人の聖者）の1人であるスワーミー・ヴィヴェーカーナンダでした。しかし彼でさえ、シュリー・ラーマクリシュナがおっしゃったすべてを理解したわけではありませんでした（他にもう一人わかる方がおられます、それはホーリー・マザーです）。ですが、信者のレベルが上がれば、『福音』の内容を理解していくことはできます。その意味でも本当にMさんに有難いと思います。

最後に、聖典に「最高のサマーディ」と書いてあるからといって、ニルヴィカルパ・サマーディあるいはニルビージャ・サマーディで終わり、それでやめる、ということはありません。シュリー・ラーマクリシュナやブラフマーナンダジーやアドブターナンダジーが言うように、もっともっといろいろな経験ができるのです。

**📖４３頁下段　１０行目**

**師はこのオスタード**［＊巻末の用語解説では音楽の教師］**の音楽を非常にお喜びになった。彼に向かっておっしゃった、「音楽に堪能であるというような、とくにすぐれた天分を持っている人には、神の力が特別に現われているのだよ」と。**

**（解説）**

オスタードはウルドゥ語（ウルドゥ語の元はペルシャ語です）に由来する単語で、音楽と歌のどちらでも、「とても上手」という意味です。オスタードは音楽だけでなく、料理や他のことに関しても使います。英語のMasterではなく、「とても上手な人」という意味です。

『バガヴァッド・ギーター』にも「神の力が特別に現れている」例が載っています。

*偉大なもの、盛んなるもの、力強いもの、その他のいかなるものも、私の光輝より発したの、ほんの一部に過ぎないということを知るがいい。（第10章41節）*

第10章のタイトルは「ヴィブーティー・ヨーガ」で、ヴィブーティとは超能力すなわち特別な力という意味です。もちろん神は遍在ではありますが、第10章に書かれているさまざまな例は、神の ”特別な” 現われであるのです。

偉大な学者や科学者、大変に美しい人もそうで（節の中の「シュリー」の意味は「とても美しい」です）、とても歌が上手い人もそうです。ラームプラサードは神の歌を歌ってマザー・カーリーを悟りました。音楽の道も悟りの1つの道です。

**📖４３頁下段　１３行目**

**音楽家「師よ、神を悟るにはどうしたらよいのでございますか」**

**師「バクティが、たった一つの大切なものだ。たしかに神はすべてのものの中にいらっしゃる。それでは、どういう人を信者と言うのか。****その心がつねに神を思っている人だ。しかしこれは、人がうぬぼれや虚栄心**［＊英語本ではegotism and vanity］**をもっているあいだはだめだ。**

**（解説）**

バクティの翻訳は何ですか？　バクティはバクティのままですか？──私はいつも言っていますが、バクティよりも、「神への愛」「神にたいする愛」と翻訳するほうが、より適切だと思います。神への愛がバクティですから。

さて、普通の世俗的な人を神の信者やバクタとは言いません。ではバクタのは何でしょうか？

参加者「心がつねに神を思っている人」

そう、つまりすべての人に神を見ている人がバクタです。しかしその全員に、神の意識があるわけではない──シュリー・ラーマクリシュナが「神はすべてのものの中にいらっしゃる。ではどういう人が信者かというと、心がつねに神を思っている人だ」と言っているのはそういう意味ですが、理解できますか？

たとえばメガネをかけていて、「メガネはどこ？」と探します。そして気づきました、私はメガネをかけていたのだったと。たとえば帽子をかぶっていて、「帽子はどこ？」と探します。そして気づきました、私は帽子をかぶっていたのだったと。探したのは決して真似ごとではなく、本当に探していました。なぜならそのときには「本当に無い」と思っていましたから。ではなぜ無いと思っていたのですか？　メガネや帽子のに意識がなかったからです。

神についても同じです。神は自分の中におられるという意識が無い人は、あちこちに神を探します。これをシュリー・ラーマクリシュナはあのようにおっしゃったのです。矛盾のようですが、それは本当です。神はすべての中におられますが、その全員が神に気づいているわけではありません。ではどのような人の中に、神はもっともあらわれますか？　それが、つねに神を思うバクタです。

ではどのような状態になると、神を思うことができなくなりますか？

参加者「うぬぼれと虚栄心」　［＊英語本ではegotism and vanity］

そう、その状態になると、神を思うことができなくなります。どうして？　なぜなら心が「私」でいっぱいになって、神が入る余地がなくなるからです。うぬぼれなどの私意識でいっぱいで、神意識が不可能になるのです。

皆さん考えてください、私たちは朝から夜までいつも「私」「私」「私」……ではありませんか？　ある信者が僧侶に手紙を書きました。それは自分の苦しみを打ち明ける手紙でした。「私は神様のことを集中して考えるが、私はそう考えたくても私にはそれができない。私はそれがとても残念である」とありました。何度も「私」「私」「私」という言葉が出てきました──手紙は心の反射ではありませんか？　手紙に書いてあるぐらい、心が「私」でいっぱいだったら、瞑想のときも「私」「私」「私」……になるのは当然でしょう。もし、それを変えて神が中心になったら、瞑想もよくできるようになるでしょう。

私たちの心は、ある時には健康について、ある時は仕事について、ある時には家族や友人について考えていますが、それらの中心はすべて「私」です。私たちは「私」に関係のないものなどまったく考えないのです。しかしそれだったら神の瞑想はできません。なぜなら心は「私」でいっぱい、エゴでいっぱいだからです。神は入りたくても入れません。

しかし本物のバクタは自分のことを考えず、自分の仕事や家族や友人のことを考えず、つねに神について考えています、シュリー・ラーマクリシュナを思っています。

では、私たちが、うぬぼれと虚栄心という問題を取り除くにはどうしたらよいですか？　野菜を収穫したいなら、最初に庭の雑草を取り除くように、私たちの心の庭からうぬぼれ、虚栄心、欲望、執着などの雑草をまず、取り除いてください。そうした無駄な考えを止めてください。霊的実践をして、心をきれいに（チッタ・シュッディ）してください。そうしないとどんなにこのような説明を聞いてもイメージすることができず、よって深く考えることもできません。

ラームプラサードの有名な歌で、シュリー・ラーマクリシュナがよく歌われた歌に、「心よ、お前は自分をどう耕す（cultivation）か、それを知らない」というものがあります。

**📖４３頁下段　１７行目**

**神の恩寵という水は、うぬぼれという高い土手の上にはたまらない。流れ落ちてしまう。私はただの機械だ。**

**（解説）**

うぬぼれを取り除くのはとても難しいものです。まず最初に「うぬぼれはどこから生じているのか」「うぬぼれの源は何か」という深い内省が必要です。そしてそのようにたどっていって、「私」「私の」という意識がその源であり、それが問題の原点だということに気づきます。「私」「私の」という意識から、うぬぼれ、虚栄心、怒り、欲望、執着、嫉妬、暴力などが立ちあらわれ、「私」「私の」という意識が、神意識・魂意識ではなく、身体意識や心意識や自我意識に向かわせる、ということを理解するのです。

その根はとても深く、それを根絶する１つの実践法が「道具になること」です。それについては次回詳しく説明します。

**（Q＆A）**

**Q：**「私」をなくすようにということでしたが、たとえば右に行くか左に行くかを自分で決めるのではなくて、タクールに決めてくださいといっても、タクールから答えがこなかったら、私は自分の心を使って自分で決めなければなりません。「私」というものを使わないと、この世の中では生きていけないので、いつまでたっても「私」はなくなりません。

**A：**もっと深い例を考えてください。右に行くか左に行くか、今日料理をするか料理しないかを決めることよりもっと深い例はありませんか？　たとえば私の身体、私の家族──そのようなことについてまず最初に考えないと、私意識についての深い理解はできません。右に行くか左に行くかはとても浅い例で、私たちはそれについて論じているのではありません。なぜなら右に行くか左にいくかを考えても、心に執着は生じないでしょう？　でも自分の身体や家族について考えると、とたんに執着があらわれます。

**Q：**私、私の、というのは家族とか身体のことを見る？

**A：**そうです。どのようなことで執着が生じるか、欲望が生じるか、そのポイントで考えてみてください。私は今日食べるか食べないかで執着は出ないでしょう？

**Q：**後で出る可能性がありますが、出ないです。

**A：**あまり出ないです。「私は体調が悪いので今日食べるか食べないか、神様どうか教えてください」と神にお任せするのは、ちょっとおかしいではありませんか？　ですから右に行くか左に行くかとか、今日食べるか食べないかというような例を、うぬぼれ（私意識）を取り除くイメージに使わないで、もっと深い問題を考えてください。たとえば今日の講義で言いましたが、どこからうぬぼれや執着が出ているかという深い内省・考察です。なぜなら本当にそうではありませんか？　本当に、私の仕事、私の家、私の家族、私の身体、それが自我についての、もっとも基礎的な問題ではありませんか？　そのことをイメージして考えてください。それが私の答えです。

皆さん、浅く考えず、深く考えてください──その［うぬぼれや執着や欲望などの］意味の原因や結果について、深く考えてください。すると、それらが失望、苦しみ、悲しみなどの問題を引き起こしていることがわかるでしょう。

私が言いたいことは、それ［うぬぼれや執着や欲望などの源の私意識］を変えてください。私の身体という意識を変えて「神の身体」と考えてください──なぜなら神は、神の仕事をなすために私たちにこの身体を与えたからです。あるいは、私の家族という意識を変えて「神の家族」と考えてください、家族の中に神がおられると考えてください──なぜなら神が、だれそれの子供として生まれること、だれそれの夫や妻となることを決定なさっているからです。

そのようにして神と自分との関係をつくると、神は永遠であられるので、神と自分との関係も永遠になります（一方、家族との関係は一時的です）。そうイメージして識別をしていくと、自我意識が変化して神意識・魂意識・ブラフマン意識になります。すると、「神は運転手、私は車」という意識に変わり、本物のバクタになれます。

今日の講義の最初に言いましたが、バクタの意味は、それぐらい深い意味です。シュリー・ラーマクリシュナがおっしゃっていたその深い定義と照らし合わせると、私たちはまだまだ本物のバクタとは言えません。しかし突然本物になることはできないので、ゆっくりゆっくり実践していくのです。

**（賛歌奉献）**（映像データの１：５０：４５頃）「マー　トヴァム　ヒ　タラー」

＊意味：マザー・カーリー、あなたの恩寵で私たちは世俗の海を渡ることができます。

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　以上