2022年3月5日　インド大使館　バガヴァッド・ギーター

・朗誦：第11章21～30節

・引用：第5章16～17節

みなさん、おはようございます。

バガヴァッド・ギーターの話を続けています。前に（2021年5月）5章16節を説明しました。今日は５章17節です。死んだ後に解脱できるのは普通ですが、この話の特徴は、生きている間に解脱できている方について説明しています。

スティータ・プラッギャーは安定した智慧を持った人。

トリグナー・ティタは、トリグナを超越した人です。（※①）

14章のタイトルは「グナットラヤ・ヴィバーグ・ヨーガハ」で、この章は、サットワ、ラジャス、タマスという３つのグナについて書かれています（※②）。この３つのグナはみなさんの性格の中にもあります。それの影響でいろいろなしるしが出ていますが、それは全部無知的なものです。

無知にはヴィディヤ・マーヤー、アヴィディヤ・マーヤ（※③）といろいろありますが、すべてマーヤーです。それを超越できた人がトリグナー・ティタ、つまりトリグナを超越した人です。スティータ・プラッギャーもトリグナー・ティタも結果として同じです。

もう１つはジーヴァン・ムクタ。この特徴は、生きている間解脱できている人のしるしです。

5章-16節 77ページ　（2021年5月に説明）



ギャーニャーネーナ　トゥ　タド　アギャーナン　イェーシャーン　ナーシタム　アートマナハ　/　テーシャーム　アーディッテャヴァッジ　ギャーナン　ブラカーシャヤティ　タット　パラム//

*だが真の自我を知ることによって無明の闇を打ち破った人は、その真智によって至高者の存在を明らかにする。ちょうど太陽が万物を明らかに照らすように。　//5-16*

タット、ブラフマン、絶対の真理を悟ると、その方のすべての無知はなくなります。

つまり、太陽が現れますと暗さはなくなり、知性・智慧・知識が現れてきます。

アーディッテャー：太陽（スーリヤも太陽）

5章-17節　77ページ



タッド・ブッダヤス　タド・アートマーナス　タン・ニシュタース　タット・パラーヤナーハ/ガッチャンティ　アプナル・アーヴリッティン　ギャーナ・ニルドゥータ・カルマシャーハ//

*それを思い続ける人、それと自我と結びつける人、それにしっかり帰依する人、それを最終到着点とみなす人は、真の智慧によって全ての罪穢れを清め、生死輪廻の必要のない解脱の境地へと到達する。//5-17*

**タッド・ブッダヤハ** Tad-buddhayah（※④）

タッドは前後関係でブラフマンのことを言っています。

チャーンドーギャ・ウパニシャッドに、とても有名な言葉があります。（※⑤）

先生は弟子に言いました。「あなたはその存在です（タットワーマシTat Tvam Asi）。

それを理解して悟ってください」これがグルの教えてです。

前のクラス（2021年5月）のとき、「無知には２つカバーがあります」と言いました。

1つ目のカバーは「実在のものが無知の影響で非実在だと考えます」。

たとえば、魂ありますでしょう？ありますけど我々は無知がありますから、魂はあると聞いても無いみたいです。体あります、心あります、知性あります、自我あります、でも魂は無いと思っています。ですけれども本当は魂あります。ヴェーダーンタやウパニシャッド、バガヴァッド・ギーターで言っていることは、絶対にあります。

「見えないから無い」という結論は間違いではないですか？

たとえば、「曇がたくさんあると太陽は見えない。だから太陽は無い」－その結論は正しいですか？また「お昼は星が見えないので、星は無い」－その結論は正しいですか？

見えなくても絶対あります。物質的なものの確認はできますので、物質的なものの例を言いました。雲が無くなるとと太陽は見えます。夜になると星は見えます。それはすごくわかります。ですけれど魂は見えないですから、大きな原因がそうです。

その原因の１つが無知のカバーです。実在のものは、無知がある人には非実在です。

聖典を勉強していない人、魂のことを聞いたことが無い人、魂のことを聞いたことがあって勉強をしたことがある人にも、見えないです。

それでは、その無知のカバーはどのように取り除きますか？

ブラフマン実在が無い、アートマンが無い、その種類の考えはどのように取り除きますか？

―ヴェーダーンタ、ウパニシャッドを聞いてその無知は取り除きます。

２つ目の無知のカバーは、「実在のものはあるが、理解できない」。

それは聞いても印象が出ないので、悟らないとできません。悟ればブラフマンのことを理解できます。

ジーヴァン・ムクタは、生きている間に解脱し、悟りましたから、アートマンが実在だと理解できます。その種類の方のやり方、考え方、態度について今説明します。

タッド・ブッダヤハ

・その方は、自分の知性の中にブラフマン（アートマン）のことがいつも存在しています。

・その方の知性は、ブラフマンに安定しています。

・その方は、すべての一時的なもの、有限なものを放棄しています。

その方はジーヴァン・ムクタです。

無知がある人の知性は、いつも一時的で有限なものにあちこち向いていて、安定していません。

またある人は、神様や永遠なものに向けていますけど、ときどき別のものにも知性を向けて、安定していません。

それに比べてジーヴァン・ムクタの方は、いつも永遠なもの、絶対の真理に知性をフォーカスしていて、安定しています。

シュリー・ラーマクリシュナの「ハエとミツバチ」のたとえ話があります。ミツバチはいつも花にとまりますが、ハエには2種類あります。ある種類はいつも汚いものにだけとまり、ある種類は時々良いもの、ときどき悪いものにとまります。たとえば、ある時はインドの有名なお菓子サンデーシュにとまって、ある時は汚い便にとまっています。

それと同じように、ある時神様の事を考えますけど、次の瞬間快楽のこと考えています。それをイメージしてください。神様の事を考えているというのはサンデーシュにとまっていること。次の瞬間快楽のことを考えるのは、便にとまっているみたいです。シュリー・ラーマクリシュナの言葉は耳が痛いですけれど、とても印象的です。

このように、悟った人はいつもサンデーシュにとまっていますが、信者はバラバラ。ある時神様がとても好きですが、あるとき快楽のことを考えています。

（マハーラージが「凧の歌」を歌う）（※⑥）

空はマザー・カーリーの御足です。私の心は凧。凧が空を飛んでました。すると突然、風（汚いものや快楽）の問題で、土に落ちました。堕落しました。我々の状態はそうではないですか？ある時はとても神様のことを考えて、聖典の勉強、バガヴァッド・ギーターの勉強をしていました。そして、外に出て街を歩くとき、ちょっと前までブラフマンの話を聞いてましたけど、快楽のイメージが出ました。それがその歌のイメージです。

ハエの例のように、ある時はサンデーシュ、ある時は便です。

ですけれども、ジーヴァン・ムクタの知性はいつも安定していますから、あちこち行きません。

実在が現れたので、もう非実在は出ないのです。

つまり、一時的なもの、有限なものが自然に無くなります。

このように、悟った人は自然に放棄ができるので、実践は必要ありません。

ですけれども、求道者の放棄は実践しないと得られません。

**タド・アートマーナハ**Tad-Atmanah

そのブラフマンは自分のアートマンになります。あるものが大好きになると、それが自分のアートマンになります。たとえば、自分の息子や娘をとても好きになりますと、自分のアートマンみたいになります。自分と同一視していますから、息子や娘が傷つきますと、お母さんお父さんは自分が傷ついたように感じます。それが「自分のアートマンになった」という意味です。

無知がある人はいろいろあります。

・お金持ちで欲張りな人にとって、その人のアートマンはお金です。

ちょっとお金なくなりますととても心が痛くなります。

・新しい美しい車を買いますと、とても気をつけて運転します。

事故でちょっとでもボディが傷つきますと、自分の心も傷つきます。その時、車が自分の魂、アートマンになっています。

・家住者の奥さんや旦那さんにとって、息子や娘は自分のアートマンみたいになります。

それに対して、悟った人のアートマンはブラフマンだけです。

一時的なもの、有限なものに絶対同一視しないですから。

たとえばハヌマーンのアートマンはラーマとシータです。

ラーマーヤナにこんな話があります。

ハヌマーンの心の中には何がありますか？

ある時ハヌマーンは、ラーマへの**忠誠を証明するため、**自分の心の状態を見せるために

胸を開けました。すると胸の中にはラーマとシータがいました。

現代のシュリー・ラーマクリシュナにとって、マザー・カーリーが同じです。

ある時ホーリー・マザー（シュリー・サーラダー・デーヴィー）がビジョンを見ました。

その頃シュリー・ラーマクリシュナは喉の癌になっていたので、喉がとても痛く首を曲げていました。ホーリー・マザーが見たマザー・カーリーのビジョンも、同じように首を曲げていました。

ホーリー・マザーは訪ねました。「お母さん、どうしてあなたはそんな風に首を曲げているのですか？マザー・カーリーは言いました。「息子が喉の癌になったので、私も同じように癌になって痛いからです」。このように、シュリー・ラーマクリシュナとマザー・カーリーは１つでした。

**タン・ニシュタハ** Tan-nisthah

ニシュタは、「１つものに集中する」「いつも考えの対象はその１つだけ」という意味です。

たとえば奥さん。旦那さん以外他の人のことを考えない貞淑な妻ですと、奥さんは旦那さんにニシュタです。奥さんは他にも人間関係がありますけれど、旦那さんだけにいつも集中していますので、その態度はニシュタです。

ですけれどもある信者は、ある時ラーマが好き、ある時クリシュナが好き、次の日はシュリー・ラーマクリシュナが好き、それはニシュタではないです。

ニシュタは、他の神様は尊敬していますけれど、自分の決めた神様１人だけに集中しています。

たとえば、シュリー・ラーマクリシュナのマントラを受けた人のイシュタはシュリー・ラーマクリシュナです。

自分の決めた神（イシュタ）だけに集中（ニシュタ）します。神以外興味がない。

これが「イシュタ・ニシュタ」です。

もし永遠な存在、ブラフマンにいつも集中しているなら、「ブラフマ・ニシュタ」です。

シュリー・ラーマクリシュナは面白い例を使っていました。

昔は結構大家族で一緒に住んでいました。お嫁さんは結婚してからも、旦那さんのお父さんお母さん、おじいさんおばあさん、旦那さんのお兄さん、弟なども一緒に住んでいて、お世話していました。ですけれども自分の旦那さんとは特別な関係があります。それがニシュタです。

ニシュタは、神以外、他のものに興味を向けないです。

**タット・パラーヤナーハ**Tat-parayanah

人生の目的は１つだけです。すべてのやり方、考え方のテーマは１つ。その１つものだけに興味があります。１つものだけが避難所です。１つものだけが欲しいです。

その「１つもの」とはブラフマンです。ジーヴァン・ムクタはその状態の方です。

無知の人の目的は、お金を稼いだり、子どもを育てたり、名声欲もあって、いろいろ目的があります。またいろいろな物を買いたい、食べたい、いろいろな物に興味があります。趣味もいろいろあります。ですから自分の避難所は、ある時は友達、ある時は家族というように、避難所も１つではありません。欲しいものもいっぱいあって、ジーヴァン・ムクタとは違います。

**タット・マヤ**Tat＋maya＝Tanmaya（タンマヤ）

没入。あるものに入って１つになる、そういうイメージです。あるものと１つになって自分の存在がなくなります。たとえば人と物は別々ですが、その別々の２つのものが１つになります。

それがタット・マーヤーです。

①鳥の目の例え（※⑦）

マハーバーラタ叙事詩の中に１つ話があります。

弓術を教えるドローナ先生は、パーンダヴァ兄弟のユディシュティラ、ビーマ、アルジュナに弓の使い方を教えていました。みんな王様の息子、プリンスです。あるとき試験をしました。木の枝に、木製の小さい鳥を置いて、その小さい鳥の目を遠くから矢で射るのです。その試験は簡単ではないです。

はじめに一番年上のユディシュティラです。先生はユディシュティラに「今なにを見てますか？」と聞きました。ユディシュティラは「木も見てます、枝も見てます、葉っぱも見てます」と答えました。試験は落第しました。次の人も「枝を見てます」「私は鳥を見てます」と答えました。その感じで１人１人試験していきました。

最後にアルジュナに「鳥を見てますか？」と聞くと、「鳥は見ていません」「では何を見てますか？」「鳥の目だけ見ています。」とアルジュナは答えました。

その時アルジュナは、自分の存在はありません。自分と鳥の目が１つになってます。自分の意識、体意識がありますと他のものがいろいろ見えます。ですけれども今は自分の意識、体意識を全部忘れて、心をすべてそれだけに向けています。アルジュナは自分と鳥の目が１つになっています。

②弓の例え

ウパニシャッドの中にも１つ例があります。弓から放たれた矢は、あちこち遊びに行かないで真っ直ぐターゲットに向かいます。その時矢とターゲットは１つになっています。

③ゲームをしている子どもの例え

子供たちはコンピューターゲームをしている間、まわりの意識が全然なくなっています。

まわりに誰がいるかなど気にしないで、集中してゲームをしているので、子供たちはゲームと１つになっています。

これらがタット・マヤ（タンマヤ）の例です。

**ヴェーダーンタの３つの哲学**

それから、ヴェーダーンタには３つの哲学があります。

①二元論的（Dvaita-vada　ドヴァイタ・ヴァーダ）

哲学者はマドヴァーチャーリヤ。

ブラフマンとジーヴァ（私）は別々だと考えます。（※⑧）

②非二元論的（Advaita-vada　アドヴァイタ・ヴァーダ）

哲学者はシャンカラーチャーリヤ。

ジーヴァとブラフマンは１つで、ブラフマンのみが存在すると考えます。（※⑨）

③限定された非二元論的（Vishishta-advaita-vada　ビシシュタ・アドヴァイタ・ヴァーダ）

哲学者はラーマーヌジャ。

 私はブラフマンの一部分と考えます。

あるとき、ラーマヌージャは弟子や信者たちとお祭りに行きました。歩いていく途中、弟子たちは、お祭りに来ていたある旦那さんと奥さんを見かけました。

その旦那さんは愛妻家で、自分の奥さんに傘をさしてあげて、恥じらいもなく自分の奥さんの顔をずっと見ていました。これは特別ではないですか？普通、自分の奥さんは美しいと思っていても、外ではあまり奥さんの顔を見ないです。でもその愛妻家は何も気にしないで、ずっと自分の奥さんの顔を見てました。

ラーマヌージャの弟子たちは、そのことを先生に報告しました。ラーマヌージャはその事を聞くと慈悲の心が出ました。その種類の心を持った愛妻家はとても幻惑された方ですから、その人を正しい道に導きたいとラーマヌージャは思ったので、「その方を呼んで連れてきてください」と言いました。その方が来るとラーマヌージャは尋ねました。

Q「このような公共の場で、どうして自分の奥さんの顔をずっとみてましたか？」

A「私の奥さんの顔がとても美しいので、ずっとずっと見ていました。」

Q「もし私が、あなたの奥さんの顔より、もっと美しい顔を見せたらどうしますか？」

A「それはないです。私の奥さんの顔が世界で一番美しい。でももしもっと美しい顔を見たら、その顔をずっと見ます。」

ラーマヌージャはその人を祭壇につれて行き、とてもとても美しいシュリー・クリシュナの像を見せました。シュリー・クリシュナのお顔はどれだけ美しいか言葉で説明できません。

普通の美しさは、小さい小さい神様の美しさの反射だけです。たとえば月の反射は、池や湖に映ります。でもその美しさは、本当の月の美しさと全然違います。その方は今、クリシュナのお顔にずっと見とれていました。これは「どのように普通の人が変化できるか」という、物語ではなく本当の話です。その感じで、幻惑された人を正しい真理の道に導いています。

この話、幻惑された人の結果はなんですか？

ブラフマンの知識ですべての罪はなくなります。とてもとても純粋になります。すべてのカルマとカルマの結果はなくなります。

今みなさん理解してください。どうしてみなさんは罪を犯していますか？たとえばある罪は非道徳的なやり方で罪を犯します。また自分の義務をしない、それの結果で我々は罪を犯しています。自分の息子、娘は、自分の年取ったお母さんお父さんの面倒をみないという罪を犯します。他にも盗み、嘘をつきます、暴力をふるいます、それで罪を犯します。

それの原因はなんですか？

それは、うぬぼれ、貪欲、肉欲、怒り、それから出ていますから、非道徳的なやり方でいろいろやっています。

ではどうして、うぬぼれ、貪欲、肉欲、怒りがでていますか？

原因は、我々は自分の体、感覚、心、知性を同一視していますから。なぜなら自分の体、感覚、心、知性は、トリグナで作っていますから。そしてトリグナの中にはラジャス、タマスが多いでしょう？ラジャス、タマスの影響で、うぬぼれ、貪欲、肉欲、怒りがでています。それの結果で罪を犯します。

ですけれどもブラフマンを悟った人は、トリグナを超越していますからその影響はないです。罪はなくなってとても綺麗になっています。ギャーナです。カルマがなくなっています。

体、感覚、心、知性の関係でカルマが出ています。ですからアートマンにはカルマがないです。アートマンは純粋の意識ですからカルマがないです。カルマの結果も罪もなくなります。

輪廻の原因は２つ。①カルマとカルマの結果、②欲望です。

欲望が全部満足できないでまだ残っている人は、また生まれないといけない。また欲望を満足させるために生まれないといけない。

良いカルマと悪いカルマはどちらが残っていても、もう１回生まれないといけない。

ですけれどもブラフマンを知っている人は両方ないです。欲望もない。欲望があったらブラフマンを悟ることはできません。一時的なもの、有限なもの好きになりますと欲望でます。欲望の意味はそれです。もし有限で一時的なものが嫌いで放棄しますと、そして無限で永遠なものだけ好きになりますと、その人はブラフマンを悟ります。欲望がないと罪も犯しません。

もう１つ、カルマもなし、カルマの結果もなし。

そうなったら、輪廻の２つ原因の両方はなくなります。

ブラフマンを悟った人はある場所に行きます。向こうの場所からは戻らない－それが解脱です。

**ガッチャンティGacchanty**

「行く」

**アプナル・アーヴリッティン apunar-avrittim**

「戻らない場所に行く」。戻ると生まれ変わります。

ギャーナ知識、ブラフマンの知識、永遠な存在、無限な存在、絶対の自由の存在、それがブラフマンです。

その知識は頭だけではなく、悟れば、罪は消えて綺麗になります。

すべてのカルマもなくなります。

そしてその人はある場所、戻らない場所に行きます。

ですけれども我々は戻る場所に行きます。皆この講座が終わったら自分の家に戻ります。

ある種類の場所は、絶対戻らない－その意味は解脱です。

われわれも解脱はできます。それが説明です。

Ｑ＆Ａ

参加者：

瞑想のとき、自分の体を考えますか？シュリー・ラーマクリシュナのことを考えますか？

マハーラージ：

瞑想は１つに集中します。神様のことだけに集中します。

どこに集中しますか？

神様は体のどこにでもいます。例えば胸の中にも神様はいますし、額にも、眉間にも、頭にも集中することができます。ですけれども一番安全なのは胸の中です。

子供はコンピュータゲームをしている時、自分の存在は忘れています。

大事なことは、瞑想する場所のことではなく。シュリー・ラーマクリシュナの形（姿）に集中することです。テーマだけは変化しますが、対象は神様で、神聖なものを瞑想します。

以上

※①

スティータ・プラッギャー

（スティータは「安定した」＋プラッギャーは「智慧を持った人」）

トリグナー・ティタ

（トリグナは「３つのグナ」＋アティタは「超越」）

参考：『パタンジャリ・ヨーガの実践』P214（日本ヴェーダーンタ協会出版）

※②

３つのグナ

サットワ（純質）、ラジャス（激質）、タマス（闇質）

参考：『パタンジャリ・ヨーガの実践』P236（日本ヴェーダーンタ協会出版）

※③

ヴィディヤ・マーヤーは人を神へと導く。

知識、信仰の愛、冷静、同情、これらすべてはヴィディヤ・マーヤーの現われである。

これらのものの助けを受けてのみ、人は神に至る。

アヴィディヤ・マーヤーは堕落へと導く。

「神のマハーマーヤーは、知識の幻であるヴィディヤ・マーヤーと、無知の幻であるアヴィディヤ・マーヤーとの両方を含んでいる。ヴィディヤ・マーヤーの助けによって人は、高徳の人との交わりを求める気持ちとか、知識とか信仰とか愛とか放棄というような諸徳を養う。アヴィディヤ・マーヤーは、五つの要素と、五つの感覚の対象、つまり形、味、匂い、触覚および音とでできている。これらは人に神を忘れさせるのだ」

参考：『ラーマクリシュナの福音』P163上L13（日本ヴェーダーンタ協会出版2014年改訂版。以下福音は改訂版を示す。）

※④

5章-17節に書かれてある以下の単語は、文章でつながって書かれてあるとき

語尾は「ス」となりますが、１つの単語だけですと「ス」はありません。

例えばタッド・ブッダヤスは、単語だけだとtad-buddhayahと語尾はhとなり

タッド・ブッダヤハと発音します。

タド・アートマーナス→タド・アートマーナハ

タン・ニシュタース→タン・ニシュタハ

※⑤

チャーンドーギャ・ウパニシャッド

Tat Tvam Asi（You are That 「あなたはその存在です」の意味）

弟子の名前はシュヴェータケートゥ

参考：『ウパニシャッド』P136 L12（日本ヴェーダーンタ協会出版2009年初版）

※⑥

歌「母の御足のもと天上高く」

参考：『ラーマクリシュナの福音』P136下L17など、福音の中に何度も出てきます。

※⑦

参考：『ラーマクリシュナの福音』P371下後ろからL3

※⑧

マドヴァーチャーリヤーの名前は、madhva-acharyaマドヴァ＋アーチャーリヤ（先生）でできています。同様にシャンカラチャーリヤもShankara-acharya

ラーマーヌジャも、ラーマーヌジャーチャーリヤRamanuja-acharyaです。

※⑨

参考：『ラーマクリシュナの福音』P778上後ろからL4

非二元論と限定非二元論について書かれてある。