**「ラーマクリシュナの福音」勉強会　第８８回　（２０２２年８月２８日）**

**・勉強範囲：「第四章　在家の人への助言」４５頁**

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

**📖４５頁上段　最終行**

***『女と金』だけが、ヨーガの障害物である。つねに自分が見ているものを分析せよ。女の肉体の中には何があるか。血、肉、脂、内臓、およびそれに似たものだけであろう。なんでそんな肉体を愛さなければならないのか。***

（解説）

『女と金』はベンガル語でKāmini-kānchana カーミニ　カンチャナと言います。

カーミニとは「女」で、カンチャナは「金（きん）」という意味です。英語ではwoman and goldと訳されています。この場合のカンチャナとは、やなど「富」のシンボルです。つまり、「女と富」です。

ここでは、「女の肉体には何があるか・血、肉、脂、内臓、およびそれにだけであろう」と言っていますが、血、肉、脂、内臓は男性の中にもあります。ですので、ここでの「女」は「美しい身体」「美しい人」という意味で包括的に捉えてください。そうしないと女性は「どうしてタクール（シュリー・ラーマクリシュナ）は『女と金』と言うのだろう？」と心が痛くなりますね。『ラーマクリシュナの福音』を記録したのは男性であるMさんでした。その当時は絶対に男性と女性は同席しなかったので、Mさんはシュリー・ラーマクリシュナが男性の皆さんに向けて語った言葉を記録しました。ですので「女と金」は男性に向けての助言で、女性に向けての助言はその反対「男と金」です。

もし美しい人に惹きつけられても（※マハーラージは誘惑という言葉を使われました）、その人の身体を分析すれば、血、肉、脂、内臓でできているに過ぎない、とシュリー・ラーマクリシュナは言っています。

**ヴァストゥ・ヴィチャーラ　分析する**

（本文）*つねに自分が見ているものを分析せよ*。

ベンガル語ではVāstu-vichāra　ヴァストゥ・ヴィチャーラと言います。

ヴァストゥの意味は「もの」で、ヴィチャーラの意味は「分析する」です。

これはとても基礎的なことです。シュリー・ラーマクリシュナは何回も『福音』の中でその言葉を使っています。皆さん覚えた方がいいかもしれません。

分析には、「自己分析」と「全てのものを分析する」という意味で使われることがありますが、ポイントは「分析する（ヴィチャーラ）」です。ギャーナ・ヨーガには分析のことがたくさんあります。「分析する」と「識別する」は大体同じ意味です。そして「内省」をします。これが「自己分析」です。もう一つは「全てのものについての分析」です。あなたが見ている全てのもの、認識している全てのものについて分析しましょう。私たちは常に、５つの入口から、目で見る、耳で聞く、鼻で嗅ぐ、舌で味わう、皮膚で触る、というように認識しています。その**認識したもの全てを識別**してください。この助言をシュリー・ラーマクリシュナは何回もしています。

「見えているものは本当のものか」ということについて、ブラッドレーという西洋の哲学者が著書『Appearance and Reality（現象と実在）』で言及していますし、ヴェーダーンタの中にもそれに関する言及があります。

例えば、私たちの目には太陽が昇ったり沈んだりしているのが見えるので、「太陽が地球の周りをまわっている」ように思えます。しかし、科学者コペルニクスは「本当は地球が太陽の周りをまわっている」と言いました。これは、見えている現象と実際は反対であることの好例です。

他にもそのような例はありますか？

「虹」

「空が青く見える」

「海が青く見える」

「月の満ち欠け」

そうですね。例えば月の光について考えてください。月の光の美しさを例えにした詩もたくさん作られているくらい、月の光は美しいです。しかし実際は、月は自分で光っているのではなく、太陽の光の反射で光っています。別の例を挙げると、太陽はお皿くらいの小ささに見えますが、実際は地球よりも大きい。また、私たちは今じっと座っていますが、実際は地球はものすごい速さで動いています。また、電車の車窓から眺めると、建物、木などが走っているように見えますが、実際に動いているのは電車です。

このように見えるものと本当のものが違う例はたくさんあります。上記の例は、物質的に本当に正しいこと、についてですが、霊的に本当に正しいこと、についても分析しなければなりません。「霊的に正しい」ということを別の言葉を使って表現すると、「真理」です。霊的に正しいことは常に真理なのです。そして、霊的なことについても、見えていることと本当は正しこととは違うので、ヴィチャーラ（分析）が必要なのです。科学者の物質的なレベルでも霊的なことについてもヴァストゥ・ヴィチャーラが必要、両方ともヴァストゥ・ヴィチャーラが大事です。

ブラッドレーは『現象と実在』の中で、さまざまな宗教について、「信じないで識別してください、分析してください」と言いました。神についても同じことを言いました。それでブラッドレーの弟子たちはちょっと失望しました。なぜならキリスト教や他の宗教でもいつも「信じなさい、信じなさい」と言っているからです。

ブラッドレーは「最初は分析してください。分析してそれから、本当は正しい、ということを理解してから信じてください」と言いました。それはヴェーダーンタの助言と同じです。ヴェーダーンタでは最初から信じなさい、とは言いません。

ウパニシャドの中にも同じことがあります。先生が何回も教えた後に、弟子たちは先生に尋ねます「私は混乱があるので教えてください」と。それは議論のための議論ではありません。「真理を勉強したい、それが目的なのに、分からないし混乱がありますから、あなたはそれを説明してください」と言っているのです。

先生の答えは「分析してください、分析してください」です。シュリー・ラーマクリシュナも聖典も同じことを言っています。

「**本当に正しいことを理解したいなら、他の人のことを信じないで、分析してください**」、それがシュリー・ラーマクリシュナがここで言っていることです。

私たちは「形（ルーパ）」、シャブダ「音（シャブダ）」、ガンダ「匂い（ガンダ）」、「味（ラサ）」、「触る（スプラシュタヴャ）」を認識します。最初は**認識**しますが、認識の次に**惹きつけられる（誘惑）**可能性があります。そして美しい人、食べ物、音楽などに惹きつけられた結果で、それが欲しい、という**欲望**が出ます。もし欲望が出ると、**欲望を満足させよう**と考える。そのためにはいろいろしないといけない。そしてそれを手に入れたら、それについて**執着**が出ます。執着すると最終的な結果は何ですか？

もっと**もっと欲望**が出ます。そうすると、**苦しみ、悲しみ、失望**など、いろいろいっぱい出ます。そして、**神様のこと忘れます**。それで本当は世俗的な人になります。

だから、霊的な見方で、全ての認識したものを分析しなければならないのです。分析しなければ、印象がそのまま自分の中に入り、欲望の可能性がありますから。だから、見えているものが本当は美しいか美しくないかを分析してください。これが基礎的な分析です。なぜなら美しいものについて、欲望が出ますから。

「美しい」と考えたものに惹きつけられて欲望が出たときの基礎的な分析は、

「私はこれを美しいと思うけれど、本当に美しいだろうか？」

です。とても美しい人だけれど、最初の印象はきれいだけれど、本当に美しいか汚いかをヴィチャーラしてください。

最初に「美しい」という印象が出るのは仕方がありません。なぜなら見てすぐパッと心に浮かぶからです。しかしそれが本当は惹きつけられる窓口です。それをずっと考え続けると次の段階、さらに次の段階、さらに次の段階へと進んでしまいます。だから最初に分析することが大事なのです。

ちょっと聞きたくないかもしれませんが、身体の中には何がありますか？　例えば、皮膚、肉、骨、血。もうちょっと中に入りと、便、おしっこ、などです。それらの中に何か美しいものがありますか？　そして美人の骨、血、肉だけを見て、あなたはきれいだと思いますか？ 何も美しくないです。美しいというのは印象だけ。幻です。

また、外見的にも、身づくろいをしてからは美しく見えても、朝起きたときはそうではありません。

例えば月について考えてください。月面を撮った写真から、月に実際には美しいものはないことが分かりました。しかし満月の時の月はとても美しく見えます。また例えば、とても汚い水や汚い場所が写真ではとてもきれいに見えるのに、実際その場所に行くと失望することがありますね。だからヴィチャーラしなければなりません。

次に、美しい服について分析（ヴィチャーラ）してみましょう。

服の中には糸があります。さらに分析すると、糸には色があります。科学的に合成されたさまざまな色が出ています。それと服にはデザインがあります。それらの全部を合わせて「きれい」という印象が出ます。糸がきれいなわけではありません。色も、赤、青など単に色です。そしてデザインはデザインです。そのように分析するときれいなものは何もない。全てを合わせた印象がきれいなのです。その感じできちんと分析（ヴィチャーラ）すると、見えているものは本当は正しいものではない。本当は別なものだから信じてはいけない、ということが分かります。

私たちはいつもイメージだけを作っています。しかしそのイメージは正しいものではなく、単なるイメージです。いろいろなものが組み合わさった結果で、ひとつのイメージが出ます。しかしそのイメージを分析すると、その中に面白いものは何もないです。普通です。それだけではなく、本当は時々汚いものです。

次にきれいな声の人について考えてください。美しい声の歌手に執着して、コンサートなどにお金をたくさん使う人がいます。インドでは昔、とても美しい歌や音楽が好きなお金持ちは、プロの歌手を高くても我が家に招待して友達と一緒に歌を聞く、ということがありました。それにはお金がいっぱいかかるので、それに執着するとお金持ちでも貧乏になることもあります。

インド人の音楽好きについて、面白い記述があります。スワーミー・ヴィヴェーカーナンダを日本に招待するために岡倉天心がインドに渡ったときに、堀至徳という若い仏教徒の方が同行しました。岡倉天心はベルルマトに３週間くらい滞在した後、旅に出て別の場所に住んだのですが、堀さんは半年ほどラーマクリシュナ僧院の本部であるベルルマトに滞在しました。その時、堀さんは日記にインド人の音楽好きについて記しました。僧院では祭りなどのとき、歌や楽器の音楽プログラムあります。それについて堀さんは、「とても美しい音楽だ。しかし、インド人がその種類の音楽をあまり好きになると、インド人の時間がもったいない」「インド人がいろいろできない一つの原因はそれではないか」と書きました。当時の日本の仏教界には宗教音楽はあまりありませんでしたから。

西洋にも東洋にも美しい声の歌手に惹きつけられる人はたくさんいます。しかし美しい声を分析すると、お腹から出ている「風」が喉の筋肉を使って声になる、つまり、美しい声も本当は風と筋肉の動きなのです。風が一つはヴァーユで、ヴァーユがプラーナですので本当はプラーナです。パンチャプラーナ（５つのプラーナ）の中に、一つはその感じで出ます。また、最近は声を機械的にアレンジしているので、本当は美しい声でなくても美しく聞こえます。美しい声をその感じで分析しますと、とてもきれいな声の歌手のコンサートを聞かないといけない、という執着はなくなります。

次に、食事について考えてください。食事も執着になっていますね。さまざまな具材をアレンジして、いろいろなスパイスを使って調理したものを食べます。しかし、例えばすしの味が美味しいのはいつからいつまでですか？　口の中に入れるところから、のどの中に入るまで、それで終わりです。その場所と時間の間だけ美味しいですが、一旦お腹の中に入れば、美味しいというイメージはもう出ません。それだけではありません。とてもおいしい食べ物を冷蔵庫に入れずに放置すると腐ります。そうなるとひどい匂いが出る前にできるだけ早く全部ゴミとして捨てなければならなくなりますね。

食事についてもっとひどいこともあります。

ある時、ある求道者は先生のもとへ行って「私に教えて下さい」と頼みました。すると先生は「分かりました、でも今ではない。後で」と言いました。そういうことが何回も続きました。なぜなら先生は、その求道者が身体にとても執着があることを知っていたからです。身体に執着がある間、教えてもあまり結果が出ません。身体への執着がいっぱいだと、霊的な教えを教えても理解ができないからです。

先生は言いました「私はあなたに教えます。その前にまず、あなたが一番取るに足りないと思うもの（insignificant thing）を見つけてください」。

その弟子は一番取るに足りないものは便であると考えました。便はその求道者の心が何を考えているか分かったので「私の近くに来ないでください」と言いました。便は「私は最初はとても美しい食べ物だったのですよ。しかしあなたが食べたあとに、私の状態がこんなにひどくなりました」と言いました。そのことを考えると、一番取るに足りないものは身体です。身体の結果で、良い食事が便に変化したのですから。そのことを考えると、食べ物について執着は減ります。それが食べ物についてのヴィチャーラです。

またシュリー・ラーマクリシュナが語った別の例を言います。

ロンドンのバッキンガム宮殿やパリの宮殿は素晴らしいですが、コルカタにもイギリス統治時代に政府のトップが住んでいたとても美しい宮殿があります。ある時シュリー・ラーマクリシュナはその建物を甥のフリダイと一緒に見ました。フリダイが「おじさん、見てください。とても美しい建物ですね」と言うと、シュリー・ラーマクリシュナは言いました。「レンガの上にレンガ」。

とても美しい建物も分析(ヴィチャーラ)すれば単なるレンガの集まりです。レンガは土で作られています。木や石のこともあります。そして、そこまでヴィチャーラすると、美しいものは何もないです。そして求道者はそこまでヴィチャーラしないと、惹きつけられる可能性があります。

そのようにヴィチャーラすると、

・認識した全てのものは何も美しくない。

・全ては５つの要素（空、風、火、水、土）で作っただけ。

・全ては一時的。

ということが分かり、それを理解すると、それらについて欲望も執着も出なくなります。そして全ての**一時的なものに対して欲望と執着がなくなると、永遠なものについて興味が出ます。**

あるものがとてもきれいに見えるのは、マーヤー、トリグナの影響、幻みたい。本当はきれいではない。虹のごとく目には見えても本当はそのものがない。そのものがあっても、何も魅力的ではない。全ては一時的。このようにいろいろな結論が出ます。

これらの結論が求道者にとって大事なのは、**求道者の目的が神様**だからです。神様への興味は、一時的なものについて欲望がなくならないと増えません。そのためにヴィチャーラをするのです。

問題は、私たちはいつも一時的なものを好きになり、欲望が出て、執着が出る、すると神様を好きになることができない、ということです。永遠なものと一時的なものを両方同時に好きになることはできないのです。ですので、一時的なものについて興味がいっぱいあるうちは、永遠なものについて、神様について興味が出ないし、増やせません。だからヴィチャーラが大事です。

また、執着にならないためのヴィチャーラ（分析）の仕方もあります。世俗的なものを放棄しないと、永遠なものについて興味が出ないので世俗的なものを放棄したい。では、どのように放棄を実践するか？　そのことについてシュリー・ラーマクリシュナが言っています。

**📖４５頁下段４行目**

***ときどき、私は放棄を実践するためにラジャス的な気分をよそおったものだ。あるとき、私は金糸でふちどりをした礼服を着、指輪をはめて長い水ギセルでタバコを吸いたい、という願望を持った。モトゥル・バーブがこれらの品々を全部そろえてくれた。私は金糸でふちどりをした礼服をまとい、しばらくたってから自分に向かって言った、『心よ！　これが金糸でふちどりをした礼服というものであるぞ』と。それから、それを脱いで投げ捨てた。私はそれ以上この礼服を身につけていることに耐えられなかった。また、私は自分に言った、『心よ！　これがショールというものだ、そしてこれが指輪というもの、またこれが長いキセルでハブルバブルを吸うということである』と。私はこの品々を一度に投げ捨て、これらを楽しみたいという欲望は二度と私の心には起こらなかった」***

とてもきれいな服を着て、金の指輪をして、ハブルバブル（水タバコ）を吸っている人を見て、シュリー・ラーマクリシュナは自分もその経験がしてみたいと思いました。小さい願いは満足させた方がいい、ということ以前に言いましたね。そこでシュリー・ラーマクリシュナはモトゥル・バーブ（シュリー・ラーマクリシュナのことをお父さんと呼び敬っていた）に頼んで、全てを準備してもらいました。シュリー・ラーマクリシュナは金かざりのついたピカピカの服を着て、金の指輪をはめ、お金持ちがするように、背もたれにもたれかかり、水タバコを吸いました。そうすることがどう特別なのかを見てみよう、と思ったのです。

しかしそれらを身につけて少ししてから、シュリー・ラーマクリシュナはヴィチャーラ（分析）を始めました。シュリー・ラーマクリシュナの特徴の一つはヴィチャーラです。そこが一般的な人とシュリー・ラーマクリシュナの違う点です。お金持ちは分析などせず、ずっとそのままでやりつづけます。なぜならそれが人生の楽しみの一つのやり方だからです。

『ラーマクリシュナの生涯』の中にもシュリー・ラーマクリシュナの分析の話があります。例えば、あるときとても美しくて超高価なショールを身につけて、まるで子供のように皆さんに「モトゥルが私にプレゼントしてくれたのだよ、とてもきれいだろう」と言って見せびらかしました。しかしその少し後でヴィチャーラを始めました。

『ラーマクリシュナの生涯』上巻p５４５

*「これにどんな価値があるのか。ある分量のヤギの毛があるだけだ。そしてそれはやはり、あらゆるものの成分である五要素の、一つ変形にすぎないのだ。そして、寒さを防ぐという点では——まあ、掛けぶとんや毛布でも同じように間に合うではないか。他の全てのものと同様に、これも少しも、神の悟りの助けになるものではない。むしろ、これを着ているとその人は自分を他者より優れたものであるかのように思い、それはプライドとエゴティズムを養うから、心が神から背くようになる。ああ、実に欠点だらけだ」*

どんな高級なショールでも、単なるヤギの毛に過ぎない。また、古くなれば穴も開きます。そしてこのようなエゴは求道者にとっては良くないことなので、ヴィチャーラが必要なのです。

ウパニシャドの講義と今年の京都のリトリートの時に、**願いを一つ満足させると、欲望はもっと増える**、という話をしました。ときどき私たちは「これが最後の機会だ。これを一回満足させるとその欲望はもう出ない」と考えますが、反対に後でもっと欲望が絶対出ます。心は自分をだましているのです。本当はまた絶対その欲望は出ますし、さらに他の欲望も出ます。それも求道者のために危ないことです。

また、その状態に入ると神様のことを考えることができません。そして神様と自分が離れます。つまり堕落する可能性があるのです。だからいろいろヴィチャーラ（分析）しなければなりません。

シュリー・ラーマクリシュナはヴィチャーラした後、ショールを地に投げ捨てました。それからショールを足で踏みつけて、唾を吐きました。さらには火で燃やしたかったのですが、誰かが来合わせて、それを彼の手から取り戻しました。

シュリー・ラーマクリシュナは、なぜそのようなことをしたのでしょう？

それは、高価なショールを身につけることで、多くの否定的な結果が出たからです。

世俗的な欲望があってそれを満足させると、最終的には神様から離れて、世俗的な人になる可能性があります。だからもし**私たちの目的が「霊的になりたい」なら、放棄しないといけない**のです。

ヴィチャーラ（分析）によって放棄が可能になります。そして求道者のために、バクティ・ヨーガ、ラージャ・ヨーガ、ギャーナ・ヨーガ、カルマ・ヨーガ関係なく、皆さんのためにヴィチャーラが大事です。誤解しないでください。ギャーナ・ヨーガではその種類のヴィチャーラはいつも必要だとされています。ニッティヤ・アニッティヤ　ヴァストゥ　ヴィヴェーカ（永遠なものと一時的なものを識別する）。　しかし、バクティ・ヨーガのためには大事ではない、ということではありません。

また、道徳的な人になりたい人にもヴィチャーラが必要です。道徳的な人にならないと、霊的な人になることはできません。ベースが道徳的な人です。道徳的な人と世俗的な人の違いは、世俗的な人はヴィチャーラせずにずっと楽しむが、道徳的な人はヴィチャーラして、これが正しい、正しくない、といつもそれを考えることです。道徳的な生活は霊的な生活の基礎です。

しかし、霊的な人はもっともっとヴィチャーラします。なぜなら霊的な人の目的は神様、真理ですからもっと厳しいです。そしてシュリー・ラーマクリシュナはいつもヴィチャーラしてください、と言いました。

もう一つの面白いヴィチャーラ（分析）があります。

ヴェーダーンタの考え「『マーヤー』のやり方、働き」についての分析です。

マーヤーのやり方とは、そのものの本当の本性を覆い隠して別のもの、別のイメージを作って見せる、です。有名な例は「縄とヘビ」です。暗がりで縄が道に落ちているのを見てヘビと見間違えます。暗さの状態に入って、暗さというマーヤーの影響で、本当は縄だがヘビに見えます。縄をヘビに重ね合わせて見るのです。しかし本当のものは縄だけです。

別のものに見えても、本当のものが一つだけあります。それは実在、ブラフマンです。

ブラフマン以外何もありません。ブラフマンとアートマン以外何もないです。

ですけれども、どうして私たちにはいっぱいいろいろなものが見えるのでしょうか？　それについてヴィチャーラするのです。

それは、マーヤーの影響、トリグナの影響で、本当のものを見ないで、いろいろなもの、形も性質も働きもさまざま、に見えています。本当は、人、物、動物、木、自然、など何もない。一つのものだけある、それがブラフマンです。それが純粋な意識です。マーヤーが、ブラフマン・全てのものの本性、と重ね合わさって、宇宙が見えます。それを認識したもの全部について、ヴィチャーラします。

例えば、金の飾りには、ネックレス、イヤリング、ノーズリング、ブレスレットなど、さまざまな名前と形がありますが、溶かせば全部金に戻ります。最初は金。次に名前も形も違う飾りになって、また前の金の状態に戻ります。最初は金、最後も金なのだから、その真ん中の状態は一時的なものです。名前、形、いろいろな働き、それが一時的です。永遠なのは金だけです。

ブラフマンも同じです。ブラフマンから出て、いろいろなものが今、見えています。しかし、知識が出ると全部また一つのものに戻ります。サマーディに入ると、全部別々のものがひとつものになっています。それはサマーディの状態に入らないと分かりません。いっぱい勉強しても分かりません。サマーディに入ると、その時、全てのマーヤーはなくなります。マーヤーがなくなると、「本当は同じものである」と理解します。マーヤーの影響でいろいろなものが見えましたが、マーヤーがなくなるとまた同じ一つのものを見るのです。これがヴェーダーンタのヴィチャーラです。

シュリー・ラーマクリシュナが特別なのは、たった一度、ピカピカの服を着て指輪をはめて水タバコを吸っただけで、二度とその種類の願いはあらわれなかった、ということです。しかし、一般的には何度も同じような願いが出て困りますね。そのことについて、シュリー・ラーマクリシュナは言いました「あなたが勉強の時、瞑想の時、いっぱいヴィチャーラしたとしても、いざ本当のものが目の前にあると、ヴィチャーラしたことをすっかり忘れて、それが欲しい、という考えが出ます」。

**神様に祈る**

ではどうすればいいでしょうか？

シュリー・ラーマクリシュナは**「マザーに神様に祈らないといけない」**と言いました。

ヴィチャーラはもちろん必要ですが、ヴィチャーラだけではあまり結果が出ません。最終的にはヴィチャーラだけでは十分ではないのです。私たちは何回も欲望が出て、執着が出る、を繰り返してしまい、いつまでたっても放棄ができません。そしてまた困るのです。霊的に進歩しない。そんなとき神様に祈ります。マーヤーから護ってください、という祈りは『福音』の中に何回もあります。

*・「おおよ、あなたの世を惑わすマーヤーによってあざむかれないよう、あなたの不可思議なマーヤーによって呼び出されたこの世界、『女と金』に執着しないよう、どうぞお恵みください」　ｐ７７５*

*・（ナーラダがラーマ神に）「あなたの世を魅するマーヤーの魔力にかからないよう祝福してくださいませ」　ｐ８８５*

ヴィチャーラは必要ですが、それだけでは十分ではありません。ですので、信者のためにそのような祈りが大事です。

「神様、私たちを助けて下さい。私たちの心はそんなに強くないですから、シュリー・ラーマクリシュナ、あなたが護ってください」と祈りましょう。

**賛歌奉献**

1：40：14あたりから

ディッヴィヤーナターナンダジーによる賛歌

ユトルミナルラカ　ナンダマセー　ドゥッカ　ダンダカ　マーラミ　ターオージェー

～＊～＊～　Q　&　A　～＊～＊～

今日の話について質問ありますか？

参加者「分析することの大切さはよく分かりました。普段の生活で朝から晩までその分析をいつも意識しつづけることが大事なのでしょうか？」

そうです。ある時は分析してある時は分析しない、ではいけません。そして「分析する」ということと、「いつも気づいている」というのは同じことです。Awareness・気づきが大事です。

欲望はいつ私たちの中に入るか分かりません。なぜなら私たちは朝から夜まで、いつも目、耳などの感覚で認識していますから。そして何の認識から欲望や執着が出るか分からないでしょ。だからいつも気づきが大事なのです。気づきとヴィチャーラは同じことです。ヴィチャーラがなかったら、気づきはできません。気づきができたらヴィチャーラもできます。

参加者「気づきの意味はヴィチャーラ、はい」

ヴィチャーラをしますと、結果として気づきは出ます。朝から夜まで、何を見て、誰を見て欲望が出るか分からない。大事なことは、欲望が出る可能性があるので、気づくとすぐに、気を付ける、ということです。あるものにちょっと欲望が出たら、それから離れるのです。

サマーディに入ると、執着は絶対出ません。その時、本当は安心です。しかし、サマーディに入る前は欲望と執着の可能性が絶対あります。だからサマーディに入るまで、その時まで気を付けないといけないです。これは大事なことです。

サマーディに入った後に欲望と執着が全然出ないのは、欲望の種を燃やしたからです。燃えた欲望の種を植えてもそこから植物は出ませんが、（燃えていない）種があるうちは欲望が生じる可能性があります。サマーディの意味は、全ての欲望は燃やします、です。それの後は特別な気を付けることは何もありません。

心がとてもとてもきれいにならないと、サマーディに入ることはできません、自分の本性を悟ること、神様を悟ること、神様の本性を悟ること、はできません。心の全てをきれいにする心の準備、それが、**全ての欲望と執着は出来るだけ取り除く**、ということです。

しかしサマーディに入るまでは、全ての欲望と執着を取り除くことはできません。サマーディに入ったあとは、世俗的な場所や環境に入っても欲望が出ないし、惹きつけられる（誘惑）こともありません。そして悟った人はとても悪い人の中にも神様を見ていますから、悪い人といても気を付けることは何もありません。

しかし、一般的な求道者は悪い人、悪い場所や環境に絶対に入ってはいけません。そこから気を付けてください。なぜなら今の私たちは、全てのもの、全ての人の中に神様を見ていないので、惹きつけられる可能性があるからです。もし本当に全てのものの中に神様を見ると、惹きつけられることはありません。私と惹かれる対象は別、という意識があると、惹きつけられる可能性があります。分かりましたね？

参加者「はい」

全てのものの中に神様いるならば、憎しみも嫉妬もでません。誰が誰を憎み、誰が誰を嫉妬し、誰が誰を誘惑するというのでしょう？　 全てが同じもの、それ以外には何もない、ということまで理解できるまでは、絶対に気を付けなければなりません。そのときまで、気づきとヴィチャーラが必要です。悟るまで堕落する可能性があります。とても心がきれいな状態になっても、悟るまでは堕落する可能性があります。

私たちは全てのグナを超越しないといけません。まずタマスを超越して、次にラジャスも超越しないといけない。サットワはとてもいい状態です。きれいな状態ですが、最終的にはサットワも超越しないといけない。そうしないとサマーディに入らない。全てのグナを超越しないと、タマス、ラジャス、サットワと段階が上がっても、またサットワからラジャス、ラジャスからタマスに堕落する可能性があります。そのことはバガヴァッ・ギーターも言っています。全てのグナを超越しないと、サマーディには入りません。

自分の存在を全ての人の中に見る。全ての人を自分の心の中に見る。そしてひとつ存在だけ、それがアートマン、純粋な意識です。全ての本性は純粋な意識、ということを悟れば、その人には、苦しみも、悲しみも、嫉妬も、幻惑も、憎しみもないです。それが答えです。

20220828『福音』勉強会　以上