**「****ヒンドゥ教の儀式の意義」**

2021年11月21日

逗子例会

スワーミー・ディッヴィヤナターナンダによる講話

於・逗子本館よりライブストリーミング

　我が家に来客があると「いらっしゃいませ。どうぞおかけください」と言って茶菓を出します。お客様は私たちのそういった態度を喜びます。そのように誰かを喜ばせたいときはいつも、こちらの気持ちを伝える態度や特別な言葉を使いますね。同じように、神を喜ばせたいときは、マントラを唱えながら神に花、線香、果物、等を捧げます。これらすべての行為を組み合わせたものを儀式と言います。神は、本当はどこにでもおられますが、神の臨在を生き生きと感じるために、私たちには寺院や教会が必要です。同じように、私たちの大多数が神に対して愛と尊敬を深めるためには、象徴や儀式が必要なのです。こうして霊的な生活が進みます。

英語の辞書で「儀式」を引くと、「所定の指示に従ってなされる一連の宗教的でおごそかな式典」と書いてあります。あらゆる宗教は信者のための特別な儀式を定めています。儀式は、教会、寺院、モスク、神社など、公の礼拝の場所で行われますが、家庭ですることもあります。

スワーミー・ヴィヴェーカーナンダはカルマ・ヨーガを教える一方で、儀式の必要性と重要性を強調なさいました。スワーミージーの言葉を引用します：

*「あらゆる宗教に、哲学、神話、儀式という三つの部分があります。哲学はいうまでもなく、あらゆる宗教の本質です。神話では、偉い人の多少なりとも説話的な生涯や、素晴らしいできごとを物語や寓話の形をとることで、哲学を説明します。儀式は、哲学を誰もが理解できるよう、もっと具体的な形を与えているものです——儀式はじつは、具体化された哲学です。これはあらゆる宗教で必要なものです。なぜならわれわれの大多数は、霊性がよほど進歩するまでは、抽象的な霊的ことがらを理解することができないのですから。自分は何でも理解できる、と考えるのはたやすいことですが、実際経験をしてみると、抽象的な概念はたいてい理解が非常に難しいことが分かります。それゆえ、象徴（シンボル）は大きな助けになるものであり、われわれは、自分の前にいろいろなものを置くという、象徴的方法を取らないわけにはいかないのです」*　（『カルマ・ヨーガ』改定版初版p11０）

日本ヴェーダーンタ協会では、年に四回儀式的礼拝（プージャー）を行っています。シュリー・ラーマクリシュナ、サーラダー・デーヴィー、スワーミー・ヴィヴェーカーナンダの生誕祭とカーリー・プージャーです。これから私たちが執り行っている儀式的礼拝の手順を簡単に説明します。

**清めの儀式**

まず、礼拝の場所をきれいにします。インドでは毎日、礼拝所を水拭き掃除しています。

礼拝に使う道具もきれいにして、準備を整えておきます。礼拝者は沐浴をして自らを清め、清潔な服を身につけて礼拝のために座ります。

礼拝が始まる前に、一般的には礼拝者がランプに火を灯し、線香を数本焚いて、そして花々を神の前に捧げておきます。花々の供物の配置をアルギヤ（Arghya）と言います。それはベルの葉、サンダルウッドペースト［白檀の木片を擦って水を加えペースト状にしたもの］、米を数粒、草、花を含みます。ベルの葉が手に入らないときは、日本で見つけた儀式用の特別な葉を使います。

次に礼拝者はアーチャマナ（Achamana）という清めの行為をします。ガンジス川の水をすすり、ヴィシュヌ神の御名を三回「オーム　ヴィシュヌ、オーム　ヴィシュヌ、オーム　ヴィシュヌ」と唱えるのです。インドでは、ガンジス川の水、および神の御名は、すべてのものを浄化すると信じられています。

一般的に、日常生活のあらゆる行為には何らかの目的があります。「私は○○の目的で□□をします」と決意することをサンスクリット語でサンカルパ（sankalpa）と言います。通常、儀式的礼拝を始める前にサンカルパをします。礼拝をおこなう目的を表明するのです。そのために礼拝者は右ひざを折り、左ひざはひざ立ちになり、両手のひらを合わせて左足のふとももに置き、サンカルパ・マントラを口上します。日本ヴェーダーンタ協会では、「信仰を深めるために、皆の福祉のために礼拝いたします」と口上します。

サンカルパの次に、礼拝のさまざまな品の清めを始めます。ここで質問です。この清めの目的はなんでしょうか？　プージャーのための物品はあらかじめきれいになっているのに、きれいでないものが残っているのでしょうか？　答えは、私たちの周りに見るものすべては本質的にブラフマンであり、名前と形あるものは非実在である。清めることで私たちはブラフマンだけがすべての背後にあることを認識する。そのための清めです。

礼拝者は、自分の周りに聖水を球を描くように数滴ふりかけて、火の球が自分と礼拝の物品を覆い、すべての悪から守ってくれること想像します。シュリー・ラーマクリシュナがドッキネッショルでマザー・バヴァタリニの礼拝をなさったとき、師には周りに火の壁がはっきりと見えたそうです。

　次は、プラーナーヤーマ、プラーナの浄化です。プラーナ（生命エネルギー）は私たちの行為を左右します。もしプラーナが不規則であれば、私たちは落ち着きません。だからプラーナーヤーマをすることで、心を穏やかにし、そして心を清らかにします。礼拝者はまず、左の小鼻をから四拍で息を吸い、両小鼻を押さえて息を十六拍止め、右の小鼻から八拍で息を吐きます。次に左右を逆にして、右の小鼻から吸ってもう一度行います。

次に、礼拝者はさまざまなムドラー（印相）とマントラを用いて、自分の身体の各部位を清めます。忘れてならないのは、礼拝の全物品と礼拝者は本質的にブラフマンであることを認識するために清める、ということです。

次のステップでは、グルと五神（ガネーシャ、シヴァ、太陽神、ナーラーヤナ、ジャイ・ドゥルガー）を礼拝します。通常すべての礼拝の前には、この五体の神・女神に対し、サンダルウッドペーストとそれぞれの神が喜ばれる独自の色の花を用いて礼拝します。例えば、ジャイ・ドゥルガーは赤い花と赤いサンダルウッドペーストが好きで、シヴァ神の好みは白い花と白のサンダルウッドペースト、等々と、インドでは信じられています。

次に、礼拝者は心で神のお姿と資質について瞑想します。目を閉じて、自分のハートに座っておられる神を想像し、その神のお姿を瞑想するのです。手を定められた印相（ムドラー）にして花を一つ持ちながら、マントラを唱えます。このディヤーナ・マントラは神の物理的特徴をあらわしています。マザー・カーリーのディヤーナは、カーリー女神のサリーの色と、耳、鼻、腰を飾る装飾品を語っています。礼拝者が心で神を想像しやすくするために、このような細かなことが述べられているわけです。

瞑想に続き礼拝者は、花、サンダルウッドペースト、線香、食べ物などさまざまな品を、心で捧げます。これは心の礼拝（マナサmanasaプージャー）と言います。また礼拝者は、自分の行為、身体、六つの感覚、心、それらから派生したもの、つまり、すべてを捧げるのです。すべての考えとすべての行い、それが良い考えであれ悪い考えであれ、良い行いであれ悪い行いであれ、自分自身のすべてを神に捧げます。そうすることで、私たちはゆっくりとではありますが、清らかになり、それらに対する執着から解放されるのです。心の礼拝が終わると、神を自分のハートの中から神のお写真［像］に移します。

礼拝の時に使うほら貝は二種類です。吹き鳴らすのは大きいほうのほら貝で、小さいほら貝には水を入れます。小さいほら貝に水を満たすとき、心でこの水はすべての巡礼地から来たものだと想像します。そして特定の印相をして、「神様、来てください、そこにとどまってください、そして私たちの礼拝をお受けください」とお願いします。これをヴィシェシュ　アルギャ(Vishesh Arghya)と言います。

**お供えの儀式**

そこから、実際のお供えが始まります。供物は、５または10か16品目です。ときどき108品目に及ぶこともあります。多くの品が神に捧げられます。礼拝で使う品々をウパチャーラ（upachara）と言います。5品目の時はパンチャ・ウパチャーラ、10品目の時はダシャ・ウパチャーラというふうになります。

最初に、神の御足を洗う水を捧げます。これはパッディヤ(padya)と言います。昔インドでは来客があると、家主はお客様の足を洗って布で拭きました。口をすすぐための水を捧げることはアチャーマニヤ（achamaniya）と言います。それから沐浴のために香りのよい水と特別な油の入った水を捧げ、神に神聖な水で沐浴していただいている間、特別なマントラを唱えます。これをスナニヤ（snaniya）と言います。また、香水とサンダルペーストを捧げることをガンダ(gandha）、花を捧げることをプシュパ（pushpa）、線香を捧げることをドゥパ（dhupa）、炎（ランプ）を捧げることをディーパ(dipa)と言います。

これら全ての礼拝はシヴァリンガに捧げている、ということをここで述べておきます。シヴァリンガはシヴァ神の象徴で、礼拝者の正面に置きます。シヴァリンガのことをバーネシュヴァラ・シヴァと言います。足を洗う水、手を洗う水、口をすすぐ水、沐浴する水、などすべてのウパチャーラは、シヴァ神に捧げているのです。

　その後に、用意した料理、果物、お菓子、米、おかゆなどの食べ物を神に捧げます。日本ヴェーダーンタ協会では、食べ物は礼拝が始まる前にあらかじめ置いておきますが、本当は正式にはこの時にお供えするのです。これをナイヴェッディヤ（naivedya）と言います。礼拝者はいくつかのムドラーを作り、それぞれの供物へのマントラを詠唱します。それから目を閉じてお供えした食べ物を神が召し上がることを思い浮かべながら、そのマントラをジャパ（瞑想的復誦）します。

　最後に色とりどりの花々を取ってサンダルペーストを塗り、マントラを唱えながら神に供えます。これがプシュパンジャリ（pushpanjali）です。日本ヴェーダーンタ協会では、マントラを唱えている最中に信者にも小花と葉を配り、全員が神に花を捧げてプシュパンジャリは終わりとなります。

**アーラティの儀式**

インドの私たちのアーシュラムでは毎日日没後にアーラティ（夕祷）が行われます。日本ではシュリー・ラーマクリシュナ、ホーリー・マザー・シュリー・サーラダー・デーヴィー、スワーミー・ヴィヴェーカーナンダの生誕祭のプージャー（礼拝）の後にアーラティをします。全ての宇宙の構成要素である五つの要素の象徴となる5品をアーラティの時に使います。五要素とは、土（earth）、水（water）、火（fire）、風（air）、空（ethel）のことです。まず、火の要素の象徴は「炎（油または溶かしたギーに浸した五つの木綿芯に火をつける）」であらわします。水の要素は「小さなほら貝に入った神聖な水」であらわし、アーカーシャ（エーテル・空）は「織布」、土は「花」であらわします。また、風は「チャマラ」［牡牛の尾の毛で作られた白いふわふわした扇］であらわします。

ほら貝は水の中で生まれるので、水の入ったほら貝が水を象徴します。だからアーラティの間、ほら貝の中に水を入れておくのです。布はしっかりと糸が織られているので糸だけを見ることはできませんね。同じように、空間には隙間はなく、連続しており、すべての創造物を包み込んでいます。そのことから、織布が空（エーテル）を象徴します。花には香りがあり、そして土自身が香りを放っていることから、花は土を象徴するのです。また、ランプの五つの炎は、五大要素をあらわしているという考えもあります。

つまり、アーラティのとき私たちは全宇宙を神に捧げているのです。なぜなら、全宇宙はこれらの五つの要素でできているからです。これがアーラティをする意義です。アーラティの後には、礼拝に合った賛歌を歌います。ベルル・マトでは、独唱や合唱で長時間賛歌を詠唱しますが、それが礼拝の間中、素晴らしい雰囲気を醸し出しています。

**ホーマ（護摩法要）の儀式**

次はホーマ（火）、神に捧げる犠牲供養についてです。ベルル・マト本部でホーマをするのは、ドゥルガー・プージャー、カーリー・プージャー、シヴァ・ラートリー、そしてシュリー・ラーマクリシュナのすべての出家直弟子の生誕祭の時です。日本ヴェーダーンタ協会では、シュリー・ラーマクリシュナの生誕祭とカーリー・プージャーの時にホーマをします。ホーマの儀式の際には、護摩炉に護摩木を特定の方法で置きます。

ホーマの象徴的意味は、火を「神の御口」だと考えることです。ギー、花、葉、果物、お菓子など、さまざまな供物を火にくべます。それらは火にくべると本来の形を失い、火と一つになります。こうしてこれらすべての名前と形が打ち消されてブラフマンと一つになる。これがホーマの意義です。

最初にお話ししたように、スワーミー・ヴィヴェーカーナンダはすべての宗教は、哲学、神話、儀式の三つの部分からできている、と指摘なさいましたが、ホーマの儀式には哲学的な側面もあります。バガヴァッド・ギーターの中でシュリー・クリシュナは私たちに、*「ハートの中に識別の火を灯しなさい、そして識別の知識をもって、心に浮かぶものは何でも—私たちの心の傾向、良い、悪い、感覚器官で行われることは何でも―その火に注ぎなさい」*と言います。ホーマはこの哲学を意味するのです。バガヴァッド・ギーターには次のような節もあります。

*「ギャン　アグニ　サルヴァカルマーニ　バスマーサット　クルテ　タタ」「この識別の火は、人のすべての良い行為、悪い行為を焼き尽くします」*［4.37］　ホーマの火が護摩木や供物の果物やお菓子を燃やすように、ハートに灯された識別の火が善悪両方のすべてを燃やし尽くすことで、私たちはブラフマンと一つになる。これもホーマの意義です。

ここまで、日本で行われている儀式について話してきました。先ほど述べたように、ベルル・マトでは秋にドゥルガー・プージャーが四日間にわたって行われます。カーリー・プージャー、サラスヴァティ・プージャー、シュリー・ラーマクリシュナ、ホーリー・マザー・シュリー・サーラダー・デーヴィー、スワーミー・ヴィヴェーカーナンダ、シュリー・クリシュナの生誕祭、シヴァ・ラートリーの時や、さらにはシュリー・ラーマクリシュナのすべての出家直弟子の生誕日も含め、それぞれの場合にふさわしい儀式が行われます。これらすべての儀式の目的は言うまでもありませんが、信仰を深め、身体を純粋にし、また、さまざまな神の祝福を受けるためです。

これらの他に、ヒンドゥ教徒には生まれてから死ぬまでにやるべき様々な通過儀礼があります。

アンナプラサナ（Annaprasana）は、生後か月頃の赤ん坊が離乳食を食べ始めたときに行う儀式です。

子どもがイロハを書いて正式に教育を始める、という儀式もあります。ベルル・マトでは毎年サラスヴァティ［芸術・学問の女神］・プージャーの期間中に、多くの信者が幼い子どもを連れてきて、小さな黒板にチョークで字を書かせます。この儀式の時もホーマがあります。

また、ウパナヤナ（Upanayana）とは、子どもがガーヤットリ・マントラを毎日詠唱を始める際に行われる儀式のことです。昔、この儀式はシュードラ以外、つまりブラーミン、クシャトリヤ、ヴァイシャの三つのカーストの人々が行っていましたが、今この儀式をするのはブラーミンのカーストの人々だけです。

ヒンドゥ教徒のための結婚の儀式があり、お坊さんが礼拝を執り行います。結婚の儀式の時にもホーマをします。そのとき新郎新婦が炎の中に供物を入れて、結婚生活が続きハートのレベルで一つになることを誓います。

ヒンドゥ教徒が肉体を離れるときには葬礼をします。この儀式は火葬後11日目もしくは13日目に行われますが、カーストに応じて、細かな決まり事があります。例えば、故人の息子は頭を剃り、故人の親戚や友人を宴会に招待します。

ありがとうございました。

［このあとメーダサーナンダジーが話を引き継がれ、「短い講話の中に、複雑で難しい儀式の話を上手くまとめました」とスワーミー・ディッヴィヤナターナンダジーをねぎらわれました。それから儀式の説明の補足をなさいました。］

ムドラーはとても大事です。ムドラーは印相（ムドラー）とマントラの二つの部分からなり、その二つを一緒にして祈ります。これはとても重要で、それぞれの神にマントラがあります。だから各々に適したマントラを使うように気をつけなければなりません。例えば、もしカーリー・プージャーの時にサラスヴァティ女神のマントラを間違って唱えたら、絶対にマザー・カーリーもマザー・サラスヴァティも喜ばせることはできません。また、マントラを正しい発音で唱えることも大事です。儀式の目的は神を喜ばせることです。それなのに間違ったマントラを唱えたり、正しくない発音でマントラを唱えると、逆効果になってしまいます。ですので、マントラをよく学び、出来るだけ完璧に唱える必要があるのです。

「デヴォ　ブータ　デーヴァン　ヤジェット（まず自分が神になって神を礼拝する）」というヒンドゥ語の格言があります。その意味はこうです。神は私たちの中にお住まいですので、その神を自分の内側から呼びだして、その神を外に出し、神の像［写真］の中に入っていただき、その像を礼拝をします。その瞬間から神像は単なる像とはみなしません。なぜならその像は礼拝する神・女神ご自身になられたからです。だから私たちはその像の中の神に花や食べ物を捧げます。そして最後に礼拝が終わると、その神に再び礼拝者のハートの中に入っていただきます。

　神に礼拝者の中に戻っていただく時、サンハーラ（Sanhara）・ムドラーという特別な印相をします。［ここでマハーラージはその印相を参加者に見せられた］　この印相をしたまま礼拝者はホーマの熱いギーの中から花をつまみ出します。礼拝者がその花の香をかぐことで、神は礼拝者のハートの中に戻られます。その時から像は単なる像に戻り、最後に川や湖に沈められます。

面白いことにムドラーはものの形をまねています。例えば、マッツヤ（Matsya）・ムドラーは泳いでいる魚の形、クールマ（Kurma）・ムドラーは亀の似姿です。アンクシャ（Ankusha）・ムドラーはアンクシャ（象使いの先に鋭い金具のある突き棒）の形に似せています。ムリギ（Mrigi）・ムドラーは鹿の頭の角の似姿です。

［それからマハーラージはギャーナ（Jnana）・ムドラーをなさって］これが知識のムドラーです。ギャーナ・ムドラーをしているお釈迦様は多数描かれています。ギャーナ・ムドラーですべての礼拝をすることができ、他のムドラーは必要ない、という意見もあります。

　すべての儀式は、誕生から死、さらには死後にわたる、神への謙虚で真剣な嘆願です。これは儀式のとても重要な目的の一つです。また儀式は、生涯全般において神様とつながっている状態を築くためであり、神様をさまざまな場面で思い出すためでもあります。

「私のものは何もありません。すべては神のものです」。　儀式的礼拝の時に私たちは、神の持ち物を神に捧げていますが、それでは神はあまり喜びませんね。神がお好きなのは、本当は、神に対する熱情的な愛と尊敬です。神への愛も尊敬もなければ、儀式は意味のないものになります。儀式は単なる肉体的なものとなり、精神的な部分が欠落します。心からの愛と尊敬こそが儀式の最も大事なことなのです。

ラーマクリシュナ僧院の儀式は、その儀式に参加して気持ちが高揚した信者たちにとても喜ばれています。なぜなら儀式が神への信仰と献身と愛をもって丁寧に行われているからです。

タクール（シュリー・ラーマクリシュナ）は、像の中の神が生き生きと本当にあらわれてくださるには、次の三つの条件が必要だとおっしゃいました。

１．神の素晴らしい像。

２．礼拝者の神に対する信仰、愛、尊敬。

３．家住者（礼拝のホスト役）の神への信仰、愛、尊敬。

そして言うまでもなく、儀式に細心の注意を払って完璧に行うことも必要です。