

パドマ・ヨーガ通信

No.9(2006.6.28)

パドマ・ヨーガ・アシュラム発行

悲(カルナー)について

山田泰子

『ヨーガ・スートラ』1章 33 節「慈・悲・喜・捨は、それぞれ他人の幸・不幸・善行・悪行を対象とする情操であるが、これらの情操を念想することから、心の静澄が生ずる」とありますが、慈・悲・喜・捨は仏教では四つの無量の心と言われます。悲(カルナー karuna)は他人の不幸をともに悲しむ心で、悲は抜苦、慈は与楽、慈悲とは「与楽抜苦」と言われ、私達は慈悲も相手の側に立って考えてあげることなのです。仏陀は「大いなる悲(あわ)れみとは、すべての生きとし生けるものの苦しみを除こうとする心を起こすことである」と言われ、現代の混沌とした世情の中では大いに反省せざるにいられません。ものの見方が自分中心では相手の心の痛みはわからないし、慈悲の心、即ち思いやりの心などわいてこないでしょう。それを気づき、自分を修正していくことを教えているのです。

ヨーガを修行している人は、この慈・悲・喜・捨を念想し、実践することで、心の静澄を保つことが出来たら、本人自身も、又、周りの人たちもおだやかさを、味わうことでしょう。私自身が、今までの人生を経験して、この教えが、どんなにか役立ったことがわかりません。人が悲しい時に遭遇したとき、「気の毒で見えてもらえない。可哀想なことだ」と言葉の上では、色々同情していても、言葉とは反対に、心の中では憐憫の情などない、といったことも時にあるでしょう。

パタンジャリが、この教えを『ヨーガ・スートラ』におさめたのも、既に大昔から、人々の心は現代と変わらずに、人の幸福を喜ばず、不幸を共に悲しめない人々が、いたからでしょう。



良い教えに出会って、人生ハッピーになる、と一時的に喜んで、本当に自分の心に深く教えが根付くには一朝一夕には、いきません。ではどうしたら実現するのでしょうか。

「教えを常に着実に、繰り返し繰り返し、根気よく、成功への確信を持って不断の忍耐を持って修行する」

堅苦しくなりましたが、私自身も、力むこともなく、修行のチャンスを与えて下さった、神様に感謝して実践するように努めていきたいと感じます。

今号の内容

| | | |
|--------------------------------------|-------|-----|
| 悲(カルナー)について | 山田泰子 | p.1 |
| マタディン・アガルワル先生講演録:「ヨーガとインド思想 ヴェーダーンタ」 | | p.1 |
| インドの覚醒:ヴィヴェーカーナンダの思想と実践 | 平野久仁子 | p.4 |
| お知らせ(ヨーガ・クラス、研修会 etc) | | p.6 |

マタディン・アガルワル先生講演録:「ヨーガとインド思想 ヴェーダーンタ」

前号に引き続き、マタディン・アガルワル先生のご講演「ヨーガとインド思想 ヴェーダーンタ」の記録の4回目を掲載致します。先生は南インド・コインバトールのアリシャ・ヴィディヤ・グルクラムのヨーガ・インストラクター兼セラピストで、インド思想において極めて重要な位置を占めるヴェーダーンタ哲学について、平易にご講義下さいました(2000年4月30日、於:パドマ・ヨーガ・アシュラム)。通訳は相方宏先生です。

「タット・トヴァム・アシ」

根本的な知識というのは、自分自身に対する錯覚を取り除く知識です。それが具体的にどうヨーガの実践と結びついていくか、お話します。

ヴェーダーンタの領域・文献は、実際、多岐にわたっているのですが、そのエッセンスは、短い主題、センテンスで集約できます。すなわち、「タット・トヴァム・アシ」です。

「タット」= 中性の代名詞、that、it それ

「トヴァム」= 二人称代名詞、you あなた

「アシ」= be 動詞、are

英語で言うと、“That you are.” になります。サンスクリットの「タット」は中性の指示代名詞で、「トヴァ」が「あなた」で、「アシ」が二人称に付く be 動詞、つまり are になります。“That you are.” 膨大なサンスクリットの文献を一言でくると、これになるわけです。「それがあなただ。」 「私が私である」ということが、「それ」である。ここに全ての存在がありえる、ということが、私が私であるところの私です。

神、神々、仏、菩薩など、宗教ではそのようなものを設定しています。ところが、それらが実際に、何か具体的に目に見えるような行為をなしているかということ、何も行為をしないし、行動を起こしません。その必要は無いのです。『ヨーガ・スートラ』に「イシュヴァラ」が出てきますが、それは何も為さない。それはもう完結しているからです。それは時間や空間を超越して、同時に因果の法則を超越しています。つまり、カルマの法則に縛られていないのです。そして、それが実は私の本質に他ならない、ということになります。宇宙の創造と進化のプロセスがあり、その根本的な原因になっているものが、すなわち私と同一のものに他ならない、ということです。

ヴェーダーンタのテキストが言う「自分」とは、私が思い込んでいる自分では全然無い、ということを知ると、耳に心地よいものです。ところが、それは私が経験的に理解してきた、この自分とは逆の宣言です。私が理解している私とは、不死ではなく、年をとり、事故に遭い、あるいは病気になり、いつか死んでしまい存在しなくなる。つまり、ヴェーダーンタは、心理学的に理解している自分と逆の像を見せているわけです。

もし、ヴェーダーンタのテキストで語られている人間の本质が、私の本質でもありえるのなら、私には最初から問題は存在しません。ところが、問題があり、悩んで困っているので、私はヴェーダーンタを学習し理解した、ゆえに、その問題が解決した、とはなりません。つまり、問題は解決したように見えていますが、実は、自分には問題がある、という最初の思い込み、前提は解決されていません。

キリスト教の神学では、人間は、既にアダムとイブが犯した原罪を背負って生まれてきています。それに対して、宗教家はあなたの問題を救済するという形で成立しており、キリスト教は、人間を救済するために、イエス・キリストが与えられた、という宗教形態です。そのような宗教形態では、救済されるということは、天国に永遠に到達することになります。しかし、仮に信仰によって救済され、天国に行って、父なる神のそばに座っていても、人間である私は罪人で、原罪を背負っていることは、実は解消していない。例えば、皆さんが私に、「あなたは盗人だ。盗人は罰せられなければならない。しかし、我々は今回あなたを罰しないことにする。だから私達は一緒にいてもいい」と言ったとします。確かに、慈悲によって罰からは解放されたかもしれませんが、皆さんが私を盗人だと考え、そして私も自分は盗人だと思い込んだことは、実は解消していないのです。

アドヴァイタ・ヴェーダーンタ

ここで主題になっているアドヴァイタ・ヴェーダーンタは、シャンカラチャリア直系の「不二一元論」の立場です。インドの色々な宗教やヴェーダーンタの中で、他の立場をとるものもあります（ドヴァイタ、ヴィシシュタ・アドヴァイタ等）。それは多かれ少なかれ、このキリスト教神学が出している人間理解のモデルから出ていません。つまり、先にあなたに問題がある、と固定しておいて、問題

を解決しようとしているわけです。色々な解決を図ろうとしても、究極的には、全体的な解決というところまで至りません。

しかし、ウパニシャッドの中でも、アドヴァイタ・ヴェーダーンタの立場は、それ以外のアプローチで、実は最初から問題はない、という立場です。ですから、外に向かって問題の解決を求める必要もない、つまり最初から問題は存在していない、ということになるわけです。この視点から見ますと、根本的な問題は、自分に問題があると思い込んでいるところに間違いにあります。つまり、問題は実在していない、けれども、それは実在しているという、そのどこかの考え方、回路にエラーがあるわけです。そのエラーを分析して、正そうとしているわけなのです。インドの哲学では、どこにエラーがあるか、そのエラーを起こしているのは、結局「無知」(イグノランス)である、と言います。仏教も、ヴェーダーンタも、ヨーガも同じように、どう解決しようかという形で、色々アプローチしています。結局、自分で自分そのものを正確に理解できない、ということが問題なのです。

この「無知」を取り除くこと、自己理解、自分自身について理解を解決するのが、ヴェーダーンタの領域です。ヴェーダーンタでは、「あなたは幸福、サッチダーナンダ、ブラフマン、宇宙の原因である」等、自分が思い込んでいるところの自分以外のことが、全て語られているわけです。つまり、宇宙が存在していることは、すなわち私が存在していることであるし、この宇宙の創造と変化のプロセスは、実は私と切り離してありえない。私の本質的なものは、全てに行きわたっている「それ」なんですね。しかし、経験的、歴史的、心理的に理解している自分というのは、「それ」とはかけ離れた何かです。ですから、ヴェーダーンタやウパニシャッドの話聞くことによって、そこには何か自分が気付いていない真実がある、それは間違いないだろうという、と大体わかるわけです。

ヨーガとヴェーダーンタの関係

だからといって、それを直接使うには、また別のプロセスを経なければいけないのです。例え話があります。インドではお弁当にチャパティを持っていきます。チャパティは小麦粉を練って薄く伸ばしたパンで、焼くために火が要ります。自分でお弁当を用意したいと思って、焼きたいが、火がありません。そこで隣の家に行って、炭をいくつか借りてこようと考えました。「火を分けてあげる。何か入れるものがあるか」と言われ、新聞紙を持っていきました。しかし、新聞紙で炭を包んだ瞬間に、焼けて落ちてしまいました。燃えている炭を運ぶには、新聞紙や紙は適切な手段・材料ではありません。運べるだけの強さを持っている適切な素材の器でなければいけません。

ですから、ヴェーダーンタに限らず、適切な知識を運ぶ、吸収するには、適切な受け皿がいるわけです。我々にとって、簡単な算数は何でもないことです。 $2 + 8 = 10$ である。ところがまだ、数という概念が定着していない子供にとっては、数を抽象的に理解することは大変な作業になります。だから、勉強し知識を得ることについても、大学に行くには、高校を卒業しなければいけない。高校までの知識を得ていないと、大学の知識、勉強は消化できないわけです。これは当然のプロセスです。入学資格があるわけです。最低限、その資格をパスしていないと、そこから先が進めない、という一つのふるいわけがあるわけです。

ここが、ヨーガとヴェーダーンタの関連なのです。つまり、ヨーガというのはヴェーダーンタで扱っている主題、燃える炭のようなものを適切に理解するための条件を準備するものです。更に、ヴェーダーンタで論じられていることを、自分のものにするためには、そのような心、そのようなものを消化できるだけのものを準備しておかなければいけません。(つづく)



インドの覚醒: ヴィヴェーカーナンダの思想と実践

第1部 ヴィヴェーカーナンダと日本の関わり

1. はじめに

スワミー・ヴィヴェーカーナンダ(1863-1892)は、インドにおいて1870年代から登場した「ネオ・ヒンドゥー」と呼ばれる思想家の中で重要な役割を果たした一人である。1893年、ヴィヴェーカーナンダはアメリカのシカゴで開催された世界宗教者会議で、「すべての宗教は真実である」とみなすウパニシャッドの精神について演説し、「宗教の調和」を訴えた。その後、アメリカ、イギリス、及び祖国インドにおいて、主にヴェーダーンタ哲学並びにヨーガについて説き、活発に伝道活動を行なった。更に、インドにおいては、インドの人々へ民族的自覚の呼びかけを行なうとともに、奉仕活動や教育、及び伝道活動を行なう組織、ラーマクリシュナ・ミッションを設立した。

ヴィヴェーカーナンダは政治活動に関与しなかったものの、彼の力強い言説は当時の政治指導者等にも影響を与えた。インド独立の父ガンディーは次のように述べている。「私は今日(1921年2月6日)、スワミー・ヴィヴェーカーナンダの生誕記念日に、彼の尊い記憶に敬意を払うためにここ(カルカッタのベルルの僧院)に来ました。私は彼の著作をすべて読みました。そして、読み終わった後、私の祖国に対する愛が何千倍も深くなったのです。私はあなたがた若い方に、スワミー・ヴィヴェーカーナンダが生きて亡くなったこの場所の精神を何か吸収し、手ぶらで帰ることのないようにお願いしたい。」

1985年、インド政府は、ヴィヴェーカーナンダの理想と働きをインドの若者のインスピレーションの源泉とすべく、生誕日である1月12日を、インドの若者のための全国青年日として、制定した。

こうした彼の思想と実践はどのようなものであったのか。ヨーガ普及の中で、彼の講演集を通して、「ヨーガ」に関する思想や宗教観に関心を持つ人が多いように思う。しかし、彼の講演集を読み進めていく中で筆者が感じるのは、彼の実践に基づいた哲学的知識の高さだけでなく、彼の祖国インドに対する深い愛である。ヴィヴェーカーナンダは1893年に渡米して以来、39歳で亡くなる数年前までの、わずか7年間に、西洋でのヒンドゥー教の伝道とインド国内での活動、という激務に費やした。その足跡をたどりつつ、「外国」から見た彼の祖国インドへの視点も明らかにしたいと思う。まず、ヴィヴェーカーナンダが立ち寄った日本の印象、及び、岡倉天心との交流から、彼のインドへの想いを考察したい。

2. 日本の印象

ヴィヴェーカーナンダは、師ラーマクリシュナ(1836-86)の亡き後出家し、6年間に渡り、ベナレス、リシケーシュ、デリー、ボンベイ、インド最南端のコモリン岬等、インド各地を放浪した。そして、イギリスの支配下で、貧困や精神的停滞で困窮していたインドの民衆を目の当たりにし、何度も涙を流したという。そして、渡米を決心する。1893年5月31日、ケトリの王や南インドの帰依者達の資金援助を得て、ヴィヴェーカーナンダは、アメリカ・シカゴで開催された世界宗教者会議に向けて、東洋経由でボンベイから出航した。この世界宗教者会議は、コロンブスのアメリカ大陸発見から400年を記念して、シカゴにおいて開催された万国博覧会の一部会であった。

航海は、途中、コロンボ、ペナン、シンガポール、香港、広州を経て、日本に立ち寄った。まず、長崎に寄港し、それから神戸へ船で移動し、そこから内陸を見ながら、大阪、京都、東京へ陸路を行った。ヴィヴェーカーナンダは、横浜から友人・弟子へ宛てた手紙(1893年7月10日)に、旅で得た日本の印象を、生き生きと書いている。

「私達が最初に立ち寄った港は長崎でした。上陸し、数時間、町をドライブしました。・・・日本人は地球上で最も清潔な人々の一つです。全てがきちんとして整然としています。通りはほとんど全て広く、真っ直ぐで、定期的に規則正しく舗装されています。彼らの小さな家はかごのようで、松の木で覆われた常緑性の小さな丘は、ほとんどすべての町や村の背景を形成しています。背が低く、色白で、優美な着物を着た日本人、彼らの動き、態度、しぐさ、すべてが絵のようです。日本は絵のような国

です！ ほとんど全ての家の後ろに庭があり、低木や芝生、小さな人工の池、そして小さな石橋のある日本式庭園が、とても立派に広がっています。」

また、大都市を見て、日本が近代化へ目覚しく動き出している様子に驚き、次のように書いている。「日本人は今や、現在の必要性に完全に目覚めているように見えます。彼らは今や、自分達で発明した鉄砲を装備した、徹底的に組織された軍隊を持っています。そして、彼らは継続的に海軍を増強させています。私は、日本人の技術者によって掘られた約1マイルもの長さのトンネルを見ました。」

更に、「たった少数の僧侶がサンスクリットを知っています。しかし彼らは知識階級です。現代の進歩への渴望は、聖職者にでさえも浸透しました。」と記し、僧侶階級でさえも、進歩への渴望にあふれていることに感嘆している。1893年当時の日本では、日清戦争の前年にあたり、富国強兵策が実施され、社会の近代化・西洋化が進められていた。

とりわけ、ヴィヴェーカーナンダの心を打った事実があった。彼は、日本の寺院もたくさん見て、「どの寺院にも、古代ベンガル文字で書かれたサンスクリットのマントラがある」ことに驚いたのである。このマントラとは卒塔婆に書かれたものであろうか。ヴィヴェーカーナンダは、日本にも及んだインドの宗教の影響の大きさを確信したのであろう。後に、インドでの講演でも、この寺院で見られたマントラを指して、「東アジアにおけるインドの霊的な思想の普及が、ベンガルの祖先によって置かれた伝道のエネルギーと熱意の記念碑として、今日でさえも効力がある」と述べている。日本で、インドから伝道された宗教の痕跡を見て、その影響力を感じたことは、これからシカゴでの世界宗教者会議に臨むヴィヴェーカーナンダを大いに勇気づけたに違いない。

ヴィヴェーカーナンダは、このように日本の文化と文明を高く評価し、「私達の若者を何人か、毎年日本と中国を訪れさせるべきである」と述べている。後に、1897年、マドラスの“The Hindu”紙のインタビューでも、日本の印象について、次のように語っている。「日本人のように愛国的で、芸術的な民族は見たことがない。…日本の美術は美術プラス清潔さです。…日本の仏教は、スリランカに見る仏教とは全く違います。ヴェーダーンタと同じです。スリランカの消極的な、無神論的仏教ではなく、積極的な、有神論的仏教です。」

ヴィヴェーカーナンダの弟子であるシスター・ニヴェディータは、「スワミーが日本にいたとき、彼を見た誰もがすぐに、彼が仏陀に似ていると印象づけられた、とターター氏は私に言いました」と、日本滞在中のヴィヴェーカーナンダについて、書いている。



3. インドの主題

このように、ヴィヴェーカーナンダは日本を高く賞賛し、好意を持っていた。次のようにも述べている（上記インタビューより）。

問（記者）「日本の突然の偉大さの鍵は何ですか？」

答（ヴィヴェーカーナンダ）「日本人の自分自身への信頼と、自国への愛です。彼ら自身の全てを彼らの国のために、土台への誠実さを犠牲にする用意のある人がいたら、そのような人が現れたら、インドはあらゆる点で偉大になるでしょう。国を作るのはそのような人間です！ この国には何がありますか？ もしあなた方が、日本の社会的道徳及び政治的道徳を捉えたら、彼らと同じくらい偉大になるでしょう。日本人は自国のために全てを犠牲にする用意があります。そして、彼らは立派な人々になりました。しかし、あなた達はそうではない。あなた達はそうならない。・・・」

しかし、日本を賞賛しつつも、インドの進む道については、次のように明確に述べている。

問「インドが日本のようになることが、あなたの希望ですか？」

答「きっぱりと、いいえです。インドはインドであることを継続すべきです。インドがいったい、どのように日本のようになれるでしょうか？ それについて言えば、あるいは他の国になれるでしょうか。各々の国では、音楽における主要な旋律のように、中心の主題があり、その上に

他の全ての旋律が転回します。各々の国が主題を持っています。他の全てのことは二次的なことです。インドの主題は宗教です。社会改革や他の全てのことは二次的です。従って、インドは日本のようではありえません。・・・インドはインドです。私達は日本のようではありません。私達はヒンドゥーです。インドの本当の雰囲気は気持ちを落ち着かせるものです。私はここで絶え間なく働いてきましたが、この仕事の最中に平安を得られるのです。私達がインドにおいて平安を得られるのは、霊的な仕事だけからです。・・・」

このように、インドのたどる道は日本と同じではない、インドの主題は宗教である、とヴィヴェーカーナンダは主張したのである。ヴィヴェーカーナンダは、日本の近代化に目を見張りつつも、その将来像には、インドの進む道とは異なった何かを感じていたのであろう。(つづく)

参考文献：

The Complete Works of Swami Vivekananda, Vol. 3, 2001. (18th imp.), Calcutta: Advaita Ashrama.
The Complete Works of Swami Vivekananda, Vol.5, 2001. (18th rpt.), Calcutta: Advaita Ashrama.
Lokeswarananda, Swami(ed.). 1983. *World Thinkers on Ramakrishna - Vivekananda*, Calcutta: The Ramakrishna Mission Institute of Culture.

His Eastern and Western Disciples. 1979. *The Life of Swami Vivekananda*, Vol. 1, Calcutta: Advaita Ashrama.

早島鏡正・高崎直道・前田専学・原実. 1982. 『インド思想史』 東京大学出版会

お知らせ

ヨーガ・クラス(2006年7月)

火曜クラス(午前 10:30 ~ 12:00) 7/4・11・18・25、8/1・22・29
土曜クラス(午後 1:00 ~ 3:00) 7/1・15、8/5
土曜瞑想クラス(午後 1:00 ~ 3:00) 7/29、8/26

2006年 ヨーガ・スートラ、バガヴァッド・ギーター勉強会

7月2日(日) 第23回バガヴァッド・ギーター勉強会
10月1日(日) 第24回ヨーガ・スートラ勉強会
12月3日(日) 第24回バガヴァッド・ギーター勉強会
講師：木村慧心先生
各回とも、午後 6:30 ~ 8:30 です。

* ヨーガ・クラス、研修会とも、会場はパドマ・ヨーガ・アシュラムです。お申込み・お問合せは同アシュラムまで。

〔編集後記〕

暑くなってきました。息子の通う剣道の道場では、皆、汗をしたたらせながら、「めん」と声を張り上げています。今日は少し疲れているなあ、と思いながら、付き添いで道場に向かうことがあります。そうした子供達の元気の良い動きと声で、こちらも疲れが吹き飛んでしまうようです。最近では、クーラーの影響もあり、汗腺の働きが弱くなっている人が増えているそうです。この汗腺が活発に働き、新陳代謝が高まるのは暑い夏だそうです。クーラーの中で涼んでいるのも良いですが、健康的な汗をかくのも、気分がすっきりとして良いですね。とはいえ、脱水や日焼けにはくれぐれもご留意下さい。(平野久仁子)

パドマ・ヨーガ・アシュラム <http://www.padma-yoga.jp/>