PURITY IS ENLIGNTENMENT

純粋性は悟り

STUDY GUIDE

スタディー ガイド

サティヤ サイ インターナショナル オーガニゼーション

©2019年 サティヤ サイ インターナショナル オーガニゼーション
無断複写・複製・転載を禁ず

sathyasai.org

愛と敬意を込めて、

神性愛の化身である

バガヴァン シュリ サティヤ サイ ババ様の

蓮華の御足に捧げます。

目次

前書き iii

セクション１－御言葉集

序論 1
1. なぜ純粋性が大切なのか？ 3
2. 二種類の純粋性――外的と内的 8
3. 純粋性を高める方法 9
4. 衝動に影響を及ぼす外的要因とは何か？ 16
5. 純粋性を実践する方法 21
6. 純粋性が育まれたかどうかを知る方法とその落とし穴 27
7. 世俗的関係における純粋性 30
8. 大自然における純粋性 31
9. サティヤ サイ オーガニゼーションにおける純粋性 33
10.純粋性の例 37

セクション２－御講話

ダルマを守る王と徳高き国民 41
学生とサトウィックな純粋性 49
心の清らかさが真のサーダナ 54
あなたが守らなければならない三つの財産 61

※編集者注： このスタディー ガイドでは、Purity という単語を「純粋性」と訳す場合と「清らかさ」と訳す場合が混在していますが、どちらも同じ意味と考えてください。

前書き

「私が教えることを実践しなさい。それで充分です。
それが私が求めていることのすべてです。」
―サティヤ サイ ババ　1963年10月20日の御講話―

愛と真理の化身であり、宇宙の師であるバガヴァン シュリ サティヤ サイ ババは、人生の最終的な至高の目的地に到達する方法――すなわち、私たちが生まれつき持っている神性と、万物の中に内在する神性を実感認識する方法――を私たちに教えます。私たちを愛しているババは、「一体性は神性です」「純粋性は悟りです」という二つの重要な金言を私たちに与えました。一体性と純粋性に到達するために、ババはさらに「すべてを愛しなさい」「すべてに奉仕しなさい」「常に助けなさい」「決して傷つけてはなりません」という四つの実用的な神の戒めを与えました。

ババは、サティヤ サイ オーガニゼーションに自身の神聖な御名を貸し与えました。サティヤ サイ オーガニゼーションの中で、私たちは兄弟姉妹として、これらの金言と戒めに従うことによって、人生の目的を平易に悟るために一致団結することができます。私たちは、誠実さと絶対的な信仰をもって、即座に絶対的に完全に神の御教えに従うことによって、存在の最高善に到達することができると、ババは述べました。

それに従って、サティヤ サイ インターナショナル オーガニゼーション（SSIO）の第十一回世界大会では**「一体性は神性であり、純粋性は悟りである」**というテーマで、バガヴァンの二つの重要な御教えに焦点を当てることにしました。霊的旅路の途上にあるサティヤ サイ帰依者たちの役に立つように、一体性と純粋性に関するババの重要な御教えをまとめた二つのスタディー ガイドが作られました。

一体性は神性である

一冊目のスタディー ガイドは、「**一体性は神性である**」という金言を扱います。私たちが鏡に囲まれると自分自身のさまざまな反映が見えるように、私たちの周りにある一見多様性に見えるものは、私たちの実在である真我の反映にすぎないのだと、スワミは言います。この基本的な一体性を実感認識することが、心（マインド）の純粋性へとつながるのです。この純粋性を通じて、私たちは悟りを開き、万物と万人が神であることを実感認識し、生来の神性を実現します。

ババは、私たちは一つの神性の反映であり、一つの不滅の真我のさまざまな側面であり、私たち自身の本性であり、真我であり、神我である愛が、私たちの本質であると語ります。根本的には一つであるにもかかわらず、一体性はさまざまな方法で顕現します。根本的なレベルでは、イーシャーヴァースヤ イダム サルヴァム（すべては神で満ちている）――すべては神です。次のレベルは、大自然における一体性です。――神は大自然であり、大自然は神です。大自然のあらゆる多様性の中に一つの神性が顕現しています。そして人間は、大自然に不可欠なパーツなのです。一体性もまた、個人レベル、家族レベル、SSOレベル、社会レベルで顕現することができます。人間（ヴィヤクティ）は社会（サマシティ）の一部であり、社会は創造（スルシティ）の一部であり、創造は神（パラメーシティ）の一部であることを、バガヴァンは私たちに教えます。スタディー ガイドでは、これらすべての顕現の中に一体性を見る訓練をし、そのつながりと原理を探索します。

純粋性は悟りである

二冊目のスタディー ガイドは、「**純粋性は悟りである**」という金言を扱います。スワミは、神と永遠の至福を体験するためには、純粋性が不可欠であると言いました。私たちが純粋でなかったら、神を体験することはできません。実際のところ、スワミは、無私の奉仕、信愛の活動、教育など、あらゆる霊性修行は、心（マインド）を浄化するために行われるのだと語りました。

純粋性を高める方法は何でしょうか？ これが問題の核心であり、若い頃に純粋性を高めることの重要性と、外的な純粋性と内的純粋性のさまざまな側面について、スワミは素晴らしい説明をしました。外的な純粋性とは、肉体レベルでの純粋性です。それには、食べる物、口にする言葉、行動の純粋性や、場所や環境の純粋性が含まれます。しかし、身体がきれいであるだけでは充分ではありません――ハートと心（マインド）の純粋性が肝要です。この項では、内的純粋性（アンタフカラナ シュッディ）を高めることに関するスワミの御教えが列挙されています。限りなき慈愛ゆえに、バガヴァンは日常生活で十種類の純粋性を高める具体的方法を推奨し、ナーマスマラナ、無私の奉仕、瞑想などの霊性修行と、それらをどのように行うべきかについて指示をしました。

スタディー ガイドでは、純粋性を高めるプロセスの落とし穴に関するスワミの忠告も扱っています。私たちが信愛の歌、奉仕活動、スタディー サークルなどの霊性修行に取り組むときの障害物について、私たちに警告し、それらを乗り越えるための実践的解決策を提供しています。彼は、私たちが日常生活の中で思い、言葉、行動における純粋性を実践するよう、私たちを導きます。

スタディー ガイドでは、純粋性を高める基盤としての愛について詳細に述べています。愛を育めば育むほど、私たちはより純粋になります。最後に、純粋性に到達したさまざまな霊性の師、聖賢、聖者の例から何を学べるかについての短い議論があります。

結論

主から与えられた実践的なアドバイスのシンプルさと美しさは、どこにいようとも常に霊的進歩に携わっている帰依者すべてにとって、永続的な価値があります。社会と世界全体の持続的平和と繁栄にとっての実用的な価値もあります。

彼の甘露の御言葉を学び、話し合いやスタディー サークルやワークショップを通じてそれらを理解し、真摯にそれらを実践しましょう。一体性をもって前進し、純粋性に到達し、今生で神性を体験することを決意しましょう。

ジェイ サイ ラム

愛を込めて、サイの奉仕のうちに

ナレーンドラナート レッディ医学博士
プラシャーンティ評議会会長
SSIO会長

純粋性は悟り

序論

一体性に関するスタディーガイドの中で、バガヴァン シュリ サティヤ サイ ババは第一の金言「一体性は神性」について詳細に述べています。次に私たちは第二の金言「純粋性は悟り」に進みます。これを理解するために、私たちはもう一度、愛する主のメッセージを参照します。

私たちは皆、「純粋性」という言葉を理解しています。この「純粋性」は、さまざまな観点から理解することができます。あらゆる宗教や哲学は、人間の精神的進歩だけでなく、私たちの日々の生活における純粋性の大切さを強調してきました。しかし、どこから始めて、どのようにして純粋性を高めるかについては、さらなる説明が必要であったり、疑問点があるかもしれません。この道の一里塚となるものは何でしょう？各段階で私たちが受け取る成果はどのようなものでしょう？そして私たちがこの探求中に遭遇するかもしれない落とし穴とは何でしょう？このスタディー ガイドは、これらの質問に対する答えを提供します。

この本は、「純粋性は悟り」というテーマに関して、神の叡智という浄化作用のある光へと昇華した、バガヴァン ババの御講話の引用をまとめたものです。この捧げ物は、サティヤ サイ ババの御教えのこの重要な側面の理解を支援する目的で編集されました。

ここで扱うテーマは以下のとおりです。

1. なぜ純粋性が大切なのか？
2. 二種類の純粋性――外的と内的
3. 純粋性を高める方法
4. 衝動に影響を及ぼす外的要因とは何か？
5. 純粋性を実践する方法
6. 純粋性が育まれたかどうかを知る方法とその落とし穴
7. 世俗的関係における純粋性
8. 大自然における純粋性
9. サティヤ サイ オーガニゼーションにおける純粋性
10. 純粋性の例

最初の章は、純粋性が大切である理由を理解するのに役立つサティヤ サイ ババの御教えです。ババは、純粋性が人間として生まれたことの証であると語りました。そしてまた、純粋性は永続する至福を体験するために不可欠であり、その永続する至福は神性――悟りそのものであるとも言いました。さらに、外的純粋性と内的純粋性について、そして外的な純粋性がどのように内的純粋性に影響を及ぼすかについても説明すました。

純粋性の大切さを確証したら、次の章である「純粋性を高める方法」に進みます。これは私たち全員にとって最も重要な問題です。ババは、幼少の頃から純粋性を高めることの大切さを詳細に述べています。バガヴァン ババは、日々の生活の中で純粋性を実践する方法について、貴重なアドバイスをしました。また、ナーマスマラナ（神の御名を繰り返し唱えること）、セヴァ（無私の奉仕）、瞑想などのようなサーダナ（霊性修行）について、およびそれらの実施方法について、さまざまな指示をしました。

私たちはそれぞれ、純粋性を高める道の途上にある落とし穴に遭遇することがあります。次の章では、純粋性を高めるプロセスの中で私たちが遭遇する可能性のある障害に関する、ババの愛情深い助言が紹介されます。これはサティヤ サイ オーガニゼーションの中にいる私たち帰依者にと

っては特に重要です。私たちは、信愛の歌、無私の奉仕活動、スタディー サークルなど、たくさんのサーダナ（霊性修行）に取り組みます。この旅路の中で、私たちが遭遇する落とし穴とはどのようなものでしょうか？そしてどのようにして私たちはそれらを克服するのでしょうか？サティヤ サイ ババが、これらの疑問に対する解決策を私たちに与えます。

サティヤ サイ ババは、愛が純粋性の基盤であると語りました。人生のあらゆる側面において、愛を育めば育むほど、私たちの純粋性は高まります。ババは、無私の愛、つまり生きとし生けるものすべてに対する平等な愛を実践することによって、どのように純粋性が高められるかを説明しました。すべての中に神を見る愛、見返りを期待しない愛――そのような愛を顕現させることが、世俗的関係における努力のすべてに成功をもたらすでしょう。

生きとし生けるものすべてに対する愛とは、大自然として顕現した神に対する愛を意味します。私たちが生き残るために頼りにしている自然の元素すべてが、人間の利己主義によって汚染されていることを、ババは教えました。次の章では、大自然の資源を人間が使い過ぎたことにより汚染されてしまった大自然の浄化に役立つ方法を、サティヤ サイ ババが私たちに教えます。

サティヤ サイ オーガニゼーションの会員にとって、次の章は高い関連性があり、極めて実践的です。ここでは、奉仕、信愛の活動、神の御名の使用についてはサティヤ サイ オーガニゼーション内の純粋性が重要であると、サティヤ サイ ババが説明しています。

最後の章では、バガヴァン ババが語った己の生涯において純粋性を実践した人々の物語と、ババ自身がその生涯の中で示した純粋性の模範例を紹介します。これらの例は、バガヴァンへ帰融する純粋性の道を歩む私たち全員にとって、かけがえのない価値があり、たくさんの示唆を含んでいます。

1
なぜ純粋性が大切なのか？

純粋性は人間として生を受けた証

「ヴィヤクティ」は、個人を指すために使うのに非常に適した用語です。サンスクリット語では「己の中に神性を顕現させた者」を意味します。――それが答えです。霊性修行を重ねることによって、非顕現（アヴィヤクタ）の「それ」が顕現（ヴィヤクタ）するようになります。その顕現に到達した人物を「ヴィヤクティ」と呼ぶことはできますが、すべての人間にその資格があるわけではありません。カーマ（欲望）とカーマに付き物であるクローダ（怒り）によって、ハートという鏡が汚されないようにしなさい。そうすれば、その中で内なる神が明るく輝くのです。

1971年4月18日の御講話

燃えている炭が熱を失えば単なる炭となり、ひとかけらの椰子糖が甘さを失えば泥の塊になるように、永遠のダルマ（思い、言葉、行動における純粋性：トリカラナ シュッディ）を固く守る限り、人は真の人間であり続けます。この基本的な資質がない人は、姿形は人間でも、本性はそうではありません。

1990年11月21日の御講話

人格とは善良な行いをすることを意味するだけではありません。人は人類同胞を自分の兄弟姉妹と見なさなければいけません。人は感情の清らかさ（バーヴァ シュッディ）を養わなければいけません。それは最終的に英知の成就（グニャーナスィッディ）へと導きます。

2005年3月16日の御講話
「謙虚さは教養の証」
サイ ラム ニュース155号 p.4

最も重要な資質は純粋性です。今日では、あらゆるものが汚染されています。水、大気、五大元素のすべてが汚染されています。その結果、人間の心（マインド）も汚染されているのです。どうしたら純粋性に到達できるのでしょうか？あなたの心（マインド）を神の思いで満たし、あなたの行動すべてを神に捧げ、あなたの意欲を高める内なる存在を神と見なしなさい。

1993年11月23日の御講話

清らかさ（パヴィットラム）は人間の真の特質です。この清らかさが、人が行うすべてのことに表れていなければなりません。人の思考の中に、人が見るものや話すことの中に、人が行うすべての中に、表れていなければなりません。清らかさを示したときにだけ、あなた方は神聖アートマの化身になることができます。そうなると、神と人の違いは消えてなくなります。すべてが神格化します。主体と客体の違いも消失します。すると、すべてのものが完全なもの（プールナム）となります。本当のグル プールニマーは、その完全性を覚ることであり、どこかのグルに御足への礼拝（パーダ プージャー）を捧げて、そのグルからマントラを授かることではありません。今日、あなたの思考を神へと向けること、あなたのハートを浄化する努力をすること、そして、神我顕現を追求することを、決意しなさい。

1984年7月13日の御講話
「三つの約束」
サイ ラム ニュース169号 p.9

神はあなたがどれほど富んでいるかとか学識があるかとかを考えません。神はあなたの心（マインド）とハートの真剣さと純粋さだけに関心をもち、あなたの愛がどこまで心からのもので誠実であるかに気を留めます。ヴァールミーキは猟師でした。ナンダは

不可触民でした。クチェーラは貧民でした。ドゥルヴァとプラフラーダはわずか五歳の子供でした。シャバリーは無学で教養のない女の部族民でした。しかし、彼ら全員が、心からの献身と愛と全託によって神の恩寵を豊かに得たのです。シャバリーの例を見習いなさい。彼女は常にシュリ ラーマとその幸福のことを考え、己の思い、言葉、行動のすべてをラーマのみに捧げました。その結果、彼女の行為すべてが変容し、昇華して最高の苦行(タパス)となったのです。瞑想とは、写真撮影のためにポーズをとっているかのように、特定の姿勢で漫然と座っていることを意味するのではないという教訓を、あなた方は彼女の模範から学ばなければいけません。彼女の場合のように、あなたがどこにいようとも、何をしていようとも、その生活すべてが瞑想の連続とならなければなりません。あなたが食べたり飲んだりするものは何でも、ナイヴェーディヤ(神饌)として神にお供えしなければなりません。このようにして、あなたがすべてを主に捧げるならば、人生において悪い行為に関与したり、悪い道に入り込んだりすることから自然と守られるでしょう。

1990年6月3日の御講話
「ヴェーダの英知」
「ブリンダヴァンの慈雨 1990年夏期講習」pp.251-252

もし、神を見たいのであれば、心の純粋さを獲得しなければなりません。あなたは、ある人物のことを自分の父親であると言います。しかし実際には、父親は全人類に内在する同じアートマ タットワ(アートマの本質)であるために、そのような言及に困惑します。

あなたは、どこかの女性と結婚し、その女性を自分の妻であると言います。しかし、実際には、その女性は神聖なるアートマの化身です。同様に、あなたは一人の子どもを自分の息子と呼んで愛情を込めて抱擁します。しかしその子は、自分は本当はあなたの子ではなく神性の化身なのです、と言うかもしれません。このように、この世のあらゆる関係は、実のところアートマの関係でしかありません。

S2005年10月9日の御講話
PDF「心の清らかさが真のサーダナ」

この肉体は滅びる運命にあります。人間の寿命は百年と言われていますが、死が近づくのは少年時代なのか、青年時代なのか、老年時代なのか、あるいは街中でなのか、森の中でなのか、水の中でなのか、誰も知りません。死は確実にあります。肉体があるうちに、人々は神を知るべきです。この神聖な人生は、神を悟るためだけに与えられているのです。

1993年4月10日の御講話

父、母、息子、娘のような世俗的な関係は、感情だけに基づいています。人は、名と姿を考慮して、彼らに愛着を抱くのです。誕生する前は、誰が父親で誰が息子なのですか？結婚する前は、誰が夫で誰が妻なのですか？これらの関係は一時的なものであり、過ぎ行く雲のようなものです。すべてがその間に入り、その後消えていくのです。

1993年4月9日の御講話

アートマだけが真実であり、永遠であり、不変です。ヴェーダも「それは属性を持たず(ニルグナム)、純粋で(ニランジャナム)、究極の住処であり(サナータナ ニケータナム)、永遠で(ニッティヤ)、汚れなく(シュッダ)、目覚めた(ブッダ)、自由な(ムクタ)、神聖さの権化(ニルマラ スワルーピナム)である」と宣言しています。それがアートマです。

1993年4月9日の御講話

永続する至福を享受するためには純粋性が不可欠

すべての個人は、アートマの本質の探求を人生の主要な目的と見なすべきです。 この探求には、思いと言葉と行動の清らかさが不可欠です。

1985年1月20日の御講話

人はいつも至福を切望しています。ブラフマーナンダ(最高位の至福、悟り)に到達するための第一の必要条件は純粋なハートです。人間のハートは純粋でミルクのように白いはずですが、現代では悪い思いや気持ちでいっぱいになっています。霊性修行は、ハートを浄化して、乳海に変えることから始まります。ハートがサトウィック(浄性)

の資質で満たされると、乳白色の海のようになります。そのとき初めてハートが、クシーラサーガラ（乳海）に住むというヴィシュヌ神にふさわしい住居となるのです。

1987年5月3日の御講話

今の世界の窮状、争い、苦しみの原因は何でしょうか？それは男女のハートに純粋さが欠けているからです。国の盛衰は男女の振る舞いに責任があります。純粋なハートを持つ男女がいれば、国が何かを欠くことはありません。ところが、今、彼らのハートは完全に汚れています。ここに真っ白な紙がありますが、何を書くかで紙は汚く見えます。人のハートもそれと同じです。汚れた感情がハートを汚すのです。今日の新聞は明日にはゴミになります。新聞紙は何の臭いもしませんが、ジャスミンの花を包めばジャスミンの香りがし、揚げ物を包めば揚げ物の匂いがし、魚の干物を包めば魚の臭いがするようになります。ハートが浄化されればハートは思いやりで輝きます。悪い感情と悪い思考は人のハートを汚します。

2001年11月19日の御講話
PDF「善良な母は国の誇り」

永続する幸福を享受したいのであれば、心（マインド）を清らかな想念で満たし、ハートに善い感情を抱かなければなりません。善良な想念と善良で親切な行動によって、ハートは純粋で神聖なものになります。人生という旅においては、身体は荷馬車、ハートは馬のようなものです。良いものをハートに食べさせない限り、旅を適切に進めることはできません。ハートにはサットサンガム（善良な仲間）、サットプラヴァルタナ（善良な行動）、善良な想念という形をした良い飼料を与えなければなりません。そして、何をしようとも、それを神への捧げ物とすべきです。

1987年5月3日の御講話

どうすれば平安が得られるでしょう？第一に必要とされるのは、ものの見方を清らかにすることです。二番目に必要とされるのは、自分の内に神聖な思いを育むことであり、そうすることによって清らかな言葉を話すことができるようになります。調和は平安な雰囲気を促進してくれるでしょう。社会の安寧は、社会を構成する個々人の変容と密接に関わり合っています。公正な人だけが公正な社会を築くことができるのです。清らかな心は、清らかな思いと清らかなものの見方と清らかな言葉に欠かすことのできないものです。

1998年2月5日の御講話
「善い生活についてのブッダの教え」
「慈悲　仏陀の教え」p.34

純粋性は神性への道

純粋さは一体性によって生じ、純粋さから神に到達することができます。神に到達するためには、純粋さを培わなければなりません。純粋さを育てるためには、すべての人と調和して生きなければなりません。

2000年11月23日の御講話
PDF「愛こそは私の唯一の財産です」

一体性があるところに純粋性があります。純粋性があるところに、神性があります。皆さんのすべてが、一体性、純粋性、神性というこれら三つの側面から目を離さずに、生活しなくてはなりません。他の人の困難や苦しみに無関心でいてはなりません。彼らの苦しみを、あなた自身のものとして受け止めなさい。すべての人のハートの中に棲むのは、ただ一つの神です。イーシュワラ サルヴァブーターナーム〔神は万物に内在する〕。蟻や蚊の中にさえも神は内在します。あなたのハートの中には慈悲の心があるべきです。

2008年7月20日の御講話
PDF「エデュケアを発展させ、団結しなさい」

清らかさと犠牲のサーダナに力を注がなければいけません。清らかさは神性です。犠牲を通じてマインド〔心／マナス／思考〕とハート〔フリダヤ〕の清らかさが得られます。清らかさによって神性が顕現されます。犠牲とは、神に放棄を捧げること、神に献身を捧げることです。犠牲として主に捧げるべきものは、エゴ、つまり「私のもの」、という感覚です。ひとたび、あらゆるエゴの感覚を主への犠牲とし、主のために放棄するなら、ハートとマインドのエゴの属性は清められます。そうすると、神性が顕現できるようになります。

電子書籍「続・バガヴァン シュリ
サティヤ サイ ババとの対話」p.52

純粋性は悟りへの道

真我の原理を悟り、同じことを他者に教えたいという大志を抱く人は、まずハートの純粋性を育むべきです。ハートに純粋性がない人に、真我を悟り、他者に同じことを教える資格はありません。単なる教育や学識や知能によって、真我の原理に到達することはできません。このために最も重要なのは、ハートの純粋性です。

1996年9月2日の御講話

人は純粋であるときにのみ、その知性が開花します。知性が開花して、初めてスィッディ（霊的目標）が達成されます。

1992年8月31日の御講話
「インドから来た象の神様」p.160

英知とは何でしょう？ 思いと言葉と行動の純粋さこそが真の英知です。あなたの肉体と心と行動は、純粋でなければなりません。このことに基づいて、「人が研究すべきは人間である」と言われています。それは、思いと言葉と行動の一致こそが、真の人間性であるという意味です。

2002年11月23日の御講話
PDF「宇宙の主の言葉に耳を傾けて
理想的な人間へと自己変革を遂げなさい」

人はバーヴァ シュッディ(感情の清らかさ)を養わなければいけません。それは最終的にグニャーナ スィッディ（英知の成就）へと導きます。

2005年3月16日の御講話
「謙虚さは教養の証」
サイ ラム ニュース155号 p.4

永遠なる神が遍在であるという確信に従って生活しなさい。思い、言葉、行動における調和と純粋性を保ちなさい。それがグニャーナ スィッディ（悟りの成就）を確実に得る方法です。

1996年10月3日の御講話

神性はあらゆる生物の内に顕現しています。同一のアートマ タットワ（アートマの原理）が、人間の内だけでなく、宇宙の全生物の内に存在しているのです。しかし、この真理を悟るには、純粋で無私のハートを持っていなければなりません。この真理を悟るためには、誰も皆、絶えず神を黙想していなくてはなりません。そうすることによって、ハートは純粋で平安になります。その段階に達した瞬間に、必ず神は、はっきりと、あなたの内に顕れます。

2005年10月9日の御講話
PDF「心の清らかさが真のサーダナ」

エゴを捨てて神を体験するならば、あなたは苦しみから逃れて、永遠の至福を享受するでしょう。ウパニシャッドは、物語を通して最も微細な真理を教えます。あなたは、それらの内的意義を理解して、甘露の甘さを味わうべきです。バーヴァ シュッディ（内面の清らかさ）があって初めて、これが可能になります。ハートの清らかさがスィッディ（成就）、すなわち真我の悟りへと導くのです。

1993年10月20日の御講話

きれいな鏡は太陽の光を反射します。私たちは、静かで澄みきった水面に映った太陽の姿を見ることができます。同様に、パラマートマ（至高我）の神聖なヴィジョンは、あらゆる思考の波が停止した静かで平静な心（マインド）に啓示されるのです。純粋で神聖なハートは、パラマートマの神聖な栄光を映し出すでしょう。

1979年夏期講習 第3章

瞑想とは霊的な心の純粋さを獲得するためのものであり、覚醒のための座席であるハートが純粋さを得ていなければ、神が顕れることはできません。そのために、人は霊的なハートの純粋さを獲得するために努力しなければならないのです。ドワーパラ ユガ〔クリシュナが化身した時代〕のカンサ〔幼少時のクリシュナを殺そうとした悪王〕は、どのようなサーダナを行ったのでしょう？ 実に、カンサは絶えずクリシュナ神をののしっていました。けれども、クリシュナ神はとても慈悲深かったために、カンサにダルシャン〔実際に神の御姿を見ること〕を与えたのです。心の純粋さがなければ、サーダナは神を悟るための助けにはなりません。断食、瞑想など、さまざまな種類のサーダナは、遍在の神、すなわち、実際はあなたの内面に内在者として宿る神への、信仰を深める助けとなるでしょう。概して人々は、神は誰それにダルシャンを与えた、と考えます。しかし、神は決して心が純粋でない人にはダルシャンを与えない、というのが真実です。そのため、あなたが神のダルシャンを望むなら、ハートを純粋にしなければなりません。あらゆるサーダナは、ただ純粋さを得るためのものなのです。ハートの純粋性を達成した瞬間に、遍在の神は、あなたのすぐ目の前に顕れるでしょう。残念なことに、今の世では、求道者を確実に純粋さの道へと導くグル〔導師〕が欠乏しています。彼らはお金と引き換えにいくつかの瞑想の身体的技術を教えるに留まっています。

2005年10月9日の御講話
PDF「心の清らかさが真のサーダナ」

ダルマは霞（かすみ）や霧（きり）によってアートマを視界から隠すようなことはせず、アートマを認識できるようにします。ダルマを実践することによって経験が積み重ねられます。その経験を通して真理が確立されます。真理ははっきりと表れ、真理をはっきりと見ることにより、解脱が与えられます。アートマを隠してしまう内的障害物から解放された人は、いかなるカーストやアーシュラマに属していたとしても問題ではありません。その人は必ず解脱を得ます。この心の純粋性（アンタフカラナ シュッディ）こそ、聖典（シャーストラ）が救済を語る際に賞賛していることです。

「生きる道 ダルマ ヴァヒニ」p.88

2
二種類の純粋性—外的と内的

清らかさ（シャウチャ）には二種類あります。外的なものと内的なものです。……内的な清らかさに関しては、心（マインド）が悪い思考や悪い欲望、執着心や嫌悪感によって汚されていないかに注意しなければなりません。心（マインド）を善良で神聖な思考で満たそうと努めなければなりません。否定的な思考、悪い思考から抜け出すためには、愛、親切心、慈悲、堪忍、同情心といった性質を現さねばなりません。

1989年9月3日の御講話
PDF「精神修養」

人間の心身の健康には、内面と外面の両方の清らかさが不可欠です。ほとんどの人は、外面的な身体的清浄に気を配ります。人々は、心（マインド）とハートは他人からは見えないと信じて、内面の清浄を無視しがちです。しかし彼らは、肉体が五大元素で構成されており、いつかは塵に戻るのだということを理解しなくてはなりません。重要なのは魂の状態です。身体でさえも魂の住居と見なし、そのように世話をすべきです。

1987年5月3日の御講話

内面と外面の両方に純粋性があるべきです。身体の純粋性は身体的なものに関連しています。それには、入浴、清潔な衣服の着用、清らかな食物の摂取などの浄化する行為が含まれます。学習においてさえも、書物は健全で意識を高めてくれるものであるべきです。しかし、内面の清らかさを伴わずに、外見だけを清らかにしても無意味です。学者から一般人まで、誰もが外側の清潔さだけには関心がありますが、内なるハートの純粋さには無関心です。しかし、材料が清らかであっても、調理する器が汚れていれば、食べ物はダメになるでしょう。人間にとっては、ハートが器なのです。それが純粋で汚染されていないことを確認しなければなりません。ハートを浄化するためには、誰もが無私の奉仕に取り組まなければなりません。無私の奉仕に集中することによって、心（マインド）を汚す執着や嫌悪感を抑えるべきです。ハートが純粋であるときにのみ、無私の奉仕を行うことができます。それゆえ、善良な帰依者にとっては、肉体的な清らかさと、精神的清らかさの両方が不可欠なのです。

1990年11月20日の御講話

3
純粋性を高める方法

幼い頃から純粋性を

カリ ユガ（カリの時代―私たちがいる時代）の人間の寿命は非常に短いのです。ドワーパラ ユガ（カリ ユガの前の時代）には、もっと長かったのです。マハーバーラタの戦いのとき、クリシュナは七十六歳、アルジュナは七十四歳、そしてカウラヴァ軍の最高司令官であったビーシュマは百十二歳でした。いいですか、ドワーパラ ユガでは、七十歳の男性は若者と見なされていたのです。しかし、現在では、十七歳の青年でさえも、老人のように弱くなっています。その理由は何でしょうか？当時、人々の心は非常に神聖でした。なぜなら、彼らは純粋性（Purity）、忍耐（Patience）、堅忍不抜の精神（Perseverance）という三つのPを実践していたからです。これらの三つのPを実践することによって、彼らは若いままだったのです。それゆえ、単に真理と正義を教え伝えるだけではなく、あなたの人生においてそれらを実践しなくてはなりません。

1996年7月24日の御講話

若い時代は非常に重要で神聖です。実際に、それは黄金時代なのです。邪悪な資質という錆（さび）や埃（ほこり）とは無縁であるべきです。学生たちは善良な資質を持つべきです。彼らが見ること、話すこと、聞くこと、行うことはすべて神聖であるべきです。それゆえ、まず最初に必要なことは、彼らのハートを神への愛で満たすことです。

1996年7月8日の御講話

しかし、今日の学生たちは、ハートにではなくアート（美術）にばかり注意を払っています。ハートは内側、アートは外側のものです。アートは世俗的であり、ハートは神聖です。アートは世俗性（プラブリッティ）に関連していますが、ハートは霊性（ニヴリッティ）に関連しています。ニヴリッティの原理は、最も神聖で崇高です。これは、ヴェーダーンタの中に次のように記されています。「それは、属性を持たず(ニルグナム)、純粋で(ニランジャナム)、究極の住処であり(サナータナ ニケータナム)、永遠で(ニッティヤ)、汚れなく(シュッダ)、目覚めた(ブッダ)、自由な(ムクタ)、神聖さの権化(ニルマラスワルーピナム)である。」

友人を作る限りは、誰のことも嫌いになってはいけません。誰も傷つけてはなりません。皆さんが広い心と純粋性をもって、この種の教育を身に付け、人類の模範となることを、バガヴァンは望んでいます。これが私からあなた方への祝福です。

1999年11月22日の御講話

学生一人ひとりがチッタ シュッディ（心の純粋性）に通じるサットカルマ（善行）を行うべきです。純粋性があるところにはグニャーナ スィッディ（悟りの境地への到達）があるでしょう。これらはすべてあなたの内面だけにあります。それをどこか外側に捜す必要はありません。

1990年6月3日の御講話
「ヴェーダの英知」
「ブリンダヴァンの慈雨 1990年夏期講習」pp.250-251

シャンカラは、霊性修行（サーダナ）の初めの第一歩として、サット サンガ（善き仲間）を勧めました。賢者や善人の仲間になれば、無執着が生じ、静寂や孤独を好むようになります。これはモーハ〔妄想、愛執〕の消滅を促しますが、アルジュナによれば、バガヴァッド ギーターを聞いた果報がそれでした。モーハが消滅すれば、人は「タット」と「トワム」、「それ」と「これ」の真理に、梵我一如に、しっかりと落ち着きます。そうです、その同一性を悟ることが、解脱（ムクティ）に到るということなのです。

1963年4月28日の御講話
PDF「シャンカラの不二一元論」

起源であり目的地である神は、チッタ シュッディ（心の浄化）に到達した後に、純粋意識のみによって知ることができます。そして、意識を浄化するためには、早いうちに始めなければなりません。早めにスタートし、ゆっくり運転する人がレースに勝つのです。その後、それ以外の人々も無事に到達します。神の道に小さな足を乗せなさい。第一歩の喜びが彼らを前に進めるでしょう。

1970年5月12日の御講話

外側の純粋性を高める

個人レベルでの変容は絶対に必要です。しかし、現代の人間は、悪い慣習で時間を浪費します。来る日も来る日も神聖でない活動に従事します。悪い習慣によって己の品位を下げています。動物を殺し、その肉を食べます。心（マインド）を浄化する代わりに、酒を飲むことによって心（マインド）を堕落させます。ギャンブルをすることによって神の姿そのものである時間を汚します。悪い活動に耽ることによって、悪い資質を育みます。これに加えて、他人の中傷や窃盗など、己の品位を下げるような活動に従事します。自分の中に邪悪な思いや暴力的な気持ちを生じさせるような低俗な本を読みます。人は、悪い活動にますますはまり、社会を汚染し腐敗させています。個人が邪悪な道を歩めば、社会全体が堕落します。霊性を教え、伝えることは、個人と社会の浄化に不可欠なのです。

1999年4月28日の御講話

今日、私たちが呼吸する空気、飲む水、耳障りな音、消費する食物など、あらゆるものに汚染があります。この全方位にわたる汚染のために、人間の健康が損なわれています。このこととは別に、人間の心（マインド）も汚染され、病気にかかりやすくなっています。人間は、穏やかで清らかな生活を送るよう真剣に努力すべきです。トラブルや騒動は、通り過ぎる雲のように、一時的なものであるという真理を悟らなければなりません。この真実を悟るならば、動揺が入り込む隙はまったくありません。

1994年1月21日の御講話

身体は神が宿る寺院です。神はハートの中に安置されています。しかし、あなたがこの非常に魅力的な金言を繰り返して、善人という階級に加わったふりをするだけでは、十分ではありません。そのような発言をすることには、大きな責任が伴います。というのは、常に、自分の内にある神に気付いているように振る舞わなければならないからです。寺院の司祭は、まず祭壇を清掃し、次に礼拝に使われる器を磨きます。それから、神像を清めるためにマントラによって聖別された水を注ぎます。最後に、意義深い神の御名を唱えながら花と芳香を通じて礼拝を捧げるのです。

1971年4月18日の御講話

誰もが皆、体と服とマナーの清らかさを守らなければいけません。これらは外側の清らかさです。これだけでは不十分です。心〔マインド、マナス〕も清らかに保っていなければいけません。思考も清らかであるべきです。外側と内側の清浄を保つことが必要です。内側の清らかさを獲得するにはどうすればよいでしょう？外側の清浄を保つのは、洗ったり汚れを取り除いたりすればよいので容易です。内側の汚れを認識し、それを取り除こうと試みるには、どうすればよいのでしょうか？方法は一つしかありません。最も小さな虫から最も高尚な生物に至るまで、万物に神が内在していることに気付くことです。その気付きが心を清めてくれるでしょう。

1989年6月20日の御講話
「四つの性質」
サイ ラム ニュース159号 p.16

祝祭の日には、早朝に一家全員が油浴をします。体の清潔さは健康につながります。加えて、神は体の内にも外にも存在するために、外側の清潔さも重要なのです。内側の清らかさを得るには、すべての悪い性質を取り除き、善い性質を培わなければなりません。祝祭の日に新しい衣服を着る意味は、心の中に溜まった汚いものを善い思いと取り換えることにあります。ハートは「ヴァストラ」とも呼ばれますが、これは衣服を指す言葉です。それゆえ、内側の清らかさはハートを清めることによって得なければなりません。新しい衣服を身に着けるのは、それを内側のハートを清める先駆けとして役立てること目的としています。以上のように、さまざまな祝祭の営みには、外的な儀式とは別に、内的な意味があるのです。

1992年8月31日の御講話
「インドから来た象の神様」p.159

あなた方もまた、感覚、行動の道具（カルメーンドリヤ）、知覚の道具（グニャーネーンドリヤ）を清めて、悪い習慣、悪い傾向、感情、思考という欠点をすべて取り除く必要があります。あなた自身を純粋に、不動に、無私無欲にしなさい。そのとき初めて、あなた方は内なる神を礼拝する機会にふさわしくなれるのです。その時が来るまで、寺院は闇を楽しむコウモリたちが群がる廃墟と化しています。

1971年4月18日の御講話

人は、ヒンサー（暴力や危害）という汚れが付いていない体を持っていなければなりません。人は、手で多くの暴力行為、多くの罪深い行為をします。そもそも、体はダルマを実践するために人に与えられているのです。そのような神聖な贈り物は、他人に奉仕をするため、神のごとき行いをするためにのみ使うべきです。それが体を清める方法です。ですから、発言と心と体が清められれば、内面の清らかさは保証されます。「シュチ」（清らかさ）は、このように内面の清らかさと外面の清らかさを必要とします。

1993年8月30日の御講話
PDF「ダルマを守る王と徳高き国民」

誰も己の美しさ、力、そして若さを誇りに思ってはなりません。前途には老齢という脅威があり、人は打ちのめされるでしょう。若者としての自分の強さとエネルギーに得意絶頂を感じている間にも、取り返しのつかないほど老いがあなたに忍び寄っているのです。体は曲がり、顔にしわができ、目がかすんだ老人は、若年層から年寄猿と呼ばれ、嘲笑の的となります。このすべての中で永続する者は何ですか？この世界においては、あらゆるものが変化し、衰退します。物質的な物であろうと個人であろうと、すべては一時的で永続しません。諸行無常です。あなたの純粋性だけが永続します。純粋性は人間の根本的性質です。しかし清らかでない生活を送るのであれば、その人は自分自身の品位を落とすことになります。

1988年7月12日の御講話

アンタフカラナ（内的道具）を清める必要性

身体が清潔であるだけでは十分ではありません。内面的な純粋さが不可欠です。実際、内面の清らかさの方が、身体の清潔さよりも本質的なものです。すべてのものを正しく楽しむためには、心（マインド）の純粋さが欠かせません。外の世界でどんなに神聖な行動をしても、心（マインド）とハートが純粋でなければ、そのすべてが無価値です。よい食材だけを使った料理でも、メッキを施していない器で調理すれば、その料理は有毒成分によって汚染されます。同様に、ハートという器の中は、愛によって清めなければなりません。そうすれば、人が消化吸収するものはすべて健全なものとなります。ですから、すべての求道者にとって、純粋性が一番大切です。それがなければ、人間のあらゆる行為は穢（けが）れたものとなります。不純なハートで為された行為からは、望ましくない結果しか生まれません。

1993年1月1日の御講話
「純粋性―神性に至る道」
サイ ラム ニュース98号 p.4

井戸の中に石を投げ込むと、波が発生します。波はどこまで行きますか？波は井戸全体に広がり、端まで達します。同様に、あなたの心（マインド）という湖の中に善または悪の石を落とすと、その影響があなたの体全体に広がります。もしそれが悪い考えであったら、あなたの目、耳、舌は、あらゆる悪を見、聞き、話すようになるでしょう。あなたの手も悪い行為をするようになり、あなたの足は望ましくない場所へあなたを連れて行くでしょう。 あなたの思考の影響は、頭からつま先まで、あなたの存在全体に広がるでしょう。それゆえ、ハートが非常に重要なのです。

1996年7月8日の御講話

五感を清めることが真理へと至る道です。感覚が汚されてしまったら、霊性修行が何の役に立つのですか？水桶の水が汚れてしまったら、出てくるのは汚れた水ばかりです。あなたのハートは水桶です。あなたの物の見方、思いは清らかではありません。話す言葉は濁っています。ハートがこのように汚れていれば、感覚は当然汚されてしまうでしょう。

1998年2月5日の御講話
「善い生活についてのブッダの教え」
「慈悲 仏陀の教え」p. 39

そのような霊的な見方を発達させ、他の人にもそれをもたらすためには、チッタ シュッディ（心の清らかさ）を持たねばなりません。霊的英知は、ハートに清らかさがあって初めて、理解できるようになるのです。純粋さが存在する場合にのみ夜明けを迎えることができます。ある土地で作物が収穫できるようになる前には、雑草を除去し、土地を耕し、種をまき、それらに水をやる必要があるように、人間のハートという畑は、悪い考えや悪い感情を取り除き、愛という水をやり、霊性修行によって耕し、神の御名という種を撒かなければなりません。そうして初めて、グニャーナ（神聖な英知）という収穫を得る資格が得られるのです。…あらゆるサーダナ（霊性修行）には、完全な純粋性が不可欠です。この純粋性に到達するためには、シレーヤス（善の道）とプレーヤス（快楽の道）の違いを理解する必要があります。

1993年10月7日の御講話

真理、正義、平安、愛は、行動と知覚という感覚と結びつき、バイブレーションと呼ばれる生気の助けを借りて、アンタフカラナ（内的道具）に入り、そこで実行されます。したがって、あらゆる個人の中に存在する神性は、音、感触、視覚、味覚、嗅覚という五つの知覚感覚と連携しているのです。この真理の本質を認識するために、人はまず思いと言葉と行動の一体性に到達し、それらの中に完全な調和をもたらさなければなりません。これが真の霊性修行です。

1999年4月28日の御講話

アンタフカラナとは何か？

「アンタフカラナ」（内的道具）という言葉は、一般的な言葉であり、霊的な用語にも使われます。その形式、性質、役割、重要性、目的は何でしょうか？こういうことを調べていきますと、心（マインド）自体もアンタフカラナ（内なる活性化因子）の精妙な形を取ることがわかります。それは、マナス（マインド）、ブッディ（理知）、チッタ（記憶）、アハンカーラ（自我）という四つの面から成ります。最後の三つは心（マインド）の精妙な面です。

この個々の名称は果たす機能に基づいて与えられています。それはちょうど、同じ一人のバラモンが、寺院で礼拝を行うときには僧侶（プージャーリ、ブラーミン）と呼ばれ、台所で働くときにはブラーミンの料理人と呼ばれ、学生に教えるときはブラーミンの教師と呼ばれ、暦（パンチャンガ）を解釈するときにはパンチャンガ ブラーミンと呼ばれるのに似ています。同じように、心（マインド）が思考過程に携わっているときには、マナスと呼ばれます。探求と正邪の識別の過程で忙しいときには、ブッディ（理知）と名づけられます。三番目の名前はチッタです。これは意志もしくは決断をする機能であり、記憶の機能もあります。心（マインド）が肉体と同一視して、種々の活動の行為者としての役割を果たしているときには、アハンカーラ（私が行為者であるという自我意識）と呼ばれます。

1990年5月24日の御講話
「手綱を握れ」
「ブリンダヴァンの慈雨 1990年夏期講習」pp.99

アンタフカラナは、マナス（心）、ブッディ（知能）、チッタ（意志）、アハンカーラ（自我感覚）の総称です。

1987年9月24日の御講話
全インド価値重視大会

機能の違いをもとに、アンタフカラナ（内的心理器官）には四つの名前が付けられています。思考と関係するとき、アンタフカラナはマナス（心、マインド）と呼ばれます。落ち着かず波立つときには、チッタ（意識）と呼ばれます。探求や理解と関係するときには、ブッディ（理知）と呼ばれます。「私」という感覚（所有感）と関係するときには、アハンカーラ（エゴイズム）と呼ばれます。なぜ、同一の存在物（アンタフカラナ）に四つの異なる名前と属性が与えられているのでしょうか？マナスは区別や違いに気を取られています。ブッディは唯一性と関係し、多様性の根底にある一体性を明かします。私たちのあらゆる努力は、一なるものを多に分割しようと努めることではなく、多様性の根底にある一体性を発見することに向けられなければなりません。

1983年3月17日の御講話
「ガーヤトリー マントラ」p.123

目や耳など、私たちの感覚器官はすべて、外側を見ることができ、外側で機能します。心（マインド）、知能、意志は、内側で作用する内面の道具です。それゆえ、それらはアンタフカラナ（内面の道具）と呼ばれるのです。内的器官の反応を放棄することによって、外的感覚によって知覚されたものを喜ぶことが、犠牲の一形態となります。したがって、最初の仕事はアンタフカラナを清めることです。この浄化プロセスには、適切な行動が求められます。正しい行動を取らない限り、チッタは浄化できません。「チッタスヤ シュッダィエー カルマハ（心は行為で清められる）」と、ヴェーダは宣言しています。心（マインド）を浄化するためには、カルマ（処方された行動）をしなければなりません。これは、サットカルマ（善行）は、その結果を望むことなく行われるべきである、という意味です。私利私欲の痕跡があってはなりません。これは、ニシカーマカルマ（欲望の伴わない行動）といわれています。これもまた、「放棄に伴う喜び」と呼ばれているのです。

1991年5月24日の御講話

衝動の浄化が
アンタフカラナの純粋性につながる

肉体は死にますが、思考は死にません。思考のバイブレーションの力は世界中に広がります。熱波、電気波、光波が放射されるように、精神波も放射されるのです。思考のバイブレーションが、人間の喜びと悲しみ、健康と疾病、不幸と幸福、誕生と死の原因です。思考のバイブレーションの力を十分に自覚して身を処すならば、人生は有意義なものとなります。全世界は精神的バイブレーションに満ちています。実のところ、すべての世界はまさに精神的バイブレーションの顕現なのです。したがって、私たちの思考を高潔な道へと方向付ける必要があります。高潔な思想や考えや気持ちを培えば、人間の心(マインド)はまばゆい純粋性で輝きます。心(マインド)の純粋性を高めることによってのみ、私たちは行動の純粋性を確保できるのです。純粋な行為のみが純粋な結果をもたらすことができます。

1993年夏期講習 第5章

空想が指示するままに行動してはなりません。何かを行う前には、それが適切であるか不適切であるかを考えなくてはなりません。一瞬の衝動にせかされるときには、何もしてはなりません。そうして初めて、その人の行動はサトウィック(浄性)となり、ラジャスィック(激性)やタマスィック(鈍性)の思いから無縁となるでしょう。

1987年5月3日の御講話

シュチ〔シュチル／シュチヒ〕は「清らかさ」という意味です。この言葉は、ただ体の外側の清潔さのことを言っているのではありません。サーダカには内面の清らかさも必要です。内面の清らかさとは何を意味するのでしょうか？人の行いはすべて、内側の衝動から生じるものであり、外側の力から生じるものではありません。行いはその人の内にあるものの反映です。自分の中に清らかな感情を持っているときにだけ、その人の行為は清らかになりえるのです。内面が汚れているとき、その人の行為はすべて不浄なものとなるでしょう。

1993年8月30日の御講話
PDF「ダルマを守る王と徳高き国民」

潜在的傾向(ヴァーサナー)は、とても細かい、とても強力な働きをします。種の中には、木の幹、大枝、小枝、葉っぱ、花、果実が格納されているのと同じように、潜在的傾向(ヴァーサナー)の中にはその一切がじっと潜んでいるのです。潜在的傾向(ヴァーサナー)は、あらゆる外的喜びの原因です。もし潜在的傾向(ヴァーサナー)がないなら、心(マインド)は澄んでいて清らかです。もし潜在的傾向(ヴァーサナー)があるなら、その清らかさはすべて汚されます。それらは、真理への道、アートマ(真我)への道、不滅への道の障害です。潜在的傾向(ヴァーサナー)の存在しない心(マインド)は変質し、もはや心(マインド)ではありません。

「坐禅の源流 ディヤーナ ヴァーヒニー」pp.110-111

自然(プラクリティ)は潜在的傾向(ヴァーサナー)の世界です。心(マインド)には執着するという傾向があるために、自然やこの世の外的な物事に引き付けられ、そのことばかり思い、その属性のことばかり考えるようになります。これは潜在的傾向(ヴァーサナー)のせいです。潜在的傾向(ヴァーサナー)がなければ、心(マインド)はまったく外界の物事の影響を受けません。心は一枚の布に例えられます。心(マインド)は、どんな色にも染まります。浄性(サトウィック)の衝動は心を白くします。激性(ラジャスィック)は赤に変え、鈍性(タマスィック)は黒く染めます。心(マインド)を占める衝動(潜在的傾向(ヴァーサナー))によって、心(マインド)は形作られるのです。こうした潜在的傾向(ヴァーサナー)を無にするために、人は坐禅(ディヤーナ)と集中(ダーラナー)の修行に取り組む必要があるのです。心は潜在的傾向(ヴァーサナー)の束に他なりません。

「坐禅の源流 ディヤーナ ヴァーヒニー」p.111

タマスィック（鈍性）とラジャスィック（激性）の衝動に屈することによって、現代の人間はハートをクシャーラサーガラ（塩の海）に変えてしまいました。塩味の海には、サメやクジラがいます。同様に、悪いハートの中には、色欲、怒り、貪欲、妬みなどの悪い特質が蔓延しています。そのような邪悪な力に入り込む余地を与えるのは愚かなことです。サトウィック（浄性）な特質で満たされた純粋で神聖なハートの中に神が正しい居場所を見つけることができるように、邪悪な力は完全に取り除かなければなりません。各人が常に、自分のハートの中に善良な考えや衝動が成長しているかどうか、そして悪い考えが根付いていないかどうかを、精査すべきです。毎日の礼拝を行う間には、適切なマントラ（神聖な音の定型句）を通じて、さまざまな神の臨在を祈願すべきです。同時に、悪魔的な力には、その場を立ち去るよう呼びかけるべきです。

1987年5月3日の御講話

ヴァーサナー（潜在的傾向や衝動）の奴隷になっている人は英知（グニャーナ）を欠いています。その人は、実際、弱虫です！ですが、ビクっとすることはありません。私が保証します。潜在的傾向（ヴァーサナー）を根こそぎにするやいなや、その人は、これまで怠ってきたせいで見失っていた神性を取り戻すことができます。

「坐禅の源流 ディヤーナ ヴァーヒニー」p.110

あなたがディヴィヤ グニャーナ ジョーティ（聖なる英知の炎）を見ることができないのは、エゴがあるからです。エゴはどのようにしてあなたの心に入るのでしょう？それは、あなたが真実の道を手放したときに、あなたの心に侵入するのです。あなたが、真の自己を知らずに、世俗的な思いや感情を育てるとき、あなたは利己的になります。エゴを取り除くには、世俗的な思いや感情をコントロールしていなければなりません。エゴを取り除かないままに英知を獲得することはできません。アートマ（真我）のまばゆい光を見るには、心を覆っているエゴという煤（すす）を取り除かなければなりません。

2002年11月23日の御講話
PDF「宇宙の主の言葉に耳を傾けて
理想的な人間へと自己変革を遂げなさい」

シャンカラは、不二一元論（アドワイタ）には、人間の心（マインド）から一切のエゴの痕跡とあらゆる二元的な考えを取り除く、熱烈な霊性修行（サーダナ）が要されることを知っていました。それゆえ、シャンカラは、人と宇宙の本質とが本当に一体であることに目覚める夜明けのための予備的な修行として、ヨーガ（神との合一）とバクティ（信愛）とカルマ（行為）という規範を教えました。シャンカラの言うところによれば、これらは知性を照らし、情動を清め、ハートを浄化するのです。

1963年4月28日の御講話
PDF「シャンカラの不二一元論」

4

衝動（ヴァーサナー）に影響を及ぼす外的要因とは何か？

純粋性を追求する上での食べ物の重要性

浄性（サトウィック）の食物の意味は何でしょうか？一般に知られている考えでは、果物とミルクは浄性の食物を構成するということになっています。しかし、それがすべてではありません。口で消費するものだけが身体に入る食物ではありません。目、耳、鼻、手のような他の感覚器官もまた、外界からの物体を消費します。したがって、人が五感の一つを通じて果物とミルクを取っているというだけでは、自分は浄性の食物を取ったと主張することはできません。すべての五感を通じて摂取する食物の性質が浄性（心を清め安らかにするもの）でなければならないのです。……言葉、見るもの、聞くもの、思想、行動の汚染に結びつく五つの悪を除いたときに、あなた方は自分自身の神性を実現し、パラマートマ（至高の魂）になることができるでしょう。汚染された食物で諸感覚を満たしているのでは、ミルクと果物を取るだけで純粋になることはできません。あなた方は、五つのすべての感覚器官を通じて、純粋な浄性の食物を摂取しなければなりません。

1990年5月20日の御講話

ハートを純粋にするために努力をしなさい。このことにあなたの最大の努力を傾けなさい。ハートが純粋であれば、どのようなことでも成し遂げることができます。ハートを純粋にするには、神聖な食物を食べなければなりません。

2002年11月23日の御講話
PDF「宇宙の主の言葉に耳を傾けて
理想的な人間へと自己変革を遂げなさい」

クリシュナはすぐに答えました。…『浄性（サトウィック）、激性（ラジャスィック）、鈍性（タマスィック）という三種類の特質（グナ）があります。それらは内なる意識（アンタフカラナ）に基づいています。それもまた食物の摂取に左右されます。あなたが食べる物があなたです。あなたの行動があなたの性質を形成します。したがって、少なくとも今生においては、食べ物と娯楽を規制することによって、優位になりがちな悪魔的（激性と鈍性）傾向を克服することができます。計画的な自助努力によって、人々は純粋性へ向かう傾向を促進することができるのです。』主は愛情を込めて、熱心な探求者であるアルジュナに対して、このようなアドバイスをしました。

ギーター ヴァーヒニー 第26章

祈って、食物を神に捧げた後でなければ、食事を摂らないようにしなさい。そうして初めて、食物が神聖化されて、あなたの知性が明るくなるでしょう。あなたは、食事の前に、次のように祈るべきです。「ブランマールパナム ブランマハヴィール、ブランマグノー ブランマナーフタム、ブランメーヴァ テーナ ガンターヴィヤム、ブランマ カルマサマー ディナハー」（捧げる行為はブラフマン、供物はブラフマン、それはブラフマンによって、ブラフマンである祭火の中に捧げられる、まさにブラフマンに到達する、ブラフマンに捧げる行為に専心する者は）…もしあなたが神聖な感情をこめて祈るならば、食物は聖別されます。

2002年11月23日の御講話
PDF「宇宙の主の言葉に耳を傾けて
理想的な人間へと自己変革を遂げなさい」

心の純粋性を高めたい人は、自分の食べ物や習慣に注意する必要があります。人体は食べ物を消化します。食べ物の精妙な部分は骨、筋肉、血液になり、最も精妙な部分は心(マインド)になります。したがって、食べ物が心(マインド)の善悪の性質の原因なのです。心(マインド)は食べた物のとおりになるのです。したがって、神聖かつ純粋(サトウィック)で健康的な食べ物を、節度を守りながら食べる必要があります。その昔、賢者や聖人たちは森に住んでいて、果物や塊茎だけを食べて生活していました。そのような純粋(サトウィック)な食べ物のおかげで、彼らは平和に生活することができたのです。

1996年9月2日の御講話

食事を食べる前に、神聖なマントラを唱えなさい。そうすれば、あなたのハートには、神聖でないものが入ることはありません。「アンナム ブランマー、ラソー ヴィシュヌフー、ボークタデーヴォーマヘーシュワラ」(食物はブラフマであり、エッセンスはヴィシュヌ、食事を摂る者はマヘーシュワラである)…この三つは、それぞれ肉体と心と行動に対応しています。思いと言葉と行動が純粋であることこそが真の英知です。あなたは、それ以外のいかなる霊性修行も行う必要はありません。人々は、さまざまなサーダナ(霊性修行)を行います。しかし、それはただ、一時的な満足をもたらすだけです。一方、思いと言葉と行為が純粋であれば、あなたは永遠の幸福を味わうことができます。

2002年11月23日の御講話
PDF「宇宙の主の言葉に耳を傾けて
理想的な人間へと自己変革を遂げなさい」

完全な健康を守るためには、内面の不純物を取り除き、健康的な食べ物だけを摂取することが肝要です。それと同時に、メンタルヘルスを維持するためにも、同じ二つの行動が必要になります。悪い想念を排除し心(マインド)を浄化することによって、心(マインド)を苦しめる病気を取り除かなければなりません。

1987年5月3日の御講話

この真理を悟った人は、己の心(マインド)が怒りや残酷性などの激情に支配されることを許さないでしょう。激情は、一時的な満足をもたらすだけでなく、深刻な感情的混乱も引き起こします。それゆえ、食物を摂取している間に不適切な激情に屈しないことが、人間として絶対に必要なことなのです。三つのP、すなわち、純粋性(Purity)、忍耐(Patience)、堅忍不抜の精神(Perseverance)を遵守することが、病とは無縁の健康と、永続する幸福を保証するのです。

1994年1月21日の御講話

食物を調理する人は神聖な感情を抱かなければなりません。昔は、正統のブラーミンは、自分の妻が調理した食物にしか手をつけませんでした。その理由は、主婦は、家族全体の幸福を願って食事の準備をしたからです。一方、料理人を雇えば、彼らがどんな感情で食事を作るかは、神のみぞ知るところです！ 料理人の不浄な思いが料理に入れば、それはあなたの心を毒します。アンナム ブラムハ(食事は神)です。ですから、食事は神聖な気持ちで調理すべきです。物理的な清潔さのみでは不十分です。心もまた純粋でなければなりません。料理に使う野菜は、正しい方法で手に入れたものであるように気を付けるべきです。例えば、夫が市場から野菜を持って帰ります。彼は、職権を乱用して、お金を払わずにそれを持ち帰ったのかもしれず、あるいは、小売り業者自身が、不正な手段でその野菜を手に入れたのかもしれません。そのような野菜を食べれば、あなたの心は汚染されます。あなたは、自分が食べる食物があなたの行動の原因であることに気付きません。不浄な食物は、人に神聖でない行動をとらせます。

2002年11月23日の御講話
PDF「宇宙の主の言葉に耳を傾けて
理想的な人間へと自己変革を遂げなさい」

清らかな話し言葉は清らかな衝動へと導く

内的な衝動はどのようにして清めればよいのでしょうか？ 内的な衝動は、心と話す言葉と体に関連しています。この三つのうちで最も重要なのが話す言葉です。どうしたら清らかな話し言葉を実現することができるのでしょうか？「アヌドヴェーガカラム ヴァーキャム サッティヤム プリヤ ヒタム チャ ヤト」とギーターは述べています。つまり、あなたの発する言葉はすべて、興奮や動揺を起こさせること（アヌドヴェーガカラム）のないものであるべきであり、真実（サッティヤム）で、好ましいもの（プリヤム）であるべきだということです。舌を汚す原因となる四つの要因があります。①嘘をつくこと。②話し過ぎること。③人の噂を広めること。④他人の悪口や批判。舌はこれら四種の発言の罪を犯しがちです。残念ながら、カリユガ〔末世〕である今の時代には、この四つすべてがはびこっています。真実でないことが当たり前になりました。人々は無遠慮に他人の中傷にふけっています。ほら吹きがまかり通っています。多弁を弄することが蔓延しています。これら四つの悪い傾向を取り除いたとき、初めてその人の発する言葉が清らかで汚れないものとなるのです。ですから、最初にすべきことは、己の発言を清らかにすることです。

1993年8月30日の御講話
PDF「ダルマを守る王と徳高き国民」

古代の人々は三種類の沈黙を実践しました。一つ目は舌の沈黙、二つ目は心（マインド）の沈黙、三つ目は至高の沈黙です。

話し言葉における沈黙とは、発言を制限して、必要なことだけを話すことを意味します。この訓練によって、話し過ぎが回避されました。その結果、彼らの話す言葉の力は保たれ、強くなりました。話し言葉の訓練は、真実性にもつながりました。真実を話すことは、彼らの想念を浄化するのに役立ちました。これによって、彼らは最高の英知を獲得したのです。それゆえ、話し言葉の純粋性は極めて重要です。それは、話し言葉を抑制することによって達成されなければなりません。

その次は、心（マインド）の沈黙です。心（マインド）は思考と空想の束です。これらの想念は徐々に減らす必要があります。想念が減ると、ねじが巻かれていない時計のように、心（マインド）は自然と静まっていきます。心（マインド）の活動が減ると、アートマの力が現れてきます。その結果、感覚よりも理知の方が活発になるのです。

話し言葉と心（マインド）の制御が成し遂げられれば、至高の沈黙の境地に達するのは簡単です。学生たちは、最初の二つの段階を訓練することによって、第三の段階に達するよう努めるべきです。

1994年2月3日の御講話

ハートが善い思いや感情に満たされていれば、あなたの話す言葉、あなたのものの見方、あなたの行い――感覚から来るあらゆるものが清らかになります。

1998年2月5日の御講話
「善い生活についてのブッダの教え」
「慈悲　仏陀の教え」p.40

内的衝動に影響をもたらす その他の外的要因

お金持ちの家のすべての部屋にはテレビが設置されています。テレビが登場した瞬間から、人間の心（マインド）は汚染されています。テレビが登場する前の人間の心（マインド）は、それほど汚染されていませんでした。以前は、暴力行為はそれほど蔓延（まんえん）していませんでした。現代では、すべての家にテレビが置かれています。人々は食事をしている間にもテレビを見ています。その結果、テレビで見られる汚らわしい物事すべてが視聴者によって消費されています。テレビに集中することは、その人の世界観に悪影響を及ぼします。テレビに出てきた場面、想念、行動は視聴者たちの心（マインド）を満たし、知らないうちに、興奮や不快感が彼らの心（マインド）に入り込みます。それらはやがて心（マインド）の中に定着して、大きくなるのです。

1996年1月15日の御講話

平安のない状態の原因となっているのは欲望です。ハートを清めなければ、あらゆる欲望は不安へと至るのみです。しかも、ハートの中の不純物は数々の病気の根源です。ハートが純粋であれば病気にかかることはありません。では、ハートを清めるにはどうすればよいのでしょうか？神聖な思いを育てる以外に方法はありません。他のどんな儀式も一時的に心を満足させるだけで、役には立ちません。心(マインド)は絶えず揺れ動いていて手に負えません。為さねばならないことは、心を神へと向けさせることです。

1997年4月11日の御講話
「純粋な心で国に仕えなさい」
「バジャン　神への讃歌」pp117-118

手だけが、人間の活動（カルマ）に関係しているのではありません。何が行われようとも、何が見えようとも、何が聞こえようとも、それが純粋であるかどうかに注意を払わなければなりません。思い、言葉、行動は、高慢、貪欲、憎悪とは無縁でなければなりません。口にする言葉は、これらの瑕疵とは無縁でなければなりません。聞きたいと思う物事は、これらの一見魅力的な性質とは無縁でなければなりません。追い求める喜びが悪に汚染されていてはなりません。

ヴィディヤー ヴァーヒニー 第19章

あなたは欲望を制御すべきです。実際、生活のすべてに節度があるべきです。しかし、今、人は自制することなく振舞っています。今の世界は、生活を快適にするたくさんの最新の方法を人間にもたらしています。疑いなく、そうした方法は人間の生活を容易で快適なものにしています。しかし、同時にそれこそが、人間を神聖でない罪深い道へと導いているのです。皆さんは現代の若者たちが携帯電話を持つことに取り付かれていることに気付いているでしょう。政府さえも、携帯電話の使用をコミュニケーションの最も便利な手段と見なして奨励しています。しかし誰一人として、携帯電話が学生たちに及ぼしている否定的影響を調べていません。

いったん携帯電話を持てば、誰とでも、何でも、どこででも、いつでも、話すことができます。そのような自由を与えられれば、若者たちは携帯電話を誤用して、身を持ち崩すのがオチです。純真無垢な若者でさえも、携帯電話を使うことで誤った道に誘われます。もし、学生たちに正しい道を歩ませず、功徳を吹き込まないならば、こういった便利な小道具や手軽な手段は、必ずや学生たちの心(マインド)を台無しにし、学生たちは大きな過ちを犯すことでしょう。学生たちが自分の過ちを正して神への道を歩むには、かなりの時間を要するでしょう。

2006年5月6日の御講話
「母の愛は計り知れない力を持っている」
「2006年講話集」p.132

科学は人間にラジオ、テレビ、映画をもたらしました。清らかな社会意識を持ち、ハートに愛を抱いている人々によってそれぞれが開発されたのであれば、それらはどれも役に立ち、良い結果をもたらします。しかし、それらは現在、高い道徳水準を持たない人々の手の内にあります。彼らはそれらを金儲けの道具として見ているのです。そのため、それらは人間の進歩の敵となっています。成長の過程にある子供たちの優しい心は、これらの通信媒体によって汚染されています。

1978年12月7日の御講話

私はもう一つ大事なことについて話したいと思います。近ごろでは、ほとんどの学生が携帯電話を持っています。携帯電話を持っていると何が起こりますか？便利だから携帯電話を持っていると皆さんは言うでしょう。けれども、携帯電話はさまざまに誤用されています。一部の若い男女は、携帯電話で話をして、悪い思いを抱くようになっています。悪い思いだけでなく、悪い関係も持ち始めています。

2008年10月9日の御講話
「サティヤ ナーラーヤナはヴィシュヌ神に他ならない」
サイ ラム ニュース124号 p.12

彼らはテレビやラジオをつけます。このようにして、彼らは、時間を無駄にするだけでなく、自分たちの心も汚しているのです。テレビで見られるものの多くは、卑猥で、不愉快で、不道徳で、堕落しています。そのような、好ましくない物事が表示されているのです。…それが、青年たちの純粋で安定した、無私無欲なハートを、不純で邪悪で一貫性のないものに変えるのです。

2002年5月27日の御講話
PDF「健康は財産」

今日、人は何をしているのでしょう？望ましくないものを聞いています。見苦しい光景を見ています。それでどうして平安が得られると期待できるでしょう？頭と心と舌に調和があるときにのみ、平安は得られるのです。思いと言葉と行動は一致していなければなりません。

1996年5月15日の御講話
「神の化身のメッセージと叙事詩」
「慈悲　仏陀の教え」pp.68-69

親愛なる学生の皆さん！皆さんはここ（プラシャーンティ ニラヤム）にいる限り、安心であり安全です。実家に戻ると、皆さんはテレビ、ビデオ、映画など、さまざまな邪魔者に襲われます。これらはすべてあなたのハートを汚します。テレビの番組は非常に魅力的ですが、あなたのためではなく、スポンサーや広告主の利益のために放送されているのだということを理解しなくてはなりません。教育に関連した番組、あるいは道徳的価値に特化した番組のみを視聴しなさい。実際、テレビは現代の病気となっています。つまり、TV（テレビ）ではなくTB（結核）です！もしあなたの中に道徳的な考えがなかったとしたら、そのような番組を視聴したときに何が起こるのでしょうか？

1999年11月22日の御講話

悪い思いを取り除くためには、まず悪い関係を避けるべきです。「マナ エーヴァ マーヌシャナム カラナム バンダモークシャヨー（マナス（心）は人を束縛する原因であり解脱させる原因でもある）」と言われています。私たちは誰にでも自分の電話番号を教えています。それから何が起こりますか？悪い交際が始まります。不必要な呼び出しはすべて、私たちがそれに出るかどうかを確認するために行われているのです。男女が不必要な接触を重ねるようになり、好ましくない関係を築きます。ですから、私は、携帯電話を使わないようにと、あなた方に強く忠告するのです。初めは便利かもしれませんが、次第に悪い道へとつながっていくでしょう。

2008年10月9日の御講話
「サティヤ ナーラーヤナはヴィシュヌ神に他ならない」
サイ ラム ニュース124号 p.12

第六の資質は、※サルヴァーランバ パリッテャーギー（あらゆる行為の放棄）です。これは、帰依者が行ったいかなる仕事も、誇示したり自慢すべきではないという意味です。誇示をやめない限り、利己心はなくなりません。ハートを浄化するにはエゴを除去しなければなりません。ハートに純粋さがなければ、善行はできません。ハートが浄化されるのは、神聖な行為を通してです。

1990年11月20日の御講話

※訳注：「サルヴァーランバ パリッテャーギー」とは、バガヴァッド ギーター十二章十六節三行目の言葉である。「あらゆる行為の放棄」とは、「何もしない」とか「仕事を途中で放棄する」という意味ではなく、「仕事や行為を完遂した後で、その成果を放棄する」すなわち「何かを行うときに一切の見返りを期待しない」または「何かを行った後で、あれは自分がやったのだと自慢したりしない」という意味。

5
純粋性を実践する方法

サーダナとしての純粋性

神中心の人物（サーダカ）には、純粋性、堅忍不抜の精神、忍耐という三つの資質があります。これらの資質がなければ、人間は弱者です。しかし、それらがあれば、あらゆる問題に立ち向かうために必要な強さと勇気を得ます。

1986年10月11日の御講話

「マナッスィエーカム ヴァチャッスィエーカム カルマンニェーカム マハートマナム」（思いと言葉と行動が完全に調和している人々は、高貴な魂である）…思いと言葉と行動が一致していることがリタムです。この三つは、ブラフマー、ヴィシュヌ、マヘーシュワラの三神を表しています。ですから、誰もがこの三つのものを純粋にするように努めなければなりません。例えば、ランプにかぶせるガラスの火屋（ほや）のことを考えてみましょう。しばらくすると、ガラスに煤（すす）がたまります。その結果、光は暗くなります。ガラスをきれいにすると、初めてはっきりと光が見えます。これが、あなたが為すべきことです。ガラスについた煤（すす）は、あなたの心を包んでいるエゴに例えられます。

2002年11月23日の御講話
PDF「宇宙の主の言葉に耳を傾けて
理想的な人間へと自己変革を遂げなさい」

一日の始まり

朝、ベッドから起き上がったらすぐに、あなたに襲い掛かろうとする人々に対するあなたの態度、習慣、計画、考えをほんの少しの間、考察しなさい。そしてその日一日に起こるであろう物事の形を決めなさい。雑多な群衆の中で、凶悪な者、悪徳の者、邪悪な者、有害な者、怒りの中で生まれた者、強欲を増やす者を識別し、自分は彼らの後に続くつもりはないと断言しなさい。善良な者、前向きな者の側にあなたの傾向を投げて手放し、就寝する前よりも純粋で、より強く、より幸福な人間となって起き上がりなさい。それが真のサーダナであり、単に呼吸を観察しながら数分間を過ごしたり、住む家を持たずに歩き回ったり、施しに頼って生きることではありません。

1971年4月18日の御講話

人間の運命はその人の行動によって決まります。 正しい行動を通して、心（マインド）は浄化されます。純粋な心（マインド）はグニャーナ（真我の知識）の覚醒をもたらします。朝に神に礼拝を捧げるとき、あなたが行うことになっているどんな仕事にも敬意を捧げなければなりません。あなたはカルマを司る神に「今日一日、純粋で、意味があり、役に立つ行動だけを私にさせてください」と祈らなければなりません。

1987年5月3日の御講話

霊性志願者（サーダカ）は、四種の純粋性、すなわち、場所の純粋性（ブー シュブラタ）、気持ちの純粋性（バーヴァ シュブラタ）、肉体の純粋性（デーハ シュブラタ）、そして内なる存在の純粋性（アートマ シュブラタ）に留意すべきです。

場所の純粋性とは何を意味するのでしょうか？あなたは、あらゆる場所に神がいると信じ、あらゆる場所や環境を清らかで清潔に保つべきです。さらに、あなたの目の前で肉体を備えた神を見るときには、その場所全体をさらにきれいにすべきです。たとえば、スワミのいる場所は、それがどこであろうとも、百パーセント清潔に保ち、完全な沈黙を守りなさい。エゴや執着とは無縁でありなさい。これが、場所の純粋性の意味です。

次は**気持ちの純粋性**です。これはどのように守るべきでしょうか？神はすべてに広がっており、永

遠で、無限です。神は愛と慈悲と至福の権化です。常にこの真理に焦点を合わせ、神を沈思黙考しなさい。あなたがどのような姿の神を礼拝しようとも、神はまさにその姿であなたの前に顕現するでしょう。

肉体の純粋性の意味は何でしょうか？あなたは、すべての人の中に神が存在しているという気持ちで皆に奉仕すべきです。食べ物や保護施設に関連した彼らのニーズを理解し、可能な方法すべてを使って、彼らを助けなさい。これが肉体の純粋性です。

それでは、**内なる存在の純粋性**とは何でしょうか？「サルヴァタッ パーニパーダム タット サルヴァトークシ スィロームカム サルヴァタッ シルティマローケー サルヴァマヴルッティヤ ティシタティ」（その手、足、目、頭、口、耳を万物に行き渡らせ、神は全宇宙に遍満している）…あらゆる場所にアートマがあります。この真理を悟るとき、あなたは本当の幸せを体験します。あなたが誰に奉仕し、誰を幸せにしようとも、それは神に奉仕し、神を幸せにすることに等しいのです。

1996年9月2日の御講話

WATCH

言葉(Words)・行動(Actions)・思い(Thoughts)・人格(Character)・ハート(Heart)に注意し続けることが本当のWATCH（注意すること)です。腕にはめているものがWATCH(腕時計)なのではありません。腕時計は修理に出さなくてはならないかもしれませんが、「WATCH」という言葉は決してさびれません。それは常に思い・言葉・行動を純粋にしてくれます。

2002年11月20日の御講話
PDF「教育の真の目的は人格」

それゆえ、最初に求められることは、あらゆる悪い思い、利己心、慢心、その他の望ましくない性質を、ハートの中から取り除くことです。そうすれば、愛の精神がハートの中に正しい居場所を見つけることができるからです。愛に満ちたハートだけが、純粋で、神聖です。ですから、愛に満ちた精神で奉仕活動に着手するようにしなさい。名声や評判を気にかけるべきではありません。名声は、誰かから手に入れることのできる製品でも商品でもありません。名声は川のように自然に流れていきます。川は小さな流れから始まりますが、流れていくに従って水量が増していきます。名声や評判を追い求めてはなりません。自分の目的を達成することに精神（マインド）を集中させなさい。ハートを愛で満たし、奉仕に従事しなさい。

1987年11月19日の御講話
PDF「奉仕するために生まれる」

神は遍在です。ですから、あなたが私の前にいないときに、違う振る舞いをしてはなりません。いつでもどこでも、その存在を意識しなさい。小さな仕事に従事しているときでも、注意深くありなさい。外観も、心の奥も、静寂を保ちなさい。ギーターは「神の手と足はあらゆる場所にある」と語っています。他の音に邪魔されないときにのみ、あなたは神の足音を聞くことができるのです。その無限の恩寵ゆえに、神は帰依者が切望する姿をとります。神は純粋性です。神は至高の英知です。神は常に自由であり、常に慈悲に満ちています。神を意識し、神を見、生きとし生けるものすべての中にある神に仕えなさい。

1980年11月24日の御講話

五つの禁戒（ヤマ）の一つ目は非暴力（アヒンサー）です。非暴力とは何ですか？それは、思い、言葉、行動によって誰をも傷つけず、誰にも害を及ぼさないということを意味します。ですから、非暴力は、思い、言葉、行動の純粋性（トリカラナ シュッディ）さを意味するのです。それゆえ、誰かを傷つける言葉を使用してはなりません。誰かを傷つけるためにこの肉体を使ってはなりません。誰かに対する憎悪や嫉妬のような悪い考えを心に抱いてはなりません。

1993年4月12日の御講話

心（マインド）は間違った考えや悪い感情によって汚されます。人はいかなる悪い考えも心（マインド）に入り込まないよう努力すべきです。絶えず悪い考えで満たされていれば、得られるのは悪い報いだけです。

心(マインド)を清めるには、一切の悪い思考を追い出す必要があります。悪い思考が入り込む余地があってはなりません。悪い感情を心(マインド)から除くべきです。そうして初めて心(マインド)は完全に清らかになります。

1993年8月30日の御講話
PDF「ダルマを守る王と徳高き国民」

私たちは心(マインド)、論理的思考能力、感覚を制御しなければなりません。外界を楽しんだ後、それらは漫然とさまようからです。一点集中の修行という秩序正しいコースに従うため、栄光と威光に全注意を集中させるという任務を担うべく、それらを訓練しなくてはなりません。それらをすべて集めて、より高次の道へと導きなさい。それらの勝手気ままな行為は抑制されなければなりません。御名を繰り返し唱えること(ジャパ)、瞑想(ディヤーナ)、善良な仕事、その他の浄化作用のある献身的で意識を向上させてくれる活動によって、それらは教育されなければなりません。

バーガヴァタ ヴァーヒニー 第31章

タパス(苦行)とは、単に一定の姿勢をとって瞑想することを意味するのではありません。本当の苦行は、思考と言葉と行為の清らかさを保つこと、一心に集中して目標を追い求めることにより、さらに高い目標を果たすために努力することにあります。「サタタム ヨーギナハ(永続するヨーガの境地に達せよ)」と言われています。あなたは無形の絶対実在を実現させたいと切望しなければなりません。その切望は次第に苦行へと姿を変えていきます。単に森に入って草の根や葉を食べて生きることが苦行なのではありません。悪い思考と激情を取り除いて心を神聖な感情で満たすことが、真の苦行なのです。

1989年9月3日の御講話
PDF「精神修養」

純粋なハートで祈る人に対しては、神は数秒以内に返事をするでしょう。口先だけの祈りであれば、神は何年たっても返答しないでしょう。心から祈る人に対しては、即座に反響、反射、反応があるでしょう。

1996年7月2日の御講話

あなたのアンタフカラナが純粋になれば、英知に到達します。心(マインド)の純粋さが最も重要なのです。心(マインド)をいつも純粋な状態に保ち、あらゆる種類の汚染と無縁にしなさい。悪い思いが心(マインド)に入ってきたら、「これは良くない。これは私のものではない」と自分自身に言い聞かせて、それらの悪い思いを追い払いなさい。自分に「これらはすべて私の所有物ではない。私の所有物は、良い思い、良い考えだけだ」と言い聞かせなさい。常に「愛は神、愛に生きよ」という真理を覚えておきなさい。もしそのような肯定的で高潔な思いを育むことができれば、すべてが皆さんにとって良いものであることがわかるでしょう。

2007年7月28日の御講話
「人生において神を最も重視しなさい」
サイ ラム ニュース118号 p.12

「自分はアートマである」という真理への信念が堅固になれば、一瞬にして解脱が得られます。「スワミは私の中にいる。私はスワミの中にいる」このように考えなさい。しかし、揺れ動く心でこの真理を考えても、何の役にも立ちません。安定した心で「私はスワミ、私は神、私は神」と考えなさい。確信が固まれば、皆さんは属性(ニルグナム)を持たず(ニランジャナム)、純粋で、最後(サナータナ)の住居(ニケータナム)であり、永遠(ニッティヤ)で、汚れなく(シュッダ)、目覚(ブッダ)めた、自由(ムクタ)な、神聖さ(ニルワナ スワルーピナム)の権化である神に到達します。

2007年7月28日の御講話
「人生において神を最も重視しなさい」
サイ ラム ニュース118号 p.11

人間的価値は、全部で五十も六十も七十も八十も列挙することができます。しかし、それらのものは、次の三項目のグループに分けられます。すなわち、純粋な想念と、純粋な言葉と、純粋な行動の三つであり、想念と言葉と行動とがお互いに調和していなければなりません。ゴミのようなものばかりを読めば、あなたのチット(意識)は汚染され、あなたのサット(実在)は損なわれてしまいます。そうであれば、どうしてあなたにサティヤム(真理)が明かされ得るのでしょう?

1981年8月31日の御講話
「教育に関するサティア サイ ババのメッセージ」p.70

十段階の手引き

道徳性と精神力を養うために、人は心を訓練するためのサーダナ（霊性修行）を実践しなければなりません。人は、この目的のために十種類の浄性を磨いていくべきです。

一番目は住居の浄性です。あなた方が住み、学ぶ部屋を清らかな雰囲気で満たす必要があります。飾る絵画やその他の物も、それを目にする者が平安と清らかな思いで満たされるものでなければなりません。悪い想念や興奮をかき立てる物を置くべきではありません。部屋は清潔にして、不潔なものがないようにしなければなりません。

二番目は家族における浄性です。家族の間には相互理解と協力、調和の感覚がなければなりません。家族の中に悪い雰囲気を生み出す争いがあってはなりません。調和的な雰囲気は、あなたに真の心の平安をもたらすでしょう。

三番目に必要とされるのは浄性の食物です。つまり、口にする食物はすべて、過度に酸っぱかったり、苦かったり、熱かったりしてはなりません。あなた方は、魚や肉のような激性の食物を避けなければなりません。好ましい浄性の食物であってさえ、過剰に摂取すべきではありません。浄性の食物だからといって食べ過ぎる人々もいますが、たとえ浄性のものであっても過剰になれば激性の性質をもたらします。胃が軽い状態で食卓に着き、同じく軽い状態で席を離れるときのみ、浄性の食物は浄性となるのです。軽い胃で食卓に着き、胃を重たくして席を立てば、摂取したものは鈍性となってしまいます。

四番目は浄性の飲み物です。摂取する飲み物もすべて浄性でなければなりません。水があるからといって無差別に飲むべきではありません。清らかな水であるべきです。酒類は避けなければなりません。

五番目は思いと感情の浄性です。これは非常に重要です。学生はこの局面を無視する傾向があります。思いと感情が清いときにのみ、清らかな部屋や良い家族、清らかな食物の恩恵に浴することができるのです。

六番目はヴィジョン（見方、想像、視覚）の浄性です。浄性の感覚や想念を深めていきたいのであれば、ヴィジョンは清らかなものでなければなりません。すべてのスリシュティ（創造）はドリシュティ（見ること、見たこと）に基づきます。間違ったヴィジョンを思い描くときにのみ、間違った思いを抱くのです。年上の女性は皆、自分の母であり、年下の女性は皆、妹であると見なすべきです。そのような清らかな思いに満たされるときにのみ、清らかな感覚をもつことができます。あなた方は学生であるため、このことを言っておく必要があるのです。誰かがあなた方の母親や姉妹を邪な目で見つめているときに、自分がどれほど不快な思いをするか想像してごらんなさい。このことを認識して、あなた方は女性に対して清らかな感覚を抱かねばなりません。また、他人を容認しないというような過ちを犯してはなりません。

七番目として、あなた方が読むすべての書物、書く内容のすべてが清らかであるべきです。これは学習に関連するサーダナです。もしも、清らかでないものを読んだり書いたりすれば、あなた方の心（マインド）はそれに覆われてしまいます。良い書物は良い心（マインド）を作ります。物理学や化学、その他の教科に関してあなた方が学ぶ書物は人格に影響を与えません。しかし、文学書に関しては必ずしも良いものばかりとは言えません。学習において、もしも不適切な書物が与えられた場合には、単なる教科書として扱い、人生を導く書物というほどの大きな価値を与えてはなりません。

八番目は清らかな浄性の奉仕です。奉仕に関して、何が浄性で何が激性なものなのかを見極めるべきです。私たちは外に出かけて道路を掃除し、村に道を造り、井戸を掘ります。そして、それらすべてを社会への奉仕として行っています。しかし、私たちが為すべき奉仕は、人々に真の幸福を与えるものでなければなりません。あなた方は「社会活動」という名において病院へ行き、患者に接します。これは、真の奉仕ではありません。あなた方が奉仕したいと望む人々すべてを神の具現者として見なすべきです。貧窮した人や身寄りのない人を助けに行くことが、神に奉仕を奉げることになるのです。

ナーラーヤナには二つの姿があります。一つは「ラクシュミー ナーラーヤナ」であり、もう一つは「ダリドラ ナーラーヤナ」(貧しい姿をした神)です。ラクシュミー ナーラーヤナは富に満ちています。ラクシュミー ナーラーヤナは多くの人々を救うことができますし、大勢の人々が仕えることでしょう。しかしダリドラ ナーラーヤナには誰も仕えようとしません。私たちはそのような人にこそ浄性の奉仕をすべきなのです。

九番目はサーダナの浄性です。サーダナとは霊性修行です。サーダナは浄性なものでなければなりません。ハタ ヨーガを実践する人もいるでしょう。クンダリニー シャクティを目覚めさせることに固執する人々もいます。他人に危害を与えるために悪霊に祈願する人もいるのです。これらの形式のサーダナは、まったくサーダナとは言えません。個人はチット(純粋意識)であり、神はサット(永遠の絶対実在)です。サットとチットが融合したとき、あなたはアーナンダ(至福)、すなわちサット チット アーナンダ(絶対実在・純粋意識・至福)を得ます。

これを認識するために為されるサーダナのみが、真のサーダナなのです。サットはどこにあるのでしょうか?サット、すなわち神はすべての人々の中にあるのです。それゆえすべての人を神と見て、すべての人に仕える覚悟をしなければなりません。親類知己と通常通りに付き合うこと、そこには何の誤りもありません。「唯一なるものが多の中にあまねく行き渡っている」という精神のもとにサーダナをすべきです。このプロセスにおいて、愛の感覚を育まなければなりません。愛を育むこと以上に崇高なサーダナはないのです!

十番目は仕事や職業の浄性です。あなたはどのような仕事をすべきでしょうか?仕事は、国や社会に役立つものであるべきです。あなた方は、国のおかげで生活の糧を得ることができるのです。そのお返しとして、自分が国に何をもたらし得るかを考えなければなりません。「奉仕とは何なのか?」「私が社会のために役立てることとは何だろうか?」と自問すべきです。あなた方が行うどの仕事にも、何らかの虚偽、不公平、欺瞞、邪悪な動機がないように注意しなければなりません。

1995年12月29日の御講話
「十種の浄性」
「プラサード 第2版」pp.314-321

ある有名な画家がクリシュナのもとへやってきました。彼は自分の代表作や、称号、メダル、トロフィーをクリシュナの前に並べ、クリシュナの肖像画を描くことを申し出ました。クリシュナがモデルを務め、肖像画は完成しました。しかし、それを見たすべての人が、どういうわけかその絵に描かれている姿はモデルのクリシュナとは違うと思いました。寛大にも、画家はさらに数回のチャンスを与えられましたが、そのたびに、彼の絵は出来損ないであると言われました。そこに描かれていた姿はモデルを務めたクリシュナではないと、皆が同意したのです。芸術家のプライドはズタズタにされました。恥ずかしさのあまり彼はうなだれ、自尊心を喪失して町を去りました。町はずれで画家を見かけたナーラダ仙は、その苦しい状況を聞きました。賢者は画家に言いました。「主にはたくさんの姿形があります。実に、すべての姿が神なのです。ですから、神を一つの姿に決めて、描いても成功できません。私はあなたにどうすべきかをアドバイスしましょう。」そしてナーラダ仙は彼を連れ出しました。翌日、画家は白い布で覆われた大きな額に入った「絵」を持って宮廷に現れました。クリシュナは画家にその覆いを外すよう頼みました。覆いが取り払われると、画家が持って来たのはただの鏡であったことがわかりました。「おお主よ!あなたには千の姿があります。この絵の中には、あらゆる姿が瞬時に明確に描かれているのです」と彼は言いました。あなたのハートを浄化し、それを澄んだ鏡にしなさい。主の栄光がその中に映し出されるでしょう。

1966年3月17日の御講話

人間の内面の道具を、神に一点集中させた思い・言葉・行動という坩堝(るつぼ)の中で浄化するこのプロセスは、タパス(苦行)と呼ばれています。内なる意識は、あらゆる欠点や欠陥から解き放たれるでしょう。内なる意識が純粋で汚されていなければ、そこに神が棲むでしょう。最終的に人は、自分自身の中で神そのもののヴィジョンを体験するのです。

バーガヴァタ ヴァーヒニー 第31章

行動の純粋性

このニヴリッティ(霊性)に到達するには、心(マインド)の純粋性(チッタ シュッディ)がなければなりません。善行が心(マインド)の純粋性をもたらします。「チッタスヤ シュッダィエー カルマハ」(心は行為で清められる)…私たちが行うすべての行為は、ハートの純粋性に寄与するはずです。

1996年7月8日の御講話

あなた方のすべての行為を、ハートの純粋さをもって行いなさい。純粋なハートなしに為される行為は、不毛です。純粋なハートで為された仕事は、どんなにささやかなものであれ、実り多きものとなります。

2002年11月19日の御講話
PDF「女性の責任は子供の人格を
形成することにある」

ハートが清らかであるということは、どんな儀式や苦行よりも大事なことです。あなたのハートを広げてくれるような、あなたが他の者たちを助けることができるような、そして他の者たちを傷つけないでいられるような見方を育みなさい。あらゆる行為を神に捧げなさい。ティヤーガ(犠牲)は真のヨーガ(神と一つになること)です。他人と分かち合うことなく物事(ボーガ)を楽しむというのは病気(ローガ)です。不滅は、犠牲を通じてのみ到達できるのであり、他のどんな手段によっても到達できるものではないとヴェーダは断言しています。

1998年4月14日の御講話
「ニルヴァーナへの道」
「慈悲　仏陀の教え」p. 59

純粋なものを見ることは、純粋な思いにつながります。純粋な思いは純粋な行いをもたらします。人間らしい生活には行いの純粋性が欠かせません。思いが純粋で、発する言葉が純粋であれば、行為は純粋になります。これが聖者たちの強調する三つの純粋性です。この純粋性がはっきりと表れることによって。人生は正されます。「常に助け、決して傷つけない」が、日々の生活を支配する原理となるのです。

1998年5月14日の御講話

決意(ダクシャ)は、清らかで、人の役に立ち、人を昇華する行いに限定するものであるべきです。一瞬でも何の行為もせずにいられる人はいません。どんな状況でも、汚れた行いをすべきではありません。それが、固い決意によって清らかさを手に入れる方法です。このような者のみが、「ダクシャ」(意志の固い人)と呼ばれることができるのです。

1993年8月30日の御講話
PDF「ダルマを守る王と徳高き国民」

五つの禁戒(ヤマ)の一つ目は非暴力(アヒンサー)です。非暴力とは何ですか？それは、思い、言葉、行動によって誰をも傷つけず、誰にも害を及ぼさないということを意味します。ですから、非暴力は、思い・言葉・行動の純粋性(トリカラナ シュッディ)さを意味するのです。それゆえ、誰かを傷つける言葉を使用してはなりません。誰かを傷つけるためにこの体を使ってはなりません。誰かに対する憎悪や嫉妬のような悪い考えを心に抱いてはなりません。この思いと言葉と行動の完全な純粋性が非暴力なのです。単なる純粋性だけでなく、その三つすべてが調和しています。それが真の非暴力です。

1993年4月12日の御講話

6
純粋性が育まれたかどうかを知る方法とその落とし穴

あなたが真の帰依者であれば、どれくらい前からスワミの講話を聴いてきたかを考えてごらんなさい。何年もの歳月が過ぎてしまいました。あなたは霊的にどれだけ進歩しましたか？あなたはスワミの御教えをどの程度実践していますか？ただ聞くだけであれば、それがいったい何の役に立つでしょう？それはすべて無駄ではなかったのですか？あなたは耳を傾けていますが、教えを実践していません。空腹は、料理を食べて初めて癒されるのです。学んだことを実践する帰依者のみが真の帰依者です。

1993年1月1日の御講話
「純粋性 ― 神性に至る道」
サイ ラム ニュース98号 pp.6-7

もしあなたに純粋な心と善良な性格が欠けているのなら、どうして、平安と愛と幸せと繁栄を授けるサイがあなたを賞賛すると期待できるでしょうか？どうして、プレーマ サイがあなたを身内として扱ってくれると期待できるでしょうか？

2002年7月21日の御講話
国際セヴァ大会開会式
「サイ セヴァ」p.58

多くの教えにもかかわらず、人の振る舞いに真の変容は何も起こってはいません。もし人がより清らかになっていかないのであれば、バジャンやサットサング（善い仲間）は何の役に立つというのでしょう？善い仲間を通じて、人は善い思いを育まなければなりません。善い思いはやがて人をジーヴァン ムクティ(今生での真我顕現）へと導きます。

1996年5月15日の御講話
「神の化身のメッセージと叙事詩」
「慈悲　仏陀の教え」p.69

あなたの実践することは、あなたが人に教える言葉と食い違っています。あなたは利己的で自己中心的な生活を送っています。そうした生活は、鳥や獣でも送ることができます。鳥や獣さえも、しばしば無私の行為を見せてくれます。人間だけが完全に利己的な生き方をしています。そのような人を帰依者と呼ぶのは恥ずべきことです。人は、少なくとも、教わったことの一つか二つは実践するよう努力すべきです。このためには、思いと言葉と行動における、三重の清らかさ（トリカラナ シュッディ）ガ要求されます。そうした三重の清らかさがなければ、人間は人間でなくなります。

1993年1月1日の御講話
「純粋性 ― 神性に至る道」
サイ ラム ニュース98号 p.7

今の時代にも、バジャンを歌い、霊的な事柄に関する講演を行うけれども、世俗的欲望という悪臭を取り除くことのできない人々がたくさんいます。彼らが世俗的欲望を取り除かない限り、彼らは純粋な状態に到達することはできません。彼らは物質的な人生に慣れ親しんでいます。彼らは、世俗的な願望を満たそうと思って、バジャンや瞑想などを行うのです。彼らは、水気の混じったバターにたとえることができます。霊的な道にあっては、人は世俗的欲望という悪臭に付け入る隙を与えてはなりません。中には、自分自身を帰依者と呼びながら、欲望のために邪悪な人間になっていく人がいます。そのような人を帰依者と呼ぶことができるでしょうか？いいえ。それはできません。もし彼らが真の帰依者であるのなら、どうして彼らから悪臭が漂うのでしょう？ 彼らの身体も、心も、知性も、またそ

の行動も、不純さに汚されています。

2002年7月22日の御講話
PDF「欲望を慎んで神の近くに居るようにしなさい」

あなたがしなければならない霊性修行とは何でしょう？ハートを純粋にすることです。かつてティルトンダ アルワールという聖者は、「心の純粋さが欠けている人は、ラーマの神聖な御名を唱える資格すらない」と言いました。汚れた心で神の御名を唱えても、それがいったい何の役に立つでしょう？こんにち、世界はあらゆる種類の汚染に悩まされています。人々の思いと言葉と行動もまた汚染されています。どうしてそのような人がバクティ（神への愛）を育てることができるでしょう？今の人々は、信愛という「お面」を付けて他者を騙そうとしています。他者を欺いてはなりません。常に助け、決して傷つけてはなりません。これこそが、十八のプラーナ（経典）の真髄です。他者を欺くことは、自己を欺くことと同じです。

2002年7月22日の御講話
PDF「欲望を慎んで神の近くに居るようにしなさい」

あなたは多くのサーダナをやっています。あなたはハートの純粋さと共にこれを行うべきです。最高のサーダナは、主の御名を唱えながら、あなたの内にある同一のアートマの化身である同胞たちに奉仕することです。あなたが何をしようとも、神への捧げ物としてそれを行いなさい。ハートの純粋性がなく、内なる意義を理解していないのであれば、何千ルピーも送金して、パードゥカー（神の履物）を運ぶことが何の役に立つのですか？

1995年7月8日の御講話

帰依者： スワミ、真我を悟るためには、どのような行為を行い、どのような行為を避けるべきでしょうか？私たちはこれについて知りません。

スワミ： メスメリズム（スピリチュアリズム、霊能者）を信じてはなりません。それを学んだり、実践しようとしてはなりません。その結果あなたが見るものは悪霊です。それほど簡単に神に到達できるわけではありません。サトワグナ（浄性）の一形態である神は、これらの低次な物事や話題の中には決して入ってきません。人間は、神の七段階下にいるのです。悪霊は、神の六段階下にいます。神のオーラは、これらの段階すべてに降りかかります。悪霊は人間よりわずかに大きな力を持っています。 この特別な力により、彼らは自分自身を神に見せかける力を持っています。（これらの精霊にだまされてはなりません。注意しなさい！）。

Sri Sathya Sai Anandadayi, p.292

見方の角度を変えなさい。神は遍在するという観点から世界を見ることを実践すれば、あなたは変容するでしょう。あなたは万物のすべての中に神の力を体験するでしょう。神からは何一つ隠せません。自分が何をしているか、スワミは見ていないと多くの人が思っています。スワミには無数の目があるということを、彼らは理解していません。あなたの両目さえも神なのです。しかし、あなたは自分の真の本性に気付いていません。自分自身を信じれば、あなたは神を信じるでしょう。神の力を超えるものは何もないことを理解しなさい。その最高の信仰心をもって、神を愛しなさい。そうすれば、あなたは神に引き寄せられるでしょう。それには純粋性が必要です。磁石は、錆（さび）で覆われた鉄片を引き付けることができません。同様に、神は純粋でない人を引き付けないでしょう。それゆえ、あなたの気持ちや思考を変えて、神はすべてであるという確信を培いなさい。

1995年2月27日の御講話

どのようにして気持ちの純粋性を守るべきでしょうか？神はすべてに広がっており、永遠で、無限です。神は愛と慈悲と至福の権化です。常にこの真理に焦点を合わせ、神を沈思黙考しなさい。あなたがどのような姿の神を礼拝しようとも、神はまさにその姿であなたの前に顕現するでしょう。。

1996年9月2日の御講話

あなたのハートは大きな貯水槽のようなものであり、あなたの感覚はその蛇口のようなものです。もしあなたが自分のハートを愛という水で満たせば、あなたの感覚という蛇口から同じ甘い水が出

るでしょう。あなたの行動は、あなたのハートのとおりになるでしょう。ですから、あなたが愛でハートを満たすなら、あなたの行動すべてが愛で満たされるのです。

1996年7月8日の御講話

ハートが純粋であれば、素晴らしい成果を上げることができます。ハートの純粋性をもって始めれば、どんな仕事も成功するはずです。あなたの仕事が愛と犠牲に満たされていれば、お金が循環します。崇高な努力を支援するために、人々が多額の資金を提供するでしょう。

1994年1月21日の御講話

宇宙に内在している神が、アートマとして自分にも内在しているのを感じるのが、アパロークシャギャーナ（直接的な神の認識）です。もし、すべての行為が、献身的な精神によって動機づけられるのであれば、人の内的意識（チッタ）を浄化することができます。純粋な意識を持った者のみが神の誕生（ジャンマ）と行動（カルマ）の神聖な特質に気付くことができる、とクリシュナは言いました。すべての人が、神の誕生と行動が神聖なものであることを認識できるわけではありません。

「ギーター ヴァーヒニー」8章
サイ ラム ニュース123号 p.55

このような無私の奉仕を必要としている私の被造物たちに、愛する兄弟姉妹として、そして祝福された私の内在者の顕現として、ある帰依者が謙虚さと純粋性をもって奉仕と愛を与えようとするとき、サティヤ サイとしての役割を果たすため、そのヨーギを助け、共に歩み、支えるために、私は降臨します。彼を導き、彼の人生に私の愛を降り注ぐために、私はいつもそのようなヨーギの近くにいるのです。

My Baba and I, p.170

7
世俗的関係における純粋性

愛—純粋性への確実な道

人間関係がハートからハートへ、愛から愛へを土台にしているとき、人間の純粋性が顕現します。愛は三本の辺がある三角形の形をしています。プレーマ（神の愛）は、いかなる見返りも求めません。ある人が見返りを期待して愛を捧げると、その人に不安が襲い掛かります。何の見返りも期待せずに愛する人は、不安とは完全に無縁です。愛とは受け取ることではなく、ただ与えることだと知りなさい。そのような愛は不安とは無縁です。真の愛にとっては、愛そのものが報酬なのです。このように、愛は見返りを求めず、不安とは無縁で、愛そのものが報酬です。これらが真の愛の基本的特徴です。現代の愛は、見返りに得をしたいという欲望に基づいています。それは恐れと不安に満ちています。したがって、愛が動機となるのです。愛が一時的で滅びゆくものへの欲望に基づいているならば、人生は不毛になるでしょう。愛そのものが報酬でなければなりません。

1988年7月12日の御講話

愛はあらゆるものを征服できます。無私で、清らかで、純粋な愛は、人間を神へと導きます。利己的で、抑えつける愛は、人を世俗に縛りつけます。

1995年12月25日の御講話

それでは、真のプレーマ（愛）とは何でしょうか？生きとし生けるものすべてを神の顕れとみなして、見返りを期待することなくそれらに捧げられる純粋で無私の愛が、真の愛です。

1985年5月6日の御講話

あなた方は、愛はあなたの実体であるプレーマスワルーパ（愛の化身）の反映である、ということに気付かなければいけません。その愛の化身は、あなたのハートの中に住んでいます。あなたのハートの中から湧いてくる愛の泉がなくなったら、あなたが愛に促されることは一切なくなってしまいます。その愛の泉の存在に気付き、その愛の泉にもっともっと頼り、その愛の泉の可能性を広げ、全世界をその愛の泉で潤そうと努め、その愛の泉から小さなエゴをすべて取り除き、あなたがその愛の泉を広げた相手から一切見返りを求めないでいなさい。日々の出来事の中で内輪もめを引き起こしたり、憎しみを募らせたりしてはなりません。他人の長所と自分の欠点を見なさい。他の人々を、自らの中に神を鎮座させている者として深く敬いなさい。同様に、自分を神の座として深く敬いなさい。あなたのハートを清らかにして、そこに神が住むことができるようにしなさい。

1965年3月26日の御講話
PDF「この喜びと、その喜び」

愛の証は、無私の犠牲（ティヤーガ）です。愛は誰からも何も求めません。愛は誰のことも悪く思いません。愛は完全に無私で純粋です。

1996年6月20日の御講話
PDF「無私の愛と固い信心」

愛が、報酬や見返りの期待に基づくものであってはなりません。そのような期待に基づく愛は、ビジネス上の取引になってしまいます。愛は商品ではありません。それは後で取り戻す貸付金ではありません。愛は自発的な捧げ物です。この種の純粋な愛は、純粋なハートからのみ生じます。

1995年1月14日の御講話
「神聖な愛の力」

8
大自然における純粋性

純粋性に関する大自然の教訓

「低次である」とレッテルを貼られた動物たちのの生活と行動を調べると、私たち自身がより良くなるための教訓をたくさん学ぶことができます。ゾウ、ウシ、シカは他の動物を傷つけたり食べたりしません。 彼らは葉や草や穀物を食べて生きています。彼らはサトウィックな（浄性の）生活を送っているのです。したがって、彼らは人間から崇拝され、恭しい敬意を示されています。一方、トラ、ヒョウ、オオカミには残酷な性質があります。彼らは他の動物を傷つけ、殺した動物を食べます。その結果、人間は常にこれらのラジャスィックな（激性の）動物たちを遠ざけようとしています。

1979年7月19日の御講話

努力しなさい――それがあなたの義務です。切望しなさい――それがあなたの任務です。苦労しなさい――それがあなたの課題です。あなたがこれらのことを真摯に着実に行いさえすれば、神が悟りという報酬を長く隠しておくことはできません。川は、それが元いたところである海と合流できるように努力し、切望し、苦労します。それを成就するよう意識の中に常時警告が発せられているのです。川は、源に歓迎されるように、自分自身を純粋で透明にしようとします。川は、目標に向かって順調に進むために、一帯のあらゆる障害物を乗り越えます。人間も、真我顕現という目標に向かって旅ができるように、神が人間に与えた身体的、精神的、知的、道徳的、物質的素養すべてを活用しなければなりません。

1977年2月16日の御講話

自然のもう一つの重要な要素は水であり、それもまた神の現れの一つです。水が教える教訓は次のとおりです。「息子よ！私は本来、純粋で、甘くて、涼やかです。純粋性、忍耐、献身不抜の精神は、あなたが培わなければならない三つの良い特質です。」

1997年10月8日の御講話

プラーナ（聖典）が宣言しているように、シヴァ神はヒマラヤ（ヒマチャラ）に住んでいます。この宣言の内的意義は「シヴァ神は、これらの山々（アチャラ＝山）のように落ち着いて揺るぎなく、雪（ヒマ＝雪、氷）のように純粋で白く涼やかな、私たちのハートの中に棲む」です。ゆえに、あなたの周囲の環境は、あなたがそれらに向かうたびに教訓を教えます。それらは、幸福と不幸のどちらにも動じず、苦しむものを慰め、汚れなく、純粋でいることをあなたに強く勧めています。

1975年4月4日の御講話

環境を浄化しなさい

第一の任務は、大気、水、食物の汚染が悪影響を及ぼしている環境を浄化することです。五大元素のすべてが汚染の悪影響を受けています。それゆえ人々は、自動車の使用を減らして、有害な工業排水の排出を抑制しようとすべきです。…樹木は、人間が吐き出す二酸化炭素を吸収しながら、人類が大気から酸素を受け取るのを助けるのに重要な役割を果たします。それゆえ、古代の人々は、大気汚染を抑制するために、樹木を育てることを好みました。

1993年2月6日の御講話

通勤する人や学生への私のアドバイスは、一日に少なくとも五～六キロメートルを自転車で通うのがよい、ということです。このサイクリング運動は、健康を維持するためだけでなく、自動車関連の支出を減らすためにも非常に役立ちます。もう一つの利点は、事故が回避できることです。さらに、自動車から有害なガスが放出されることによって引き起こされる大気汚染を減らすのに役立ちます。自動車や工場からの二酸化炭素の煙は、すでに都市部の大気を汚染しており、地球上のオゾン層を傷つけています。

1993年2月6日の御講話

工業経営におけるアヒンサー（非暴力）には、単に他人に害を与えないということ以上に、広義の社会的な意味があります。大気汚染や、川をはじめとする天然資源の汚染を避けることは、企業がアヒンサー（非暴力）を実践する方法です。以上のようなさまざまな手法を用いることで、基本的な人間的価値を固守する経営者たち、ビジネスの世界でのタスクに霊的なアプローチを採用する経営者たちによって、私たちの国民と国に多大な善が為され得るのです。

1990年2月10日の御講話
PDF「企業経営における人間的価値」

神の御名を唱えることによって大気を浄化しなさい

神の御名を唱えることは大気の浄化に役立ちます。浄化は大気中に神聖な音波が吸収された結果として起こります。音波の力はラジオの音波が遠距離間で発受信されることからも明白です。不浄な音波で汚されてしまった大気は、神の御名を唱えることによって浄化することができます。

1992年3月3日の御講話
「サンキールタンによって世界を清めなさい」
「バジャン 神への讃歌」p.106

今日から、すべての道路と路地裏に、主の御名の栄光を運ぶために、青年たちの情熱を活用しなさい！大気全体に電磁波が満ちています。これらの波が汚染されているために、人間のハートも汚染されています。この大気を浄化するには、主の名前を唱え、ラジオ波を聖別する必要があります。私たちが呼吸する空気、飲む水、消費する食物の中には汚染があります。私たちの生活全体が汚染されているのです。これらすべては、大気を神の御名で満たすことによって浄化する必要があります。あなたのハートの中で、喜びと共に御名を唱えなさい。

1995年1月14日の御講話

バジャンに参加しているすべての人が神の御名を歌うべきです。そうすることで大気の浄化に貢献し、国家の幸福を促進しなさい。

1992年3月3日の御講話
「サンキールタンによって世界を清めなさい」
「バジャン 神への讃歌」p.106

9
サティヤ サイ オーガニゼーションにおける純粋性

サイ オーガニゼーションの会員と、サイへ向かう普遍的道を固く守る人々は、宗教、カースト、信条の違いに基づいた優劣という考えに夢中になってはなりません。純粋性、誠実さ、不動心、信仰という美徳が見出されるところならどこでも、それらを賞賛すべきです。

1972年10月17日の御講話

現在の状態から世界を変えるために、新しい社会システムや新しい宗教、信条は必要ありません。重要なのは、神聖な理想を持った男女の組織です。そのような信仰深い魂があれば、その国は神聖な治世を享受するでしょう。しかし、そのような信心深い人々は、心(マインド)の純粋性と善良な人格がある社会でのみ、生き残ることができます。これらの二つが開花するための土台は道徳です。しかし、霊性なしに道徳が栄えることはできません。それゆえ、善良な社会という邸宅は、霊性という基礎の上に建て、純粋性と人格という柱と、道徳性という屋根を備える必要があります。

1994年7月22日の御講話

サティヤ サイ ババ センターの会員一人ひとりが、自分の生活の質を清めるために懸命に励むべきであり、その目的は、完璧な生活、理想的な生活を送ること、バガヴァン シュリ サティヤ サイ ババの神聖な教えの理想的な模範となることであるべきです。

世間はサイの帰依者の理想的な生活に反応するでしょう。世間の人は理想的な生活を求めており、それが目に入れば、自ら進んでそうした生活を取り入れるでしょう。世間は反応し、そうした生活に倣(なら)うでしょう。

「続・バガヴァン シュリ
サティヤ サイ ババとの対話」p.20

執着を持たずにする仕事が最も純粋です。そのような仕事は、心(マインド)に得意と失望という重荷を背負わせることがありません。「私がやった」、「これは私のものだ」〔という意識〕は、人を損なう二本の牙です。牙を抜きなさい。そうすれば、蛇を慣らして、ペットにして遊ぶことができます。ここの組織は、エゴ、個人的な所有意識、慢心、達成意識に絶えず注意して、それらを侵入させてはなりません。これはずっと頭に入れておくべき目標です。

1967年4月21日の御講話
PDF「サティヤ サイ セヴァ」

奉仕における純粋性

諸々の個人(ジーヴァ)を礼拝することは、セヴァの別名ですが、それが心の純粋なときに行われる場合だけ、わずかな益をもたらします。奉仕をする人(セヴァク)の心が純粋でなければ、その人が書いたり、話したりするさまざまな種類のセヴァは、空虚な自慢話に過ぎません。至福(アーナンダ)にあふれたハートと、愛に満ちた心で、いかに小さなものであれ、無私のセヴァを行いなさい。そうすることにより、慢心と虚栄によって行われた巨大なプロジェクトよりも、はるかに大きな神の恩寵が得られます。

1978年11月22日の御講話
「彼もまた神である」
「セヴァ 真のボランティア」p.200

サイ オーガニゼーションにおいては、人種、宗教、身分、地位、出身地による差別の介入する余地はありません。皆さんは、すべての人が唯一神の子供であると見なすべきです。そのような聖なる血縁感覚で結ばれていれば、人々は万人に愛を込めて接するようになります。偏狭で、創造性の乏しい考えはすべて放棄して、万人に対する愛で一杯になったハートで、奉仕に取り組むべきです。真のセヴァ（無私の奉仕）は、純粋で愛に満ちたハートからしか湧いてきません。

1984年11月18日の御講話
「分け隔てのない奉仕」
「セヴァ 真のボランティア」pp.81-82

神はあなたに、いつ、どこで奉仕をしたかは尋ねません。神は、「あなたはどんな動機で奉仕したのか？ どんな意図があなたを奉仕に駆り立てたのか？」と尋ねます。あなたはセヴァの重さを量り、その量を自慢するかもしれません。けれども、神は質を求めます。ハートの質、心の純粋さ、動機の神聖さを求めます。

1981年11月19日の御講話
PDF「セヴァ修行のレッスン」

サイのセヴァ（無私の奉仕）と、サイの帰依者へのセヴァは同じです。あなた方がサイの帰依者に、彼らがサイの帰依者であるからという理由で奉仕するとき、あなた方は彼らの中にサイを見、彼らの中にいるサイを喜ばせようとし、彼らの中にいるサイを崇めているのです。それは、サイが祀られている寺院に奉仕をするようなものであり、サイの写真が崇拝されている部屋に奉仕をするのに似ています。あなた方は、このセヴァの期間中は、サイのことだけを考えています。したがって、この訓練は、衝動を浄化し、想念を神聖なものにし、帰依心を一つの方向に導き、愛をより大きなものにすることを助けます。こういったことはサーダナ（霊性修行）における飛躍的な進歩であり、賞賛に値する勝利です。

1967年3月29日の御講話
「神の身体の手足」
「セヴァ 真のボランティア」p.123

どのようなセヴァであっても、それを行う以前に、あなた方は、利己的な心の傾向を根絶しておかなければなりません。「私のもの」「あなたのもの」という感覚をいっさい取り除き、あなたが、誰かあなたよりも貧しい人や、より不幸な人に奉仕をしているという感情から来る慢心を焼き尽くさなければなりません。

1978年11月22日の御講話
「彼もまた神である」
「セヴァ 真のボランティア」pp.197-198

セヴァの前提条件として、あなた方はハートの純粋さを勝ち得なければなりません。あなた方は自分の動機と技能、自分の目的と資格をよく調べて、自分がセヴァを通して何を成し遂げようとしているのかを意識すべきです。あなた方は、エゴのいかなる痕跡をも残さず、また名声を手にしたいという希望も、スワミの側に近寄る機会を持ちたいという望みさえも、心から追い出さなければなりません。もしあなたが、自己の安楽や、あなたの友人・親族である他の人々に対する優越感をもたらすものを所有したいという、押さえきれない衝動に駆られているのであれば、一刻も早くセヴァダルを離れた方が良いのです。

1978年11月22日の御講話
「彼もまた神である」
「セヴァ 真のボランティア」p.196

セヴァ ダル（奉仕部）のメンバーの誰かが行ったセヴァを評価するとき、重要なのは、その量や回数ではありません。そのようなことはまったく問題ではないのです。それよりも、その人を奉仕へと駆り立てた動機、そのセヴァを満たしていたその人の愛と慈悲の純粋さを評価しなさい！

1978年11月22日の御講話
「彼もまた神である」
「セヴァ 真のボランティア」p.197

犠牲を通じて、あなたは自分の本当の性質が慈善であることを知るようになります。慈善行為とは、個人や組織にお金を与えたことを意味するのではありません。あなたの中にあるすべての邪悪な考えを取り除くことが真の慈善行為です。そのお返しに、慈善行為があなたに純粋性を授けるでしょう。あなたに純粋性があれば、そこには一体性があるでしょう。あなたに一体性があれば、神性に到達することができます。

Sathya Sai Newsletter USA, Vol.13, No. 4, p.20

バクティ活動における純粋性

最初に、エゴが破壊されなければなりません。その結果、怒りが弱まるでしょう。あなたの義務を果たしなさい。あなたのエゴを出してはなりません。助け合いの精神を培いなさい。喜びをもって、あなたの仕事を続けなさい。互いに友好的でありなさい。あなた方がこのように振る舞うときに初めて、リキタ ジャパム(霊性修行として神の御名を繰り返し書くこと)の恩恵を理解するでしょう…愛を通じて、あなたの悪い特徴を取り除きなさい。…ナーマ リキタ ジャパムのような神聖な活動を行うサイオーガニゼーションの会員たちは…神聖な特質を培い、ハートを浄化すべきです。…あなたの心(マインド)を善良な思いで満たし、善良な活動に従事しなさい。神の御名を唱えなさい。天空が神の御名というバイブレーションで満たされると、環境全体が浄化されます。この聖化された大気を呼吸する人々は、純粋な思いを抱くでしょう。

1993年10月7日の御講話

ナーマ リキタ ジャパム(霊性修行として主の御名を繰り返し書くこと)の実践は、思いと言葉と行動の調和(まず主の御名について考え、次にそれを口にし、それから書き記す)を促進します。これら三つのプロセスはすべて、純粋なハートで実行されるべきです。完全な純粋性は、あらゆるサーダナ(霊性修行)にとって不可欠です。

1993年10月7日の御講話

サイの御名を使うときの純粋性

今日では、霊性の分野においても、ビジネスに夢中になっている人々が見受けられます。霊性とは、ビジネスを売り込むこと(promote business)ではなく愛を促進すること(promote love)を目的としています。ビジネスが霊性の分野に進出すると、あらゆるものが台無しになるでしょう。神の御名にも傷がつくでしょう。私のために何かを費やす人は一人もいませんし、私も他の人から何かを受け取ったりはしません。

2001年10月9日の御講話

現代では、霊性団体が公然とビジネスに携わっています。サティヤ サイ オーガニゼーションは、決してそのような商業的な団体になってはいけません。従事することのできる唯一の取り引きの類は、ハートからハート、愛から愛へのものです。参加すべきは、そういった高尚な交換です。金銭的なこと、他の物質的なことに関与してはなりません。お金や財産と関係を持った団体は成長しません。

1985年11月17日の御講話
PDF「人に説いていることを実践しなさい」

今日は私たちの学校の卒業生たちもここに集まっています。彼らはインドのみならず外国のさまざまな地域で、さまざまな種類の奉仕活動に従事しています。そして、こうした活動から彼らは大きな喜びを得ています。ですが、私の考えでは、彼らは地元に留まり、自分の資力の範囲内で、社会に奉仕すべきです。奉仕活動をする上で、他と連携し、奉仕がビジネスになってしまうのは良いことではありませんし、その必要もありません。できる限りそれぞれが自分の村で奉仕活動を行い、村人に幸せを与えるべきです。

2003年1月1日の御講話
PDF「一体性、純粋性、神性を求め努力しなさい」

中には、サイの名前を使って商売をしている人々がいます。彼らは、サイの帰依者を装って他者を騙(だま)しています。私は、そのような行動には賛成しません。彼らは帰依者などではありません。彼らは、国の内外を問わず、さまざまな場所に行ってサイの名前を使って金集めをしています。それは重大な犯罪です。私はただの一パイサも人に求めません。私は、決してそのような商売を承認することはありません。もし誰かが、そのような世俗的な意図を持ってあなたに近づいてきた場合は、それが誰であれ、すぐに出て行くように言いなさい。霊性の領域に商売が侵入するのを許してはなりません。

2002年7月22日の御講話
PDF「欲望を慎んで神の近くに居るようにしなさい」

自分の家族を養うためには、自分の好きなことをしてよいでしょう。しかし、誰一人として、サイの名前を使って商売をすべきではありません。ところが、不幸なことに、そのような活動が増えてきています。多くの村々で、人々が個人的な利益のためにサイの名前を誤用しているのを見かけます。このようなことは、アメリカ、イギリス、日本、ドイツ、シンガポール、マレーシア等々、多くの諸外国でも起きています。そのような悪い人々と関係を持ってはなりません。あなたの心を純粋で神聖に保ちなさい。そうしなければ、あなたは生ける屍と同じになってしまいます。そのような人々を尊敬してはなりません。彼らの葬儀を執り行う方が良いのです！

2002年7月22日の御講話
PDF「欲望を慎んで神の近くに居るようにしなさい」

[このアヴァターの]降臨は六十四年前に起こりました。その間ずっと、誰かから何かを求めるためにこの手を伸ばしたことはありません。私は誰にも要求したことはありません。私が誰かに要求することは決してありませんし、そのようなことをする機会も決してないでしょう。

1990年11月23日の御講話

私は誰にも何も求めません。私はこの七十年間ずっと何も求めませんでした。私の手は常に与えます。私があなたから求めるのは愛だけです。あなたへの私の愛は純粋で、不変で、無私無欲です。もしあなたが、そのような愛を信じることができないのであれば、あなたの人生に何の価値があるのですか？それを信じなさい。あなたは裏表のある人を信頼しています。なぜあなたが知っている真理（サティヤ）に忠実にならないのですか？清らかなハートで私の純粋な愛を受け取りなさい。あなた自身を神聖にしなさい。愛の中で生きなさい。愛は神です。スワミが語ったことを念頭に置き、スワミの言葉をあなたの人生を導く光としなさい。あなたのハートの中にスワミのアドバイスという光があれば、あなたはいつまでも人生という旅を続けることができます。すべてである神を、愛と共に思い出しなさい。

1996年3月31日の御講話

10
純粋性の例

バガヴァン ババ

来ては去っていったアヴァターたちは、白蟻がたかっていたため、すべての木を切り倒しました。しかしこのアヴァターは異なり、唯一無二です。今、白蟻が取り除かれ、木は助けられ、保護され、育てられ、成長が促されています。私は罰するつもりはありません。私は壊れた装飾品を修理し、新たな形に作り変える金細工師なのです。

あなた方のために主がどれほど親身になっているか、あなた方には理解できません。神の心配は、あなた方が気まぐれであり、神の言葉を故意に無視することです。なぜなら、神が関心があることは、あなた方が己のハートを清らかで汚れなく保つことだからです。私は、あなた方全員が目的地に到達することを願っています。私の仕事はあなた方のハートを浄化することです。

1961年10月25日の御講話

スワミは常に純粋性の化身です。スワミが行うことは常に他人のためであり、自分自身のためではありません。スワミの中に存在する純粋性は、他のどこにも見られません。それほどスワミのハートは純粋なのです。世界中から何百人、何千人という人々をスワミに引き付けるのは、その純粋性なのです。ここに来た人々には何の招待状も送られていません。それでもこんなにたくさんの人々が集まっています。真に純粋な人物の磁力とはそれほどなのです。

2000年夏期講習 第5章

この宇宙の中で、どんなに大きい物も小さい物も、私には一切必要ありません。何らかのものや活動を求める欲求が、私に影響を与えたことは一瞬たりともありません。私は受け取るためではなく、与えるために来るのです。そして、あなたが私に捧げることのできるのは、清らかで純粋な愛、まさにこれです。

1974年11月23日の御講話

しかし、私は何も必要としません。三つの世界すべてにおいて、何も必要ありません。私自身のためには何も必要ないのです。それでも、私は理想を示すために、夜明けから夕暮れまで活動しています。頭の上からつま先まで、私の中にはわずかな利己心もありません。信じられないかもしれませんが、私は常に与え、決して受け取りません。私が求めるのはたった一つのものです。それは純粋な愛です。

1998年9月29日の御講話

清らかな思考と感情は、いつも私たちを明るくさせてくれます。私はいつも明るいのです。人々はサイ ババはどうしていつも笑顔でいられるのかと、不思議がります。私は笑顔でいずにはいられません。私には、否定的な感情も、悪い特質も、悪い思考も、悪い習慣もありません。私はつねに清らかです。皆さんもこれに従いなさい。

2002年5月27日の御講話
PDF「健康は財産」

聖典の登場人物たち

あなたがどれほど富んでいるとか、学識があるとかを、神は考えません。神はあなたのマインドとハートの真剣さと純粋さだけに関心をもち、あなたの愛がどこまで心からのもので誠実であるかに気を留めます。ヴァールミーキは猟師でした。ナンダは不可触民でした。クチェーラは貧民でした。ドゥルヴァとプラフラーダはわずか五歳の子供でした。シャバリーは無学で教養のない女の部族民でした。しかし、彼ら全員が、心からの献身と愛と全託によって神の恩寵を豊かに得たのです。シャバリ

ーの例を見習いなさい。彼女は常にシュリ ラーマとその幸福のことを考え、己の思い、言葉、行動のすべてをラーマのみに捧げました。その結果、彼女の行為すべてが変容し、昇華して最高のタパス(苦行)となったのです。瞑想とは、写真撮影のためにポーズをとっているかのように、特定の姿勢で漫然と座っていることを意味するのではないという教訓を、あなた方は彼女の模範から学ばなければいけません。彼女の場合のように、あなたがどこにいようとも、何をしていようとも、その生活すべてが瞑想の連続とならなければなりません。あなたが食べたり飲んだりするものは何でも、ナイヴェーディヤ(神饌)として神にお供えしなければなりません。このようにして、あなたがすべてを主に捧げるならば、人生において悪い行為に関与したり、悪い道に入り込んだりすることから自然と守られるでしょう。

1990年6月3日の御講話
「ヴェーダの英知」
「ブリンダヴァンの慈雨 1990年夏期講習」pp.251-252

プラフラーダ

プラフラーダは、父親と議論する中で同じ真理を繰り返し述べました。プラフラーダは父親に話しかけ、このように言いました。「おお、父上！あなたはすべての世界で一瞬にして勝利することができました。しかし、あなたはご自分の感覚と心(マインド)という世界を征服できていません。あなたは勇敢で強大ですが、ご自分の人間性を抑え、獣性を高め、あなたを神から離れさせてしまう力を征服できずにいます。内に潜む敵を打ち倒さずに、地上の帝国を征服しても無意味です。あなたの本当の性質を隠し、あなたの純粋性を破壊する邪悪な資質が、あなたの中にたくさんあります。そのままにしておくと、祈りを捧げて力を得ても無駄になります。」

1979年夏期講習 第6章

ダクシナームールティ

ダクシナームールティ(シヴァ神の化身の一つ)は、風がゴミ屑を運んできて、それを海に落とす様子を目にしました。海はすぐに次から次へと波を送り、そのゴミ屑を岸辺に打ち上げました。海は一瞬たりともゴミ屑を自分の中に留めようとはしませんでした。それを見たダクシナー不愉快になり、海に問いました。

「そなたはなんと利己的なのだ！そなたの内側には、計り知れない深さと無限の広さがある。しかし、そなたの中にほんのわずかなゴミ屑が落ちるのも容赦できない。そなたはそんなにも大きいのに、ひとかけらのゴミも受け入れないとは、なんと身勝手なのだ！なんと心が狭いことか！」海はダクシナームールティに見事な答えを返しました。「ダクシナームールティ様！もちろん、あなたはすべてをご存じです。もし私が自分の中に小さな汚れを受け入れてしまったら、明日にはありとあらゆる汚らわしいものが私の中に押し寄せて来て、私の見た目は醜悪になるでしょう。汚物がどんどん蓄積して、取り返しのつかないほど私の姿も性質も変えてしまうでしょう。ですから、自分の中にどんな汚れも入りこまないように注意する場合には、はじめからきれいな状態を保つのです。私は自分が持ち続けてきた宝箱を残したいのです」と、海は言いました。このように、人は、不純な想念がほんの少しでも心の中に入り込もうとしたら、即座に撃退すべきです。ほんの少しだからと思い込んで、見て見ぬふりをするならば、それは成長して巨人となり、あなたの真我を覆い隠し、あなたに人間としての本性を忘れさせるでしょう。私たちは人間としての美徳を確立し、それらを満開にさせなければなりません。そのためには、もし何らかの悪い想念や悪い気持ちや悪い考えが浮かんだら、すぐにそれらを見分けて、取り除こうとしなければなりません。

1989年6月18日の御講話
サイ ラム ニュース157号 pp.18-19

パーンダヴァ兄弟

思い、言葉、行動の調和は、トリカラナ シュッディと呼ばれます。これを説明するために、マハーバーラタから一つの例を紹介しましょう。パーンダヴァ兄弟の長男であるダルマラージャは、サティヤ(真理)、ダルマ(正義)、シャーンティ(平安)、プレーマ(愛)、アヒンサー(非暴力)の化身でした。火から生まれたドラウパディー妃は、プラーナ(生

気)を表しています。風神の息子ビーマは、チャイタンニャ シャクティ(純粋意識の力)を象徴していました。あなた方は、意識のない人生はジャダ(不活性)であることを知っていますね。アルジュナはアンタフカラナ シャクティ(内なる誘因の力)を象徴していました。 ナクラとサハーデーヴァはそれぞれ、グニャーネンドリヤ(知覚器官)とカルメーンドリヤ(行動器官)を表しています。

1999年4月28日の御講話

現代の典型的な人物は、あることを考えながら、別のことを語り、まったく異なる方法で行動します。人は何かを考え、何か他のことを話し、まったく異なるやり方で行動します。「マナッスヤンニャト ヴァチャッスヤンニャト カルマンヤンニャト ドゥラートマナム」(思いと言葉と行動が一致していないのは邪悪な人間である)…このようなあり方は邪悪な人物の典型です。アルジュナは、トリカラナ シュッディ(思い、言葉、行動の純粋性)の典型でした。知覚感覚と行動感覚を象徴していたナクラとサハーデーヴァは、正しい情報源を提供しました。風神の息子ビーマは、ダルマラージャの力になりました。彼の存在は、大気の中の酸素の存在と同じくらい重要でした。ドラウパディー妃は生気を象徴していました。この生気の助けを借りて初めて、ダルマラージャは真理、正義、平安、愛を育むことができたのです。このように、パーンダヴァ兄弟は、純粋性と調和の中で体内のあらゆる力を適切に使うことを象徴しているのです。

1992年5月6日の御講話

ブッダ

ブッダは行いにおける善良さ(正業)を強調しました。善い行いの特徴は、思いと言葉と行為が一致しているということです。一致していない場合には、口にする言葉か、思っていることが行動と矛盾しています。

1998年2月5日の御講話
「善い生活についてのブッダの教え」
「慈悲　仏陀の教え」pp.34-35

ブッダは、善行をすることによって正しい霊性の向上(サムヤグ サーダナ:正精進)が得られると断言するに至りました。真の霊性は善い行為から成ります。単に形式的な礼拝をしたり儀式を執り行ったりしても霊性修行にはなりません。そのような宗教的慣習は、ある意味では善いものです。しかし霊性修行にはなりません。真の霊性とは、思いと言葉と行為が、清らかさと神聖さにおいて完全に一つになることにあるのです。

1998年2月5日の御講話
「善い生活についてのブッダの教え」
「慈悲　仏陀の教え」p.35

この種の霊性修行が完成したとき、そこに正命(サムヤグ ジーヴァナム:清らかな生活を送ること)があるとブッダは明言しました。

1998年2月5日の御講話
「善い生活についてのブッダの教え」
「慈悲　仏陀の教え」pp.34-35

世に向けてのブッダの教えの中で、最も重要なものは、アヒンサー(非暴力、誰をも傷つけない)でした。非暴力とは、単に自分の手足や武器によって他人に傷を負わせないということではありません。非暴力は心と舌と身体の清浄(トリカラナ シュッディ)と共に実践されなければならないのです。そこには、一種の暴力である悪い思いがあってはなりません。身体を使って他人を傷つけることもまた暴力(ヒンサー)です。言葉によってさえ誰をも傷つけてはなりません。言葉は甘く快く健全なものでなければなりません。すべての行為は他の人の助けとなるものでなければなりません。

1996年5月15日の御講話
「神の化身のメッセージと叙事詩」
「慈悲　仏陀の教え」pp.67-68

ブッダはすべての行為に三つの規則を定めました。「手で為されるすべての行為は善なるものであるべきだ。喉を飾るにふさわしいのは真理である。耳を飾る最上のものは聖なる教えを聞くことだ。それ以外どんな飾りが必要だろう?」(サンスクリットの詩)

1996年5月15日の御講話
「神の化身のメッセージと叙事詩」
「慈悲　仏陀の教え」p.69

セクション２

御講話集

ダルマを守る王と徳高き国民.....41
学生たちとサトウィックな純粋性.....49
ハートの純粋さが真のサーダナ.....54
あなたが守らなければならない三つの財産.....61

ダルマを守る王と徳高き国民

アナペークシャハ シュチル ダクシャハ
ウダースィーノー ガタヴィヤタハ
サルヴァーラムバ パリッティヤーギー
ヨー マドゥバクタハ サ メー プリヤハ

〔欲望がなく、清らかで、意志が強く、
落ち着いており、動揺せず、
あらゆる世俗の企てに関与しない者、
そのような信者は、私にとってとても愛しい〕
〔バガヴァッド ギーター12章16節〕

アナペークシャ（アナペークシャハ）：アナペークシャとは、「まったくアペークシャー（欲望／期待）を持っていない者」という意味です。この広い世界で人がアペークシャー（欲望／期待）を持たずにいることなど可能でしょうか？ 不可能です。ある人には何らかの物事が魅力的であり、ある人には何らかの高い目標が関心をそそるかもしれません。欲望の対象は五感の悦楽や慰安であり、世俗の事物です。高い目標（シレーシタ）は、感覚的でないもの、物質的でないもの、現世を超越しているものと結び付いています。ほとんどすべての欲望は、この二つのカテゴリーのどちらかに分類されます。そうであれば、両方の種類の欲望を取り除くことなど可能なのでしょうか？それは可能です。

バガヴァット ギーターの中で、主は、自分はダルマにかなったすべての行いの中に存在していると述べています。ですから、ダルマにかなった行いをする人は、アナペークシャ〔無欲〕を培うことができます。つまり、すべての行為を主への捧げものとして行うとき、その行為はアナペークシャの行為〔無欲の行い〕となる、ということです。主は、行うこと、話すこと、聞くこと、見ること、他のあらゆる行為をすることを、各人の内側からその人に促す者です。主こそが行為者であり、享受者です。もし内在の主が真の行為者であるという確信を持って一切の行為をするならば、その人の行為は欲望を持たない行為となります。ですから、サーダカ（霊性修行者）は皆、自分の行為を神への捧げ物と見なすべきなのです。

人は、過去をくよくよ考えたり、将来を推測したりして、現在の義務を果たしていません。それが不幸の原因です。

バガヴァット ギーターの中で、主は、自分はダルマにかなったすべての行いの中に存在していると述べています。ですから、ダルマにかなった行いをする人は、アナペークシャ〔無欲〕を培うことができます。つまり、すべての行為を主への捧げものとして行うとき、その行為はアナペークシャの行為〔無欲の行い〕となる、ということです。主は、行うこと、話すこと、聞くこと、見ること、他のあらゆる行為をすることを、各人の内側からその人に促す者です。主こそが行為者であり、享受者です。もし内在の主が真の行為者であるという確信を持って一切の行為をするならば、その人の行為は欲望を持たない行為となります。ですから、サーダカ〔霊性修行者〕は皆、自分の行為を神への捧げものと見なすべきなのです。

シュチ〔シュチル／シュチヒ〕： これは「清らかさ」という意味です。この言葉は、ただ体の外側の清潔さのことを言っているのではありません。サーダカには内面の清らかさも必要です。内面の清らかさとは何を意味するのでしょうか？ 人の行いはすべて、内側の衝動から生じるものであり、外側の力から生じるものではありません。行いはその人の内にあるものの反映です。自分の中に清らかな感情を持っているときにだけ、その人の行為は清らかになりえるのです。内面が汚れているとき、その人の行為はすべて不浄なものとなるでしょう。

発言の清らかさに到達する方法

内的な衝動はどのようにして清めればよいのでしょうか？内的な衝動は、心と発言と体に関連しています。この三つのうちで最も重要なのが発言です。発言の清らかさはどうすれば達成できるのでしょうか？「アヌドヴェーガカラム ヴァーキャム サッティヤム プリヤ ヒタム チャ ヤト」とギーターは述べています。つまり、あなたの発する言葉はすべて、興奮や動揺を起こさせること（アヌドヴェーガカラム）のないものであるべきであり、真実（サッティヤム）で、好ましいもの（プリヤム）であるべきだということです。

舌を汚す原因となる四つの要因があります。①嘘をつくこと。②話し過ぎること。③人の噂をすること。④人の悪口や批判。舌はこれら四種の発言の罪を犯しがちです。残念ながら、カリユガ〔末世〕である今の時代には、この四つすべてがはびこっています。真実でないことが至る所にあるようになっています。人々は無遠慮に他人の中傷にふけっています。悪い噂がばらまかれています。多弁にふけることが広がっています。四つの邪悪な傾向を取り除いたとき、初めて人の発言は清らかで汚れていないものとなるのです。ですから、最初にすべきことは、自分の発言を清らかにすることです。

心と体を浄化する方法

次は心（マインド）です。心（マインド）は間違った考えや悪い感情によって汚されます。人はいかなる悪い考えも心（マインド）に入り込まないよう努力すべきです。絶えず悪い考えでいっぱいなとき、得られるのは悪い報いだけです。心（マインド）を清めるには、一切の悪い思考を追い出す必要があります。悪い思考の隙入る余地があってはなりません。悪い感情を心（マインド）から払いのけるべきです。そうして初めて、心（マインド）は完全に清らかになります。

次に来るのは体の清らかさです。人は、ヒンサー（暴力や危害）という汚れが付いていない体を持っていなければなりません。人は、手で多くの暴力行為、多くの罪深い行為をします。そもそも、体はダルマを実践するために人に与えられているのです。そのような神聖な贈り物は、他人に奉仕をするため、神のごとき行いをするためにのみ使うべきです。それが体を清める方法です。

ですから、発言と心と体が清められれば、内面の清らかさは保証されます。「シュチ」（清らかさ）は、このように内面の清らかさと外面の清らか

さを必要とします。

ダクシャ（ダクシャハ）： これは、人は行為をすることにおいて固い決意を持つべきであるという意味です。その決意は、清らかで、人の役に立ち、人を昇華する行いに限定するものであるべきです。一瞬でも何らかの行為をせずにいられる人はいません。どんな状況でも、汚れた行いをすべきではありません。それが、固い決意によって清らかさを手に入れる方法です。このような者のみが、「ダクシャ」（意志の固い人）と呼ばれることができるのです。

ウダースィーナ（ウダースィーノー／ウダースィーナハ）： これは、何にも執着を持たないという意味です。それは、平穏を保っていること、名声や非難、平安や悲哀、損失や獲得、喜びや痛みによって乱されないこと、繁栄に有頂天にならず、失敗に気落ちしないことを意味します。中傷に負けるべきではありません。名声を勝ち誇るべきでもありません。名声や非難は過ぎ行く雲です。単なる目撃者としてそれらを眺めるべきです。「ウダースィーナ」（落ち着いた気持ち）でそれらを扱いなさい。それらを深刻に受けとめることは心の動揺を生じさせ、それは悪魔的な傾向へとつながりかねません。

心配しない

ガタヴィヤタ（ガタヴィヤタハ）： ヴィヤタ〔心配すること〕は現代人の最大の弱点です。人は、今しなければならない義務をなおざりにし、遠い昔に起きた事をくよくよ悩み、いつも将来に起こりそうなことを推測しています。なぜ、未来や、死んだものである過去について思い悩むのですか？ 過去を呼び戻すことや修正することはできません。過去は忘れなさい。未来は定まっていません。明日何が起こりそうかを確信できる人は誰もいません。未来を考えるのはよしなさい。なぜなら、あなたは未来について確信できないからです。現在の自分に関心を持ちなさい。現在は過去の子供であり、未来の親です。この態度が「ガタヴィヤタ」〔心配しない〕という言葉で表されているのです。人は、過去をくよくよ考えたり、将来を推測したりして、現在の義務を果たしていません。それが不幸の原因です。現在を正しく活用しなさい。そうすれば、良い未来が保証されます。求道者はこの真理を心に刻み、現在に注意を集中すべきです。過去や将来について心を悩ませるのは、激性の特質です。これは取り払うべきです。

サルヴァーラムバ パリッティヤーギー： この特性〔あらゆる世俗の企てに関与しないこと〕は、どんな形態のアハンカーラ（エゴ）〔我執〕も手放すことを要します。エゴは、ママカーラ（所有本能）〔「私のもの」という感覚〕から生じます。人の中でエゴと所有欲がいっしょになると、その人は完全に崩壊します。ですから、人はエゴと執着がないようにすべきなのです。

これまで述べた六つの特性は神聖な徳です。冒頭の詩節は、この六つの特性を持つ信者は主にとって愛おしい、と明言しています。

人間の六つの敵

この六つの善い特性とは別に、人は六つの悪徳を持っています。それは、カーマ（情欲）、クローダ（怒り）、ローバ（貪欲）、モーハ（妄執）、マダ（うぬぼれ）、マーッツァルヤ（妬み）です。この人間の六つの敵を追い払わなければいけません。そして、六つの善良な特性を育むべきです。そのとき初めて、人の生涯を意味あるものにすることができます。

バリ王は、これらの気高い特性を備えた人物でした。だからこそ、主は地上に降臨し、バリ王からの贈り物を求めたのです。世界には大勢の慈善家がいます。土地、牛、食べ物、衣服、黄金を贈り物にする人はいますが、自分自身を捧げる覚悟のある人はほとんど見当たりません。バリ王は、自分を贈り物として与える覚悟のあった

人の心(マインド)が汚染されています。人のハートが汚染されています。人のあらゆる感情が汚染されています。この根本的な汚染のせいで、他の一切が汚染されて現れるのです。

人物でした。バリ王は、「おお主よ、私はあなたに、私のものすべて、私の富、そして、家族を捧げます。ただアートマだけを残して。私をお救いください。あなたを拠り処とする者を」と詠い、「私は約束いたします。私の王国をあなたに差し上げます。たった今、私の体をあなたに捧げます」と宣言して、ヴァーマナの前に頭を垂れました。

太古の時代には、このように高潔で気高い心の統治者が大勢いました。バリ王は真理と結び付いていました。バリ王は自国民の幸福だけを念じていました。バリ王は真理の守護者でした。バリ王はダルマを実践しました。

当時、これほどの統治者がケーララを治めていたのです。バリ王の持つ多種多様な徳の一切は、祖父であるプラフラーダから受け継いだものでした。しかしながら、バリ王の父であるヴィローチャナは、プラフラーダの父ヒランニャカシプのように邪悪な考えと邪悪な行いにふけりました。三人は皆同じ一族です。ヴィローチャナはバリ王に悪の道を歩ませようとしました。しかし、悪い道も善い道も他人に強いることはできません。人々の善い振る舞いは、その人が生来持っている善が映し出されているものです。

プラフラーダは公平で公正な審判だった

あるとき、プラフラーダの息子ヴィローチャナと、アンギーラサ仙の息子スダンヴァが競技をしました。敗者は勝利者に命を差し出すことで同意しました。二人はどちらも、プラフラーダに審判役をしてくださいと請いました。プラフラーダはまったく偏らず公正であることを確信していたからです。プラフラーダは迷うことなく審判役を引き受けました。なぜなら、プラフラーダは真実を貫く誓いを立てていたからです。競技を見終えたプラフラーダは、勝者はスダンヴァであり、自分の息子であるヴィローチャナは敗者であると宣言しました。

スダンヴァは勝利の判定に喜びを抑えることができず、プラフラーダに抱きついて言いました。

「プラフラーダ様！ あなたのように、ひるむことなく真実を掲げる者がいるからこそ、世界はまったき栄光に輝くのです。もし地上に有徳の人物がいなかったら、この世に光がありえるでしょうか？ プラフラーダ様！ 真実を固く守るがゆえに、あなたは自分の息子に負けの審判を下されました。」

プラフラーダは、競技に破れた者は誰であれ命を差し出さなければならない、ということを承知していました。しかし、それはプラフラーダが息子の敗北という審判を口にすることを妨げはしませんでした。真実に優るダルマはありません。

サッティヤンナースティ パロー ダルマハ

〔真理を貫くこと以上に偉大なダルマはない〕

プラフラーダは父としての愛の感覚によって揺らぐことはありませんでした。涙をこぼすこともしませんでした。プラフラーダは、充足感を胸に、自分の審判の結果を見守りました。

真実とダルマへのプラフラーダの完全な献身を見てとったスダンヴァは、こう明言しました。

「プラフラーダ様！ 真実に対するあなたの信愛が、あなたの息子をよみがえらせるでしょう。私は自分の勝利の褒美として彼の命を要求することはいたしません。私はあなたの息子の命をあなたにお返しします。」

ダルマはダルマを守る者を守る

ダルマ エーヴァ アダルモー ハンティ
ダルモー ラクシャーテイ ラクシタハ

（ダルマはダルマに反する者を滅ぼす
ダルマはダルマを守る者を守る）

「プラフラーダ様！あなたはダルマを固く守っておられます。それによって、あなたは息子の命をお救いになったのです。」

このように、スダンヴァはプラフラーダを賞賛しました。

プラフラーダの生涯は、数えきれないほどの徳と理想の範例です。それほど偉大で徳の高い統治者たちのおかげで、当時の世の中は平安と繁栄に恵まれました。現代では、無秩序、不満、不信、不正、善いことへの無関心、悪いことにふけること、五感の快楽への過剰な執着、利己心、自己中心が、至る所で人々の間にはびこっています。かつては道徳と正義、真実とダルマへの献身によって知られたバーラタ〔インド〕が、今のレベルにまで堕落してしまったのは、情けないかぎりです。これは国の名折れであるのみならず、バーラタ国民の恥です。社会の状態を見てみれば、社会の中のあらゆる行いが、自分を称賛すること、他人をののしること、二枚舌を使うことと結び付いていることがわかります。この三つ組の悪徳が、今、至る所に横行しています。かつて栄光に輝いていたバーラタの社会は、今、闇に埋もれ、不和、動揺、汚染に包まれています。

ハートの汚染は現代の大きな懸念

空気は汚染され、水は清らかでなく、聞こえてくる音は耐えられないようなものだと人は考えています。食物さえ汚染されています。政府も、環境全体が汚染されていると考えています。環境を浄化するために巨額のお金が使われています。懸念すべきは環境汚染ではありません。懸念すべきはハート（フリダヤ）の汚染です。人の心（マインド）が汚染されています。人のハートが汚染されています。人のあらゆる感情が汚染されています。この根本的な汚染のせいで、他の一切が汚染されて現れるのです。

今、第一に必要なのは、人の心の汚染を根絶することです。どうすればそれを果たすことができるのでしょうか？ 今、心は世俗の欲望と快楽に浸りきっています。その結果、心は満たされず、ひどい欲求不満があります。心を自らの源へと戻すべきです。水から出てしまった魚の息を吹き返させるには、魚を水に戻してやらなければなりません。魚をソファーに座らせてコーヒーを飲ませれば、魚は元気になりますか？ 生まれ故郷に戻って、初めて魚は平安と命を取り戻すのです。それと同じく、人の心はアートマ（真我）の中にある故郷に戻さなければなりません。それをしないで、どうやって平安を得ることができるでしょう？ このように、心の平安はアートマから生じる必要があるのです。これには、良心を用いることによって、心をアートマに向かわせることが要されます。

自己を完全に信頼して良心に従いなさい

体に頼ってなりません。体は水の泡です。心に頼ってはなりません。心は狂った猿のようなものです。良心に従いなさい。自己を完全に信頼して良心に従うとき、あなたは何でも成し遂げることができます。

バリ王はそのような自己への信頼を持っていました。バリ王の導師であるシュクラーチャーリヤが、ヴァーマナの求めたものを贈らないようバリ王を思いとどまらせようとして、あの若者は普通のブラーフマナ〔バラモン〕ではなくヴィシュヌ神の化身であると指摘したとき、バリ王はこう断言しました。「もしあなたのおっしゃるようにあの若者がヴィシュヌ御自身であるならば、私は自分の提案を守らねばならない、というのは理屈に合う。

体に従ってはなりません。心とアートマに従いなさい。アートマに従う者が、真の霊性の求道者です。

哀願している者が至高の主であられるのだから。主に贈り物をする立場に置かれた私は、なんと幸運ではないか？ すべての人間は主の恩恵を願っている。それほどの主が、三歩分の土地という要求を携えて私のもとにやって来るとは、私はどれほどの果報者か？ このような機会が訪れたのは、過去生での善行の結果ゆえのこと。私は、導師の勧告に背く覚悟はあっても、主の命令には背かない。誓った言葉は守る。二つの目で二つの物を見ること、二つの耳で二つの異なる事を聞くことは、できるかもしれない。しかし、舌は一つだ。いったん口にした言葉は尊ばねばならない。それを翻すことは私にはできない。約束を果たさない者は罪人と呼ばれる。私は、約束は守ると決めている。神は至高のお方であり、生きとし生けるものすべての主だ。私は神の言葉に従うのみだ。」

バリ王は、これほどの固い決意の統治者でした。それによって、バリ王は栄光にあふれる機会を手に入れたのです。しかしながら、バリ王は国民に特別の愛着を持っていました。国民もバリ王に同様の愛着を覚えていました。国民は統治者への献身の念を抱いていました。統治者は国民に愛着を覚えていました。お互いの間柄は親密で、切り離すことのできないものでした。そのような王と国民であったからこそ、国は幸せで、繁栄していたのです。

オーナムの日の大切な意味

自国民を見捨てることは忍びがたく、さりとて、主との約束を破ることもできなかったので、バリ王は年に一度国民のもとを訪れるという誓約をしました。オーナムの日は、バリ王が年に一度地上を訪れる吉祥な日です。それはバリ王が国民を祝福するために戻ってくる神聖な日です。バリ王は、自分はシュラーヴァナ月に月がシュラーヴァナの星座に最も接近する日に姿を見せると言いました。今日はその吉祥な組み合わせが起こる日です。シュリ エーラディが先ほどのスピーチで述べたように、バガヴァンの前でオーナムの祝日が祝われるようになってから今年で二十五年になります。オーナムの二十五周年から学ぶべき教訓は何でしょうか？これまで二十四年間、あなた方はバガヴァンの講話を聞き、バガヴァンが共にいることを体験し、このお祝いを楽しんきました。あなた方はどれくらいスワミの教えを実践していますか？どの人にもハートがあります。ハートは愛で満ちています。あなた方は自分のハートの愛を何人の人に分け与えましたか？誰にも分けていません。もし愛を分け与えないなら、その愛はいったい何の役に立てるのですか？あなた方は自分のハートの愛をすべて分け与えなければいけません。人間だけでなく、創造世界のすべてのものに分け与えるのです。愛は神からの贈り物であり、世界のすべての人に分け与えるべきものなのです。

あなたの愛を万人に分け与えなさい

人間の困難はすべて、利己心のゆえ、万人に愛を分け与えていないために起こります。どの人も、「ローカー サマスター スキノー バヴァントゥ！」（世界のすべての人が幸せでありますように）という祈りを繰り返し唱えています。あなたは何人の人に幸福を与えていますか？あなた方はこの文言を機械的に唱えていますが、世界の安寧を心から祈っていますか？いいえ、まったく祈っていません。あなた方は自分本位の利益しか考えていません。あなたが自分の中から利己心を根こそぎ引き抜く日、あなたのハートに神性が花開くでしょう。

人々はサークシャートカーラについて語ります。サークシャートカーラとは何ですか？ サークシャートカーラは外側のものではありません。サークシャートカーラとは、すべての時、すべての状態において、真我の中で神を憶念することです。

サルヴァダー サルヴァ カーレーシュ
サルヴァットラ ハリ チンタナム

（すべての時、すべての場所で、
常に、神を思っていなさい）

人々は「ラーマ」という御名を絶えず唱えています。しかし、そのようにして繰り返し唱えることで、解脱を得ることができるのでしょうか？解脱を得るには、ラーマの恩寵を得るには、御名を唱えるだけでは不十分です。ラーマの行動規範に従って行動する必要があります。ラーマはダルマのためにあらゆることを犠牲にしました。あなたも同様の犠牲を実践しなければなりません。あなたの理想としてダルマを守り続けなさい。ダルマにかなった行いをしなさい。そうして初めてラーマはあなたに恩寵を注ぐでしょう。反対に、もしダルマにかなった行いをせずに、ただラーマの御名を繰り返すだけなら、それはラーマを侮辱しているのと同じです。

それと同様に、クリシュナの御名を繰り返し唱えるだけでは無意味です。信者がすべきことは、クリシュナ意識という忘我を体験をすることです。しかし、それだけではありません。あなた方はクリシュナの平常心を培う必要があります。クリシュナは、ヨーガの場でも、戦場でも、墓場でも、どこにいても、常に同じ心の平穏を保っていました。クリシュナは常に至福の状態にありました。あなたもそのような至福の体験を切に求めるべきです。そうして初めて、あなたはクリシュナ意識を体験したと言うことができるのです。どのような神を拝んでも、自分の内なる神の教訓を体験すべきです。

あなた自身を愛で満たすことによって サイの真実を体験しなさい

スワミの主な教えは、愛の原理（プレーマ タットワ）です。あなた方は皆、この愛を体験しています。その愛を、あなたは何人の人に分け与えていますか？周囲を見渡しても、あるのは憎悪ばかりです。どんな時でも、あるのはエゴだけです。同様に、いつでも虚飾が示されています。そんなことでは、あなた方がサイの真実の数々を体験したと見なされることなどどうしてできるでしょう？サイの真実を吸収した人は、誰であれ、愛で満たされていなければなりません。それが真の信愛の印です。

バリ王は、公正、忍耐、思いやり、真理、ダルマ（正義）、国民への献身に満ちていた人物でした。あなたはこれらの美徳を一つでも育んでいますか？バリ王が毎年国民の前に姿を現すという約束をしたのは、国民がこれらの美徳すべてを備えていたからです。現代の人たちは違います。それではバリ王が姿を現しているかどうかがどうやってわかるでしょうか？人々はバリ王の訪問を祝日として祝いますが、バリ王は帰ってきません。なぜでしょう？現代の人々には、当時の国民の美徳がないからです。バリ王が国民を愛していることは、疑いありません。しかし、現代の人々は、バリ王を自分たちのもとに訪問させる力を持たなければならないのです。人々は、重い鉄の塊をも引き寄せることのできる強力な磁石のようであるべきです。そうすれば、神のハートを動かすこと、とろけさせることができるでしょう。あなた方は疑いなく磁石です。しかし、あなた方の磁力を強めるには、あなた自身を浄化する必要がありま

す。その清らかさは、心と発言と体の三重の清らかさにあります。

邪悪な人間が主に融合した理由

誰が何をしようとも、神が何かを失うことはありません。あなたが神を賞賛しようと非難しようと、神は何の影響も受けません。かつてマハーバーラタにおいて、シシュパーラがクリシュナを非難し、クリシュナがじっとそれに耐えているのを、ダルマジャ（パーンダヴァ兄弟の長男ユディシュティラ、ダルマラージャ）が心を痛めながら見ていました。しばらくすると、クリシュナはシシュパーラに皿を投げ、皿はシシュパーラの首をはねました。ダルマジャは、シシュパーラの体から出た血がクリシュナに向かって流れていき、シシュパーラの体から生じた炎がクリシュナに帰融したのを見ました。

ダルマジャはナーラダ仙に、どうしてシシュパーラのような邪悪な人間の魂がクリシュナに帰融することができたのかと尋ねました。ナーラダ仙は、善と悪、名声と非難は、体だけに関係するものであり、アートマとは関係がないと説明しました。さまざまな方法で主を崇め続けてきた信者たちが神に帰融するのは、長きにわたる試練と艱難辛苦を経た後に起こるものですが、その帰融は永久です。主への憎しみからいつも主のことが頭にある邪悪な人間の場合は、帰融は速やかに生じるものの、短い間しか続きません。魂が神に帰融することは、さまざまな理由から起こります。カンサの場合は恐怖からでした。恐怖がカンサにクリシュナをつねに思い起こさせていたのです。シシュパーラとダンタヴァクラの場合は憎悪からです。ヤショーダーの場合は母性愛で、彼女は愛によってクリシュナに帰融しました。牧女たちはひとすじの信愛によって主に帰融し、ラーダーは霊的な完全な一体感（エカートマ バーヴァ）のおかげで主に帰融しました。皆、帰融に至りました。けれども、どの場合も、それぞれ特定のレベルに合ったものでした。

犠牲の精神を培いなさい

体に従ってはなりません。心とアートマに従いなさい。アートマに従う者が、真の霊性の求道者です。

ハートのすべてで神を黙想し、神の御名を唱え、神に全託して、あなたの人生を救いなさい。神の名声と高名は、外から得られるものではありません。新聞やパンフレットが作り出すものではありません。状況によって変わるものではありません。主の名声と高名は、その神聖さと愛によって大きくなるのです。ですから、何についても思い悩むことはありません。あなたの愛を現しなさい。あなたの神性な本質を促進しなさい。犠牲の精神を育てなさい。

1993年8月30日の御講話
PDF「ダルマを守る王と徳高き国民」
於ブリンダヴァン

学生と
サトウィックな純粋性

徳を有しない息子
目的をもたない教育
公正さに欠ける生活
道徳のない社会
そして、月のない夜は
世界にとって無価値である

親愛なる学生の皆さん！道徳教育はどの学生にとっても人生においてまず第一に必要不可欠なものです。サンスクリット語で人柄は、ポウルシャム――プルシャの印であると述べられています。「人柄」とポウルシャムには同じ意味があるかもしれませんが、この二つは内的意味を持つ言葉なのです。内的意味を知らない人々は、この二つの言葉を軽々しく使っています。自らに内在する、目には見えない神の原理を明示人のみが、自らをプルシャ（人）と呼ぶ資格をもちます。人は自らに内在する神の力を現すべきです。

サンスクリット語の言葉ポウルシャは、道徳的振る舞いに関係する性質を意味します。英語の言葉「person」（パーソン、人）は、ラテン語の言葉「persona」（ペルソナ）から派生しました。紀元後、「persona」（ペルソナ）という言葉は、人の姿をまとった神を指すために用いられるようになりました。その後、この言葉は、本来は神である人として、すべての人間を指すようになりました。

人間の第一の義務

ポウルシャという言葉は、通常、憎しみ、怒り、力といった意味で用いられています。しかしながら、その本当の意味は、プルシャに付随する性質というものです。プルシャトヴァとは、衣類や身体的特徴といった外側のものを指しているのではありません。聖者ナーラダは、プルシャを「プマーン」と呼び、プマーンを認識する者は誰もが神の至福に満たされると述べました。それゆえ、プルシャという言葉が指すことのできるものは、神のみなのです。ですから、人生において自らの

外部の世界はあなたのハートの反映にすぎません。もしあなたが自分のハートを愛で満たすなら、あなたはあらゆる場所で愛を体験するでしょう。

内にある神性を顕すことは人間にとっての最大の義務です。人の一生の物語は、子供時代や成長、業績、思考、理想からなると考えられています。しかし人間の一生は、道徳的水準を基盤としているのです。ニーティ(徳性)という言葉は、サンスクリット語のニータに由来します。ニーティとは「正しい行い」を意味します。ニーティは人を崇高なものへと導く道なのです。善い性格、想念の清らかさ、無私の犠牲、これらはすべてニーティに含まれます。ニーティはすべての善い行いを内包します。「道徳に専心する社会のみが真の社会である」という格言があります。先人たちはニーティ(徳性)を社会の基盤とし、それなしには社会が滅びてしまうと見なしていたのです。徳性を伸ばすためには、各人の中にある神性が顕されなければなりません。この目的のためには、身体も清らかであることが必要であり、それゆえ健康が非常に重要となります。

Health (健康)という言葉は、アングロ サクソン語の helig を語源とし、パリプールナム(完全体)、すなわち内なる魂のことを意味します。達成すべき完全体とは何でしょうか？身体は、感覚器官、心(マインド)、知性、そして内在の魂から成り立っています。「完全体」とは、これらすべての要素が一体となるべきであることを意味しています。心(マインド)は完全に充足した状態であらねばならず、あちらこちらに跳ね回ったり、ぶつかったりすべきではありません。混乱や絶望が入り込む隙があってはなりません。

心(マインド)を訓練するためにサーダナを実践せよ

そのような心(マインド)の状態に到達するためには、すべての事象とすべての状況の意味を理解する必要があります。たとえば試験に落ちた場合でも学生は打ちひしがれるべきではありません。それよりむしろ「適切な学習をしなかったのではないか、あるいは問題を正しく理解していなかったのではないか」と、失敗の原因を振り返るべきなのです。試験の失敗は自らの準備不足のためだったとわかれば、その後、より良くしようと決心することになります。

道徳性と精神力を養うために、人は心を訓練するためのサーダナ(霊性修行)を実践しなければなりません。人は、この目的のために十種類の浄性を磨いていくべきです。

一番目は住居の浄性です。あなた方が住み、学ぶ部屋を清らかな雰囲気で満たす必要があります。飾る絵画やその他の物も、それを目にする者が平安と清らかな思いで満たされるものでなければなりません。悪い想念や興奮をかき立てる物を置くべきではありません。部屋は清潔にして、不潔なものがないようにしなければなりません。

二番目は家族における浄性です。家族の間には相互理解と協力、調和の感覚がなければなりません。家族の中に悪い雰囲気を生み出す争いがあってはなりません。調和的な雰囲気は、あなたに真の心の平安をもたらすでしょう。

三番目に必要とされるのは浄性の食物です。つまり、口にする食物はすべて、過度に酸っぱかったり、苦かったり、熱かったりしてはなりません。あなた方は、魚や肉のような激性の食物を避けなければなりません。好ましい浄性の食物であってさえ、過剰に摂取すべきではありません。浄性の食物だからといって食べ過ぎる人々もいますが、たとえ浄性のものであっても過剰になれば激性の性質をもたらします。胃が軽い状態で食卓に着き、同じく軽い状態で席を離れるときのみ、浄性の食物は浄性となるのです。軽い胃で食卓に着き、胃を重たくして席を立てば、摂取したものは鈍性となってしまいます。

四番目は浄性の飲み物です。摂取する飲み物もすべて浄性でなければなりません。水があるからといって無差別に飲むべきではありません。清らかな水であるべきです。酒類は避けなければなりません。

五番目は思いと感情の浄性です。これは非常に重要です。学生はこの局面を無視する傾向があります。思いと感情が清いときにのみ、清らかな部屋や良い家族、清らかな食物の恩恵に浴することができるのです。

六番目はヴィジョン（見方、想像、視覚）の浄性です。浄性の感覚や想念を深めていきたいのであれば、ヴィジョンは清らかなものでなければなりません。すべてのスリシュティ（創造）はドリシュティ（見ること、見たこと）に基づきます。間違ったヴィジョンを思い描くときにのみ、間違った思いを抱くのです。年上の女性は皆、自分の母であり、年下の女性は皆、妹であると見なすべきです。そのような清らかな思いに満たされるときにのみ、清らかな感覚をもつことができます。あなた方は学生であるがゆえ、このことを言っておく必要があるのです。誰かがあなた方の母親や姉妹を邪な目で見つめているときに、自分がどれほど不快な思いをするか想像してごらんなさい。このことを認識して、あなた方は女性に対して清らかな感覚を抱かねばなりません。また、他人を容認しないというような過ちを犯してはなりません。

七番目として、あなた方が読むすべての書物、書く内容のすべてが清らかであるべきです。これは学習に関連するサーダナです。もしも、清らかではないものを読んだり書いたりすれば、あなた方の心はそれに覆われてしまいます。良い書物は良い心（マナス、マインド）を作ります。物理学や化学、その他の教科に関してあなた方が学ぶ書物は人格に影響を与えません。しかし、文学書に関しては必ずしも良いものばかりとは言えません。学習において、もしも不適切な書物が与えられた場合には、単なる教科書として扱い、人生を導く書物というほどの大きな価値を与えてはなりません。

八番目は清らかな浄性の奉仕です。奉仕に関して、何が浄性で何が激性なものなのかを見極めるべきです。私たちは外に出かけて道路を掃除し、村に道を造り、井戸を掘ります。そして、それらすべてを社会への奉仕として行っています。しかし、私たちが為すべき奉仕は、人々に真の幸福を与えるものでなければなりません。あなた方は「社会活動」という名において病院へ行き、患者に接します。これは、真の奉仕ではありません。あなた方が奉仕したいと望む人々すべてを神の具現者として見なすべきです。貧窮した人や身寄りのない人を助けに行くことは、神に奉仕を奉げることになるのです。

ナーラーヤナには二つの姿があります。一つは「ラクシュミー ナーラーヤナ」であり、もう一つは「ダリドラ ナーラーヤナ」（貧しい姿をした神）です。ラクシュミー ナーラーヤナは富に満ちています。ラクシュミー ナーラーヤナは多くの人々を救うことができますし、大勢の人々が仕えることでしょう。しかしダリドラ ナーラーヤナにはだれも仕えようとしません。私たちはそのような人にこそ浄性の奉仕をすべきなのです。

九番目はサーダナの浄性です。サーダナとは霊性修行です。サーダナは浄性なものでなければなりません。ハタ ヨーガを実践する人もいるでしょう。クンダリニー シャクティを目覚めさせることに固執する人々もいます。他人に危害を与えるために悪霊に祈願する人もいるのです。これらの方式は、まったくサーダナとは言えません。個人はチット（純粋意識）であり、神はサット（永遠の絶対実在）であす。サットとチットが融合したとき、あなたはアーナンダ（至福）、すなわちサット チット アーナンダ（絶対実在・純粋意識・至福）を得ます。

これを認識するために行われるサーダナのみが、真のサーダナなのです。サットはどこにあるのでしょうか？サット、すなわち神はすべての人々の中にあるのです。それゆえすべての人を神と見て、すべての人に仕える覚悟をしなければなりません。親類知己と通常通りに付き合うこと、そこには何の誤りもありません。「唯一なるものが多の中にあまねく行き渡っている」という精神のもとにサーダナをすべきだということなのです。このプロセスにおいて、愛の感覚を育まなければなりません。愛を育むこと以上に崇高なサーダナはないのです！

ゴーピカーのクリシュナへの信愛

ウッダヴァは、グニャーナ ヨーガ(知識と英知)の道の達人でした。ウッダヴァは、ゴーピカー（牧女）たちに英知の道を教えたいと思い、クリシュナを訪ねました。クリシュナはウッダヴァにこう告げました。「ゴーピカーたちは、私を完全に信愛しています。私への信愛がゴーピカーらの人生の基盤であり、その信愛は私のハート（フルダヤ）に届いています！ゴーピカーたちの清らかさと信愛は輝く光のようです！あなたはそのような帰依者たちのハートを理解することができずにいます。私はゴーピカーたちのハートに完全に安置されているのです。」ウッダヴァは、無知で文盲のゴーピカーたちに神を理解できるものなのかと怪しみました。

ウッダヴァの疑いを晴らすために、クリシュナはウッダヴァをレーパッレー（ゴーピカーたちの住む地）に遣わしました。ウッダヴァはゴーピカーたちにあいさつをして、こう告げました。「あなた方に、神を認識するための英知の道を教えてさしあげましょう。」ゴーピカーたちはウッダヴァの側に集まりました。「私たちは、シャーストラ（経典）を学ぶことにはまったく関心がありません！私たちに、クリシュナを悟るためのただ一つの絶対的な道を教えてください！私たちは、何のヨーガも、ボーガ（ヨーガと対をなす喜びや経験）も、マントラも知りません。私たちにとってクリシュナがヨーガであり、ボーガであり、すべてなのです。ですから、どうぞ私たちにクリシュナに到達できる道をお教えください！ヨーガによって時間を無駄にしたくはないのです。」

ウッダヴァは尋ねました。あなた方は、どのようにしてクリシュナと一体になり得るのですか？」あるゴーピカーが答えました。「もしもクリシュナが花であるなら、私はクリシュナの周りを飛び回る蜂になります。もしもクリシュナが木であるのなら、私はその木に絡みつく虫となりましょう。クリシュナが山であれば、私はその頂から流れ出る川となります！クリシュナが果てしない空ならば、私は小さな星となって天空で瞬きます。クリシュナが深い海であるのなら、私は小さな流れとなって海に融け込みます。これが、私がクリシュナと一つに融合する道なのです。」別のゴーピカーはこう答えました。クリシュナが花であるのなら、私は蜂となって花の蜜のしずくを余さず吸い続け、その甘露を味わいます！私たちは、そのようにして神のもとに行くのです。」このように、霊性修行とは、山や木や花、海、すべてのものを神の顕れと見なすことなのです。

十番目は仕事や職業の浄性です。あなたはどのような仕事をすべきでしょうか？仕事は、国や社会に役立つものであるべきです。あなた方は、国のおかげで生活の糧を得ることができるのです。そのお返しとして、自分が国に何をもたらし得るかを考えなければなりません。「奉仕とは何なのか？」「私が社会のために役立てることとは何だろうか？」と自問すべきです。あなた方が行うどの仕事にも、何らかの非真実、不公正、欺瞞、邪悪な動機がないように注意しなけばなりません。

現在のカルマによって
誕生からの自由を確保せよ

これらがあなた方が人生において遵守しなければならない浄性のものです。正しい行為に従事するなら、カルマ（行為）の結果に束縛されることはありません。あなた方は過去のカルマに従って現在の人生を得ました。そして、現在のカルマによって確実に輪廻から解き放たれることができるのです。愛を通じて信仰が培われます。信仰と熱意によって英知を得ることができます。英知によってサーダナ（霊性修行）を深め、サーダナを通じて目標に到達するのです。それゆえ、サーダナを実践するためには英知が必要とされ、英知を得るにはシラッダー（信仰と熱意）が必要とされます。そして、信仰と熱意を得るためには、愛を育まなければなりません。すなわち愛こそが道であり、そのためにあなた方に必要とされているものが、感覚のコントロールなのです。少しずつ欲望を滅していくならば、感覚をコントロールできるようになるでしょう。

どの学生も皆、社会のために模範となって奉仕することができるよう準備を整えるようにしなさい。学友間の仲たがいや、憎しみや敵意の入り込む隙のないようにしなさい。自分の義務を果たし、品行によって両親を喜ばせるべきです。自分の学校に信用が得られるよう努力しなさい。そして何よりも、同胞の力になることで神の恩寵を得ることができるよう努めなさい。これらこそが、本当の教育に値します。

さまざまな学問分野が川のようなものである一方、霊的な知識は海です。それぞれの川が海に合流するとき、すべての種類の知識は霊的な知識に溶けこみます。

皆さんは自分の付き合う仲間について心に留めておかなければなりません。カビールは言いました。「私は善人にも悪人にも頭を下げる！」カビールは問われました。「善人に頭を下げるのは理解できますが、悪人に頭を下げることにはどんな意味があるのですか？」カビールは答えました。「悪人に頭を下げるとき、私はどうか私のいるところから出て行ってくださいますようにと言いながら頭を下げているのです。善人には、どうか私のところに来てくださいと言って頭を下げます！」皆さんは悪人との親交を避け、善人との親交を深めなければなりません。善人との交わりは純粋なヨーガです！皆さんがこうした種類のヨーガを追求し、皆さんが交わる人すべてに幸福をもたらすことを、私は望みます！

自分のすべての悪い思いを取り除き、すべての悪い性質を捨て去り、両親に対する務めを果たし、社会に無私の奉仕を行うよう努めなさい。そして、そうすることによって皆さんの人生をまっとうし、神の恩寵を得なさい。これが皆さん全員に向けた私の祝福です。

1985年12月29日の御講話
「プラサード 第二版」pp.310-323
「十種の浄性」

ハートの純粋性が真のサーダナ

実際には何の仕事もせず、一日中雑談することが、
サーダナであろうか？
養生につとめて一日三度腹を満たすことが、
サーダナであろうか？
昼の精力的な活動と夜の熟睡が、
サーダナであろうか？
神は、これらのためにあなた方を創造したのだろうか？
人はこの種の摂生に多くの時間を費やしているが、
これはサーダナではない
そのようにして時間を無駄にしてはならない
この瞬間から、神を知り神を認識する努力をせよ
これこそが唯一のサーダナである
（テルグ語の詩）

愛の化身である皆さん！

万物に浸透する意識は、神性と称されています。神性はすべての生物に内在するとも言われています。しかし、その遍在する神性を見た者は誰もいません。広大無辺な者を瞑想し、悟ることができるのは人間だけです。実のところ、人間の生命そのものが神の力の顕れなのです。しかし、人々の中にはこれを認めない者もいます。

神性はあらゆる生物の内に顕現しています。同一のアートマ タットワ（アートマの原理）が、人間の内だけでなく、宇宙の全生物の内に存在しているのです。しかし、この真理を悟るには、純粋で無私の心（ハート）を持っていなければなりません。この真理を悟るためには、誰も皆、絶えず神を黙想していなくてはなりません。そうすることによって、心は純粋で平安になります。その段階に達した瞬間に、必ず神は、はっきりと、あなたの内に顕れます。

これが皆さんのサーダナ［霊性修行］でなければなりません。サーダカ〔修行者〕に神を顕現させ得るのは、ディヤーナ（瞑想）の実践だけではありません。

神は、人間に内在しているのと同じように、昆虫、鳥、動物にも内在者として存在しています。「今、神はどこにいるのだろう？」と問えば、神はあなたの内にも存在するという答えが、自然に得られるでしょう。そのような問いの答えを見出すために、ディヤーナ（瞑想）といったサーダナを行う人たちもいます。

聖者ナーラダは、九つの信愛の道によって神を悟ることができると断言しました。それは、シュラヴァナム（神の栄光を聴くこと）、キールタナム（神の栄光を歌うこと）、ヴィシュヌ スマラナム（神を憶念すること）、パーダ セーヴァナム（蓮華の御足に奉仕すること）、ヴァンダナム（神を崇敬すること）、アルチャナム（神仏の像を礼拝すること）、ダースヤム（神の召し使いとして奉仕すること）、スネーハム（神の親しい友人となること）、アートマ ニヴェーダナム（真我への全託）です。

この世で神が内在者としてハートに宿っていない人は一人もいません。そうであるなら、すべてに遍満し遍在する神を見るために、瞑想が必要でしょうか？

今日、多くの人々が、さまざまな瞑想の技術を教えています。しかしながら、瞑想とは霊的なハートの純粋さを獲得するためのものであり、覚醒のための座席であるハートが純粋さを得ていなければ、神が顕れることはできません。そのために、人は霊的なハートの純粋さを獲得するために努力しなければならないのです。

ドワーパラ ユガ〔クリシュナが化身した時代〕のカンサ〔幼少時のクリシュナを殺そうとした悪王〕は、どのようなサーダナを行ったのでしょう？実は、カンサは絶えずクリシュナ神をののしっていました。けれども、クリシュナ神はとても慈悲深かったために、カンサにダルシャン〔実際に神の御姿を見ること〕を与えたのです。

ハートの純粋さがなければ、サーダナは神を悟るための助けにはなりません。断食、瞑想など、さまざまな種類のサーダナは、遍在の神、すなわち、実際はあなたのうちに内在者として宿る神への、信仰を深める助けとなるでしょう。

概して人々は、神は誰それにダルシャンを与えた、と考えます。しかし、ハートが純粋でない人に、神は決してダルシャンを与えない、というのが真実です。そのため、あなたが神のダルシャンを望むなら、ハートを純粋にしなければなりません。

あらゆるサーダナは、ただ純粋さを得るためのものなのです。ハートの純粋さを達成した瞬間に、遍在の神は、あなたの目の前に顕れるでしょう。残念なことに、今の世では、求道者を確実に純粋さの道へと導くグル〔導師〕が欠乏しています。彼らはお金と引き換えにいくつかの瞑想の物理的技術を教えるに留まっています。

実のところ、複雑なやり方の瞑想を行う必要はまったくありません。絶えず遍在の神を黙想するという、簡単なサーダナをすればいいのです。昨今では、わずかなグルしか、そうした簡単な方法を教えていません。人々は、好奇心をそそる、さまざまな瞑想法についての話に耳を傾けたり、そうした本を読んだりしています。そして、興味や想像力をそそられるサーダナを始めてしまうのです。

愛の化身である皆さん！もし、神を見たいのであれば、ハートの純粋さを獲得しなければなりません。あなたは、ある人物のことを自分の父親であると言います。しかし、実際には父親は全人類に内在する同じアートマ タットワ（アートマの本質）であるために、そのような言及に困惑します。

誰かを敵と見なして、彼らに暴言を吐いてはなりません。その日はあなたの敵であっても、別の日には友人になるかもしれません。誰かを自分とは違うと見なすべきではありません。すべての人は友人です。

あなたは、どこかの女性と結婚し、その女性を自分の妻であると言います。しかし、実際には、その女性は神聖なるアートマの化身です。同様に、あなたは一人の子どもを自分の息子と呼んで愛情を込めて抱擁します。しかし、その子は、自分は本当はあなたの子ではなく神性の化身なのです、と言うかもしれません。このように、この世のあらゆる関係は、実のところアートマの関係でしかありません。

真実を言えば、本当のアートマ サークシャートカーラ（真我顕現）とは、個我（ジーヴァ）がブラフマン（神我）に融合することです。あなたが出会う誰もが、まさに神なのです。そのような遍在なる神性なしに、どうやって人間が存在し得るでしょう？

クリシュナ神は、ダルマ（正義）の実践が衰退したときには、必ず何度でも肉体をまとって顕れると宣しました。またクリシュナ神は、自分は全生物のビージャム（種）であるとも宣言しました。クリシュナ神は、ゴーパーラ〔牧童〕やゴーピカー〔牧女〕たちと親しく行動を共にしていましたが、決して彼らとの関係にとらわれることはありませんでした。

この真実に気付いていたゴーピカーたちは、絶えず「クリシュナ！クリシュナ！」と神の御名を唱えながら、クリシュナを想っていました。そのクリシュナの御名こそが、ゴーピカーたちの目の前に神聖なるアートマの化身を連れてきたのです。ゴーピカーたちは、同じアートマ タットワがすべての人に内在すること、いや、それどころか、全生物に内在することを確信する深い悟りを得た人たちでした。そのために、ゴーピカーたちは、すべての人の中、この世のすべての物の中に、クリシュナ神を見ることができたのです。

物質世界で私たちが見るすべてのもの、たとえばこのホールや、このパンダル〔ヤグニャのための祭壇〕や、まわりの建築物等々は、実際には物ではありません。人々は外形を見て惑わされ、よく、そのような考えに陥ります。普遍なるアートマ タットワが、これらすべての物に内在しているのです。その至高の真理を、ありのままに、自然に理解したのは、ゴーピカーたちだけです。ゴーピカーたちは、あらゆる人、あらゆる物の内に、クリシュナ神を見ることができました。

私たちは、よく世俗的な関係を背景に、人々を私の息子、私の兄弟、私の父、私の母、私の妻などと呼びます。しかし、真実は、同一の神がそうしたあらゆる人々を介して顕れているというものです。それゆえ、あらゆる人を神性の化身であると見なさなければなりません。全宇宙にはブラフマ タットワが遍満しています。すべての名と姿はアートマ タットワに起因し、それは私たち自身が創造したものです。

ラーマクリシュナ パラマハンサは、いつも一日中ずっと、さまざまな方法でカーリー女神を礼拝していました。ある日、カーリー女神が目の前に顕れて尋ねました。「ラーマクリシュナ！ そなたは、日増しにおかしくなっています。そなたは特定の姿の中の私を崇めています。なぜ、この姿、あの姿、と私を限定するのですか？ 実際には、あらゆる姿は私のものなのです。誰に出会っても、その人を神性の化身と見なしなさい」

神は純粋で、属性を持ちません。属性のない穢れなき神性は、すべての人間に内在しています。すべての人間は、実のところ、遍在する神性の反映なのです。そのため、すべての人間は神性の化身と見なされ、敬われなければなりません。神は、遍在であるにもかかわらず、特定の姿をとって、さまざまな方法で人間に奉仕します。今こそ、この瞬間に、すべての名と姿は神のものであるという真理に気付きなさい。誰を見かけても、その男性、あるいはその女性を、神性の化身であると見なしなさい。そのような態度を育めば、どこであれ、あらゆる場所で、神を見ることができます。

クリシュナ神は、約五千年前のドワーパラ ユガにこの世を去ったにもかからず、マトゥラー〔クリシュナが統治していた北西インドの都〕やドワーラカー〔クリシュナが統治していた北東インドの都〕に行くと、人々が今も、同じ篤い信仰心でクリシュナ神を礼拝している姿を見ることができます。

神が人の姿に化身したとき、神を普通の人間だと思うのは無理からぬことです。しかし、これは正しい取り組みではありません。私は、自分は神であると繰り返し述べています。しかし、私は、あなたもまさに神なのだと、皆さんに思い出させてもいます。この点に関して、皆さんはどのような混乱や意見の相違にも、余地を与えるべきではありません。あなた方の誰もが、皆、実際に神の化身なのです。

それを固く信じるなら、すべての人の内に神を見ることができます。これらの概念を踏まえた上で、聖典では「ヤッド バーヴァム タッド バヴァティ」（感情のとおりに、結果はなる）という表現が強調されているのです。

人々は神性の真の本質に気がついていないために、肉体の姿や関係から見て、特定の人物を父親、母親、伯父などと呼びます。もし、人々が身体的な関係性のためにそのように惑わされるなら、神性の真の本質について混乱することは必須です。

神性は、すべての人間に内在しています。すべての人間は、実のところ、遍在する神性の反映なのです。そのため、すべての人間は神性の化身と見なされ、敬われなければなりません。

かつてクリシュナ神は、自らの遍在なる神性を明らかにすると同時に、全宇宙には自身のみが存在すると宣言しました。それと同じ真理が、「エーカム サット ヴィップラーッ バフダー ヴァダンティ」（真理は一つ、しかし賢者はそれをさまざまな名で呼ぶ）という宣言に包含されています。たとえば、数字の一はただの一です。一に三を加えれば四になります。このように、一に数を加え続けていくと異なる数になります。しかしながら、最初の数は同じまま、すなわち、一のままです。それが神性です。これが、深遠な宣言、「エーコーハム バフスヤーム」（一なるものが多となることを望んだ）の意味するところです。

人々はよく、デーヴァ（神）とジーヴァ（個人）という二つの言葉を使います。実のところ、ジーヴァはまったく存在していません！すべて神の化身が存在するのみです。

そこで、なぜ人は死ぬのかという疑問が生じます。人は、肉体に内在するアートマの不滅の性質を悟っていないため、死という言葉を使うのです。アートマに死は一切ありません！アートマは不滅です。この真理を悟った者は、神に融合します。

自分と神は同一であるという固い信念を持ちなさい。その固い信念を得るならば、あなたは神と一つになります。

この真理を悟ることができない者には、ジーヴァはジーヴァのまま、デーヴァはデーヴァのまま存在します。そして、二元的な感覚が残るのです。

「エーカメーヴァ アドヴィッテーヤム ブラフマー」（神は唯一無二である）という宣言の根本的な意味は何でしょう？ この宇宙にブラフマン以外は何も存在しないため、そう宣言されたのです。先に述べたことは、このヴェーダの宣言です。

ウパニシャッドは、「タットワマシ」（それは汝である）というマハーヴァーキャ（大格言）において、私たちの真の本質を説明しています。また、別のマハーヴァーキャにおいては、「プラグニャーナム ブラフマー」（ブラフマンは至高の意識である）と宣言しています。この宣言は誰について言及しているのでしょうか？これもやはり、絶対的な神についてです。このように、ヴェーダとウパニシャッドはどれも、ジーヴァの非二元的な概念を宣言し、デーヴァを唯一無二なる者と述べています。けれども、誰もこの真理を悟る努力をしていません。そして結局、神と人間は異なると思ってしまうのです。

人々は、ラーマ、クリシュナなど、別の姿をした神を、それぞれ異なるものと考えます。人々が自分を特定の姿と同一視しようとするために、相違の感覚を抱くのです。そうすることで、人々は神から離れ、ただのジーヴァであり続けるのです。そうした相違はすべて、人にのみ存在します。神はただ一つです。

実際、神はあなたと異なるものではありません。神はあなたの内にいます。あなたは、まさに神なのです！ もしそうでないなら、なぜヴェーダは「タットワマスィ」（それは汝なり）と宣言しているのでしょう？

自分と神は同一であるという固い信念を持ちなさい。その固い信念を得るならば、あなたは神と一つになります。

たとえば、あなたのプージャー ルーム〔礼拝の部屋〕に何枚ものサイ ババの写真があるとします。しかし、どの写真も、同じ神が違ったポーズで撮られているものです。内在する神性の一体性を悟るなら、混乱の入る余地はありません。あなたはその真理を悟ることができるでしょう。

私が何を話そうとも、それは真理のみです。あなたがこの真理に気付いていないために、私の言葉に信頼を置くことができないのです。

近ごろ、神人と称する何人かの人々が、この概念を延々と講釈しています。私を信じなさい。彼らは皆、帰依者たちを混乱させようとしています。実際に神は唯一であるという宣言を固く信じるなら、あなたは真理を悟ることができるでしょう。この真理を悟ることができた者には、混乱や疑いはなくなります。

誰にも辛辣な言葉を使ってはなりません。実際には、この世のどこにも敵はいません。誰かを敵と見なして、その男性、あるいは女性に暴言を吐くべきではありません。その日はあなたの敵であっても、別の日には友人になるかも知れません。誰かを自分とは違うと見なすべきではありません。すべての人は友人です。

愛の化身である皆さん！皆さんは大きな愛をもって神を礼拝し、祈りを捧げています。神を愛し続け、神への信仰を培いなさい。そうして初めてあなたのあらゆる疑いは消え、神性の本質をすべて理解することができるでしょう。

疑いは、二元性、すなわち、あなたと神との分離感を意味します。実際には、神とあなたという二者は存在しません。すべては「私」、「私」、「私」です。「エーカメーヴァ アドヴィッティーヤム ブラフマー」（神は唯一無二である）という真理を貫きなさい。

たとえば、時計は何時間を表示しますか？ 十二時間です。時計の時針は、十二を過ぎると再び一へ移動します。一を過ぎれば、次の時間に移動します。そのように、時針は一を過ぎて、初めて二に移動します。これと同じように、第二のものと呼べるものはありません。神はただ一つです。

しかしながら、あなたが世俗的な事柄に関わりたいと望むなら、二元性が生じます。実際には、神性に関して二元性は存在しません。私は、しばしば私の部屋で眠っている子どもたちを起こして、「今、何時ですか？」と尋ねます。

彼らは「スワミ！十二時です」と答えます。

私は再び、「昼の十二時ですか？ それとも夜の十二時ですか？」と尋ねます。

彼らは「スワミ！夜の十二時です」と答えます。

午後の十二時間と午前の十二時間を加えると二十四時間になります。

厳密に言えば、二十四時間というものはありません。ただ昼の後に夜が来る等々で、二十四時間があると思うのです。ですから、昼と夜を区別してはなりません。

神を愛し続け、神への信仰を培いなさい。そうして初めてあなたのあらゆる疑いは消え、神性の本質をすべて理解することができるでしょう。

鉄道員は運営上の便宜のために、そのような区別をします。私たちにとって、夜は昼の次に来て、昼は夜の後に来ます。私たちにとっては、昼と夜は一つです。

それゆえ、あなたが出会うすべての人々の内にある、一体性の原理への固い信仰を育みなさい。神は唯一無二です。もし、この原理への固い信仰を育まれなければ、ある神の姿を崇めて、それ以外の姿を憎むようになる可能性があります。つねに神の一体性の原理を固守しているべきです。それが真理です。

そのような信仰を育むことができないなら、そのことを気にかけず、それを論争や不和の種にしないようにしなさい。決して神に二元性があると考えてはなりません。神はつねに唯一無二です。神の唯一性を理解し、それを固く信じることができれば、あなたの人生は順調にいくでしょう。

（スワミはここで、聴衆の前で花輪を抱えて、お尋ねになりました。）これは何でしょう？これは花輪です。たくさんの花々が糸を用いてつなげられ、その結果、花輪の形になります。花の種類は違えど、花々をつなぐ糸は一本だけです。これと同じ原理が、「エーカメーヴァ アドヴィッテーヤム ブラフマー」（神は唯一無二である）と、ヴェーダの中で説かれているのです。今述べた例は、多様性の中の一体性を説明しています。

一人の人を呼ぶときには、あなたはその人を「人」と言います。集まっている大勢の人を呼ぶときには「団体」と言います。一人の人物を呼ぶときと、団体を呼ぶときに使う言葉には、大きな違いがありますが、その区分の中にも根本的な一体性があります。その一体性が神性であり、決してそれを忘れるべきではありません。

残念ながら、現代の、この物質世界では、人は外見の多様性を見て、潜在する一体性の原理を無視する傾向があります。パーンダヴァ兄弟を例に挙げましょう。彼らは何者でしたか？パーンダヴァの五兄弟はクンティーの息子たちでした。母は一人ですが、息子は五人でした。通常のこの世の常識では、彼らは五人です。

あなたは今の時点では神性の一体性を理解できないかもしれません。けれども、時が来て、成熟した知性でその原理を受け入れたとき、真理は唯一無二であるということを理解するでしょう。

（スワミはここで聴衆にハンカチを見せながらおっしゃいました。）これはハンカチです。さまざまな糸がいっしょに織られています。縦糸と横糸で織られているために、これはハンカチの形をしているのです。布は一枚ですが、糸は多数です。

人は多様性の中の一体性を理解しなければなりません。私たちは、このホールに大勢の学生たちが集まっていると考えます。ひとり一人、異なっているように見えます。しかし、皆、同じシュリ サティヤ サイ カレッジの学生です。このようにして、人は一体性を育む努力をしなければなりません。

親愛なる学生の皆さん！私は皆さんに会えてとても幸せです。私は早朝から床に就くまで、多くの仕事に励み、多くのプログラムに参加しています。私はとても幸せで元気です。私のように至福を楽しんでいる者は誰もいません。私はつねに幸せで朗らかです。

私は誰からの賞賛も軽蔑も気に留めません。それらは人の感情が言葉という形をとって外に現れたものにすぎません。私には何の関係もありません。私に不和の感情はまったくありません。「すべては一つであり、万人は等しい」のです。

〔バガヴァンは「ゴーヴィンダ クリシュナ ジェイ」のバジャンで御講話を終えられました。〕

2005年10月9日の御講話
PDF「心の清らかさが真のサーダナ」
ダシャラー祭、於プラシャーンティ ニラヤム

あなたが守らなければならない三つの財産

グルル ブランマ（ハ）ー グルル ヴィシヌッ
グルル デーヴォー マヘーシワラハ
グルッ サークシャー（ト） パラブランマ（ハ）
タスマィ シリー グラヴェー ナマハ

導師はブラフマー神、導師はヴィシュヌ神、
導師はマヘーシュワラ神（シヴァ神）
導師はまさに至高神ご自身
それゆえ、導師に帰命いたします
（サンスクリット語の詩節）

ブラフマーとヴィシュヌとシヴァは、同一の神性の三つの異なった名と姿です。すべては一つ、万人に等しくありなさい。肉体の名と姿はさまざまでも、すべての生き物に内在する神性はただ一つです。

ブラフマーは創造者、ヴィシュヌは守護者、シヴァは破壊者です。けれども、この三相はどれも一つの神性を表しています。一なる神が、創造にかかわるときはブラフマーと呼ばれ、生き物を守り維持するときはヴィシュヌと呼ばれ、最後の破壊（ラヤ）という行為においてはシヴァと呼ばれているのです。

神性にさまざまな名と姿があるとすることから生じる混乱を避けるため、神はアートマ〔真我〕、あるいは、絶対者ブラフマン（無名・無形・無属性なる神性）と呼ばれます。唯一なるアートマがあらゆる生き物に浸透しているのです。

宗教は違っても、道は同じ
衣服は違っても、木綿は一つ
生き物は違っても、アートマは一つ
国籍や生活様式は違っても、人間の出自（しゅつじ）は同じ
（テルグ語の詩）

人は皆、三つの特質を育てなければなりません。それは、神への愛（ダイヴァ ブリーッティ）、罪への恐れ（パーパ ビーッティ）、社会の道徳（サンガ ニーッティ）です。社会に道徳が欠如している現状の原因は、罪への恐れが欠けていることに他なりません。愛は人々を結び付ける要因です。愛があれば社会は一つになるでしょう。道徳が欠如していれば、人は人間と呼ばれるに値しません。それゆえ、道徳は万事において重要なのです。神はすべての人に愛を降り注いでいますが、人間はどうかと言えば、罪への恐れという貴重な特質を失ってしまいました。今の人間は、神は優しいので最終的には自分の罪を許してくれるだろうと信じて、さまざまな罪を犯しています。この信念の下に、人間はますます罪深い行為に耽っています。このことについて、人間は一種の独り善（ひとよ）がりを増大させ、自分は懲罰から逃れることができるなどと考えています。しかし、事実はそうではありません。神は慈悲深く、あらゆる罪深い行為を赦（ゆる）すかも知れませんが、人間は必ずや自分の犯した罪の代償を払わなければなりません。ですから、人は誰もが、神への愛、罪への恐れ、社会の道徳という三つの特質を育てなければなりません。罪への恐れがないところに社会の道徳は存在しません。

心が健全であるとき、神への愛が現れ得る

人々は、この上なく無責任に振る舞い、抑制のきかないエゴによってさまざまな望ましくない活動をしています。罪への恐れもありません。ほんの一時も、自分の行為の報いについて考えません。そうであるなら、人は、悪いものを見たり、悪いことを話したり、悪い行いをしないよう自制しなければなりません。それをしないなら、そうした悪行の結果は、今日でなければ後日、本人のところに舞い戻ってきます。そうした罪深い行いの報いは、全部一まとめにドスンと本人のところに返ってくることもあり得ます。もし、本当に社会の安寧に関心があるのであれば、社会の道徳を育成するために働かなければなりません。

道徳を欠いた人間はまったく人間ではなく、まさに動物です。真実でないことを話したり、他人に不正を働いたり、不当な行為や悪い習慣に耽（ふけ）る者は、非常に邪悪です。人は、神への愛、罪への恐れ、社会の道徳という三つの行動規範に従って生活を送らなければなりません。道徳心を持たない人間は猿にも劣る、と言われます。実際、猿の方がそのような人間よりも優れています。この世では誰も、不道徳に耽溺する人を尊敬しないでしょう。道徳的な行動規範に従う人のみが、万人から尊敬を集めるでしょう。そのような人を傷つけようとする者さえ、他の人々に、「あの人は善人だ。余計な干渉はしないように」と警告され、止められるでしょう。道徳心に欠ける者は犬にも劣ると、社会から見下されるでしょう。それゆえ、人は道徳心を養い、いつでも道徳的な行動規範に沿った生活を送っていなければなりません。

神への愛、罪への恐れ、社会の道徳を育てることのできる三つの霊性修行（サーダナ）があります。それは、バクティ（神への信愛）と、グニャーナ〔叡智（えいち）〕と、ヴァイラーギャ（無執着）です。カルマ（行為）は肉体にとって自然なことであり、必要不可欠な属性です。肉体が良いカルマに着手したときにのみ、心（マインド）はよく機能します。心が静かであれば、神への愛を育てることができます。このように、バクティとグニャーナとヴァイラーギャは、神への愛、罪への恐れ、社会の道徳と結びついています。これらは扇風機の三枚の羽根のようなものです。羽根が三枚とも回っているときにのみ、私たちは涼しい風に当たることができます。そうでなければ、私たちは不快に感じます。

良心の純粋さが最も重要

「なぜ、神への愛を育てなければならないのですか？」と今の人々は尋ねます。神への愛は、人が罪への恐れを育てることを可能にし、それが次に社会の道徳を育成することになります。万人は、善と悪、罪と功徳を識別しなければなりません。分析して詳しく検討したなら、人は良いことだけをしようと努めなければなりません。善良であり、善良なことをし、善良なものを見る――これが神へ

の道です。この三つを欠いていれば、どれほど多くの儀式や礼拝、ジャパや苦行をしても無駄になるでしょう。

シュラヴァナム（傾聴）、キールタナム（神の栄光を歌うこと）、ヴィシュヌ スマラナム（神を憶念すること）、パーダ セーヴァナム（蓮華の御足に奉仕すること）、ヴァンダナム（神を崇敬すること）、アルチャナム（神仏の像を礼拝すること）、ダースヤム（神の召し使いとして奉仕すること）、スネーハム（神の親しい友人となること）、アートマ ニヴェーダナム（真我への全託）は九つの信愛の形式です。第一段階はシュラヴァナム（傾聴）です。ですから、人は自分の聞かされたことが善であるか悪であるかを分析しなければなりません。もし、あなたがそれを悪い意見だと考えて、それゆえそれを好ましく思わないなら、どうしてそれを実行することなどできますか？今日では、真実でないことを語って虚偽と不正な手段で他人を打ち負かすことで、自分の仕事を手に入れることが可能です。ですから、あなたが着手するあらゆる行為について、それが神聖かそうでないかを調べなくてはなりません。後からついてくる結果に無頓着であってはなりません。遅かれ早かれ、罪深い行為の報いは生じるものです。それは今起こるかも知れないし、もう少し後に起こるかも知れません。それはいつ何時起こるかわかりません。ですから、純粋な心で、善良な、気高い行為だけに着手する覚悟を持ちなさい。他の何にもまして、良心の純粋さが最も重要です。これはアートマ原理です。

アートマ〔真我〕がどんなものであるかを理解できる人は一人もいません。肉体と姿はたくさんあるため、それぞれを区別するためには名前が付けられなくてはなりません。しかし、アートマ、すなわちブラフマー〔神〕は、肉体と違って生も死もありません。それゆえ、誰もアートマを「これこれである」と同定することはできません。アートマは人間の理解を超えているものですが、永遠で、汚れなく、目覚めた、解脱している、神聖さの具現であると表現されてきました。アートマは純粋であり、究極の住処です。唯一のアートマが存在するだけであり、それは万物に内在しています。これがアートマの根本的な性質です。

小さな例を挙げましょう。月夜に百個の壷に水を入れれば、壷の一つひとつの中に月が映って見えるでしょう。肉体は壷のようなものです。壷は時を選ばず消滅する運命にあります。では、月（アートマ）はどこへ行くのでしょうか？どこにも行きません。月は存在しています。けれども、水がないので映っていないのです。これと同じように、アートマは万人の内に存在しています。

良い人格を具えていない人は、道徳を持ち合わせていません。道徳心のない人は人間と呼ばれるに値しません。私たちは自分のために社会で誉れと尊敬を獲得しなければなりません。ところが、最近では、誰も社会での評判に関心を持っていません。一方、誰が裕福で誰が貧しいかにはとても詳しいという有様です。「お金は生まれると出ていくが、道徳心は生まれると育つ」という諺があります。したがって、富や権力、その他の世俗的なものを熱望するのは正しいことではありません。そうした所有物はすべて束の間のものです。あなたはそれらをがっちりと掴んでいようとするかもしれませんが、それらはあなたが気付く間もなく、するりと滑り落ちてしまうのです。一方、アートマは永遠です。アートマは生まれることも出ていくこともありません。アートマは常に、この世で起こる一切のできごとの永遠の照覧者であり続けます。私たちは、そのような永遠のアートマへの信仰を育てなくてはなりません。アートマ原理への信仰を育てる者は、不正な活動、誤った活動、悪い活動に悩まされることはないでしょう。

社会を変えたいなら、あなたのハートが純粋でなければならない

人々は「私の体、私の感覚器官、私の心、私の知性」などと言います。けれども、皆さんはこれらのうちのどれでもありません。たとえば、皆さんは「これは私の本です」と言います。本はその瞬間、あなたの手の中にあります。次の瞬間、誰かがその本を見たいと望んだとします。すると、本はその人の手に渡ります。同様に、あなたは手にいくらかの貨幣を握っているとします。しばらくすると、それは誰か他の人の手に渡ります。それはまさしく来ては去っていきます。しかし、道徳心は来ると育ちます。道徳に形はありません。もし、社会や世界を改善したいと望むなら、まず個人の道徳心が養われなければなりません。

最近、社会を改善すると名乗り出たいくつかの政党があります。それらの政党は社会を変革する提案をしています。しかし、彼らは判で押したように失敗します。なぜなら、彼らがしようとしているのは利己的な目的のための票集めだからです。彼らはまったく社会のことなど気にかけていません。もし、社会を変革したいのであれば、あなたのハートに純粋さがなければなりません。最初に個人、それから社会です。個人が変容するためには、神への愛と罪への恐れがなくてはなりません。社会の道徳はその次です。社会を作っているのは一人ひとりの人間です。それゆえ、人々の間の一体性が育まれるなら、純粋性と神性が表れるでしょう。一体性と純粋性と神性を単なる教育によって獲得することはできません。

真の瞑想は完全に自分を忘れ去ること

瞑想をするためにあなたが目を閉じて座っているとします。しかし、心（マインド）はいたるところをさまよっています。あなたは心を出発点へ連れ戻そうとします。このすべては訓練です。揺れ動く心が静かになったとき、初めて瞑想は可能になります。こうして心を安定させる過程は、集中と呼ばれています。瞑想は集中の後で初めて可能になるのです。正しい順番は、集中・黙想・瞑想です。自分は座るとすぐに瞑想に入る、と主張する人々を信じてはなりません。それは見せかけの修行であって、瞑想ではありません。真の瞑想とは、自分自身を完全に忘れることです。瞑想とはデーハートマ バーヴァ（肉体と自分を同一視する感情）を完全に忘れてしまうことです。感覚器官への執着を完全に捨て去らなければなりません。そうして初めて心は定まるでしょう。

昔、四人の息子を持つ父親がいました。息子たちはお金を稼ぐためにそれぞれ別の職業に就くことを望みました。一人の息子は商売を始めたいと思いました。別の息子は小さな食料品店を開きたがりました。三番目の息子は勤め口を見つけて働きたいと思い、四番目の息子も別の職に就きたがりました。共通の目的はお金を稼ぐことでしたが、四人はそれぞれ別の道を望みました。最終的に、お金を稼ぐために選んだ手段が、功徳や罪の蓄積となるのです。人々は、自分で罪を犯していることさえ知らずに、罪を犯します。犯した罪は本人たちを悩ませ続けます。

しばらく前、オリッサ州で大きな洪水がありました。洪水は四つの地域の多数の村を破壊しました。家屋、木々、田畑、動物たち、そして人々も、押し寄せる洪水に流されました。何百という村が水浸しになり、人々は村に取り残されました。人々は自然の猛威に恐れ戦(おのの)きました。そこで、私は電報を打ちました。「心配してはなりません。幸せでいなさい。私が皆さんの家を建てましょう。」オリッサ州の人々は、(後日スワミに謝意を表すために)臨時列車を手配して私に会いに来ました。オリッサ州には政府機関もあれば下院議員や州議会議員たちもいます。彼らは、助けが必要なときに人々を救出に行き援助を供給することを、期待されていました。ところが、誰もそれに名乗り出ませんでした。私は直ちに一億ルピーを送り、被害を受けた人々に救援物資を配給し、耐久性のある家を建てる手はずを整えました。

私は金銭の貯蓄には関心がありません。私は皆さんの愛だけを望んでいます。幸せでいなさい。あなたの道徳心と神への愛を育てなさい。もし、愛を育てるなら、その愛そのものが、あなたの中にある邪悪な性質を追い払ってくれるでしょう。

善果であれ悪果であれ、人は自らの行為の報いを得る

ラーマとラーヴァナの戦いが始まる前、シーター〔ラーマの妃〕がどの辺りにいるのかを捜索する使命の一環として、ハヌマーンがランカーに侵入しました。ハヌマーンはシーターを見つけ、その情報をラーマに伝えるために帰途につきました。ところが、ハヌマーンは羅刹(らせつ)たちに捕らえられてしまい、ラーヴァナの宮廷に連れてこられました。ラーヴァナはハヌマーンを見て激怒しました。ハヌマーンは帰る途中、美しいアショーカヴァナ〔シーターが囚(とら)われていた無憂樹園(むうじゅえん)〕をめちゃくちゃにしてしまったからです。ラーヴァナはハヌマーンに問いました。「おまえは誰だ？ どういうわけで図々しくもこの難攻不落の都、ランカーに侵入したのだ？」ラーヴァナはハヌマーンの力を見くびり、普通の猿相手として話しかけ、ハヌマーンを嘲(あざけ)りました。

ハヌマーンは対等の者として同じ調子で答え、ラーヴァナに向かって言いました。「おまえの妹の耳と鼻を切り取ったご主人様が、私をお遣わしになったのだ。」ラーヴァナは大変腹を立てました。というのは、大胆にもそれほどラーヴァナの威厳を損なうような態度で話しかけてきた者は、これまで誰もいなかったからです。実際、ハヌマーンはラーヴァナと同じ言葉遣いで話しました。ラーヴァナは侮辱されたと感じました。ハヌマーンは少しも気にしませんでした。なぜなら、ハヌマーンは常にラーマの御名を唱えていたからです。それは、どんな状況にも直面する勇気と力を授けてくれるのです。

ラーヴァナはハヌマーンの無礼さと尊大さに我慢できませんでした。そこでラーヴァナは、ハヌマーンの尻尾(しっぽ)を油の染み込んだ布で巻いて火を点(つ)けるよう命じました。直(す)ぐ様(さま)ハヌマーンの尻尾に油に浸した布が巻きつけられ、火が点けられました。ハヌマーンはおとなしくしていませんでした。燃える尻尾で一つの建物から別の建物へと跳び移り、都中に火を点けたのです。

宝石がはめ込まれた美しく豪華な建造物の数々が、瞬く間に炎上しました。マンドーダリー〔ラーヴァナの妃〕の宮殿すらも炎に呑み込まれました。マンドーダリーも外に飛び出しました。人々は慌てふためいてあちこちを走り回りました。猛威を振るう炎を免れた建物は一軒もありませんでした。そのとき、ハヌマーンはマンドーダリーに忠告しました。「母よ、この壊滅的な火事と、その結果多くの命や財産が失われたのは、あなたの夫が犯した罪のせいです。どうかあなたのご主人に、今後はそのような凶悪な罪を犯さないよう伝えてください。もし、あなたがそうすることでご主人を助けるなら、それはあなた自身と羅刹族(ラークシャサ)を救うに等しいのです。」

人は自分の行為の報いを経験しなくてはなりません。神は単なる照覧者です。良いものであれ悪いものであれ、人は自分の行為の報いを手にします。それゆえ、まず第一に、人は道徳心を育てなければなりません。道徳心は、まず人間的特質を伸ばすことを基盤としています。人間的特質を育てるには、神への愛を抱くべきです。つまり、神への愛、罪への恐れ、社会の道徳は、相互に依存しあっているのです。社会に道徳があれば、すべての人が安全に守られるでしょう。

これに関連して、一つ重要な点を覚えておかなければなりません。あなたは自分の行いを社会に知られないよう隠すかも知れませんが、遍在の神はすべてを知っています。あなたは後に自分の行為の報いを経験しなければなりません。これは不変の法則です。それゆえ、もし他人を助けることができるなら申し分ありませんが、そうでなければ、ただ静かにしていなさい。他人を傷つけてはなりません。思いと言葉と行いによって過ちを犯してはなりません。自分の行為の報いをすぐには受け取らないことも、ときにはあります。いくらか時間がかかるのです。けれども、報いは必ず付いて回ります。人々は、「バガヴァッド ギーター」のような霊的な教本を学んでいますが、自分が生まれ持った本性に気付くことができずにいます。ウパニシャッドは人にこのように熱心に勧めています。「愛する息子よ、まず汝(なんじ)自身の本性に気付くのだ。汝自身を知れ！ もし、それができれば、すべてを知ることに等しい。」真我(アートマ)の知識(ボーダ)は、「私は肉体ではない、私は心ではない、私は知性ではない」等々の悟りを必然的に伴います。

心(マインド)は糸で織られた一枚の布のようなものです。布はどのくらいの間もつでしょうか？ 糸が擦り切れるまでです。ひとたび糸を取り除けば、布は形を失います。あるいは、布を火にくべれば、布は灰と化します。人々は、「誰それは私の妻で、誰それは私の子どもで、誰それは私の義理の息子で、誰それは私の息子です」等々と言います。こういった人間関係は幻想にすぎません。そうした人々はいったい誰なのでしょうか？すべての人は神のものです。この世のすべては神の所有物です。誰にも何の権利もありません。人々は互いに権利を主張して戦って、時間を無駄にしています。「時間の無駄は人生の無駄」です。実のところ、私たちは時間を無駄にしているのではなく、貴重な人生を無駄にしているのです。

終わりに臨(のぞ)んで、私はもう一度皆さんに、神への愛、罪への恐れ、そして、社会の道徳を培うことを強調したいと思います。これらは皆さんが常に守っていなければならない価値ある財産です。皆さんがそれらの価値を守るなら、そのお返しにそれらの価値が皆さんを守ってくれるでしょう。今、皆さんはブラフマ原理(タットワ)を認識しなければならないと考えています。実際には、ブラフマンには名前も姿もありません。ブラフマンは、属性(ニルグナム)を持(ニッティヤ)たず(シュッダ)、純粋(ニランジャナム)で、究極(サナータナ)の住処(ニケータナム)であり、永遠(ニッティヤ)で、汚(シュッダ)れなく、目覚(ブッダ)めた、解脱(ムクタ)している、神聖(ニルマラ)さの化身(スワルービナム)です。

タミル ナードゥ州から来たバルヴィカスの子どもたちが、文化プログラムを上演するために待っています。プログラムを観賞しましょう。講話の続きは明日にしましょう。

2009年7月6日の御講話
「2009年2010年講話集」pp.148-161
「神への愛、罪への恐れ、社会の道徳」
於サイ クルワント ホール

sathyasai.org