

 講話1「バガヴァッド・ギーター」概要・第1章～6章迄 

「オーム ナモ バガヴァテ-ヴァースディ ヴァーヤ オーム ナモ バガヴァテ-シヴァナンダーヤ」を4回唱えます。あらゆるところに偏在する意識にご挨拶しますという意味です。

「ヴァースディ ヴァーヤ」というのはすべての名前と形を持つものの中にある至高の存在に礼拝します、「シヴァナンダーヤ」とは、シヴァ神という究極なる形の神に心よりご挨拶申し上げます、という意味です。

始まりのお祈りは、「教師と生徒の双方が、共に学ぶことができますようにお守りください。両者の間に誤解が生じることがありませんように。私たちの内側にも外側にも、そして宇宙にも平和がありますように。」というマントラです。



どんな宗教にも必ず「聖典」と呼ばれる書物があります。あらゆる宗教には、その開祖と呼ばれる人が存在します。キリスト教はイエス・キリスト、仏教はお釈迦様、イスラム教はモハメッドです。

ヒンズー教は人間によって始まった宗教ではありませんが、「ウパニシャッド」、「ブラームスートラ」、「バガヴァッド・ギーター」の3つの聖典があります。ウパニシャッドはヴェーダーンタとも呼ばれています。古代のインドには6つの聖典があり、多くの学者や宗教家は、これら書物からいろいろなマントラを唱えたり、儀式を行ったりしています。



6つの聖典とは

1.ヴェーダ(シュルティ)、2.スムリティ、3.プラーナ、4.イティーハーサ、5.アーガマ、6.ダッサナ(ダルシャナ)です。

**1.ヴェーダ** シュルティ(天啓書)とも呼ばれます。古代の聖典は、人間が書いたものではなく、聖者が深い瞑想時に得た宇宙からの啓示です。それをグルが繰り返して唱え、生徒は耳で聞いて覚えました。有史以来、人類の熱望は、どうすれば幸せになれるのだろうか？どうすれば健康になれるのか？そして、死の恐怖から、逃れることができるだろうか？ということでした。ヴェーダは4つあります。(1)リグ・ヴェーダ、(2)ヤジュル・ヴェーダ、(3)サーマ・ヴェーダ、(4)アタルヴァ・ヴェーダです。

そして、それぞれのヴェーダは4つの部門から成っています。①ブラーフマナ:祭儀書、②マントラナ(サンヒターとも呼ばれる):本集、③アルネカス(アーラニヤカとも呼ばれる):森林書(人目につかない森林で師が弟子に伝える秘密の教えの意味)、④ウパニシャッド:奥義書です。

**2. スムリティ(聖伝書)** 多くの聖者はヴェーダを理解するのは大変難しいと知っていたので、記憶するために彼らが書いたものです。何をすべきか、してはいけないか、どのようにしたらいいかなどが記されています。

**3. プラーナ** 物語のことです。ヴェーダに基づいた、ポジティブな前向きな力と否定的な力の争い、あるいは神聖なるものと悪なるものの闘いの伝説です。たくさんのプラーナがあり、とても興味深い、楽しい物語です。

**4. イティーハーサ** 当時の王様に関係するお話です。内容はヴェーダのエッセンス、本質的なものと同じで、王様の生涯を語る美しい物語です。

ラーマの時代にラーマ王の話が生まれました。それからヨーガバチスタという聖典があります。これはラーマ王、そしてバチスタという聖者の哲学に関する話です。とても大切なヴェーダの教えがシンプルな形で語られている最も高い哲学とも言える聖典です。それもイティーハーサと呼ばれる聖典に属します。そして、クリシュナの時代に「マハーバーラタ」が書かれました。

**5. アーガマ** ヴェーダと直接関係がない理論的な物語で、3つのタイプがあります。ビシュヌ神、シヴァ神、デーバ(女神)に関して、です。密教経典で、その実践法としてヤントラ、マントラ、タントラが生まれました。

**6. ダッサナ** ヴェーダの知識を基礎にした哲学体系で、六派哲学と哲呼ばれます。



#### 六派哲学の6つとは

- (1) **ニヤーヤ学派** 理論と根拠を求める哲学で、ゴータマという聖者が基礎を築きました。
- (2) **ヴァイシェシカ学派** 聖者カーナダが基礎を築きました。あらゆる物質を探求し、原子のレベルまで調べた量子力学に近いようなものです。ですからインドにとって、原子理論などは目新しいものではなく、何千年も前から原子の力が理解されていました。
- (3) **サーンキヤ学派** 開祖はカピラと言われています。この世界は、精神原理プルシャと根本原質プラクリティから派生した24の物質から生じると考えるものです。サーンキヤとは、数字の数のことです。いろいろな数字を使って世界を理解しようとしたので、数字=サーンキヤの哲学と呼ばれています。
- (4) **ヨガ学派** パタンジャリが編纂したと言われるヨガの8支則が有名です。
- (5) **プールマミマーンサ** いろいろな神様へのお祈りの仕方など、宗教的な儀式について書かれたもので、開祖はジェイミニです。
- (6) **ヴェーダーンタ学派** 開祖はバーダーラーヤナです。ヴェーダの最後に多くのウパニシャッドと呼ばれるものがあります。それはすべて、個・自分と、ブラフマンと呼ばれる大いなる存在との関係性について書かれたものです。



「バガヴァッド・ギーター」は、「マハーバーラタ」という物語の1部分です。この「バガヴァッド・ギーター」は、すべての聖典の本質とエッセンス、すべての宗教の本質、すべての聖者の言葉までもが含まれています。「バガヴァッド・ギーター」の本質を理解することができれば、すべての聖典の本質を理解したことになります。



「バガヴァッド・ギーター」はなぜ18の章から成り立っているのでしょうか？

なぜ18という数字なのでしょう？18は勝利という意味です。では、何に対する勝利なのでしょう？

「マハーバーラタ」のマハーは偉大、バーラタとはインドの意味です。別名はジャヤと言います。ジャヤとは勝利という意味もあり、ジャは数字の8、ヤは、数字の1の意味もあります。「どのような生き方をしても、あるいは人生においても、勝利はある」という意味です。

「マハーバーラタ」の「バー」は、サンスクリット語の「バーサラティ」=光輝を意味し、「マハーバーラタ」とは「偉大な光輝く智慧」とも言われています。

この物語を通して私たち人間は、物事の本質をつかむことができます。マハーバーラタに登場する、すべての登場人物たちは、それは全部、私たち人間の心のさまざまな機能、さまざまな側面を表したものです。

「バガヴァッド・ギーター」は、18章から成り立つ、18日間続いた戦争、18の軍隊の物語です。

第2章では知識のヨガについて、これも18の詩で書かれています。



ギーターは神の言葉とも言われています。

ギーターにはすべての聖なるもの、聖地が含まれると信じられ、多くのヒンドゥー教徒の家庭では、この聖典を絹の布で綺麗に包んで礼拝をしています。皆さんが唱えられたように、インドでは多くの人がギーターを唱えています。神の歌とも呼ばれ、楽器を使って、美しいメロディにのせて歌ったり、毎日、毎日、読んだりします。この18章から成り立つギーターは、1部だけを読んでも、1つの詩を選んで読んでも、どこを読もうと必ず得ることがある、学ぶことがあると言われています。多くの専門家や宗教家が、ギーターを読み、多くのことを語ってきました。



多くの戦争が起こり、多くの人が殺されていますが、神様とは何でしょうか？

ギーターを勉強すると心は平和になりますか？戦争がなくなりますか？戦争がないところで、私たちは果たして生きられるのでしょうか？それは可能でしょうか？

私たちの体の中のことを考えてみてください。血液が流れていて、白血球、赤血球が生命を維持するために戦っています。例えばプラーナというものがあります。体の中の上方に行くプラーナと、下方に行くアパーナが体の中で戦っています。それから私たちの思考や心を考えてみてください。ポジティブな考えとネガティブな考えが絶えず争っています。太陽の光でさえも同じです。これはポジティブでしょうか？ネガティブでしょうか？この光がなければ私たちは生きていけません。つまり生きることそのものが闘いなのです。生きるということは何かを殺していることです。息を吸うだけでたくさんのバクテリアを殺しているかもしれませんが、息をしないで生きていくことはできません。「バガヴァッド・ギーター」には、これらに対するすべての答えが書かれています。



ギーターのエッセンスをひと言で言うとうろどう表しますか？

ギーターと繰り返し言い続けてください。ギーター、ギーター……。ギタギタギタ……。ターギになります。ターギの意味は、放棄です。それでは誰が、何を放棄するのでしょうか。オレンジ色の衣は、放棄の象徴です。多くの人々が放棄というと、持っているものを手放すことを考えると思います。答えは、「何かについての間違った考え方や概念、理解を手放す」ということです。



ギターは18の章から成り立っていて、それが3つのグループに分かれています。



1章～6章「私とは何か」 自分についての誤った理解を放棄する



7章～12章「目に見える世界とは何か」 目に見える世界への誤った理解を放棄する



13章～18章「神とは何か」 神に対する誤った理解を放棄する



一番大切なことは、自分（ I : 私 ）についての誤解や思い込みを放棄することです。

戦争、討論、憎しみ、嫉妬、欲望などの原因は、すべて自分は何者かを誤って捉えているところから生じています日常を振り返ってみると、私たちが深い眠りの状態にあるとき、皆さんは自分の体を意識できますか？私はこの体だ、私はこういう名前だ、私は金持ちだ、私は偉大な人間だ、などと思っているのでしょうか？“I”は存在しているのでしょうか？

すべての存在は熟睡しているときに、深い状態に入り込みます。そこには私という意識はなく、ただ至福があるのみです。これはアーナンダと呼ばれる状態です。



自分という存在についての認識

私たちの存在というのは、5つの層から成り立っていると言われていています。体・肉体はアンナマヤ・コーシャと呼ばれる食物からできている層です。もし、虎やライオンがここに来たら、この人はインド人だとか日本人だとは見ないでしょうし、金持ちだ、貧乏人だとか、優しい人とか意地悪な人ではなく、ライオンにとっては、ただの食べ物にしか過ぎません。

この肉体の中には、骨や血管や神経系統、プラーナなどのいろいろなものが存在しますが、私たちはそれを区別して意識していません。ただひとつの存在、私、として考えています。

誰かと話をしたときに、皆さんはその相手の全体を瞬時に捉えるでしょう。自分の体のことを考えてみてください。髪の毛がたくさん頭に生えています。その髪の毛のことをいつも意識していますか？頭のとっぺんからつま先までの一つの存在があると思っているはずです。

自分の10本の指を見てください。もし、1本を針で突いたら、身体全体がその痛みを感じます。それは、身体を流れるプラーナや意識がつながっていて、一つであるからです。



最初の6章は、自分というものに対する間違った思い込みを放棄するための説明です。

ギターは、シンプルに、実践的に説明してくれています。この最初の6章を学ぶことによって、自分という存在についての誤解が消えていきます。