

宝彩有菜の

バガヴァッド・ギーター

第11回 「修行者の修行とは」

text: 宝彩有菜

バガヴァッド・ギーター第十四章では、自然界(プラクリティ)の三性質(グナ)についての説明があります。クリシュナがアルジュナに言います。

「さらに、君に最高の知識を話して聞かせよう。これを知って一切の先達は、最高の解脱に達したのだ」(14-01)ここまでの章にも、「最高の知識」が出てきたように思いますが、これは、さらに最高の知識だそうです。

「この知識を会得して、わたしと同化にまで至った者は、宇宙の創造時にも再生することなく、壊滅時にも滅亡しない」(14-02)

なるほど、究極の知識のようです。

「自然界(プラクリティ)には三つの性質、サットワ、ラジャス、タマスがある。魂が自然界(プラクリティ)に接触すると、この三性質(グナ)によって束縛される」(14-05)

自然界(プラクリティ)とは何でしょう。それに魂が触れると魂が束縛されるということですから、「自然界」と、「魂」は別のものようです。いちおう、物理的、物質的な自然の事象のことを自然界というのだと想定して、話を進めましょう。その自然界には三つの性質があり、それは、「善性(sattva)」「動性(rajās)」「暗性(tamas)」であると言っています。

全部を調べたわけではありませんが、私が知っている限り、古代インドのほとんど哲学は、この三つの性質(グナ)を解説しています。当時は、これが常識だったように思えます。複雑な物質、自然、世界の事象は、すべて、この元になる三つの性質の組み合わせで、できあがっている、動いている、働いているという考え方です。

「土」「風」「水」「太陽」など、すべてが、この三グナの作用でできあがっているのだと説明が続きます。さらに、「怒り」「心配」「羨望」、なども、この三グナの組み合わせの作用として説明されています。

さて、現代科学が発達した今では、この三グナの説明は、荒唐無稽で、それらから導かれるさまざまな解説も、したがって納得のいくものではありません。ですからこの、14章、15章は、世にたくさんある、どのバガヴァッド・ギーターの解説書にも、あまり、取上げられていません。中には、まるで、すっとばして無視している解説書もあります。たしかに、古代インド人の考えた自然界の説明は今では誰も見向きもしない、役に立たない代物だからです。

しかし、バガヴァッド・ギーターは、科学の解説書ではありません。自然界の成り立ちを科学的に解説するのが目的でもありません。

だとすると、バガヴァッド・ギーターは、ここで、何を言いたかったのか。その真意はいったい何だったのか。

「全てことは三性質(グナ)の作用であると洞察し、その上に自分自身の実在に覚醒した者はこの三性質(グナ)を超越してわたしの本性に達する」(14-19)

と、このことが単に言いたかったのだらうと思います。それを強調したかったのだと思います。

「三性質(グナ)が顕している肉体をまとった者が、それを超越したとき、生と老と死と苦より解脱し、物質界に在る間から最高の境地に達する」(14-20)

自然界を超越したら、悟れると言う訳です。その「自然界」の説明のために、三グナの説明が延々と続いたものと思われまます。

「自然界は、自然界の法則で動いている。でも、それと魂は別だ。魂はそれを超越して存在する」というのが話

のポイントですが、その説明のために、つまり、「自然界は自然の法則で動いている」という部分を説明するために、古代のインド人は、グナという概念を持ち出して、丁寧に漏れなく、すべてのことを三グナで説明してみせてくれたということであろうと思います。

現代なら、例えば、「世界は、陽子と、中性子、電子の三つでできている。すべての事象はこの三つの働きである」と自然界を説明してみせるのと、話し方の方向は同じことかもしれませんが。私は、物理学は詳しくありませんので、すでにいい加減なことを言っているかと思いますが、しかし、言い方としては、「土も、石も、太陽も、すべて、陽子、中性子、電子の3要素でできている」といえば、それは、それなりにりっぱな分析の仕方なのだろうと思います。

分析する機械やノウハウが、今と昔で違うだけで、言っている方向は、三グナも物理学も同じかもしれません。つまり、自然界には、要素があって、また、法則があって、それですべて動いているということです。

でも、何度も言いますが、バガヴァッド・ギターは、悟りの修行の話ですから、それを証明しようとしているのではなく、悟りは、その自然界、物質界を超えたところにあるのだということを言いたかったのだろうと思います。

話のポイントがなんとなく理解できたアルジュナが問います。

「クリシュナよ。では、三性質（グナ）を超越した人は、どんな特徴があるのですか？ お教え下さい。どんな生活をし、どんな行動をするのか。また、どのようにして三性質（グナ）を超越したのですか？」(14-21)

三性質（グナ）を超越したら悟れるという話ですが、そのようにして悟った人は、では、どんな感じになるのですか？ と聞いています。それだけでなく、具体的にはどのようにすれば、その「三グナの超越」とやらができるのですか、とこのバガヴァッド・ギターの終章に近くなったこの期に及んで、改めて根本的な質問を投げかけています。

クリシュナがそれに対して答えます。

「アルジュナよ。サットワの光輝、ラジャスの執着、またタマスの迷妄が現れても嫌わず、消えても追求しない者」(14-22)

三つのグナとは、「善性 (sattva)」「動性 (rajas)」「暗性 (tamas)」でしたが、それらは、反対の方向に振れると、「善 \leftrightarrow 悪」「動 \leftrightarrow 静」「暗 \leftrightarrow 明」の両極端になります。その中間も様々な段階があります。それらが複雑に組み合わせられて自然界の事象が発生しているという概念ですから、ここでの、クリシュナの説明は、つまり、良い事が起こっても、悪い事が起こっても、それを嫌ったり、それを追いかけたりしない者は、グナを超越しているということです。

「これら自然界（プラクリティ）の三性質（グナ）の作用に動揺することなく悩むことなく、動くのは自然界（プラクリティ）の三性質（グナ）のみと静観して、超然として不偏中立を保つ者」(14-23)

と同じような説明が続きます。

「真我に定住して、幸と不幸を区別せず、土も石も黄金も同じように見て、全てのものに好悪の感情を持たず、賞讃と非難に心を動かさぬ者」(14-24)

と、さらに、同様の説明が続きます。このようなことを言いたいがために、三グナの説明が延々とこの辺りの章で続いていたのだと理解できます。石も、黄金も、つまりは、三グナの組成の違いだけだというわけです。そういえば、「ダイヤモンド」も「炭」も同じ炭素だそうですから、バガヴァッド・ギターが石も黄金も同じだという言い方もわかりますね。

「名誉と不名誉、友と敵を同じように扱い、一切の物質的動きに手を出さぬ者、以上のような人は三性質（グナ）を超越したと言えよう」（14-25）

話は、次第に、自然界から、好き嫌い、名誉、不名誉など、心理的なものに入っていきます。しかし、これも、同じ説明です。つまり、自然界のさまざまは動きと、それに惑わされる心の動きも、すべて、もとは三グナの働きであるから、それらに心を動かさないことが超越することになるのだと言っているわけです。

では、「どのようにすれば、超越できるのですか」と、アルジュナは、既に（14-21）でクリシュナに聞いていますが、それに答えて、クリシュナは、

「いかなる場合でも誠心より、わたしを信奉する者は、速やかに三性質（グナ）を超越して解脱の域に達する」（14-26）

「なぜならば、そこが私の場所であり、即ち、不死不滅の全一者、永遠の法則であり、絶対の幸福の場所であるからだ」（14-27）

と、いう簡単な説明で回答しています。これまでの膨大かつ詳細な三グナの説明に比べて、あまりに簡単な答えです。「どうやったら、それを超越できますか？」という質問に対して、たったの数行です。これでは、具体的にどう修行すればいいのか、よく分かりませんね。その本格的な説明は、どうももっと先の章に送られているようです。

さて、次の第15章は、三グナの説明がさらに続いている部分で、多くの解説書が無視したり省略したりしていますが、話の順番から言うと、ここでは、心の仕組みなどを説明したいタイミングですから、もともとは、それが説明されていたのではないかと私は思います。

「自然界」とそれに反応する「心」と、そして、それを見ている「真我」の関係です。

ぼんやり読み過ごすと発見できないと思いますが、きっと、それらしい事が書いてあるに違いない、あるいは、その説明に使った「例え」らしきものが、残っているに違いないと、さっそく目を凝らせて読んでみましょう。

すると、すぐに、それらしい文章が出てきました。

第15章の冒頭です。

クリシュナが言います。

「その根は上にあり、その枝は下にあり、その葉は、一つ一つがヴェーダの讃歌。この枯れない菩提樹を知る者は全ヴェーダを知る」（15-01）

「下にまた上にその枝は茂り、グナに養われ、外境をその芽となす。下方にのびる根は人間の社会において、行作と密に結合する」（15-02）

「この世界に住む者にはこの樹の姿がなかなか見えない。始まりも終わりも、根ざす所もすべて認識されない。だが人は堅固なる無執着の斧をふりあげ、この頑強な樹を切断し、倒すべきである」（15-03）

「そうするとさとの境地を求めることができる。そこに至れば退くことは二度とない。即ち不退転の境地、全托する境地、悟りの境地に至るのである」（15-04）

さて、予想はしていましたが、いきなり唐突に「木を逆さまにした話」が出てきました。

古い聖典で、このように意味不明の例え話が、脈絡も無く出てくる場合が多々ありますが、それは、「例え話」の方が、印象が深いので人々の記憶にちゃんと残っていて、その「例え話」で説明したかった本当の「教え」の部分は、複雑で分り難いので、長い年月の間に变形したり、消滅したりして、今に伝わっていない場合が多いからだろうと思います。

たぶん「分り難い」からだけではなく、伝える途中の人が「未体験」であったり理解が低かったり、あるいは、何か他の欲、名誉欲や商売の欲などを持っていたりすると、正確に伝わらない場合が多いのだと思います。でも、

「例え話」の方は、印象が強烈ですから、それは、それだけで数千年も変わらずに伝わるわけです。さて、ここにある「例え」だけから、いったい本当は何をここで言いたかったのか、推測してみましょう。この箇所では、自然界から情報を得て、心がどのように動くのかを説明している箇所であるはずですから、そのつもりで、読んでみましょう。

するとポイントは、「木を逆さまにする」「無執着の斧で切り倒す」「すると不退転の境地(さとりに)に至る」です。

まず、「木を逆さまにする」ということは、本来根から水分等が上昇するのを、葉から、根の方に水分等を逆流させるということの意味しています。

普通にまともに立っている木は、根から養分が上昇して、葉まで到達します。

これを、人間の心の中の情報の流れに例えると、外部から、情報を得て、それが、木の幹を登っていき、葉のところまで達するということです。

目、耳、鼻、口、皮膚など、五感からの情報が、まるで根から木の幹を登っていくように伝わってきて、認識され、理解され、加工され、最後にさまざまな思考になったり、さらに怒りになったり、嫉妬になったり、喜びになったり、つまり、さまざまな葉っぱになるというわけでしょう。

情報が、『受・想・行・識』を経て、思考や、感情になるということです。

葉のところ、通常の「意識」だとすると、根が触れているところは、「自然界」です。三グナの世界です。葉のところの意識で、「怒り」「嫉妬」などが現れても、それは、根まで遡れば結局、自然界に触れていて、それが自分という木を登ってきて、感情になったのであるということでしょう。

そのような例え話がまずあったとします。心の仕組みを説明したものです。その後、では、どうやって、「悟れるのか」という話が続いたと思って、この話を聞くと、説明しようとしていたことが良く分ります。その木を逆さまにしてみようということなのです。

今度は、それを逆にして、元へ元へと遡ってみようということなのです。ある感情が起こったら、それをどんどん、その前、その前と遡ってみようということなのです。

「その根は上にあり、その枝は下にあり」と逆にしてみようと言っているわけです。

例えば、「嫉妬」という苦い感情が(「葉」に)あるとすると、その前に「あの人が羨ましい。あの人の地位が欲しい」とかの「思考」が(「枝」に)ある事が分ります。では、その前はというと、テレビで「賞を貰っているあの人を見た」という「情報」(が「幹」を通って「根」から上がって来たの)だとわかります。その前は、その前は、と遡っていくわけです。すると、どんなことも、三グナ、つまり、自然界の情報がそもそもの原因であったと分るであろうという説明です。

これは、「五感情報バックの修行」とまったく同じことを言っています。

どんな「感情」も思考が先行していますが、その思考も、情報が先行しています。その元の情報を探してみましよう。元へ元へと辿って戻って行ってみましよう。すると、大方は、五感情報からスタートしているのだと理解できます。その戻り方を、何度も、何度も訓練してみましよう。というのが、五感情報バックの修行です。

これは、マインドの働き方を客観的に理解し、かつ、分岐点の途中、途中で、どのようにマインドが思考を運転しているのか、どのようなプログラムという標識が立っているのか、そして、それに無自覚で反応しているのかなど、自分のマインドの動きをつぶさに観察できる優れた修行方法です。

そして、観察が鋭くなってくると、マインドに使われる事がなくなります。マインドを手懐ける事ができます。マインドを自在に制したり、働かせたりすることができるようになってきます。この「五感情報バックの修行」だけで、クリシュナのいう、悟りまで行けるほどの優れた修行です。

ですから、それをこのバガヴァッド・ギターでも、第15章で説明したのだと思います。木を逆さまにして、

「葉から根の方に戻る」という修行の説明は、とても、上手い例えだと思えます。

このように、この15章は、心の働き方の説明と、情報を遡る修行の説明が丁寧にしてあった箇所だろうと思えます。

しかし、ストーリーとして、バガヴァッド・ギターに入れるには、ドラマチックでもありませんし、脈略もありませんし、物語としてあまり面白くないので、現在残っているような15章になったものと思われる。

「傲慢なく、迷妄なく、執着心を克服し、欲を無くし、苦楽の二元性を超越し、真我に安寧する人は、不滅の境地（解脱）に達する」(15-05)

情報を得たら、マインドはそれをもとに、自ら蓄積保管しているプログラムを自動起動させながら、思考を進めます。しかも、それを遂行させるために、get, hold, compare, moreという欲の4要素回転させます。それが、「強欲、執着、比較、不満」になります。悟るためには、それらを払拭する必要があります。

そこで、そのようなことが書いてあったはずだと、上記の文章を注意深く読むと、「傲慢なく、迷妄なく、執着心を克服し、欲を無くし、苦楽の二元性を超越した人」とあります。これは、「強欲、執着、比較、不満を無くした人は、悟れます」と似たようなことを言っています。たぶん、本来このあたりは、「愛と欲の8要素表」の愛と欲の対応関係の説明に似た説明もあったのではないかと思います。

そして、次は、

「生物にある不滅の魂は、わたし自身(クリシュナ)の極小部分である。かれは意をふくむ六つの感覚(色、声、香、味、触、法<眼、耳、鼻、舌、身、意>)を用いて、苦勞しながら肉体を操っているのだ」(15-07)

と、感覚と肉体と真我の話になっていきます。ここでのポイントは、「意」、「意」というのは思考や意識などですが、それも「色」や「香」と同じように、真我から見ると単なる「マインドの取り扱っている情報」の一つだということです。自分(真我)が考えているわけではない、マインドが考えているのだという感覚です。

さて、このように「真我」こそが自分自身であるという実感になった場合は、バガヴァッド・ギターが言うように、たしかに苦勞しながら、肉体を操っているという感じになります。でも、それは、また、とても楽しいですし、肉体はとても愛しいと思います。「肉体」が自分とは思わずに、「肉体は自分を乗せている乗り物」だという感じになります。

「不滅の魂はこのようにして、六つの感覚をもった肉体として生れて、外境の対象を味わい経験する」(15-09)

先ほどの話の続きです。肉体は乗り物である、あるいは、肉体は魂の宮殿であるという感覚です。

「魂は、自然界の三グナの下で、様々な経験をし、時期が来ればその体を離れていく。迷える者には見えないが、覚醒した者にはそれが見える」(15-10)

魂というのが、真我のことですが、それが、時期が来れば、その身体を離れるということです。離れるだけであって、それは、滅することも、消えることもありません。

「アルジュナよ。いままで教えた真理のなかで、最も神秘的な部分、極秘の教義を今、わたしは話した。これを理解する者は、賢明にして、かつ、究極の目的を達する」(15-20)

死を超える話ですから、確かに、神秘的な部分です。それを話したとクリシュナは言っています。

死は誰にとっても怖いものですが、「悟る」と、「死は一つの風景」になります。肉体とのお別れではあっても、