

## 『シュリー・バガヴァッド・ギーター』第2章56節

そのマインドが、逆境の中にあっても乱されず、この世の快樂を欲しがらず、執着、恐れ、そして怒りから自由である人は、揺るぎない知恵の賢人と呼ばれる。

『シュリー・バガヴァッド・ギーター』 2.56

### 解説

『シュリー・バガヴァッド・ギーター』からのこの一節で、クリシュナ神は「揺るぎない知恵の賢人」となった精神の道の熱心な探究者について述べています。そのような人は、つかの間の感覚的な喜びを考えなしに追いかけることはありません。感情に自らを支配させることもありません。それどころか、彼らは内なる静穏の境地に到達するために、感情的な混乱や世俗的な執着をも超越しています。

この一節が示唆するように、そのような境地になるための鍵は自分の内側にあります。自分のマインドの中にあるのです。実際、クリシュナ神がその「揺るぎない知恵の賢人」について最初に説明しているのはそのマインドであり、それはアヌドゥヴィグナ、すなわち「逆境にも乱されない」マインドです。この境地では、マインドは私たちを助ける源となり得ます。気まぐれな欲望あるいは強い感情——怒りや恐れなど——が支配しようとする時、マインドは私たちが大いなる自己の静穏に戻れるよう導くことができるのです。

そのような静穏は、昔の聖人や賢人たちだけのものではありません。インドの数々の教典が述べているように、また、グルマーイが 2019 年のメッセージの講話の中で教えているように、私たちのマインドの本質は意識、大いなる自己なのです。そして、大いなる自己として、それはあらゆる存在と同じ本質を共有しています。この真理は、クリシュナ神が述べる「揺るぎない知恵」の扉を開ける鍵です。そしてそれはどの瞬間にも、私たち一人一人が使えるものです。

次に強い感情や執着の感覚が生じた時には、少し時間を取って立ち止まり、呼吸に意識を向けてください。グルマーイが 2019 年に集中するものとしてメッセージの講話の中で私たちに与えた、ソーハム——私はそれである——のマントラを繰り返すのも良いでしょう。絶え間なくかつ確実に、呼吸とマントラが共にあなたを導き、あなた自身の本質の知識へと戻すようにさせてください。その本質とは、途切れることなく内側に宿る内なる達成の静穏な源です。

