

## サイの御教え 節制に関する御講話①

### 欲望に限度を設ける I

サテイヤ サイ オーガニゼーション第十回全インド

大会で決議された「欲望に限度を設ける」というプログラム(Ceiling On Desires 略してCIA、節制のプログラム)の本来の意味について、会員たちが意味を取り違えているようです。「欲望に限度を設ける」というのは四つの要素で構成されています。それは、しゃべりすぎを控える、過度の欲望と出費を抑える、食物の摂取を自制する、エネルギーの無駄を阻止するというものです。人には生きていくためにどうしても必要なものもありますが、必要以上に欲しがるべきではありません。このことに関して、自然界から学ぶことができます。風は、適度に吹けば快適で気持ちのよいものです。強風になれば不快になります。喉が渇いたときに飲める水の量には限度があります。ガンジス河の水を全部飲むことなど到底できません！ 私たちは体を維持するために必要な量だけを摂取しま

す。 医者は、人の平熱が三十六・九度程度であること

を知っていて、もし体温が三十七・二度に上がれば、体のどこかに変調を来したために熱が出たのだと言えます。呼吸の回数は一定であり、もし回数が増減すれば、それは体が変調を来した徴候です。同様に、心拍数や血圧の変化も、体の変調を来した徴候です。このように、もし限度を越えれば、その程度がいかにわずかであったとしても、それは体にとって危険であり、有害であることがわかります。すべてのものには、正常に機能するための限度というものがあります。眼は、稲妻を見たり、写真を写しているときにフラッシュを見たりすると、自然に閉じます。というのは、眼は、そうしたまぶしい光には耐えられないからです。耳の鼓膜も、一定の音量以上の音を聞くことには耐えられないため、耳をふさいだり、耳の中に綿を詰め

たりするのです。以上のことから、私たちの生活はリミテッドカンパニー（限度のあるものの集まり、有限会社）だということがわかります！

### お金の誤用は大きな悪

同様に、欲望も制限すべきです。女性は大抵、店に入ったりディスプレイを見たりすると、自分のワードローブに何枚でもサリーを加えたくなくなってしまいます。サリーは適当な数を揃えておけばよいのであって、自己顕示のために大量に収集すべきではありません。お金の誤用は大きな悪です。男性であっても、無用な物、不必要な物への出費を抑えて、やりくりすべきです。お金は神の具現です。財貨について言うなら、守銭奴にならないよう、あるいは、金遣いが荒くならないよう、注意すべきです。

料理にしても、余るほど作らないよう注意すべきです。もつぱら私たちは、体が必要としている量よりも多くの食事を摂ること、体にひどい仕打ちをしているのです。

三つ目に、時間についても注意すべきです。時間は人生の物差しです。秒は時間となり、時間は年となり、年は時代となります。この最も貴重なものである時間を無駄にしないようにしなさい。無駄な物事を追いかけて失った時間は、どんなことをしても取り戻すことはできません。私たちの活動の一切は、使える時間を最大限に有効活用できるように計画すべきです。

このように、食べ物、お金、時間、そして、エネルギーを無駄にすべきではありません。花輪を買うときでも、お金を無駄にする必要はありません。神が欲しているのは、謙虚さと信愛に満ちたハートという花です。神に捧げることのできる花には八つの種類があります。

- (一) 非暴力 アヒムサー
- (二) 感覚器官の制御 インドリヤ ニグラハ
- (三) すべての生き物への情 サルヴァブリータ ダヤ
- (四) 真理（真実） サティヤム
- (五) 瞑想 ブジャヤナム
- (六) 平安 シャーンティ

(七) 謙虚さ ヴィナーヤ

(八) 信愛(神への愛、帰依心) バクテイ

神は動機だけを評価する

私は、トラストやサミテイが、毎回お祭りのときに私に捧げる高価な太い花輪を買うためにお金を使いすぎていること、それから、私の通る道を飾るために花を使うことを、大変懸念しています。あなた方は、きつと自分たちの至福アーナンドの表現の一つとして、そうしているのでしょうか。しかし、私はそれを信愛バクテイとは呼びません。もつとも、皆さんは信愛バクテイを持っていないかもしれません。

人は自分の欠点を知り、それを正すべきです。手渡す花は一輪いちりんにして、無駄に花輪を買うお金を困窮している貧しい人々を助けるために使うことで、自分たちの愛情を示すことができます。

人々は、花が敷かれた通り道が用意されていなかったり、太い花輪が捧げられなかったりしたら、ババが機嫌を損ねると思っっているかもしれません。神が評価

するのは動機のみであって、外的なことは評価しないということを理解しなければなりません。そのような自己顕示癖ふけに耽つても、オーガニゼーションの名前を汚すだけです。サテイヤ サイ オーガニゼーションの会員として、皆さんはエゴや高慢の感覚を持っていてはなりません。私がよく言ってきたように、「手は社会の中に、頭は森の中に」置いておくべきです。これが皆さんの指針であるべきです。どんなにささいなことをするときでも、善良で清らかなハートで行わなければなりません。

クリシュナは「バガヴァッド ギーター」の中で、神に捧げることのできるものとして、

パートラム、プシパム、パラム、トーヤム

水  
——一枚の葉、一輪の花、一個の果物、いくらかの

(バガヴァッド ギーター九章二十六節)

と言いました。この中のどれであれ、真摯しんしな信愛をもつて捧げられたなら、私はそれを喜びます。「パートラム」とは何ですか？ それは皆さんの周りにあるような「葉っぱ」のことではありません。その内的意味

は、あなたの体そのものが葉っぱであるということ  
す。花というのは植物の花のことではなく、あなたの  
フルダヤ プシバム  
ハートの花のことです。「パラム」というのは普通の果  
物ではなく、心マノという果物です。「トーヤム」は水とい  
う意味ですが、ここで述べているのは川の水や水道の  
水のことではありません。それは、誠実で祈りに満ち  
たハートから込み上げてくる歓喜の涙のことを指して  
いるのです。

自分をより善い人間へと変えなさい

さらに皆さんは、欲望に限度を設けることを自ら  
実践するのみならず、他の人にも教えるべきです。  
ナーラーヤナ神は万人に内在していますが、貧しい人  
に内在するナーラーヤナ神は「貧しいナーラーヤナ」  
と呼ばれます。皆さんは、そのナーラーヤナ神が食べ  
物を乞うと食べ物を供するのを拒みますが、その一  
方で、もう十分にたくさんのお供え物を供された人た  
ちに食べ物を差し出しています。皆さんは、神の絵姿  
の御前にお供え物として、さまざまな種類のたくさ

んのごちそうを供えます。皆さんがそうするのは、そ  
のお供え物が自分のところに戻ってくることをよくわ  
かっているからです。ですから、同様にそれも利己心  
であつて、犠牲フイヤーガムではありません。

私たちには、セヴァ ダル（奉仕団）や、バジヤンの  
輪マンダリーや、他の部門があります。ますます多くの若者  
がセヴァ ダルに加わって奉仕活動に参加しようと申  
し出てきているのは、よい徴候です。世界の安寧には  
青年の参加が必要です。青年たちが心を入れ替えて  
生活を一新したなら、大いに喜ぶべきです。

「子が生まれたからといって喜んで祝い菓子を配るべ  
からず。菓子を配るのは、子が大きくなって善い息子サットブトラ  
という名声を博してからにすべし」

という諺ナラヤがあります。オーガニゼーションに会員と  
して加わることだけでは、私を喜ばせることはできま  
せん。私は、あなたの方が心を入れ替えて、自分をより  
善い人間へと変える日を待たなければなりません。あ  
なた方は「グナシーラ」（立派な人格と善良な性質の  
人）となるべきです。

前進して、ますます力をつけることは、オーガニ

ゼーシヨンの責任であり行動規定です。役員は、この行動規定が遵守されているかどうかにかんして最大限の注意を払い、他の人のことも正しい道へと案内すべきです。家の料理人が誠実に働くなら、家の主人は料理人に信頼を置いて家の鍵を預けます。同様に、神が評価するのは誠実な人のみです。「神に喜んでもらいたい」という願いが、根本的な動機であるべきです。

SSOのアクティブワーカーに向けた御講話

マドラス(チェンナイ)にて

一九八三年一月十九日

Sathya Sai Speaks Vol.16 C3