

食物に関するババの御講話①

食物の形態

人間の心(マナス、マインド)は生理学的に認識できるような器官ではありません。心に触れることはできず、医者や外科医が手術することも不可能です。心は、決意や戸惑い、願いや望み、賛成や反対といったさまざまな感情の無形の束なのです。心は、外界の物質や感覚に対して人間が抱く望みを、縦糸・横糸としてもっています。心は、外界の喜びを追ってすぐさま走りだしたり、求めるものの性質を帯びたりします。心はさらに、内なる安らぎや内なる喜びを探し求めるように方向づけることもできます。それゆえ、心は束縛と解放両方のための道具であると言われているのです。感覚が心を外に向かわせることを許してしまうなら、心は私たちを拘束します。知性が、至福を求めて内面を見つめるように心に働きかけるのであれば、心は私たちを解放するのです。

心は摂取された食物の操り人形です。心は摂取した食物の微妙な糸の引き加減であちらこちらへと動かされます。食物の性質によって、精神の流れを変えてしまう欲望の向きが決まります。ギターが、すべての聖典と同様に、霊性の向上を希求する個人に対してサトウィック フード(浄性の食物)を推奨しているのはこのためです。心とは欲望、サンカルパ(決意)、何かを求めるものを意味します。形をもたないものが形を欲したとき、宇宙が顕現しました。それゆえ、心は創造の原理、マヤー(幻影)であり、「多となりたい」という原初の望みを欲したものです。心は、今やラジャス(激性)——情熱や感情、行為や冒険——を食べさせられて、欲望の中に突入しつつ世界へと走りだしています！ それによって、人間はより深い泥沼に引きずり込まれているのです。タマシック フード(鈍性の食物)、すなわち活気がなく、人を酔わせ、理性を鈍らせ、怠慢を引き起こすものを食べさせられれば、心は硬直した不活性なものとなり、人間を高みに引き上げることができなくなります。

人に食される三種の食物

浄性の食物とは牛乳や果物のことだ、と言う人々がいます。しかし、浄性の食物とはそれだけを指すものではありません。牛乳や果物だ、とさえ言えない場合もあるのです。なぜなら、人間が口を通じて得るカロリーは、人間が摂取するもののの中のほんの一部でしかないからです。感覚によって摂取されるものが、個人を形成する食物の一部分を占めます。聞く音、見る光景、触わったり触われたりする触感、呼吸して取り入れる空気、気持ちや意見や決定を表現せねばならない環境—それらすべてが「食物」なのです。これらは、個人の性格や活動に大きな影響を与えます。食物の性質は、それを取り扱う人間や、準備したり盛りつけたりする人間の想念のプロセスを通じて食物に満たされる波動によって決定されます。ギター第17章は、人間が口

にする三種類の食物の性質と味を明白に規定しています。すなわち、愛、徳、強さ、幸福、誠意を促進するものが浄性の食物であり、火をつけてあおり、興奮を喚起し、飢えや渇きを増長させるものが激性の食物であり、陰鬱にさせ、混乱させ、病を引き起こすものが鈍性の食物です。

食物を口にするときの同伴者、場所、調理器具、その料理を作ったり盛りつけたりする者の心をかき乱す感情、これらのすべてが、その料理を最終的に摂取する者の性質や感情に微妙な影響を及ぼすのです！ それゆえ、このことを理解していたインドの聖賢たちは、霊的進化のさまざまな段階に応じて食事の過程に多くの規律を設けました。

私たちの想念は、耳に入ってくる音によって、決定される方向へと向かっていきます。音が非難や賞賛、追従や挑発を帯びていれば、想念もそれに呼応して反応します。音に真・善・美の想いが込められていれば、心もまた真理という沈黙、美と調和という甘美さ、善という力を希求します。

ナガラサンキールタンはもっともすぐれた消毒剤

私はあなたがたにナガラサンキールタンで一日を始めるようにと望みましたが、その理由は、ナガラサンキールタン（グループで道を歩きながらバジャンを歌うこと。通常、明け方行われる）は個人と地域の環境のもっともすぐれた消毒剤であるからです。寺院におけるプージャー（供養の儀式）や神への賛美の詩の復唱、バジャン、これらはすべて大気を浄化する強力なバイブレーションを伝え、それゆえ、あなたがたが摂取する食物をも清めます。

パリークシット王は、定められた死の前の七日間を神の栄光の物語に耳を傾けることに費やして解脱への道を早めました。同様に、寺院や教会、モスク、神聖さに満たされた家の光景、さまざまな姿をとった神の神秘と威厳を表現する神像や彫刻、神の御業の壮大さを前にして人間の小ささが心に植えつけられるような景色、これらは人格形成や習慣、態度に有益な影響をもたらします。

人間は有害な影響をもたらすものを追い求め、自らを悩ませ破滅に追い込むのです。感覚がコントロールされなければならないのは、主にその理由によります。感覚が、燃え上がる欲求や忍び寄る欲望を人間に与え始めたとき、内なる平安は失われます。したがって、サーダカ（霊性修行者）が口にすることは、つねに清らかでまったく害のない浄性の食物であるべきなのです。だれがサーダカであることを逃れられましょうか？ 音、光景、印象、思い、学習、交際、影響などのすべては、畏敬の念、謙譲、バランス感覚、平静さ、誠意を拡大するものであるべきです。もしも激性の影響を受けたとすれば、心は興奮し、復讐心に満ち、狂信的な疎ましいものとなります。鈍性の影響を受けた心は、自らが備える欠点を意識しようとさえしなくなります。浄性の食物のみが人間の心に安定をもたらし、平安を得るために深く見つめるべきアートマにあなたがたを完全に集中させるのです。

1971 年 1 月 28 日
ハイデラバードにて
Sathya Sai Speaks Vol.11. C8
『プラサード 第二版 食物に関する御言葉集』より