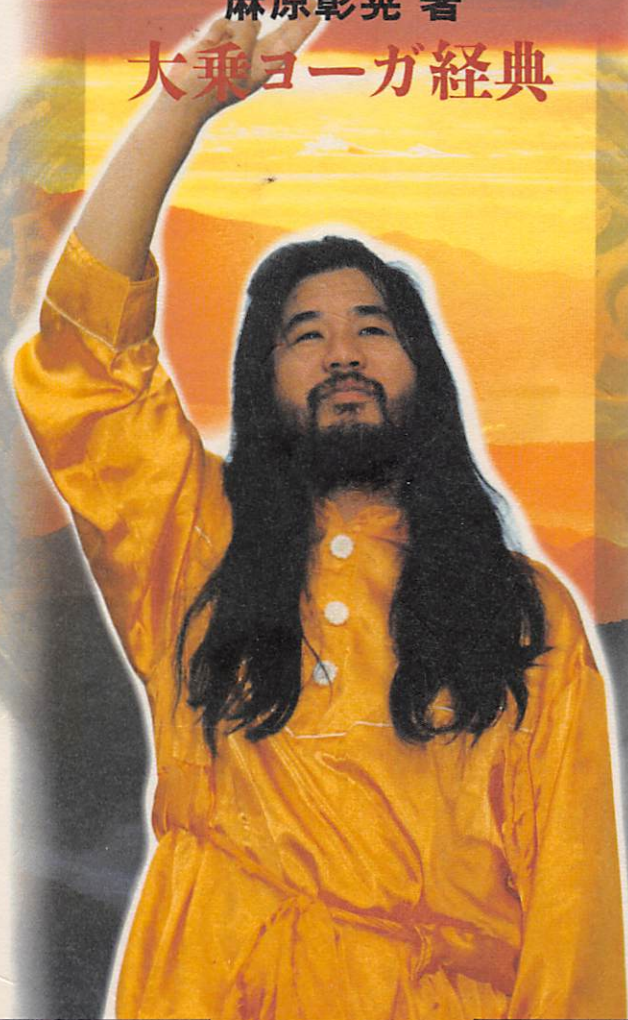


MAHA YANA SUTRA

マハーヤーナ・スートラ

麻原彰晃 著

大乘ヨーガ経典



ॐ

MAHA YANA SUTRA

マハーヤーナ・スートラ
大乘ヨーガ經典

ॐ

ॐ

麻原彰晃 著

オウム出版

ॐ



魂を揺さぶる麻原尊師の説法。その真実の教えが、人々を迷妄の苦しみから解放する



エジプトで瞑想中の尊師。その活動は今や世界的規模で拡大中である





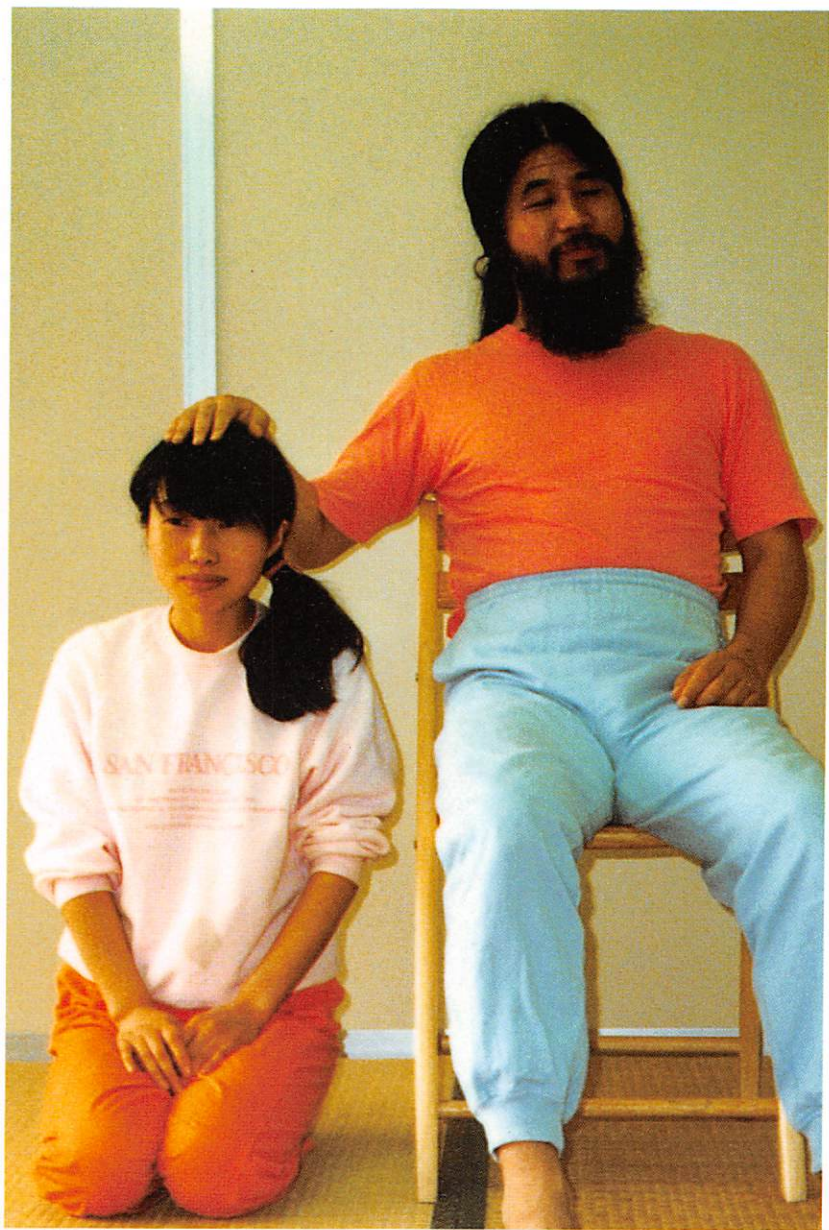
すべての人々を絶対自由・絶対幸福へ……それが導師の目差す“救済”の最終目標である



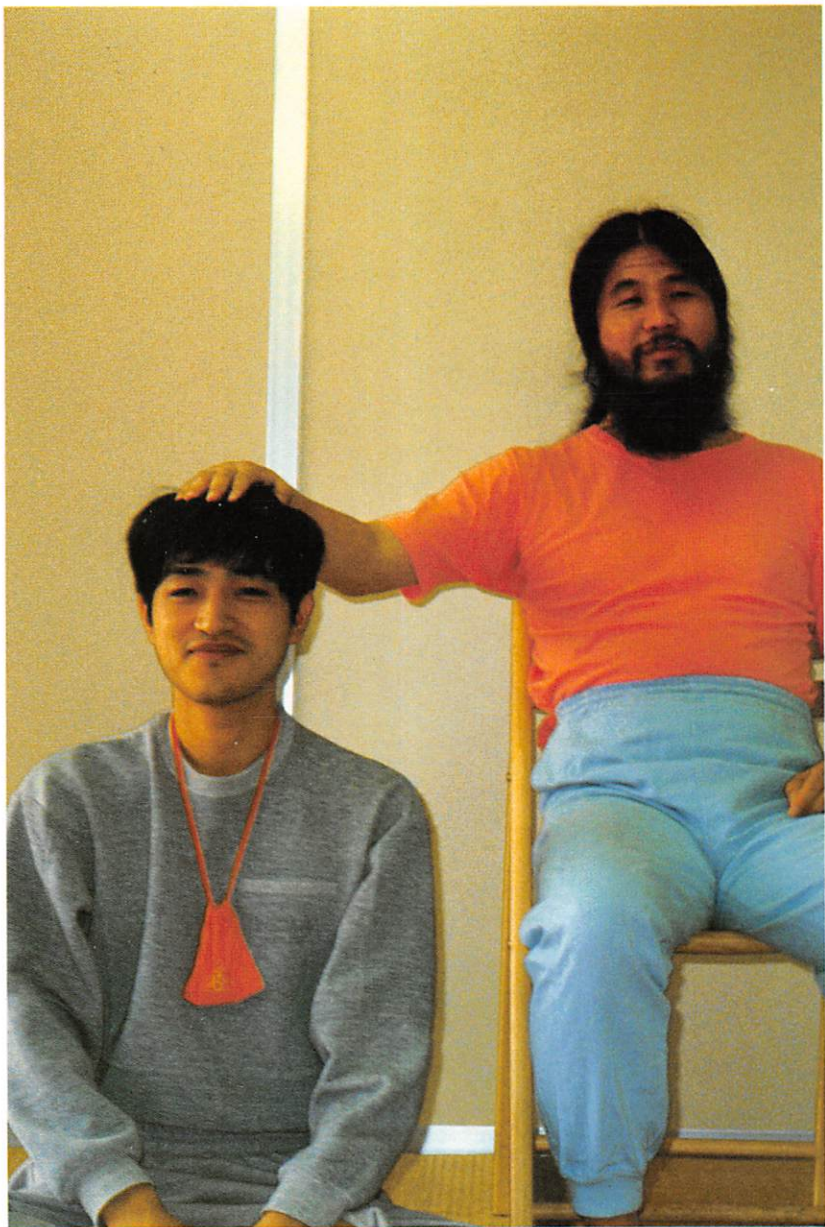
87年6月、ケイマ大師が解脱する。真理の法の急速な展開はここに始まった



7月、アングリマラ大師はラージャ・ヨーガで解説。過酷な“独房修行”を乗り切った



同じ7月、シャンティー大師が解脱。数々の超能力を発揮し、大阪では絶大な信望を集めた



9月、マイトレーヤ大師が解脱。尊師の救済計画を進めるべく、ニューヨークへ飛んだ

はじめに

日本では今まで、ヨーガ・仏教について知られていないことが多過ぎました。いや、知られていないどころか、ヨーガ・仏教の根幹をなす、肝腎な真理が欠落していたのです。

それら真理の宗教発祥の地インドから日本があまりにも遠過ぎたのでしょうか。だから日本に伝わるまでに大切な教えが失われてしまったのでしょうか。それとも、受け入れ側である日本人の魂のレベルが低かったのでしょうか。

とにかく日本では、ヨーガに関する書物も、仏教に関する書物も、精神論に固執しているものが多いですね。あるいは、妙に神道的だったり、儒教的だったり……。

しかし、インドと、インドのすぐ隣の国だったチベットには、現在に至るまで真理が伝えられています。それは、真理を知り、それによって精神的向上を遂げた解脱者達が、実際に存在したからです。

彼らは次のような經典きょうてんや注釈書ちゅうしやくしょを残のこしています。

インドのヨーガに関するもの

●ウパニシャッド

●サイエンス オブ デイバイインライフ

●サイエンス オブ ソウル

チベットの仏教に関するもの

●ナムリン

●ンガリン

ちなみに、この日本ではどうかというところ、ヨーガ系密教みつぎょうの經典きょうてんでは、大日経だいにかきょうが最高さいこうとされています。

私に言いわせるならば、この大日経だいにかきょうは素晴らしい教きょうえではありますが、中なくらしいのレベルのことまでしか書かかれていないのです。私は、これについてどう思うか、と大日経だいにかきょうに詳しいチベット人

の僧に聞いてみました。

すると彼も、私と全く同じことを言ったのです。中くらのステージまでしか書かれていない、と。そのとき、こう思いました。日本でも真理と全ステージを紹介する書物がなければならぬ、と。それを待ち望んでいる人々は、たくさんいるんだ、と。

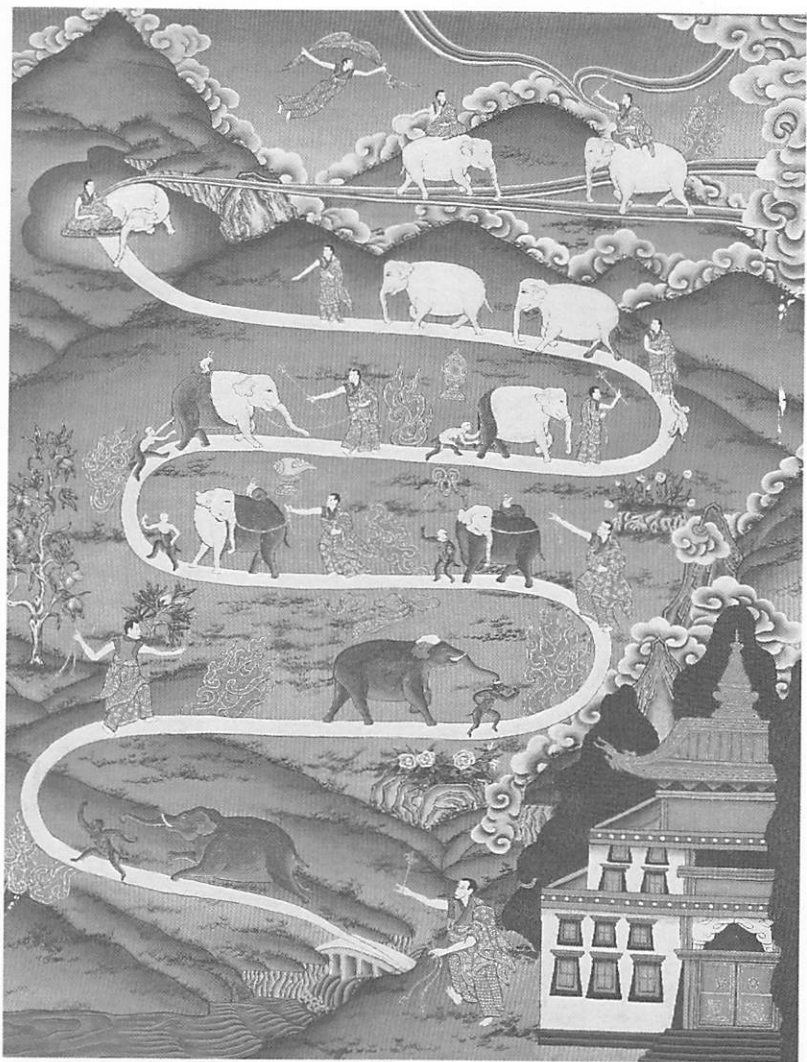
そして、他にそれをやってくれる人がいないのなら、この私がそれをやろうと決心したのです。なぜなら、私は修行によって真理を知り、全ステージを体験したからです。大日経が今までの最高だとしたら、おそらく、日本人でここまで到達したのは、歴史上私一人でしょう。

というわけで、本書が出版されることになりましたが、ここでお断わりしておきたいことがあります。それは、本書に書かれている内容は、知識ではなく、私個人の体験に基づいたものであるということ。私が体験することによって、証明されたものなのです。だからこそ、私は自信を持って、本書を世に送り出すことができると思っています（もしご自分の体験と違うという方がいらつしゃいましたら、ご一報ください）。

あと、読むだけではどういう状態なのか、わからないところもあるでしょう。はっきり言ってそれは仕方のないことです。でも、いつの日かあなた自身が修行をし、実際に体験できると信じています。私の弟子や、オウムしんとの信徒も、いろいろなことを体験しつつ、修行ステージを上げていっているのですから。

願わくば、すべての魂がマハーヤーナに入るまで
シヴァ神の僕しもべとして救済活動をし
マハーヤーナへ入る最後の魂とならんことを――

麻原彰晃



目次

MAHAYANA SUTRA

マハーヤーナ・スートラ——大乘ヨーガ経典

C O N T E N T S

はじめに

第一章

マハーヤーナ・ステージ

19

●解説編「宇宙観について」

- 無と空について
- 七つの身体について

第一話

預流向からマハーヤーナまで

27

- 修行ステージのすべて
- 四向四果——ニルヴァーナまでの道のり
- 人間としての目的の達成
- マハーヤーナへ
- 大切な持戒
- 正確な予言に向けて

第二話

ラージャ・ヨーガの成就と完成

38

- 長く険しい修行の道

第三話

クンダリーニー・ヨーガの成就と完成

- すべて生き物を慈しむ
- 施しなさい
- 邪淫をするな
- ウソをつくな
- エネルギ―をロスするな
- 一番大切な禁戒
- 功徳のベースになる布施
- ラージャ・ヨーガ以降のプロセス

- タントラ・ヨーガの可能性と危険性
- ヨーガによって違うエネルギ―・ロスの状態
- 帰依・功徳・真理の実践が大切！
- 小乗と大乘の違い

- 本当の救済のスタート

第四話

ジュニア・ナ・ヨーガの成就と完成

- 真理へと導く宿命通
- 真の平等心の芽ばえ
- 正確な分析智がシャクティーパーバットを支える
- 公式を使いこなせ!
- 正法の時代の復活——真理の展開

61

第五話

大乗のヨーガの成就と完成

- ナべては自分より遠い
- 四無量心——心の成熟

71

- すべての人に愛される
- 大乘のヨーガの次にすべきこと
- カルマ・ヨーガ、バクティー・ヨーガとは？

第六話

アストラル・ヨーガの成就と完成

- アストラル——磨りガラスの世界
- データの入れ替え——カルマの消滅
- 報身はアストラル世界を飛ぶ！
- 自己のレベルの見分け方

80

第七話

コーザル・ヨーガの成就と完成

- 火と水を操る——釈迦牟尼の空中浮揚
- 釈迦牟尼は最終解脱者だ！

87

第八話

五蘊、および大乘と小乗

- コーザル——想念の世界
- 光の情報がカルマを変える
- 最終解脱——同時に存在する四つの意識世界
- 真理の法、ここに極まる

- ヨーガ全体の流れ
- 全世界の構成と成就者の降誕
- 五蘊を離れろ！
- なぜ大乘を説かなかったか？
- 小乗は大乘に如かず
- 越すこと、離れることの大きな違い

第九話

成就とは何か？——その真偽の証明

- 真理の流れ
- 偽解脱者に気をつけろ！
- 真の解脱者の証明
- 解脱者の強力なパワー
- 本性身て三グナを見る——ラージャ・ヨーガの成就
- 三つの世界を知る——クンダリニー・ヨーガの成就
- 苦の原因を断つ——ジュニアーナ・ヨーガの成就
- ジュニアーナ・ヨーガで培われる平等心
- 仏陀の心の完成——大乘のヨーガの成就
- アストラル・ヨーガからマハーヤーナまで
- 二者択一の素晴らしいカルマ

第十話

四正断について

- 四正断——カルマの浄化
- 善行を進め、悪業を滅す！

質疑応答編

- 修行1——成就と完成
- 修行2——異次元
- 修行3——意志
- 修行4——苦の解析
- 修行5——平等心
- 修行6——四無量心
- 修行7——瞑想中のイメージ
- 修行8——悟り
- 修行9——大乘と小乗
- 修行10——神々の誘惑

第二章

- 修行11——下位アストラルの世界
- 修行12——独房

- カルマ1——動物・人間
- カルマ2——現代人の転生
- カルマ3——貧富の差
- カルマ4——自殺
- カルマ5——戒律
- カルマ6——短命・長命
- カルマ7——障害
- カルマ8——病氣

解脱——体験した真理の世界

151

● 独房修行について

「そのとき、私は光だった！」——クンダリーニーヨーガの成就①

- 解脱・死・狂気——残された道は二つ
- アストラル世界を飛ぶ
- 成就するだけ！
- 訪れた「悟り」——菩薩の道を歩む！
- 雑念に流される
- 痛みと闘う！
- 吹き上がるエネルギー！
- 最後のザンゲ——もう私には何もない
- 成就したら
- もう少しだ。頑張れ
- 成就——光の海に飛び込む！

「意志の力が大楽をもたらす」—— ラージャ・ヨーガの成就

- 四苦八苦、苦闘の連続
- 頭頂に昇る光——黄金と白銀のフラッシュ
- 「それはエゴだ。」
- 煩惱の滅尽——四念処の瞑想
- お前は何を残したんだ？
- 蘇る過去の記憶
- ありがたくなかった超能力
- 流れ落ちる汗——暑さとの闘い
- 解脱直前——精神的な不安に揺れる
- 解脱——見えた三つのエネルギー
- 苦の滅尽のプロセス
- 鋭くなった超能力と瞑想

「解脱——光輝く真実の道へ」——クンタリニーヨーガの成就②

218

- シヴァ神との約束——輪廻の橋を渡る
- “うらみ”を持って生まれた
- アナハタ・チアクラの爆発
- 三回目の挫折
- すべてをグルに差し出す
- 悟りの日——偉大なグル
- 解脱——救済の道

「復活、蘇った救済者」——クンタリニーヨーガの成就③

243

- 菩薩の道
- 先は長い

- 神秘体験の連続
- アストラル世界を駆け巡る
- 縦横無尽の超能力
- 真の幸福とは何か
- 流れ落ちるエネルギー
- 解脱——輝いたオレンジの光
- 解脱に必要な信と帰依
- ジュニアーナ・ヨーガの成就を目差して

注釈

第一章

マリーヤーナステージ

この章には、麻原彰晃尊師の
一九八七年十月二十一日、
埼玉県秩父市における
オウム真理教・集中セミナーでの
説法を掲載いたしました。

そして、説法のよりよい理解の為に、
解説編「宇宙観について」を併記しました。
説法中の専門用語については、
巻末に「注釈」を設けましたので、
あわせて御利用ください。

●解説編

宇宙観について

さて、まず最初に、宇宙がどういう構造になっているか、お話しましょう。これが頭に入っていないと、説法の内容が、ちよつと理解しにくいからだ。

この宇宙は、言うまでもなく、仏教やヨーガに共通している宇宙観に基づいたものだ。一見、現実と掛け離れているようでありながら、実はこちらの方が真実なのである。それは、修行のステージがある程度のところにはまで行ったら、誰もが自分で確認することができよう。また、本書中の説法や質疑応答、あるいは、成就者の方々の体験を読んただければ、それが現実に存在するものとして、あなたの眼前に浮かび上がってこよう。

問題の宇宙の構造であるが、これは三つの世界から成り立っている。三つの世界とは、現象界、アストラル世界、コーザル世界のことである。これはヨーガの言葉であるが、仏教用語で言えば、それぞれ欲六界、色界、無色界となる。

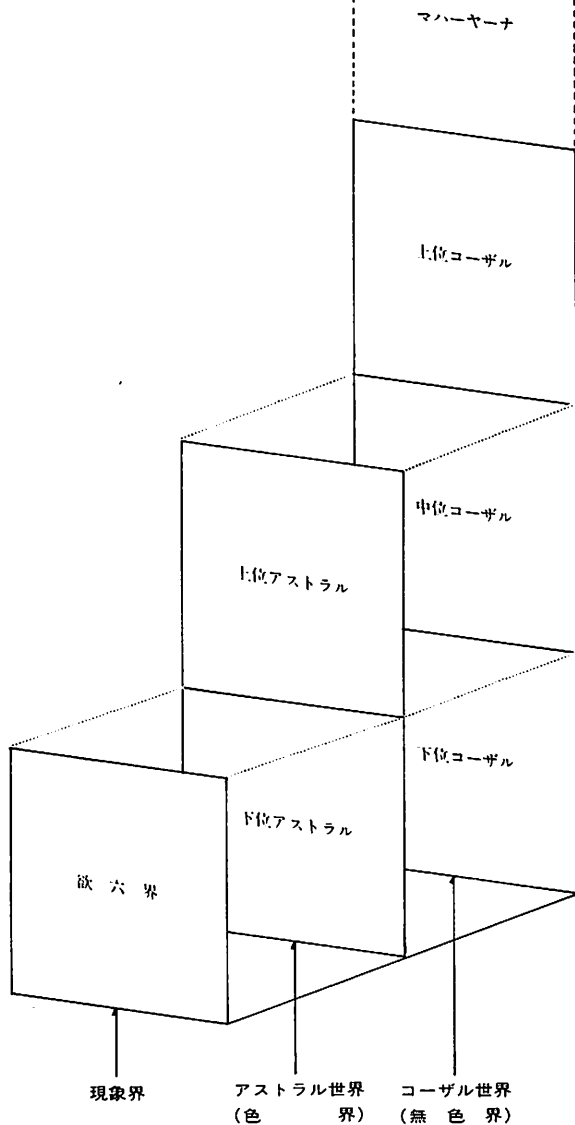
最初に挙げた現象界とは、今現在私達が生きているこの世も含まれ、粗雑な物質でできていることから、粗雑な世界と呼ぶこともある。現象界は、更に六つに分けられ、下から言うと、地獄界・餓鬼界・動物界・人間界・阿修羅界・天界となっている。

次のアストラル世界は、微細な物質でできた世界で、上位アストラル世界と下位アストラル世界に分かれ、両方とも更に六つに分かれている。そのうちの下位アストラルの六つのパートが、現象界の地獄界・餓鬼界・動物界・人間界・阿修羅界・天界と重なっている。重なっているとは、通じ合っているという意味である。

さて、最後のコーザル世界であるが、ここは光と想念だけの世界である。上位・中位・下位と三つに分けられ、それぞれが更に六つに分かれている。下位コーザル世界が現象界、下位アストラル世界と重なっており、中位コーザル世界が上位アストラル世界と重なっている。上位コーザル世界となると、他のどの世界とも重なっておらず、私はこれを純粹コーザル世界と呼んでいる。上へ行くほど、透明な光が強くなり、光が情報として存在している。コーザル世界の上にマハーヤーナがある(図参照)。

これらの世界は、どこも下から上に行くにしたがって、そこに存在する魂の密度が低くなっている。

三つの世界の重層構造



よく、幽霊ゆうれいを見たとかいうのは、私達のいる現象界から、下位アストラル世界を透すかして見たということなんだ。霊障れいしょうも、下位アストラル、特に人間界以下の世界と通じてしまうことから起こるもので、功德くどくがなく、精神的レベルが低いということを示している。修行によって、高いアストラル世界に入っていくことができれば、こういうことは全く起こらなくなる。

●無と空について

日本の仏教など、無と空くうを混同しているようなところがあるが、それらは全く違う状態である。無というのは、下位コーザル世界に入ってしまったときの状態で、功德を積まずに、行ぎょうのみを一所懸命やった場合などに起こる。そこは真っ暗で何も無いところだ。

それに対して、空の方は上位コーザル世界に入った状態である。まさに光の海。光しかないから空という表現がびったりなのである。こちらは、無などと比べものにならないほど、修行ステージが高い。

●七つの身体について

私達は、各チャクラに一つずつ、特別な身体を持っている。チャクラとは、超能力や霊的なステージを司つかさどっているところであり、私達は誰でも七つのチャクラを持っているのである。したが

って、特別な身体も七つあるということになる。

ただ、修行などによって、チアクラを活性化させない限り、チアクラを使うことも、また特別な身体を使うこともできない。

さて、それぞれのチアクラの名前であるが、下に位置するものから順に、

「ムーラダーラ・チアクラ」「スヴァディスターナ・チアクラ」「マニプーラ・チアクラ」「アナハタ・チアクラ」「ヴィッシュudda・チアクラ」「アージュニアー・チアクラ」「サハスラーラ・チアクラ」となっている（図参照）。

これら七つのチアクラの部分に存在している身体は、この現象界だけでなく、アストラル世界、コーザル世界へと行くためのものである。意識をこれら身体に移して、動かすのである。では次に、どういう身体が、どういう働きをしているか詳しく述べることにしよう。

◎ムーラダーラ・チアクラⅡ下位の幽体（ゆうたい）

幽体とは意識体のようなものだ。アストラルの地獄界へ行って地獄界の体験をしたりするのがこれ。その他にアストラルの餓鬼界へも行く。

◎スヴァディスターナ・チアクラⅡ上位の幽体

アストラル世界の人間界と動物界へ行く。

◎ マニプーラ・チアクラ || 変化身へんげしん

アストラル世界の天界から地獄界までを体験することが出来る。また、現象界にも姿を現わすことができる。修行が進んでいる人が使える身体なので、感情もあまり動かない（プラティヤハラプラティヤハラの修行をすると感情が静止する）。救済者が人間界へ降りるときもこの身体を使う。

◎ アナハタ・チアクラ || 法身ほっしん

中位コーザル世界と下位コーザル世界で活動する。下位コーザルで無の体験をするのもこの身体。

◎ ヴィシユツダ・チアクラ || 報身ほうしん

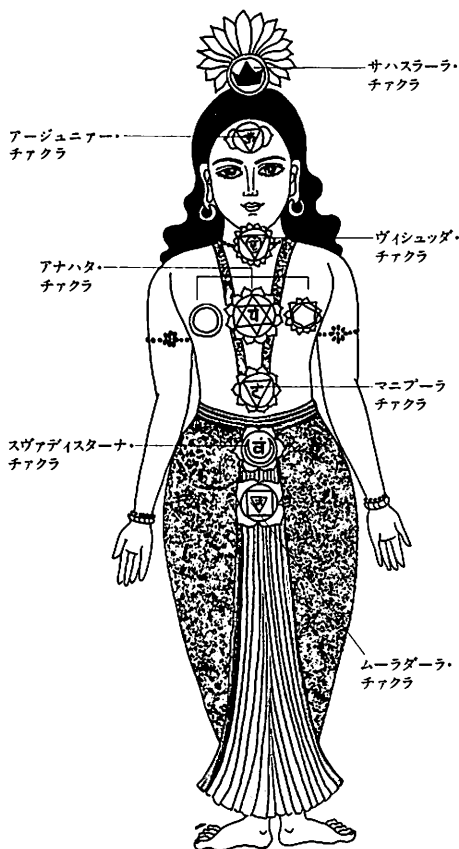
上位アストラル世界で活動する。「アストラル・ヨーガ」の修行では、この報身を使う。

◎ アージュニア・チアクラ || 本性身ほんしょうしん

上位コーザル世界で活動する。光の海へ没入していくのはこの身体。「コーザル・ヨーガ」のときも使う。

◎ サハスラーラ・チアクラ || 金剛身こんごうしん

金剛身イコール創造主と言つてよいだろう。すべてが思いのまま、自由自在なのである。純粹真我の状態。あとは表現不能。



さあ、これで基礎的な知識は頭に入ったことと思う。ぜひ、この本を最後まで読んでいただきたい。すでに修行をしている人達は、数多くの示唆しきを受けることだろう。そして、それを修行に取り入れ、活かしていったならば、確実に修行ステージを上げることができよう。

また、今までこういった神秘的な真実の世界と縁のなかった人でも、自分の魂が共鳴し、求めるのを感じるに違いない。あなたはここに素晴らしいチャンスを得たのだ。

●説法編

第一話 預流向からマハーヤーナまで

●修行ステージのすべて

今日は、今後のオウム動き、そして、それと関連している原始仏典の内容について話したいと思います。

今までのオウムを土台として、オウム真理教が誕生したのが七月でした。それから、八、九、十月と三ヵ月たったわけですね。今、私達は、「預流向」という制度を作ろうと考えて、検討を始めています。預流向とは、一言で言えば準会員みたいなものです。

阿含經典に、「四向四果」というのがあるんですね。これは、四つの向から生まれる四つの結果という意味です。この四果は四段階のステージを表わしていますが、預流向による預流の果が一番最初にきます。

① 預流向——預流の果

- ② 一來向いちらいこう——一來の果いちらいのか
 ③ 不還向ふげんこう——不還の果ふげんのか
 ④ 阿羅漢向あらかんこう——阿羅漢の果あらかんのか

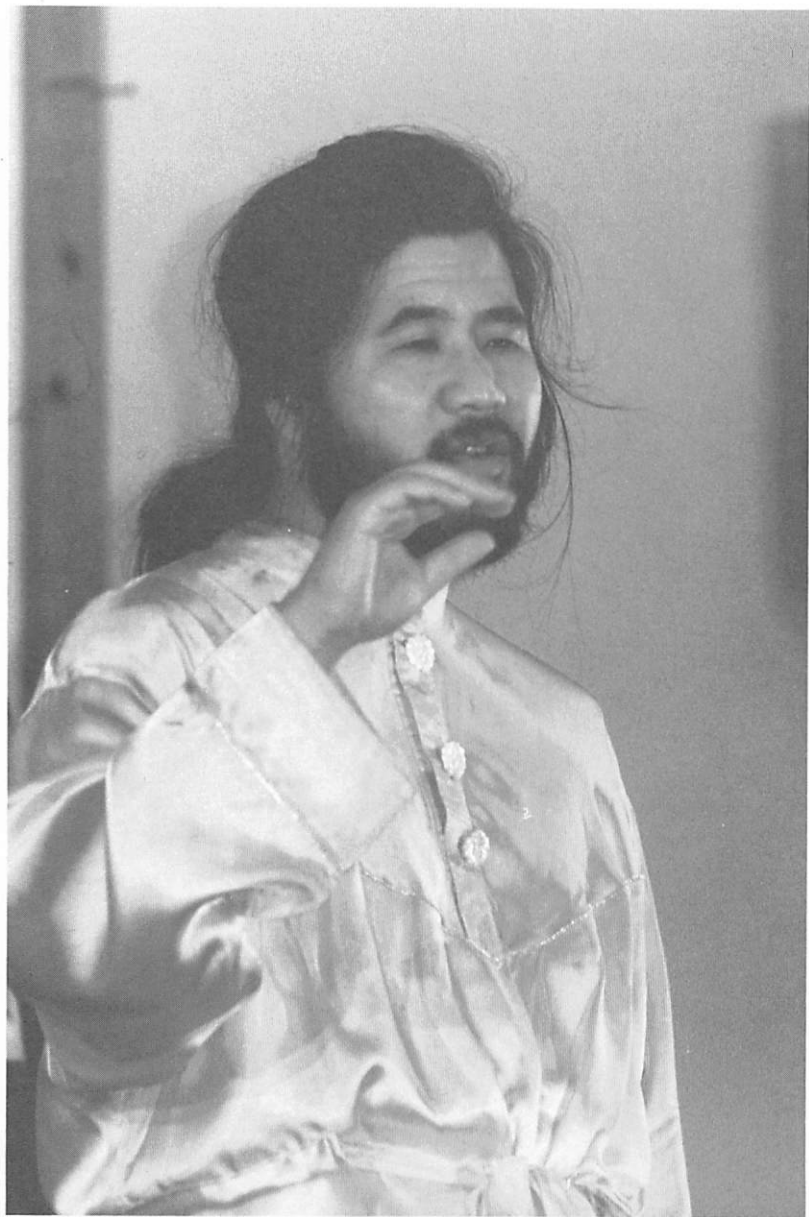
の順になります。この四段階の最後のステージである阿羅漢果の上にも、まだまだたくさん
 のステージがあります。順次挙げておきますよ。いいですか？

阿羅漢果の次には、『ラージャ・ヨーガ』のプロセスがきます。ラージャ・ヨーガの次には『ク
 ンダリニー・ヨーガ』のプロセス、その次には『ジュニアナ・ヨーガ』のプロセスがきます。
 それから大乗(だいじょう)の仏陀ぶつだの入口のステージ（『大乗のヨーガ』）、そして『アストラル・ヨーガ』の成
 就、次に『コーサル・ヨーガ』の成就、そして最後がマハーヤーナ(まはーやーな)です。

以上が、四向四果の預流の果から始まる修行の全ステージなのです。マハーヤーナ以上のステ
 ージはありません。つまり、預流向というのは、全ステージの入口に位置するわけですね。

では、この預流向というのとは一体何か、というとな、聖なる流れに身を委ねて次のステ
 ージへと向かう、ということなんです。聖なる流れとはね、仏陀ぶつだとね、法ほつぽう——つまり真理、そして、そ
 れを實踐する人達を指す。この法を實踐する人達は僧そうです。それで『仏法僧ぶつぽうそう』と言いま
 す。

だから、言い換えれば、成就者と成就者の説く法とね、その法を實踐している人達に帰依きよをす
 る——これが預流向なんだよ。一番最初の段階なんだね。



したがって、ここにいるあなた方は預流向の段階ではない。もう修行する段階に入っているんだからね。つまり、預流向より上の預流果、一來向、あるいは一來果、あるいは不還向、不還果だ。あるいは阿羅漢向、阿羅漢果の段階になっているかもしれないね。いいですか。

●四向四果——ニルヴァーナまでの道のり

それでは、預流から始まって阿羅漢に至るまでのステージをね、簡単に説明しておこう。今言った通り、預流というのはね、仏陀と仏陀の説く真理（法）とね、仏陀の教えを實踐している人達に帰依することだ。そして、完全に帰依できた段階を預流果という。

完全に帰依できた段階というのはどういふことかという、別に一日中グルのことを考える、法のことを考える、集まっている人のことを考えるというわけではない。これは、真理というものの、仏陀の教えに帰依しましたよ、という段階、つまり聖なる流れに身を任せることができましたよ、という段階なんだ。

もう一度言う、聖なる流れに身を任せることができたときが、預流果なんです。いいですね。当然預流果の人は、いろいろな説法を聞くでしょうね。その功德によって、もう一度この現象界（欲六界）に降りてきて、もう一度修行することになります。これが一來向です。

そして、一來向の結果（一來果）が出ると、不還向の中へと入っていくわけだね。不還向とは

何かというとな、もうこの現象界へは生まれ変わらないうこととす。この現象界でなくて、アストラル世界という微細な物質でできた世界に、今度は生まれ変わるのです。そこで簡単に修行すれば、ニルヴァーナへね、入ることができます。不還向の修行結果である不還果を得たとき、阿羅漢となるのですが、これがニルヴァーナに入る資格なんだよ。

●人間としての目的の達成

実は、釈迦牟尼はここまでしか説いていない。しかし、私に言わせると、それはほんの入口だ。阿羅漢果は大乗の仏陀になるためのほんの入口なんだね。

この次に、ラージャ・ヨーガが待っている。私は、よく「六つの極限の修行」が必要だと言っているね。まず、布施から始まってね、持戒、意志の強化、そして精進、禪定、智慧というのが、六つの極限の修行だ。意志の強化までの修行によって、一番初めに得る結果が、ラージャ・ヨーガの成就なんだよ。

成就を得たあとも修行に打ち込めば、いずれラージャ・ヨーガは完成する。したがってラージャ・ヨーガを支えるものは意志だ。強靱な意志なんだ。言い換えれば、強靱な意志の力がないと、ラージャ・ヨーガの成就是不可能だということになる。

じゃあ、次のクンタリニー・ヨーガは何かが必要なんだろうね。今までのラージャ・ヨーガの完

成までに得ている強靱な意志の力プラス何かが必要なんだ。それは、エネルギーだ。生命力だ。上昇のエネルギーだね。

そして、その上昇のエネルギーが、完全に頭頂とうちようを突き抜けたとき、エネルギーと知性は合一す。これは、上昇したエネルギーが大腦を震動させ、特殊な働きをさせるようになるということです。そして、エネルギーと知性が合一した瞬間、その人はスーパーマンになるんだね。このスーパーマンの頭脳は明析めいせきだ。偉大な科学者にだってなることができる。

さて、このクンダリーニー・ヨーガの成就と完成が終わった段階で、今度はジュニアーナ・ヨーガのプロセスへと入っていく。ジュニアーナ・ヨーガではね、頭在意識けんざいを消していき、潜在意識せんざいにアプローチするんだ。そしてね、最後には潜在意識で原因と結果を考えられるようになる。ウソや建て前に大きく影響された頭在意識でなく、本当の意識である潜在意識によって分析するので、原因も結果も真実のものだ。

真実がわかるので、苦の原因を断ち切ることができる、苦から解放される——これがジュニアーナ・ヨーガだ。このジュニアーナ・ヨーガの背景となるのは、クンダリーニーのエネルギーと知能の結びつきなんだね。そして、ジュニアーナ・ヨーガの成就と完成のあとには、「しよ四つの無量心むりやうしん」を背景とした大乘のヨーガが訪れてくる。

ジュニアーナ・ヨーガでは、個が中心だった。例えば、自分というものを中心として解析かいせきする

という具合にね。ところが、次の大乘のヨーガでは、全く違うものが登場してくるんだ。それはね、個というものを超えた、宇宙的規模の原則だ。そして、次第に救済、本当の意味で言うところの救済がわかってくる。

大乘のヨーガでは、自と他との区別を完全に無くしてしまう修行をするんだよ。チアクラで言ったらアナハタだ。アナハタ・チアクラがものすごく大きくなってくる。そして成就したら、当然ここでも完成を目差しますよ。完成すると、もう今生ではこの人の為すべきことはなくなってくる。つまり、人間として生まれてきた目的は達成されたということだ。

●マハーヤーナへ

次に登場するのは、アストラル・ヨーガだ。これは、アストラル世界で自由にすべてを創造し、それを破壊する、ということを繰り返すわけだ。ここでの創造の源となるものは、自己の欲求や過ちだ。これらにアストラル世界で形を持たせ、破壊するというプロセスを繰り返すことによって、整理してしまうんだな。これによって、煩惱が消える——これがアストラル・ヨーガだ。じゃあ、これが完成したら次は何だ？ コーザル・ヨーガだね。これは「光のヨーガ」とも言うよ。アストラル・ヨーガのときには、アストラル・ボディを持っていたが、コーザルではボディがない。自分の意識だけしかないんだね。そして、この意識が本性身だ。

本性身は、コーサル世界(8)の光の中に没入していく。その光は、データだ。どういうデータかというのと、「いつ死ぬ」とか「未来はどうなる」とかいう、すべてのデータなんだ。光は、だからデータ・バンクとも言い換えることができる。

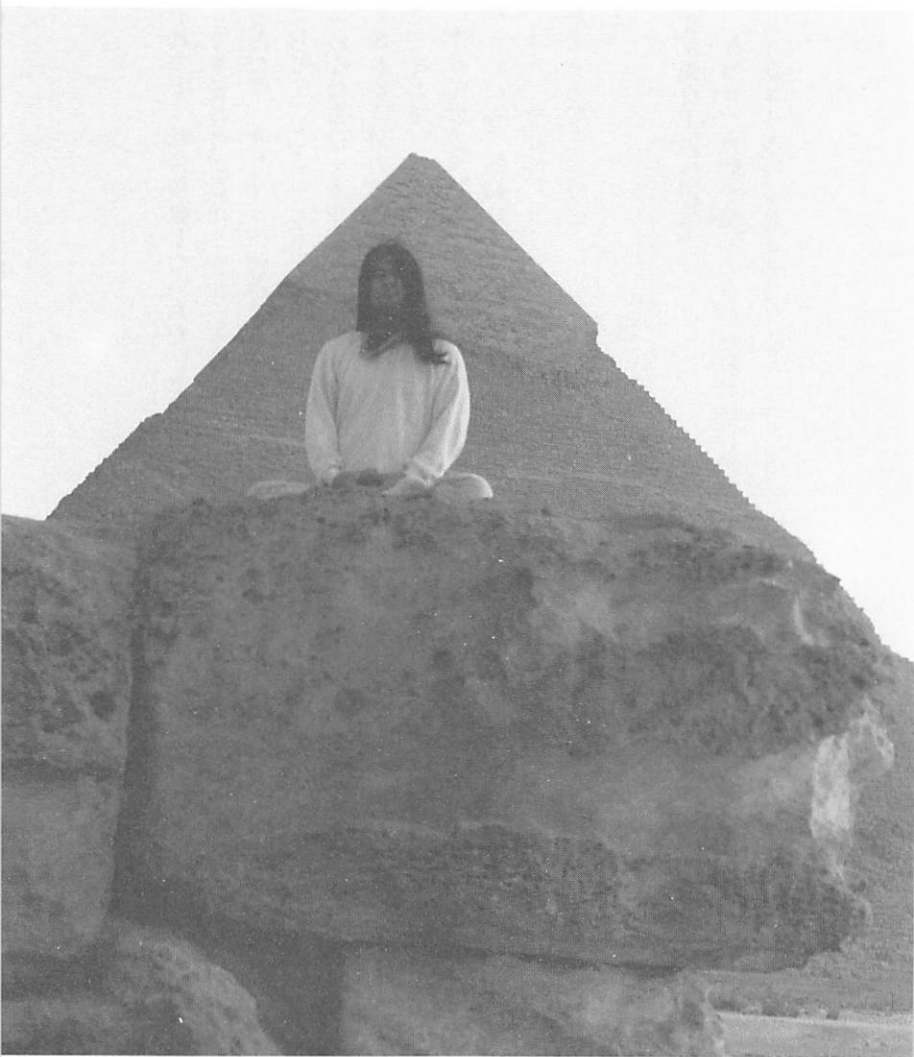
本性身は、この光の中で自分の持つているデータを作り替えるんだ。例えば修行の邪魔じやまになるデータを捨て、プラスになるデータを入れるという具合にね。そして、しだいにコーサル世界を浄化していくことができるんだ。

浄化が完璧に終わってコーサル・ヨーガが完成した段階でどうなるかというのと、その人はカラッポになる。無ではないよ。無というのは何も無いことになってしまふけれど、ここでは情報を入れる器だけが残っている。器の中には、透明な水が入っているというイメージです。

情報がカラッポ、何にも影響されない、これがマハーヤーナです。コーサル・ヨーガの完成イコール、マハーヤーナなのです。そして必要なときに、自由に情報が作れる。その情報によって再び現象界に降りてくることもできるわけだ。

●大切な持戒

私の弟子の中に、こういう人もいます。「私は解脱(9)したいんだ」と彼は言うんだね。ところがだ。私の与えた戒かいすら守れないんだな。また、ある人は戒が守れなくて弟子から一般の信徒に落ちた。



ピラミッドを背に瞑想する尊師(エジプトにて)

それでも「私は解脱したいんだ」と言っている。

できるわけがなからうが。考えてごらん。戒が守れなくてね、どうやって意志のベースが守れるんだ？ どうやって精進できるんだ？ 私はね、そういう基礎的なことすら守れなかった人達に対して、こういう言い方をしている。

「あなた方は、今生で解脱するのはあきらめなさい。来世にかけなさい。ただ、今生でも、聖なる流れから外れることだけはしてはいけないよ。」
と。そして、

「すべてはカルマだから、善業ぜんごうが実を結んだ段階で、自おのずと持戒を守れるようになるでしょう。そうしたら、強靱な意志の力を身につけるプロセス、それができたら精進のプロセスに入れるでしょう。そして、ラージャ・ヨーガ、クンダリーニ・ヨーガと修行のステージを上げていくことができるでしょう。」

◎ 正確な予言に向けて

私は今、合間を縫ぬって自分自身の修行を始めている。それはなぜかというところ——もちろん特別(10)イニシエーションはあるよ、シヤクティーパット(11)はあるよ、セミナー(12)はあるよ、原稿はあるよ。

しかし、私がやらなければならないのは、それだけではない。あなた方にきちんと近い将来の予言をし、真理の道を説かなければならないんだ。

だから私は寸暇を悔しんで修行をしている。そして、おそらく二、三カ月のうちには、あなた方に今後四、五年のね、詳細な予言書を手渡すことができるんじゃないかと考えています。その中には、まあ、信じるか信じないかは別にしても、恐ろしい内容も含まれていることでしょう。あなた方がね、今後一所懸命に修行をしたら、私と同じ未来のヴィジョンを見ることができはずだ。いいですか。

先程も言った通り、修行のプロセス、ステージは決まっている。預流向から始まり、マハーヤーナに至る流れというものは決まっている。だから、一所懸命修行をして、日本という素晴らしい修行環境を残そうではないか。このままでは、日本は滅びてしまうよ。あとはあなた方次第なんだよ。いいですか？

第二話 ラージャ・ヨーガの成就と完成

●長く険しい修行の道

昨日の説法を聞いた人は、こう考えるだろうね。

「だから一生では成就できないんだ。だから経典きょうてんには、千生以上の転生を重ねた菩薩ぼさつが、大乘だいじょうの仏陀ぶつだになるんだ、と記されているのか。」とね。

例えば、ラージャ・ヨーガの成就をみてみよう。(1) ヨーガ発祥はつしょうの地・インドには数百万人の修行者がいる。が、その中で、十年間に一人とか二人しか成就しない。大乘における出発点のラージャ・ヨーガでさえこのありさまだ。だとすると、本当に道は長く険険しいね。

次にクンタリニー・ヨーガがある。更にその次にジュニアーナ・ヨーガね。それから大乘のヨーガね。そして、アストラル・ヨーガ、コーザル・ヨーガ、で、最後にマハーヤーナだ。これじゃあ、気が遠くなるほど長くかかってしまう。

そこで、早くこの修行プロセスを進める方法はないか、と考えたくなるわけだね。早く進める

為には一体どうしたらいいか、とね。ということ、これから一つ一つのヨーガの成就の決め手となる修行法について話そうと思う。

●すべての生き物を慈しむ

それでは、四向四果（預流向——預流果、一來向——一來果、不還向——不還果、阿羅漢向——阿羅漢果）のあと、最初に完成しなければならぬラージャ・ヨーガから始めます。ラージャ・ヨーガを成就する為には、何が必要かというところ、非暴力が第一に挙げられる。この非暴力というものは、「すべての生き物を慈しみなさい」ということなんだね。

釈迦牟尼も同じように非暴力について説いている。後の仏教は、この制約があまりにも厳しすぎる、と言って非暴力から不殺生へと変わってしまったっているけれど。不殺生とは、殺すことなかられ、という意味だ。非暴力の中にこれが含まれているのはわかるだろう。ここでは、わかり易いように不殺生という言葉を使うことにするよ。

では、一体なぜ不殺生が必要なんだ？ それはね、殺生の背景には怒りの想念があるからなんだ。そして、その怒りの背景には、自と他を区別する気持ちが存在しているわけだ。例えば、他をつぶしてでも自分は幸福でありたい、とかいう気持ちだ。

テレビで「ハエハエカカカ、キンチョール」っていうコマーシャルをやっているね。私はこれ

しか知らないんだけれども、きっと他にもあるだろう。「虫は殺せー」と全国に奨励しょうれいしているようなものだ。この考えを作り上げているのは、「虫ケラなんかどうしよう」と人間の勝手だ」という優越感と、「邪魔者は消せ」という怒りだね。

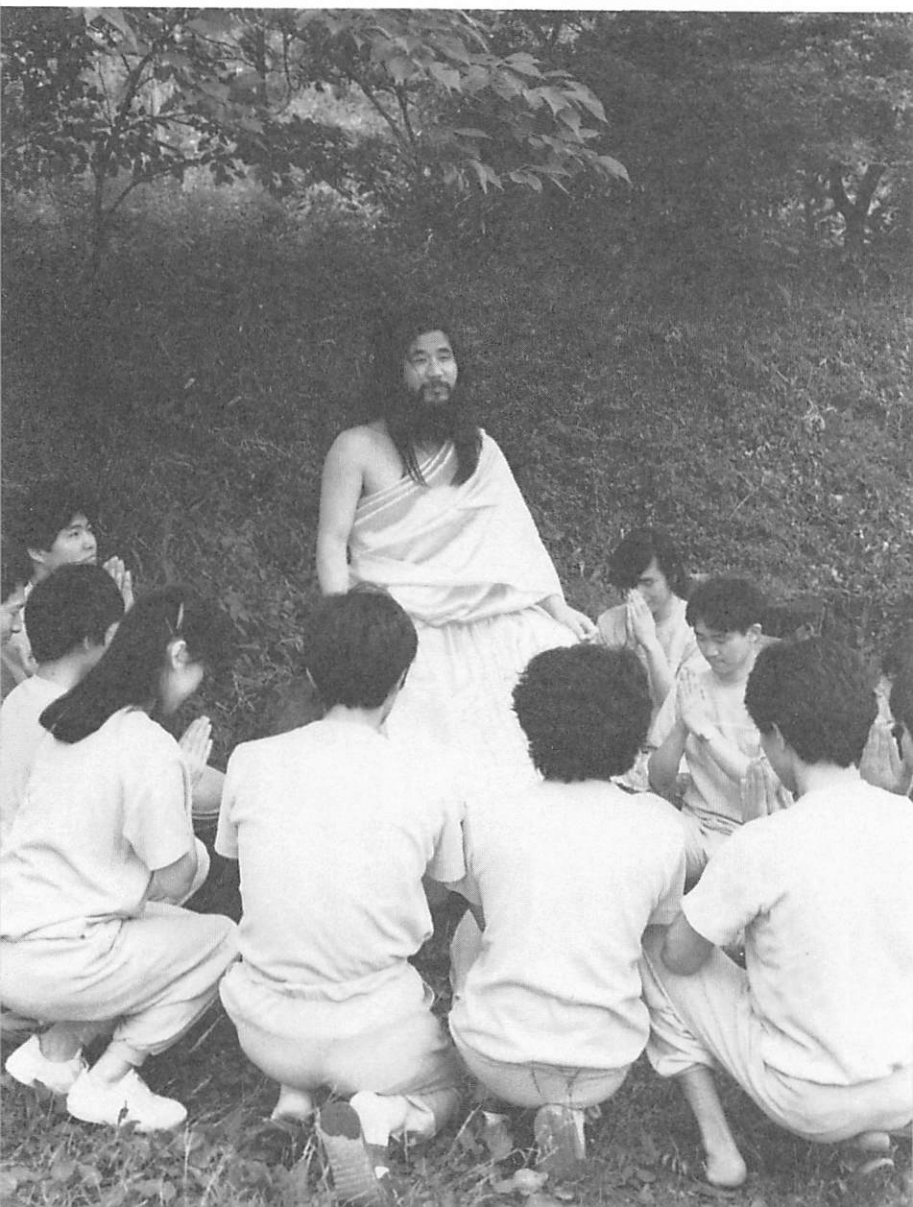
これはおかしい。人間界だって全世界からみたら、ずーっと下に位置している。下から四番目なんだ。人間界より高い世界、例えば天界などにいる人に「邪魔者は消せ！」と言われてもいいのか。人間が、こんな真理から程遠い優越感と怒りを持っているなら、聖なる流れではなく、魔の流れに入っているということだ。

すべての生き物には生きる権利がある。なぜなら、生きることによつてカルマを清算せいさんしているからだ。これは人間だって、虫ケラだって、猫や犬だって同じなんだよ。同じように真我まがを持っている。何回生まれ変わっても、最終的には、絶対自由・絶対幸福の世界へ入ろうとしている真我を持っているんだ。

だから生き物は、すべて対等であるとも言える。そのことに気付くと、すべての生き物を慈しむことができるようになるね。やさしくすることができるようになるね。

●施ほしなさい

さて、次はラージャ・ヨーガの第二のポイントだ。それは「食くるな。人の物を盗むな」という



戒を守ることだ。そして、逆に「施ヒキしなさい」という戒も必要である。

どういふことか話そう。もし貪ヒキつたならば、もし人の物を盗んだならば、当然心に傷ができる。そして、それだけじゃなくて、物質中心の粗雑キザウ次元の世界（この世）にしばらくされるといふ結果が生まれてしまうんだね。それはそうでしょう。盗む対象は、すべて粗雑次元の物なんだからね。

修行では粗雑次元から離れることによって、他のアストラル世界、コーザル世界に入っていく。なのに、盗むことによつて粗雑次元にしばらくられるならば、完全に逆行だ。他の世界を知ること、経験することもできなくなつてしまう。だからこそ、「貪るな。盗むな」といふ戒が必要なんだ。いいですか？

この「貪るな。盗むな」は、ある意味で言つたら消極的なやり方だよね。これに対して積極的な、一歩進んだやり方が、「施ヒキしなさい」となるわけだ。

●邪淫ヒヤンをするな

「邪淫ヒヤンをするな」つていふ戒も必要になつてくる。釈迦牟尼シカニが説いた縁起エンギの法は、クンダリニー・ヨーガのプロセスについてだったから、性エネルギーをロスしてはいけないよ、という意味合いがあるね。ところが、ラージャ・ヨーガについても同じことが言えるんだ。なぜならば、性エネルギーをロスすると、ラージャ・ヨーガを支えている意志の力が弱るわけだ。

また、性エネルギーは、生命エネルギーと同一のものである。だから、人にシャクティパットをやって、生命エネルギーをロスしても、ラージャ・ヨーガの成就者はあつさりつつぶれてしまふよ。生命エネルギーが、クンダリニー・ヨーガに比べて少ないから。

言い換えれば、ラージャ・ヨーガの成就者は、クンダリニー・ヨーガの成就者のようには、シャクティパットは施せないだね。生命エネルギー（性エネルギー）をロスしてしまうと、意志の力が弱って、自分のまわりに張り巡らしてある防壁みたいなものが崩れてしまうんだ。まあ、専門的な言い方をすれば、プラティヤハラという制感の状態が崩れてしまうんだ。そして凡夫になっちゃうんだね。したがって、ラージャ・ヨーガにおいては、絶対に性エネルギーをもらしてはならない。

●ウソをつくな

「ウソをつくな」という戒も、ラージャ・ヨーガでは特に重要だ。ウソにもいろいろなウソがあるね。例えば、決めたことをきちんとやらないこと。これは消極的なウソの部類に入る。また、意図的にウソをつくということもある。これは積極的なウソだ。このうちの積極的なウソは、乗り越え易い。しかし、消極的なウソというのは、なかなか乗り越えられないだね。

あなた方は、消極的なウソだったら、そう人に迷惑をかけるわけじゃないから、少しくらいな

ら許されるんじゃないか、って思うかもしれない。でも、この消極的なウソすらついてはいけない。たとえ、自己の利益に反しても、消極的なウソもついてはいけないんだ。

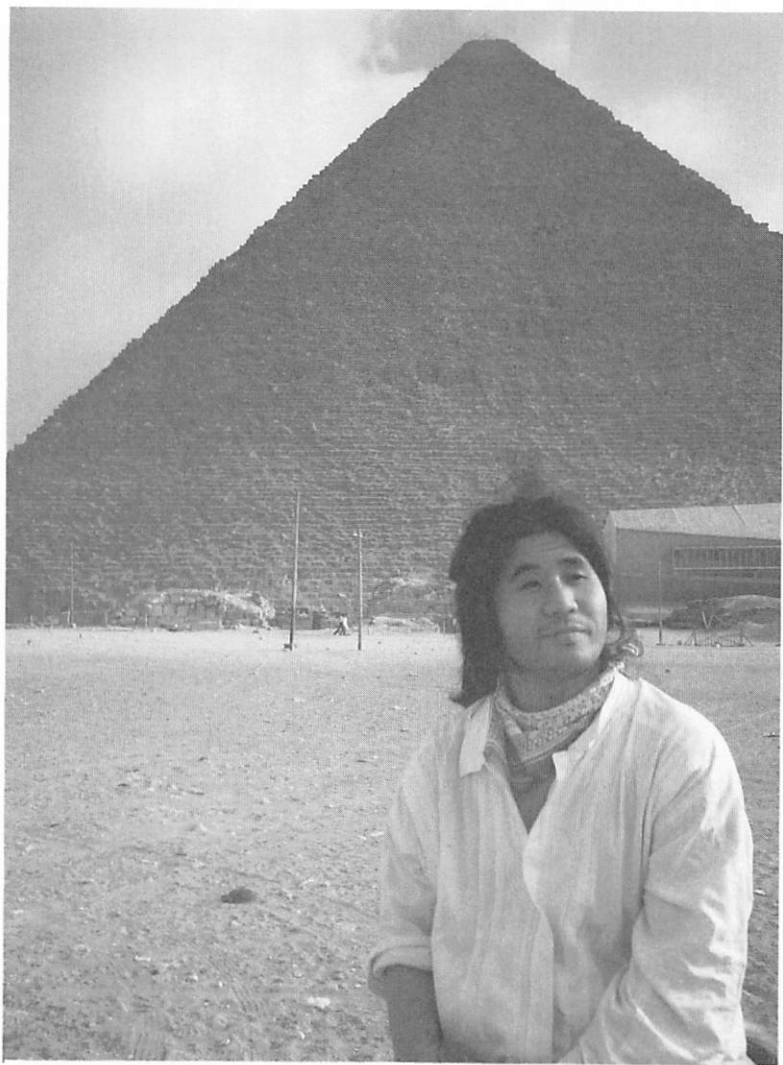
「ウソをつかない」ということを実践してごらん。わずか三ヶ月と十日、つまり百日でいいから実践してごらん。あなた方の意志力は強くなり、修行は飛躍的に伸びているはずだ。

では、どうしてウソをついてはならないか、ということについても触れておこう。まず、意志というものは、真我のオーダーによって働くんだ。真我が修行をしたいとオーダーしたとしよう。それを受けて意志が働く。今日修行をやろう、とね。これは自分に対する約束だ。

このときに、意志が弱いと、「今日は疲れているから明日でいいや」とか、「明後日(あさって)でいいや」とか、楽なように延ばしてしまったりする。つまり、真我がオーダーしても意志が働かない、意志は勝手に他のところで遊んでいる、というわけだ。この状態は放置すればするだけひどさを増す。したがって、解脱だつて先延ばしにされて実現しなくなるよね、当然。

これで、消極的なウソもついてはいけないという理由がわかったかな。

積極的なウソについては、人を傷ついたり、陥(おとし)れたりするものだから、悪業(あくごう)となり、これも解脱の大きな障害となるから許されないのだ。



尊師の手によって、古代エジプトの謎が明かされる日は近い

●エネルギーをロスするな

⑥ アングリマール大師が、ラージャ・ヨーガで成就したわけだけど、私は彼に絶えず警告している。エネルギーをロスしてはいけないよ、と。

彼はもちろん禁欲の戒を守っているわけだ。しかし、シャクティパットでエネルギーをロスしている。だから、エネルギーをもっと蓄えなきゃならないよということ、それから、意志の力を更に強化すること、この二つをとにかく重点的にやりなさい、というアドバイスをしている。それによってラージャ・ヨーガを完成させないと、『大乘ヨーガ』の二番目、クンタリニー・ヨーガのプロセスに入れないんだね。

エネルギーのロスが成就を台無しにしてしまうところが、ラージャ・ヨーガの欠点と言えど欠点なのかもしれない。だから、ラージャ・ヨーガのグルは、普通、ものすごく修行が進んでいる弟子にしか、シャクティパットを行なわない。修行が進んでいる人が相手だと、エネルギー交換を行なったときにロスが少ないからね。

アングリマール大師が、初心者にもシャクティパットを行なうのは、大師本人の希望だ。エネルギーを人に与えることで、その人の修行が進むのなら、自分が苦しんでもかまわない、という大乗的な心からそれは出ている。

それから、ラージャ・ヨーガにはアルコールも厳禁だ。アルコールを飲んだときも、意志の世

界をコントロールできないからね。ラージャ・ヨーガの根本は、あくまでも意志の力なんだよ。

●一番大切な禁戒

今まで話してきた中で、何が一番大切かって言ったら、「消極的なウソをつかない」ということじゃないかと思う。初めにやらなければならぬことは、「自分が決めたこと、口に出したことを実行する」ということだね。

私は近頃九割八分くらいは実行しているけれど、二分くらいはウソをついているみたいだ。忙しすぎて——。実現に一週間とか二週間とかの遅れが出ている。例えば、信徒の皆さんに約束したことがあるね。

まず、九州支部道場。九州支部は九月の初めという予定だったんだけど、十月十五日からの契約となった。これは四十五日意志の力が遅れているという証拠なんだよ。それから、静岡の道場建立の件。これも予定より動きが遅れている。土地が異常に高いという理由でね。

なぜ私がこういうことをあなた方に発表して、それをそのとおり実践しようとしているかという、私もシャクティーパットをやっている、意志の力が弱くなっている可能性がある。いや、実際にシャクティーパットの影響が出ているわけだけれども、それを取り戻そうとしているんだ。一所懸命。そのために有言実行という努力をしているんだ。

◎功德のベースになる布施

さて、これまでにあげた戒は、禁戒と言われているものだった。⁽¹⁰⁾勸戒^{かんがい}については、あなた方はもうわかっているよね。三つの布施^{ふせ}のことだ。

三つの布施の第一は何かという、財施^{ざいせ}だ。文字通り、お金を布施することです。さて、この財施には三つのパートがある。

一番功德^{くどく}となるのは、真理の流れに布施をすること。この布施によって、あなた方は必ず来世^{らいせい}でも真理に巡^{めぐ}り会うことができるでしょう。また、真理を実践している人達は、当然救済活動を行なっている。だから、あなた方が困ったときには、それを乗り越えるパワーを与えてくれるでしょう。

次にくるのは、貧しい人に対する布施。貧しい人というのは、働かなくて食べていけない人ではなくて、働いても食べられない人、あるいは、全く職がなくて食べられない人のことだ。そういう人達に多額の布施を行なったならば、もし、あなた方が食べていけなくなったときに、誰か必ず助けてくれるだろう。あるいは、来世で困ったとき、必ず誰かが経済的援助をしてくれるだろうね。

そして、三番目にあまり功德にならない布施がある。これは社会的なもの、学校とか、公共施設とか、福祉施設などに対する布施だ。福祉施設に布施をすれば、効果があると考える人がいる

かもしれないけれど、真実はそうではない。なぜならば、そういうお金は施設の運営者側に都合が良いように使われるからだ。

さて、第一は財施だった。第二は安心施あんしんせというものだ。中でも、自分が最も苦しんでいるとき、他人の苦しみを聞いてあげて、やすらぎを与える、というのが最高の安心施だよ。この功德によって、今度はあなたが本当に苦しんでいるときに、必ず悩みを聞いてくれる人が出てくるということだね。

自分が幸福なときに、他人の苦しみを聞いてやすらぎを与える、というんじやあまり功德にならない。だからやるな、と言っているんじゃないよ。自分が苦しいときにも安心施は続けなさい、ということだ。

第三に法施ほうせがあるね。良い法施は、真理をダイレクトに伝えることだ。なぜなら、そこに自分の解釈が入ると、間違っている可能性が出てくるだろう？ まだ成就していないんだっただね。

したがって、『イニシエーション』だとか、『生死を超える』だとか、『マハーヤーナ』だとか、そういう真理が書かれている本を読ませるとか、読んで聞かせるのが最良の方法だろう。あるいは、真理について語られているテープを聞かせるというのでもいい。こういうのが法施の基礎なんだね。法施が一番の功德でもある。

これら布施によって徹底的に功德を積み、先程話した戒を守るならば、修行は飛躍的に進み、ラージャ・ヨーガの成就が訪れるだろう。

◎ラージャ・ヨーガ以降のプロセス

ラージャ・ヨーガの完成が終わった段階で、次はクンダリニー・ヨーガのプロセスに入っていく。このプロセスに入った人は、エネルギーシユです。意志も強い。

クンダリニー・ヨーガで気をつけなければいけないのは、エネルギーだ。いかに生命エネルギーを蓄えるかだ。

大体、クンダリニー・ヨーガの修行に入っている人は性欲が強い。この性欲イコール生命欲なんだが、生命欲というエネルギーを上昇させ、頭頂のサハスラー・チャクラを突き破らせる。そして、そのエネルギーがコーサル、それからマハーヤーナにまで到達した段階が、クンダリニー・ヨーガの成就だ。

そして、あとはそのエネルギーの道筋を大きくしていくと、クンダリニー・ヨーガは完成します。このときには、生命力の欠如けつじょのない状態になっているはず。同時に、エネルギーが大腦を刺激してね、特殊な天才型の頭脳がで上がるんだね。

⑪ シャンティー大師やケイマ大師、あるいはクンダリニー・ヨーガが進んでいるラクシュミーに聞くと、小さい頃は天才だったそうだ。

そして、次にジュニアアーナ・ヨーガのプロセスに入っていくわけだね。ここでは、性欲を超越した状態でね、一切のものの解析に入ることになる。釈迦牟尼如来は、このプロセスで森羅万象を解析して悟りを開き、解脱したということになるわけだね。

今日は、ラージャ・ヨーガを中心に説明しました。明日は、クンダリニー・ヨーガの詳しい説明をする予定ですので、このジュニアアーナ・ヨーガは明後日に、もう一度取り上げることになります。

第三話　クンダリニー・ヨーガの成就と完成

◎タントラ・ヨーガの可能性と危険性

最終解脱さいしゅうげだつをするためには、七つのヨーガを完成させなければならぬんだね。これがとても大変なことで、千生せんじょう以上の生まれ変わりが必要なんだ。で、これを一気にやる方法はないかと考えてられたのがタントラたんとら・ヨーガだ。

だから、このタントラ・ヨーガには当然無理があるんだね。一気にイダーいだー・ピンガラピンガラ・スシュムナーすしゅむなという人体のエネルギー管を開き、一気にエネルギーを上昇させなくてはならないからね。一歩間違えば取り返しがつかない。しかし、無理はあるけども、もう少しまくいけば、一気にこの最終ステージの真解脱しんげだつ・最終解脱まで行ける唯一ゆいいつの可能性を持つのがこのタントラ・ヨーガなわけだね。

その修行をしているのが、チベット仏教の中でもニンマ派ニンマとかカギユ派カギユとか言われている一派なんだよ。オウムでは、タントラ修行に耐え得る特別な人にしかその修行を許していません。さ



つき言ったように、無理や危険があるからです。信徒きんとうの中で、許可なしで勝手にタントラ修行をやって、おかしくなった人がずいぶんいます。あなた方は、そういうことがないようにしてくださいね。

●ヨーガによつて違ちがうエネルギー・ロスの状態

したがって今日は、千生かかると仮定した上で、第二ステージのクンダリニー・ヨーガについて話そう。このクンダリニー・ヨーガを支えているのは生命エネルギーなんだね。ここで、昨日のラージャ・ヨーガを思い出してほしい。

ラージャ・ヨーガの場合欠点があった。それは、例えばシャクティパットをやつてエネルギーをロスし、しかもきちんと修行していないと、ラージャ・ヨーガのステージを支える背景である意志がつぶれてしまうことだったね。背景にある意志がつぶれてしまったら、その人は凡夫ぼんぷだ。また修行をやり直さなきゃならないんだ。

ところが、このクンダリニー・ヨーガはそうじゃないんだね。

例えば、シャクティシキプラヨーガ、シャクティパットをやつてエネルギーをロスするとしよう。そうすると、その人は大体自殺衝動にかられます。ケイマ大師やシャクティ大師は、クンダリニー・ヨーガで成就したわけだけでも、彼女達が特別イニシエーションやシャクティパッ

トによってエネルギーをロスしてしまつたら、生命力が欠乏して自殺衝動にかられる。

しかし、彼女達はクンダリニー・ヨーガで成就しているから、日がたてば自然と回復してもとの状態に戻るんだよ。これが、クンダリニー・ヨーガの強みなんだ。

ラージャ・ヨーガはつぶれてしまう可能性があるけれども、クンダリニー・ヨーガはほつといて時間さえ与えてあげたらもとの戻ることができる。あるいは、他の方法でエネルギー移入を受けたら、もとの成就の状態に戻るわけだ。これが、クンダリニー・ヨーガの良さなんだね。

ただ、成就していない人がエネルギーをロスするようなことがあつたら、本当に死んでしまう危険性があります。クンダリニー・ヨーガの修行中に禁欲が必要なのも、エネルギーのロスを防ぐためなんですね。

そして、このクンダリニー・ヨーガを成就すると、次のジュニアナ・ヨーガのプロセスに入るわけだね。ジュニアナ・ヨーガについては、明日話す予定ですので、ここでは簡単に触れておきます。

ジュニアナ・ヨーガが完成すれば、例えば相手のカルマを受けても、その状態を正確に分析することによって、カルマを消してしまうことができます。だから、シャクティーパーットやシャクティープラヨーガをやったとしても、もとの状態に戻るわけだ。

なぜなら、すでにクンダリニー・ヨーガは完成しているのです、エネルギーのロスが少ない。問

題は、エネルギー管をつまらせるカルマだけなんだ。だから、カルマを消滅させればもとに戻るということなんだね。だから、当然ケイマ大師やあるいはシャンティー大師は、次にジュニアナ・ヨーガのプロセスに入らなけりやならない。

●帰依・功德・真理の実践が大切！

では、今日の主題のクンタリニー・ヨーガについて、更に詳しくお話しましょう。

まず、クンタリニー・ヨーガに必要なものは一体何であるか、ということを考えてはいけないね。これはどのヨーガについても言えることだけでも、「グルに対する帰依」なんだね。特に、クンタリニー・ヨーガは帰依、それから「功德」、そして「真理の実践」というものが必要になってくる。

じゃ、一体なぜ帰依、功德、あるいは真理の実践が必要なんだ？

クンタリニー・ヨーガというのは自分で意識しなくても、勝手にアストラルの世界やコーザルの世界に行けるわけだ。エネルギーが上昇したら行ってしまいうわけだね。そのとき、もし帰依や功德というものがなかったらどうなると思うか？ 魔境に落ちてしまいうんだ。

どうしてかという、アストラルの世界だつて汚い世界から素晴らしい世界まであるわけだ。怖い世界から楽しい世界まであるわけだ。コーザルの世界も同じように汚い世界から素晴らしい

「世界まであるし、怖い世界から楽しい世界まであるわけだ。それらの世界へ飛ぶとき、帰依・功德というものがなければ、しょっちゅうひどい世界へ行つて精神的なバランスを崩くずれしてしまふ。

じゃ、そのいい世界へ行くためには、高い世界へ飛ぶためにはどうしたらいいかというと、先程も言った通り功德しかない。あるいは帰依しかない。そして、真理の実践をしなくてはならない。いいですか。

だからクンタリニー・ヨーガのポイントというものは、(あなた方にとっては私になるわけだけども)グルを徹底的に観想できるかということが一つ(帰依)。善行ぜんこうを積むことができるかということが一つ(功德)。そして、真理という教えを背景に持っているかということが一つだ(真理の実践)。その上で、大乘を志すんだつたら、クンタリニー・ヨーガのあと、次にはどうしても自己の状態を分析するジュニアーナ・ヨーガというものが必要になってくるんだよ。

●小乗と大乘の違い

ここで、小乗しょうじょうと大乘だいじょうの修行の違いをちよつと述べておこうか。

小乗の修行者は、一つのヨーガさえ成就すればニルヴァーナに入ることができる。ラージャ・ヨーガでもいいし、クンタリニー・ヨーガでもいいし、ジュニアーナ・ヨーガでもいい。この三つの中の一つでも成就すれば、ニルヴァーナに入ることができる。じゃ、なぜそういうことがで

きるんだ？

小乗の修行者は、すべてのことを否定するんだ。この世界は不浄である。すべては悪である。すべては苦である。全部否定してしまう。そうするとどうなるか？ その人にとって、この世は幻まぼろしに見えてくるんだね。そして、最後にはニルヴァーナへ入れるというわけだ。

しかし、何かのきっかけがあつて、もしもだよ、その否定の一部分でも崩れてしまったならば、その人はニルヴァーナへ入れない。たとえ入っていたとしても現象界へ降りてきてしまうんだ。ところが、大乗は小乗とまったく違う。否定するどころか、皆とまみえなければならぬ。そして、皆のカルマを背負わなければならない。そのためには、神通力しんつうりきも必要だろう。強靱きやうきんなエネルギーも必要だろう。そして、カルマを背負ったあとの自己を解析かいせきし、カルマを消滅させることも必要だろう。

このように、すべてのことに対処できる状態を作り上げなければならぬ。そうすると、ほら、ラージャ・ヨーガも必要と、クンダリーニー・ヨーガも必要と、ジュニアーナ・ヨーガも必要になってくるわけだ。だから、大乗で行くか小乗で行くかによって、その人達の修行しなければならぬことも、生き方も違ってくる。

だから、大乗ヨーガの修行者には、ある程度の楽というもの認められているんだ、この世では。それはなぜかという、それぐらいの刺激の許容量きょようりやうを備えていないようでは大乗の修行はで

きないからだ。

ところが、小乗の人には全くそういうことは認められない。全否定を行なって、自己の状態を維持し続けて、生命が終わるまで待つ。あるいは肉体を捨てる。この二つしかないわけだ。

大乘と小乗のどちらの道をおあなたが選ぶか、それはあなたの方の自由だ。ただ、今私が話した小乗と大乘の違い、それからクンタリニーの特徴を理解していただいた上で、自分の進む道を選んでほしい。

● 本当の救済のスタート

さて、ジュニアアーナ・ヨーガによって解析的なプロセスを終了する。その段階で、自己におけるカルマは完璧に受けなくなる。ところが、そこで自^がと次の問題が起き上がってくる。それは、自と他の区別とは何だという問題だ。自と他の区別を乗り越えるために、『四つの無量心^{しりようしん}』を背景とした大乘のヨーガはスタートするわけだ。ここから本当の『救済⁸』がスタートする。

今日はクンタリニー・ヨーガの注意点、それから状態を話したよね。クンタリニー・ヨーガというものは、ほつといってもエネルギーが上昇してアストラル、コーザルに入るんだ。しかし、成就してもエネルギーをロスしたときには、死にたいという感情が出てくる。しかし、それも何日かほつとけば、あるいは何週間かほつとけば、それ以上ロスしない限り必ず回復するっていう話

をしたね。

それからもう一つ、勝手にアストラル、コーザルに入るわけだから、帰依・功德・真理の實踐、この三つの背景がなかったなら、この人はあまりいいアストラルの体験、コーザルの体験ができない。それによって、精神的に障害を受ける可能性があるということと話したね。だから、あなた方もクンダリニー・ヨーガのプロセスを歩いている人は、特にこの帰依・功德そして真理の實踐、この三つを重んじなさいよ。

はい、では明日はね、ジュニアーナ・ヨーガのことについて話そうね。

第四話 ジュニターナ・ヨーガの成就と完成

◎真理へと導く宿命通

今日は、昨日のクンタリニー・ヨーガの補足説明から入りましょう。

クンタリニー・ヨーガによつてね、私達は、この現象界（この世）が存在していること、アストラル世界が存在していること、それからコーザル世界が存在していることを認識します。つまり、全世界は、現象界、アストラル世界、コーザル世界の三つの世界から成り立っていることに気付くのです。

もちろん、ラージャ・ヨーガでもそれを認識するわけだけでも、ラージャ・ヨーガとはもともと意志が背景だから、コーザルの世界まではあまり認識できない。意志の段階を通り越さないとコーザル世界がわからないからだ。それからどちらかというところ、見るとか、聞くとか、あるいは触れるとか、匂うとか、アストラル次元のものよりも、そういうもう少し粗雑なものが操作できるという状態だね。

で、このクンダリニー・ヨーガになってくるとそうではないね。アストラル、コーザル、これらの世界をきちんと理解できるようになってくる。いいですか。このアストラル、コーザルがきちんと理解できるようになってきたら、一体その人にどういう変化が起きるかという問題が一つ出てくるね。

このクンダリニー・ヨーガというのは、私が「生死を超える」で書いたプロセスだね。だから、ここで修行者は、「バルドーのヨーガ」、「夢見のヨーガ」、「幻身のヨーガ」、「光のヨーガ」というプロセスをたどることになるね。

そうすると、その途中の段階でその人は、前世夢をたくさん見るようになる。宿命通だ。前世をたくさん見るようになる。そこで、その人は、今生の人間関係というものは、実体がないんだ、ということ気付く。なぜなら、それぞれの生で、それぞれの人間関係があるんだからね。

よく先祖供養だとか、あるいは亡くなった人を崇拝するというのがあるけど、あれは力のない修行者が観念的にこの世に残した宗教であって、真理ではない。真理というのは、親子関係ですら、あるいは兄弟ですら、縁によって生じたものであるということ、そして来世ではまた別の縁ができるということ、これらを理解できるようになることを言うんだね。



「すべては縁によって生ずる……」

●真の平等心の芽ばえ

そうするとだよ、このクンダリニー・ヨーガを成就すると、その人にはグルしかいなくなるわけだ。グルしか。しかし、このグルですら実体がない。グルというものは、その人にとって真理の階段を昇って行くための道案内人にすぎないわけだ。いいですか。

じゃ、その人はこの世に対して、一体どういう見方をするようになるだろうか。今まで執着していたもの、恋人、親、あるいは子供、こういう者達に対してだよ、他のものと同じようにね、冷静で冷めた眼で見られるようになってくるんだよ。

そうするとだ、ここで「四つの無量心」の中の「平等心」が出てくるんだよ。ね、それまでは片寄った眼でしか見られなかったものがそうではなくなる。すべてを平等に見つめる力が出てくる。すべてを冷静に見つめる力が出てくるんだ。

じゃ、すべてを平等に、すべてを冷静に見つめるとしよう。一体その人にはどんな恩恵が返ってくるか。それは、この世を純粹に観照する、純粹に眺める力が出てくるということなんだ。ほら、ジュニアーナ・ヨーガの条件は片寄らない物の見方することだったね。そうでしょう。

するとだ、片寄らない物の見方をする条件がここでそろったわけだ。ね、つまり、ラージャ・ヨーガの成就、クンダリニー・ヨーガの成就があつてこそ、真の平等心というものが芽ばえてくるんだよ。

話は変わるが、上祐^{（じじょうゆう）}、都沢、山本ね、この三人が今独房^{（ひとりどぼう）}に近い状態で、ここで全力で修行している。もう彼らの中にはアングリマラー大師のレベルに行った人もいる。また、ケイマ大師のレベルに達した人もいるよ。つまりある者はラージャ・ヨーガの成就をしている。ある者はクンダリニー・ヨーガの成就をしているということだ。

でもそこで彼らを成就したとして出してしまおうと、当然このセミナー中、一般のスタッフと同じことをやらせなきゃならなくなるよね。だから今、別枠^{（べつわく）}で修行させているんだ。今のうちにできるだけ高いステージに引っ張り上げておいてあげるためにね。その分私がちよっと負担をしゃべればいいわけだから。

出てきちゃうと、今のケイマ大師、シャンティー大師、あるいは、アングリマラー大師みたいに、必死に修行して、今の状態をキープしつつ皆さんに奉仕をしなきゃならないことになるからね。苦労するからね。できるだけ修行しなさいよということだ。おそらく一日十何時間修行していると思う。そのプログラムを与えているからね。

● 正確な分析智がシクタイーバットを支える

さあ話をもとに戻すよ。じゃ、なぜ平等心を背景としたジュニアナ・ヨーガの完成が必要なのか、ということを考えてみよう。

救済者には、シャクティーパーット、あるいはシャクティープラヨーガという危険な技法を用いなければならぬときがある。これは、相手の悪い想念、悪いカルマを自分が吸いとって、相手に素晴らしいカルマを入れてあげるといふ技法だ。

この技法を用いる場合、ラージャ・ヨーガの成就者は、よっぽど気をつけないと自己の成就の状態のバランスを崩してしまい、もとの凡夫の状態に戻ってしまう可能性がある。クンダリーニ・ヨーガの成就者の場合は、同じようにエネルギーをロスして、生命力が欠乏する。だから一旦落っこちるかも知れない。しかし、時間がたてばもとのに戻る。

ジュニアーナ・ヨーガの成就者はどうだということになるとね、ジュニアーナ・ヨーガにおいては自と他の区別がなくなり、自己の状態というものを冷静に分析することができるようになる。だから——ここは大切なところだよ——一旦他のカルマに襲われたとしても、そのカルマというものも冷静に分析し、自己の状態を冷静に分析して、取り除いてしまうことができるわけだ。

そうすると、シャクティーパーットを行なったとしても、自己を精神的に一定の状態にキープすることができるようになるわけだ。エネルギーはどうしてもロスするわけだから、これは仕方がないけれどね。

大乘の修行におけるヨーガは、なぜラージャ・ヨーガから始まって、それから最後の最終解脱まで六つのヨーガがあるのかというね、どれも救済者にとっては必要なものだから存在してい

るわけだ。いいですか。

そうすると、このジュニアーナ・ヨーガが成就してしまえば、少なくともシャクティーパーツ、あるいはシャクティープラヨーガにおいては、問題がなくなるわけだね。

●公式を使いこなせ!

じゃあ次にだよ、どうしたらジュニアーナ・ヨーガが成就できるんだという問題が出てこよう。このためには、二つの条件が必要である。

一つは、クンダリーニー・ヨーガの成就によってね、その人が現象界、アストラルの世界、それからコーザルの世界を知っているということだ。そして、それによって今生の縁というものがね、マーヤ（幻影）にすぎないということを知っているということだ。

じゃあ、その一つだけがいいのかというところではない。もう一つ必要なものがある。何だ。

それは公式だ。ジュニアーナ・ヨーガには公式が必要なんだ。その公式というものは、グルが直接伝授するものだ。その公式にあてはめて、純粹觀照智で物を見るわけだね。この二つの条件がそろったならば、必ずやジュニアーナ・ヨーガは成就するだろう。

ところで、問題なのは公式を知っていても使いこなせなくては何にもならない、ということだ。皆が俗に言うところのインスピレーションというものがあるね。

しかし、このインスピレーションというのは、ほとんどが皆さんの潜在意識から出てくる想念の一つにすぎない。あまりあてにはできないものなんだね。

しかし、クンダリニー・ヨーガを成就して平等心を身につけた者のインスピレーションというのは正確なわけだ。この正確なインスピレーションが、公式の活用役に役立つ。

ある問題があつて、それを公式にあてはめて解く。ところが解けない箇所が出てくる。そういうことが出てきたときに、平等心ができ上がっていると、パツとひらめきが生じてくる。そして新たに情報がわからなくてグルグル回つているところに入れてあげると、そのグルグル回つているところがスパツと解けてしまう。

もしこの平等心ができていなかったら、そのグルグル回つているところにね、間違つた情報を入れることになる。そうすると、このグルグル回つているところに——要するにこれはカルマなんだけれど——ことは解けないということになる。いいですか。だから、クンダリニー・ヨーガの成就、これは当然必要となつてこよう。

ケイマ大師、アングリマーラ大師、シャンティイ大師の場合、独房期間は短かつた。今入つている、上祐、都沢、それから山本という三人の修行者の独房期間は長い。それは、私ができるだけ長く長く修行させようと考えているからだ。ラージャ・ヨーガ、クンダリニー・ヨーガ、ジュニアナ・ヨーガとね、この三つのプロセスをできるだけ修習させ、そして彼らのものにさせ

たいと考えているからだ。もう彼ら三人にはネーミングも用意されているよ。というのは、成就はして最低条件は突破しているわけだからね。

そしてだ、ジュニアアーナ・ヨーガによって平等心を完全に培った。それから、この現象界をね、すべてスパスパと切っていった、自と他の区別そのものが、エゴそのものが、私達に苦を与えているんだということがわかった段階で、大乘のヨーガに入っていくわけだ。

そして、大乘のヨーガが終わった段階で、その人は高德（7）となる。あるいは大徳（8）となる。ものすごい徳をその人は積むことになり、その功德（9）によってアストラルの王となる。そして、アストラルでもものすごい徳を積み、その功德（9）によってその人はコーザルの王となる。

そして、コーザルをすべて経験しつくして、その人はマハーヤーナへと入っていくんだ。これが、大乘の仏教であり、大乘ヨーガだ。いいですか。

◎正法の時代の復活——真理の展開

私は、ヨーガと仏教を合わせてお話ししてきた。したがって、ヨーガの、それから仏教の、大きな流れをあなた方は知ったわけだ。そして、釈迦牟尼（10）が二千五百年前に説いた仏教の大きな流れと、なんら違いがないということをおあなた方はわかってくれたことと思う。

それはあたりまえだな。仏教そのものが、ヨーガの流れの一つの支流にすぎないから。そして、

釈迦牟尼如来という方はその大きな流れをすべて知っていらつしやつた。で、⁽¹⁰⁾経典にね、ヒントを残されて入滅にゅうめつされたんだ。

そして彼は、正法しょうぼうの時代から二千五百年たったら、また正法の時代が始まると言つてらつしやる。そして今、二千五百年後だね。今後、私達オウムが正法を展開するの、あるいは他の真理の実践者が真理を展開するの、それはこれから五年、十年、二十年とたてば自ずとわかつてこよう。

流れはわかつたね。まず、預流に入り、聖なる流れに身を任せる。そしてその流れに乗り、ずーつと行つてラージャ・ヨーガの成就がある。次にクンタリニー・ヨーガの成就がある。そして、ジュニアーナ・ヨーガの成就がある。さらに、大乘のヨーガ、アストラル・ヨーガ、コーザル・ヨーガ、真解脱しんげつだつ、最終解脱、そしてマハーヤーナと進むんだね。

あなた方も、この偉大なる道を歩いてほしい。

第五話 大乘のヨーガの成就と完成

◎すべては自分より遠い

さて、今日は平等心を培うポイントを話してから、「大乘のヨーガ」へと入ることにしよう。平等心について経典にはよくこう書かれている。——平等に、最も愛する状態で愛しなさい。——と。私はこれでは経典の言葉が足りないと思うんだね。最も愛する状態、という目安がわからないんだよ。誰を最も愛しているんだろうか？ 母親なのか？ 息子なのか？ 恋人なのか？ 私は、この問題に対してこう答える。最も愛する状態とは、自分自身に対する愛を基準としなさい、と。つまり、自分自身よりも大切な者はいないということだ。自分に比べたら、恋人も大切でない、親も大切でない、子供も大切ではないんだね。

「いや、私は私より子供の方が大切です」「いや、私は自分より恋人の方が大切です」と、言う人がいるかもしれない。しかし、それは真実ではない。なぜ真実でないのか？

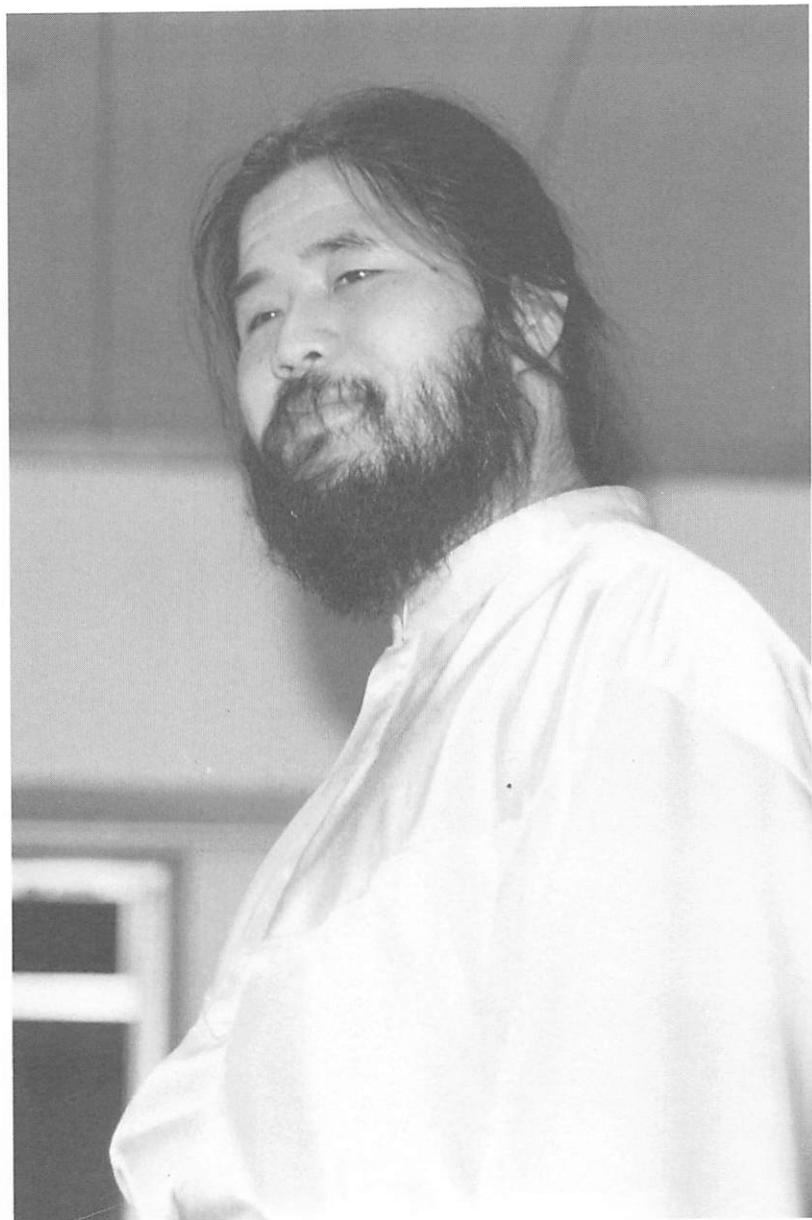
例えば、独房どくぼうに放り込まれて精神のバランスを崩くだされたでしょう。あるいは、中国、ソ連でや

っていることなただけでも、拘留こいうりゅうして、甘い物を徹底的に食べさせる。そうすると、精神のバランスがどんどん崩れてくるんだね。そういう状態では、もう夫もいらぬ、子供もいらぬ、妻もいらぬ、という気持ちに必ずなるんだそうだ。

言い換えれば、それらの人々は自分より遠い、というわけだな。自分よりすべては遠いんだよ。自分が最もかわいい、自分が最も大切なんだね。だから、平等心を培うにあたって、自と他を並べていった段階で、すべてが平等になるようにしなくてはならない。自分と他人が平等になつていなくなつたならば、「ジュニアーナ・ヨーガ」の次にくる大乘のヨーガに入れないんだ。いいですか。

「私は自分を愛していない」という人がここにいらつしやるかもしれない。もしいたら、私はその人にこう聞きたい。「あなたは自己を愛していないと言いながら、なぜ修行をするんですか?」と。「あなたは、苦から逃れたいと思つて修行しているのではないのですか?」と。その人は、自分の為ために修行をしているのです。

だから、平等心の基礎には、必ずあなた自身を置きなさい。これは秘儀ひぎに属するよ。しかし、最初から自分自身を置く必要はないよ。前段階では、愛する者を置きなさい。そして、それがつぶれていつたら、最後にあなた自身を置きなさい。



名古屋支部「道場開き」において(87/11)

●四無量心——心の成熟

こうやって平等心が培われたら、次に大乘の修行に入っていくわけだ。大乘の修行では、膨大な善行を積みまします。愛・哀れみ・相手を誉め称えることを通じての善行です。これらの実践を完全に終えたとき、どういふ変化が現われるのだろうか？

まず人間界における闘争がなくなるだろうね。愛・哀れみ・相手を誉め称えることを実践するというのだから。また、満足というものもなくなる。満足なんていう感情を超越しちゃうんだね。そうすると、天界のカルマも切れ、阿修羅のカルマも切れ、もっと上の世界へと通じるようになるんだね。そして、哀れみの実践は、その人にこの欲六界が苦の集積であることを理解させるだろう。哀れみは、苦しんでいる人の心がわかるので、いろいろな他人への苦しみを自分の苦しみとして経験することができるとだね。

この平等心・愛・哀れみ・相手を誉め称えることという、『四無量心』の修行は、他の人に恩恵を与えるのはもちろんだが、なによりも修行者自身に恩恵を与えるんだよ。その恩恵とは心を成熟させることだ。その実践による経験によってね。

●すべての人に愛される

ジュニアーナ・ヨーガでは、自分の内側でカルマを解析して消したよ。それは高い世界へ生

まれ変わる資格を得たようなものだ。しかし、それでは足りない。なぜなら、今まで自分と接していた人はまだ自分に関して悪い情報を持っているだろう。その情報が残っていると、そのカルマによって、欲六界に生まれ変わってしまうんだね。

ところが、この大乘のヨーガの完成によって、その他人が持っている悪い情報が消えてしまった。だって、心が成熟していて、すべての人を愛し、哀れみ、誉め称えることができるのなら、悪い情報は消えちゃうんだからね。つまり、悪感情を持つ人はいなくなるんだ。敵対する人もね。そして、反対にすべての人から愛されるというカルマが生じるんだよ。これは、次の「アストラル・ヨーガ」で「報身ほうじん」となるためのカルマでもあるわけだね。報身についての詳しい説明は明日するつもりだけれど、報身になれば欲六界に生まれ変わらず、上位アストラル世界に生まれ変わるんだ。そして、本人が望めば救済者として「変化身へんげんしん」の身体をもって人間界に降りてくることもできる、ということなんだね。

それから、他の人の喜びのエネルギー、悲しみのエネルギー、愛のエネルギーなどがヴァイブレーションであることにも気付く。それが言葉ではない。行為ではない。ヴァイブレーションであることに気付くんだ。そして最後には、心の構成そのものがヴァイブレーションであることに気付く。

そうすると、他の人が愛情を持っているのが、言葉を使わなくてもヴァイブレーションで伝わ

ってくる。悲しみを持っているのがヴァイブレーションで伝わってくる。あらゆる感情がヴァイブレーションで伝わってくるんだね。これは、つまり相手の心に即感応できるといふことだ。しかも、心に感応しているながら、自分の心は動かないわけだ。ジュニアナ・ヨーガの完成で、その状態を得ているからね。相手の気持ちを良く理解してあげられ、それでいて心は動かない、すべての人から敬愛されるようになる。そのカルマによって報身となるということだ。

◎大乗のヨーガの次にすべきこと

さあ、大乗のヨーガは終わった。さて次はどこへ行くんだ。次はもう、アストラル世界の住人となるね。では、アストラル世界では何を行なうんだ。これが明日の課題となる。このあと、この「アストラル・ヨーガ」、「コーザル・ヨーガ」と続き、コーザル・ヨーガが完成した段階でマハーヤーナへと入ることができる。これが最終解脱さいしゅうげだつなんだね。

③ 釈迦牟尼しやくかにんの仏典の中に、こういう言葉がある。

「私は為すべきことは為した。もはやこれ以上為すべきことはない。」

と。ところが、この状態で、

「ある者は三明さんみんを得、ある者は三明六通さんみんろくつうを得た。」

とも書いてある。為すべきことは為した——つまりすべて終わったと言っているのに、どうして

最後に得たものが違っているんだろうね。これは矛盾モジラしているよ。

これは、こういうことだ。為すべきことは為した段階——これはマハーヤーナを指しているのではないんだね。今生こんじょうで為すべきことは為した、と言っているんだ。今生に関係あるカルマを切ってしまうのは、ジュニアーナ・ヨーガだった。このヨーガ以上のヨーガでは、アストラル世界、コーザル世界に関係あるものだ。

したがって、ジュニアーナ・ヨーガの完成で今生で為すべきことは為したと言える。次の大乗のヨーガでも、同じことが言える。そのまた次のアストラル・ヨーガでも、そして最後のコーザル・ヨーガでもそうだ。要するに、為すべきことを為した状態には四ランクあるんだ。得たものの数が違っているのも当然なんだね。まあ、これは經典の説明不足だったんだね。

●カルマ・ヨーガ、バクティー・ヨーガとは？

昨日質問を受けたんだ。「カルマ・ヨーガとバクティー・ヨーガはどのステージに入っているのか」と。

最初に、「カルマ・ヨーガ」がどういうヨーガかを説明しよう。一言で表現すれば、「すべての人を師と仰ぐヨーガ」と言えるだろう。例えば、Aさんがいた。Aさんが悪いことをやっているそのとき、あなたは、「あー、Aさんは私にこういう悪いことをしてはいけないと教えてくれている

んだなあ。」と考えればいい。例えばBさんがいた。Bさんは良いことをしている。そういうときは、「ああ、Bさんのように善行を積みあげば、いいカルマになるんだなあ。心も明るくなるんだなあ」と思えばいい。これがベースだ。

そしてカルマ・ヨーガが完成する頃には、Aさんは悪いことをやって悪いカルマが返ってきた。Bさんは良いことをやって、良いカルマが返ってきた。このカルマの理論が理解できるんだね。これが、カルマ・ヨーガの奥義だ。

カルマを外の世界から見ているのがカルマ・ヨーガだ。反対に内側の世界でカルマと対決し、カルマを消してしまうのがジュニアナ・ヨーガと考えていいんじゃないかな？ だから、カルマ・ヨーガはジュニアナ・ヨーガにつながっているのです。

じゃ、次に『バクティー・ヨーガ』だったね。バクティー・ヨーガは神に対する献身けんしんのヨーガといわれているが、神の意思とグルの意思に自己を同調させていくことだ。このヨーガは、クンダリニー・ヨーガ、ジュニアナ・ヨーガ、大乘のヨーガに必要なんだよ。

クンダリニー・ヨーガでは、神やグルに献身することによって功德くんとくを積み、高位アストラル世界へと飛ぶ。ジュニアナ・ヨーガでは、カルマの解析を通じて、「カルマは神の意思なんだ。神はいろいろなことを経験させる為に、私にカルマを与えているんだ」ということを悟ることができ。そして、大乘のヨーガでは神の意思である愛の実践を行なうんだね。このように、三

つのヨーガとも神がからんでいるんだね。

だから、先のカルマ・ヨーガもバクティ・ヨーガも、他のヨーガのプロセスと平行して修行できるんだ。いや、平行して修行しなくてはならないんだね。

第六話 アストラル・ヨーガの成就と完成

◎アストラル——磨りガラスの世界

さあ、今日はアストラル・ヨーガについての説明だったね。早速始めようね。

アストラル・ヨーガというのはね、普段あなた方が幽体離脱（じゅうたいりだつ）によって経験しているものとは全く違う。幽体離脱では、意識体（いしぎたい）のみが体外に出て、いろいろな現象をただ眺めてくるんだね。ところが、アストラル・ヨーガでは、「報身（ほうしん）」と言われている身体に、意識を移し、報身となってアストラル世界へ行くんだね。そして、眺めるだけでなく、実際に体験できるんだ。

報身は普通人間の喉のヴィシュッタ・チアクラの部分にいる。それは微細な物質でできている。どんな感じのものかというところ、そうだなあ——磨りガラスみたいな感じだなあ、ちよūd。そして、アストラル世界も磨りガラスでできているような感じだ。

アストラル世界にも、この欲六界と同じに六つの世界があつて、上から下に六つに分かれて、階層ができていく。そして上に行くほど光は強くなっていく。

報身は階層を通り抜けて、自由に往き来できる。空間を自由に移動していくわけだ。

●データの入れ替え——カルマの消滅

では、一体このアストラル世界で、何をやるんだろうね。一言で言うデータの入替えだ。例えば、過去世で人殺しをしたという悪いカルマがあったでしょう。そのカルマはコーザル世界から、アストラル世界に投影されて、ウィジョンとして見える。

もし、アストラル世界にこのカルマを残したまま、その人が死ぬようなことがあったら、その人は報身レベルで傷つき苦しむことになる。だから、この投影されたものを消しておかなきゃならないんだね。

ちなみに、この世でのカルマはジュニアーナ・ヨーガで解析することによって消滅させてあるんだったよね。要するに、この世レベルのジュニアーナ・ヨーガと同様に、アストラル世界のカルマを消す——これがアストラル・ヨーガというわけだ。

さて、問題の消し方だが、例えば人殺しのウィジョンが見えたならば、自分の意志でさつともに戻して殺生のウィジョンを消すんだよ。その上で、「人を殺さなかった」というデータをインプットするんだ。そうすれば、人殺しのデータも消えて、カルマもなくなる、とこういう具合だ。意志によってウィジョンを変えられるのは、ここが潜在意識と意志の世界だからなんだね。

そして、すべては幻影げんえいなんだ。為なしたこと、為なさなかつたこと、これはすべて幻影げんえいなんだ。カルマさえも幻影げんえいなんだ。だからこそ、アストラル・ヨーガではアストラル世界のデータを簡単に入れ替えてしまえるんだね、意志によって。

●報身はアストラル世界を飛とぶ

報身の世界、これがアストラルだった。人が持っている身体が、報身とこの肉体だけかという、そうではない。この他に私達には、「変化身へんげしん」、「法身ほっしん」、「本性身ほんしん」、「金剛身こんごうしん」といった身体がある。

このうちの肉体は粗雑な物質からできている。変化身と報身が微細な物質、そして、法身と本性が意識のみによってできているんだ。金剛身は「真我しんが」と考えてよろしい。

変化身とは、へそのマニプーラ・チャクラに存在し、これに意識を移すと下位のアストラル世界に出入りできる。報身はこれに対して上位アストラル世界となる。

そして、法身はアナハタ・チャクラ（胸）、本性身はアージュニア・チャクラ（眉間まげん）に存在し、それぞれ中位および下位コーサル世界、上位コーサル世界へと出入りできるわけだ。

一人一人の修行レベルによって、いくつの身体が使えるかは決まっている。これらを全部使えるようになるのは、次の「コーサル・ヨーガ」のプロセスにおいてなんだね。



身侍や心をまどわしけがす 狂言

報身を持ち、アストラル世界に入れるようになる、供養くようを受けるに値する人となっている。人、と呼ぶのもどうかかな？ なぜなら、その人の煩惱は全くない。性欲はない。食欲はない。怒りは条件によって生じるけれど、すぐに消すことができる。プライドはない。地位欲、権力欲、名譽欲はない、とね。

ただこの報身を持つ人はたった一つだけ執着を残している。それは「救済する」という執着だ。報身の身体というのはね、チヨコチヨコ、チヨコチヨコしているんだよ。大体どの人の報身も帽子をかぶっている。その帽子は、まあ、サハスラーラサハスラーラの象徴と考えてもいいでしょう。報身はすごくかわいいんだよ。

私の知る限りでは、報身の世界、アストラル世界について書かれた本は、今のところ一冊もありません。そのうちに私が書くかと思っています。

アストラル世界からコーザル世界を見ると、ものすごい光が射し込んできている。「これはすごいなあ」って感じるね。ところが、入ってしまうと、なんと真つ暗なんだ。コーザル世界もアストラル世界と同じように、上に行くほど明るくなっているんだね。だから、一番下のコーザル世界は真つ暗というわけだ。コーザル世界については明日のコーザル・ヨーガで話そうね。

◎自己のレベルの見分け方

あなた方はこんな疑問を持つことはないか？ 自分は今、どのヨーガのレベルにいるのだろうか？

と。ラージャ・ヨーガだろうか？ クンダリーニ・ヨーガだろうか？ あるいはジュニアナ・

ヨーガだろうか？ あるいは……とね。

また、自分は小乗の修行が合っているのか、大乘の修行をすべきなのか、わからないってことはないだろうか？

そこで、簡単な見分け方をお教えしましょう。

まず、小乗か大乘かを分けるならば、自己の才能におぼれ易い人は小乗です。自己の苦に敏感で、他人の苦に鈍感な人は小乗です。

反対に他人の素晴らしさを称賛できる人は大乘、そして、自己の苦に対して鈍感な人も大乘です。

次にヨーガのプロセスへ行くと、功德・真理よりも意志の力によって生きることができると、という人は、前世でラージャ・ヨーガの修行をある程度やった人だ。

先輩を立て、目上を立て、一步必ず下がって補佐に回り、献身することに喜びを感じる人は、クンダリーニ・ヨーガだね。

そして、理論的にすべてを割り切り、また、あまりいろんなことに執着せずに平等に見ること

のできる人、この人はジュニア・アーナ・ヨーガだ。

自己の為にあまり活躍できないけれども、他の為に力を発揮できる人、自己犠牲をいとわない人は大乘のヨーガだ。

それから、すべての人から敬愛され、「この人の為だったら死んでもいい」という人をたくさん持つことのできる人、この人はアストラル・ヨーガの条件をそなえているということになる。

次のコーサル・ヨーガに関しては、非常に難しいね。これについては秘儀ひぎに属するものだから、興味のある人は私に直接聞きにきてください。

まあ、一応こういうことが目安になるが、この結果が自分で思っていたものより低くても別になんか気にしなくていいよ。自分のステージを確認しながら修行をしていったら、変わってくるからね。あなた方のヨーガは確実にステージを上げることができよう。あなた方には未来の可能性が含まれているんだ。

第七話 コーザル・ヨーガの成就と完成

●火と水を操る——釈迦牟尼の空中浮揚

釈迦牟尼しやかしにの仏教は、ラージャ・ヨーガを基本としている。私がどうしてこう言い切れるかというのと、釈迦牟尼の見せた神通力じんつうりきにこういうのがあった。

釈迦牟尼は、自分の身体の下は水、上は火という状態で空中浮揚くうちゆうふようを行なった。そして、その水と火を見ることによって、すべての人が癒いされた、とね。

これはバタンジャリ1の「ヨーガ・スートラ」に載っている表現と一致している。これはラージャ・ヨーガ1の経典きょうてんだ。「ヨーガ・スートラ」にはこう書かれている。

アパーナ2氣きに操制そうせいを加えると、その人の身体は透明になる、と。あるいは水のような状態になる、とね。また、サマーナ2氣きに操制そうせいを加えると、その人は火炎を發する、とね。

したがって、釈迦牟尼はアパーナ氣2とサマーナ氣2に操制そうせいを加えることによって、下半身は水、上半身は炎としたと考えるのが妥当であろう。ところで、操制そうせいというのは精神集中・冥想めいそう・三昧さんまいの

プロセスを指している。そして、釈迦牟尼のようなことができるのは、最後の三昧の状態になつてからである。

また、空中浮揚についても、『ヨーガ・スートラ』に記述がある。プラナーナ氣に操作を加えると空中浮揚することができる、と。あるいはウダーナ氣に操作を加えると空中浮揚することができる、とね。

●釈迦牟尼は最終解脱者だノ

さて、ラージャ・ヨーガの限界というのは、すべてが否定で始まっているところだね。仏教にも、ラージャ・ヨーガの修行法があるんだが、例えば阿含經典に「四念処」という瞑想法がある。

それは、「我身これ不淨なり」「受（感覺）は苦なり」「心は無常なり」「法（觀念）は無我なり」とすべてを否定することに終始している。これは何のための修行かというと、ラージャ・ヨーガで言ったら『プラティヤハラ』に入っていくための修行なんだ。全く同じなんだね。プラティヤハラとは、一切から離れた状態のことだ。

じゃあ、この欠点は仏典にどう書かれているんだろうね。
ある人が釈迦牟尼に聞いた。

「私は美しい娘を見た。そうしたら、その娘に愛されたい、愛したいという苦が生じてしまった。一体その苦から離れるためには、どうしたらいいのでしょうか？」

とね。これに対して釈迦牟尼は、
「見るな。」

と言っでいらっしやる。また、

「会うな、しゃべるな。」

と言っでいらっしやる。これは全部否定だね。こういう形で否定をしると言っでいらっしやる。

ところがね、釈迦牟尼自身はそんな否定をしなくても平気なんだね。例えば高弟であるピンピーサラ王の后きさきであるケイマ、あるいは絶世の美女と言われたウツパラバンナね、こんな女性達を釈迦牟尼は平気で見てらっしやる。つまり、釈迦牟尼は否定する必要がなかったんだね。

ということは、全部否定であるラージャ・ヨーガの成就と、釈迦牟尼のレベルが違っていることが考えられるね。あなた方はもうわかっているだろう。釈迦牟尼は、このラージャ・ヨーガの次にくるクンダリーニー・ヨーガも、更にそのずつと上のアストラル・ヨーガも、コーサル・ヨーガも完成させて、最終解脱さいしゅうげつだをしているんだね。

◎コーザル——想念の世界

さて、昨日はアストラル・ヨーガについて話したんだね。今日はいよいよ『コーザル・ヨーガ』だ。この段階を「真解脱しんげつだつ」とも言っているね。

コーザル・ヨーガでは、本性ほんしょう身に意識いしを移して、上位コーザル世界へと入っていく。本性身とは、意識だけでできた身体だ。

コーザル世界というものは、物質が全くなくて想念だけが存在している。そして、下三分の一のところは、現象界・下位アストラル世界と重なった三重構造だったね。そして次の三分の一が上位アストラル世界と重なった二重構造、そして、残りの三分の一が、何とも重なっていない純粹なコーザル世界というわけだ。

コーザル世界の一番下は、真つ暗な世界で、「無間地獄むげんじごく」と呼ばれているところなどもここにあるんだ。

そして、徐々に上に行くにしたがって明るくなっていく。そして、現象界ともアストラル世界とも重なっていない、純粹なコーザル世界にまでくると、全く色なしの世界となる。だから、ここを「無色界むしよくがい」とも言うんだね。そして、そこも上へ行けば行くほど明るさが増す。

そして、コーザル世界の一番上をブチ抜けばマハーヤーナへ入っていく、というわけだ。



●光の情報がカルマを変える

コーザル世界では、情報が光として存在している。正確に言うならば、光の強さ、色、そして形、この三つが情報なんだ。そしてこの情報をもとに、自己のカルマを徹底的に解析する。そしてここでもアストラル・ヨーガでやったように、データの入れ替えを完璧に行なうわけだ。

だから、当然三昧も深くなければならぬということになる。時間がかかるからね。私が、「三昧三時間以上、それが解脱の条件だよ」と、よく言うのはね、一時間くらいではコーザルまでブチ抜けないんだよ。それが三時間三昧に入るとなると、コーザルまでブチ抜くことができるんだね。さて、これから最も大切な話をするよ、いいですか。

修行が進んでくればくるほど、アストラル世界を突き抜けるスピードが速くなってきます。そしてコーザル世界に入っていきますよ。まあ、この現象界にもアストラル世界にも守護者がいるわけですね。初めは、守護者達がゆっくりと現われてね、ゆっくりゆっくりと会話をしながら突き抜けていくんだね。

ところが修行が進んでくると、ポケットよりもっと速い、そんな感じでパーツと突き抜けていくわけだ。守護者達も、パップ、パップと現われては消えていく。そしてこのスピードが速ければ速いほど、その人のステージが高いということになるんだね。それはなぜかというと、経験し終わったものを通過するのに、もうゆっくりしている必要などないからね。

そして短時間でコーザルの最も高い世界に到達するわけだ。だから、例えば瞑想中にいろんな顔が見えるとか、声が聞こえるとかいうことで、ひっかかっているわけではない。それは通過しなければならぬ点だ。通過することによってコーザルに入っていくことができるのだからね。

●最終解脱——同時に存在する四つの意識世界

じゃあ、コーサル・ヨーガを完成して最終解脱をした状態はどういう状態か説明しますよ。

ここにあなたがいて、この欲六界よくろくがいの物音も聞こえていると、欲六界の状態がわかっているとすよ。それなのに同時に色界しよくがいの状態もわかっているんだね。いやそればかりか、無色界の状態も同時にわかっているんだ。そして更にもう一つ、離れたところから見ている意識しんぎ（真我の意識）がある。この四つの意識世界が同時に存在したとき、その人は仏陀ぶつだと言えよう。

三昧とは、なにも肉体を抜け出して飛ぶことではない。真の三昧とは、欲六界の意識を持ち、色界の意識を持ち、無色界の意識を持ち、そして真我の意識を持っている状態だ。これが最終解脱の状態だね。暗性あんせいの状態のときには、逆にこの肉体の意識がなくなる。あるいは、アストラルの身体しんたいの意識がなくなる。あるいはコーザルの身体しんたいの意識がなくなる。こういうことになる。いいですか。

本当はすべての意識を持っていなくてはならないんだ。もう一度言うよ。この四つの意識世界

が同時に存在したとき、その人は仏陀と言えるね。ここまで終わった人は、もう欲六界に生まれ変わることも、色界に生まれ変わることも、無色界に生まれ変わることも自由、あるいはこの三つの世界に再生しないことも自由だ。この人はマハーヤーナに到達することができるからね。いいですか。

◎真理の法、ここに極まる

さあ、私は預流向から始まって、コーザル・ヨーガのプロセスまで説いたことになるね。そしてその状態、あるいはその欠点、あるいはその長所も説いたね。もちろんこういう説法では、初心者もいるわけだし、反対にもうセミナー十回目という人もいるわけだから、それぞれの理解の程度は違うだろう。

私は今までステージについて詳しく説いたことはないし、ヨーガのレベルについて詳しく説いたこともない。今回初めて、それに挑戦してみたんだ。で、私なりにその結果というものが出たような気がするね。そしてあなた方に納得させるものを与えられたんじゃないかと考えている。

今日、新しいことを三つほど言ったよね。一つは、コーザルの情報源は、光の強さ、色、形、これでデータが決まっているんだということ。二つめは、修行のレベルが高い低いはその現象界からアストラル世界に突き抜けるときの通過するスピード、これがポイントであるということ。そ

してもう一つは、最終解脱をすると四つの意識世界が同時に存在するということだったね。

これを押さえたなら、あなた方はね、自分は解脱した、あるいはまだ解脱してないということがはっきりわかるだろう。よく、全く修行しないで、「自分は解脱した」とおっしゃる人がいるよね。そういう人に会ってみると、その人が完全に魔境まきょうに入っているということがわかる。ただ単に、下位げゐアストラルの住人達から、「お前は解脱したんだぞ」という魔の声が聞こえてきて、本人もおかしくなっているにすぎないんだよ。

あなた方もそんなことのないように気をつけてほしい。

第八話 五蘊、および大乘と小乗

◎ ヨーガ全体の流れ

初日から始まったヨーガ全体の流れについては一応昨日で終わったわけだけでも、今日は簡単にそれを復習して、それから「五蘊」についての話に入っていこうか。

昨日までの話は、まず大乘ヨーガと小乗ヨーガとでは修行プロセスが違うということだったね。しかし、大乘、小乗を問わず、「四向四果」のプロセスまでは同一だった。まず最初の預流というのは、聖なる流れがあつて、その聖なる流れに身を委ねる状態だ。預流が完全にできた状態を「預流果」という。また、できていないで、その流れに向かっている状態を「預流向」と言うんだね。

そして、一回だけこの欲六界に降りてきて、そのままアストラル世界に上がってしまうのを、「一來向」、「一來果」と言う。そしてもうアストラルからこの欲六界に降りる必要のない状態が「不還向」、「不還果」だったね。そしてコーザルの世界で、原因と結果を理解する状態が「阿羅漢



埼玉県秩父市「集中セミナー」において

向^{こう}、『阿羅漢果^{あらかんか}』だったね。

ここまでくると、小乗の修行者はニルヴァーナへと入れる。大乘の修行はこれから先がまだまだ長い。次にラージャ・ヨーガのプロセスへと入っていかなければならぬ。強靱^{きやうじん}な意志の力を背景として三^{さん}グナまで見てしまうと、これがラージャ・ヨーガの成就だ。そして次のクンダリーニー・ヨーガの成就というものは、生命エネルギーを上昇させて、それによってアストラル世界、あるいはコーザル世界に飛ぶということだったね。そして現象界^{げんしょうかい}、アストラル世界、コーザル世界、この三つの世界を知る。過去世^{かこせい}を知る宿命^{しゆくふつ}もつので、この世の親子関係だとか、あるいは夫婦関係だとか、こういうもの一切が縁によって生じたものであるということを理解するんだったよ。

それを理解するということは、すべてを平等に見るための準備ができたということでもある。この平等に見るための準備ができた段階で、ジュニアーナ・ヨーガを行なう。そして、この現象界の因と果というものを完全に観察し分析し、この世でわからないものがなくなってしまうと、これがジュニアーナ・ヨーガの成就だったね。そしてここで培^{つちか}った平等心を背景に大乘のヨーガに移るんだということだったね。

大乘のヨーガの修行は、愛、哀れみ、それから、誉^ほめ称^たえることという三つの実践だったね。これによって一切の仇^{かた}なす者達が消滅し、すべての人から称赞^{たいてん}を受け、愛され、その大徳^{だいてく}によっ

てアストラルのヨーガに入るのであったね。アストラル・ヨーガは、『空性のヨーガ』とも言おうよ。そしてアストラル・ヨーガでは、報身ほうしんを使って、コーザル世界から降りてきた情報で作られているイメージの世界のデータを入れ替えるのだったね。そして最後に、コーザル世界のデータを入れ替えて、完璧な透明な状態になり、マハーヤーナに入るのであったね。

●全世界の構成と成就者の降誕

さて、マハーヤーナに到達した成就者達はすべてを知っており、すべてを経験しているから、もうこの世には降りてこない。ただ、変化身へんげしんのレベルまで降りて、この粗雑そさつ次元じげんに生まれ変わることはあるわけだ。これは意図的なものだね。ダライ・ラマ法王などもこの例だ。そして、この変化身となってマハーヤーナから降りてきた人達は、当然たうぜん法身ほうしん、報身ほうしんそして本性ほんしん身しんという身体を持っている。

では、これらの身体はどういう世界で活躍するんだろうか？ まずマハーヤーナへ通じている無色界むじきがいがある。無色界は一応はコーザル世界と同義語であると考えてよい。心だけの世界だ。これがどーんとマハーヤーナの下にある。そして、無色界の上から三分の一のところから下にダブって、アストラルの世界しよくがい（色界）がある。これはダブっているよ。そしてその最後の三分の一から下に、コーザル、アストラルとダブって現象界が存在しているわけだ。つまり現象界っていう

のは三重の構造になっていると考えなさい。

そして、変化身の活躍する場というのは、この現象界と重なったアストラルの世界（下位アストラル世界）なんだね。そして、上位アストラル世界で活躍するのは報身だ。報身はアストラル・ヨーガのときに出てきたね。法身は、現象界・下位アストラル世界と重なっている部分（下位コーザル世界）と上位アストラル世界と重なっている部分（中位コーザル世界）の両方で活躍している。本性身は上位コーザル世界で活躍している。そして金剛身こんごうしん、これはもう真我しんがだ。

これらをチャクラで対応させるならば、変化身イコール、マニブーラ・チャクラ、法身イコール、アナハタ・チャクラ、報身イコール、ヴィシュツダ・チャクラ、本性身イコール、アージュニア・チャクラ、そして金剛身イコール、サハスラーラ・チャクラということになる。マハーヤーナに至るための成就というものは、変化身、法身、報身、本性身、そして金剛身と、この五つの身体を同時に使いこなせる状態だ。だから、マハーヤーナに到達した真我というものは、自由に必要な身体を用いて下の世界に降りてくることが可能なんだ。

その身体だが、一般的には本性身、法身というものは意識でできているので見えます。だから必ず報身を使って降りてきます。ちなみに、私がアストラル世界でお会いするシヴァ神は、報身を使っていらつしやいます。また、現象界に降りようとする完成者は変化身を使います。

●五蘊を離れろ！

さあ、復習は終わった。じゃ、今日の話に入ろうか。今日は阿含經典あこんきょうてんに出てくる「五蘊」について説明しようと思います。

五蘊とは、五つの集まりとか、五つのかたまりという意味だ。では、その五つとは何かというと、「色・受・想・行・識」のことなんだね。

この色・受・想・行・識を、わかり易い言葉に置き換えると、色というのはこの肉体、受というのは感覚、想というのは表層意識、行というのは潜在意識、そして最後の識が意志だ。

この五蘊をどうしろと釈迦牟尼は言っていらっしゃるのかな。こういうことなんだね。

「肉体というものは病するものである。そして老いるものである。だから厭いとい離れなさい。

感覚も変化し、苦を生じるものである。また感覚は外界とつながっていることによって、私達を粗雑な世界に引きずり込もうとしている。だから厭いとい離れなさい。

表層意識は、普段私達がものを考えている意識である。これも、好意を持ったたり悪意を持ったたり、うれしがったり悲しがったりと移ろい易いものだ。これも苦の原因であるから、厭いとい離れなさい。

潜在意識はイメージだ。そして、アストラル世界に属している。アストラル世界では、例えば

老死に至る時間が、ものすごく長いものだけけど、いずれそのときは来る。結局は無常なんだ。だから厭い離れなさい。

意志についても同じだ。意志もしよっちゅう変わる。あるいは、意志を達成できなかったときに苦を味わう。だから厭い離れなさい。」

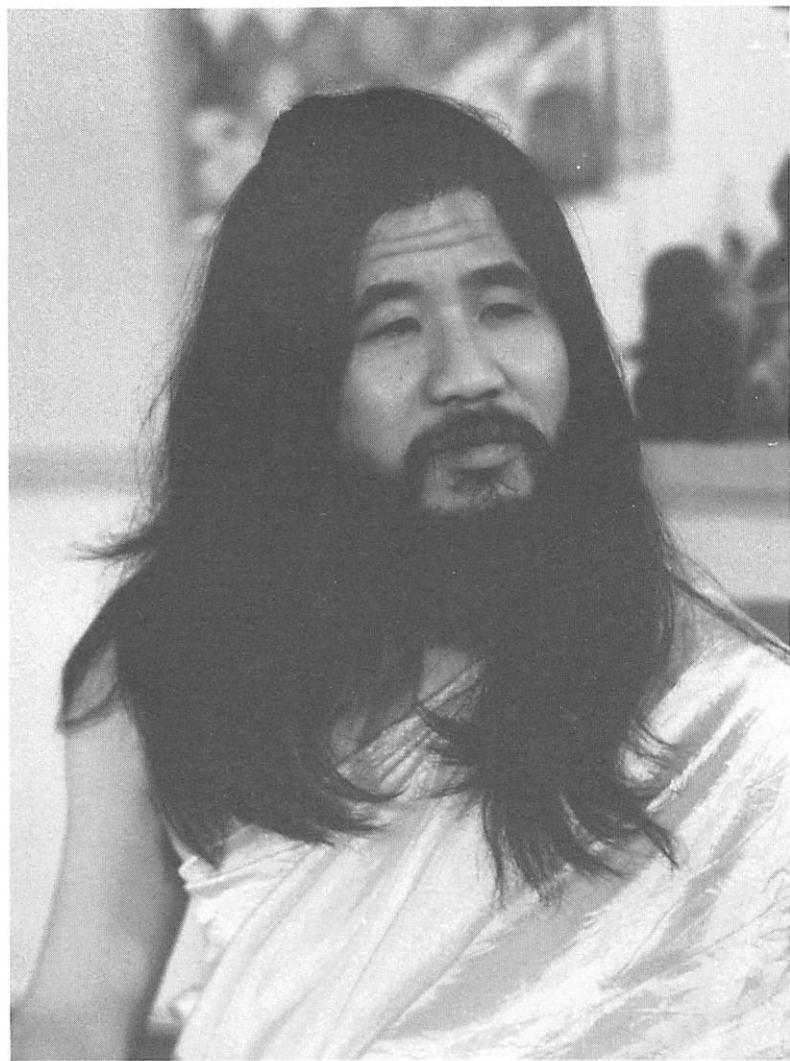
と、いうことを、釈迦牟尼は説いていらっしやる。

さて、この五蘊から離れることで、どういう成果を得られるか考えてごらん。『四向四果』と比べてごらん。

肉体から離れる、感覚から離れる、表層意識を落とす、そして潜在意識と意志はアストラル世界のものなんだが、それから離れる。となると、これは阿羅漢となつて、コーザル世界へ入っていくための修行じゃないか。四向四果の修行と最終目的が同じじゃないか。つまり五蘊は小乗のニルヴァーナへ入るための修行だったんだね。

●なぜ大乘を説かなかったか？

釈迦牟尼は、五蘊によってコーザル世界へ入って行く方法を説いた。しかし、コーザル世界がどんなところか、ということについては触れていない。コーザル世界には、『⁽⁵⁾根本自性』だと



「五蘊を離れよ！」

か、『宇宙神素』だとか、あるいは『生氣球』だとか、いろいろな光球が見えるはずである。しかし、全くそれらのことに触れていないんだね。私はね、釈迦牟尼は意識的にそうしたんだと思うよ。どうしてだと思っうか？

釈迦牟尼はまた、『七科三十七道品』という修行法も説いているね。これも、四向四果、五蘊から離れる修行と同じく、コーザル世界へ至る修行法なんだね。どうして釈迦牟尼は、大乘のプロセスを避けて、この小乗の成就までしか説かなかったんだらうか？ あなた方はどう考えるか？ 釈迦牟尼は、ここまでしか知らなかったことはないよ。すべてのヨーガの段階を知りつくし、最終解脱をしてみたんだよ。

それが、どういふところから証明されるかというね、『原始仏典』（中村元訳 筑摩書房）にこう書かれている。

「釈迦牟尼は前世で六神通を身につけていた」

「釈迦牟尼は偉大な功德があつた」

と。これは、前世で最終解脱をしていたことになるんだ。特に六神通はそのレベルでないと持てないのだから。

その釈迦牟尼が、大乘のプロセスを説いていないのは、当時の人々の魂の状態が、大乘に向いていなかったからなんだね。

人々は苦を感じていた。苦から逃れる為だったら修行をしようと思う。しかし、他の人の為に修行をしようという気持ちなど持っていない。そういう状態だった。

これでは、他の為に自己を犠牲にし、他の為に生きなさいという、大乘の思想なんか受け付けてくれるはずがない。無理に押しつけたら、人々は修行を放り出してしまおうだろう。もし、修行を放り出してしまったら、地獄に落ちてしまうかもしれない。

だから、釈迦牟尼は救済者を養成する大乘ではなくて、人々を高い世界に行かせる、ということに話をしほったんだね。

釈迦牟尼はこう言っている。

「¹⁰三つの布施をしなさい。そして五つの戒¹¹を守りなさい。そして真理に帰依¹²しなさい。これによって、あなた方は地獄の道を捨て、天界に至ることができよう。と。こうして釈迦牟尼は、いろいろなことを言い過ぎて人々の心を錯乱^{さくらん}させるよりは、幸福な世界へ導いてあげることを中心にしたわけだ。」

●小乗は大乗に如かず

しかし、釈迦牟尼は一部の高弟達には大乗のプロセスを教えたらしい。その人達の詩句を読むと、小乗のレベルをはるかに越えていることがうかがわれるんだ。

教える方は、相手によってレベルや方法を変えなくてはいけないようだね。

それにしても、小乗と大乗のレベルの差は大きいよ。仏典にも、その差を示すこんな話が記されている。

釈迦牟尼が、仏陀としてこの世に降りるずっと以前、彼はミキヤクという名の修行者だった。ある日、浄光如来が王の招きに応じて王宮に向かった。その途中、土の道も石の道もあって、人々は石の道に自分達の着物を敷き、如来の通り道を作った。

ところが、土の道の上には、誰も着物を敷かない。土だと汚れてしまうからね。

しかし、ミキヤクだけは違った。自分の長い髪を土の上に敷き、如来に通っていた。そのとき、浄光如来はあとに続く、解脱した弟子達に言った。その弟子達は小乗だったんだけどね。「お前達はミキヤクの髪を踏んではならない。これは仏陀（大乗の解脱者）のみが踏むことができる。」

と。この言葉が大乗の解脱と小乗の解脱の差をよく言い表しているではないか。

ミキヤクは、実はこのとき発願してたわけだね。私は髪の毛を浄光如来に供養しよう。この功

徳によって未来際みらいさいにおいて、仏陀とならんことを、と。仏陀とは大乘の仏陀、最終解脱者という意味なんだね。いいですか。

そして、釈迦牟尼（この話ではミキヤク）は、何回も生まれ変わって修行した後のち——これは千生とも二千生とも言われているわけだけれども——大乘の仏陀となり、二千五百年前に登場しました。そして救済し終わり、マハーヤーナへ帰った、ということですね。

●越すこと、離れることの大きな違い

ところで、もう一度五蘊の話に戻るよ。五蘊から離れる修行は、実は小乗だけでなく大乘でも必要なだね。だから、次は大乘の修行者として、五蘊をどうとらえたらよいか考えてみよう。大乘の場合、五蘊から離れる、ではなくて五蘊を越す、と言葉を置き換えてみてほしい。

じゃあ、越すと離れるの違いはなんだ？ わかるか？

離れるというのは、何も知らないまま離れるということなんだね。でも、これだと問題があるんだ。どういうことかという、例えば、あれは怖いんだ、と思ひ込んで離れたとしようね。もし、それは楽しいんだという情報が与えられたりしたら、「ひよっとしたら、あれは怖いんじゃないか、楽しいものだったのかもしれない」という気がしてきて、今度は近付いていってしまいかもしれないね。

この離れるということに比べると、越してしまふ方法は確實だ。それを熟知した上で、全く影響されない状態になることなんだから。どんな情報を与えられても、もはや動揺することなど起こりえない。

特に、大乘の修行者は、自己を犠牲にして、他の人々の苦の中に自ら入っていかなくてはならないね。このとき、五蘊からただ逃げて離れていただけなら、動揺が起こってしまふだろう。動揺するとまた迷妄の世界へと入っていつてしまうかもしれない。だから、絶対に五蘊は越しておきなさいよ。そうしないと大乘の修行ができませんよ。わかりましたか。

今日は、五蘊を中心に、大乘と小乗のレベルの違い、修行法の違いなどに触れました。

第九話 成就とは何か？——その真偽の証明

●真理の流れ

セミナーの初日から、私は真理の流れについて話してきました。
預流よるこう向から始まって、預流果よるか、一來向いちらいこう、一來果いちらいか、不還向ふげんこう、不還果ふげんか、阿羅漢向あらかんこう、阿羅漢果あらかんかと、修行ステージは上がっていくのでしたね。そして、阿羅漢果の次にラージャ・ヨーガの完成、クンダリーナ・ヨーガの完成、ジュニアーナ・ヨーガの完成と進んでいきます。ジュニアーナ・ヨーガが完成したあとは、大乘だいじょうのヨーガです。そのあとに、アストラル・ヨーガ、コーザル・ヨーガと続き、最後がマハーヤーナ・ブツダ（大乘の仏陀）の完成なのです。これが最終解脱さいしゅうげだうなのです。

●偽解脱者に気をつけろ！

ところで、解脱したとか、悟ったとか自分で判定するのはすごく難しい。マイトレーヤ、ブラ

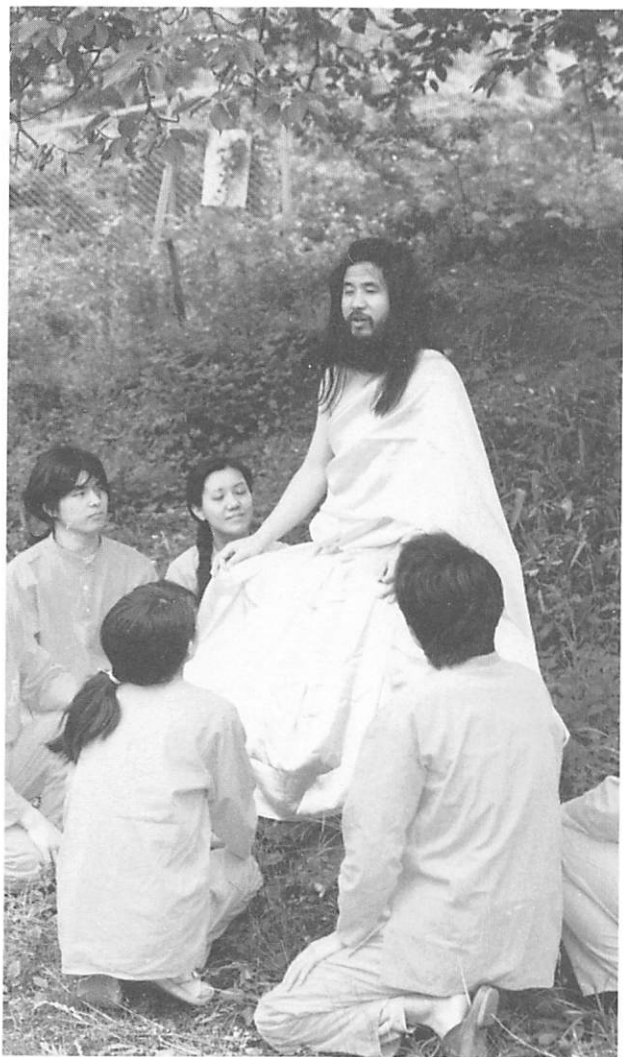
フマニー、そしてウッパラバンナは、あなた方に「自分たちの成就、あるいは悟りについての確証がない。」と言ったね。私は、これは実に正直な答えだと思う。なぜなら、その判定はグルにしかできないのだから。言い換えれば、最高の状態を極めたグルだからこそ、あとに続く人の状態を正しく把握できるのだ。

ところがだね、最近ひどくいかげんな人が現われたんだよ。その人は、長崎県に住んでいるオウムの信徒だ。彼は、「私は最終解脱した。私はマハーグルだ」と言い出した。私の著作をそっくり真似て、「クリアーライト」という新聞まで発行している。

もちろん彼がね、本当に最終解脱をしたのなら、こんなに素晴らしいことはない。私も心から祝福するよ。しかしね、彼と二回電話で話した結果わかったんだけど、彼の体験した最終解脱の状況はこういうものだったと言うんだね。

「四つのドングリのようなのが見えて、心が軽くなった。」
とね。これが彼の言う最終解脱なんだよ。ひどい話だ！ そうだろうか？

私を書いた『超能力秘密の開發法』を読んだ人は、わかっているはずだ。それによると、まず四つの斑点が見える。そして、その次にムーラターラ・チャクラの逆三角形の炎が見えてくるようになってくる。つまり、彼はムーラターラ・チャクラも開いていない、四つの斑点が見えるという程度の低いレベルにあるわけなんだ。それにもかかわらず、「最終解脱をした」と思い込んだんだ



弟子達に法を説く尊師

よ。これは大魔境だいまきょうとでも言うべき状態だ。

彼は、シャクティーパーットをし始めて、これに六万円取っているという。彼はもともと日蓮宗にちれんしゅうのお坊さんで、かなり信者を持っているからこんなこともできるんだろうけれども、シャクティーパーットをやられた方は、たまったもんじゃないぞ。低次元の悪いカルマが移入されてしまうんだから。わかりますか？

おそらく、これからもこういう人がたくさん出てくることだろう。私は、惜おし気けもなく秘儀ひぎと
言われているものを公開しているからね。それを読んで、そのまま真似てね、「私はこれを体得したんだ」という人が、たくさん出てくるだろう。気をつけなさいよ。

●真の解脱者の証明

オウムは、これからはこんな動きにも対応していかなければならないわけだ。偽解脱者にせげだつしやに何も知らない人々が影響されるのを阻止ししなくてはね。その為に、私はいずれ真の最終解脱者の状態、パワーをあなた方に示さなくてはならなくなると思う。解脱の証明としてね。

本当は、来年あたり証明しようかな、と考えていた。でも、それは失敗するかもしれない。なぜかという、私は四百名もの人々に特別イニシエーションを行なうことを決めてしまったからだ。

特別イニシエーションはね、すでに受けた人だったら良くわかると思うけど、大変なんだ。朝から晩までかかってだよ、わずか三名にしかイニシエーションを与えられないんだ。その間、私は相手に自分のエネルギーを入れ続けているのであって、私の失うエネルギーの量は莫大だ。それが四百人——私自身はその代わりにポロポロになってしまふことだろう。最終解脱を証明できるエネルギーはもはや残っていないかもしれない。

そこで、まずケイマ大師に解脱の証明をしていただくかと考えています。ケイマ大師は成就し、完璧な状態で最終解脱へと向かっています。あとは、彼女が自分のエネルギーをロスするしかないかによって決まるだろう。

どんなふう完璧かというと、彼女はツァンタリーを六、七回するだけで、時間にして二、三分のうち呼吸が停止するんだよ。だから、アンダー・グラウンド・サマディあたりの証明ができるのではないかと考えられるのです。どうだ？ 見てみたいですか？ じゃあ、米年（八十八年）の四月までには必ずやるようにしようね。そして全国の人に、成就というのはどういうものであるか、見せることにしよう。

まあ、私の方もね、できればシャクティーパットや特別イニシエーションをやりながらでも水中サマディをやるうかと考えています。失敗したら死ぬだろう、これは。私の大宇宙占星学による運命は、水死とか地下に埋もれて死ぬことが暗示されている。そういうカルマを持っている

ということだ。だから、もし私が自分のカルマに負けたら、死んでしまおうね。

しかしね、どんなに危険があろうとも、生命が危ぶまれようとも、証明しなければならぬ時期にきているな、と私は考えている。その理由は、先程も話した通り、偽解脱者の暗躍を阻止する為です。救済者というのね、時期がきたら命をかけなければならぬ。ま、いずれは、それを行なうことになるでしょう。日本でやるか、あるいはアメリカでやるか、わからないけれどもね。

ところで、サマデイがどうして解脱の証明になるのか、話しておかなくてはいけないね。

実はサマデイは瞑想の究極の目標である状態を指しているんだよ。日本語では三昧だ。三昧では、真我（魂）が肉体から離れ、呼吸も停止している。その呼吸の停止というのがね、水中や地中だと空気が遮断されるわけだからはつきりわかる、というわけなんだね。人々に三昧というものを知らしめる為にも、これは最も劇的で効果の高い方法だと思うんだ。

●解脱者の強力なパワー

他のオウムの大師の方々も、相当にパワーを持っている。だから、あなた方に成就者のパワーというものを示していくことにもなると思います。

例としてはね、たくさんあるんだよ。例えば、マイトレーヤ大師。つい先頃の独房修行中に、

「アメリカに行かなきゃならない」ということを、ちょっと考えていたと言うんだ。その為に、「どうしてもアメリカに関する資料が欲しい」とね。そうしたら、セミナー初日から浅井さんという人が——ロサンゼルスに住んでいるんだけれどもね——参加してくれたんだよ。わざわざ日本に来てくれた、ということだ。そして、「資料の件は私が担当しましょう」と申し出てくれた。すでに若干の資料を持ってきてくれたみたいだね。話が持ち上がる前から——。これは大師の一種の神通力だ。大師の希望に沿って、周囲の方から準備が整っていき、大師の希望を実現するというね。

ウツパラバンナ大師も、おもしろい体験をたくさん持っている。ブラフマニー大師も持っている。しかし、彼らはそんなのはお遊びだと考えているから、発表しないだろうね、おそらく。ただ、証明したかったらいつでも証明できるものなんだ。

◎本性身でニダナを見る——ラージャ・ヨーガの成就

はい、じゃあ成就について話そうね。一体ケイマ大師の成就とはどういうものか？ あるいはシャンティー大師の成就とは？ あるいはウツパラバンナ大師は？ とね、こういう形で成就について話そうね。

もう初日から出ている人にとっては、聞きあきた部分もあるかもしれないけれどもね、ラージ

ヤ・ヨーガの成就がベースになるんだったね。これが最初にやってくる成就だ。アングリマール大師がこのラージャ・ヨーガの成就をなさった。

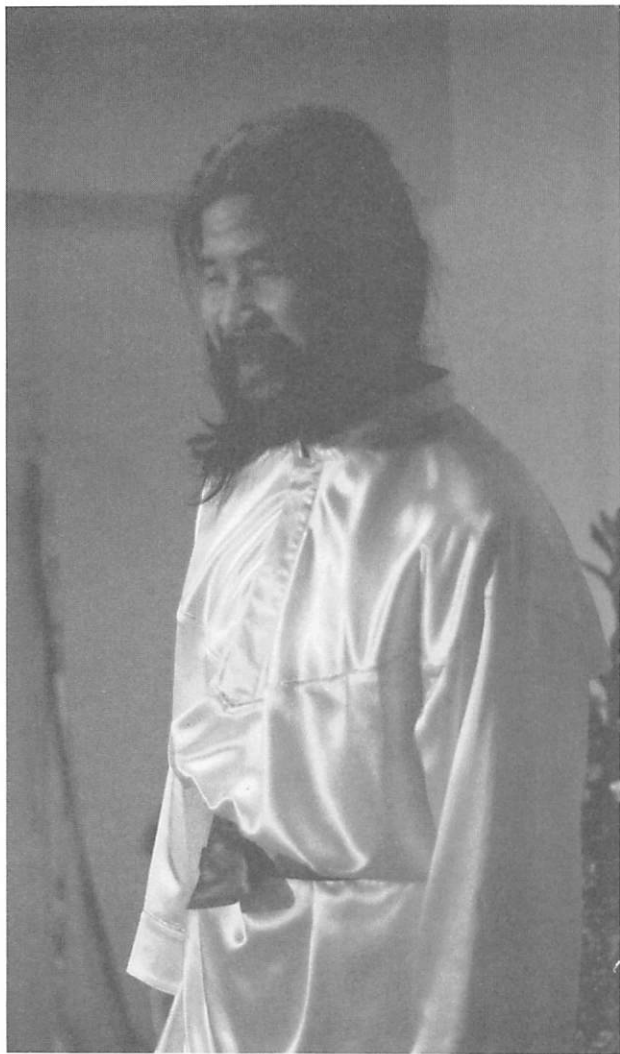
大師の成就の体験談を読んだ方はおわかりだと思うが、大師は成就のとき、三グナを見た。三グナとは、宇宙創造の根元的エネルギーのことで、ラジャス（動性のエネルギー）、タマス（暗性のエネルギー）、サットヴァ（善性のエネルギー）の三種のエネルギーから構成されている。大師は肉体の目ではなく、本性身ほんしょうしんの目によってこれを見たのである。本性身は、純粹コーザルの世界で活動する身体だったね。

こうやってアングリマール大師は成就したんだが、大師自身はそれを成就だと思わなかったと言っている。大変謙虚な発言でよろしい。そしてそれは当然でもある。なぜなら、この次にクンダリニー・ヨーガのプロセスが待っているのだから。まだまだ最終解脱へと至る道のりは長い。

●三つの世界を知る——クンダリニー・ヨーガの成就

では、ラージャ・ヨーガの成就の次に位置するクンダリニー・ヨーガの話に入る。

クンダリニー・ヨーガを修行していると、クンダリニーのエネルギーの上昇に伴って、アストラル世界、それからコーザル世界の経験をしだすわけだね。ただし、アストラル・ヨーガやコーザル・ヨーガでのそれらの世界にくらべると、低次元の世界なんだがね。



「真の解脱者の証明をしよう……」

さて、クンダリニー・ヨーガの成就者と言われているケイマ大師、シャンティイ大師、ブラフマニイ大師、マイトレーヤ大師のこの段階の体験は非常に豊富だ。

マイトレーヤ大師の例を挙げよう。あなた方は「死者の書」というのを知っているかな？ 「エジプト死者の書」や「チベット死者の書」を知っていますか？ 知らない人は知らなくても結構だ。あれはずいぶん誤訳があるからね。しかし、真実の部分もあるわけで、あの本に書かれている真実の部分を、マイトレーヤ大師は経験した。

その経験の一部を紹介すると、例えば暗闇の中を変化身へんげしんがスーツと肉体を抜け出していく。変化身とはアストラル世界で活動するもう一人の自分だ。真我が変化身へと乗り移ったとき、この変化身が動き出すのだけだね。

この変化身が上昇していくと、天界へ到達することができると。反対に下降すれば、地獄へと落ちるんだね。他にもいろいろ行けるところがあるけれど、このように変化身が肉体を抜け出して活動し体験することによってね、いずれ気付くことがある。それは、

——この世の生活というものは、全生活の一部にすぎない——

ということだ。つまり、アストラル世界、コーザル世界、それとこの世という三種類の世界の生活があるんだということに気付くわけだね。これを悟るのがクンダリニー・ヨーガの完成なんだ。で、このレベルにまで来た人達はね、クンダリニーのエネルギーの力によって、自由にアストラ

ル世界とか、コーザル世界とかに行くことができる。

しかしね、そのエネルギーがなくなると、単なる自殺願望者となってしまふ。死にたくなってしまうんだね。なぜかというところ、彼らにとつてのクンタリニーは、靈性を高める為のエネルギーであるだけでなく、この世とアストラル世界の両方で生きていく為の生命エネルギーでもあるわけなんだ。

ところが、エネルギーがなくなってくると、彼らは煩わしい肉体を捨てて、つまり死んでしまつて楽しいアストラル世界だけで生きていきたくなってしまう。そこから自殺願望が出てくるんだね。

でも、いくらアストラル世界で楽しく暮らせたつて、自殺して修行をストップさせてしまふのはいけないだろう。だつて、クンタリニー・ヨーガの完成は、マハーヤーナへ至る途中のステージなんだからね。まだまだ上のステージがあるんだから。

私がよく「クンタリニーが覚醒したら、禁欲しなさい」と言うのはね、禁欲してクンタリニー・エネルギーのロスを防ぐようにする為なんだ。クンタリニーの源は性エネルギーだからね。

●苦の原因を断つ——ジュニアナ・ヨーガの成就

では、クンタリニー・ヨーガの成就と完成が終わつたあとだ。ジュニアナ・ヨーガがくるん

だったね。マイトレーヤ大師はもう少しでジュニアーナ・ヨーガの成就であるセルフ・リアライゼーション（悟り）を得ることができそうです。それからケイマ大師もブラフマニー大師も、かなりいいところにまできています。

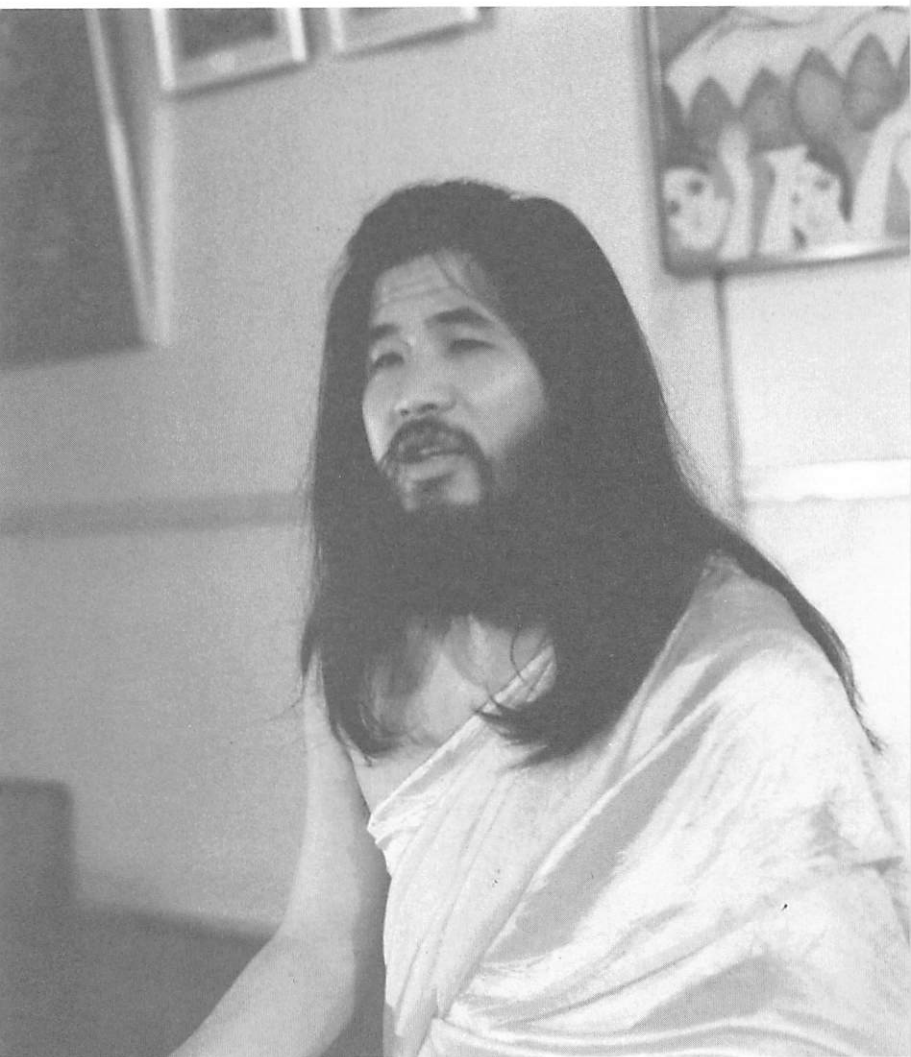
ここで疑問に思う人がいるだろうから触れておこうと思う。彼らはクンダリニー・ヨーガの成就をしたね。成就とは、クンダリニー・ヨーガ完成の資格ができたということで、まだ完成ではない。完成には成就してから時間がかかるんだ。したがって、成就したあとも完成を目差して修行を続けることになる。

ただ、この修行を続けながら、次のジュニアーナ・ヨーガのプロセスに入っていけるんだよ。だから、彼らがジュニアーナ・ヨーガの成就に近づいていると言っても、別に変なことではないんだね。

ところでこの、彼らがもう少しで極めるだろう、セルフ・リアライゼーションがどういうものかと言うと、こういうものなのです。

—— 一切のものは原因と結果の連続にすぎない ——
—— ということに気付く。そして、苦の原因と結果を見通し、原因を断ってしまうこと。これが完璧にできるようになった状態、これがジュニアーナ・ヨーガの成就だ。

ブラフマニー大師が言っていたね。彼女はまだジュニアーナ・ヨーガを成就していないけれど



セミナーでの尊師。その法は一切の迷いを断つ(神奈川県丹沢)

も。

「原因があつて結果がある。それを落とした段階で心が軽くなる。」

と。いかなる問題に対してもスパッと切れて心がパッとチェンジできる状態——ジュニアーナ・ヨーガの成就がこれなんだね。

●ジュニアーナ・ヨーガで培われる平等心

また、成就のあと、ジュニアーナ・ヨーガの完成までに平等心が培つちかわれる。この平等心が次の大乘のヨーガの土台となつていくわけだ。どうして平等心が生まれるのか、このことについても説明しておいた方がいいだろう。わかり易やすいように親子の愛情を例にとつてみようか。

父親がいた。父親は我が子を心から愛し、かわいがっている。この父親は、子供が自分の子だからかわいいのである、とする。こうなると、よその子なんか目にも入らない。泣いていようがケガしていようがかまわない。関心もないのだ。これは、片寄つた愛、つまり平等心のない典型だね。

ところが、この父親は知らないのだけれど、その子は実は彼の子ではなかった、となつたらどうだ。つまり、彼の妻が浮気をしたときにできた子だつたとしたら。しかも、妻の浮気相手が、自分が最も憎んでいる男だつたとしたら。

今度は、最も憎んでいる男の子供に、親としての愛情を注いでいることになるだろう。

——こんな例は、実際にたくさんあるらしいよ。産婦人科医が言っていたんだけどね、両親から生まれるはずのない血液型の赤ちゃんが、結構いるんだそう。

もとに戻ると、自分の子だと信じているから、愛しているというのは真実ではないよね。真実はいかなる条件のもとでも覆くつがえされることはないんだからね。自分の子でないと発覚した段階で、その子に対する憎しみが芽ばえるだろうね、この場合。

では、その子本人のどこに変化があったのか？ 何も変わってはいないだろう？ ただ、条件によって感情が変化したにすぎないよね。

ジュニアーナ・ヨーガでは、人が条件によって動かされていることに気付くんだ。そして、条件によって動かされるといふカルマを断ち切ることができるようになる。この条件を断ち切った段階で、人々を平等に見ることができ——これが平等心の完成だ。

● 仏陀の心の完成——大乘のヨーガの成就

さて、さっきも言ったように、平等心を土台にして大乘のヨーガへと入っていく。

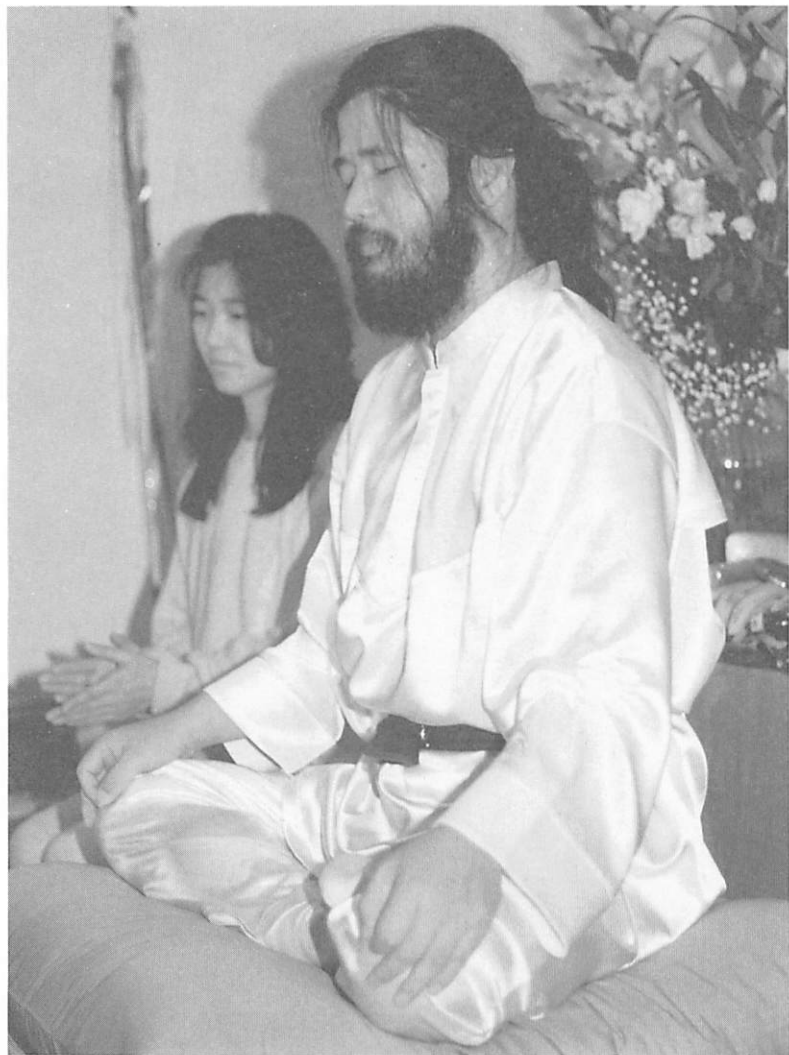
このヨーガでは次のような変化が訪れるだろう。いかなる人の心の働きにも感応する。例えば相手が性欲を持っていたならば、自分も持つようになる。相手が悲しみを持っていたならば、自

分も悲しみを持つ。相手が喜びを持っていたのならば、自分も喜びを持つ。相手が苦痛を持っていたのならば、あるいは痛みを持っていたならば自分も感応する。

ここまでくると大乘のヨーガの成就の寸前です。なぜ寸前という言い方をしたかということ、ここまで来て相手に巻き込まれてしまつて成就の機会を逃がしてしまう人がいるからだ。例えば、相手が性欲を持っているのに感応しているだけに、自分が性欲を持っているのだと錯覚して飛びかかつてしまふとかね。あるいは、相手の苦痛を自己の苦痛と錯覚してしまつてね、相手が去つたあともその苦痛が残つて苦しむとかね。

ところが、ここで成就してしまふとだよ、それがなくなります。なくなるとはどういうことかという、「あ、これは私の苦痛ではない」とか、「あ、これは私の悲しみではない」とね、理解できるようになるということ。相手のことを我事のように感じ、感応するんだけどね、このように理解できるようになつてくるんだ。

ここで更に修行を進めていくとね、最後には相手とは関係なく、自分のところに生起した苦ですら「これは私の苦ではない」ということがわかつてくるんだ。このプロセスについては五日目の説法ですでに述べてあるね。いろんな人に感応し、いろんな人にやさしさを与え、今生での苦そのものが自分の苦でないことを悟つたとき、これが大乘のヨーガにおける完成となります。これは仏陀ぶつだの心の完成でもあります。



信徒の感謝の言葉に聞き入る 尊師(後方はウッパラバナ大師)

●アストラル・ヨーガからマハーヤーナまで

次にアストラルのヨーガへと入るね。そして、意志の力によって、アストラル世界というイメージの世界を透明にしていけます。これに成功すると、コーザルのヨーガに入っていく。コーザル・ヨーガの完成が真解脱だ。もうマハーヤーナの入口に入ることができたということだ。そして、マハーヤーナ——最終解脱となる。

もう少ししたら、ジュニアーナ・ヨーガの成就者・完成者が大師方のうちから一人、二人、三人と出てくるでしょう。そうなると私はもつと楽になるね。少なくとも、そういう方々の説法というのは、私と同様にすべてを明快にしてくれるから。まあ、私は私の説法が明快だと信じているわけで、判断するのはあなた方だけでも。

彼らが次の大乘のヨーガに入った段階で、その人は一つの軸となつてね、私と離れても自由に動き、救済活動ができるだろう。次のアストラル・ヨーガに入ったならば、自由にシヴァ神とコンタクトし、また、私の報身ほうじんとコンタクトし、そこから得た正しい情報によって救済活動をすることができるよう。コーザル・ヨーガを成就したなら、すべての原因と結果を理解し、すべてのデータを入れ替え、マハーヤーナの完成者となるでしょう。このときが仏陀の誕生となるのだよ。

◎二者択一の素晴らしいカルマ

さあ、あなた方の進む道は長いよ。あなた方は少なくとも預流^{よる}ではない。聖なる流れに身を委ねようとしている、していないという段階ではないんだ。あなた方は、すでに修行者として修行をしているんだ。今生で解脱したいと願う人は、できるだけ早く真の修行者となりなさい。そこまで考えていない人は、優婆夷^{うわい}、優婆塞^{うわさく}——これは仏教の言葉ですが真理を支える人達だ——になりなさい。そして、その膨大な功德によって、来世は第四天界^{よんてん}に行きなさい。

あなた方には、これら二つのうちのいずれかを選択することのできる、素晴らしいカルマがあるわけだ。選択はあなたの方次第です。

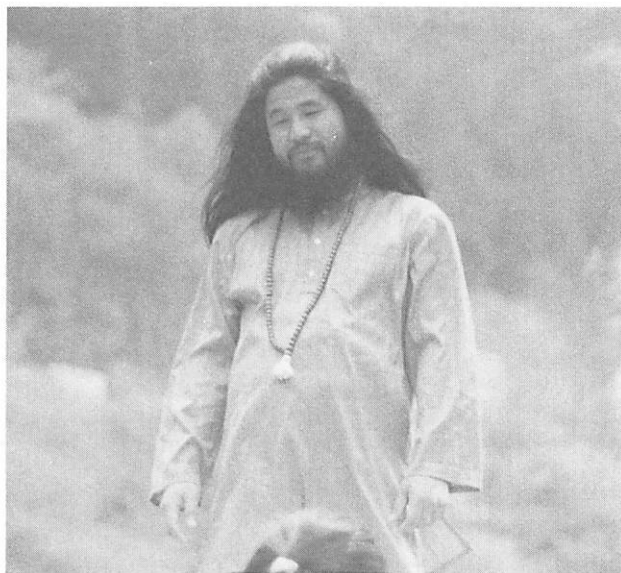
第十話 四正断について

●四正断——カルマの浄化

仏教で『四正断』^{しじょうだん}と言われていた修行法についてお話したいと思います。これは、カルマを浄化する方法です。これは四つに分けられますね。

- ① 今、為^なしている善行^{ぜんこう}を永続的に進めていきたいという気持ちを持つ修行
- ② 今はまだできないけれど、未来において必ずこういう功德^{くどく}を積みたいと願う修行
- ③ 今、為^なしている悪行^{あくぎょう}をやめてしまおうという修行
- ④ これからは決して悪業^{あくごう}を積まないようにしようという修行

この四つを合わせて四正断といっている。一つ一つの修行の名は、随護断^{ずいごだん}、立義断^{りつぎだん}、修断^{しゅうだん}、断^{だん}と言^いうわけだけでも、名前は覚えなくてもいい。実践が大切だ。



●善行を進め、悪業を減す！

ではこの四つを一体、どういうふう実践していったらいいのだろうかね。

まず、今、為している善行を鑑み、自分は偉大な功徳を積んだと考えるならば、その人の修行はそこでストップするだろう。ところが、「私はこれこれの善行を為した。しかし、これはまだ小さな功徳だ。だからもっと大きな功徳を積みたい」と思うならば、その人の功徳というものは永続的になるだろう。それからもう一つ、例えば、私は貧乏だった頃、是非ともグライ・ラマ法王に布施をしたいと思っていたんだ。それを強く強く思っていたね。やがて、私は布施のできる状態になった。そして実際に布施をし続けている。

以上が善行の実践の二つのパターンだ。一つは、今行なっている功徳をもっと増やそうとすること。もう一つは、今はまだ行なえないけれど、将来においてこういう功徳を積みたいと考えるということ。これらが、あなた方の良いカルマというものを増大させてくれよう。

そして、悪行に関することは、こういう例が挙げられよう。

今、私はタバコを吸っている。お酒を飲んでいる。人の悪口を言っている。こういうものについては断じる。即、やめてしまふ。

また、例えば私はある状態になったとき、嫉妬するかもしれない。あるいは、うぬぼれるかもしれない。例えば大金持ちになったときに、自己の為だけにお金を使って、まわりに恩恵を与え

ないかもしれない。こういったことを瞑想でイメージするわけだ。そして、それを断ずる。

悪業に関しては、例えば私は、いかなる状況にあっても嫉妬はしない。いかなる状況にあっても傲慢にならない。いかなる状況にあっても物を施す。いかなる状況にあってもやさしい心を持つ。これらを心に誓い、実践することがあなた方の悪いカルマを断ち切る方法だ。

そして、釈迦牟尼はこの四つで十分だと言っている。ね、いいですか。この四つの修行は、「七科三十七道品」のうちの四科に相当する。七科三十七道品は、小乗の修行者が解脱する為の方法だね。あなた方もこれを実践しなさい。それはまた、あなた方の大乘の修行のベースとなろう。それによって、あなた方の良いカルマは増えるだろう。そして、悪いカルマは減っていくだろう。

今回十泊十一日という、長い長いセミナーを組んだ。そして、私はここで、大乘ヨーガというものについて、大乘の修行というものについて、あなた方に説きました。全日程を出た方は、ここで何らかを会得したはずだ。それを大切にして、あなた方の魂を成熟させ、進化させ、必ずやいつかマハーヤーナへと入ってほしいと思います。

質疑応答編

ここでは修行者の皆さんの質問を編集いたしました。説法に関するものを中心に、よくお寄せいただく、カルマについての質問をまとめました。

(質問Ⅱ質問者 尊師Ⅱ麻原彰晃尊師)

●修行Ⅰ——成就と完成

質問 成就と完成とはどう違うのですか？

尊師 成就というのは、その入口に入った状態です。それから、その成就を完璧なものにして、そのヨーガが全く必要ない状態、これが完成です。

●修行Ⅱ——異次元

質問 不還向、不還果から阿羅漢向、阿羅漢果で、アストラルの世界、コーザルの世界に行きますよね。それなのに、あとでまたアストラル・ヨーガとコーザル・ヨーガが出てくるのはなぜで

すか？

導師 それはレベルが違うんだよ。「四向四果」の段階というのは、下位アストラル・下位コーザルの次元です。それに対して、アストラル・ヨーガは報身のレベル、つまり上位アストラルの次元です。コーザル・ヨーガは本性身のレベル、つまり上位コーザルの次元です。そして四向四果というのは一生だけのものではなく、転生も含めたプロセスを言っているわけです。

ところで、ラージャ・ヨーガやクンダリーニ・ヨーガでもアストラル世界に行ったりするよね。それと、アストラル・ヨーガ、コーザル・ヨーガの違いというのはわかりますか？ それは「身体」を持つか持たないかの違いなんです。アストラル・ヨーガでは、アストラルの身体を、コーザル・ヨーガではコーザルの身体を持ちます。しかし、今言ったラージャ・ヨーガやクンダリーニ・ヨーガでアストラル世界に行く場合にはその身体がありません。この現象界に肉体を置いたまま、意識だけが飛ぶというふうに考えてください。

「意識だけ」というのは低次元のものなんです。高次元のものは、そこで一つ一つ身体を持って、そこで生活します。だから、それを見てきた状態と、実際に行って生活してデータを入れ換えてきた状態とは当然違います。つまり、見てくるというのは、ちょうどビデオで見ているようなものですね。実際の体験というのはそうではなくて、本当にそこへ自分が行って、いろいろ経験してくる、そういう状態ですね。だからそこには大きな違いがあります。

●修行3——意志

質問　ほくは自分のことについて嘘をついてしまうのですが、今後どうしたら嘘をつかないようにできるでしょうか？

導師　それには二つ必要ですね。まず第一に必要なことは、今までついた嘘を成就者にザンゲすることです。第二に、小さいことでも決めたことは実行することです。

例えば、明日の朝八時に人と待ち合せているならば、必ず八時に行く、ということですか。この場合、七時半にそこに着くことは問題はない。しかし、八時半に着くようではいけない。わかりますか、なぜか。

嘘をつくということは、意志の力が弱っているわけだね。だから、八時が、八時半、九時に延びるといふことは良くないわけです。

ところが早まることはいい。意志の力が強くなっている証拠だからね。例えば、オウムに来て奉仕行をやるぞと決めて、二本早い電車に乗って来て奉仕行をやるとか。例えば、私の本を一月で丸暗記するぞと決めて、二十日で憶えてしまうとか。

だから、まず、あなたのできる範囲があるよね。それよりもちょっと控^{ひか}え目に計画を立てて、それを計画通りに終わらせてしまう訓練をしてごらん。嘘もなくなるから。

●修行4——苦の解析

質問 ジュニアーナ・ヨーガというのは、あるものの根本的な原因を見て、これが苦だといって離れるわけですか？

導師 いや、それはラージャ・ヨーガ的なやり方だね。苦だ、苦だといって離れるのは、ラージャ・ヨーガのプロセスだね。しかし、そうやって離れると、救済にまわったときには苦の中に没入しなければならなくなるのだから、そこでつぶれてしまいます。

ところが、ジュニアーナ・ヨーガに関しては、ある程度苦をしょったとしても、その苦を徹底的に解析してバラバラに分解して消滅させてしまうから別にかまわないんです。

質問 バラバラに分解したときには、もう苦ではないんですか？

導師 もう苦ではなくなります。苦だ、苦だと言っている段階では、離れているときには苦ではありませんけど、近付いたら苦になります。ところが、分解してしまつたら、パツと消えてしまいます。もう意識が別個の状態になります。

●修行5——平等心

質問 平等心を培うつちかために自己を基準とする、というのはジュニアーナ・ヨーガが終わつてからというわけじゃないんですか？

導師 そうではないですね。ジュニア・ナーナ・ヨーガの根幹の平等心の修行のときにそれを行いません。マリイカのたとえというのを御存知ですか？ マリイカというのはね、釈迦牟尼しやくかにに帰依きえいなさった王様の一人であるパセナリオの奥さんだった人です。

その奥さんとパセナリオの間で、ある疑問が生じたわけですよ。「私はあなたを愛している。しかし、私はそれ以上に私を愛している。そして、私以上に愛している者はない。あなたはどうか？」と聞いたとき、「いや、実は私もそうなんだ。私は私を一番愛している。私以上に愛している者はない。」ということになった。

そこで、二人は、釈迦牟尼のところに行き、その疑問を持って行ったわけだ。釈迦牟尼は言った。

「そのとおり。自己を最も愛しなさい。そして、愛していることが正しい。そして、自己が自己を愛しているのと同じように、他人もやはり同じように自己を愛している。自己を傷付けられるのは苦しい。それは他人も同じである。だから他人を傷付けてはならない。また、自己が愛されることは喜びである。それは他人も同じである。だから他人を愛さなければならぬ。つまり、自己も他人も同じように愛さなければならぬのだ。」

こういうふうに釈迦牟尼はお説きになつてゐる。

ただ釈迦牟尼はそのとき意図的にね、その人達の精神レベルにあわせて説いていらつしやるから、このときはこう表現したんだね。

しかし、真理は自己は最もかわいいということだ。母親よりも自己がかわいい。父親よりも自己がかわいい。あるいは、子供よりも自己がかわいいということなんだ。いやそうではないとおっしゃる方がいらっしゃるかもしれないけれど、必ず自分が一番かわいいんですよ。

まず、真理というものを理解して、その真理をここに基準として置いてね、他のいろんな人達を並べていく。最後は肉親を並べていく。そして、自分と他人というものが平等に見られるようになったならば、その平等心は完璧でしょう。そのときには、すべての現象というものを平等に見ることが出来るわけだから、この現象界におけるすべての問題はスパスパと解決できるでしょう。よろしいですか。

◎修行6——四無量心

質問 「四無量心」^{しむりょうしん} そのものは、自分に返ってくるんでしょうか？

導師 そうです。カルマの法則ですべて自分に返ります。例えば、誉め称えて敵がいなくなる。そうすると、その人はこの世にいながらにして幸福な人生を歩くことができるわけですよ。

心というのはヴァイブレーションですから、苦しんでいる人を見て、ああ、哀れだなど思ったら、その段階で相手の苦しみは落ちていきます。そして、ジュニアナ・ヨーガを完全に理解していると、その苦しみの状態というものを解析できる。で、それを取り除く。

哀れみの実践によって、自分は苦しまなくても、他人の苦しみによって、その苦しみを経験することが出来る。そうすると、この一生の中で、百生、千生、一万生分の経験を一気に通過出来るわけです。すべて自分に返ってくるというのはそういう意味です。

◎修行7——瞑想中のイメージ

質問 瞑想をやっても、いつもイメージがわきません。どうしたらよいでしょうか？

尊師 それは大丈夫だ。思い込みなさい。例えば、『四無量心』の場合だったら、憎しみを持っていて人と愛する人を想定して、平等であると思ひ込みなさい、徹底的に。私もね、かつては暗性だったものだから、なかなかイメージできなかった。でも思い込んだよ、徹底的に。それは思い込むしかない。そうすると、少しずつでも修行は進む。だから思い込みなさい。

質問 その思い込む方法を具体的に教えてください。

尊師 一番いいのは言葉で思い込むことです。例えば、憎しみを持っている知人がいたとしたら、母親とその知人は平等であると思ひ込む。「どうして私はこの二人を違った状態で見てしまっているんだらうか。彼らは平等である。」と思ひ込みなさい。徹底的に思い込みなさい。そのうちに平等になってくるから。いいね。

一種のマントラだね。私はよくマントラにしてしまうけどね。「私の母親と、その憎しみを持つ

ている者は、本当は違いが無い。」とかね。それは私だってやるよ。暗性のときはそうやるしかないから。このように暗性でもできる修行っていうのもあるわけだよ。もちろん善性で、イメージできたなら最高なんだけど、暗性のときはしょうがないわけだ。だからもう思い込むしかない。

◎修行8——悟り

質問 他人の苦に対して敏感で困っているんですけど……。

導師 それは悟るしかないですね。それに溺れてしまった場合は魔境まきょうに入ってしまう。溺れないで、それを冷静な目で見つめて、救わなきゃならないと思ったら、悟ることが条件となるわけです。

どういうことを悟るのかというと、ここに一本の棒があつて、苦というのはそれに巻きついていっているものにすぎないということなんです。ところが凡夫というのはそうではなくて、この棒と巻きついてるものとを一体だと考えてしまいます。そこで錯覚さくかくが起きるわけですね。

また、小乗の人は、ここに棒がある、そして苦があると、別個であると考えます。そう考え、思い込むことによって苦から離れようとしています。でもこれも間違いです。

苦というものは、この一本の棒に必ず巻きついていっているのです。そして、それを取り除かない限り、この苦を解消することはできません。自ら苦に近付き、分解して消滅させるのです。それに

よって苦を取り除くのです。

だから、他人の苦を味わいなさい。味わって、消滅させてあげなさい。それは、あなたにとって、膨大なる善業ぜんごうとなるから。よろしいですか。

◎修行しゆぎやう——大乘だいじやうと小乘しょうじやう

質問 大乘だいじやうと小乘しょうじやうにおける悟りの状態の違い——肯定的、否定的というのはどういうことでしょうか？

尊師 例えば、この世というものがある。そして、この世は苦である、必要がない。ニルヴァーナに入ればよい。これが小乗だよね。一方、大乘は、この世は私の修行の場である、だから必要であると考え。それを徹底的に瞑想、あるいは実際の生活で経験しつくして、落としてしまう。だから、全然違うんだよ。いらないというのと、経験してもうこれは終わったというのとは。

だから、大乘の悟りというのはそれを一つ一つ終わらせてしまう。で、すべての存在は認める。ただ私には必要ない、という状態です。

小乗は、必要だと思ってるんだけど、徹底的に否定的なデータを入れてしまう。もういらない、すべていらぬ、と。否定しきった状態です。だから、一つどこか崩れてしまえば、一気に崩れてしまう。将棋倒しみたい。ところが、大乘の場合は崩れようがないわけだ。経験しているから。

●修行10——神々の誘惑

質問 修行中には神々は修行者にどんな試練をあたえるのですか？

導師 それは神と言うよりも、天界にすんでいる人、つまり天人がやることだね。アストラルのグルというか、あなた方を担当している、現世的な豊かさに導くための守護者ですね。彼らは、現世的な豊かさ以上のレベル、つまり成就などを求めると、嫉妬しつとして修行の邪魔じやまをします。修行者が現世的に執着してしまうようなことをいろいろ起こすんです。

例えば、その人が恋の悩みにひっかかっていたら、恋人が出現してしまう。あるいは地位や名誉を求めている人達には、地位がポツとこころがりこんでくる。そういう状況で天人は修行の妨害をします。あるいは逆に、社会的に徹底的にたたかれて、修行できない状態をつくる、ということを起こします。

だから、天人もマニプーラ・チャクラぐらいのレベルまでは素晴らしい働きをしてくれるんだけど、それ以上はひどい働きだね。最終解脱までに三人ぐらい天人が入れ替るんだけど。だから天人、つまり、よく守護者と言われている人達に帰依していたら決して解脱はしない。

●修行11——下位アストラルの世界

質問 もしも偶然に下位アストラル世界に入ってしまったら、その世界を真実だと思ってしまった

人はどうなるのでしょうか？

尊師 いい例を挙げましょうか。よく靈能者が、靈障とか、霊がついてるとか言いますね。それは、その靈能者自身が下位アストラル世界に入っているからです。そこは念力とか、あるいは邪気とか、執着とか、愛の苦とか、うらみとか、そういうもので成り立っている世界なんです。そういう世界に通じている人だから、そんなことを言うのです。釈迦牟尼が靈障について語っていますか？

だから入ってしまったら終わりです。その生は、うらんだり苦しんだりして終わってしまうのです。

質問 自分では自分の状態に気が付かないのですか？

尊師 気が付かないですね、没入しているから。俗に言う無間地獄というところも同じです。無間地獄は下位のコーザル世界なんですけれども、聞かない。そこでは単に真暗闇の恐怖しかありません。まあ、今生で独房修行の経験を三ヶ月とか一年とかやっていたら平気です。ホントだよ。私はぜひ皆さんに独房を推めます。独房修行を、少なくともバルドーの日数と同じ、四十九日間は経験しておいた方がいいんじゃないかと思えますね。そのときになって動じないために。

●修行12——独房

質問 “独房”というところは真暗闇だと聞いたんですが、そんなところにいたら、気が狂っちゃうんじゃないですか？

導師 そういう心配が残っていたら入るべきじゃないよ。だって入る人というのは、それだけ精神力が強いんだ。そして今生で成就するという強い意志を持っている。それでも、今のところオウムでは六勝四敗なんだね。六人は成功して四人は逃げ出した。それだけ大変な修行です。もちろん、こちらにも気が狂う様な人は入れないよ。君も頑張って功德くどくを積みなさい。そして、独房が平気になる様にしなさいね。

●カルマ——動物・人間

質問 動物たちはどうやって救われるのでしょうか？ 動物にもチャクラがあつて、シャクティーパットをしてあげられるとか、そんなことはあるんでしょうか？

導師 いや、動物はカルマがあつて動物になつているわけですから、そのカルマが解き放たれた段階、つまり、死というものが救済でしょうね。わかりますか？

質問 死によって人間に生まれ変わった場合にしか救われまいということですか？

導師 いや、人間に生まれ変わることが救いにはなりません。なぜならば、人間界自体が非常に

低い世界なのですから。動物が来世で人間界よりも上の天界に行くことだってあるかもしれませんよ。

例えばね、ペットの猫がいて、寂しい人を慰めていたとしよう。そして食べる物はキャット・フードであったとね。するとこの動物は何の悪業も積まないわけです。殺生はしない。盗みもしない。それから、もし去勢きせつせいされていたら邪淫じやいんもしない。猫ですから嘘もつかない。当然酒も飲まない。ただ、単に飼い主にやすらぎだけを与えていたとしましょう。そうしたら、当然この猫が死を境に天界に生まれ変わる可能性がありますよ。

◎カルマ2——現代人の転生

質問 人間の場合はどうでしょうか？

導師 現代の人間は、まあ大体地獄か、餓鬼がきか、動物かに生まれ変わるとお考えになって間違いないんじゃないでしょうか。それはなぜかという点、まず殺生をしますね。盗みもします。邪淫もしますし、嘘もつく。酒は飲むと。これはもう救済の方法がないんじゃないかと考えた方がいいですね。

だから、今は動物に対して優位に立っていられるけれども、一つの生の終わりを境として、逆転してしまうかも知れませんね。

◎カルマ3——貧富の差

質問 左翼の人達が行なっているような現実改革の運動は必要ないとお考えでしょうか？

尊師 現実を改革してもソビエトや中国の二の舞でしょうね。いつだって理想は彼方かたに行つてしまふ。

質問 共産主義は必要ないとお考えですか？

尊師 私は貧富の差は必要だと考えています。なぜ必要かという点、貧富の差こそカルマだからだから、豊かな人が貧しい人に恵むことは当然だし、逆に貧しい人が功德を積むことは当然だし、そういうことが背景となつて、その人達のカルマを浄化できるんじゃないでしょうか。

そして、実質問題として貧富の差は、今のソビエトにもあるし、中国にもありますね。北朝鮮にもありますね。それはどうですか？

質問 もちろんあると思います。でも、資本主義国ほどじゃないと思います。

尊師 いや、それは五十歩を以て百歩を笑わばこれ何如いかんですね。そういう中途半端なことをやつても同じです。逆に、思想統制をされるわけですから、よりいっそう悪いと思いますね。だから私は共産主義を好きとか、嫌いとかは言いません。共産主義に良いところがあれば、その良いところは学ばなければならぬと思つています。

しかし、共産主義は完璧ではありません。いや共産主義社会はもうすぐつぶれるでしょう。あ

と二十年とか、三十年とか、そんなものでつぶれると思いますよ、私は。

質問 資本主義が最高だとお考えですか？

尊師 いえ、資本主義が最高だとも考えませんね。私は、功德による政治というものが最高だと考えています。

◎カルマ4——自殺

質問 自殺は本人にどういう結果をもたらすんでしょう？

尊師 たとえば私が自殺したとしましょう。もう、今生に興味はない、と。そうしたら、マハーヤーナに行くでしょうね。ところが一般の人は、そこで死というものに対する愛着のカルマを生じますから、来世でも同じように自殺するカルマを持つことになるでしょう。そして、もう一つ、今生で残っているカルマがありますよね。そのカルマは当然来世へ引き継がれます。だからあまり自殺はお勧めできませんね。

◎カルマ5——戒律

質問 肉体的修行や瞑想を一切しないで、もし戒律かいりつだけを守って生命を終えた場合はどうなりますか？

尊師 布施と戒律を守って生命を終えた場合には、次は必ず兜率天トウソツテンに行きます。この人達というのはね、兜率天に生まれるんです。そして、兜率天から色界に入って行くのです。持戒ジカクがあつて、そして帰依。帰依があつて、そして徳。この三つで行ける世界というのが兜率天です。よろしいですか。

◎カルマ6——短命・長命

質問 命の短い人と長い人のカルマというのはどのように違うのですか？

尊師 まず短命な人について話そう。それには二通りあるよね。一つは膨大な善業を積んでいるがゆえに、苦界である人間界を早く抜け出して、つまり早く亡くなってより高い世界へ行く人。反対に膨大な悪業を積んでいるがゆえに、早く地獄へと行かなくてはならなくなって早死をして地獄に落ちる人。二通りあるんだよ。

質問 昔から悪い奴ほどよく生きるといいますが……。

尊師 長生きする人というのはね、人間界のカルマがびつたりの人だ。そういう人は人間界に長くいる。ところで君は長生きしたいか？ 長生きする方法というのは簡単だよ。グルヨーガとかツァンダリーの瞑想ばかりやっていてごらん。まあ今の日本の食生活からすれば、どんなに失敗しても八十歳くらいまで生きると思うよ。

それから絶対成就してもシャクティパーバットをやらないことだ。シャクティパーバットはエネルギーを失って寿命を縮めるから。いいね。それを実践しなさい。そうすれば長生きできるから。

●カルマ7——障害

質問 身体障害者というのはどうして生まれてくるのでしょうか？ そして、人間の肉体というものには、どういう意義があるのでしょうか？

導師 二つのプロセスで身体障害者になる場合がありますね。一つは膨大なる悪業によって身体障害者となる場合、もう一つは意図して身体障害者として生まれてくる場合です。

オウム信徒の中にも耳が聞こえない方とかいらつしやるわけだけれども、その人達の神秘体験を聞いてみるとすごいですね。おそらく、その人達はその身体的苦痛がなかったならば修行に入っていなかったんじゃないでしょうか。言い換えれば、修行に入るために意図して障害を持つたということです。

肉体の意義に関することは非常に大切な問題です。何故かというのと、大乘の修行をする場合にはまずこの粗雑次元（この世の現象界）の経験をしなければなりません。それからアストラル次元の経験をしなければなりません。そしてもう一つコーサル次元の経験をしなければなりません。この三つの経験が不可欠なのです。よろしいですか。

そういう意味でこの肉体というのは、この現象界が苦であることを悟り、修行に入るために必要な器であるとお考えください。それが私の見解です。

●カルマ8——病氣

質問 知り合いに糖尿病とうにょうびょうの人がいるんですけど、どうしたらいいでしょうか？

尊師 病氣がどののと言うより、まずオウムに入信させるべきでしょうね。その人が自分の意志で病氣を治そうとしない限り、病氣を治してあげるべきではありません。なぜなら、その人が糖尿病になられたということは、そのカルマがあつたわけですから。

だから、その人が自分のカルマを反省し、それを乗り越えようとしないう限り、その病氣を治してはいけません。カルマの法則に反するわけだから。他人の病氣を治してあげても、決して善行とは言えません。要は、その人が真理というものを学び、そして病氣に打ち勝とうと努力を始めたならば、そのときに後押ししてあげればよい。ちょっと冷たいですね。

もう一つ付け加えておきたいことがあります。それは、その人は糖尿病があるがために人生苦を味わっているということです。つまり、やっと思のプロセスプロセス（修行のスタート）に入ったんですから、それを取り除いたら、また迷妄めいもうの世界に入ってしまう。その人が本当に苦だと感じた段階で、それを真理によって取り除いてあげたら、その人は聖なる流れに入っていくでしょう。こ

ここで糖尿病の苦と対決したために、この人はそれを乗り越え、真理を実践した。それによって、その人は次の生ではより高い世界に生まれ変わるかもしれない。

だから、ここに病気があって、これを治さなかったからといってそれは一概に悪業ではないんだよ。真理に縁をつくってあげることが最も大切なんだ。まわりの人を救済する場合には、よく考えて実践してください。

第二章

解脱——体験した真理の世界

この章には、麻原尊師の指導により解脱した四名の成就者の体験記を掲載いたしました。

本文中、手記の部分の表記は、できる限り原文に忠実であることを尊重しました。注釈は巻末にまとめてあります。

次に載せるのは、成就者四名の体験である。彼らの克明な修行記録の中から、特に成就前後に話をしほった。それは、日本で初めて明かされる成就の瞬間であり、あとに続く修行者への貴重な道標となろう。

ところで、四名のうち、三名はクンタリニー・ヨーガの成就を得、一名はラージャ・ヨーガの成就を得たのであるが、彼らとて成就前は普通の人であった。つまり、どこにでもいるような人間で、誰にでもあるような感情を持っていたのである。それは、体験記録を読めば良くおわかりになるだろうが、私にザンゲした内容も、殺生・盗み・邪淫・嘘・プライド……と今の彼らからは想像もできないようなものだった。そういうものすべてを通り越しての成就だったのである。

ただ、彼らはラージャ・ヨーガの条件である意志の強さや、クンタリニー・ヨーガの条件である献身・愛・生命エネルギーに関しては抜群のものを持っていた。このことはつけ加えておこう。それから、それぞれのヨーガは、成就してから完全に完成するまでに少し時間がかかる。体験記録において、少しレベルが違うのではないかと感じるのは、そこに原因があるのである。つまり、どれだけ完成に近付いているかによって違うのである。そのことをご承知おきいただきたい。

●『独房修行』について

独房修行とは、外界を完全に遮断した個室で行なわれる、解脱直前の修行者のための極限的な

修行のことである。解脱、悟りを目差すヨーガ修行においては、潜在意識にアプローチし、煩惱を消滅させることが不可欠となる。瞑想前のプラーナーヤーマやムドラーというヨーガ技法も、すべて顕在意識を落とし、潜在意識に入るために行なうものである。

修行者は、一般の人々に比べると、修行をしてしている分だけこの顕在意識が少ない。解脱の直前ともなればなおさらである。その段階になると、魂は肉体次元とアストラル次元とを頻繁に行き来する。そして、精神的には潜在意識の表面化の為に、現実生活で様々な葛藤が起り、一種の分裂状態に陥る。したがって、修行者はこの段階になったら、外界の影響を極力受けない環境に身を置く必要があるのだ。

オウムで行なわれている、この独房修行では、修行者は完全に採光を遮断した個室にこもり、一日平均十八時間の修行をこなす。外に出るのは浄化法という行法のときだけで、食事（一回）、トイレ等の世話は係りの者が行なうことになっている。

私は、適宜修行者の状態を確認し、イニシエーションを与える。それ以外のときでも、アストラル世界を通じて、その者の状態を見ることが出来る。アングリマール大師やマイトレーヤ大師が解脱したのも、オウムの事務所、あるいは自宅での瞑想中、アストラル世界に飛んで知ったことなのである。

なお、この独房修行はチベット密教のカギユ派などでも行なわれている修行法であることを付

け加えておこう。



「そのとき、私は光だった！」
●ケイマ大師
クンダリニー・ヨーガの成就①

ケイマ大師……本名 石井久子 二十七歳。本年（一九八七年）六月、クンタリニー・ヨーガで成就。現在はクンタリニー・ヨーガも完成し、ジュニアーナ・ヨーガの成就も近い。（オウムで修行を始めるまでの経緯については「マハーヤーナ」NO1を参照のこと。）

——手記初出 「マハーヤーナ」NO2

△ケイマ大師——^{どぼう}独房修行プログラム▽

（六月十九日～二十三日まで。二十四日からはオウムの集中セミナーに参加し、プログラムも随時変わる。）

午前六～十二時

ウ¹アヤウイヤ・クンバカ・プラーナーヤーマ

午後十二時～四時

浄化法（サンカプラクサラーナ・クリヤ、ダウテイ、ネーテイ、バステイ、

ガージャ・カラニー）

食事（おもにこの時間に日誌）

四時～七時

ツァンダリー（プラーナーヤーマ）

七時～翌二時

ツァンダリー（瞑想）

午前二時～六時

睡眠（実際には、ケイマ大師は覚醒状態が続き、平均すると二、三時間の睡眠しかとらなかつた。）

●解脱・死・狂気——残された道は三つ

◎六月十九日（金）

今、浄化法が終わつたところ。修行に入る前より、約二・三キロ減っている。昨日の夜より修行を開始したけれども、前日まで仕事でほとんど徹夜明けだったため、ダウンしてしまつた。まだ、ツァンダリーの瞑想も暗記していない。早く覚えなければ。

今日からは、睡眠四時間。甘えていられない。頑張らなければ。今、解脱しなければ、私は今生で解脱することは不可能だろう。あらゆる事象がそれを示している。

解脱か、死か、気が狂うか、私に残された道は三つしかない。

朝六時起床。ヴァヤヴィヤに入る。いつも通りの方法でやっていると……しばらくすると、何

回目だろうか、右耳で今まで聞いたことのない音が聞こえてびっくりした。右耳の内側あたりだろうか、何かが回転するような音で、シウルシウルシウル……といつている。と同時に、右側の空間で音がはじめた。ヒューとか、パチとかである。大きい音ではないが。

しかし、この音はすぐに消えてしまった。その後少しして、ウアヤウイヤのレーチャカ(2)のクンバカ(3)のときに、身体が跳ねだした。今まで震動はあったのだが、今回は明らかにダルドリー・シッディである。同時に身体が軽くなるような気がした。

ここで私は迷ってしまった。身体を跳ねたままにすると、クンバカの時間が短くなり、快感が上昇しないような感じなのだ。光も強くない。それ以前の震動のみのときは、ブーラカ(3)に入ったとき、全身がしびれ、赤い光が広がり、上昇したからである。飛ぶことはエネルギーのロスかな？
と思い、Hさんにメモで先生に質問してもらった。回答は、

「何も気にするな。思い切つてやれ。」

とのこと。スーッと力が抜けた。うれしかった。

レーチャカのクンバカ(3)のとき、保息し続けることに恐怖が出てきた。苦しくなるまでクンバカをし続けていたのに、途中で妥協してしまうのだ。

(いけない、こんなことでは)

と思つて気持ちをふるいたたせる。先生のお言葉の後には、少しずつこの恐怖がぬけていった。



レーチャカカのクンバカで、ダルドリー・シッティを息の続く限り続けていると、プーラカのときも快感が戻ってきた。全身がしびれる。透明な明るい赤（黄）につつまれている。しかし、クンバカが長続きしない。苦しくなる前に、息が上がってきてジャーランタラ・バンダがとけてしまふのだ。ということは、バンダが不正確だということになるだろう。そして吐き気がする。このプラーナーヤーマが、息を吐き出すときに嘔吐するように吐かなければいけない、というのがよくわかった。声を出して息を吐くと、吐き気がおさまるのだ。悪い気を体外に出しているのだろうか。

足の痛みはどうしようもない。蓮華座が続かないのだ。体が跳ねて前に出るので、先生からいただいたジュウタンをたてに敷いた。

ヴァヤヴィヤのあいまに、たびたびアストラル界に入ってしまった。アストラル界で生活、行動しているのだ。なにか、寝ているんだか、起きているんだか、わからないような、中間の状態だ。フーッと自然に気がついて、

（ヴァヤヴィヤをやらなくては。）

と思い、続ける。

時間の感覚がわからない。いつもは時間の中にいるのだが、今はどのくらい時がたっているのか全く不明である。時とは相対的なものである、と認識したような感じだ。

ツァンタリーのプラーナーヤーマ、三時間。これはいつもやっているせいか割とまじであつたが（他の行法より）、プラーナーヤーマの途中でも意識の固定がたびたびとけてしまい、アストラル界へと飛んでいってしまう。すぐに戻り、再びプラーナーヤーマをはじめ。そのくり返しだ。やはり座法が安定しない

●アストラル世界を飛ぶ

◎六月二十日（土）

ヴァヤヴィヤ、六時間。昨日にひきつづいて身体が跳ねる。ときおり、クンバカの恐怖が顔を出す。続けていくうちになくなる。快感、光はいつもどおり。今日は、いろいろな音が聞こえてきた——シュルシュルという虫の鳴き声。鈴の音。そして、かすかにメロディーが流れていた。めいっばいクンバカしているので、一息終わると呼吸が荒くなる。少し呼吸を整える。と、この間にアストラル界に行ってしまう。今日行った所も、ごく普通のアストラル界だった。

ただ、一回だけ先生がアストラル界で出たして、^{（おん）}遠離、^{（おん）}離貪について講義して下さった。先生は、

「遠離、離貪しているの、シャクティパットをしてもカルマを受けないのだ。」とおっしゃった。そして、手を使って説明して下さった。

浄化法が終わり、体重を計ったところ、昨日より〇・六キロ減っていた。食事をとっていると先生からTELがある。今日か、明日いらして下さるといふ。うれしい。頑張らなければ。

それにしても、今日はヴァアヴィヤが終わってフラフラしているところにすぐサンカプラクサラーナをやったのだが、なかなか下に降りない。食事は一回しかとっていないのですぐに降りてもよいと思うのだが、気が上がっているからか？ 塩レモン水が気持ち悪く、ゆっくり飲まないで吐いてしまいそうになる（これは昨日と同じ）。約一・三リットルくらい飲んだ所でほとんど水になった。あとは、湯を飲んで吐き出す。かなりお腹にレモン水が残っていた。

サンカプラクサラーナをやると、いつも頭痛と吐き気がするが、昨日よりは十分よい。今日は頭がじんじんとしびれ、ひざ下のふくらはぎの外側が両足ともかなりしびれた。血行が悪いのかもしれない。頭頂に意識を集中すると、少し良くなったが、今度は頭の中心部から鼻にかけてしびれる。悪いところ、浄化されていないところが痛むようだ。

ツァンダリーのプラナーヤーマのときに、集中力が弱まってくると色々な雑念が出てきた。人の顔が（あまり気分よくない）出てきて観想の邪魔どまをしたり、悪魔かなとも思ったが、私の中にあるものだ、と思い無視した。

又、アモガシッテイアモガシッテイの観想をすると、背の高いがっちりとした男の人が出てきて、長いガウンみたいな服（白）を着ていた。髪は黒で、パーマがかかっているような感じで、目は大きかった。

しかし、私には何かわからないので（良い人か、悪い人か？）、無視した。その他、色々な雑念がわいては消え——内容は昔のこと、現在のこと、仕事、ありとあらゆること——、私の潜在意識とはいかに雑念のかたまりかと思ひ知らされた。

一回だけふっと、どこかに入ってしまったようだったが、先生が出ていらっしやって、呼び出して下さった。そこには入ってはいけないよ、というようなことをおっしゃったと思う。どこへ行つたかは全く覚えていないのだが、よい世界だったと思う。

次にツァンタリー（瞑想）。教本を片手に観想する。エネルギーを上昇させて、ルドラ（ルドラ）結節（結節）の詞章（詞章）を唱え、頭頂に意識を集中していると、Jさんと私が、Aさんの話をしている。そこまで覚えていたのだが、あとは不明。またどこかへ飛んでいた。気がつくと、ああ、どこへ行っていたんだらうか、と思うばかり。本当に私は暗性だ。

観想しながら、アストラル界に入ったりしていると、ちょうどそこに先生がいらっしやった。そして、エネルギーを入れて下さった。透明な、精妙（精妙）なエネルギーだった。

落ちつく。安心感がある。光に満ちている。

「やっぱり、ルン（ルン）（風）でひっかかっていたね。だからツァンタリーができないんだ。「空」までひきあげておいたから、これからはツァンタリーができるよ。」とおっしゃった。

その後、ツァンダリーをはじめると、すぐにアストラル界へ飛んでしまった。しかし、冷たいものは落ちたような気がする。残り時間三十八分はすぐだった。

●成就するだけ！

◎六月二十一日（日）

午前二時就寝。夢を見る。Hさんがなかなか起こしに來ない。時間をすぎているのでは？ と思う。そして、時計を見ると、九時。三時間もすぎている。私はそういえば、空を飛んでいた。昔見た夢に似ている。ちょうどそのとき、

「時間です。」

Hさんが起こしに來た。夢の中で一回起きたらしい。

午前六時、ウァヤヴィヤ。昨日、先生にエネルギーを入れてもらったせいか、一息終わることに暗やみの中を光がうずまく（目はつぶったまま）。クンバカが苦しくなり、体が震えてくると、つぶったまぶたの外で白い光がチラチラゆれている。身体の震動のせいか？ と思い、一瞬揺れをおさえると、それでも光はちらついている。限界までとめて、大きく息を吸う。

今日はあまりジャンプするのをやめてみた。大きく動くとき快感状態に入りにくい。不安定になる。ウァヤヴィヤの回数を数えた。全部で五十息と少し。六十息はいくと思っていたのだが。

さっきの日さんの話では、三十分くらい物音がしないときがあるという。私は自分でも覚えていないが、また暗性の三昧さんまいに入っているのだろうか？

浄化法の途中で先生がいらっしやった。ずいぶん声を通るようになった、とおっしやった。昨日、先生にエネルギーを入れてもらって、先生が喉のどのチャクラを浄化して下さったからだ。先生は声が出なくなつた、という。本当に申し訳ない、いつも、私のカルマをしょって下さる。私は無始の過去から悪業あくごうを積み続けてきたのだ。何とか恩返しをしたい。

今の私にできることは成就することだけだ！

●訪れた「悟り」——菩薩の道を歩む！

◎六月二十二日（月）

ヴァヤウェイヤ。今日は五十二、三息、そのときに強烈な思いがわきあがって来た。

私は救済するために、この世に生まれて来たのではないか。すべての魂は、悟り、解脱するために存在しているのではないか。

私はいつの日か、大乘だいじょうの仏陀ぶつだとなつて、この世を救済できる日が来るまで（麻原尊師のように）、この苦界に何度でも生まれ変わって、救済のお手伝いをしよう。

菩薩ぼさつの道を歩こう。

たとえ何千年、何万年、何億年、いや何百カルパ^①かかっても、衆生^{しゅじやう}がマハーヤーナに入る日までは、どんなに素晴らしい世界を見ようとも、たとえ目の前に美しい世界があろうとも、私は安住^{あんじゆ}することはない。

たとえ、六道輪廻^{りくわいりんね}の中に生を得、どのような苦しい環境に生まれようとも、身体が不自由に生まれようとも、男であっても、女であっても、大乘の菩薩の道を歩こう。気が遠くなる程の長い年月を経ても、すべての生類がマハーヤーナに入るまでは、私は大乘のボーデーサットヴァの道を歩こう。

グルとシヴァ神に私は請願^{じんげん}をした。

私は救済したい。大乘の仏陀になりたい。私は他のために生きよう。自己の利益を顧^{かへり}みてはならない。自己のためには生きない。そして、この請願^{じんげん}を供物^{くぶつ}として捧げ、どうか私に解脱と悟りをもたらして下さい、と強く発願^{はつげん}した。その瞬間、私は理解した。

人間^{びんご}（凡夫^{ぼんぷ}）は、みな自己のために生きている。

自己の欲求を満たすために行動する。



これがすべての苦の原因である。

自己（エゴ）は、すべて欲望の都合がよいように動く。

楽しみを求めて、喜びを求めて。それが満たされない時は苦を感じる。

自己の欲望を満たそうとすることが、苦の根本原因である。

求めなければ苦はない。

すべてから離れていれば（遠離）、苦は生じない。

自己の利益、自己の喜びを求めるから、苦がある。

人間は本来自由である。個人のエゴで他を束縛することはできない。

束縛しようとするから、苦が生じる。

凡夫は「喜び」、「楽」を求めて、自己をとってしまふ。

一時的にはそれは喜びかもしれないが、最終的には苦だ。

悟った人は、それは一時的なものにすぎないと理解し、その道を選ばない。

他の魂にとっての益するところを喜ぶ。

行動するとき、言葉を発するとき、気をつけなければならない。

結果を見極めて、行動しなければならぬ。

自己の利益がからむと、物事を正しく見ることができない。

他の喜びを自己の喜びとすれば、すべてのものを正確に見ることができぬ。

自己（エゴ）が存在するから、他が見えない。わからない。

ここに自己がいなければ、すべてはありのままに見える。

なぜならば、何も求めない成就者は、すべてを正確に理解しているのだから。

道は二つしかない。すべての外界の影響を受けない山奥で暮らすか。

他の者のために生きるか。

もちろん、大乘の発願をした以上、後者の道を私は選ぶ。

Hさんに、時間です、と言われても、私は座り続けていた。強い発願と、これこそ私の求めていた道だ、という感激におそわれて、私は涙がとまらなかつた。請願したと同時に、私の中に、他のために生きることこそが大乘の道であり、自己を滅することが、苦を滅することだという、

大きな「悟り」が得られたからであった。

●雑念に流される

◎六月二十三日（火）

ツァンダリーの時間が終わって、明日からの集中セミナーに参加するため、急ぎよ食事。

今日は午前中のウァヤヴィヤの時に、先生にエネルギーを入れてもらった。雑念が出てくるので、それを「解脱したい」というふうに思い込むようにする。十二時終了。

浄化法のととき、Sさんが来た。どうも調子がわるい。クリヤをやりながら雑念ばかりわいてくる。

足が痛いので少し（二十分くらい）アーサナをして四時、ツァンダリーのプラーナーヤーマ。どうもおかしい。雑念が多い。そして雑念に流される。Sさんの影響か。

ふつとアストラル界に入ってしまったて気がつく。何とかしなくてはと思い、プラーナーヤーマをやるが、また雑念。そしてイライラ。エネルギーが変な回転をする。座っていられない。何度となく、先生をお呼びして聞こうと思ったが、時間が終わるまで待った。

七時。先生をお呼びする。

「一切無視してやれ！」

という。

ツァンダリーの瞑想に入ったが、すぐ座ったまま眠ってしまったようだ。オウムの仕事の夢を見ていた。二、三度呼吸が停止するような感じでスーツと入って行って、そのときは夢かそうでないか、わからないような感じであった。

ふと、先生がいらした。エネルギーを入れて下さる。申し訳ない。早く解脱しなければ。先生
のエネルギーをとってばかりいる。何とか早く、早く解脱しなければ。

偉大なグル。先生のエネルギーは何物にも変えがたい。この先、何カルパ生きても、尽くしても、この恩恵には報いることができないだろう。大乘の如来だうらいとなつてはじめて報いることができるのではないかと思う。それ程までに先生の力は大きい。

ありがとうございます。感謝の言葉をいくつ並べても、並べ足りません。本当にありがとうございます。

この根性なしのケイマですが、一日も早く解脱するように頑張ります。
グルとシヴァ神にかけて誓ちかいます。

“私は今生で必ず解脱を果たします。”

グルとシヴァ神のこんなにも大きい恩恵を得ているのですから。

必ずや解脱をし、悟りを開き、一切衆生を救済します！

必ずや。

●痛みと闘う！

◎六月二十四日（水）

今までのノートの記述を読む。少々照れくさいところもあるが、正直な私の気持ちを書いているつもりだ。

前ページをちょうど書き終わったとき、先生が部屋へいらした。昨日の不調を話すと、やはりSさんの想念の影響を受けているという。彼は現在かなりの魔境まきょうに入っているそうだ。彼の波動と同調して、体調を崩やぶしたということは、私の中に魔が存在するということだろう。なぜならば、先生は全く影響をお受けにならないのだから。

エネルギーを入れて下さって、

「Sの影響は抜いておいたから。」
とおっしゃった。そして、

「まだまだ次元が低い。今のおまえは解脱しなければならぬんだ。他のことは一切関係ない。高い世界のことだけを考えるようにしなさい。」

とおっしゃった。確かにその通りである。私も、私の潜在意識にうもれていた雑念を、意識でき

るようになってくるにつれて、私は何と雑念のかたまりなのだろう、と思っていたのだ。ありとあらゆること、幼少の頃のこと、強く印象に残っていたこと、辛かったこと、楽しかったこと、悪いことをして隠していたこと、単なるTV、新聞、雑誌、それが順不同に、突発的に、表面の意識にあらわれるのだ。

時間も午前三時すぎくらいになっていたと思う。毎日の睡眠時間は二〜三時間。今日はセミナーに行くので、早く寝なければと思い、横になった。と、なかなか寝つかれない。ふと気がつく、と、ムーラダーラ・チャクラとアナハタ・チャクラが異常に熱い。横になっても、熱くて眠れない。

ふと思いい立ち、昨日のツァンダリーの瞑想をふり返ってみると、足の痛みがひどくて、数分ともたなかつたことを思い出した。先生がエネルギーを入れて下さると、なおさら痛みが増して、いてもたってもいられなくなるのだ。先生いわく、

「⁽¹⁵⁾アパーナ気が撤退する（ひきあげられる）から、痛みが増すのだ。そのくらい耐えろ。」
ということであった。

寝つかれないのなら朝まで座ろう、と思いい立ち、座法を組んで頭頂に意識を集中した。熱はなかなかおさまらない。そのうち、足、特にひざとすねが痛みだした。

（痛みになんか負けるものか。私は朝まで座ろう。そのくらいしなければ解脱はしない。）

足が痛いときは、グル・ヨーガのマントラを唱えるように、と言われていたので、金鋼合掌(こんこうがっしょう)を組んで、マントラを唱え始めた。マントラに集中すると、少し痛みがまぎれたが、またじきに痛くなってきた。

痛い！痛い！痛い！

本当に私は根性がない！頑張れ！

私はこの身体に執着があるから、解脱できないんだ。

この痛みは私のもではない！

この身体は私のもではない！

この痛みは私のもではない！

この身体は私のもではない！

何回も必死に唱え続けた。どのくらい時間がたったのかわからない。私にはものすごく長く感じられたが、実際には、数十分くらいだったと思う。ふと、すねの痛みが、ジーンとしたしびれに変わって、痛みがひきはじめた。不思議な現象だった。すねの痛みが、ひざの方に撤退していき、足が痛むようになった。それによって、足の痛みが半減したようだった。その後しばらく座り続けていた。

が、いくじがなく、朝まで座ろうと思っていたのだが、足を解いてしまった。いつの間にか背中
のクンダリニーの炎はおさまっていた。

●吹き上がるエネルギー

朝、目が覚める。どのくらい眠ったであろうか、三時間くらい寝たのか？ と思っていたら、
数分後、そろそろ時間ですヨ、との合図があった。セミナー初日。七時四十分頃出発なので、七
時まで寝かしてくれたようだ。

出発。丹沢青山荘着十時。十時半から修行に入る。今日のプログラムは、一時までツァンダリ
ーのプラーナーヤーマ。六時までウァヤウイヤ。九時まで浄化法、そしてツァンダリーである。
食事はなし。そういえば、食欲が極端に落ちた。一日一食で、それも通常の半分くらいの量であ
る。

今日のツァンダリーのプラーナーヤーマは気持ちよかった。プラーナがよいせい^①か、ラトナ
サンヴァバの観想のときに、黄色（金色）のエネルギーが、頭頂まで吹き上がる。他の四仏のと
きも、意識して上げようとしたがダメ。ラトナサンヴァバのみが吹き上がった。

ウァヤウイヤも調子がよく、かなり一気に気が上昇する。今日は、はじめて頭頂まで気、エネ
ルギーが昇ったようだ。後で先生にお聞きする。

「それは喉のチアクラが浄化されて、今までつつかえていたひっかかりがとれたからだ。昨日エネルギーを入れたときに抜いておいた。」

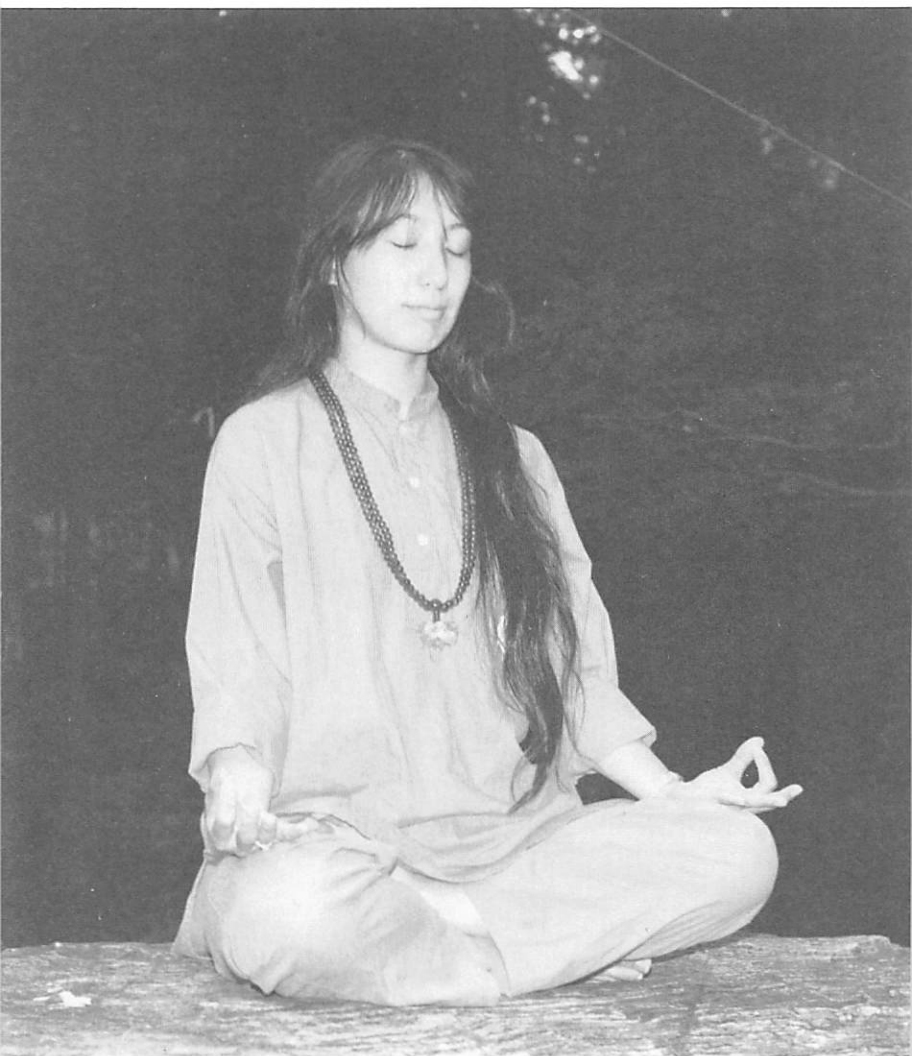
なるほど、喉のひっかかりがないと、スムーズに光が上昇する。快感状態にいるときのエネルギーの色、状態を見てみようとな努力した。大体、赤、オレンジ系の色が吹き上がる。少しクンバカが短いと黄色だ。そして、たまに白銀が上がり、その後透明な光った赤（黄）が上がる。この色は赤といっても太陽光線に似ている。その後うすい紫色がのぼってきたり、暗い緑が見えたりする。

光が上昇してしまつた後は、あまり光っていない白い丸（三角）いものが見えて、その回りを、暗い色（暗い青か緑か？）がとりかこんでいる物体が見える。そして、喉に力を入れ、息がもれないようにして、息の続くかぎりクンバカをしていた。

午後六時、クリヤをひととおりやる。今日はバステイの日だ。2000ccやったが、なかなかきれいな水にならない。脱力感、少し疲労した感じだ。ダウティ、ネーティ、大体三時間。その後、水浴。ここは山の中なので、少し寒い。頭を洗つたらかなり冷えた。

午後九時、ツァンダリー。なかなか瞑想に入れない。体が冷えている。眠い。十時半、先生がいらつしやる。毛布を巻くように言われる。

「今日は失敗だ。」



瞑想する大師

と、先生。

「このセミナー中には必ず解脱させる。まだ、心の中で落としきっていない部分があつて、それがひっかかりとなつて残っている。」

実は、独房に入る前に、私は先生に二度ザンゲをしている。心にひっかかっていること、隠していること、恥ずかしいこと、言いたくないこと、隠してはいないにしても、自己の不利益になるがために言っていないこと、などである。

二度のザンゲで、かなり大きくひっかかっていることは言ったのだが、まだ心の中に残っていたのだ。

その夜、アストラル界に入つて、ひっかかかっていることをウィジョンとして見た。先生はザンゲの詞章を唱えるように、とおっしゃつた。そして、光の瞑想も教示して下さつた。

●最後のザンゲ——もう私には何もな、

◎六月二十五日（木）

ツァンダリーのプラーナーヤーマの途中、午前八時すぎだつただろうか。修行をしていると、心に浮いたことが気になつて、気になつて仕方がなくなつてきた。心にひっかかっていることが出てきた。前の二回で必要と思われれることは先生にザンゲしたと思つていたのに、ひとつ強くひ

つかかっていることがなくなると、次にひつかかっていることが大きく心の表面に浮き出てくるようだ。はじめは、この時間が終わったら先生のところに話しに行こう、と思った。先生も疲れて横になっていらっしやるはずだ。そう思っていると、ますます心のひっかかりが大きくなってきて、いてもたってもいられなくなる。こうなるともう言わずにはいられない。もう待てない。修行もできない状態だ。

すーっと立ち上がると、隣の先生の部屋をノックしていた。

「なんだ。」

「ザンゲしに来ました。」

「そうか……今度は何だ。」

と、ごく普通の口調で聞いて下さる。ここでいつも口ごもるのだ。前二回も言葉が喉まで来ているのに、言い出すのに三十分くらいかかった内容もあった。話さずにはいられない心(潜在意識)と、

(これを話したら、私のこと先生はどう思うだろうか。)

あるいは、

(今までよい子、優等生で通していたのに、本当のドロツとした私の内面、行為を知ったら、先生はあいそをつかさすのではないか。)

あるいは、

(自分を、本当の自分以上によく見せたい。)

その他、さまざまな意識が錯綜し、なかなか言葉が出ない。先生も、そういう私の心の葛藤をよこご存知で、言い出しやすいようにいろいろと誘導して下さる。

いよいよ私が生きてきた二十六年間、積もりに積もった心の覆いを落とすときが来てしまったのだ。

一回目の告白

二回目の告白

三回目の告白

すでに、一回目と二回目は、独房修行に入る前にすんでいた。このときは、一気に心の毒が外に出てしまったのだが、私のエゴのショックも大きかった。

今回は三回目。これで最後だ。あとはもうひっかかっていることはない。

私は一気に今までの自分の行為、心の汚れた部分、屈折等を話してしまった。先生は解脱なさっているから、ご存知ないはずはないとわかっているつもりでも、本当の自分の、汚れた自分、恥ずかしい自分を話すことは、非常に抵抗があった。

先生に告白してから、私は数時間泣き続けた。私は今まで自分が大切にしてきたものを失って

しまったのだ。それは偽りの自己であって、本当の私自身ではないのだが、その偽りの自己を自分自身と思いたかつたのだ。自分は、本来はドロツとした最も人間らしい要素（煩惱）を持った人間なんだけれども、きれいな、清い者だと思ひ込みたかつたのだ。いや、事實思ひ込もうとしていた。言うなれば、臭い物には永遠にふたをしようとしていたということだろう。そして、自己の偶像に満足して、真実を見つめるのを避けていたのだ。

しかし、そういう心の働きは心の屈折を招く。ひとつ屈折すると、それに関連した問題もまたひとつ屈折する。屈折が屈折を呼んで、いつしか本来の自己を見失っていたのだろう。

私は、偉大なるグルを前にしてすべてを告白した。そして二十六年間、自分が大切に育ててきた幻影が、一瞬にして崩壊してしまったのを知った。

私が今まで大切にしてきたものは何だつたんだろう。私と思っていたものは、私ではなかつた。美しいと思っていたものは、すべて汚れていて、私の大切な自己は、プライドは、すべてエゴが作り出した幻影であつたのだ。

もう私には何も無い。

私にとって、一番大切なものを失ってしまった。

私にとって、一番大切だつたのは、自分自身（エゴ）であつたのだ。

もう私には何も無い。

生きている意味もない。

大切な、信頼されているグルにもあきれられてしまったであろう。

逃げ出したい。

逃げてどうするのか？

わからない。

いっそのこと、死んでしまおうか。

死にたい。

私は泣いた。思いきり泣いた。泣いて、泣いて、

顔がはれあがるくらい泣いた。

苦しかった。悲しかった。辛かった。

自分が情けなかった。

自分はなんて汚い物なんだろうと思った。

私自身（エゴ）には、実際は何一つない。

色々な思いが浮かんでは消え、浮かんでは消え、すべては絶望の要素を含んでいた。

私の心の動きとは裏腹に、先生は冷静な面持ちであった。

「そうか。」

そして、予想していたことだとおっしゃった。先生は決して責めることはおっしゃらない。先生は何があっても動じない。誰が何を言おうとも、決して心を動かすことはない。

「すべて、自己（エゴ）崩壊のプロセスである。」

とおっしゃる。そして、

「ここで、落としておかなかつたら（心の屈折をザンゲしていなかつたら）君は解脱できなくなつただろう。後悔したのであろう。」

「できることならば、解脱できなくても言いたくなかつたです。」

「それは根本無明だ。」

少し落ちついて部屋に戻った。今日のプログラムはまだはじまったばかりだ。しかし、修行が手につかない。深い絶望感に沈んでいた。考えること、考えること、すべて暗い方向へ心は流れ、もういつそのこと死んでしまいたい、と思うのだ。

自分が自分でなくなるとき、エゴが減するときに感じる苦痛、ショックは想像を絶するものだ。私はいまだかつて経験したことのない、深い絶望感にさいなまれていた。

（自分が、自分と思っていたものは何であつたのだろうか？）

暗い部屋で、ひとり死んだようにうずくまっていた。

先生が訪れた。私を一目見るなり、

「今まで君を見てきた中で一番美しい。きれいだ。心のひっかかりがとれて、エゴが落ちかかっている。もう本当に解脱まで近い。」
とおっしゃった。

すべては必要なプロセスだったのだ。先生は、無痴むちの闇の中から、私をひきあげて下さった。人間が、人間でなくなるとき、この生命とひきかえにしてもよいくらいの苦痛があるのを私は知った。想像を絶するショックであった。

しかし、先生は暖かい光を放っている。周りの者はすべてその光の中にと安らいでしまう。かたくなな心も、もつれた心も、すべてとがしてしまふ、光のヴァイブレーションだ。その光の中にいた私は、いつしかショックから立ち直っていた。

目の前に一筋の光の道が見えた。もう私にはこの道しかない。失ったものを惜しんで振り返っている暇があるならば、一步でも前進しよう。次に得るものは、失ったものの何十倍、何百倍、いや比較にならない程大きなものなのだ。

修行に入った。

その夜、私ははじめて三昧に入った。一時間程度、低い次元の三昧だったようだ。

●成就したら

◎六月二十六日（金）

十時修行開始。午後一時までツァンダリーのプラーナーヤーマ。この日はラトナサンヴァバの呼吸のとき、金色の光が上昇する。意識を尾てい骨から頭頂にかけて移動させると、首から頭頂にかけて黄金色の光がサーツと上がって頭頂がしびれる。他の四仏でやってみたが、エネルギーは上昇しない。

午後一時、ヴァヤヴィヤ。ヴァヤヴィヤであまりエネルギーが上昇しなくなった。それに伴って、快感状態も少なくなってきた。おかしいな、と思いつつも続ける。先生にお聞きすると、もうほとんどエネルギーが上がりきってしまったからだ、とのことだった。

七時、浄化法。バステイがなかなかうまくいかない。水にならない。ネーテイ、ダウテイ、ガージャカラニーが終わって、水浴。十時頃終了。フラフラになった。体力を消耗したようだ。

ツァンダリーの瞑想。体力がなく、心臓の鼓動が激しい。先生と話していても、話すだけで息が荒くなる。三昧に入るときは、そういう状態がベスト、とのことだ。観想しだすと、アストラル界にすぐ入ってしまう。三昧にも二、三回入った。夢も見た。

先生がシャクティーパーツで邪氣じやまきを吸って、指が動かないとおっしゃっていた。先生のアナハタに手のひらを置く。すると、

「邪氣じやまきが手を伝わって、『空エレメント』に還元されていっている。指の痛みはなくなった。ケイマのパワーはすごい。」

と、おっしゃった。しかし、私のパワーもすべてもととは言えば先生のエネルギーなのだ。私は先生に多大のエネルギーをいただいているからこそ、このステージまで来れたのだ。

「成就したら、先生にシャクティーパーツでできるのですか？」
「それはできるね。」

先生はすでにシャクティーパーツで身体を酷使こくししている。そして、回復させるための修行も多忙のあまりできない。少しでもお役にたてればよいな、と思う。

ザンゲの詞章を唱えて眠る。

●もう少した。頑張れ

◎六月二十七日（土）

修行の開始は十二時。お昼だ。体のふしぶしが痛く、だるい。ベッドで眠ったせいだろうか、疲れがたまっていたせいだろうか、と思った。



福岡支部「道場開き」において

しかし、実際は昨日、先生にエネルギーを入れた時に「風エレメント」を使ったからだとい
う。ほんの少しの時間なのに、これだけ身体に出てしまう。先生はシャクティーマットで一体ど
れだけの苦痛に耐えていらっしやるのであろうか。

十二時、ツァンダリーのプラナーヤーマ。気持ちよい。黄金色の光が何回となく上昇する。
昨日よりも快感、しびれが強い。光も強い。

ヴァヤヴィヤ。またまたエネルギーの上昇がほとんどない。一息、一息、限界まで保息してい
るのだが、光もあまりない。クンバカはかなり長くなつたようだ。四時くらいから、意識がホー
ッとしてきて気持ちよくなり、何もやる気がしなくなつた。どうしたのだろう。ただただ、ホー
ッとしていたい感じだ。「風のクンダリニー」が背骨を何度も何度も上昇してゾクゾクする。気
持ちよい。

また新たな状態なので、グルにお聞きする。

「それは、マノーマニー状態（ウンマニー状態）だ。ホーツとして何もしたくなくなり、気持ち
よい状態だ。」

そして、

「その状態を越したら解脱だ。もう少しだ。近いぞ。頑張れ。」

再び、ウアヤウイヤを始める。しかし、やる気が出ない。いつもより非常に時間が遅く流れる気がする。数回ウアヤウイヤを行なう。すると、心臓が苦しくなってきた。鼓動が激しい。

「心臓の負担がかかかってきたようだ。ウアヤウイヤはやめて、三昧に入りなさい。」

との先生のお達しがある。そのまま三昧に入った。二、三時間、少し高い世界に行った。そして、ザンケの詞章も唱える。

午後九時、今日は先生の説法を聞くように言われた。解脱までのプロセスを明解に説いて下さった。まさに私のために説いて下さったかのように。残りのプロセスがよく理解できた。

十時、浄化法。

一時、ツァンダリーの瞑想。三昧に入る。食事。二つの課題を考えながら眠る。「純粹真我」

「ダイヤモンドと駄石」

●成就——光の海に飛び込む！

◎六月二十八日（日）

朝は十時十分より、ツァンダリーのプラナーヤーマを開始する。先生の話では、遅くてもセミナー中には必ず成就する、とのこと。残りわずかに今日と明日。頑張らなければと思う。

解脱に近い、近いと言われ続けて、十日目。それでも、毎日一ステージずつ上がっているとい

う。先生の多大なエネルギーを受けて、お時間をさいていただいて、私はもう早く解脱しなければ申し訳ない。何とか早く、早く。一日でも早く成就したい。

ツァンダリーのプラナーヤーマの途中、大きな変化があった。一息するたびに気が上昇するとイメージすると、黄金色の光が眼前、そして頭上に現れるのだ。おとといから現れはじめ、昨日その光はだいぶ強くなったのだが、今日の光はその比ではない。それに伴い、その光が現れている間中、全身に快感がはしる。そして、光が強まれば強まるほど快感状態は長くなり、頭頂から腕、足、指先に至るまでが強烈にしびれるようになっていく。

ふっと、その光に意識を集中していたら、意識がとぎれた。数秒後、意識は戻っていたのだが、自分がどこに行っていたのかすぐにはわからなかった。身体は前を向いていたのだが、横向き(右)になっており、細かく震動していた。

一体私はどこに行っていたのか。このショックは私がいつもアストラル界へ飛んでいくときのものとは全く違っていた。(アストラル・トリップするときは、こんなにも強い光はささない。そう、白く鈍い光の中にずっと入ってしまって、軽い震動とともにたいした違和感なく、身体に戻ってくるのである。そして、その間の記憶が、身体に戻ったあと脳裏にやきついており、ああ私はどこどこへ行ってこういう行動をしてきたのだな、ということを自覚できるのだ。)

そして、肉体をぬけだすときのショック、戻ってくるときのショックは、今だかつて、私が経

験したことの無いものであった。言うなれば、黄金色の光にすいこまれたと言うべきであろうか。光に向かって飛んでいったと言うべきであろうか。

ゴーツという音とともに、光の渦の中に入っており、そしてそこは、楕円形だえんけいに回転していた。私の印象としては、光の渦というよりも、想念の渦という感じが残っている。言葉では説明できないのだが、ありとあらゆる想念（想い）が回転している光の世界というのが、一番近いと思う。そして、その中に私は吸い込まれて失神してしまった。次に気がついたとき、私は肉体に戻っていた。

しばし、ポーズとしていた。自分の今の体験を、私は理解できなかったのだ。

気を取り直して、再び修行を開始した。だが、この前述の体験が心の中のひっかかりとなったようで、光がなかなか見えてこない。初めての体験に対する、私の潜在的な恐怖心が原因したようだ。

そこで、私は努めて身体の力を抜いた。気をつけてみると、やはり肩ははっていて、緊張していたのだ。できるだけリラックスして、何回か行なっていると、だんだん光が戻ってきた。そして、意識があると、ないとの中間状態（これも言葉では説明できないが）に入るようになった。

そのときも、黄金色の光が頭上にあり、クンダリニーが上昇し、全身が光の身体になったような感覚になり、思考が停止する。そして、またゆっくりと思考が働きはじめて、体のしびれがと

けていく。意識の中間状態は、こんなプロセスで入って、さめていく。

何回、いや何十回か、私はこの状態に入った。

そして、この後、前述の失神状態、光に飛び込んだ状態も二度体験した。三度とも同じプロセスである。違っていたのは、目覚めたときに体が前のめりになって、床に頭をついていたこと(二度目)、そして、体が前後に震動していたことだ(三度目)。

ツアンダリーのプラーナーヤーマの時間が終わり、ウァヤヴィヤの時間に入る。しかし、もうウァヤヴィヤでは、ほとんどエネルギーは上昇しない。そして、エネルギーのロスをするように感じる。疲れるのだ。

ウァヤヴィヤは、多量なエネルギーを一気に上昇させる働きはあると思うが、この時点では下位のチャクラにエネルギーがそれほどないために、上昇させるために使うエネルギーをロスさせるのではないかと思う。

逆に、ツアンダリーのプラーナーヤーマでは、微細なエネルギーを上昇させるようだ。そういえば、三日前くらいから、ウァヤヴィヤでの強烈な快感はなくなり、ツアンダリーのプラーナーヤーマで快感を感じるようになってきている。

ウァヤヴィヤをやめて、三昧に入ろうかと思ひ、座る。しかし、三昧にはなかなか入れない。ツアンダリーのプラーナーヤーマをやるかどうかどうか迷った。

先生にお聞きした。三回失神したことをお話しすると、

「光の中に飛び込め。」

とおっしゃった。そして、ツァンダリーのプラーナーヤマがよいとのことだった。

しばらく続ける。先生がいらっしゃった。

「今日、必ず解脱するぞ。」

とおっしゃった。そして、最後のイニシエーションを与えて下さった。強烈なエネルギーだ。頭に気が集まっている。

修行を開始する。まだ、頭頂部にエネルギーのかたまりがある。先生のエネルギーが、そのまま残っているらしい。ツァンダリーのプラーナーヤマではダメだ。先生のエネルギーがとけないものすごく強いエネルギー体だ。強い刺激を与えなければと思ひ、すぐにヴァヤウイヤを始めた。三十分くらい行なって、ツァンダリーのプラーナーヤマに入った。

快感が走る。震動する。しびれる。そして、太陽の光のようにまぶしく、ものすごく強い、明るい黄金色の光が頭上から眼前にかけて昇った。

金色の光が、雨のように降りそそいでいる。そして、その光の中で、私は至福感に浸っていた。

この太陽は、その後何回も昇り、そして最後に黄金色の渦が下降し、私の身体を取り巻いた。

このとき、私は光の中に存在していた。いや、真実の私は光そのものだったのだ。その空間の中に、ただ一人私はいた。ただ一人だが、すべてを含んでいた。真の幸福、真の自由は、私の中にあった。真実の私――。

そのとき、私は光だった……

△ケイマ大師の成就について▽

ケイマ大師はシャクティパーバットができる唯一の大師である。私は彼女以外、シャクティパーバットを認めていない。

というのも、彼女はクンダリニー・ヨーガを成就してから、五ヵ月たった今、それを完成させることができたのだ。そして、もう少しでジュニアーナ・ヨーガの成就というところまできている。

成就前を振り返ってみると、性格的には自己表現が苦手だったようだ。しかし、それを超越することができ、自己を改造することができたのである。

また、愛情欲求・食欲という、一般に女性に多い煩惱が成就を妨げていたが、それらもつぶすことができた。

彼女の独房期間が短かかったのは、ひとえに功德のおかげである。今まで十分に功德を積んでいたのに、一気に結果が出たのである。修行には功德が絶対に必要なのだ。加えて、彼女はグルに対する信もしっかりしていた。クンタリニー・ヨーガを成就するためのポイントをきちんとクリヤーしているのだ。

また、この体験談には出てこないが、既にかかなりの数の前世を思い出していることも一言付け加えておこう。



「意志の力が大楽をもたらす」
● アングリマーラ大師
ラージャ・ヨーガの成就

アングリマール大師……本名 佐伯一明 二十七歳。本年七月、ラージャ・ヨーガで成就。現在はラージャ・ヨーガの完成、クンダリーニー・ヨーガの成就を目差して修行に励んでいる。(その生い立ち、オウムで修行を始めるまでの経緯については、拙著『イニシエーション』、および『マハーヤーナ』NO3を参照のこと。)

——手記初出 『マハーヤーナ』NO3

ハアングリマール大師——どらぼう独房修行プログラム▽

五月二十八日(一日目) ～ 六月十八日(二十二日目)

ヴァヤヴィヤ・クンバカ・プラーナーヤーマ 六時間

瞑想(めいさう)(ツァンダリー) 十時間

六月十九日(二十三日目) ～ 七月十六日(五十日目)

ウアヤウイヤ・クンバカ・プラーナーヤーマ 五時間
五体投地ごたいとうち 三時間

瞑想（ツァンダリー） 十時間

七月十七日（五十一日目）～二十五日（五十九日目）

ツァンダリー・プラーナーヤーマ 三時間

ウアヤウイヤ・クンバカ・プラーナーヤーマ 六時間

クリヤ・ヨーガ 四時間

瞑想（ツァンダリー） 七時間

●四苦八苦、苦闘の連続

私が独房修行に入る前というのは、やはり精神的に分裂したような状態でした。潜在意識の煩悩ぼんごうがおさえられなくなり、現世的な欲望に流されそうになりました。独房修行の話があったのは、ちょうどそんな頃だったんです。

はじめは先生から、三十日間こもれと言われたんです。ああ、三十日か、簡単だなと当初は思っていました。刑務所の中にも独房というのがありますけど、中にいる人達は一年、二年こもっていてもピンピンしているじゃないか。そのくらいの感覚でしかとらえてなかったんですよね。

ところが実際はそんなに楽なものではありませんでした。

ウァヤウィヤ・クンバカ・プラーナーヤーマ六時間と十時間の瞑想修行。ウァヤウィヤ・クンバカははじめなかなか慣れなくて、疲れて三、四時間しかできなかったこともありました。瞑想の十時間、これがまた辛くて、座法が組めない。せいぜい長くても三時間、足は何回も組み替えてしまう。そういう日々が続きましたね。ツァンタリーの瞑想ではどうしても雑念がわいてきて、はじめは四苦八苦、苦悶くもんの連続でした。

途中からは、五体投地が三時間加わって十八時間の修行になりました。その分、プラーナーヤーマが一時間減ったんです。五体投地は朝起きてすぐと昼食後すぐ、七時からと、三時間を一時間ずつ分けてやりました。

その間はウァヤウィヤ五時間と瞑想が四時間と、六時間ですね。瞑想は十時間続けてやれなかったので、四時間と六時間に分けられたのは、非常に助かりました。これによって、瞑想も、ウァヤウィヤも確実にできました。十四日目くらいには、プラーナーヤーマもだいたい六時間はできてましたけれども、五時間にかわってからは簡単でした。

●頭頂に昇る光——黄金と白銀のフラッシュ

ウァヤウィヤ・クンバカでは、レーチャカのクンバカのとときに、黄金色と白銀色が上に昇って

いくのが見えるんです。チカチカとフラッシュみたいなのと黄色の光、そういう光がたくさん見えました。しかし、クンダリニーが上がった感覚ははじめはなかったんです。

しかし、ウアヤウイヤ・クンバカ五時間と、五体投地三時間になってからは、クンダリニーがどンドン昇っていく。はじめはフラッシュのようになるんですね。そのフラッシュがずっと絶え間なく続いて、これがプーラカに移るとき、息を吸いますね、そのときに上の方にどンドン昇っていくんです。

最後はサハスラーラ・チャクラまで届いて、色が黄色になったり、白銀になったり、変わっていくんですね。それは物理的にわかります。だいたい右下から、ピカッと光って、だんだん真ん中を走っていく。視点はブラフマ・ランドラ、頭頂の方をずっと集中していますから、そうすると自分の中心の位置、頭の真ん中の上の方が光っているというのはよくわかりました。

独房に入ってから二週間というのは、それでも天国だったんですよ。初めての体験でしょ。自分ひとりになることができた、今までの二十六年間をずーっと考えることができる。面白かったこともあれば、苦しかったこともあって、それらを分析することができる。面白かったこと、毎日、ラージャ・ヨーガ、**凝念**、トラータカ、そういう修行ばかり。思い出に浸って自分なりに陶醉していて、けっこう楽しんでいたんですよ。



●「それはエゴだ。」

こもつて十日目くらいから急に眠れなくなつてしまつたんです。そこで先生にお伺いしたところ、

「それは佐伯、私に対する帰依きいが全くないからだ。」

と言われました。本当にこの時はガンときました。ショックでした。私は自分に帰依していませんね。グルに対する帰依のなさを指摘されたときはショックでした。目の前が真っ暗になりました。次の日からの五体投地で、帰依の観想を中心に修行しました。そして瞑想体験で帰依を確実なものにしていったんです。

それでも、その後にはいろいろありました。

私は先生の説法や本の大切なところは丸暗記していました。そして、十日目か十三日目には、もう悟つたつもりでいたんです。説法や本の定義というものが、だんだんわかつてきて、根本原理もわかつてきた。それで、

（あつ、これだ。悟りとはこうだ。先生はこれを言いたかつたんだ。）
ということが、どんどん出てきたんです。だから、自分では悟つたつもりでいたんです。

ある日先生から電話があつたんです。世話役のO君が出て、日記でも何でもいいから書いてあるものがあれば電話で言うようにとのことなんです。私はちよつと十分くらい待つてもらつて、

悟った雰囲氣ふんいの文章を書きました。それを出したんですよ。O君はそれを見ながら、

「すごいですね、もう悟ったんじゃないですか。」

と言って電話口に戻っていったんです。私は先生からお褒めほめの言葉をいただけるだろうなど、じつと待っていたんですよ。そうしたら先生に言われたんです。

「それはエゴだ。」

と。カーンとききましたね。

それからは、今自分の書いたことはすべてエゴなんだと、もう一度分析してみました。そして、それらをひとつひとつ分けてみました。これもエゴ、これもエゴと、全部分けて、なぜエゴなのか、もう一度考えてみました。

最終的に、ひとつひとつみんな答えが出てくると、今度はそれに共通点があるかないかをみつけるんです。共通点があれば、それは一言でおさまってしまう。そのおさまったものをイコール、エゴだと考える。そのときに本当の答えが出たことになるんです。そうか、自分はエゴなんだと。そういうやり方をいつもしてましたね。

悟ると言っても、表層意識で考えてもだめなんです。潜在意識で、煩惱を滅めつしてはじめて悟りと言えるわけですから。だから、それからは瞑想中、潜在意識の中で煩惱を滅めつし、納得するようにしたんです。

●煩惱の滅尽——四念処の瞑想

ツァンタリーの他にも『四念処』の瞑想をやったりしていました。四十日くらいまでは四念処はしょっちゅうやっていました。一度三日三晩続けたことがありますよ。このときは本当によかったですね。自分の煩惱を滅尽するために、執着から離れるために。

自分が執着から離れていくな、というのはそのイメージが出てこなくなるのでわかるんです。人間の執着というのは面白いもので、一度何が欲しいな、何が食べたいな、何が買いたいなとなると、願望が達成されるまで実はずーっとそのことを思っているんですよ。

普通の人間だったら、「独房に入っているから買えるわけがない。出てから買えばいいじゃないか。」と思えるんですよ。しかし、私達解脱を目差している修行者は出てからでも買ってはいけない。そこで、思ったときに滅尽しなければいけない。

そうするためには、肉体的な修行、ヴァヤヴィヤ・クンバカだけじゃ意味がない。だから、四念処などで解決していくんですよ。なぜ、自分はそういうものに執着するのか、その執着する材料はいつ覚えたのか、どんな生い立ち、どんな体験や知識からそのように思うようになったのか、よく考えてひとつひとつを消していくんですよ。

すべては苦になる、苦に通ずる道に入ってしまう、迷妄の世界に入っていくんだよと。そうすると、自分の親や、友達や自分の体験すらすべて消していかなければいけなくなってくるんです。

そして、最後には、自分は今まで二十六年間いろんな体験をしてきたが、すべての知識、すべての経験は意味がなかったのだ、自分はもともと無痴^ちなんだ、自分はもともと無力なんだと認識するんです。

今までいくら体験しても真理の法を理解できなかった。インスピレーションであれ、経典^{きょうてん}を読んだのであれ、先生に教わらなければわからなかった。今までの経験はすべて無意味だったのだということがわかるんです。それが悟りのひとつの境地なんです。まあ、ステップ一か、二の段階でしようけれど。

◎お前は何を残したんだ？

四念処によってある程度の煩惱はなくなっと思ったんですよ。ところが、今度は五十日目を過ぎたころにまた同じような煩惱が出てきた。表層意識で納得しただけで、潜在意識には残っていたんですね。これには本当に困りました。せっかく三日三晩かけて消したものがまた出てきました。消えていかなかったんですね、やっぱり。

一番しつこく残っていたのはプライドですね。実は私は昔、剣道をやっていたんですが、高校時代、優勝戦で負けて二位に甘んじたことがあったんです。それが悔しくて、まだ心に残っていたんですよ。だから、しょうがないからこれはもう潜在意識に持ってきて、瞑想で体験するしか

ないと思つたんです。

優勝して、四段、五段、六段となつて、そして剣道の先生になる。有名な剣道の大家になる。そして弟子を持つ。最後に七十歳ぐらいで死んでいく。そこまでずーっと瞑想で体験するんですよ。そして、最後に考えるんです。

「お前は何を残したんだ。」

剣道の大家になつたといつても、日本に大家と呼ばれる人は何百人もいる。その中で、宮本武蔵のように「五輪の書」のようなものを残したかといえ、残すことはできない。その人生に本当に意味があつたのか、という具合に考えるんです。すると、経験して面白かつたけれども別に意味はなかつたと納得するんですね。

他にもまだ小さな執着があつたんですが、すべて同じ瞑想法で消していくんです。それもまた三日かかりました。ほとんど寝なかつたですよ。それは解脱の一週間くらい前だつたと思います。それをやって、本当に経験しつくしたなという感じがしました。三日間でこの現象界の輪廻転生を四回くらいやってます。瞑想経験で。

●蘇る過去の記憶

随分ザンゲもしました。私は小さいころから盗みの天才だったんですよ。なぜかというと、私は養子だったから、ちやほやされていたんです。近くの店に行つて、お菓子を黙って持つて帰つて、後でおふくろがお金を払っていた。そういう毎日だった。

怒らないんですよ、全然。だから、小学校に入つてもまだわからなかったんですね。欲しいものは何でも手に入ると思っていました。知らぬ間に悪業を積んでいたんですね。そういった悪業は、すべてカルマとなつて返つてきました。逆に物を盗まれるとか、今生ですべて返つてきましたよ。

自分の過去世も見ましたね。あれは三十日過ぎた頃でした。瞑想中のヴィジョンで、凄く勇敢な女性が戦っているんですね。ワーツという音、本当の怒声、カンカンという音も聞こえてきました。大女で凄く強いんですね。

上半身は裸で、矛と盾を持って、一撃にして敵を全部殺していましたね。映画を見ている感じでした。それを見た瞬間、ああ、これは私だと実感しましたね。他にもいろいろ見たんですけど、自分じゃないと思つていたんですね。後から先生に言われてすべて自分だったのだと気がつきました。

●ありがたくなかった超能力

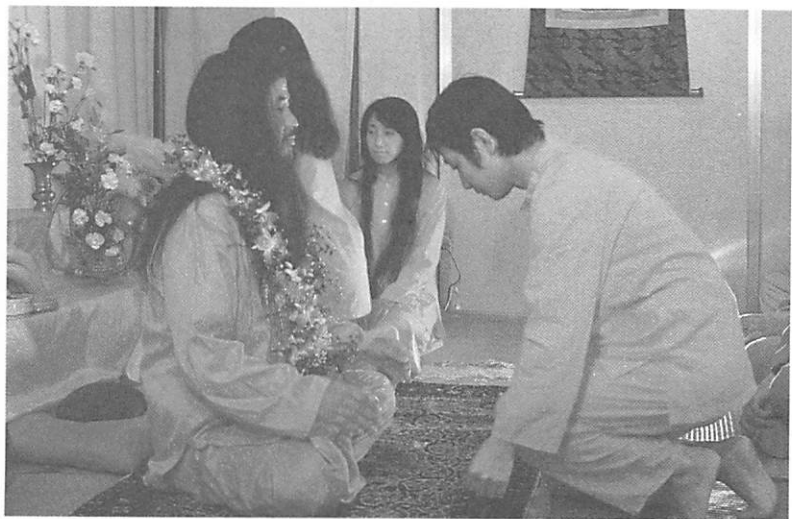
ダルドリー・シッデイは三十日目くらいにありました。一日に午前中に一回、午後一回あつたんですね。寝ているんじゃないかなという、うっとりしているときに、急にボンと体が起き上がりました。

私の感覚では二、三センチぐらいしか上がってはいませんでした。ただ、壁の近くで瞑想していたものですから、しょっちゅう背中とか頭を打っていましたね。もう痛くて痛くていやだったですね。一番多かつたときには、午後の瞑想中に四回ありましたね。三日ほど続いたんですね。私はいやだったんですね。痛いから。もうやめてくれ、そんなのはいらぬから、ただ悟りと解脱をしたいと思いました。そうしたらなくなりましたね。

●流れ落ちる汗——暑さとの闘い

独房修行中、辛かつたのは暑さでした。特に一時期、大変暑いころがありました。七月下旬ですか。外でも三十八度くらいあつたそうですが、独房の中はもつと暑いんです。毛布やタンポールで光を遮断しやだんしてますから。五十度から六十度はあつたんじゃないですか。

その中でプレーナーヤーマをやるのは、はじめはとて辛いです。室内には水が飲めるように、一・五リットル分用意されていたんですが、汗が滝のように出てきて、すべて飲んでしま



ました。そして汗が引くのがやっと夜中の十二時ころなんですよ。もう暑さばかりが気になって、修行どころじゃないんです。

これではいけない、なんとかしなければと思ひまして、どうやったらこの暑さを克服することができると考えました。

暑いと思うのはここに自分がいるからです。だから自分を無くそう、滅尽しようと考えました。「暑い！」と思つたら、「自分はいないんだ」と思つて耐える。それを繰り返していると、ある日突然暑さを感じなくなりました。外界の刺激を受けなくなる、制感じえかんの状態ですね。その段階に入ることができました。これで暑さが克服できました。

精神的なプロセスが進んでくると、今度は嬉しくなってくるんですね。苦を苦と思つたら解脱できません。苦は修行にプラスになると実感しないとダメですね。実感して、喜びを得たんですね、私は。そうすると、朝起きて今日も暑いというのがわかると、ああこれで修行が進むと、妙に嬉しくなりました。解脱の一週間前くらいからでしたね。

●解脱直前——精神的な不安に揺れる

こもつてから四十日目から五十日目の約十日間。この間が言うなれば、「生死を超える」という時期でした。実は独房に入る前、私はオウムで営業の仕事をしていたのですが、仕事をいろいろ

残していたことからオウムの方でも困った状態が出てきていたんです。そして、それに関して私が誤解をされているという話が伝わってきたんです。

それで私はてつきり、自分はもうオウムには必要ないとみんなに思われていると受け取ってしまっただけです。先生には、そうではなかったと言われましたけれども。もし、そのように思われるのであれば、私はもうオウムには必要ない筈だと心底から思っただけです。

しかし、そうすると修行を断念しなきゃいけない。凡夫に戻れば、輪廻転生を繰り返すだけであつた同じ道に入ってしまう。先生のもとで独房修行ができるというのはひとつのチャンスであるのに、それを逃がしてしまう。本当に修行を断念しようかどうかと、苦しみました。

実はこの苦しみの原因というのは、自分の存在をみんなに認めてもらいたいというエゴにあるんです。それがために苦しんでいるんですよ。それとの戦いなんですよ。

「たとえ独房から出てもおかしく思われるのならば、もうオウムにはいないほうがいいな。」と、そこまで思ってしまった。それが単なるひとりよがりだということがわかるのには時間がかかりましたね。

最後の十日間というのは修行のことしか考えておりませんでした。「解脱」という到達点、それ以外何も考えていませんでした。苦しみましたね、進んでいないんじゃないかと不安で。順調に進んでいたらこういう現象が出てくるということもだんだんわかってきてますから、何も現れな

いと、進んでないなとあせってしまいました。

(あせってはいけない)

と、何度も自分に言い聞かせていました。

●解説——見えた三つのエネルギー——

三グナを見たのがちょうど解説三日前くらいからですね。三グナじゃなくて、二グナしか見えなかったんですが……。サットヴァとラジャスだけです。善性と動性ですけど。

サットヴァというのは白いんです、白の発光体、白銀の光球みたいな感じでした。ラジャスは黄金でしようね、黄色の発光体でしたから。それが絡み合っているんです。ラジャスが回っているんです。

その次には、円形の中に星がばーっとちらばっているのが見えました。はじめは天の川みたいな見えただけですけど、実際は丸かったですね。その円形の中心に三つの点があつてそれぞれ白い発光体、黄金の発光体と青緑みたいな発光体がぼーんと小さい円でみえただけです。

そして次の朝に三つが大きく見えただけです。それは朝だったんですね。朝、ああ見えるな、また三グナだと思つてました。私は最終解説を意識していたから、三グナから離れて、それを超えて自分も本当の真我を手にとつて見つめることをしたかつたわけです。だから自分としては、途

中の段階だと思っていたんです。

実はそれがラージャ・ヨーガの成就だったわけです。先生から電話があつて、

「成就してるじゃないか。」

つて言われて、

「ああそうですか。」

といった感じだったんです。自分ではわからなかつたんです。

●苦の滅尽のプロセス

たぶん個性は、ある程度残っていると思うんですよ。真我の個性というか今生の記憶がまだ残つてますから。解脱者はみんなそうだと思うんですけど、透明な心といったらいいのか、純粹とといったらいいのか、心がもうない状態ですね。

なくなつた状態だから相手から何を言われても別に何とも思いませんし、ただ純粹になつた本當の心というものがあつただけで、自分のエゴとか自分はこう思うからという判断はなくなつてきます。その物に対して、鏡で写されたような形で答えが返ってくるみたいなのではないでしょうか。

右と左どっちにした方がいいですかと言われた場合には、

（ああ、この場合には右のほうが当たり前じゃないか。）

という判断ができるようになります。後から結果をみても、ああ本当に正しかったなということがよくわかります。

また苦を感じなくなります。例えば、たたかれたとしますね、痛みは感じるんですよ。この現象世界に肉体はありますから。でも苦を感じなくなります。苦を感じなくするためにはどうしたらいいかという悟りのプロセスを得ているから。自分がここに存在することすら苦なんだよと。

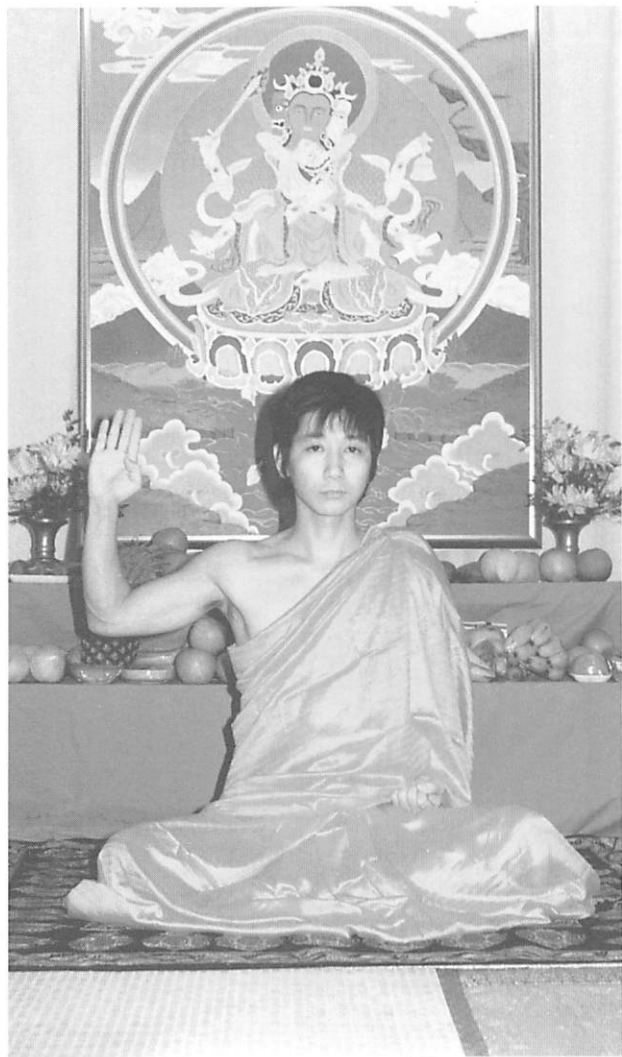
例えば、普通女の子と会えばいろいろと心が揺れますよね。そして、それは結果的に苦の原因になります。しかし、解脱した後女の子に会っても苦じゃなくなりますね。もう、何が苦だということはずべてわかつているから。苦の原因を潜在意識に残さない論理プロセスがわかっているから、潜在意識に残ることは何もない。苦は生じない。

今一瞬の、これはいけないという時点の判断ができるということですね、すべて。

●鋭くなった超能力と瞑想

シッティもついてきたようです。私は成就して一週間、ずーっと新しく入る信徒けんたの方の接待をしていました。それをやっていて、私も直ちか感かん智ちが鋭とくなったということがわかったんです。

大阪から姉弟の方々が来られたんです。私達はどのように今からしたらいいか、ちょっと教えて下さいと言われたので私は、ならお姉さんの方から言いましょう。あなたはこういう生活でこう



「グヤサマジャ」のマンダラを背に

なっている。だからたぶん今はこういう所で悩んでいるんでしよう。直さなきゃいけないところはこういうところじゃないですか。姉弟三人だったら、三人の関係というのはこういう関係でしょうね、と言ったんです。すべて当たっている。

今度は弟さんのほうはどうか。弟さんのほうは、ちょっと変わった性格なんですけど、その生活の現状までもすべて言ってしまっただけですね。そして、それがその通り当たっている。

ほとんど話はしてなかったんですよ。だから、他心通（たしんつう）とか直感智（ちかんち）というのは、鋭くなりましたね。

成就前には、独房で六時間のヴァヤウイヤ・クンバカをやっていたんです。その時は、四時間目くらいからやつと意識が飛ぶようになるんです。それはもう瞑想状態に入れる状態（さんざい）、三昧（さんまい）に入れている状態なんです。四時間もしなきゃだめだったんですよ。しかし、今では一回やれば、もう意識が飛んでしまいます。二回目でもう三グナが見え出します。解脱した後っていうのは凄いなとつくづく思いますね。

△アングリマール大師の成就について▽

彼は男性にありがちな、権力欲とプライドのために、私と何回かぶつかったものである。彼の特徴は、ものすごく強い意志を持っているということであった。このくらい意志が強ければラー

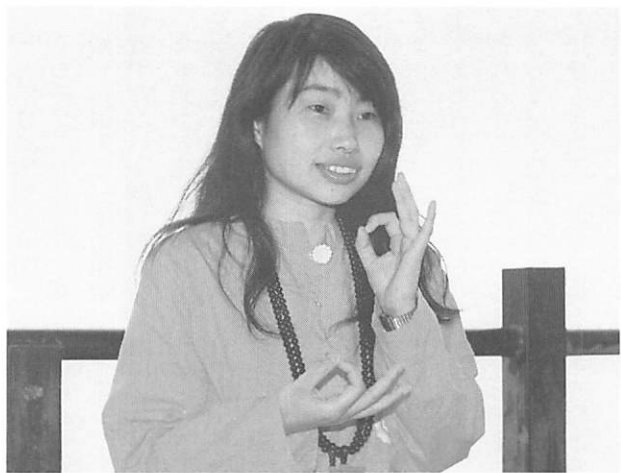
ジャ・ヨーガの成就ができるだろうと思った私は、彼を独房へ入れた。

そして、二ヶ月。彼は私の期待を裏切ることなく見事に成就を果たした。一日十八時間にも及ぶ修行に耐えて、よく頑張ったと思う。グルに対する信がなくなるとも、意志が強ければ修行だけで成就するという例であろう。実は、彼はグルに対する信がなかったのだ。

それ以外にも、彼の体験談には、ラージャ・ヨーガの成就の特徴がよく現われている。暑さを克服するために、「自分はいないんだ」と否定するところ、四念処の瞑想、三グナの靈視などがそれである。また、彼の場合、盗みなどのカルマがすぐに返ってくるなどして、禁戒を守った状態を保てたのは幸いであった。

また、読者の中には、クンダリニー・ヨーガの特徴とされている前世の記憶を彼が呼び起こしていることに疑問を感じる人もいるかもしれない。これは、実際に彼が成就こそしていないが、クンダリニー・ヨーガのプロセスにも入っているからである。その途中の段階でも過去世を思い出すことはありうるのだ。

彼はラージャ・ヨーガの成就では満足しなかったようだ。今、クンダリニー・ヨーガを進めようとして、信・功德の実践を始め、必死に努力しはじめた。その結果、クンダリニー・ヨーガのプロセスで誰もが辿る、潜在意識と顕在意識との葛藤が起こってきた。はたから見ていると、精神分裂のようである。今後、ラージャ・ヨーガの完成、クンダリニー・ヨーガの成就と進んでいくだろう。



「解脱——光輝く真実の道へ」
●シャンティイ大師
クンダリニー・ヨーガの成就②

シャンティー大師……本名 大内早苗 三十歳。本年七月、クンタリニー・ヨーガで成就。現在はクンタリニー・ヨーガの完成へ向けて修行中である。(オウムで修行を始めるまでの経緯については、「マハーヤーナ」NO4を参照のこと)

——手記初出「マハーヤーナ」NO4

△シャンティー大師——どとほ独房修行プログラム▽

六月五日～十七日——「第一回目」

ヴァヤヴィヤ・クンバカ・プラーナーヤーマ 六時間

めいご瞑想(ツァンダリー) 十時間

七月二日～十二日——「以降第二回目」

ヴァヤヴィヤ・クンバカ・プラーナーヤーマ 六時間

クリヤ・ヨーガ

二時間

瞑想（ツァンダリー）

十二時間

七月十三日～三十一日

ウァヤヴィヤ・クンバカ・プラーナーヤーマ

三時間

ツァンダリー（プラーナーヤーマ）

三時間

クリヤ・ヨーガ

二時間

瞑想（ツァンダリー）

十二時間

（基本時間は表の通りであったが、瞑想中、雑念がわいてきたときには、随時ツァンダリーのプラーナーヤーマを行なうこととした。）

彼女には、結局二回にわたって独房修行を経験させた。それは、一回目の独房で既に三昧に入り、肉体を捨ててもよいという意識が出てきたため、私が危険なので中止させたのである。したがって、二回目の独房修行では、もっぱら心のプロセスの浄化が中心となった。インドでは三昧をもって解脱とするところもあるのだが。

なお、一回目の独房修行については、拙著『超能力秘密の開発法』（増補版）に体験談を載せてあるので、興味を持たれた方はそちらも併せて読んでいただきたい。

◎シヴァ神との約束——輪廻の橋を渡る

毎日ザンゲするように言われました。腐っている、と先生に言われまして。瞑想しなくてもいいからザンゲしろ、と。最初は、生まれてから今までのことを全部言い尽くして、で、まだ残っていないかって先生に言われて、考えとまた出てきました。最初は形だけのザンゲでしたが、最終的には、本当の腐っている部分、エゴ、さみしき、嘘、と真に迫ってきましたね。

◎七月二日（木）

今日三十歳を迎えた。独房の初日に誕生日を迎えて、これからどんな人生が待っているのだろう。昨年はシャクティーパットをしていただきました。今年も解脱、悟るための独房修行のチャンスを与えていただきました。何か無上の幸せです。

◎七月三日（金）

セクシャルな夢を見る。今までの自分なのか本性なのか。現実には、いじめられることを知っているから臆病になる。もっと明るくと思っても、暗い心が邪魔をする。与えられたチャンスも無痴ゆえに逃してしまふ。ウアヤウイヤ・クンバカるとき泣いている。何度同じことで苦しんでいるのだろう。そしていつも、救いはただひとつ。

シヴァ神様と約束したものの。一緒に輪廻りんねの橋を渡ってグルのもとへ行く、と……。

◎七月六日（月）

グルはどうして私の心の中をご存知なんだろう。今日はずーっと思っていたことを、これからノートに書こうとしていたことをズバリ言われてしまった。私の心の中にあるものは、美しいもの、やさしさ、愛、清らかなもの、平和、善……これだけはどんなことがあっても、誰にも手をふれさせなかったもの。

愛し合っている、これは私の中の愛と同じだろうか。言葉でさえも、これは私の中にある美しい、清らかなものと同じだろうか。いつも選択している。そして、そうでないときは、捨てる、逃げる、やめる。これが私の不幸の原因だ。これは無痴、そして真実ではない。

本当に心の中にあつたものは、ものすごいエゴ、ものすごいプライド、ものすごい無痴だったのではないかと思う。私が私としてかろうじて存在してこれた心の中の大切なものが、真実だと信じてきたものが、価値のあることだったものが、今崩くずれれていく。

何の為に私は存在していたのだろうか。いえ、日々幻影の中で、私は私の心が作った六道ろくどうを輪廻りんねしていた。グルはおっしゃる。私がこの世に存在していないことに気付くはずだ、と。

◎七月八日（水）

瞑想。前半は、両鼻にスーッと頭頂より風が吹いたように気持ち良くなった。意識が目覚め、座法も安定し、約五時間は楽に瞑想が続けられることができたと思う。ただ心臓が痛い。呼吸が浅く短いので、時々何度もせわしく息を吸ってみたりするが、特に変わらないのでそのまま続ける。

光がアージュニアアークサハスラーラか、光り続け、まぶしい。はじめ瞑想に入ったとき、たくさん光の帯に包まれ、なぜか黒っぽい意識のかたまりが飛んでいた。そして、どんどんその汚れが帯の中でとれていき、光の中へ消えていった。

後半はひたすら時間との戦い。おとといまでは、体がシビレて気持ち良いという感じだったが、今日は熱のクングリニーが右半身を熱っぽくし、頭にエネルギーをどんどん集中させていくように苦痛。意識も苦しんでいる。ほとんど、人間を早くやめたいという感じ。意志も弱い。でもこのまま独房から出てでも使いものにならないだろうし、進む以外に道がない。

◎七月十日（金）

まだエゴも滅せない。「私の世界」もある。泣いてばかりで、自己を守っていてもしかたがない。ありのままの自分をさらけ出し、グルにザンゲしよう。今日はそんな気持ちになった。身も心も汚れ、無始の過去より積み続けた悪業くわごうの数々、どうか清め、とりのぞいて下さい、と真剣に

お願いする。アナハタ・チャクラがはちきれそうになる。外側へ開いていくような感じで、意識と肉体とアナハタが分離しそうだ。前世を次々と思い出し始める。

◎「うらみ」を持って生まれた

独房修行中、三回ほど挫折したことがありました。一回目は、宿命通がついて、前世を知ったときです。私は、過去世で毒蛇だったり、虎だったりしているんです。こんなとんでもない前世だったことを思い出して、一回死のうかなって思ったんです。

二回目は、私がこの世に生まれてきた理由を知ったときです。瞑想中、自分が人間に転生してくるのをヴィジョンで見たんですよ。で、先生にそのことをお話ししたんです。そうしたら先生に、お前の生まれてきた理由は「うらみ」だ、と言われたんです。

前世でも愛情で引っ掛かっていて、愛情の裏返しで、情にからんだうらみが原因で生まれてきたらしいんですね。それを先生と同行していたみんなの前で言われて、プライドがめっちゃめっちゃに傷ついたんです。本当に苦しかったですね。

先生はそのへんをわかっていて、カルマを落とすためにわざとおっしゃったのですね。

◎七月十二日（日）

恥ずかしい。実際やってきたことだから、すべて告白し、ザンゲしよう。苦しい。どうして苦



東京本部「道場開き」において(87/8)

しいのだろう。つぶれてしまいそう。でもいい、つぶれた方が。つぶれてしまえばいい。エゴなどいない。

体、熱い。熱っぽい。胃、痛む。心臓、痛い。頭にエネルギーが昇っていく。アナハタが盛りあがる。オウムを唱えると意識が広がって、光が輪になって中央の光がせまってくる。

結局、私さみしい人。プライドの高さ、見栄っぱりがすべての行動パターン。ザンケしているうちに、生きていてごめんさい、と思ってしまう。生きていることが悪業を積むことだったりして。この世もアストラルも幻影。過去もこの世なのだから、幻影なのかしら。本当の世界はどこにあるのだろう。

うらみ（愛情の裏返し）がこの世に再生した原因。先生にそのように言われた。先生のおっしゃっていることが少しわかるような気がする。心がだいに静かになっていく。精神が異常かもしれないが、肉体をどんな形でも今なら捨てられる。そんな思いがわいてきた。

肉体は火が噴き出しそうにクンダリーニーが昇っているのがわかる。もう少しなのだろうか。もう少し耐えれば、もっと心も肉体も浄化し尽くせたら、私は解脱、悟ることができるのだろうか。先生、どうかシャンティーをお見捨てにならないで下さい。

●アナハタ・チャクラの爆発

◎七月十四日（火）

瞑想中、両鼻が通り、スーッと意識が鮮明になると、上から白い光、下からエネルギーがアナハタ・チャクラに入った。お腹には五仏ごぶつが宿り、アストラル・ボディを作ったと強く観想する。オレンジ、赤（バラ色）、青、緑と順に身体が上へつきぬけていく。サハスラーラ・チャクラより、白い光の帯が大きな白い楕円形だえんけいに黒い穴のある軽石のような光体につながり、自分がその中に入っていく。一三三五年、……年、一五……年、一九八七年という年代が出てくる。

私は真実のイメージを求めている。幻影はいらないと強く思う。透明な水が上からこぼれてくる。すると、

「グルは真理です。」

と、その光体が私に教えた。そして突然、グルに対する本当の帰依きよの心がわいてきた。このとき、自分ともうひとりの自分のはっきり分かれた。

暗い中に、金色の光のつぶが輝いている。白銀色の輪の中央に白っぽいかたまりがある。そしてそれに包まれてしまう。

マントラを唱え、意識をグルの意識の中にとけこませようとした。すると、白い光がアナハタ一杯に満ちてきて、アナハタが一気に爆発した。白っぽい意識が広がった。

◎七月十八日（土）

瞑想に入ると、頭上よりベルが鳴り響き、体がしびれ出す。瞑想空間は広くなってゆくばかり。アストラル・ボディができた、と意識の中で強く思っている。心が軽い。

遅ればせながら、大乘の道を私は歩んでいきたいと思う。今まで本当にシヴァ神とグルに帰依していたであろうか。私のエゴの満足の為に、私というものは存在していたという気がする。

もういらぬ。エゴも形も見栄も捨てた。真実の帰依ができるように、これから本当に修行する。極限の功徳を積む。こんな気持ちになっている。

◎七月十九日（日）

最後の二時間の瞑想はおかしい。自分が自分であるような、ないような状態。肉体が意識できないわけでもない。深く入っているという感じでもない。少しイライラする。考えているからだろうか、エゴのこと。

光も、音楽も、熱いクンタリニーも風のような甘露も、もうあたりまえのように私の体を通り過ぎてゆく。でも、フワツとする、この感覚は何だろう。突然どこかへ飛び出してゆくような、引き込まれるような感覚だ。

◎七月二十日（月）

アナハタ・チャクラからエネルギーが吹き上がる。光の状態は、だんだん同じイメージで強くなってきている。始め白銀色の光がアージュニア・チャクラ全体に広がってゆき、金色のキラキラ光るツブがたくさん現われる。

遠くの方から白く光る球体がせまってきて、顔面でリングを作ったりして消える。

肉体的には、汗線が開いてきている。皮膚呼吸が盛んなように感じられる。体が非常にだるい。

◎七月二十一日（火）

ボワーツと抜け出てしまいそうな感じで瞑想に入る。五回ほど体、あるいは意識がガクツという感じになり、そのたびに深い瞑想に入っていく。

頭上では、ベルの音や金属的な音楽が聞こえる。左耳の方からは、ハープのような弦の音楽がいやに明るく響いてくる。

光の状態は昨日と同じだが、金色に光る川のようなものが現われて、体がとけてその川に入ってしまったような感じになる。

◎三回目の挫折

この頃、心の中で大乘の修行者としての自覚が少しずつできかけていたんです。ところが先生に、お前は小乗しょうじょうで行け、何も卑下ひげする必要はないから、と言われたんです。そのことを先生に言われて、私が大乗の道歩くには限界があるんじゃないだろうかとか、がっかりしてしまったのです。これが三回目の挫折の原因になりました。

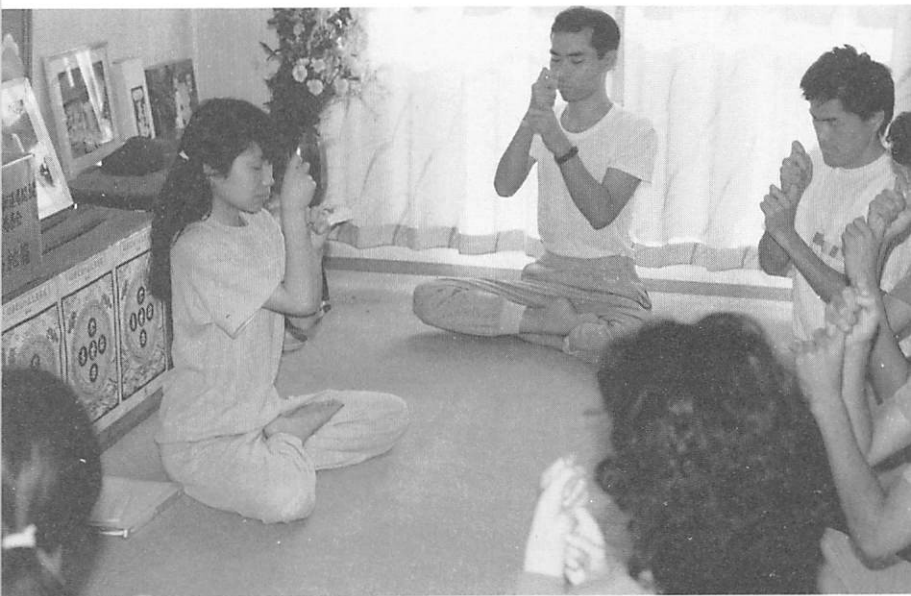
◎七月二十三日（木）

どうしたら解脱できるのだろう。いくらなまけもの私でも、いくら無痴な私でも、いささかこのままでは、と思うようになってきた。もういやだと思ふ。幻影げんえいの中で、暗闇くらやみの中で、もがいて苦しんでいるのはもういや。

私は、いつも光の中にいたい。人をうらんだり、シットしたり、暗い生き方はイヤ。私は自由でいたい。幸せでいたい。

◎七月二十四日（金）

前日ザンゲ。グルのお話によれば、すべて自分であるから肯定するように、ということでした。今日ザンゲ。かなりいいところまでできているとか。楽を減すること。今までの人生が妥協たきょうの人生



コース指導中の大師(大阪支部にて)

だったはず。それがプラスかどうかを考えるように、とのこと。

今日の状態は本当に「喜」。うれしさがこみあげて、笑っている。何日ぶりだろう。こんなに笑ったなんて。体が軽い。心も軽い。すべてグルのエネルギーとして感じられる。この満ち足りた気持ち。ずーっと続けばいいと思いつつも、いけない、ここで満足したら解脱はない、という気持ちにもなる。

解脱はもつとすごいだろうと思う。今までの暗い気持ちが吹き飛んでいく。なんてばかな生き方をしてきたのだろう、と思うと又おかしくなる。ほとんど気でも狂ったのかと思いつつ笑っている。

朝、意識が二度飛ぶ。一回目はグルが現われて、二回目は白銀色の赤ちゃんが純粹意識です、とか言っている。グルにお話するとよい体験だそうです。まだ限界までやっていないとか。

●すべてをグルに差し出す

先生にエネルギーを入れていただくと、靈的なステージはぱつとあがって解脱に向かうんですね。でも心は浄化されていないから、それについていけません。喜の状態に入って、喜んではいらるんだけど、それでも後で空しくなってしまうでしたね。

◎七月二十五日（土）

光がアージュニア・チャクラに集中する。まぶしい光、金色のつぶつぶ。そして、白い光が輪をつくる。何度も繰り返され、どんどんまぶしさが増してくる。白い光は中央に、始めはぼやつとした感じで、遠く小さく輝いているが、しだいにアージュニアに近付いてくるうちに大きくなり、色が白ではなく、黄色の太陽のような光になってきた。

自分はその中に飛び込んでいくようで、なんだか恐い。心臓もあえいでいて、体がしびれている。アージュニアが痛い。しだいに光は頭頂より入ってくるような、包まれてしまったような状態で明るい（自分が光なのかも知れないな、と思う）。

アシビニー・ムドラーが勝手に始まり、又あえいでいる。が、すーとおさまる。音楽が聞こえている。羽毛のような白い雪の結晶（結晶）のようなものが見えた。十分くらいかと思つたら、三時間十五分もこんなことをしていた。

◎七月二十七日（月）

二十時間修行する。クタクタ。グルは十八時間平気で修行できるようになつたら、そのときは解脱しているとおっしゃった。

途中、サハスラーラにエネルギーが集中しだし、ミシミシと痛くなる。そのままエネルギーが

頭頂から抜け出す。同時に上から別のエネルギーが入ってくる。あとはずっと明るい光が見え続け、アージュニアーにもエネルギーが入り続ける。

この前に、また「喜」の状態に入って笑い出す。だんだん狂ってきているのではないかな、私。自分が歩いてきた人生。ザンゲで言っている内容。何もかもおかしくって泣きながら笑っている。なんでこうも無痴なんだろう。他人に気を使って、よくもこんなに心を汚してきたものだ。結局さみしくって、だれかにかまってほしかった。いつもいつも。

「喜」の状態を過ぎてから真剣にザンゲする。もう私もいらぬ。何もいらぬ。生きるのも死ぬのももういらぬ。すべてグルに差し出す瞑想をした。

●悟りの日——偉大なグル

先生に、

「お前と同じように苦しんでいる者がいるじゃないか。」

「その人に言葉をかけてあげることができるじゃないか。」

「って、いわれたときに、はっと気がついたんですよ。こんなに汚い、こんなに嘘つきの私でも、私と同じ人がいたらね、こうだよって言ってあげられるわ、って。まわりの人も救えるかもしれないな、お手伝いできるんじゃないかなって思ったんです。」



◎七月二十八日（火）

瞑想中、又苦しくなる。イヤタイヤダ。辛い。先生にはあきれられているだろうし、エジプトへ行ってしまう。どうしたら解脱できるのだろう。この心。私はいったい何なのだろう。何かすべてがイヤになってきてどうしようもなくなる。

ところが突然、離れてみようという気持ちになって、パツと心を離れたとたん、今までの苦が苦でなくなった。手のひらを返したような、この自由感。食べたいものは、供物として捧げよう。グルに自分の汚い部分をさらけ出した私。嫌われていても、好かれていても、このような小さな棒のなかにグルは存在していらつしやらないのだ。

そうだ、救済の仕事をするのだ。私と同じように苦しんでいる多くの人達をわかってあげられるだろう、とグルはおっしゃった。苦しんでいる人はたくさんいるのだ。

蓮華座を組む。誓願をたてた。

午後一時半、グル来訪。今日のことをお話した。

「悟ったな。」

と、グルは短く言われた。

「シャンティー、あとはお前に教えることは何もない。見守るだけだ。エネルギーが綺麗になった。」

(先生、申し訳ありませんでした……。)

私はそれしか言えなかった。喜びはあとからあとからあふれるばかりに私を満たしていく。グルの御顔(おまか)を見上げた。

この瞬間を私は永遠に忘れない。そこにましましたのは、やさしくほほ笑まれ、慈愛(じあい)にあふれ、まばゆい光を放たれたマハーグルデーヴァであられた。心がどんどん透明になり、素直になつていく。悟りに至るプロセスは苦しい。しかし、すべてを失い、苦の極限を越えたとき、絶対自由な世界が訪れた。そして、ここまで導いて下さいましたのは、目の前にいらっしやるグルであられるのだ。

今生で巡(めぐ)り会えて本当によかった。私はグルとシヴァ神に完全に帰依した。

●解脱——救済の道

◎七月三十一日(金)

午前中、白銀の光の中に飛んだ。ツァンダリーのプラナーナーヤマのとき、クンバカ中、腰にエネルギーが広がってゆき、保息時間が長くなればなるほど辛さが腰にくる。

瞑想中、体がフワフワして、だるくてたまらなくなる。急に寒くなったり、熱くなったりする。エネルギーは自由に上昇させることができるようになった。

午後十一時、セクシャルなヴィジョンを見る。自分だけけど、もうひとりの自分が見ているという感じ。実際に性欲はありますかと聞かれれば、もう肉体次元の行為はしたくないような気がする。精力は、なぜか最近回復してきたのだけれど。

光がまぶしくなってきた。ブラフマ・ランドラにエネルギーが入ってくる。しかも、かなり強く体の中に入ってくる。体が浮くのでは、という上昇感もある。シャクティーパーットをしていただいたような感じだ。

エネルギーが上がって行って、ピョンとはねてしまう。

ケイマ⁽⁵⁾大師来訪。

「解脱したのではないですか。」
とのこと。

解脱したということは、その後先生に確認していただいてわかりました。その前から兆^{ちよう}候^{こう}はあったんです。心臓や背骨の一本、一本を霊視したり、金色のつぶつぶとして、「意思⁽⁶⁾鞆^{たもと}」も見ていました。

三昧にはずつと入っていたんですが、赤、黄色、白銀、金色とかの波、うねりを何度も見ている、それに飛び込まないようにしようと思っていました。これは光の世界で、想念だっているの

がはっきりわかりました。

この後、一週間ほどさらに修行を続けて、独房を出ました。

◎八月九日（日）

とうとう、私はこの部屋を出ることになった。ケイマ大師が、

「今日はずっと少し違いますね。瞑想しましょう。」

とおっしゃる。私は、なぜか最近ご一緒の瞑想がうれしくてたまらない。

電気を消された。ケイマ大師のまわりをうすいブルーがかった白銀色が包んでいた。クンタリ
ニーのエネルギーが上昇していらつしやるのが見えるようだ。おもわず、ニッコリとほほ笑んで
しまった。

透明な時間。三六〇度の瞑想ができるようになった。

すべては与えられる 何と深い意味だろう

グルの本当のお姿を私は知った

そして、自分がいかに多くのカルマを積み、心を汚してきたかを知った
すべてはマーヤ（幻影）なのだということも知った

信の大切さ 帰依の喜び

極限だったからこそ、与えられた喜びは大きい

マハーグルデーヴァ麻原尊師様

今生で巡り会えて本当によかった

ありがとうございます

今生のすべてを捧げ、大乘の道を歩み、ご恩返しをしたい

そして、私と同じように苦しんでいる多くの人が一日も早くグル麻原尊師に巡り会え、

マハーヤーナへ入れるように願いたい……

△シャンティー大師の成就について▽

拙書『イニシエーション』や『生死を超える』でも紹介されていたが、彼女の修行の持続力は驚異的だった。

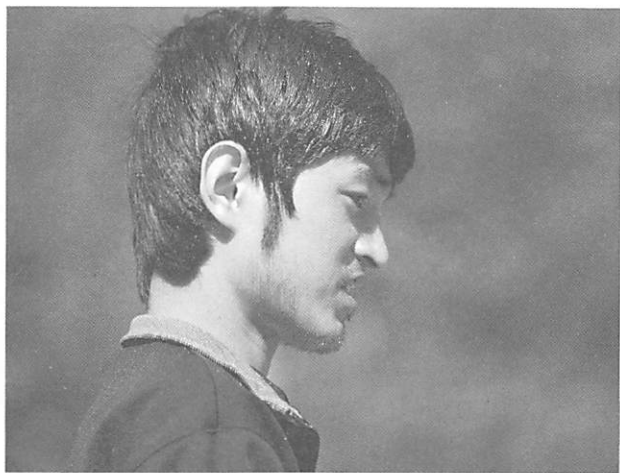
彼女の体験談にも、宿命通によって前世を思い出したり、すべてが幻影であることを悟るといった、クンダリニー・ヨーガの特徴がよく現われている。そして、今では「すべての人が同じに見える」と言う。正確なインスピレーション、ジュニアーナ・ヨーガの土台となる平等心を身に付けつつあるのだ。また、彼女は会う人の病気をたちどころに治してしまう神通力じんつうりきの持ち主とし



でも有名になっている。

ケイマ大師の場合と同様、愛情欲求と食欲が成就の邪魔をしていたが、成就してからは完成に向かつて順調に進んでいる。今では人に接してもエネルギーのロスが少なくなり、安定してきている。あと一、二ヵ月でジュニア・ヨーガへ入っていきけるのではないだろうか。

ちなみに、彼女が瞑想中にヴィジョンを見るときには「変化身（変身）」を使っている。これはケイマ大師も同様である。



「復活、蘇った救済者！」

●マイトレイヤ大師
クンダリニー・ヨーガの成就③

マイトレーヤ大師……本名 上祐史浩^{じょうすけしこう} 二十五歳。本年九月、クンタリニー・ヨーガで成就。ジュニアーナ・ヨーガの成就も目前である。現在、オウム真理教・ニューヨーク支部長として渡米中。(オウムで修行を始めるまでの経緯^{いきわづらひ}については、「マハーヤーナ」NO5を参照のこと。)

——手記初出 「マハーヤーナ」NO5

△マイトレーヤ大師——独房修行プログラム▽

七月十二日～二十三日

一日中、自己の煩惱^{ぼんごう}の分析。行法は一切なし。

(最後三日間、ウアヤウィヤ・クンバカ・プラーナーヤーマが加わる)

七月二十四～九月十九日

午前六時～九時

ツァンダリー (プラーナーヤーマ)

午前九時～午後三時

ヴァアヤウィヤ・クンバカ・プラーナーヤーマ

午後三時～七時

浄化法（サンカプラクサラナーナ・クリヤ、ネーティ、ダウティ。ただし、三日に一度、サンカの代わりにバステイとガージャ・カラニー）

午後七時～午前二時

瞑想（内容は、ツァンダリー、ジュニアーナ・ヨーガによる自己の煩惱の分析、過去の悪業のザンゲ、など）

午前二時～六時

食事、睡眠

〔七月二十七日から、二つのプラーナーヤーマと瞑想の前に五百回の五体投地（合計千五百回）〕

●菩薩の道

独房の話は、六月くらいにもう出ていたと思います。

本当はもうちよつと遅くするはずだったんですけども、十一月くらいをめどにアメリカにニューヨーク支部ができるという予定になって、そこでスタッフとして働くために、その前に独房修行を経験しておこうということだったんです。

最初は十月の予定だったんですけど、一カ月では成達は難しいというので、早く入ろうということになりました。

アメリカ行きの話は、まだ青年部だった四月の段階でありまして、救済という具体的なウイジ

ヨンで、ニューヨークあたりに支部を持って、そこで頑張るといふ話でした。こうしてとにかく、七月十二日から、独房修行が始まったわけです。

◎七月十二日（日）

独房の初日。部屋がまっ暗なのは気にならない。かえって、スタッフとして働いていたころのストレスから一挙に解放されて、幸せな気分さえある。先生に言われた。「エゴから生じる執着」「自己を守るための怒り」「自分と他人を区別する無痴、無氣力」の三つの根本煩惱を、自分の過去の経験と結びつけて、自分のカルマを分析するように、と。

最初の一週間はジュニアーナ・ヨーガの基礎固めみたいな形で、人間の持っている三つの根本的な煩惱がどのように我々の欲望を作り出して、その欲望がどのように我々を不幸にしているのかと、そして本当に自分が幸福になるためにはどうすればいいのかということ、ひとつひとつ自分の経験に当てはめながら分析していったんです。

そういう一週間でしたが、まあ最初の三日くらいは、ほーっとしていました。暗い空間で、ご飯は一日一回持ってきてくれる。いつでも寝ていいと言われている。ただ考えなさいと。そして、全然ストレスがない。やかましくもない。だから、バクティ時代のような、激しい労働もない

わけですから、これはある意味では天国かなと思いましたがね。

非常に解放された、ほーっとしたような、あつたかいような感じでした。

で、自分の心の動きを見ていくと、いろんなものに執着しているというのがわかって、本当はそういうものは自分を幸福にはしないんだと考えるようにしました。

例えば、現世的な願望、お金持ちになりたいとか、エリート・コースを歩みたいとか、出世したいとか、そういうのがありますよね。それとか、自分の持っているプライドですよね。人から馬鹿にされるとすぐ怒るとか。解脱のためには捨てなければならぬ、親や恋人への感情みたいなもの。そういうものが自分を本当に幸福にしないということを分析した後に、でも本当はそうは思い込めないという壁にぶつかりました。

◎七月二十一日（火）

先生がいらいらっしやり、エネルギーを注入された。帰られた後、しばらくして急に心が不安定になった。何回も分析して、離れようとした。恋人、親、現世的欲望が、強い感情をともなって襲ってくる。考えること自体、何かの想念を持つこと自体が苦しい感じだ。体を動かしていないせいか、眠ることさえままならない。

朝五時になって、ようやくツアンダリーのグヤサマジヤの瞑想をして心が落ちつき、眠ること

ができた。

◎七月二十三日（木）

先生がいらっしやり、二回目のエネルギー移入を受ける。ここ二、三日の精神の不安定については、

「それはよいことだ。今まで覆^かい隠されていた煩惱が出てきた。そして、それから逃げてはいけない。嫌な想念にこそメスを入れろ。心の変化を恐れるな。」

と言われた。この心さえ自分ではない。だから、どんな欲望が出てきても、それほど悩む必要はない。出来るだけ客観的に見つめよう、と思った。

◎先は長い

ある段階に来て、何か考えるたびに自分は欲望に基づいた思考をしているという気持ちになってきて、そういう想念から離れたいのに離れられないことに気付いて非常に悩みました。そうするともう進まない。肉体的には全然疲労がないわけで眠れない。考えることもやりたいんだけど、ぼつと執着みたいなのがわいてくると、離れなければいけないとわかってるから、あーまた出てきたのか、いやだなと思う。そういう辛い時期がありました。



尊師と(秩父セミナーにて)

何とかそれに慣れてしまったのが、だいたい十日目過ぎくらいですかね。要するに眠れないほど苦痛ではない。完全になくなっただけではない、出てくる。まあ出てくるけれど、また出てきたかと。最初に出てきたときに比べれば、心の準備があるんですね。なんとなく、ひとやま越えたという感触を得ました。

それから、先生にヴァヤヴィヤ・クンバカ・プラナーヤーマとツァンダリーのプラナーヤーマ、それからツァンダリーの瞑想、あと浄化法のプログラムをいただいて、クンダリーニー・ヨーガの行法とジュニアアーナ・ヨーガの瞑想と平行して行なったわけです。

◎七月二十七日（月）

エネルギーが強くなってきたのか、頭頂がしびれるようになってきた。ツァンダリーのプラナーヤーマのとき、虹色の光の帯が見えた。

今日から五体投地が始まった。真夏の、しかも締め切った部屋の中だから、汗が滝のように落ちる。辛いなと思ったときには、

「この苦しみは解脱という大楽につながる。今ちょっと苦しめば、後で幸せになれるんだ。」と、自分に言い聞かせてどうにか終わることができた。

◎七月三十日（木）

今日から、先生がエジプトに一ヵ月程行かれるので、アングリマール大師が代わりに毎日来てくださることになった。大師は、解脱する以前とは全く違っていて、その迫力、鋭さ、発散されているエネルギーに圧倒されてしまった。

これが解脱者なんだな、と思うと共に、先が長いことを痛感。

◎八月七日（金）

行が進まない。何の神秘体験もない。先生が帰ってくるまであと二週間。帰ってこられたときに恥ずかしくないように修行しよう。それが私の信の証明になる。

◎八月十日（月）

睡眠中、白銀に光る球体が見えた。まわりに赤、黄、青の微細な何か光っているようなヴィジョンを見た。

◎八月二十三日（日）

ツァンダリーのプラナーヤーマの後、体が固定されて足が持ち上がり、体がねじれるような

感じがした。体がふわっと浮き上がるような感じだ。

●神秘体験の連続

クンダリニー・ヨーガのプロセスは、結構自分でもはっきり覚えていきます。

最初、行法をやりはじめてから、クンダリニーの光がすごく強く昇るようになって、クンバカしているときに、その青白い光がぱーっと見えはじめて、五大エレメントの虹みたいな色が見えてきました。

そのうちに、先生の言われる「意思の光球」とか「イメージの光球」とかが、睡眠中の半覚醒状態で見えました。すごく綺麗だなんて思って、感動しました。

先生がエジプトに行かれていた一カ月間の最後の一週間くらい、つまり行法が始まって約一カ月ちよつとしてから、神秘的な、本当にいろいろな体験が相次ぐようになりました。

まず最初に、プラーナーヤマや、新たに加わった五体投地をやった後、十分くらいシャヴァ・アーサナをとるんですが、そのときに自分のアストラル体がふわっと浮くような感じがしました。そして、天井近くまで上がっていったり、下がっていったりしました。

また、あるときは金縛りにあって、体が固定され、その次の段階で、またマニプーラ・チャクラのあたりがびーっとしびれてきて、体から自分の意識がふっと抜け出しているいろいろなアストラ

ル世界に行くんです。あるときは、部屋だったり、他のときは自然の中の景色だったり。

●アストラル世界を駆け巡る

◎八月二十六日（水）

ウアヤウィヤ後、幽体離脱する。まっ暗な中を上昇した後、下降した。暗い世界に出て、そこには骨があつたようだ。体が固定されていて、なかなかもとに戻れなかつた。

◎八月二十八日（金）

今日は、五体投地後、幽体離脱し、前と同じように上昇し、下降し、美しい海岸のある世界に行った。人があまりいない。ハワイのような感じだった。

ウアヤウィヤのとき、震動が続く。もはやタルドリー・シッデイに近い程大きく跳ねる。

それからその前後に、もっと違った形で頭頂からふつと抜け出すようになりました。ばーつと抜け出していつて、黒い円柱みたいな通り道を上がっていつて、次にずーつと下がっていく体験が始まりました。

上下したりして、いろいろな世界に行くんですけど、一番最初に行ったのは地獄でした。これ

は後から先生に教えていたんですけど。で、すごく苦しくて。骨とかが落ちていて。これは「バルド一のヨーガ」というもので、「変化身」が頭頂から抜け出すような感じなんです。

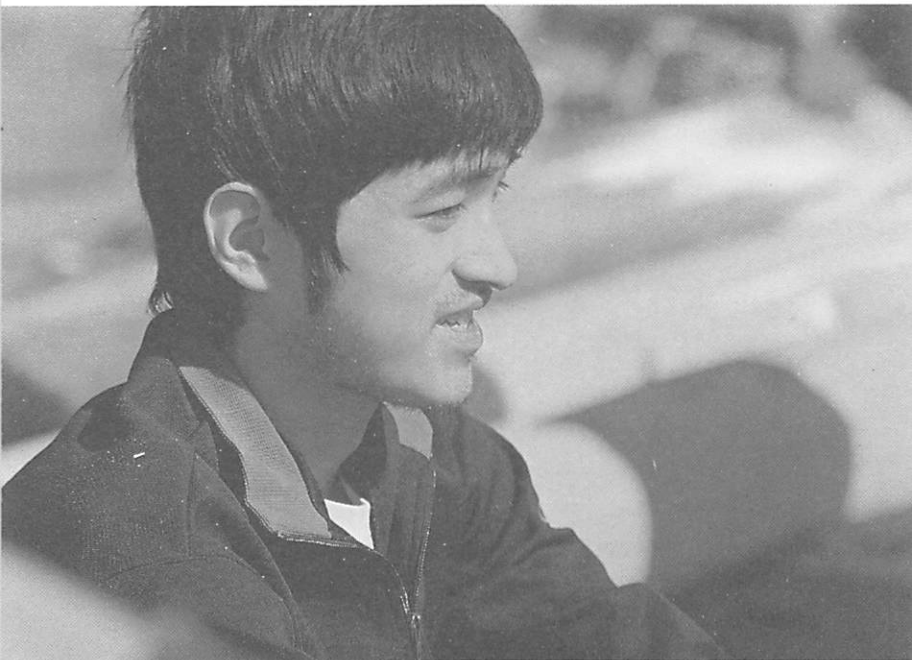
で、地獄はいやだと思つて、今度は抜け出した後に上へ上へと思つたんです。そうしたら、上上がるんですよ。それでは、と出た世界がすごく綺麗な世界で、リゾートみたいな世界でした。先生が言うには、天界か阿修羅界だろうということでした。あんまり人はいないんです。そこで遊んでいる。そういうような体験をしました。

そのころは、行法をやるのがすごく楽しくなりましたね。プラーナーヤマや五体投地をやつてはシャヴァ・アーサナをとつて、待っている。早くアストラルに行け、と。それが、一日二、三回と、頻繁ひびんぱんに起こるようになってきたんで、ついに超能力もついてきたかと思ひました。

時間になると、たぶん十分くらいだと思ひます。まあ、短いものは本当に二分くらいだと思ひますけど。天界とか地獄に行ったとき、ずっとここにとどまっていたいと思ひと、それからしばらくしてもとに戻つちやいました。つまり、本当は自分はここに住んでいる人間ではなくて、独房修行していて、なんていう意識が入ってくると、戻つてしまうことが多かったです。

●縦横無尽の超能力

◎八月三十日(日)



ダルドリー・シッテイの回数が増えます。三百回くらい跳びはねている。

それを経験するようになってから、間もなくヴァアヴィヤ・クンバカのとくに震動が起こって、俗に言うダルドリー・シッテイが起こり出したんです。保息中にどんどんと何回も飛ぶわけです。最初は自分で意識的に跳ねているのかなと思っただけですけど、それを確かめてみると、どうも勝手に跳ねている。

日がたつにつれて、その飛距離が伸びてきて、回数も増えてくる。最盛期は六時間のプラーナーヤマで三百回くらい、ほんほんとなったことがありますね。で、非常に疲れる。だけど、まあ幽体離脱はするし、ダルドリー・シッテイはするで、ほとんど夢心地という感じの時期でした。でも、行法は辛かったですね、やつぱり。長時間のプラーナーヤマとか。

それからしばらくして、幽体離脱が起こらなくなった時点で、すごく夢見がリアルになりました。夢見といっても、睡眠時間の夢見だけじゃなくて、シャヴァ・アーサナをちよつととっていただけでも、すぐアストラル世界の方に入ってしまう。それで十分も十五分も遊んでいるんです。それがすごくリアルで、いろいろ楽しんでいるわけですね。

そこで次第に、自分の前世の記憶みたいなヴィジョンが出てきました。例えば、知らない子供達や友達と遊んでいるんですよ。で、そのとき必ず何らかの超能力を見せている。ふわっと空中

に浮くとか。ああ、おれは本当に空中浮揚ができるようになった、これは夢じゃないんだ、こうやって体がさわられるんだからとずーっと思っっているんですよ。それで、しばらくして覚めると時間が一時間くらいたっていて、うわっと思っただけでまた修行をやりました。

それからテレポーテーションみたいなこともあって、いろんなアストラル世界の場面があって、そこからふつと消えて、次のヴィジョンがふつと出てきて、そこに移っている。

自分の肉体の意識に戻ってきて、もう一回、目を閉じてアストラル体に入りたいなと思ったら、目が覚める前のヴィジョンに戻っているというふうには、ぐるぐると現象界とアストラル世界とをまわっているような感じの状態があって、そこらへんになると本当にアストラルの住人になれたようで面白かったですね。

●真の幸福とは何か

瞑想はジュニアアーナ・ヨーガを中心にやりました。

まず、ザンゲですね。今までの自分の執着に関して、例えば嘘をついたとか、殺生をしたとか、盗んだとか、プライドによる怒りとか、貪りとか、それらに関して、自分の過去の経験をたどっていつてザンゲして、どうもザンゲしにくいところに関しては、ひっかかっているからジュニアアーナ・ヨーガで分析する。このプロセスを繰り返しました。

執着があれば、なぜ自分が自分を幸福にしないのかということ、真理の見方から解析していきました。

例をあげるならば、僕には恋人がいたんですけど、彼女への愛着というものは、よく考えてみるとだいたい自分の欲望を満足させてくれるとか、性欲を満足させてくれるとか、そういうものが基本になっている。

そういうものにとらわれるかぎり、心が不透明になっていて、最終的な輪廻を超え解脫はしない。現世的にも必ず人間は死ぬわけだから、恋人に愛着しているかぎり、死んだとき、つまりバルドーに入ったときにすごく苦痛になる。

また欲望によって成り立っている以上、よりよく欲望を満たしてくれる他人が現われれば、彼女の心は動くだろうし、自分の心も動くだろう。ふられるかもしれないし、自分が離れていくかもしれないし。結局、その愛着によって人間は、先生が説かれるように、再び欲六界に生まれかわりますよね。で、今度欲六界に生まれたときには、餓鬼か地獄に行くかもしれない。実際、餓鬼、地獄は一番陥りやすい世界ですから。

そういうようなことを考えていて、実際自分を本当に幸福にするものは何だろうか、幽体離脱して天界とか地獄へ行った経験というバックグラウンドをもとにして考えるわけです。それで、できるだけそういった執着を落とすことをやりました。

●流れ落ちるエネルギー

そのザンゲの時期を一応終えて、次の時期はひたすらツァンダリーという瞑想法、尾てい骨からスシムナー管を通してエネルギーを上げて、頭頂のサハスラー・チャクラにそのエネルギーを満たして、今度はスシムナー管を通して降ろす。つまりエネルギーを循環させて、三昧に入っていく、そういう行法が中心になりました。

だから瞑想は、最初の基礎段階のジュニアーナ・ヨーガ、その次のザンゲとジュニアーナ・ヨーガの瞑想、次にツァンダリーすなわちクンダリーニー・ヨーガ、三昧に入るための瞑想と、三つやりました。

ツァンダリーをやっていたのは九月中ということになります。ただ、ツァンダリーをやっている、何かの執着のヴィジョンが出てきたら、ジュニアーナ・ヨーガをやる。そういう感じでした。そのころから、先生に何回かシャクティーマットを受けました。それにともなつて、ツァンダリーの快感というのを次第に味わうようになりました。

頭頂がすごく冷たく気持ち良くなるんです。定期的に冷たくなって行って落とす。そのエネルギーを下に落とす観想をすると、チャクラが少しずつしびれて、感応して行って、さささーっと快感が下に落ちていく。

スヴァディスターナ・チャクラのところで、意識を集中して止めておくと、瞬間的にまた頭頂

にエネルギーが集まるんです。ピカッと光るんです。で、しばらくすると、また頭頂が冷たくなっていく。その冷たさによって、すごく瞑想が好きになってきました。瞑想の時間があまり苦痛に感じない。で、ほーっとして、冷たい、落ちる、冷たい、落ちる、それを繰り返すようになってきたんです。

それから次第に、三昧の前段階の息が止まるような感覚が出てきて、激しく息をはっはっはっとしてふっと止まってしまふ。で、呼吸が止まってしまふのでびっくりしちゃうわけです。で、それを意識すると苦しくて息を吐く。

で、次第にもっとダイナミックになってきて、息が止まるだけじゃなくて、体が固定されるんです。瞑想中なんですけど、ツアンタリーをやっている、場面が暗くなって、体が固定されてきて、同時に息がはっはっはっとして出てきて、で心臓の鼓動が速くなってくるんです。

それは本当にびっくり体験で。なかなか呼吸停止、心臓停止という三昧の状態に入れなかったですね。

◎九月十六日（水）

先生が来て、シャクティーパーットを受ける。五大元素の色と一緒に透視する。黄色（地元素）、スカイブルー（水元素）、赤（火元素）、緑（風元素）、青（空元素）をひとつずつ見ていく。そして、アージュニアー・チャクラの白い色、そして最後にオレンジだった。（先生は、「オレンジの

光は最後のステージで見るもの」と言われた。

まだ、エネルギーが足りないため、世界が暗く、はっきり感じられないのは残念だった。

「私のエネルギーが全部入った。あと三日くらいで解脱するだろう。」

と先生が言われた。ぐったりされていた。

●解脱——輝いたオレンジの光

◎九月二十日（日）

夜、寝ていると先生から突然電話がかかってきた。

「終わったんじゃないか。」

ときなり言われる。

「呼吸が停止していただろう。お前は座法がヘタだから、寝ているうちに三昧に入るんだ。」

そして、

「もう、瞑想とプラーナーヤマだけをやれ。そして、三昧に入れ。」

と言われた。

クンダリニー・ヨーガの成就というのは、先生が言われていたんですけども、最後にオレンジ

色の光が見えてくるんです。

普段と同じように行法を済ませて、ご飯を食べたその後、知らぬ間に三昧に入っちゃうんですね。呼吸が止まって、心臓の鼓動がものすごく速くなっていく。そのとき、意識ははっきりしていなかったんですけど、一時間くらい入っていました。

出てくるとちようど先生から電話があつて、

「クンダリニー・ヨーガが終わったじゃないか。」

と言われたんです。自分は全然意識がなくて。その後、瞑想してみるとオレンジ色の光がぴかぴかと見えましたね。で、それからは頻繁に見るようになりました。

成就も、人によって激烈な体験をする人とそうでない人といえるみたいです。先生の話では僕の場合、クンダリニー・ヨーガは過去世で終了していたので、あんまり今生では激烈な体験というのがないみたいです。

●解脱に必要な信と帰依

この後、さらに独房修行は続きました。それは、アメリカ支部長として渡米する以前に可能な限り、ステージを上げておくためだったんです。そして、先生からは、「自由に三昧に出入りする」という高度なテクニックを修得するように言われました。

ジュニアーナ・ヨーガの成就も自分にとっては課題でした。

◎九月二十一日（月）

瞑想中に三昧に入ろうとするが入れず、次第に焦る。とにかく相当な精神力を必要とするので、自分にできる気がなくなった。呼吸が停止するのを意識してはいけけないのだが、どうしてもしてしまい、あれやこれや考えるがうまくいかない。

◎九月二十三日（火）

夕方くらいまで修行したが、全然進展せず。一方ではエゴが出てきて、修行を続けられなくなった。このまま何年続けても、できそうにない。かなり迷ったが、先生に電話し、

「もう修行する気力がなくなりました。」

と言った。すると、先生は、

「そうなるのを待っていたんだよ。」

と言われた。

自分の一番大きな挫折というのはこのときに来て、どうしたら三昧に入れるんだろうかと、座

法を考えたり、そのときの精神集中の位置を考えたり、いろいろやってみたんですけどだめでしたね。

なかなか三昧に入れないし、恐怖だし、プラーナーヤーマをもっとやった方がいいんじゃないかとか、座法をこういうふうに組み替えた方がいいのかなとか、壁によりかかった方がいいのかなとか、すごく意識してしまつて。

それで、だんだん瞑想の修行が辛くなつてきて、修行自体ができなくなるという状態になって、本当にこれはだめだと思つたんです。

結局、そこで得た教訓というのは、

「今、君は三昧を、自分の頭を使いながら、いろいろなテクニックを使いながら体得しようとしているけれども、実際の三昧とか解脱とかいうものは、グルに教えられたものをただひたすらやるということ、技術に走つてはいけないんだ。ただ無心に集中してやるうちに自然にできてるもんだ。」

成就というものは、自分で得ようとして得られるものではなくって、グルによつてもたらされるものなんだよ。」

ということで、先生から特別なイニシエーションを受けました。それは、自分の体をよりよく三昧に

ニューヨークにて



入らせるためのエネルギー移入と、そういうような精神状態、ただひたすら集中していくとか、行をする精神状態をつくるための特別な手段、その二つによって構成されていきました。

そのイニシエーションを受けた後に、ナーダ音に精神を集中するという「ナーダ観想法」という特別な技法を教えていただきました。

そこで立ち直って、もうひとふんばりするかと思つてやっていましたら、三十分くらいの三昧、一時間くらいの三昧、一時間半くらいの三昧と次第に入っていけるようになって、一日中瞑想をやつては三昧、瞑想をやつては三昧というような世界に入ることができました。

●ジニアーナ・ヨーガの成就を目差して

三昧のときの感覚というのは、ふつと意識がなくなつて、暗性かんせいのときは何も見えずに意識がなのまま、はつと出てきて、ものすごく時間がたっている。調子のいいときは、そこでのヴィジョンを見ますね。

例えば、今まで瞑想中に見たこともないような、考えたこともないような自分の執着のヴィジョンとか、もつと昔の自分の前世みたいなヴィジョンを見たりするんです。

ただ単に深い瞑想状態とは違つて、ふつと気付くと完全に呼吸が停止しているんですね。で、終わつた後にスカートとしてゐるんですよ、頭が。

まあ、何回か途中でときれちやうときがあつたんですけど、そのときは体がもわーっとしていて、なんとなく不快で、心臓が速く、どこん、どこん、と鳴っているんですね。もちろん呼吸は停止しています。あーこれは本当に三昧状態におれは入っているんだな、と確信できたのはそのときですね。

ただ、座るとすぐに入るのではなく、プラナーナヤマをやつてエネルギーをアップさせといて、瞑想をやつて、眠気が出てきてから「ナーダ観想法」をすると、音を聞いていたんだけれども、やがてふつと意識がなくなつて、ふつと飛んでヴィジョンを見はじめているんですね。

本当に完璧なのは、入っていくプロセスを完全に意識できることなんですけど、一回くらい確かにそうやつて意識して入れたことがありますね。何回も繰り返していくうちに、どんどん長くなっていくみたいです。

ジュニアーナ・ヨーガの方は、前に言った三つの段階のツァンダリーの段階で、何か執着のヴィジョンが出てきたら消していくということでしたが、九月に入つて瞑想中には見なくなりましたね、いろいろなヴィジョンを。

つまりこれは、アストラル世界は浄化されたことを示しているんですね。ジュニアーナ・ヨーガによつて。ただ三昧に入るとヴィジョンが出てくる。だからコーザル世界の浄化をこれからしていかなければならない。それは、何回も三昧に入つて、その三昧の状態でもジュニアーナ・ヨ

ーガができるようにならないといけない。そのためには、量をこなさなければならぬし、意識が鮮明でなければいけない。

ジュニアーナ・ヨーガに関しては、成就一步手前と言われるのはそういうことなんです。それはこれからの課題ですね。

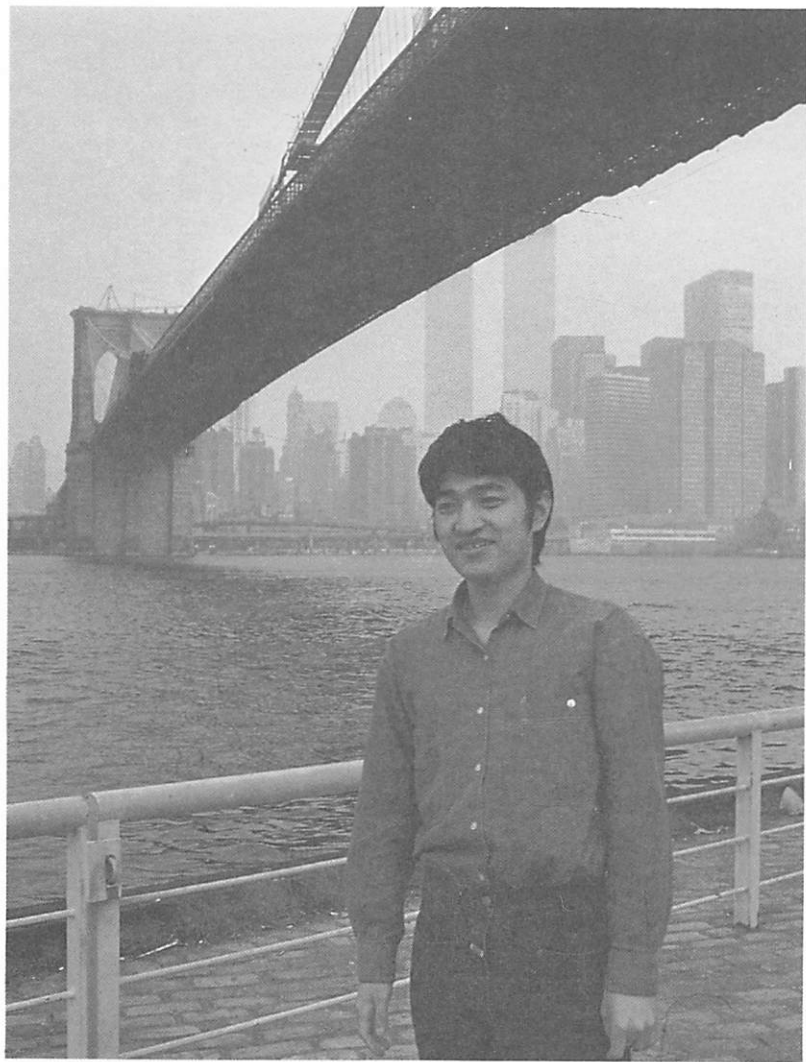
△マイトレーヤ大師の成就について▽

私は、彼は修行の天才だと思った。一目見たときから、前世でかなり高いステージまで行っているのがわかった。

彼の成就是、私の許もとに来てからわずかに五ヵ月。驚くほどのスピードである。しかも、彼には成就の感激はなく、当然として受け止めている。この無感動というのは、前世でこの成就を経験していたからなのである。変化身に乗ってアストラル界の地獄界や天界をリアルに体験しているのもそのためである。これは私のかつての体験とも非常によく似ている。

また前世の記憶をたどるといふ、クンダリーニー・ヨーガの成就の特徴も体験からきちんとかがわれる。

これから、一層功徳くどくを積み、修行を続ければ、必ず前世以上のステージに到達することができらう。私の方も彼を引き上げてあげなければ、と考えている。



彼は今、ニューヨークで功德を一所懸命積んでいる。その功德によって、近いうちにまたステ
ージが上がるだろう。

なお、彼が成就の際に見たオレンジ色の光は、クンダリニーの色である。

第一章
マハーヤーナ・ステージ

◎説法編

■第一話「預流向からマハーヤーナまで」

(1) 阿含経典あこんきょうてん

仏典の一つ。釈迦牟尼しやくかむに入滅後、高弟達たかていがまとめた釈迦牟尼の法話集。

(2) 大乘だいじやう

自己の幸福だけを求めるのではなく、他者も救済し、最終的にすべての魂をマハーヤーナへ導くことを目的

とする仏教の教え、およびその修行。これに対して「小乗」とは、自己が幸福になることを主目的にする教え、および修行。

(3) マハーヤーナ

現象界、アストラル世界、コーザル世界を超えた絶対自由・絶対幸福・絶対歓喜の世界。もともとこの世界に安住していたすべての魂は、三ダナと呼ばれるエネルギーに干渉され、この苦界に迷いこんだのである。一般に、「涅槃」の意味の言葉としてはニルヴァーナが

有名であるが、その最高位の世界の意味として使われる。

(4) 欲六界

無色界、色界の下に存在する世界(現象界)。天界、阿修羅界、人間界、動物界、餓鬼界、地獄界の総称。したがって、人間界はすべての世界の下から四番目に位置している。

(5) ニルヴァーナ

小乗の修行者が行く最高の世界。

(6) 「六つの極限の修行」

大乘仏教で、一般に「六波羅蜜」と言われている修行法。漢語に訳される前のこの言葉に「極限」の意味合いがあるため、言葉の意味の忠実さを期して、麻原尊師が使われる。「布施」「持戒」「忍辱」「精進」「禪定」「智慧」の六つ。功德のステージも表わす。

(7) 「四つの無量心」

四無量心。平等心・愛・哀れみ・他を譽め称えること、の四つ。詳細は第五話参照。

(8) 「チアクラ、アストラル世界、コーザル世界、本性身……」

チアクラ、三つの世界、七つの身体については、解説編「宇宙観について」参照。

(9) 解脱

人間が生死を超え、絶対自由・絶対幸福な存在になること。修行における一つの完成を表わす。

(10) 特別イニシエーション

「イニシエーション」とは、グルが弟子に与える、エネルギー注入を含む秘儀伝授のこと。ここではオウム真理教が進めている、総本部道場建立の為のお布施をされた方に、麻原尊師が与える正味三時間のイニシエーションのこと。

(11) シヤクテイパーパット

グルが弟子に直接エネルギーを移入し、クンダリニーの覚醒等、靈性を高める技法。現在、世界でこの技法を駆使できるのは麻原尊師ただ一人である。

(12) セミナー

オウム真理教で二、三カ月に一度行なわれる合宿による集中修行のこと。麻原尊師の説法、プラーナーヤーマ、ムドラー、瞑想等が中心。

■第二話「ラージャ・ヨーガの成就と完成」

(1) ヨーガ発祥の地・インド

八月エジプトを訪れた麻原尊師は、インドよりも早い時期、古代エジプトでヨーガが栄えていたという様々な証拠を手にした。詳しくは「マハーヤーナ」NO4より連載中の「麻原彰晃エジプトの秘儀を解く」参照。ここではその主題が異なる為、従来通りインドを発祥地とした。

(2) カルマ

原因として生み出されたものは、必ず結果を招くということ。例えば、過去の良い行為、悪い行為が後に自分に返ってくる。

(3) 真我

コーザル世界以下の三つの世界ができる以前に存在していた、私達にとつての本当の自己。永遠、不滅、歓喜の三つを属性とする。この真我に三グナと呼ばれるエネルギーが干渉して三つの世界ができた。詳細は「マハーヤーナ」NO2「精神世界講座(第二回)」——真我、魂、すべての世界」参照。

(4) 縁起の法

釈迦牟尼が説いた「阿含經典」の中心となる教義。「十二縁起の法」とも言う。麻原尊師は自身の修行体験から、仏教学者の誰ひとりとして解釈できなかったこの法が、クンダリニー・ヨーガの解脱のプロセスを意味していたことを解明し、著書「生死を超える」を著わされた。

(5) プラティヤハラ (制感^{せいかん})

ラージャ・ヨーガの経典「ヨーガ・スートラ」にある、「制感、凝念^{ぎんねん}、静慮^{じやうりょ}、三昧^{さんまい}」の四段階の一つ。外界からの刺激や影響を一切受けない状態。

(6) アングリマール大師

第二章参照。

(7) グル

宗教上、修行上の指導者、師。

(8) 九州支部道場

オウム真理教・九州支部道場のこと。一九八七年十月福岡につくられた。

(9) 静岡の道場建立の件

オウム真理教が予定している総本部道場の建立のこと。麻原尊師が予言されている富士山の噴火の回避を含め、オウムの救済計画を進める上で、の中心道場となるもの。現在建立計画進行中。

(10) 勸戒^{かんかい}

修行上、すべきこととして勧められる戒め。麻原尊師がここで述べられているのは、釈迦牟尼が説いた「三つの布施」のことである。

(11) シャンティイ大師

第二章参照。

(12) ケイマ大師

第二章参照。

■第三話「クンダリーニー・ヨーガの成就と完成」

(1) タントラ

「タン」は秘密、「トラ」はマントラ (真言^{まごん})。"秘密のマントラ"の意味。

(2) イダー・ピンガラ・スシュムナー

人体にある三つの主要なエネルギーの通り道のこと。イダー管……尾てい骨の左側から各チャクラを通過し、

アージュニアア・チャクラの左側に通っている管。

ピンガラ管……尾てい骨の右側から各チャクラを通過し、アージュニアア・チャクラの右側に通っている管。スシュムナー管……尾てい骨の中央から背骨に沿って各チャクラを通過し、サハスラーラ・チャクラに通じている管。

(3) ニンマ派

チベット密教の源流とされる古派。八世紀後半、西北インドからパドマサンバヴァがもたらす。

(4) カギユ派

後期チベット密教の一派。十一世紀、インドよりナローパに学んだマルパが創始。弟子ミラレパらがその発展に尽くす。

(5) シャクティープラヨーガ

靈性を向上させるためのエネルギー移入のこと。シヤクティープラットとの違いは、直接体に触れない点にある。病氣治療にも効果があるとされる。

(6) 魔境まきょう

低位アストラル世界と通じ、肉体的、精神的に変調をきたすこと。肉体的な修行のみが進み、精神的な修行がそれに追いつかない場合や修行者に功德くどくがない場合に入る。

(7) 神通力じんつうりき

超能力のこと。解脱を目差す修行では自然と超能力が身に付き、またそれが修行の進歩の目安となる。

(8) 救済

麻原尊師の説かれる「救済」には、
・人々を病苦から解放する
・この世の幸福をもたらす
・解脱、悟りへと導く
の三つの柱がある。これらを総合し、すべての魂を絶対自由・絶対幸福の世界であるマハーヤーナへ導くことが尊師の救済計画の究極の目的である。

■第四話「ジュニアーナ・ヨーガの成就と完成」

(1) 「バルドーのヨーガ」……
「生死を超える」第一章参照。

(2) 宿命通^{しやくふみうつう}、
自分や他人の前世^{まへせ}、未来世^{みらいせ}を知る能力。ヨーガ修行
て身に付く超能力の一つ。

(3) 「上祐、山本、都沢……」

麻原尊師の弟子、上祐史浩^{じょうすけしご}、山本まゆみ、都沢和子
の三氏。それぞれ七月より「独房修行」に入り、十月
に行なわれた、この埼玉県秩父市での集中セミナーに
同行した。セミナー中も「独房」に近い状態で修行を
続けていた。

(4) 独房^{どくぼう}

第二章(◎独房修行について)参照。

(5) 純粹觀照智^{じゆんずいくわんしやうち}

すべてのものをありのままに見つめる知性のこと。

(6) 「ネーミングも……」

麻原尊師が成就の証^{あかし}として弟子に与えるホーリー・
ネームのこと。上祐、山本、都沢の三氏は、このセミ
ナーの十日目、成就を認められ、命名式において尊師
よりそれぞれ、マイトレイヤ、ブラフマニー、ウッパ
ラバンナという大師名を授^まかった。

(7) 高德^{こうとく}

ここでは、ものすごく高い徳の持ち主の意味。

(8) 大徳^{だいとく}

ここでは、仏陀の条件としての特性を備えるほどの
徳の持ち主の意味。

(9) アストラルの王・コーザルの王

アストラル世界、コーザル世界で功德が満ち溢^{あふ}れた
者となること。

(10) 「経典にね……」

「阿含経典」の「縁起の法」や「スツダニパータ」のこと。

■第五話「大乘のヨーガの成就と完成」

(1) 「経典には……」

「仏部三部経」等、大乘仏教の経典のこと。

(2) 「天界……阿修羅……」

第一話注④参照。

(3) 「釈迦牟尼の仏典」

「阿含経典」のこと。

(4) 三明六通

仏教では六つの超能力が身に付くと言われている。

・天眼通 (透視能力)

・天耳通 (遠隔地や異次元の音や声を聞く能力)

・他心通 (他人の心の中を知る能力)

・宿命通 (自分や他人の前世、未来世を知る能力)

・神足通 (空中浮揚の能力)

・漏尽通 (他人の煩惱の状態を見極める能力)

これらを六通 (六神通) と言う。そして、最終解脱と

はこれらすべての超能力を獲得した状態を言う。三明

とは、この六通のうちの、「天眼通」「宿命通」「漏尽通」

の三つのことを言う。

(5) 神

「神」という言葉には二つの意味がある。一つは、欲

六界の天界に住む人々を指す場合であり、もう一つは、

マハーヤーナに住む「創造主」を指す場合である。キ

リスト教などで言う神とは、普通天界に住む神々のこ

とを意味しているが、ここではマハーヤーナに住む独

存の真我、修行者にとっての絶対神であるシヴァ神を

意味している。

■第六話「アストラル・ヨーガの成就と完成」

(1) 幽体びうたい離脱りだつ

魂(意識)が肉体を抜け出し、アストラル世界へ入ること。普通はスヴァディスターナ・チャクラの幽体を使う。

(2) 意識体

七つの身体のこと。ここでは、幽体のこと。

(3) サハスラーラ

サハスラーラ・チャクラのこと。

■第七話「コーザル・ヨーガの成就と完成」

(1) パタンジャリ

紀元前二世紀の文献家。ラージャ・ヨーガの経典「ヨーガ・スートラ」を著わした。

(2) 「アパーナ気……」

人間の身体は五種類の気(生命活動を促すエネルギー)の働きに支えられている。それぞれ以下の通りである。

・アパーナ気……身体の汚れを浄化する。主として排泄物を下降させる。

・サマーナ気……食物を消化し、養分を体内にめぐらせる。

・プラナーナ気……プラナーナ(宇宙エネルギー)を呼吸とともに体内に取り入れる。

・ウダーナ気……エネルギーを上昇させる。
・ヴィアーナ気……一般に言う「オーラ」。

詳細は「超能力秘密のカリキュラム」(麻原彰晃著、オウム出版)参照。

(3) 三昧

高度な瞑想状態。呼吸が停止し、意識(魂)は肉体を抜け出し、異次元に飛ぶ。「ヨーガ・スートラ」では、この三昧をもって解脱としている。詳しい説明はこの説法の中で出てくる。

(4) 守護者

一般に「守護神」と言われる者のこと。

(5) 暗性^{アンキョウ}

タマスのエネルギーが優位で、アストラル世界などのヴィジョンが全く見えない状態。(1)善性^{ゼンキョウ} サットヴァのエネルギーが優位な状態。——タマス、サットヴァについては、第八話注①参照

(6) 下位アストラルの住人達

俗に幽霊、悪霊と呼ばれる不浄な魂のこと。

■第八話「五蘊^{ゴオン} および大乘と小乗」

(1) 三グナ

真我とともに始原^{シゲン}より存在していた、ラジャス(動性)、タマス(暗性)、サットヴァ(善性)という根本的な三つのエネルギー。この三グナが真我に干渉して、コーザル世界以下の三つの世界ができた。それはまた、私達の迷妄^{メイオウ}の苦しみの始まりでもあった。詳細は「マ

ハーヤーナ」NO1「解脱と功德のメカニズム(第一回)」参照。

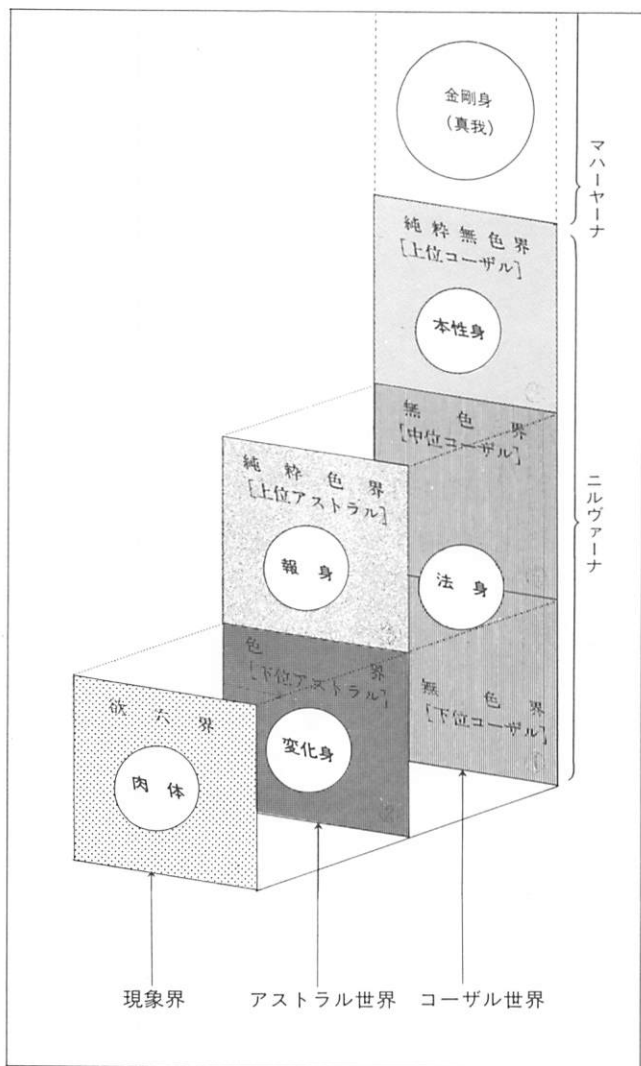
(2) 空性^{クウショウ}のヨーガ

五大エレメントの「空^{クウ}」(ヴィシュツダ・チャクラ)のエレメントのヨーガ。「空性」とは、異次元空間、微細空間という意味。

(3) ダライ・ラマ法王

観音菩薩^{カンオンボサツ}の化身^{イシタマ}と言われるチベット密教^{ミキョウ}の総帥^{ソウシュ}。幾度も転生を繰り返し、現在の法王は第十四世である。一九八七年二月、インド、ダラムサラーを訪れた麻原尊師は法王と会見、その席上、法王は「日本に真実の宗教を広める使命」を麻原尊師に託^{たく}されている。

(4) 三つの世界と五法身の位置関係 (図)



(5) 根本自性こんぽんじしやう

三グナ(ラジヤス、タマス、サットヴァ)のエネルギーが凝縮され、形としてあらわれた「容器」。

(6) 宇宙神素うちゅうしんそ

コーザル世界に存在するデータ・バンク。アーカシツク・レコード。ここには宇宙創成から今日まで、三つの世界で起こったすべての事象が蓄えられている。詳細は「生死を超える」参照。

(7) 生気球せいききゅう

三グナのエネルギーが活力として現われたもの

(8) 七科三十七道品しちかさんじゅうしちどうひん

小乗の修行者が解脱する為の修身法。詳細は「超能力 秘密の開発法」参照。

(9) 六神通

第五話注④参照。

(10) 三つの布施

財施ざいせ、安心施あんしんせ、法施ほうせのこと。詳細は第二話参照。

(11) 五つの戒

「生き物をいためつけない」「盗まない」「愛のないセックスをしない」「嘘をつかない」「酒を飲まない」の五つ。第二話参照。

■第九話「成就とは何か?——その真偽の証明」

(1) 「マイトレーヤ……」

この説法開始の前に、上祐、山本、都沢の三氏の命名式と独房修行の体験発表が行なわれた。

(2) マハーゲル

偉大なる指導者

(3) ツアンダリー

もともとは「熱」を表わす言葉。ここでは、オウム
の秘儀とされる高度な瞑想法のこと。「呼吸が停止する」

というのは、意識が肉体を抜け出し、深い瞑想状態に入っていることを意味している。

(4) アンダー・グラウンド・サマデイ

空気を遮断された地中で数日間瞑想を行なうという奇跡。

(5) 大宇宙占星学

麻原尊師が生み出された驚異的中率を誇る占星術。現在一般に知られている、中国に伝わる運命学「奇門遁甲」は諸葛孔明が用いたものとは違うと言われている。麻原尊師は、アストラル世界でマニクラチュールというグルから孔明が用いたものと同じ、真の奇門遁甲を伝授された。ここではそれを言う。

(6) シヴァ神

オウム真理教の主宰神。マハーヤーナに住み、絶対自由・絶対幸福を獲得している真我。オウムの救済計画は、この苦しみの世界(宇宙)を破壊し、絶対自由・絶対幸福の世界マハーヤーナへすべての魂を導くとい

うシヴァ神の意志に則っている。

(7) 優婆夷、優婆塞

在家の信徒。優婆夷は男の、優婆塞は女の信徒。

(8) 第四天界

第四位の天界、兜率天のこと。真理のみを説き明かしている世界。釈迦牟尼は、出家した修行者には解脱を説き、在家の修行者には兜率天へ行く道を説いたと言われる。

第二章 解脱——体験した真理の世界

■ケイマ大師 「そのとき、私は光りだった！」

(4) プーラカ
息を吸うこと。

(1) ヴアヤヴィヤ・クンバカ・プラーナーヤーマ
以下、様々な行法の名前が出てくる。それら一つ一つの解説は、「超能力秘密のカリキュラム」を参照されたい(第二章全般に共通)。また、中には秘儀に属するものもあるため、それらについての解説は省く。

(5) ジャーランダラ・バンダ
プラーナーヤーマやムドラーの際、喉を締め付けてエネルギーを上昇させるヨーガ技法。「バンダ」とは肉体のある部分を締め付けること。

(2) レーチャカクのクンバカ
息を吐ききった状態での保息

(6) 遠離、離食
がんり、りごん

この世が幻影だと悟り、外界から離れることを遠離、様々な執着を離れ、食りを断つことを離食と言う。釈迦牟尼の「縁起の法」の中にあり、解脱までの一つの段階を表わす言葉である。詳細は「生死を超える」参照。

(3) ダルドリー・シッデイ
体が自分の意志とは無関係に跳ね上がる超能力の一つ。空中浮揚の前段階である。「シッデイ」とは超能力の意味。

(7) アモガシッデイ
不空成就如来。東西南北の方位のうち「北」を担当

し、この地上におけるすべてのヨーガ修行を成就している者。

(8) ルドラ結節^{リットツ}

スシユムナー管にある三つの結節(ブラフマ、ヴェシユヌ、ルドラ)のうち、アージュニア・チアクラの真後ろにあるもの。

(9) ルン(風)

ここではアナハタ・チアクラのステージの意味。次に出てくる「空」とはヴェシユツダ・チアクラのステージのこと。

(10) 「冷たいものは……」

ツァンダリーの瞑想に習熟すると、クンダリニーがサハスラーラ・チアクラに到達して不死の甘露^{かんろう}が落ち始める。ここではそのこと。

(11) カルパ

インドの宗教で使う時間の単位。約四百万年。

(12) 六道輪廻

欲六界を何回も生まれ変わること。

(13) ボーディーサットヴァ

菩薩^{ぼさつ}のこと。

(14) 「明日からの集中セミナー……」

六月二十四日からオウム真理教の集中セミナーが開かれた。ケイマ大師も同行し、現地て更に個室での修行を続けることになっていた。最終的には、このセミナー中に解脱することとなる。

(15) アパーナ気

第一章、第七話注②参照。

(16) 金剛合掌^{こんこうがっしょう}

金剛印^{こんどういん}のこと。左右の五本の指をしっかりと握り合わせる合掌の形。

(17) ラトナサンヴァバ
宝生如來。「南」方に属し、意志のヨーガを成就した者。

(18) 根本無明
全く真理がわかっていないこと。

(19) 「空エレメント」に還元されて……。」
悪いエネルギーがアストラル世界へ戻っていつていること。

(20) 「風エレメント」
ここではアナハタ・チャクラのまわりを取り囲んでいる、五大エレメント中の「風」のエネルギーのこと。

(21) 風のクンダリニー
スシュムナー管を通る、冷たさを持った風のようなクンダリニーのこと。

(22) マノーマニー状態

エネルギーが上昇してブラフマ・ランドラに到達し、忘我の状態になること。

■アングリマール大師「意志の力が大衆をもたらす」

(1) ブラフマ・ランドラ
頭頂の中心から少し前の部分。アストラル世界とつながっている。

■シヤンティール大師「解脱——光り輝く真実の道へ」

(1) 「喜」の状態
クンダリニーがサハスラーラ・チャクラに到達することと落ちる甘露が、身体を上下し、精神的な満足をもたらす状態。「縁起の法」の解脱のプロセスの一つの段階。詳細は「生死を超える」参照。

(2) アシュビニー・ムドラ
肛門の開閉。エネルギーを上昇させるために行なう技法。

(3) 「エジプトへ行って……」

麻原尊師はシヴァ神の命により、約一カ月間エジプトに行くことになっていた。エジプトにおける尊師の体験については、「マハーヤーナ」NO4より連載中の「麻原彰晃エジプトの秘儀を解く」参照。

(4) マハーゲルデーヴァ

偉大なゲル。

(5) 「ケイマ大師来訪……」

麻原尊師がエジプトへ行き不在の間、独房修行をしている者の状態のチェックは、ケイマ大師とアングリマール大師が担当した。

(6) 意思精いしきょう

ブラフマ・ランドラ内にある意思を決定してる光の束(球)。

(7) 三六〇度の瞑想

自分の周囲がすべて見通せるような瞑想状態のこと。

■ マイトレーヤ大師 「復活、蘇った救済者！」

(1) ニューヨーク支部

オウム真理教のアメリカ支部は一九八七年十一月、ニューヨークに設立された。

(2) 青年部

八七年一月に麻原尊師の提唱する「三つの救済」を進めることを目的に作られた、オウム真理教・一般信徒の集まり。マイトレーヤ大師は、その発足当初から中心的なリーダーとして活躍していた。現在は「ボーディーサットヴァの会」という名称に変わり、バクテイー・ヨーガを実践する集いとして引き継がれている。

(3) 根本煩惱

コーザル世界に存在する「食・瞋・癡」の三つの煩惱のこと。詳細は「マハーヤーナ」NO1「解脱と功徳のメカニズム(第一回)」参照。

(4) グヤサマジヤ

チベット密教のゲルク派が到達点としているタン
トラの仏陀の異名。

アナハタ・チアクラ、ヴィシユツダ・チアクラから
聞こえる異次元の神秘の音。修行が進むと聞こえるよ
うになる。

(5) 五大エレメント

宇宙や私達の身体を構成している要素。「地、水、
火、風、空」で表わされる。詳細は「超能力秘密のカ
リキュラム」参照。

(6) 「意思の光球」「イメージの光球」

「意思の光球」は意思輪と同じ。「イメージの光球」は
同じくブラフマ・ランドラにあり、イメージを司る。

(7) アストラル体

ここでは変化身へんげしんのこと。

(8) テレポーターション

次元を超えて、瞬間的に空間を移動する超能力。

(9) ナーダ音



● 誰にも書けなかつた知られざる世界が今ここに!

真実を求めるあなた、人生の悩み、苦しみを乗り越えたいあなたに贈る

ヨーガ、仏教の真髄。解脱者麻原彰晃尊師他、十八人の修行者が神秘の体験を語る。

● 本文より ▼ 死の瞬間 ▼ 恐怖と戦慄の魔境 ▼ 至上の幸福「喜」 ▼ 四カ月らくらくクンタリニー覚醒法

▼ すべてが思いのままになる三昧

麻原彰晃著「絶対幸福の鍵を解く」

生死を超える



「解脱への道を明かした最初の本だ。超能力、幸福を得たい人にも必読の書だ。」(奈良県北葛城郡 和田一芳さん 学生)

「輪廻転生、本当の幸福……モヤモヤとした疑問が解け、心が軽くなりました。」(大阪府堺市 早川知子さん 会社員)

「夢だったクンタリニーの覚醒が現実となり、私の生活は一変してしまった。」(広島県福山市 前田隆之さん 学生)

麻原彰晃著 定価1800円 書店にない場合には左記にお申し込みください (送料300円)

オウム出版 〒一五四 東京都世田谷区世田谷二一八一一七

電話 03(323)9294 郵便振替 東京2-109325

イニシエーション・インフレーション

麻原彰晃 著

B6判 堂々巻頭カラー 定価2100円

至上最高の秘儀・秘伝書!!
精神世界のバイブル 重版出来!!

● 解脱と悟りの真のプロセスを説明!

著者、麻原尊師の弟子八名がすでに「解脱」「悟り」を得、成就! このことは尊師の教えと修行法の正しさを裏付けています。

● 次々と適中する予言——確実に核戦争だ!!

「富士山の噴火」「日米経済摩擦の深刻化」など尊師が事前に予言されていた事柄が、一つ一つ現実と化してきました。その麻原尊師が語る「日本と世界の未来」とは?

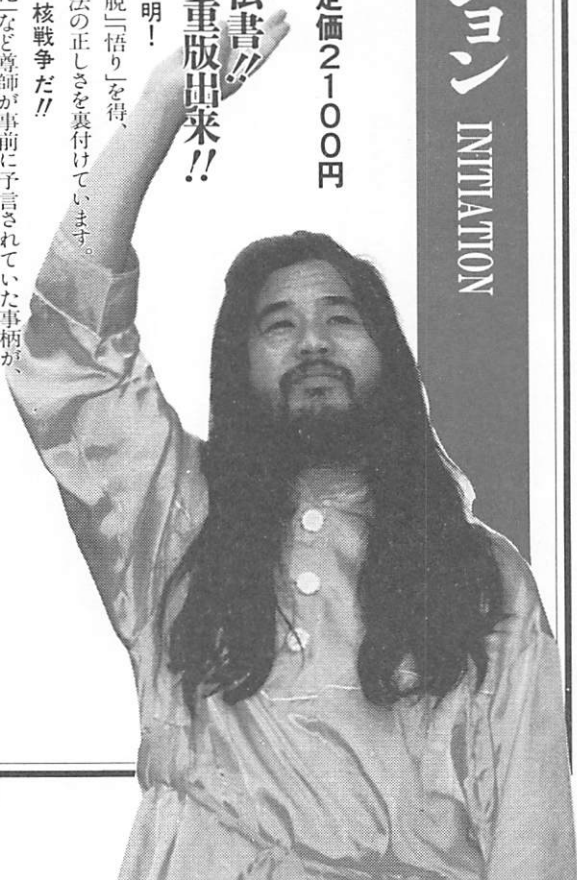
● 古今東西の經典にも記されていないかった「貴重な真実」

チベット密教ゲールク派のタントラ・イニシエーションと

オウムのイニシエーションを比較しながら解説します。

● 豊富な体験談を掲載!

「クンダリニーが覚醒する」「過去世が蘇る」「精神面の充実」「女性にもてはじめる」



既に修行をはじめている三十一名の方々の体験談をステージ別に載せています。

絶 賛 の 声

●加藤孝子さん(福岡県・主婦)

「真の救済者としての偉大さ、あふれる愛とエネルギー、論理の明快さ。めぐり合わせて戴いた幸せを感じて居ります。」

●池田麗子さん(東京都・主婦)

「初心者にもわかりやすく書かれ、内容も広くて深い素晴らしい本です。」

●棚木小百合さん(大阪府・主婦)

「真理が一杯詰まった、そして真理の実践のプロセスが説き明かされている、偉大な書であると思います。」

●大川博之さん(東京都・アーティスト)

「読めば読むほど味わいのある本であり、読むたびにいろいろ違った方向で勉強させられた。」

●浅野国利さん(東京都・ピアノ調律師)

「今まではつきりしなかった、各ヨーガの特長がよくわかってよかった。写真が美しかった。」

●野呂すみえさん(大阪府・マツサージ師)

「身と心が引き裂かれるようなヴァイブレーションを感じ、私は恐ろしさの為、思わず本を閉じてしまったのです。」

●青柳聡子さん(東京都・看護婦)

「現代社会に合わせた悟りのプロセスが、わかりやすくまとめられた、最も優れた書物であると思います。」

●浅井信滋さん(ロスアンゼルス・医師)

「純粹に人生の探究を思いたったあなたに唯一この本が答えを与えてくれるでしょう。」

●秋山伸二さん(東京都・学生)

「読み返すたびに、修行上や精神上の問題に必ず新たな道を照らし出してくれる本です。」



「イニシエーション」

麻原彰晃著

B6判

定価2100円

現実存在する神秘の世界、そして真実の世界をあなたもぞいてみませんか? 「イニシエーション」を手にした瞬間、あなたも真実の道を歩みたくなるかもしれません。

書店にない場合には左記にお申し込みください(送料300円)

・オウム出版〒一五四東京都世田谷区世田谷二一八十七

電話03(323)9294・郵便振替東京21109325

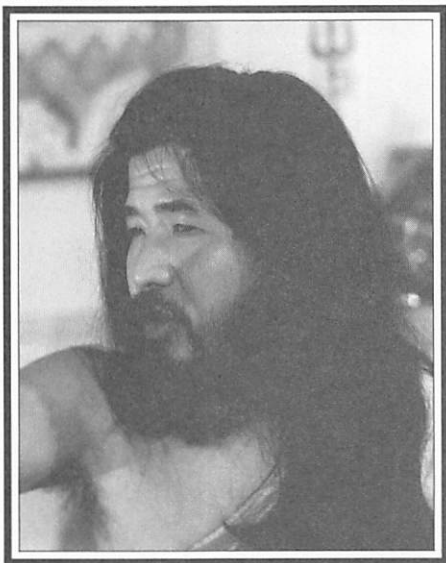
真実 は 光 を 超 え た

「マハーヤーナ」MAHA-YANA
麻原彰晃監修・月刊書籍

精神世界の情報満載

こんな書籍はかつてなかった!

大反響を巻き起こした話題の「マハーヤーナ」



解脱者が続出するのにも、幸福へ近づけるのにも

情報の正確さの証明——

次に真実を見るのはあなた

「特別寄稿、説法」等、麻原彰晃尊師の真理の法を毎月掲載!
他に、貴重な成就者の体験談、超能力セミナー、人生相談、占星学、
科学、音楽……盛りだくさんの内容はもうあなたを離さない!

A5版 208ページ 1100円(送料300円) 毎月1回10日発売



NO. 1



NO. 2



NO. 3



NO. 4



NO. 5



NO. 6

悟りと解脱により、絶対自由、絶対幸福、絶対歓喜の状態に到達し、

最高の世界「マハーヤーナ」に入る資格を得、

あらゆる超能力を獲得することを望まれる方に、

日本で唯一の最終解脱者 麻原彰晃尊師が指導する

ヨーガタントラ・コース

Yoga Tantra Course

日本で唯一の最終解脱者であられる麻原彰晃尊師が秘法を伝授します。

このプログラムに習熟すれば、

最短の場合二年間で解脱することが出来ます。

クラス及び、セミナーについて

- ① イニシエーション準備クラス
アーサナ、プラーナーヤーマ、ムドラー、瞑想の指導を致します（一回三時間）。
- ② 集中セミナー
麻原彰晃導師の説法、質疑応答に加え、秘伝の瞑想法を直接伝授致します。
- ③ 深夜セミナー
忙しくて集中セミナーに参加出来ない方々のための夜間集中練習です（一回六時間）。

特長

- ① 麻原彰晃導師が独自の修行法に加えて、インドの聖者や高位アストラル界の偉大な師より授かった数々の秘法を伝授（『イニシエーション』致します）。
- ② 導師の神聖なエネルギーを注入する『シャクティーパーツ』及び、『解脱し仏陀になるための無上ヨーガ』のイニシエーションを受ける資格を得ることが出来ます。
- ③ 自宅修行システムも充実しています。奥儀書、テープに加えて、導師のエネルギーをこめた靈石「ヒヒロカネ」を差し上げ、東京本部の原石よりアストラル界（異次元）を通じて絶えず貴方にエネルギーを送る「ヒヒロカネのアストラル・ライン」で修行を進めます。
- ④ 月刊誌『マハーヤーナ』（1100円）を無料進呈。導師の特別寄稿に加え、その弟子達の体験談、各種超能力の解説や実験等、精神世界の最新情報を満載しています。

- ⑤ 東京本部、大阪支部、福岡支部、名古屋支部、ニューヨーク支部及び、開設が予定されている総本山(静岡)、四国、広島、仙台、札幌等の支部にある、神聖な道場を利用出来ます。
- ⑥ セミナー(合宿訓練)に優先的に低料金で参加出来ます。
- ⑦ 修行に關しての質問や疑問があるときはいつでも電話、郵便等でお受けします。
- ⑧ 解脱者または高弟による『個人指導』が受けられます。
- ⑨ 『運命鑑定』―数種の運命学に解脱者の透視を取り入れて、貴方の運命を予知します。それにより確かな修行アドバイスをし、鑑定書としてお渡しします。
- ※通信講座がごさいます。地方の方やお時間のない方はご利用下さい。

◎資料請求について

詳細についてお知りになりたい方は、下記の資料請求券を添付したハガキ、または、電話にて左記までお申し込みください。詳しい入会案内書及び申し込み書をお送り致します。

オウム真理教

東京本部	〒156	東京都世田谷区赤堤2-4-2-5	杉田村松ビル1階	☎03(327)8565/03(327)8475
大阪支部	〒532	大阪府大阪市淀川区西宮原1-8-14	八光ビル2階	☎06(3997)1022
名古屋支部	〒460	愛知県名古屋市中区栄4-1-7-20	萬谷ダイヤパレス栄601号	☎052(252)0709
福岡支部	〒812	福岡県福岡市博多区博多駅前2-6-1-5	第一波部ビル6階	☎092(474)2877
ニューヨーク支部		53 Crosby St. Main Floor, New York, N.Y. 10012	(431)8789	

〈キリトリ線〉

マハーヤーナ・ストラ
資料請求券

MAHAYANA SUTRA

『マハーヤナ・スートラ』 大乘ヨーガ經典

一九八八年二月二十五日 初版発行

一九八八年三月 十日 第二版発行

定価三〇〇〇円

著者 麻原 彰晃

発行者 松本 知子

石井 久子

編集者 杉浦 実

印刷所 図書印刷株式会社

発行所 株式会社 オウム

東京都世田谷区世田谷二一八一十七

郵便番号 一五四

電話 〇三―三三三―九二九四

振替 東京二―一〇九三二二五

乱丁・落丁がありましたらお取り替えます。

マハヤーナ・スートラ

MAHA
YANA
SUTRA

大乗ヨーガ經典

ISBN4-900497-10-X C0014 定価3090円(本体3000円)