

知識探訪

多民族社会の横顔を読む
協力：日本マレーシア学会 (JAMS)

ヨガ指導者スワミ・シヴァナンダとその弟子たち

栗原美紀（上智大学アジア文化研究所・特別研究員）

スワミ・シヴァナンダは、宗教や国を問わず愛の普遍性、一体性を説き、20世紀におけるヨガの普及に大きな影響を与えた指導者の1人である。シヴァナンダがヨガの教えを形成する背景には、彼のマレー半島での経験があった。

後にスワミ・シヴァナンダとなるクップースワミーは、1887年に南インドのタミルナド州で生まれ、西洋医学を学び、医師となった。1913年にはインドを旅立ち、英領マラヤ（現マレーシア）に向かう。マラヤでは約10年、プランテーション農園の病院で働きながら慈善活動も行ったとされる。

しかし、時がたつにつれ、医療による奉仕に限界を感じるようになり、インドへ帰国。出家し、スワミ・シヴァナンダの名前を授けられ、修行に励んだ。

シヴァナンダは、修行中も診療を行っていたが、人々を癒やし健康と幸福に導く方法としてヨガも教授するようになる。36年には北インドのリシケシュにディバイン・ライフ・ソサエティー（Divine Life Society、以下DLS）という精神的知識の提供と無私の奉仕を目的とした団体を設立。シヴァナンダの弟子たちも世界各地に渡り、彼の教えの普及に努めた。

マレーシアにも、53年にDLSの支部がつけられた。現在のDLSマレーシアの活動には、日常的なヨガ教室や子ども向けのヨガキャンプの運営といったヨガの指導だけでなく、医療サービスの提供、孤児院の運営などもある。



ヨガ教室の光景（筆者提供、2019年8月撮影）

トル・インドアで開かれているDLSのヨガ教室に参加している（新型コロナウイルス感染拡大の影響を受け、現在教室は一時中断）。もともとは生徒として通い始めたのだが、運営側から声をかけられ、ボランティアの指導者となった。

指導を引き受けたことについて、パラムさんは「ヨガを始めて6カ月のうちに自分の体の状態の改善を経験したんだ。僕はヨガの恩恵を受けたから、それを社会に還元しようと決めたんだよ。ヒンドウイズム（ヒンズー教の精神・文化）にはセヴァという言葉がある。何かを受け取ったら、それを通じて他者を助けましょう、奉仕しなさい、という意味だね。われわれはスワミ・シヴァナンダの弟子だから、形を変えずに彼の教えを伝えるんだ」と語る。

「奉仕しなさい、愛しなさい、与えなさい、浄化しなさい、瞑想（めいそう）しなさい、悟りなさい（Serve, Love, Give, Purify, Meditate, Realize）」はシヴァナンダの教えの中核である。

シヴァナンダの教えを実践しているのはパラムさんだけではない。パラムさんの教室に通う生徒たちは、エクササイズ中、積極的にお互いアドバイスをし合う。長年教室に通う参加者がヨガを始めたばかりの参加者に体の使い方のコツを教えたり、年長者の参加者が若い参加者を応援したりと、それぞれが自らできることを持ち寄って、一方向ではない知識・技法の伝授が行われている。

もちろんパラムさんの指導では、身体運動だけでなく、健康や幸せを築くための考え方のヒントも提示される。シヴァナンダのマレー半島での経験に基づく教えは今もなお、その弟子たちによって受け継がれているといえるだろう。

< 筆者紹介 >

1990年長野県生まれ。上智大学大学院総合人間科学研究科社会学専攻博士後期課程在学中。医療と宗教に関心を持ち、クアラルンプールを中心にヨガの解釈・実践・展開について研究している。『人間と社会のうごきをとらえる フィールドワーク入門』（新原道信編著、ミネルヴァ書房）（分担執筆）が4月刊行予定。

パラムさんは88年から、首都クアラルンプールのリ