



『ラーマヤナ』は私たちのイティハーサ (Itihāsa / 古伝・歴史叙事) であり、約24,000詩節からなる古代サンスクリット叙事詩です。伝統的には聖仙ヴァールミーキ (Rishi Vālmiki) によって著されたとされ、シュリー・ラーマの生涯とその旅路を描いています。



Rāmāyana

ラーマの生涯と旅路



- Itihāsa — 「このように起こった」
iti — このように
ha — 実に／確かに／疑いなく
āsa — 起こった／あった

- デーヴァルシ・ナーラダ —
神々の聖仙、ヴィシュヌ神の使者

- Rāmāyaṇa — ラーマの旅路
Rāma は、サンスクリット語の語根 Ram (ラム) に由来し、「幸福の中にある」「喜びを感じる」という意味があります。したがって Rāma とは、「人が喜びを感じる存在」あるいは「人に喜びを与える者」という意味です。
Āyana (アーヤナ) は、「旅」「道程」「進行」「道」を意味します。



ブラフマー神
— 創造の原理を司る神



ヴィシュヌ神
— 維持・遍在の原理を司る神



シヴァ神
— 還元の原理を司る神



ブラフマー、ヴィシュヌ、シヴァの三神は
ともにヒンドゥー教の三神一体（トリムールティ）を構成

ラーマは、ヴィシュヌ神のアヴァターラ（化身）
として現れた存在

バーラ カンダ

ー 誕生 (第1部)

- ダジャラタ王
シュリー・ラーマの父。コーサラ国の人々から慕われていた王。
- アヨーディヤー
シュリー・ラーマの誕生地でありコーサラ国の首都。
- コーシャリヤー (王妃)
シュリー・ラーマの母。
- カイケーイー (王妃)
バラタの母。ケーカヤ国の王女。
- スミトラ (王妃)
シャトルグナとラクシュマナの母。
- ヤグニャ
神聖なヴェーダの祭式。マントラを唱えながら、捧げものを清められた火の中に捧げ、大いなるものへの供物とする儀式。

• プトレシュティ・ヤグニャ
後継者の誕生について神々の祝福を求めるため、聖仙たちの導きのもとで行われた神聖な祭式。
尊敬を集める聖仙リシュヤシュリングが執り行った。

• 聖仙ヴァシシュタ
最も尊敬される聖仙の一人であり、
ダジャラタ王とイクシュヴァーク王朝の王師、祭司、そして精神的な導師。

• 聖仙ヴィシュヴァーミトラ
偉大なヴェーダの聖仙。かつては王であったが、激しいタパスヤ（苦行・修行）を通してブラフマルシ（ブラフマンの聖仙）となった。また、ラーマの幼少期における師であり導き手でもあった。

• ラークシャサ
スバーフ、マリーチ、その母タータカーなど、強大なアスラ（魔族・神と対立する悪しき存在）の特定の種族を指す。森を荒らし、聖仙たちの修行や活動を妨げている。

• ミティラー
ヴィデーハ国の首都で、ジャナカ王によって治められていた。ジャナカはミティラーの王であり、シーターの父。

• シーター
ジャナカ王の娘。「畝（うね）」、鋤（すき）によって大地に刻まれた線を意味する。

• ウルミラー
マーンダヴィー
シュルタキールティ
シーターの姉妹たち。



ターラカ マントラ

Śrī Rāma Jaya Rāma
Jaya Jaya Rāma

シュリー・ラーマの
御名とその存在が
何度も何度も
私の心に満ちていますように



Rāma & Sītā

Tāraka（ターラカ）の直訳は、
「向こう岸へ渡す者／解放する者」
という意味です。

Rāma-nāma（ラーマの御名）が
Tāraka と呼ばれるのは、ラーマを想
起することが、伝統的に、輪廻
（saṃsāra）の大海の向こう岸へと渡
してくれるものと理解されているか
らです。

「シュリー・ラーマ」 —
デーヴィー・シーターとともにあるラー
マを、私は呼び起こし、敬います。
神聖なる女神シーターの恩寵とともに、
心を主なるラーマへと向けます。

「ジャヤ・ラーマ」 —
私はラーマの栄光を讃えます。

「ジャヤ・ジャヤ・ラーマ」 —
私は何度も何度もラーマに身を委ねま
す。

