

神についての体験談

2022年のクリスマス

何がクリスマスをこんなに特別なものにするのでしょうか？ 多くの人にとって、クリスマスは世界に現れた神の愛を祝う季節です。この喜びに満ちた祭日に、シッダ・ヨーギたちは自分のグルの祝福と自分の人生における神の永続的な存在を思い出し、感謝をささげます。

少し時間を取って、あなたが神を体験した時のことや、人生において、そしてシッダ・ヨーガのサーダナーを通して、神の存在、愛、保護が明らかにされたさまざまな方法について振り返り、それを描写する短い物語を書くことに、あなたをご招待します。

私は、ミュージシャンです。物心がついた頃からずっと、音楽が好きでした。子どもの頃、ヘッドホンを着けて、毎晩のように遅くまでベッドに横たわり、音楽を聴いていたものです。時々、音楽は私を深く揺さぶり、私の魂に「音楽は神である」という深い平和の感覚をもたらしました。しかし、当然ながら、音楽が消えると、その神々しい感覚も消えてしまうのでした。

ニューヨークにある大学の2年生になった頃、何かより崇高なものへの憧れから、ニューヨーク市のシッダ・ヨーガ瞑想センターで、初めてシッダ・ヨーガ・サツァングに参加しました。

その夜のサツァングで、私は初めて神の名をチャンティングし、夢のような状態に入りました。まるで、全く瞑想センターにいないかのように思えました。私は穏やかなへビになって、川を泳いでいるように感じました。川は金色の光に輝き、泳いでいるうちに、その光と一つになったよ

うな気がしました。心の中に、温かさ、満ち足りたものを感じました。この充足感を言葉でうまく表現できませんが、これが私の本質——つまり、私が常に感じるべき状態——と理解しました。

それ以来、神の名をチャンティングすると、私の神への愛、そして、私の音楽への愛のどちらもが一層強くなるのでした。この愛が大きくなるにつれて、神と音楽を私の存在と一緒に織り込まれているものとして体験するようになりました。一瞬一瞬が贈り物で、美の新しい質感を感じる機会なのです。私の人生は、毎日、ますます感じます。私の思考にも、感情にも、知覚にも、絶えず繰り広げられる交響曲のように起こる無数の状況の中にも、私は神の恩恵を体験します。

米国、ペンシルベニア州

数年前、私はインドのグルデーヴ・シッダ・ピートゥで行われた「心への巡礼リトリート」に参加していました。リトリートの中で、私は私のグル、グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダに心の中で尋ねました。「神について、私に伝えるべきことが何かありますか？」

その日のプログラムの後、ダクシン・カシというアーシュラムの中の美しい野原を散歩しました。私の内側で甘美な声がするのは、私のグルの声でした。神についての長い詩でした。次に示すのは、その一部です。

神は創造においてとても具体的です。

神は、いつもあなたに話し掛けています。

神は、あなたに素晴らしい答えを授けるでしょう。

幸せであれ、そして神に感謝を！

その時以来、私はこの真理に従って人生を送ってきました。

このようにして、私の人生はとても単純で、楽で、幸せなのです。

メキシコ、カンクン

グルマーイからシャクティパートを受けて数年後、子どもの頃に通っていたシク教の寺院を訪れました。寺院の中に座っていると、僧がクリシュナ神についてのバジヤンを歌い始めました。シッダ・ヨーガのサーダナーを始めていたからでしょう、そのバジヤンを初めて聞くかのように感じました。

私はいつも僧たちが歌う美しい旋律の声を楽しんでいました。でも今回は、何か並外れたことが起こったのです。バジヤンはどのように神とグルが一つであり、同じものかを歌っていました。耳を傾けていると、僧の声に献身を感じ、僧が歌えば歌うほど、私自身の献身がかき立てられるのを感じたのです。

このバジヤンは以前に何度も聞いたことがありましたが、それが実際に語っていることに、初めて心が開いていくのを感じることができました。神の存在を感じることもできたのです。

それ以来、私のサーダナーは展開し続け、人生の日常的な体験や出会いが神の存在と何度もつながる機会なのだということが分かりました。例えば、寒い秋のある日、まだ満開の美しい花に気づいたり、ほんの数分家を空けただけなのに帰宅した私を迎えてくれる犬の明らかな喜びを感じたり、私のためにドアを開けてくれている見知らぬ人の目に温かさを垣間見たり、私自身の子どもたちに神への憧れを見たり…

来る日も、来る日も、私はこの贈り物に、時と共により大きくなっていくこの神の存在に気づく力に、感謝の気持ちでいっぱいになります。

カナダ、オンタリオ州

子どもの頃、クリスマスの時期に、家族が礼拝していた壮麗な教会の一つで神を見つけました。私たちはクリスマスイブには、真夜中の礼拝に出掛けたものでした。私は9歳で、これらの行事の荘厳さに畏敬の念を抱いていました——祭服をまとった司祭たちに、光り輝く装飾に、崇高な音楽に——そしてかろうじて見ることができた遠くの壁に掛かった神の像に。

私にとって神は威厳があり、力強く、そして言いようもなく遠くにいました。私たち、神と私は、広大で歴然とした隔たりを挟んで、互いに向き合いました。私は、神は遠く、遠くに離れていると確信していました。

それから何年も後のある思い出深い春の朝、神との関係が変わりました。その時点で、私は数年間シッダ・ヨーガの瞑想を実践していました。それは私がロンドンで学生として借りていた狭い部屋で起こりました。私は早く起きて、平和な瞑想から出てきたところでした。目を開けると、窓から差し込む穏やかな早朝の光に魅了されました。私の質素な部屋は、子どもの頃に教会で知ったすべての栄光で——しかし、直接私に語り掛ける活気で——脈打っていました。ある意味で、今この栄光は私を包含し、私から来ていました。私はもはや観客ではありませんでした。私は神の一部であり、神は私の一部でした。

私の呼吸が滑らかで穏やかなことに気づきました。

最近、私は自分の呼吸の自由さを、神自身の本質の一面として認識するようになりました。ニューヨークのアパートでしばしば声を出して、人目を気にせずにチャンティングする時、ある

いは心の中でマントラを繰り返しながら、クイーンズにある仕事場へ向かうために急行列車に間に合うように急ぐ時——この滑らかで穏やかな呼吸は、私を自分自身と周囲の世界につながります。私は再び神と共にいるのです。

米国、ニューヨーク州



© 2022 SYDA Foundation®. 著作権所有。