

バーバ・ムクターナンダの時を超えた教え

「神への最良の祈りは大いなる自己への瞑想である」

～ バーバ・ムクターナンダ

アミ・バンサルによる解明

大まかに言って、祈りとは願い事、許しを求める懇願、感謝の言葉、あるいは静かに神への深い愛を表現するものです。どのような祈りでもその根幹は、祈る相手がそこにおいて、それが心の中のものであろうと声に出したものであろうと、私たちの言葉や感情に耳を傾けているという確固たる「信念」です。私たちの祈りを聞くためには、神は私たちの非常に近くにいななければなりません。私たちの神は、私たちの思考と祈りの唯一の知覚者であり、大いなる自己として私たちの心に宿っています。神に崇拝と祈りをささげることの意味する洞察に満ちたサンスクリット語の言葉は、ウパーサナです。ウパーサナは神の「近くにいる」という意味であり、ウパニシャッドではしばしばウパーサナを神についての瞑想の実践と呼びます。私たちの内側の神である大いなる自己を、崇拝し、呼び掛け、祈るためには、瞑想を通してただ大いなる自己に意識を近づけ続ける以上に優れた方法はありません。瞑想の実践とは、その間に祈りの言葉は最終的に消えてしまうかもしれませんが、その祈りが最も注意深い聴き手に真に届く錬金術のようなものなのです。

