

グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダについての熟考

静寂を敬う

メーフル・ジョーシ

2002 年にシュリー・ムクターナンダ・アーシュラムで行われたグルマーイとの教えと学びのイベントで、私はファシリテーターとしてセーヴァーをささげる機会を得ました。私たちはグルの直接の導きの下、チャンティングし、瞑想し、シッダ・ヨーガの教えを学びました。

イベント終了後、グルマーイは私がファシリテーターをしている間に観察したことを私に伝えました。何度か、私は即座の反応がないような質問をグループにしました。1、2秒後には、追加のコメントや別の質問でその静寂を埋めていたというものでした。

グルマーイの導きは、「静寂を快適に感じられるようになりなさい」でした。

それから、グルマーイ自身が静かになりました。静かにグルマーイと座りながら、イベント中の静寂は反応がなかったのではなく、グループが質問の熟考により深く入っていった結果だったと分かりました。その静寂は靈感に満ちたものでした。それなのにあの時は、何百もの目が私に向けられて、私は明らかにその静寂に居心地の悪さを感じていました。私にとってそれは反応がないことを意味していました。

この新しい洞察をうれしく思い、私はグルマーイに導きを与えてくれたことへの感謝を伝えました。

後になってグルマーイとのダルシャンを振り返り、グルマーイの導きは私にとって非常に意義深い種をまいたのだと直観しました。私はそれを、特に日々の瞑想の修行においてさらに追求したくなりました。

グルマーイとのあのダルシャンから数カ月、数年とたつ中で、私は自分の瞑想の深みで起きる霊妙な原動力にますます同調していきました。時には、力強い静寂で鳴り響く自分自身の奥深い空間に入ることもありました。私の瞑想が終わりを迎えるのはちょうどこのような瞬間であることに、私は気づきました。

この体験を熟考するにつれ、それは「ただ起こっていた」のではないと気づきました。自分の存在の内側の広く無限の空間に入った時、私は内側の静寂の力を恐れるがゆえに、その体験から出ることを自分自身で「選んでいた」のです。私に必要なだったのは、グルマーイが与えてくれた「静寂を快適に感じられるようになりなさい」という導きに従うことだと理解しました。

瞑想の中で静寂を快適に感じるということは、その静寂を内なる大いなる自己の現れだと認識することだと私は悟りました。現在、瞑想する際、私は神にプージャーをささげるように、意識の中でこの静寂に自分の愛と尊敬の念をささげます。すると、その無限で、鼓動し、生き返らせるような力により深く入って行きます。

グルマーイの直接の導きは、私の内側の世界に新しい展望を示してくれました。そしてそれはまた、外側の世界も照らすものでした。

私は、自身の職業であるビジネスコミュニケーションコンサルタントとして、個人やチームや聴衆とより効果的につながりたいと考える専門家たちと仕事をすることがしばしばあります。長年観察してきたことですが、一緒に仕事をする人の多くは、講演や発表の場で意図的に間を持つということにおいて限られた経験しかないために、相手とつながる能力が妨げられています。

私はグルマ－イの導きの熟考を通して、話す中で静寂のための間を作ることの価値を理解するようになりました。そして今は、他の人にもコミュニケーション中の静寂の力を知るよう奨励しています。

話をしている時に意義ある間を取り入れると、人々はこのことが持つ即時の効果に驚きます。そのつかの間の静寂はコミュニケーションの欠如ではなく、聴衆に自らのインスピレーションと創造性を活性化させる時間と空間を与える間であることに気づくのです。

私はグルマ－イに深く感謝しています。グルマ－イの導きに従うことで、静寂をより快適に感じるようになりました。内側と外側の両方の世界で、静寂を敬うことによってあやかる恩恵に自分をより合わせるようになりました。その結果、自分でも静寂の力の恩恵を受け取ることができ、他の人にもその無限の恵みを体験するよう勧めることができます。

