

グルマ－イについての熟考

『シュリー・グル・ギーター』の贈り物

ダイアン・マッキンタイア

私がまだシッダ・ヨーガの道の実践に新しかった頃、1986 年の夏に私の最初の泊まりがけの滞在のため、シュリー・ムクターナンダ・アーシュラムに行きました。朝早く、私が眠っていた寮形式の大部屋で、同室者たちが起きて出掛ける支度をするかすかに動き回る音が聞こえました。その後、物音がしなくなり、私は静かに寝ていました。

突然、グルマ－イが断固とした声で直接私に話すのが聞こえました。夢うつつの状態で、グルマ－イが私のベッドの足元に立っているのが見えました。美しい服装をした5人の少女たちが彼女の周りを囲んでいました。グルマ－イは言いました。「ダイアン、起きてグル・ギーターに行きなさい」。それは鮮明でリアルでした——全く夢のようではありませんでした。私は目を覚まして服を着て、『シュリー・グル・ギーター』が朗唱されることになっていたシャクティ・マンダップへすぐに行きました。私が座り、朗唱の準備ができた直後に、まさに私の夢の中に出てきたような少女たちを連れて、グルマ－イがホールに入ってきました。私はホールの中央——最前列から少し離れた場所——に座っていました。グルマ－イは席に座った後、まるで夢が続いていたかのように、ちらりと私に視線を向けました。グルマ－イの目は、「いいでしょう。ここにいますね」と言ったように私は感じました。

その朝の後、私は中心的なシッダ・ヨーガの修行の一つとして『シュリー・グル・ギーター』の朗唱を取り入れました。私にとってその文献の音節の発音は困難ながらもやりがいがあり、毎日、グルマ－イのオーディオまたはビデオテープで一つの節を繰り返して練習したものでした。そ

の朗唱に自信があると感じるまで、私は何度もその一つの節の音節を繰り返しました。『シュリー・グル・ギター』のすべての文献の発音を学ぶのに、およそ1年がかかりました。

20 年以上前のその時以来、私は人生の毎日、ごくわずかな例外を除いて、『シュリー・グル・ギター』の朗唱を実践してきました。日々の朗唱の終わりには、心が集中して今この瞬間に揺るぎなく存在している感覚があります。私の内なる存在の光はともされ、明るく輝き、その後の一日を通して私を導きます。私がダンスのクラスを教えたり、リハーサルを行ったり、演舞の準備をする日には、スケジュールに時間を作るのが困難であるかもしれない場合でも、『シュリー・グル・ギター』の朗唱をする特別な努力をします。

例えば、私は時に、飛行機に乗るために午前3時に家を出なければなりません。飛行機が離陸すると、私はハンドバッグからポケット版の『シュリー・グル・ギター』を取り出し(私はいつもハンドバッグにその本を入れています)、教典を朗唱します。どのくらいの人たちが周りにいるか、どのくらい近くにいるか、そして飛行機のエンジンの音の大きさによって、私は静かな声で、または心の中で朗唱します。その後、私は目を閉じて、朗唱の振動を吸収します。飛行機が着陸する頃には、すっきりとして、心が開いて落ち着き、仕事をする準備が整い、出口のドアを踏み出す心構えができています。

時々、飛行中に、人々が私にとっても熱心に読んでいる本について尋ねます。私は、シッダ・ヨーガの道について彼らと話します。このように、私はグルの教えの贈り物や朗唱によって呼び起こされた恩恵について、彼らと話すことができます。

私はよく旅行をする生活なので、多くのさまざまな状況で『シュリー・グル・ギター』の朗唱をします。自宅で、あるいは車での移動中に一人でいる時、私は伴奏なしで『シュリー・グル・ギター』を朗唱します。これは私に一つ一つの音節の快活な調子、リズム、風格、音に集中する機会を与えます。そして、それは私の心を安定させておく助けとなります。地元のシッダ・

ヨーガ瞑想センターでは、私たちは二つのグループが交互に呼び掛け合う形で朗唱します。朗唱していない節の間、私は言葉の英訳に焦点を合わせ、私にとってその瞬間それらが意味していることに没頭します。

折に触れてグルマーイとシッダ・ヨーギのサンガムと一緒に『シュリー・グル・ギーター』を朗唱する機会があった時には、言葉の意味は直接私の心に入ります。私はグルの目の前で、グルについてチャンティングしているのです。そしてグルの境地について、グルが探究者としての私たちを連れていく所について、『シュリー・グル・ギーター』が解説することすべては、その瞬間に起こっています。

そのような機会は 2013 年に起こりました。シッダ・ヨーガの道のウェブサイトが、ライブ音声配信を通してグルマーイと一緒に『シュリー・グル・ギーター』の朗唱のサツツァングを主催した時のことです。私は、居間で母と共にライブ配信放送を受信できるよう準備しました。母はその時、96 歳でした。朗唱が始まり、そしてグルマーイの声の響きが部屋に入ってきた時、私の母は目を閉じて深い静寂の状態に入りました。朗唱の終わりに彼女は目を開き、活力を得て喜びに満ちているように見えました。母がその日、『シュリー・グル・ギーター』の恩恵によってグルの祝福を受け取ったことに、私は深く感動しました。

多くの年月を経て、数え切れないほどの『シュリー・グル・ギーター』の朗唱を通じて、私はグルとの不変で深いつながりを体験しています。私はあの幸先の良い夏の朝に私を目覚めさせ、「グルの歌」の贈り物を私に与えてくれたグルマーイに、永遠に感謝しています。

