

グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダについての熟考

感謝の重要性

ラディカ・カプール

昨年、ロンドンからデリーを訪れていた時、私はデリーのシッダ・ヨーガ・サンガムの人々とシュリー・ムクターナンダ・アーシュラムにいるグルマーイおよびシッダ・ヨーガの生徒たちとをつなぐ双方向オーディオ・サツァングの現地側(デリー側)のホストを務めました。このサツァングは、インドの共和国記念日、すなわち 1950 年にこの国で憲法が發布され、国家の基本的価値と原理が確立されたことを記念する祝日に行われました。

インド側のサツァング参加者は、デリーにある八つの瞑想センターの一つに集まっていました。そのセンターは、古くからのシッダ・ヨーギや新しい探究者、パリッとりの利いたクルタを着た熱心な 10 代の若者たち、はたまた跳ね回っている子どもたちでいっぱいでした。人々の顔は輝いていました。シッダ・ヨーギたちは前日の夜から準備をし、部屋は彼らの愛できらめいていました。インドの国旗の色であるオレンジ色、緑色、白の花々が、甘い香りを放ちながらホールを飾っていました。

参加者はそれぞれの席に座り、興奮を抑えながら開始を待ちました。私の鼓動も普段より幾分速くなっていました。皆、通信がつながる瞬間を待っていました。

間もなくグルマーイの声がスピーカーを通して、壮麗な日の出のように流れて来ました。大いなる愛を込めて信奉者たちにあいさつするグルマーイの声は強く、そのエネルギーは崇高でした。晴れやかな笑顔が皆の間に広がりました。私たちはグルの面前にいました。私たちと少し会話を交わした後、グルマーイは「シュリー・グル・ギター」の朗唱に私たちを誘いました。私たちは熱意を持って受け入れました。

朗唱の締めくくりに、私は人々に彼らのスワーデャーヤの体験を分かち合うよう勧めました。人々が体験を話す前に、グルマーイは私に、私たちが今どのような所にいるのか述べるよう求めました。私がセンターの細かな様子を話し始めると、「ところでそのセンターは誰の家にあるのですか」と、彼女は問い掛けました。

その瞬間、私は理解しました。グルマーイは、シッダ・ヨーガに深く根付いた文化である尊敬と感謝について私に思い起こさせてくれたのです。とても寛大にサツァングのため自宅を提供してくれたセンターリーダーに感謝することを、私は忘れていたのです。

私がセンターリーダーの名前を述べるや否や、グルマーイは喜んで彼にあいさつし、彼がそのセンターにささげてきたすべてのセーヴァーや、長年にわたってささげてきた数々のセーヴァーに注意を向けました。グルマーイが彼に話している時、彼の顔は献身で輝いていました。

そのようなやり取りの後、私は引き続きホールに飾られた花々のことや、参加者の顔がいかにか輝いているか、そして人々がグルマーイと共に時を過ごすためにどうやってデリーのあらゆる場所からここに集まって来たかなどをグルマーイに説明しました。グルマーイはシュリー・ムクターナンダ・アーシュラムのホールの花々もまたインド国旗の色だと話しました。「シュリー・グル・ギーター」を朗唱した体験を分かち合った際、それぞれの人がグルマーイに自己紹介し、グルマーイはそのたびに彼らの体験談に直接応答しました。シュリー・ムクターナンダ・アーシュラムにいるデリーのコミュニティーにつながりのある参加者も、マイクを取って私たちと一緒に話しました。私は私たち皆がとてもつながっていて、愛の大海ではしゃいでいるかのように感じました。

私はグルマーイの行動のすべてが教えであるという観点が大好きです。時間を取り、まさにその場で、個々の人々——その存在、価値ある資質、有益な行動——を広い心で認めることで、

彼女は本当の感謝の意味についての私の理解を広げました。感謝とは、あなたが人々を大切にし、尊敬していること、彼らの偉大さに気づいていることを人々に明確に知らせる方法なのです。

このことについて振り返った時、私は自分が何か「特別な」行動と考えることのためにだけ感謝することに慣れてしまっていると気づきました。私は家事や基本的な礼儀を果たすなどといった日常的な事の価値を認め合うなどと考えたことはありませんでした。

少しずつ、私は感謝の新しい形を実践するようになりました。ほとんどはにかみながら、家族から始めました。ある晩、夫が夕飯の野菜を刻んでくれたことに感謝しました。時間を取って、彼の協力的な行動に意識を向けたのです。それは以前であればする価値があるとは思わなかったことでした。彼に対する評価を表現したことで私の心の中にほほ笑みが広がり、私は3度も感謝を繰り返したくらいです。夫の顔や声から静かな幸せが感じられました。またある日、私が母と電話で話していた時、私はあることで腹を立てていたのですが、母は優しい声で私を慰めてくれました。彼女の思いやりは電話回線を通じて私に届き、最上のハグで私を包み込みました。私は、「お母さんは私をととても愛してくれている。彼女が私の母で私はなんて幸せなんだろう！」と思い、「そうだ、このことをお母さんに伝えなくっちゃ！」と思いました。そして翌日、私は母に電話をかけ、この思いを伝えました。彼女から返ってきた笑い声は、大きなガラス瓶に入ったオレンジキャンディーのように甘やかでした。二人の間に優しさがきらめきました。

グルマーイの教えを通じて、私は周りの人々が日々行っていることの重要性に気づくことがいかに素晴らしいかを理解するようになりました。私が、たとえささいなことであっても時間を取って感謝を伝えた時、友人や家族、同僚、あるいは日常的に出会うその他の人々の中にある変化が起こることに気づきます。例えば、友人と一緒にあることに取り組んでいた時、そのプロジェクトにおいて彼女が果たしてくれた具体的な貢献に感謝を表した途端、私たちの間により安らかなエネルギーが生じるのを感じました。感謝を伝える実践は、他者の美德に焦点を当てる

ことを助けてくれます。私が誰かの貢献に意識を向け、その人への感謝をはっきりと言葉にするや否や、より大きな愛も感じるのです！ 私は、この世の中に善良さと愛を増大させる純粋な感謝の重要性を教えてくれたグルマリーに感謝しています。



© 2019 SYDA Foundation®.著作権所有。