

愛

グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダの選んだ美德 バースデー・ブリスに寄せて

シッダ・ヨーガ 瞑想 ティーチャー ポール・ホークウッドによる解説

愛とは、あなたの配偶者にお茶を入れるような、単純なことかもしれません。また、すべてに浸透する神の心をどの瞬間にも体験するような、深遠なことかもしれません。最高の意味での愛とは、超越してすべてを包含する神の本質であり、広大なものから日常的なものまで、創造物全体に顕現しています。愛は、木の葉から落ちる雨の1滴のように静かに、また、星々のように壮大に感じられるかもしれません。愛は、無限なるものの顕現です。

私たちが愛を美德として体験し、実践する方法には、どのようなものがあるのでしょうか。「愛」と翻訳することのできる幾つかのサンスクリット語の中で、最も包括的な言葉の一つは、プレーマーです。それは、好意、博愛、優しさ、慈しみなどの特質を伝えます。英語では、「愛」という言葉はまた、深い親しみ、献身、そして感謝の感情にも言及しています。¹ それらの愛の特質はまた、私たちが美德として愛を表現する方法も指し示しています。私たちは、心の中の愛を映し出す方法で、話し、行動することができのです。

最も深いレベルでは、私たちは愛を、自分自身の奥底にある本質として、そして存在するすべての本質として体験します。私たちは神の存在を、純

粹で、自分自身とすべての創造物の中にあまねく浸透する愛として体験し、そして、私たちの人生は、この愛の生きた表現になります。

このような愛を体験するには、どうしたらよいのでしょうか。グルマールは、瞑想がどのように探究者を、純粋な愛の体験に覚醒させるかを説明しています。

あなたが瞑想のために座る時、初めは、「もし愛がどこにでも存在するのなら、なぜ私は瞑想しなければならないのだろうか」と考えるかもしれません。あなたは、献身の心を解き放ち、あなた自身の存在の中で愛を自由にするために瞑想するのです。もしあなたが内側でこの愛を体験しなければ、たとえどれほど外側でそれを体験しても、その価値について本当に理解することはできません。ひとたびその体験が起こったなら、どこへ行こうと、あなたが目にするのはそれだけです。それが、あなたが体験することのすべてです。²

内面に向かうに従って、あなたは自分自身の内側に常に存在している愛に、ますます気づくことができるようになります。あらゆる好意、驚き、満足、平和といった体験は、この内側の愛の反映であると分かります。満足を自分の外側に探すことをやめる時、自分の存在の内側にある広大な愛の空間の中により完全に入る時、あなたの愛の体験はすべてを包含するものとなります。

賢人ナーラダは、彼の著書、『バクティ・スートラ』の中で、最高の愛、彼の呼ぶところのパラマ・プレーマは、究極的には定義不可能であり、すべての思考と言語を超越していると言っています。

愛の本質は、言葉では表現できない。³

ナーラダは言います。最高の愛とは、アニルワチャニーヤム——教典の教え、定義、話、言葉、そして音を超越した真理、知的能力には考えも及ばないほど、極めて純粋で、極めて深遠な真理——であると。

愛は、表現不可能で計り知ることのできない神聖なるものの本質であり、心を通してのみ知り得るのです。何と素晴らしい熟考すべき教えでしょうか！ 愛について考える代わりに、私たちは自分自身の存在の中で愛に直接出合い、内側の言葉にできない、広大な愛の存在を探究する実践ができるのです。

ナーラダはまた、純粋な愛、プレーマーを、私たちの最高の本質として認識するよう私たちを導くために、スワルーパムという言葉を用いています。サンスクリット語のルーパムは、何かの形——その本質、特徴、形態、そして美——を指し、スワは、何かが自分自身のものであることを示しています。ですからプレーマ・スワルーパムは、「最高の愛の本質あるいは形」と訳すことができます。『バクティ・スートラ』の文脈において、ナーラダは私たちに何度となく、最高の愛、プレーマ・スワルーパムは、神聖なるものの本質であり、よって、すべての言葉と定義を超越した私たち自身の本質、私たち自身の美、私たち自身の姿なのだと思い出させます。私たちは、最高の愛の具現なのです。

私たち自身の内なる本質としてのプレーマ・スワルーパームの気づきを育むことによって、愛は私たちの継続する体験となります。最終的に私たちは、グルマールが言うように、愛がすべてであると分かるようになります。私たちは、ヒリダヤム、すべての大いなる心の中に生きています。そして、私たちがどこに行こうと、愛が体験することのすべてです。私たちは、神の愛の光り輝く完全さを知覚し、そして私たちの人生は、自然にその愛の表現として花開きます。愛を体験するために、私たちは愛にならなければなりません。愛だけが、愛を知ることができるのです。

愛についての確言

私は、プレーマ・スワルーパームです。

© 2017 SYDA Foundation. 著作権所有。

¹ *Oxford English Dictionary*, s.v. "love," accessed May 9, 2016, <http://www.oed.com/view/Entry/110566>.

² Swami Chidvilasananda, "Look Inside the Heart," *Darshan* magazine, no. 119, *Love Begets Love*, p. 47.

³ *Bhakti Sutra*, 51; William K. Mahony, *Exquisite Love: Reflections on the spiritual life based on Narada's Bhakti Sutra* (Davidson, NC: Sarvabhava Press, 2014) p. 267.