

## スワーム・ムクターナンダの言葉についての瞑想

### イースターを祝うシッダ・ヨーガ・サツツァング

イーシャ・サーデサイ

#### 学び、忘れ、そして再び学ぶ

前回の「スワーム・ムクターナンダの言葉についての瞑想」では、バーバの物語に登場する聖人が、自分の体にどれほど過酷な負担をかけたかを認めつつ、特にサーダナーにおいて、それでもなお自分を支えてくれた体に感謝している様子について書きました。また、シッダ・ヨーガの道では、グルたちが節度ある取り組み方を説いており、神を知るようになるために、体に逆らうのではなく、体と「共に」働くことを教えていると説明しました。

それはイースターを祝うサツツァング以来、私がずっと熟考してきたテーマであり、さらに詳しく説明する価値があると信じています。グルマーイが私たちによく示してきた例、つまり自然を見てみましょう。自然は常に自らに忠実です。自然が行うすべてのことは、それがあべき姿であるために、それが行くべき場所へ行くためにあります。いわゆる「帰巢バト」や「伝書バト」を例にとってみましょう。そのナビゲーション能力——特に巣に帰る能力——は非常に正確であるため、何世紀にもわたって、これらの鳥は軍隊も含めて、人々の間でメッセージを運ぶために使われてきました。ハトは実際に体内に羅針盤を持っており、それが地球の磁場にさらされることで活性化されると考えられています。そして、このような能力を持つ動物はハトだけではありません。例えば、マス、サケ、ウミガメなどの特定の種や、幾つかの種類の子渡り鳥も、同様の体内羅針盤を持っています。

人間は、少し違った働き方をします。私たちが求める「家」が内側の大きな自己であるとしたら、そこへ戻る旅はそれほど自動的なものではありません。一般的に言って、私たちがどのような人間になるかは、生物学的な要素と、これまで積み重ねてきた経験——つまり教えられてきたことや、それによって自分自身や世界について得た理解——の組み合わせによって決まります。そして、こうしたさまざま

な影響が混ざり合うことで私たちは「変化」します。科学によれば、それは私たちの脳の化学的性質を変化させることだと言います。インドの教典には、サムスカーラ、つまり過去の思考、行動、経験の結果としてマインドに残り、何回もの人生にわたって蓄積された印象について語られています。これらの印象は自然に消えることはありません。意識的な努力なしには、私たちはそれらの印象の「下」に存在する人間に戻ることはできないのです。

これが私たちがサーダナーを行う理由です。これが私たちが自己認識を高めるために努力する理由です。私はグルマーイから、サーダナーは学び、忘れ、そして再び学ぶという継続的な過程であると学びました。私たちは行い、元に戻し、そしてやり直さなければなりません。ある能力を磨き、ある傾向を根絶し、ある在り方を復活させなければなりません。幸いなことに、シッダ・ヨーガの道では、私たちの指針としてグルの教えがあります。私たちの努力を力づけるグルの恩恵があります。目覚めたクンダリーニ・シャクティの貴重な支えにより、私たちは識別力を磨いて、何を残し、何を手放し、何を取り戻すべきかを知ることができます。

人間の体——この極めて複雑な身体的かつ心的器官——の中にいることは、努力を要する「仕事」です。この事実を避けることはできません。しかし、人間の体の精巧さはまた、それを大きな贈り物にもしています。私たちは人間の体の中にいるからこそ、体の持つあらゆる性質や働きを認識できます——体を大切にし、聖人が行ったように体に感謝の念を表すことができるのです。体を「通して」こそ、私たちは体を超越し、神の本質を体験していることを理解できるのです。

グルマーイは、バーバ・ムクターナンダが 1979 年9月に3回目の世界ツアーでフィラデルフィア市を訪れた時の話を語っています。満席の劇場で——外に座っている人もいれば、ステージに座っている人もいた1千人以上の聴衆を前に——バーバは、彼自身が、そして後にグルマーイが、すべてのサツァングの冒頭で使うことになる象徴的な言葉、「大いなる尊敬と愛を込めて、皆さまを心より歓迎いたします」の真の意味について語りました。バーバは、この言葉を口にする時、目の前にいる人々の個々の姿に語り掛けているだけでなく、一人ひとりの中に存在する青い点、ニーラ・ビンドゥ、大いなる意識の光に語り掛けているのだと説明しました。彼は、彼らの中に宿る神性に語り掛けていたのです。

あなた自身の内なる羅針盤をどのように調整すれば、自分の中に宿るこの同じ神性をより容易に見つけやすくなると思いますか？ 春の息吹を吸い込み、空気中に漂うその歌を聞き、それがあなたを家に導く時間を、どのように作り続けていきますか？



© 2026 SYDA Foundation®. 著作権所有。