

スワミ・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

体の目的を果たす

『プレイ・オブ・コンシャスネス』の中の聖人の物語の最後に、バーバ・ムクターナンダはこう書いています。「あなたが肉体を本当に理解すれば、それをヨーガや愛や瞑想で満たすことになるだろう」。バーバの言葉は物語の要点を完璧に表しており、もちろんさらなる考察を促します。私は特にここでのバーバの言葉に引かれます。つまり、私たちはヨーガや愛、瞑想で体を「満たす」ことができるということです。これは、体は私たちが最初に思っていたよりも順応性があることを示唆しています。

確かに、私たちは完全に白紙の状態でこの世に生まれたわけではありません。前回、私が言及したサムスカーラは、何回もの人生を通じて蓄積されると言われています。言うまでもなく、今の人生では、その人の体には独自の才能や傾向、限界があります。それでも、最近探究したように、私たち一人ひとりには学び、忘れ、再び学ぶ無限の能力があります。私たちはほぼあらゆる目的に合わせて体を作ることができます。つまり、私たちは何であれ自分が選んだもので体を「満たす」ことができるのです。

あるいは、結果として私たちが「選ばなかった」もので、体は、私たちが意図的であろうとなかろうと——あるいはさらに意識的であろうとなかろうと——私たちが与えたものの色や質感、風味を帯びます。私は有名な格言、「自然は真空を嫌う」を思い出します。これはグルマーイがサツツァングで引用した格言であり、ギリシャの哲学者アリストテレスが表現した考えを凝縮したものです。確かに、それは子ども時代や思春期の形成期において、私たちの体にも当てはまります。私たちは周囲のさまざまな影響を絶えず吸収し、形作られていくのです。しかし、それは大人

になっても同じです。例えば、私たちの脳は環境から取り込むものに応じて、さまざまなシナプスを形成し、強化し、消去し続けています。

だからこそ、私たちが体やマインドを置く環境について、できるだけ意図的であることが最善ではないでしょうか？ バーバは彼の教えにおいて、明確です。自分の体を理解しようと努力すれば、大切に扱います。ここでバーバが「体を理解する」と言う時、私はそれをこの体を通じて私たちにとって可能になるもの——体が果たし得るより偉大な目的、体が乗り物として機能するその目的地——を理解するという意味だと解釈しています。そしてそれは、神を知ることです。

もし私たちが本当にこれを理解すれば——単に知的な意味ではなく、この知識を自分の存在に実際に取り込むことができれば——それに応じて私たちの人生への向き合い方が変わるのは理にかなっています。『プレイ・オブ・コンシャスネス』のこの一節の原文のヒンディー語では、バーバはプールナという言葉を使い、私たちが行うそれぞれの活動に接尾辞として付けています。ヨーガプールナ——私たちの体はヨーガで「満ちている」と、バーバは言います。プレーマプールナ、愛に満ちている。ディヤーナプールナ、瞑想に満ちている。プールナは満ちること、完全、全体、そして完成を意味します。これはインドの教典で、神、至高なる自己、絶対なる者を描写する際によく使われる用語です。バーバが言及したそれぞれの活動——体の目的を理解した後に私たちが行う活動——は、それ故、私たちが神へと導きます。

さて、あなたの声を聞きたいと思います。自分の体とその目的をよりよく理解するために、どのような方法を用いていますか？ そして、季節が次の季節に移る中で、あなたはどのように春の息吹を吸い込み——この人間の体で体験している生命のラサ、風味を味わい——続けますか？



ⁱ Swami Muktananda, *Play of Consciousness*, 3rd ed. (S. Fallsburg, NY: SYDA Foundation, 2000), p. 271.
日本語版『プレイ・オブ・コンシャスネス』 p285