

グルマールイについての熟考

時を終えた教え テレサ・ルビオ・デ・セアデ

私はプロの芸術家としてメキシコで活動しています。ここ 3 年間は仕事より私事や家族のニーズに集中していましたが、最近絵を描くよう頼まれ、引き受けることにしました。この新しい仕事は、自分の創造性と再びつながる機会になるのではないかと感じたのです。

私は早速、情熱を傾けてこの絵に取り掛かりましたが、数週間たって、自分が描きたいことを表現する方法が見つかっていないことに気づきました。その作品は生命力がないように見え、私は壁にぶつかったと感じました。

しばらくして、その絵は数日中に完成させることになっているという確認の知らせを受け取りました。私はうろたえてしまい、起こっていることを夫に話しました。その日が終わる頃、彼は私に 1 枚の紙を手渡しました。それは 4 年前に夫が仕事で困難に立ち向かっていた時に、私が彼にあげたものでした。私はグルマールイのこの一節をその紙に書いたのです。

自分が全く無力だと考えるとき、あなたは神の恩恵やグルの祝福を否定しています。あなたが恩恵の源に向いた瞬間、あなたの心の中にある神の無限の光に向いた瞬間、あなたは自分が必要とする平和と保護を見いだします。あなたが内なる勇気に目覚め、神聖な満足に浸れますように。¹

この時を超えた教えを初めて聞いた時 —— グルマーイが 1997 年のメッセージの講話をした時 —— それは私の中で響き渡りました。その後、私はグルマーイの著書『*Courage and Contentment* 勇気と満足』の中で何度もこの一節を読みました。

自分の手で書き留めた言葉を再び見詰めていると、私は夫が再び彼の心とつながって恩恵の力を認識できるように助けたいと願ったことを思い出し、ほほ笑みました。夫はこの引用文を受け取ってとても喜んでくれました。彼は思い出させるものとして、それを家の仕事場のすぐ手の届く所に置いていました。今は、私が恩恵を思い出す必要があるので、夫はグルマーイの教えを私に示してくれたのです。私は恩恵が私に手を差し伸べているのを感じました。

その日の真夜中、絵のことを考えて目が覚めました。私は起きて、自分が感じていることを熟考するために瞑想の部屋に行きました。私が分かったのは、私はとても成功したくて、仕事ができる人だと証明したくて、まさにその野心が私の創造性の邪魔をしていたということでした。私は自分の意識を勇気と信頼の空間へ移す決心をし、グルマーイに恩恵を願って祈り始めました。

すると、私はグルマーイの言葉を思い出しました。「恩恵の源に向いた瞬間、あなたの心の中にある神の無限の光に向いた瞬間、あなたは自分が必要とする平和と保護を見いだします」

私の中で響き渡るこの言葉と共に、瞑想のために座りました。私は、数週間前のシッダ・ヨーガ・サーダナー・リトリートでの体験を思い出すことにマインドを集中させました。それは、自分の内側と私の周りのあらゆる場所に神の光を知覚した体験でした。この体験の中で、私は最初に光を身体の内側すべてに感じました。それからその光は、私の身体や座っていた部屋を超えて光を放ちながら広がり、ついに完全にすべてが光になりました。「私」と同一であるという感覚を失い、私はエネルギーと光の領域に融合したのです。

この神聖な体験を思い出しながら、私は再び内なる光を見いだしました。この光の中で、私を包むグルの恩恵を感じることができ、すべての心配や恐れが消えました。私は広がって自由になるのを感じ、この完璧な壮大さの中で、自分は完全であるという体験をしました。喜びと強い確信と共に、この絵を描くことができると分かりました。まだ真夜中だったので、私はベッドに戻りました。2時間ほど寝てから、再び、今度は絵に取り掛かりたいという衝動で目覚めました。まだ朝の3時でした。

アトリエに着いて、私は心の静けさを思い出すために立ち止まりました。私の内なる力としての恩恵に敬意を払い、導きを求めました。私は確信しました —— そして心からほっとしました！ —— 私は特別な何かに達するために描いているのではありません。私は自分自身の心とつながる体験をするために描いているのです。

新しい感覚でこの作品に取り組むための手掛かりを探して、私は今まで描いたものを見詰めました。すると突然、この絵の中で創造したかった印象が明確になり、私は最善の注意を払って作品に取り掛かりました。早朝の深い静寂が私のマインドを静かに保ってくれました。この静けさを中断したくなかったので、自分の動きに集中しました。一つ一つの色、一つ一つの筆遣いとその情景を豊かにさせるように、ゆっくり描きました。私は絵とのつながりを感じ、私の動きはなめらかに、そしてまとまっていきました。時々、評価するためではなく、何が必要かを見つけるために、止まってキャンバスに描かれた絵を眺めました。

このように全幅の信頼と喜びと共に、私は何時間も描きました。その後、絵に目を向けた時、キャンバスに現れたものを見て、私は畏敬の念を抱きました。まだ完成していませんでしたが、とても良くなってきていたのです。私は、喜び、執着の無さ、そして自由の感覚を味わいました。

その後、絵が完成して引き渡された時 —— 期日通りに！ —— 私は感謝しました。グルマーイの言葉についての熟考は、無力感から満足と強さへと私を動かし、そして私の創造力を明らか

にしてくれました。グルマ―イの貴重な教えは、恩恵はいつでも私のためにここにあることを思い出させてくれたのです。

今では、心に向かうというこの教えは、絵を完成させるだけでなく、人生のあらゆる状況に対処する道を私に与えていることが分かります。自分が望む形で結果が出ない故に不安になるときはいつも、私は立ち止まり、意識を自分の心に向けます。そこでは恩恵の存在を体験することができます。そうすることで、私は期待を手放し、どのようなことが起きても信頼と尊敬をもって身を委ねることができます。

自分の内側の無限の愛と恩恵を認識できるように、優しく思い出させるものとしてグルマ―イの言葉を思い出すことが、私は大好きです。グルマ―イの言葉を思い出すたびに、私の人生の旅路のあらゆる努力は愛するグルの恩恵と共にあり、導かれているのだという信念が深まるのです。



© 2018 SYDA Foundation®. 著作権所有。

¹ Gurumayi Chidvilasananda, *Courage and Contentment: A Collection of Talks on Spiritual Life* (South Fallsburg, NY: SYDA Foundation, 1999) p. 19.