時間に時間をささげる

3月

2025 年3月1日

読者の皆さん

新たな手紙を書く時が来ました。北半球では春を迎える時です。私の仲間のシッダ・ヨーギたち、そして私が知り合いになりたいと思っている新しい探究者たち、皆さん全員と再びつながる時です。

前回の手紙で、グルマーイの 2025 年のメッセージ、そして「時間という存在の前で」からの彼女の教えを学ぶ際に、私たちが熟考するとよいと思われる幾つかの質問について書きました。例えば、時間は本当に個別に分かれ測定可能なのでしょうか、それともこれは単に私たちが自分自身に言い聞かせる物語であり、その一方で時間はこれまでと同じであり続けるのでしょうか。つまり、時間は終わりがなく、ある程度は知ることができないままなのでしょうか。時間に独自の個性はあり得るのでしょうか。それとも、ある時間に私たちが知覚する性質は、私たち自身の絶えず変化する主観的な経験を単に写し出す鏡にすぎないのでしょうか。時間は変化するのでしょうか、それとも私たちが変化するのでしょうか。その区別は重要なのでしょうか。

シュリー・ムクターナンダ・アーシュラムがある米国北東部など、季節がはっきりしている場所に住んでいる場合、時間は変化するのか、どのように変化するのかという疑問は、あなたが周囲に目にするものにほぼ間違いなく影響されます。季節はそれぞれ大きく異なり、季節から季節への移り変わりは、時間の経過を示す紛れもないしるしです。しかし、この動きにはパターンがあります。季節は周期的に巡っています。かつては生き生きとしていたものが休息し、休眠していたものが再び開花します。では、時間は直線なのでしょうか、それとも円なのでしょうか。それとも全く別の形なのでしょうか。

3月は春分の月で、春は新たな生命の最初の兆しをもたらします。柔らかい緑の芽が地面から顔を出します。暖かくなるにつれて、空気にはえも言われぬ何かが漂います――恐らく、日が目に見えて長くなるにつれて、より多くの光がやって来るという約束、新しい始まりに伴う言葉にならない興奮。世界中で春と結び付く祭りがたくさんあるのも驚くべきことではありません。例えばインドでは、人々はホーリーとグディー・パードゥワーを祝いますが、どちらも今年は3月にあります。

私たちが生きている今のことを考えると、春について、そしてその意味合いについて考えることは有益であり、励みにもなると思います。多くの人にとって、世界で起こっていることを観察することは、方向感覚を失わせるようなものかもしれません。安定性の喪失の度合いが深刻だからです。私たちの注意力、私たちの感情は、現状への嘆きと、あり得たかもしれないこと――もし私たちがそれについて何か言うことがあるとすれば、そうでなければならないこと――への不屈の信念の間で、日々揺れ動くかもしれません。後ずさりしたい、反動したいという私たちの願いに匹敵するのは、本当の意味ある変化をもたらそうという私たちの意欲だけかもしれません。私たちの周囲にも、私たちの内面にも、かつてないほどの混乱があるようです。しかし、それこそが人生の本質ではないでしょうか。理解したと思っていたが今では疑問に思うこと、そして、本当は全く分かっていなかったかもしれないことに対する答えを見つけようともがくことは、考える人間であることが意味するものの一部です。

それでも私は、幸福を創造し、喜びを見つけて広げる人々の無限とも思える力に慰めを見いだしています。歴史を通じて、人類は計り知れない苦難の時代に耐えなければなりませんでした。それでも、彼らは祝うための何がしかの理由、何がしかの機会をいつも見つけてきました。どんな困難に直面しても、彼らはお互いに座り、パンを分け合いました。物語を分かち合い、音楽を奏で、腕を組んで踊りました。恋に落ち、結婚しました。そして毎年、春が来ると、彼らは自然の美しさと恵みに感謝してきました。彼らは人生の良さを忘れず覚えていることを選びました。

この波紋のように広がる可能性――希望や回復力という可能性――の概念は、グルマーイの「時間という存在の前で」の教えの根底にあります。これは皆さんの多くが既に理解していることです。最近、シッダ・ヨーガの道のウェブサイトであなたたちの一人が共有してくれたように。

> グルマーイが私たちに与えているこの時間についての実践と学習は、多くの理由でとてもわくわくします。私は今、毎日目覚めるたびに、大きな期待と共に自分自身に尋ねています。「ああ、今日はどのような時間だろう！」

そう、どのような時間ですか？　どのような時間になるでしょうか？　すべてが白紙の状態、毎日が新しくなるかもしれない、あるいは少なくとも、時間への取り組み方や時間の使い方において、私たちが新しくなることができるという見通しは、元気を与えてくれます。シュリー・ムクターナンダ・アーシュラムで、春に最初に目にする植物の一つがマツユキソウです。小さな白い花びらが地面からわずか5，6センチのところで浮かんでいる目立たない花ですが、その丈夫さは驚きに値します。マツユキソウは、氷や雪がまだ地面にある間にもしばしば現れます。実際、マツユキソウには気温に対応する能力があり、非常に寒い時は身を守るために閉じ、暖かさが戻ると再び開きます。従って、これらの小さな花は、独自の方法で私たちに教訓をもたらしてくれます。困難に打ち勝つ方法、起こったことに屈しない方法、どんな状況も最終的なものではないという理解を持って生きる方法についての教訓です。私たちには常に、さらなる内なる強さがあるのです。

心を込めて
イーシャ・サーデサイ

© 2025 SYDA Foundation®. 著作権所有。