

2017年4月



## 目の前のものを見る

第四の道では、さまざまなテクニックとエクササイズを使ってマインドを静めることができます。マインドがおしゃべりを止めれば、ハートがひろがる可能性があります。こうした状態において、私たちは自分の目の前にあるものがもっとよく見えるようになり、内面で生じる連想や恐れから自由になります。

*イエスは言った。あなたの目の前にあるものに気づきなさい。そうすれば、あなたの目に隠されているものが明らかになるだろう。なぜなら、隠されているもので、明らかにならないものはないからである。*  
- 「トマスによる福音書」

どうしたらこの新鮮なビジョンを生み出せるのでしょうか？第四の道では、知性センターは言語をつかさどる場所であり、私たちが考える思考、感じる感情、感知する本能を言葉で表現します。知性センターは感覚や感情よりも速度が遅いため、それがひとつの機会を与えてくれます。私たちは、強い感情の欲求が生じたり、動作センターのテクニックを使うなら、短い間であれば思考を止めることができます。それによって自分から解き放たれるように自分を導くのです。二、三秒より長く成功を持続させるには、この目標をたえず再肯定しなければなりません。この状態を生み出すために、自分の外にある印象を選ぶと同時に、自己(自分の身体、内なる状態、ハート)を想起するよう努めることができます。こうして、二つの方向に向けられた注意の矢印は「注意の分割」と呼ばれており、完全な自己想起へと向かう一つのステップです。

普段体験している「私」の感覚を落とすと、高次の自己 -「私は在る」- とのつながりが生じます。いつも大量にわき起こる思考や通常感情なしに、この真実の世界を見るとき、私たちは自分の目の前にあるものを見はじめます。

マインドが静謐であれば、ときには偉大な宇宙的法則がはたらいているのを一瞥することも可能です。第四の道では詳しく説明されていますが、こうした宇宙的法則の中の二つとしてオクターブの法則(七の法則)と三つ組の法則(三の法則)があります。「私は在る」というこの新しい

状態では、私たちは自分が見るものを見かけに振り回されることなく、何かを見るときにその因果関係をより深く理解することができます。新しく見えたプロセスの全体は、発生している本物のインターバルと併せて見ることができます。また、完全と不完全双方の三つ組を見ることもできます。すなわち、完全な三つ組では触媒としての力が衝動に作用を及ぼし、障害を取り払ってくれますが、不完全な三つ組では欲求が十分な動機を見出せずに実現されずに終わるといふことが起こります。自分の好みや見たいと思っていることの代わりに、実際に起こっていることを見るというのは、新たな存在の状態を意味しています。人生そのものが、偉大な法則がはたらく神秘を見るよう私たちを招きはじめなのです。結局、私たちが恐れたり、選り好みをして、真実の世界で起こっていることは変わりません。この真実の世界は、ここに真に在るものに加わるよう私たちを招いているのです。

親愛なる友よ、あなたのハートは磨かれた鏡である。  
その鏡につもった塵の覆いを拭き払わなければならない。  
なぜなら、その鏡は神的な秘密の光を反映する定めだからである。  
アル・ガザーリー

ロウィーナ・テイラー

親愛なる友よ、あなたのハートは磨かれた鏡である。  
その鏡につもった塵の覆いを拭き払わなければならない。  
なぜなら、その鏡は神的な秘密の光を反映する定めだからである。  
アル・ガザーリー