

Title ト エネルギーの共鳴による KARMA (カルマ) の再定義

翻訳=水野香織

「自業自得」や「因果」など、「行いが巡り巡って自分に返ってくる」という状況を表す時などに用いられる「KARMA (カルマ)」。根拠のない迷信のようにも捉えられる言葉ですが、科学的に考察してみると、興味深いだけでなく、実践的なコンセプトであることがわかります。

カルマの直訳は「行為」となります。考える、話す、行動することのいずれもが「行為」であり、日々の行為すべての水面下で、一定のエネルギーが働いています。つまり、カルマは、思考、言葉、行動に表れる「エネルギーの印」だと考えることができます。

【ヨガ講師を目指す二人の場合】

例えば、AさんとBさんというヨガ講師を目指す二人がいます。スタート地点では、ヨガ講師になるというゴールも、ヨガを通して人の役に立ちたいという志も同じだとします。二人がヨガを教えたいと考える背景には、どんな原動力があるのでしょうか。

Aさんがヨガ講師を目指す背景には、ヨガを通して人の役に立つことで、周囲の人に受け入れられたいという思いがあります。本人は気づいていないかもしれませんが、無意識下に「恐れ」のエネルギーが潜んでいます。Aさんが今の状態で人を助けようとするほど、学べば学ぶほど、ありのままの自分では十分ではないのでは、と不安が募ります。そして、周りからの評価に繊細に反応するようになります。

一方、Bさんの原動力は、かつて自分の人生で落ち込んだ時にヨガに支えてもらったという感謝の気持ちです。ヨガを通して人の支えになることで、社会に恩返しをしたいと考えています。もちろん、Bさんにとっても他人からの評価は大切ですが、それによって一喜一憂することはありません。助けになりたいと願う純粋な思いが勝っているからです。

【エネルギーが共鳴する時・しない時】

ヨガで人の役に立ちたい思いは同じでも、AさんとBさんでは、水面下のエネルギーが異なった波動を帯びることになります。音の共鳴に置き換えて考えてみましょう。音はそれぞれに一定の波動を持ち、同じ周波数を

持つ別の音と出会うことで、共鳴が起こります (図1)。二つの音が重なって周波数を高め、波動も2倍になります。

一方、違う周波数を持つ二つの音が出合っても、共鳴は起こりません。それぞれの音の振れ幅は小さくなります。正反対の周波数を持つ音同士が出合っても、違いを打ち消すのみで、ハーモニーは生まれません (図2)。

【感情の堂々巡りからの脱出】

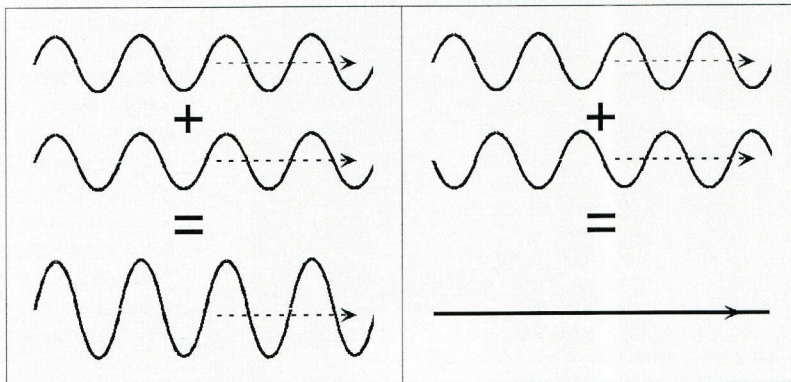
思考、言葉、行動はエネルギーとなり、エネルギーが波動となり、波動が行動パターンに影響をもたらします。私達は「通常モード」の波動で日々の活動を行っています。異なる波動を発する状況に直面しますが、基本的には「通常モード」で波動が共鳴する人を引き寄せています。

本音を語り、感情を率直に表現する人に出会った時に、フィーリングが合うと感じる人もいれば、居心地の悪さを感じる人もいます。これは、無意識下で行われている波動の共鳴によるものです。例えば、本音で語るのが苦手な人は、当たりさわりのない会話ができる相手を友人に選びます。その一方で、いつも勘違いされてしまうと思いつつ、感情を打ち明けずとも理解してもらえるはずだと期待するなど、感情の堂々巡りに陥ることもしばしばでしょう。誰かに嘘をついた時に、正直な人といるのが苦痛になり、同じように嘘をつく傾向にある人を引き寄せてしまったりすることもあるでしょう。

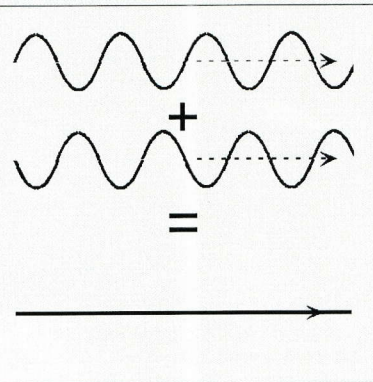
【新しい音に共鳴する人は必ずいる】

このようにカルマとは、日々の思考、言葉、行動などの行為が、私達のエネルギーの領域に影響を及ぼすことから生まれます。もしあなたが、今置かれている状況を打破したいと考えているのであれば、立ち止まり、理想の自分を思い描くことから始めましょう。変化には鍛錬が必要ですが、日々の「行為」が一貫性を帯びてくると、過去の波動とは共鳴しない、新しい音を奏でることができるようになります。新しい音に共鳴する、新しい出会いを引き寄せることができるでしょう。

▶ 共鳴し合う二つの波動 (図1)



◀ 共鳴せず打ち消し合う二つの波動 (図2)



Profile



ジャネット・ラウ

Janet Lau. 2006年からティーチングを始め、ヨガ、人生の叡智、マインドフルネスの実践の融合に力を注いでいる。アジア圏での新聞、雑誌、ラジオ出演も多い。香港大学客員講師。