

静寂の心

*The Quiet Mind*





## 原著の序文

本書『静寂の心』は、ホワイト・イーグルの言葉の中から、日常生活の支えや手引きとなるものを選んで集めた本が欲しいという、多数の要望に応えて生まれたものです。

書名は、グレース・クック女史の著書『瞑想』の中にある、次のホワイト・イーグルの言葉から引用しました。「力の秘密は静寂の心にあります……」。

同書の一節に、大師のもつ優れた美しい個性の数々を列挙したところがあります。

——これこそ弟子たちの修行の目標となるものです——この箇所が本書の『静寂の心』の骨組みとなっています。これら美質の一つ一つを目安に、イーグル霊の言葉を集めてみますと、私達の日常生活で直面するさまざまな試練に、勇気と知恵をもって対処できる、その一助となるのです。

クック女史が書いているその一節とは、次のようなものです。

「もし貴方が、自分はかくあるべしと考えられる限りの者と、自分を考えられるなら、それは、どんな男にも女にも子供にも、人生のどんな局面でも、忠実で優しく愛に満ち親切で

あるということです。つまり、どんな状況にあつても、その態度が親切で寛容であるということ。要するに、もし貴方が自分を、どんな状況どんな場合にも完璧に冷静であると、即ち平静でしかも強くあると——強いとは、弱者を助け、正しい言葉を口にし、正しい事を堂々と行うということです。自分をそういう者と感ずることが出来て、それ故に力と光の塔となることが出来れば。すなわちもし貴方が、何事も時が来れば良い結果になる、正義は必ず最後に勝つと心得て、不正と不親切に穏やかな精神で対処する、自分をそういう者と見ることが出来れば。すなわち、もし貴方が辛抱して、神のご意志の成り行きを待つ者であるならば。要するところ、このとおりになることが心に描けるなら、貴方は師たるの資格の幾ばくかを知る者といえましょう……」。

ホワイト・イーグルはかけ離れた高い所からは語りません。地上の人生を、数多く歩いた者として語っています。その言葉には威厳がそなわっています。しかし、真実で優しく、愛に満ち分別があります。時にはユーモアもあり、常に前向きであつて、人を裁くことは致しません。

彼の言うとおりに従えば、少なくとも誰しも力が湧いてきます。困った時には慰められま

す。まずは完全な安らぎが自分のものとなります。そうではありますが、私共は一人で歩いているのではないことを忘れてはなりません。ホワイト・イーグルも次のように言っています。

「もしも霊界のベールが取り除かれれば、皆さんはしんから幸福感と感謝で一杯になります。神の力とご意志によつて、霊界の方々が皆さんを進歩させ助けるために、すぐそばまで来ているのが分かりますから。彼等の暖かい手の感触を感じようとしなさい——貴方の肩の上に置かれている彼等の手、何もかも心得ているその手。貴方の霊師も守護霊も、貴方のどんな望みもどんな苦しみも、みんな知っています。貴方の守護霊は貴方の心中の願いを知りぬいていて、だから貴方を慰め、貴方を緑の牧場へ静かな水辺へと導いてくれます。貴方の愛により、すなわち貴方が神の愛を信じることと、愛そのものを貴方が信じること、貴方は私共が貴方の方へ来る懸橋を創り出すことが出来るのです」。

「貴方の大師はきわめて自然で、愛に満ち、素朴であるとお考えなさい。貴方が素朴であればあるほど、貴方は大師の本性に一層近づきましょう。大師は貴方に微笑みかけています。時には優しいユーモアで、目がキラリと光ることも度々です。大師を思う時は、その光る目

と優しいユーモアを、何もかも知りぬいているその姿を思い浮かべなさい」。

「神が貴方から求め給うものは、心からの敬愛です。神を求める心、善を求める心、これです。何となれば、神とは愛であり、愛する者は神を知り、神の望み給うことを行うものだからです。その人にとりすべてのことは可能です。辛抱して、神のために働くようにお努めなさい」。

# 一、大師の魂は不動

静寂の心 / THE QUIET MIND



## 貴方とは

神の、み心の中には、完全な人間の姿が描かれています。神の子、神性——貴方です！神は永久に貴方をその思想の中に、神のイメージに形どつて創られた完全な形、神人として保持なされます。

## 上方からの救い

貴方が今まで導かれてきた道を断固として歩めば、生命の宝を手にするでしょう。それは尽きることのない救いと、癒しと、幸福の流れです。あなたの兄弟であり導き手であるわれらは、貴方のそばにあつて歩いていきます。皆さんは誰ひとり、一人ではありません。一筋の信をもつて求めなさい、その応えが戻つて来ましょう。その求めるものが何であつても、満たされましょう。

## 神の中で生きること

愛することは、神の中で生きることです。愛に生きるとは、神の中で生きて動くことです。その思いその行為の一つ一つが神の中であって——世俗の中には一つもないほどにです。人が愛を抱く時、決して破壊と死の波動に感応することはなく、生命に溢れた波動に感応します。

## 思いも精神も神に向けなさい

人間が手にすることの出来る生命の糧、大いなる活力は神から来るエネルギーです。病氣したり、心が疲れたり、落ち込んで希望を失くしたら、自分の事から心を切り離すことです。思いを神に向け、神に向かって祈り、神の賛美に心を向けなさい。あらんかぎりの思いと精をこめて神に集中しなさい。ふらついたりハラハラせず、ひとすじの信を神に堅持しなさい。そうすれば神の光の中にあって貴方は発見します、自分の人生で必要なものがすべて与

えられるということ。

### 真実の音を鳴らせ

真実でありなさい。真実であることは霊的生活の本質です。霊の調べは天界高く響くものです。貴方が日常生活でたてる音は、貴方が真実の音を鳴らせるかどうかを試すテストです。真実の音を鳴らすために、貴方に内在している神の調べを、善の音を、いつも響かさねばなりません。

### うまずたゆまず

口を酸っぱくして何度も申しました「うまずたゆまず歩きなさい」と。これは絶えず目標に向かって、自分を引っ張って行くという意味です。すなわち、自分の高我とたえず接触を

保つこと、低我の要求に耳をかさぬこと、神と人類に向かいすすんで常に奉仕をすることです。

## 真実の価値

貴方はまず第一に霊です、肉体はしんがりです。貴方の霊を光り輝かせなさい。人々が貴方を見て、そこに神性を感じるほどに。

## 貴方の真我

貴方がまず何にもまして求めるべきものは、神からくるもの、霊からくるもの、換言すれば貴方の高我から出る叫びです。貴方の正体とは光り輝く霊です。貴方は何よりもまず、この光り輝く霊に真実でなければなりません。どんなことがあっても、貴方の魂の要求である、真理と光と永遠の愛の追求から、貴方の目をそらせてはなりません。

## 祈りの道

祈りの道とは、愛の精神に自らを完全に同調させることです。その中にありなさい、その中に生きなさい。自分のことや世俗のことを思つては駄目です。神を思いなさい。一人では人間は無に等しいものです。しかし、光明の星の中心、すなわち天界の光の中に住めば、人間は偉大となります。そのとき人は心が神につながり、神は人と一つにつながりますから。こうして人が善、すなわち神と一つになる時、万事がうまく運んでいくものです。

## 試みと失敗

魂はすべて大きな圧力に耐えて、十分に試みを受けねばなりません。もし大師が、多数の魂も参加する重要な仕事に貴方も参加するようにとおすすめたのなら。だが、貴方がその前に、十分に試みを受けて力を付けていかなかったとしたら、どうでしょう。おそらく貴方はその仕事の圧力につぶされてしまいました。われらがこう申しているのは、貴方がどんな

テストにも失敗にも耐えて、光明の道を進む努力をなされるようにと、そのためです。

## 広い視野

皆さんの前には、どなたにも素晴らしい未来があります。日常生活のささいな出来事、失望したとか、ちょっとした悩みだとか、痛手を受けたとか、それはすべて小さな小さな事です。それは自分で大変な事と思いついていてだけです。みんな捨てなさい。貴方の全存在を神の愛に集中しなさい。神の子でありなさい。我意をせず神意に身を従わせなさい。

## 生命の賦与者

皆さん、死はありません。肉体が疲れるということもありません。魂が全能である太陽の栄光に十分ひたつていれば、疲労ということは無いのです。どうか、どんな疲れも衰えも、

しみ入る生命の源泉である太陽によつて、退散させられるように。

### 主なる神を拝みなさい

物神を拜んではなりません。世上の物質的な苦難や問題に頭を下げてはいけません。思いをつくし、心をつくし、精神をつくして神を崇敬しなさい。そうすれば、この世の心配事などは解消します。貴方とそれとのかかわりが切れ、心にいつまでもそれは残りません。貴方の中の神がそのもつれをうまくほどこいてくれるのです。

### 安全

一日一日を大師の手に握られて、幼児の信をもつてお歩きなさい。その手は真実の手です。安全保障です。貴方を見捨てることはありません。世の人は貴方を裏切ります。しかし大師

にはそれがありません。また、次のように考えて、貴方が大師を求める際の助けとしなさい。人がもし非我、すなわち低級我を克服して、高我の命ずるままに考えを語るようになれば、人は大師を発見し、大師を見、大師が語りかける声を聞くものであると。

### 接触を保て

疲れや衰えを感じたら、必ず神がそこにおいでになるように求めなさい。そうして神の愛、神のやさしい美、その生気を魂の中に吸収しなさい。神との確かな接触さえ保てれば、人生に悪いことなど起こりません。右するか左するか、あれかこれかなど、思い煩う要はありません。あなたがこうしたいと思えば、それが貴方のためになされているのです。但し、魂の目を覚ましていねばなりません。霊は敏感でなければなりません。内在の万能の霊の優しい指示にすぐ反応するように。

一言

「じっと見つめて祈りなさい」これは怠け者の言葉ではありません。光が心に射し入ったら、その光に従いなさい。つまり、内部の霊の声に従いなさい。自分が正しいと思うことをしなさい。

神に心をすえて生きなさい

心を神の上に置きますと力が湧いて来て、後向きから前向きに変わり、闇は光に転じます。光が流入することによって、その光で調和が生じるので、完全な健康が生まれるのです。

愛は光です、光は生命です

病気とか暗いものに頭を向けてはいけません。調和と光に顔を向けなさい。思いのすべて

を主なる神に、優しい大師に集中しなさい。そのとき肉体の衰えは消えます。それは貴方の内的努力によって、闇の原子を光の原子に貴方が変えているからです。もし貴方がいつも光の中に生活することが出来たら、貴方は外からの治療の手をわずらわす必要はありません——光そのものが貴方を癒すからです。

## 神霊の現前

常に常に、神霊が目の前に居おられると、心にとめておくことです。その限りない平和と静けさを、世俗の雑事の中にあっても思うことです。神への道を学ぶ皆さんは、群衆の中にあっても、静寂と優しさの場を見出そうと努めねばなりません。一人でいる時に、神に近付くことは易しいことです。しかし、群衆の中にあっても、神を知る者とならねばなりません。