

YOGA YOMU

Vol.26

Relationship with Mother Earth

地球とのかかわりかた



母なる地球、母なる万人

リザ・ロウイツ 訳：川原 朋子



カリフォルニアの母の実家でりんごを摘む母のドナと息子のゆうと

「無作為の親切、意識することのない善行を実践しよう」
これは、1982年に平和活動家アン・ハーバートがソサ
リートのレストランのテーブルマットに記したフレーズ
です。

確かに人生で出会う全ての人に親切を施すことは素晴らしいこと
です。ですが毎日顔を合わせている苦手な人
あるいはそりが合わず会うのを避けている人はどうで
しょう？例えば母親のような、自分を産んでくれた人を、
心からたたえることが出来るのでしょうか？

母なる地球、ガイアについて書いてほしいと依頼された
時、私は自分の「母」のことを考えました。

ヨギーニ、母親、娘、そして地球に生まれた者として、
私は母なる地球からの贈り物を敬い、そこを土足で汚す
ことのないよう心がけています。エコバッグ、水筒、
マイ箸を持ち歩き、菜食主義を実践し、環境、動物、
人権を傷つける企業の商品は買わないようにしています。
チャリティに寄付し、セイヴァ（奉仕）を実践し、移動は

出来る限り徒歩が公共交通機関を使うようにしています。
それでも、地球環境はそこなわれつつあります。それは、
もしかしたら、私たちが実の母親との絆を失ってしまった
ため、「母」なる地球と自分が実は親子であったことを忘
れてしまったからではないでしょうか？

10代の頃の私は、母親のことをほとんど理解できませんでした。
した。

私の母は、貧しいポーランド系ユダヤ移民の長女として
生まれました。子供の時から母は、貧しい一家を支える
ために働く母親に代わり、幼い妹弟たちの面倒を見て育ち
ました。子供らしい子供時代もなく、22歳の時に結婚し
26歳で3人の子持ちとなりました。30代で離婚し、シングル
マザーとして生き抜くために苦闘し、ようやく夢であった
管理栄養士の資格を取得したのは40歳の時でした。

でも反抗的だった10代の私は、母の苦しみ、痛みを理解
しませんでした。しかしヨガや瞑想を通じて、また自分が
母親となり仕事と家庭のバランスを考えるようになった
時、当時の母が自分のことにかまう余裕もなく生きていた
ことに気付いたのです。さらに母を私にとつての師であり、
人生の導き手であるようになった時、私は自分が
解き放たれた感じがしました。そして、そんな母への一番
の恩返しは、私が助けてもらったように、どのような時
でも人を助けることだと心に決めたのです。

チベット仏教の教えに、人の親切に報いる最良の方法は、
生きとし生けるものが悟りを得られるようにと願う、菩提
心を発することだということがあります。それは、出会う
全ての人を自分の母と見なすことで、全ての人に優しさを、
思いやりを抱くことができるということです。

本当に地球を救いたいなら、まずは全ての人に対してこの
ような想いを抱くこと。そして、母なる地球をはじめ大勢
いる私たちの母の優しさに報いようと努力することでは
ないでしょうか。この波乱万丈で尊い人生を与えてくれた
「母」に私は深く感謝しています。

◆リザ・ろういつつ：カリフォルニア出身。作家であり、Sun and Moon Yoga オーナー。瞑想、ヨガ、ヒーリングを25年以上に渡って学ぶ。現在はチベット・ハート・
ヨガを学び、その魔法と力を分かち合うことに力を注いでいる。