

## ヨガにおいて旅をするということ

パトリック・オアンシア 訳：堀江里子



Piazza Navona, ローマ、イタリア ヨガエイド・チャレンジにて



ハンブルグ、ドイツ プラナヤマのワークショップ

ヨガのプラクティスをしているとき、我々が何に惹かれているのかは明白だ。ヨガは他との境界線がどのように解けて、消滅しうるかの理解へと私たちを近づけ、つながった感覚をもたらす。他者との関連で自身の存在を存分に認めさせてくれる。

私は二つの文化を持つ家族の元、仕事と娯楽、双方において広範囲に旅をする両親に育てられた。両親は名所や文化を探索することが大好きで、その経験をとおして自らの人生に新しい視点を取り入れていった。二人の影響は今日でもなお、私の中に残っている。

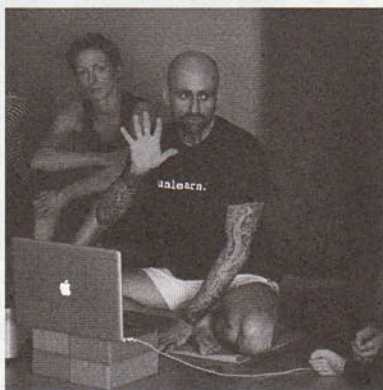
私が初めてヨガに接したのは、1990年代初頭の東南アジアだった。そのときヨガの哲学が私の生き方にピッタリと一致し、好奇心をかきたてた。それは単純に旅をすること、ヨガが一致したということではなく、私にとつての、探求し、学び、自身の可能性を体現するために必要となる探究心／好奇心が、それと似通っていると感じたのだ。

ヨガを教え始めるにつれ更に、旅をし学ぶ、という欲求は高まっていった。私は指導者であるが、もはや他に学ぶことは何もないと感じたことは一度も無い。むしろ学び分かち合う準備ができている人々と、ワークショップやクラスで初めて接する度に、彼ら彼女ら、そして体験そのものから、どれほど多くのことを得ることができるか、それを考えるだけで心からワクワクしてくる。

7年程前、旅をしながら指導をするという生活が始まった。最初はひよんなことから、友達に教えるという理由で、気軽に招かれることが多かったが、すぐさま数ヶ国のヨガスタジオからの招待を受けるようになり、旅先での指導経験を積んでいった。今では長いときには一年の半分を海外で指導することに費やし、毎回の体験をやりがいとして楽しんでいる。

ヨーロッパは数多くの熱心なヨーギーたちの故郷である。一つのヨガのシステムに焦点をあてる者もいれば、異なるプラクティスを模索し実験している者もいる。また、より献身的で、哲学的な教えにルーツを置く人もいる。多くのヨーロッパ人たちは自身のプラクティスを日常生活に組み込んでいくことに前向きだ。人々は自身の生活の質を高めたいと望んでいて、彼ら彼女らの多くにとつて、ヨガがその最も有効な方法なのである。

文化的にも、ライフスタイル的にも、かなり高度な多様性を満喫しているヨーロッパ。EUが多くの国々を引き集めたように、それらが融合し調和を保ちながら生きるという、「多文化的性質」を取り入れてきた傾向がある。この流れは、ヨガの哲学にも深く通じることだと思う。古典的な教えになじみがない者ですら、真の意味でヨガを生きることができているのである。人生には偉大な「融合」があり、存在する限り最も幅広い生き方のバリエーションに接することは、極めてイン



ハンブルグ、ドイツ 哲学のレクチャー

◆プロフィール  
 ヨガジャーナルディレクター。ヨガの現代的解釈を元にカリキュラムの開発や随筆を行い、世界中でWSやリトリートを開催。音楽プロダクション、パフォーマンス、作曲、DJ、デザインなどの分野でも多岐に渡って活動中。

スピリチュオナルである。

日本は何世紀も外界を遮断し、鎖国をしてきた島国文化であるが、そんな日本ですら、多くの文化や人種が混じっている。私が旅を始めてから今日までの間、世界中を旅する人の数は格段に増えてきた。この現実是我々を精神的につなげ、境界線を取り除くことで批判的なモノの見方をもたらすと同時に、調和の可能性を高めてくれるのだ。ヨガの体験は、個人やコミュニティが触れ合い、深い見識を交流させることや、旅をすることに特徴づけられるような、高度に関連しあつたグローバルカルチャーへと我々を移行させる、大きな支えになるものだと思う。