

シッダの境地

スワミ・アプールヴァーナンダ

バーバ・ムクターナンダの誕生日を迎えるバーバの月を祝って、バーバが到達した境地、すなわちシッダ、完全なる存在の境地について記したいと思います。

バーバは、彼のグルであるバガヴァーン・ニッテャーナンダの恩恵と、彼自身の献身的な瞑想の修行を通して、人の存在の核にある大いなる自己、神聖な大いなる意識を知るに至り、それと一つになりました。大いなる自己の気づきに確立されたこの境地は、シッダ・ヨーガの道のゴールです。『シヴァ・スートラ』の中に、大いなる自己と一つになった存在の境地について述べている、ある格言があります。

『シヴァ・スートラ』はカシミール・シャイヴィズムの神聖な教典の一つで、バーバは、特に 1978 年から 1981 年にかけて行われた3度目の世界ツアーの中で、これらの教典から広く教えを説きました。バーバは自らの精神的修行と精神的達成の体験が見事に表されているとして、カシミール・シャイヴィズムを愛しました。

『シヴァ・スートラ』の格言は言います。

シッダは完全なる自由の中に生きる。

——『シヴァ・スートラ』3.13

シッダハ スワタントラバーヴァハ

シッダはサンスクリット語で、「成し遂げた、成就した、完全なものとなった」という意味です。シッダという用語はまた、サーダナーの最高のゴール、すなわち大いなる自己との完全な融合を成し遂げた、あるいは成就したヨーギや完全なる存在を示す時にも使われます。バーバはそのようなシッダでした。

スワタントラバーヴァの意味は、「完全に自由な境地」です。バーヴァは「境地」、スワタントラは「自由な、独立した、自分自身のみに頼る」という意味です。

スワタントラは、大いなる意識の性質を表す時に使います。大いなる意識は自身の存在から自身の意志で宇宙を創り出し、その外側の何ものにも頼りません。ですからそれはスワタントラであると言うのです。

従って、瞑想や他の精神的修行によって至高なる意識と一つになったヨーギは、自由の境地に生きます。自由は彼あるいは彼女の不変の体験なのです。

恐らく、あなたは瞑想の中で、この境地を垣間見たことがあるでしょう。あなたは時間や場所あるいは身体感覚を超えて動く、内なる没頭の深い空間に入ります。あなたの存在は拡大し、軽くなるのを感じます。あなた自身の本来の気づきの中で安らぎます。あなたはそれを、無限で喜びにあふれ、そして自由なものとして体験します。

これが、大いなる自己、あなたの本来の性質の体験です。そして瞑想から出てくると、少なくともしばらくの間は、その自由を日常生活に取り込むことができます。

シッダは、この自由と喜びの境地に永遠に確立しています。そして、この境地はそのような存在に、活力、熱意、そして喜びをもって日々の務めに完全に従事する力を与えます。私はこれを私自身の目で、毎日のように恩恵を受け、教えを説いていたバーバの周りで見ました。

そして、私が 1975 年にカリフォルニア州オークランドにあるシッダ・ヨーガ・アーシュラムで初めてバーバに会った時、私の心を強く動かしたのは、バーバのすることすべてが喜びに満ちていたことです。

バーバは、身ぶりのすべて、言葉のすべて、歩みのすべてから、途方もない喜びを引き出しているようでした。そしてバーバの喜びを見ることは、次に私の中に素晴らしい喜びを与えました。

シッダは完全なる自由の中に生きる。

——『シヴァ・スートラ』3.13

シッダハ スワタントラバーヴァハ

バーバは自身の著書、『Nothing Exists That Is Not Shiva シヴァでないものは何も存在しない』の中でこのスートラを解説して、私たち一人一人には二つの可能性があると言っています。一つは、私たち自身の本来の性質に気づかずに、制限された、あるいは縮小した状態で生きることです。もう一つは、大いなる自己との融合から湧き起こる、完全な自由の境地に到達することです。

そしてバーバは、人はどのように大いなる自己の自由に到達するのかを説明しています。バーバは言います。

グルの恩恵により、シャクティパートの過程を通して人の内なるシャクティは目覚める。

展開しながら、シャクティは彼を意識で満たし、彼は次第に渴望や欲望、感覚器官の

誘引から自由になり、あらゆる制限された状態から解放される。彼は至高の大いなる自己との完全な融合を成し遂げる。¹

もし、あなたがバーバやグルマリーからシャクティパートの伝授を受け取っているなら、これらの言葉があなた自身のシッダ・ヨーガ瞑想の体験を思い出させることに気づくかもしれません。

例えば、瞑想中に、目覚めたクンダリーニー・シャクティ、神聖なエネルギーが、あなたの全存在を内側から浄化しながら拡大し満たしていくのを感じたかもしれません。

あるいは、瞑想を実践している時に、内側から、大いなる自己から、素晴らしい充足感が湧き上がるのを体験したかもしれません。多くの人が、内側の充足感の源とのつながりを得た時、ある種の外的欲望に対する執着が自然に無くなることに気づきます。

長い時間をかけて、自分の意識を何度も何度も内側の大きい意識の空間に没頭させてきたことで、私のアイデンティティーの感覚は、私のマインドから大いなる意識へとシフトしてきたことに気づくようになりました。制限する思考がマインドの中に生じた時、それは自分ではないと分かり、手放すことができます。私は誰なのかというこのシフトした感覚が、私を真実に定着させているのです。

バーバのこれらの言葉は、私たちに内なる旅の地図と、私たちのゴールの説明を提示します。それらは、瞑想の修行へ身を投じ——そして大いなる自己の自由、バーバが体現した自由に確立するようになるための招待状なのです。

バーバの月、おめでとうございます！

¹ Baba Muktananda, *Nothing Exists That Is Not Shiva* (South Fallsburg, NY: SYDA Foundation, 1997), p. 43.



© 2019 SYDA Foundation®. 著作権所有。