

マインドの輝き

2019年4月1日

読者の皆さん

4月の到来と共に、春の季節は北半球を席卷します。私たちのサーダナーは、今年のグルマリーのメッセージの学びに没頭することで、新鮮なエネルギーで豊かになり、満たされています。

2019年の「スウィート・サプライズ(嬉しい驚き)」で、グルマリーは、ポジティブ(肯定的)なマインドの効果に言及しています。今月、私はあなたを、マインドがそれ自身のさんぜんと輝く性質を認識し、受け入れ、触れていくための、新鮮な方法を探すことへお誘いします。この気づきを持ってそれぞれの瞬間に向き合う時、あなたはポジティブなマインドの恩恵を認識するでしょう。それは、あなたの中に説明がつかない喜びが生まれる、あるいは心の中に純粋な愛が急に湧き上がるのを感じる、あるいは他の人に対して平和と善意に包まれていると感じる、そのような一瞬かもしれません。

シッダ・ヨーガの道のウェブサイトの今月の宝石の数々は、あなたがマインドの光り輝く性質を解き明かすことを助ける英知で輝いています。今月を通してウェブサイトを読み進む時、あなたは次のことを見つけるでしょう。

- 今月の瞑想講座のタイトルは、「マインドをそれ自身の光へと導きなさい」です。最初はライブの音声配信で、その後はウェブキャストで参加できます。

- 「サーダナーと洗練された知性」——マインドを大いなる自己の光により良く同調させるための方法を示す、スワミ・アカンダーナンダによる解説
- イーシャ・サーデサイによる新しい「2019年のグルマーイのメッセージについての物語」
- 神聖なマントラ、ソーハムの重要性を説明する、インドの詩聖たちによるバジャン、アバンガ、そしてドーヘー(二行連句)のコレクション
- 「グルマーイのメッセージに関するワークブック」の第10週～第13週。ワークブックのグルマーイからの質問を探究することは、自分自身のマインドの働きを理解し、それ自身の光輝にマインドを戻すように導く方法を学ぶための強力な方法です。

シッダ・ヨーガの道において、お祝いは私たちの生活の中で真理の存在を力強く思い出させるものとなります。4月もまた、私たちが祝う多くの機会を提示しています。あなたに話したい二つの祝祭日があります。

インドでは、4月6日はヒンズー教の太陰暦の最初の月であるチャイトラが始まる日です。この元旦は、マハーラーシュトラ州ではグディー・パードゥヴァーとして祝われます。お祭りはとても豊かで、通りでは行列、豪華なごちそう、そして家々は明るく色鮮やかなランゴリーで飾られます。もう一つの元旦は、私たちがサーダナーへの決意を新たにするためのもう一つの吉兆な機会です。

さらに、4月22日のアースデーは、私たちの輝かしい惑星、地球がもたらす豊かさを敬い感謝することにささげられます。

高く、木陰を作る木々、壮大な山々、流れ行く川を見る時、この申し分のない美しさを知覚する時、私のマインドには心地良い静けさが訪れます。私はマインドの輝きに気づきます。私は

この瞬間が自分にとってどのようなものを表現する方法として、この二行連句を書きました。
あなたとこれを分かち合いたいと思います。

自然のあらゆる光景にあなたの栄光を垣間見る時、
私はあなたの贈り物で私の人生が花開くを見ます。

尊敬を込めて

ガリマ・ボーワンカー



© 2019 SYDA Foundation®. 著作権所有。