

目覚めることの奇跡

2020 年8月1日

読者の皆さん

探究者として、私たちは尋ねることがあるかもしれません。私たちはどのように内側にある神性に目覚めるのだろうか？ 最も簡単で、それでありながら最も深遠な言い方をすれば、私たちはシッダ・ヨーガのグルたちの恩恵を受け取り、教えを熟考して適用することによって、それらを自らの人生で実行に移します。この8月には、世界中の私たちの多くに、グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ、バーバ・ムクターナンダ、そしてバガヴァーン・ニッテャーナンダの恩恵と教えを体験することを可能にしてくれた、極めて意義深い三つの出来事を祝います。

どのようにして世界規模の「瞑想革命」は始まったのでしょうか？ 恐らく、唯一最も重要な瞬間は、1947 年8月 15 日の朝です。この日、バーバ・ムクターナンダはシャクティパート・ディークシャー、すなわち精神的伝授を、彼のグル、バガヴァーン・ニッテャーナンダから受け取りました。これは彼のディヴァ・ディークシャー——神聖な伝授の日——として知られています。バーバはこの変容の出来事をこのように書いています。「何という吉日。何と甘美に満ちた日」。この吉兆な出来事を音声と文書の両方でより完璧に語ったものについては、シッダ・ヨーガの道のウェブサイトの「プレイ・オブ・コンシャスネス」のページをご覧ください。

素晴らしい共時性で、インドが英国の植民地支配から独立を勝ち得たのが、まさにこの 1947 年8月 15 日でした。このタイミングの同時性は、自由への希求は普遍的であること、そしてシッダ・ヨーガのグルによる恩恵の伝授の結果として最終的に訪れる精神的な自由は、最高の形で人間の解放であることを思い出させるものです。

ですから8月 15 日に、シッダ・ヨーギたちはバーバ・ムクターナンダのディヴァ・ディークシャーを祝い、また1週間前の8月8日には、1961 年のこの日に肉体を離れ、絶対なる者と一つになったバガヴァーン・ニッテヤーナンダの太陽暦のプンニャティティを祝います。これはまた、この偉大なジャンマ・シッダ、「悟った状態で生まれた」この偉大な存在、存命中にはその精神的達成がインド中に知れ渡っていた存在が、彼の第一の弟子、バーバ・ムクターナンダに、シッダ・ヨーガの系譜の完全な伝授の力を譲り渡した日です。この神聖な力の移譲のおかげで、バーバは何千もの探究者にシャクティパート・ディークシャーを与え——そしてグルマリーが与え続け——私たちを大いなる自己の体験へと目覚めさせているのです。

それは、今月私たちが祝う3 番目の出来事へと私たちを連れていきます。50 年前の1970 年8 月、シッダ・ヨーガの道の教えと恩恵が、初めてインドの外の探究者たちにもたらされました。これは、バーバ・ムクターナンダが彼のグルの内なる命令に従って、**世界を巡る彼の初めての教えの旅**に出発した時です。この第1回世界ツアーは、バーバとして最高の愛と慈悲の行動でした。彼の信念と自分のグルの命令に従うという確固とした決意ゆえに、バーバは世界中に住む人々の内なる精神エネルギーを目覚めさせました。

私は肉体の姿でのバーバに会ったことはありませんが、彼の第1回世界ツアーの恩恵を得た一人です。1987 年、オレゴン州の若き教師として、私は人類の可能性に関する本の著者のラジオインタビューを聞いていました。その人はインドから来た瞑想の師から人生を変えてしまうほどの精神の伝授を受け取ったこと、そしてその結果、いかに自分自身と世界についての体験が劇的に変容したかについて話しました。

私はこの男性の話に反応し、心が躍るのを感じました。何か深遠なことが彼に起こり——そしてとても長い間、私自身も何かそのようなことを探し求めていたのです。これは、私の静かな切望の感覚を描写して書いた詩です。

ある朝、私、
一人の子どもが、
色の付いたガラスを通して
流れ落ちる
光を見た、
かなたの高み
それは天国が
私の中に入って来るようだった。

私はその光を探した
何年もの間
そしてそれから
そしてそれから
そしてそれから

そしてそれから…私はこのラジオ番組からシッダ・ヨーガという名前を書き留め、これを手掛かりに、私の家から車で1時間ほどの所にあるシッダ・ヨーガ瞑想センターを見つけ出すことができました。1週間もしないうちに、私は好奇心と、興奮と、希望を抱き、郊外の家 of 瞑想ホールに入って行きました。数分後、私は2階の瞑想の部屋に座り、サツツァングの初めに「ジョータ・セー・ジョータ・ジャガーオー」を歌い、そして部屋の前方の椅子の上方にあるグルマーイ・チッドヴィラーサーナンダの写真を見詰めていました。歌いながら、喜び、平和、そして驚嘆の感覚が私の存在に広がって行くのを感じながら、私はグルマーイをちらりと見上げ続けていました。私は、自分の内側に何か新しいものが開かれていくのを、愛や平穏と呼べるかもしれない生き生きとした存在を感じました。その時はそれに対する言葉を持ち合わせませんでしたが、

今はそれが、シッダ・ヨーガのグルの恩恵による精神の目覚めの奇跡、シャクティパート・ディークシャーだったことが分かります。

その日、写真を通してグルマーイに出会っていなかったら、私の人生がどのようになったかを想像するのは難しいことです。グルマーイの教えとシッダ・ヨーガの修行は、他の何千人もの人々と同じように、私の人生すべてを鼓舞し、支えています。

2020 年の今、現代史におけるこの極めて困難な時期に、私も含め数え切れない人々がシッダ・ヨーガの道のウェブサイトにも保護を求めることができます。ここにはたくさんの記事、物語、詩やチャンティングがあり、その一つ一つが神、グル、そして私たちの内なる自己の体験を広げるためにあります。とりわけ今、私たちは素晴らしい「**テンプルの中にいなさい**」のサツァングに参加することができます。バガヴァーン・ニッテヤーナンダのムールティの面前で、チャンティングや瞑想をすることができるのです。グルマーイの恩恵と教えを今、このような素晴らしい形で受け取ることができ、私たちは何と幸運なのでしょうか！

ウェブサイトに最近加えられたものの一つに、力強く詩的な「**心に銘記すべき祝福**」があります。それは、多くの「**テンプルの中にいなさい**」のサツァングの終わりを形作る優美な映像のために、グルマーイが選んだ名前です。「心に銘記すべき祝福」は、サーダナーについてのグルマーイの教えであり、シッダ・ヨーギとしての私たちが、この困難な時期であってもシッダ・ヨーガの**サーダナー**をどのように行い、どのように世界を向上させ続けるかの彼女の導きです。

私たちの多くが体験してきたように、この数カ月、「**テンプルの中にいなさい**」のサツァングはグルマーイの恩恵と教えを私たちに注いできました。これらのサツァングでのグルマーイの講話は、シッダ・ヨーガの道のウェブサイトの「**テンプルの中にいなさい**」のページで読むことができます。そして、これらのサツァングの他の素晴らしい要素もウェブサイトの独自のページで見ることができます。「**テンプルの中にいなさいⅡ**」は、これら比類のないサツァングの他のた

くさんの要素をまとめています。シッダ・ヨーガのスワミや他のティーチャーによる話、シッダ・ヨーガのミュージシャンが歌うバジャンやアーラティー、そして豊かな雨や日の光が共にテンブルを清めている春の天候の動画。特に、私はラーニー・ドイオンが歌う非常に感動的な「シュリー・グル・サーリカー」を聴くことをお勧めします。このグルへの献身を表したアバンガを聴くと、私は2020年のグルマリーのメッセージ、「アートマー・キー・プラシャーンティ 大いなる自己の平安」の生き生きと振動するとしか言いようのない体験へと優しく導かれます。これは、私がメッセージを探究し、体験するために選んでいる一つの方法です。

音声配信による2020年の瞑想講座

私は30年以上にわたって少なくとも1日に1回は瞑想してきましたが、それでもなお、音声配信による2020年の瞑想講座でシッダ・ヨーガ瞑想ティーチャーから与えられる指導は素晴らしい助けであると感じます。それは私のマインドを静め、深い瞑想に入るのを助けてくれます。そしてその深い瞑想は、次には2020年のグルマリーのメッセージの学びと実践を支えてくれます。8月の瞑想講座のためにグルマリーが与えたタイトルは、「マインドの充足、心の安定: スカーサナ」です。8月29日土曜日より参加できます。

その他の祝祭日

ラクシャー・バンダン——8月3日

インドの祝祭日、ラクシャー・バンダンの名前は、「保護の絆」を意味し、シッダ・ヨーギたちの間では、グルと弟子、同様に友人同士の愛と保護の絆をたたえる時とされています。それは、手首に結ばれた色鮮やかなひも(ラーキー)の腕輪に象徴されます。ラーキーを交換することには愛があふれています！

あなたの愛する人たちが遠くにいる時——あるいはあなたがソーシャル・ディスタンス(社会的距離)を保つよう努めている時——に、どうしたらラクシャー・バンダンの甘美な伝統に参加できるか、疑問に思うかもしれません。一つの方法は、ラクシャー・バンダンについての教えを表現し、大変美しいラーキーの腕輪を描いているグルマーイのラクシャー・バンダンをたたえる教えのリンクをその人たちに送ることです。

ラクシャー・バンダンは、インドの暦ではシュラーヴァナの月の満月に当たり、今年は8月3日に祝われます。

ジャンマーシュタミー——8月 11 日(インドも同日)

ヴィシュヌ神の化身であるクリシュナ神の誕生のお祝いはジャンマーシュタミーと呼ばれ、シュラーヴァナの月の新月に向かう2週間の8日目に当たります。クリシュナ神が生まれ、幼少期を過ごしたと言われるインドのウッタル・プラデーシュ州では、多くの巡礼者が、この祝祭で祈り、チャンティングし、踊るためにやって来ます。私たちが世界のどこからでも自宅でできることの一つは、2019 年にシュリー・ムクターナンド・アーシュラムで子どもや若者たちによってジャンマーシュタミーを祝って上演された素晴らしい「ゴールデン・テール(黄金の物語)」の、「クリシュナ神と悪魔シシュパーラの物語」を楽しむことです。

ガネーシュ・ウットウサヴァ——8月 22 日から 31 日(インドでは8月 22 日から9月1日)

新たな始まりと成功への努力をつかさどる象の頭のガネーシュ神は、インドで最も愛されている神の一人です。ガネーシュ・ウットウサヴァの祝祭日は、ヴェーダの時代、賢者ヴェーダ・ヴァーサが叙事詩、『マハーバーラタ』を語り、ガネーシュ神がそれを書き留めたと言い伝えられる時をたたえるものです。ガネーシュ・ウットウサヴァを祝う喜びあふれる方法の一つは、「障害を取り除く者、吉兆を授ける者、慈愛の大海」としてガネーシュ神をたたえるためにグルマーイが作詞作曲したナーマサンキールタナ、「マンガラダーター・クリパーシンドウ」をチャンティングすることです。

8月という月は、シッダ・ヨーガの教えと修行に取り組む豊富な手段を私たちに提供しています——サーダナーにより深く入って行くためのたくさんの機会です！ 恐らく、「テンプルの中にいなさい」のサツァングを体験し続けることができ、そして「心に銘記すべき祝福」で、グルマーイの教えを熟考することができるでしょう！ 少しでも好奇心があれば、目覚めた人生を生きる上で私たちを助ける、シッダ・ヨーガの道のウェブサイト上のその他実に多くの学びを支える資料も探究することができます。

最近、私はこの目覚めた人生を生きることについて、驚きに値する洞察を得ました。ある朝の瞑想中、私はマインドとの泥沼の闘いをしている——私の内側から湧き上がる考えの一つ一つを考慮しては打ち消している——ように感じていました。すると突然、私は自分のさまざまな考えに対処する必要はないという思いが浮かびました。私の一部は既に静かなのです。今、毎朝瞑想のために座る時、私はマインドを静めようと努力する代わりに、ただ私の意識を、すでに輝くように静かで、広々として、そして自由な、ポールではない単純で精妙な空間へと移行させます。もし私が呼吸を静かにして穏やかにほほ笑み、心の領域に集中するなら、私はこの喜びと平和のくつろげる広大なエネルギーに気づくようになると学びました。すると一日を通して、静かにほほ笑んでのびのびと呼吸をすることを思い出す時、私は私という目覚めた実在を体験することに戻ることができるのです。

恐らく、あなたも日々いろいろと試す中で、既に目覚めた「あなた」に意識を移行させる自分自身のやり方をさらに見つけていくことでしょう！ 結局のところ、あなたは「本当に」大いなる自己なのです——それを楽しんでください！

心を込めて

ポール・ホークウッド



© 2020 SYDA Foundation®.著作権所有。