

あなたの意図を明らかにしなさい

2019 年 1 月 1 日

読者の皆さん

新年明けましておめでとうございます！

私は昔から人々となつなことが大好きなので、2019 年は私の最良の年になるだろうと感じています——読者の皆さん、なぜなら私は、今、皆さん全員となつな手段を手にしたからです。2019 年、シッダ・ヨーガの道のそれぞれの月を紹介し、祝うこれらの手紙を通して、皆さんと対話できることを嬉しく思います。これらの手紙で、関連する情報、物語、逸話、教えやことわざ、および、これまで 49 年間にわたってシッダ・ヨーガの道を歩んで来た私の個人的な体験、省察や熟考を分かち合っていきます。私の願いは、これらの手紙を通して、シッダ・ヨーガの道のウェブサイトになが掲載されるのか——そして、あなたが得るであろう洞察や、あなたが発見や探究、そして学びを通して持つであろう体験を、あなたにのぞき見てもらうことです。この甘美な旅を味わってください！

改めて、明けましておめでとうございます！ 生きていることは幸せではありませんか。目覚めていますか。機敏でいますか。新たな実りある人生を始める準備はできていると感じていませんか。これは贈り物だと思いませんか——この日、この新しい日に人生を再び始める機会を持つということは、「新たな始まり」という言葉には、甘美な響きがありませんか。

さあ、では始めましょう！

この 2019 年の最初の日、シッダ・ヨーガのユニバーサルホールでシュリー・グルマリーのメッセージを受け取り、私たちは皆、何と祝福されているのでしょうか！ この時代に生き、シュリー・グルマリーと同じ空気を吸っている私たちは皆、何と祝福されているのでしょうか！ 私たちのサーダナーを導いてくれる彼女のメッセージを手にした私たちは、何と祝福されているのでしょうか！ 私たちはどのように、グルマリーのメッセージからの教えを学んでは学び直し、吸収しては再吸収し、実行しては再実行する機会を持つのだろうと考えるのは、ワクワクするし、魅惑的で、啓発的なことです。私が気づいたことの一つは、グルマリーの教えを読んだり聞いたりする時、それはしばしば私を、その教えの体験へと直接的かつ具体的に結び付けてくれるということです——それがほんの数日前、数週間前、あるいは何カ月も何年も前のものでさえも。私はサーダナーで何度も何度もこの確認を得ることが大好きです。それは私の存在全体を喜びでゾクゾクさせます。

私の心が限らない感謝で潤う時、私は気がつく、サッドグル、すなわち真のグルをたたえるバジャン、すなわちマラーティー語の献身の歌の中のこの2行を歌っています。このバジャンは、マハーラーシュトラ州のニグディの詩聖、シュリー・ランガナース・スワームによるものと見なされています。これらの詩節は、実に詩情ある正確さをもって、私の心の内にある感情を表現しています。

シュリー・サッドグルへのプラダークシナー ——深く変わらぬ感謝、献身、愛、崇敬を表す——は、あらゆるものの中で最も祝福された事である。この荘厳な行いを目撃し、参加したいと願い、神々や女神たちでさえ、天界の二輪馬車に乗って地上に、はせ参じる。

世界中のそれぞれの文化、各コミュニティ、それぞれの人には、新年を祝い、自分で設定したゴールの実現に向けて新たな努力をするために決意する彼ら自身のやり方があります。シッダ・ヨーガの道では、私たちの思考、決意、行動に、元日の新しいエネルギーを吹き込むことの大切さを学んできました。私たちは、サッドグナ、すなわち心の資質を育み、私たちの周りでそれらを輝かせ、踊らせることを助けてくれるグルマリーの新しい導きを受け取れてとても幸運です。新たな情熱、ワクワク感、そして勇気をもって、私たちがサーダナーに全力を傾けられますように。

ご存じのように、新しい年の夜明けは数え切れない可能性を持っています——そして、私たちが明らかにしたい可能性を選択し、集中して努力を傾けることは、私たちの責任です。なぜでしょうか。そうすることによって、私たちがダルマの人生を送る強さを得るためです。

すべての新しい一息は、人生そのものの約束を果たします。すべての瞬間は、期待や、ありとあらゆる努力に報いる約束で脈動しています。私は毎年之初めに、私が既に受け取ったり達成したりしたことすべてや、サーダナーとダルマの人生を送ることの追求において続けてきた進歩を評価することを実践してきました——すべてモクシャ、すなわち解放というゴールを達成したいという切望と共に。きっとあなたも、すでに新年の抱負を決めたことでしょう。そして、もしよければ、もう一つ推奨したいことがあります。シッダ・ヨーガのサーダナーを押し進めるに当たって、あなたの日記に、驚くべき発見という新しい章を毎日あるいは毎週書くと決めてください。単語や句、一行あるいは一つの物語でも、あなたが好きなように書いてください。それはあなたの個人的な宝物となるでしょう。

私が子どもの時にした、そのような驚くべき発見についての話をさせてください。それは、シュリー・グルの言葉の力に対する私の理解をそれ以来照らし続けています。インドのラクナウで育ち、家族と私は、毎年1月1日に家で「シュリー・グル・ギーター」を朗唱することで新年を迎えました。そしてそれは、ハヴァンと呼ばれる小さな火の儀式で終わります。私たちは、毎晩

ベッドに入る前に、母が私たち兄弟姉妹に教えたヴェーダのマントラを朗唱しながら火にささげものをしました。

神聖なマントラの音が私たちの内なる存在を浄化するのと同じく、神聖な火からかぐわしく立ちのぼる煙が私たちの周りの環境を浄化しました。私は幼くて、自分が朗唱し、聞いているマントラの力をよく理解していませんでしたが、それらの音を聞いている時の私の心を震わせる感じは、とても魅力的でした。美しい静けさが私を捉えました。すべての人とすべてのものが、愛と喜びに輝いていました。この体験あるいはマントラの残響が消えてほしくありませんでした。

多くのシッダ・ヨーギたちがシッダ・ヨーガの道に最初に紹介されたのが、「シュリー・グル・ギーター」の朗唱だったと、私は聞いてきました。その言葉が何を意味するのか、なぜ朗唱されているのかなど全く分からなかったにしても、彼らは、それら神聖なマントラの音をただ聞いているだけで、最も荘厳で、明らかな精神的体験をしました。

グルマーイは言います。「マントラの力は、この全宇宙の神秘を含んでいます」。¹ 私たちは、ただマントラを繰り返したり聞いているだけで、真理のダルシャンを持つことができるのです。

ちょうど神聖なマントラと同じように、偉大な存在、シッダの話すことは、それ自体が真理です。シッダ・グルは、ブラフマン、すなわち絶対なる神との一体性の境地に確立されています。彼女は真理の具現です。

ですから、シッダ・グルが言うことは何でも——口にするすべての言葉、話すことすべて——は、常に真理の力で満たされています。それはマントラです。あるヒンディー語の格言があります。「シュリー・グルの言葉に意味のないことは決してない」。故にそれらは、あなたの人生に真理と

¹ SHOW AS FOOTNOTE: Gurumayi Chidvilasananda, *Kindle My Heart*, rev.ed. (S. Fallsburg, NY: SYDA Foundation, 1996), p. 236.

して現れるのです。シュリー・グルの言葉は、あなたの運命を変容させる、計り知れないシャクティを運ぶのです。

今日、私たちは、2019 年のシュリー・グルマーイのメッセージを受け取りました。これらの言葉を、その力、その意義、その祝福を知った上で心に抱き続けましょう。深く、深く、潜り続け、このメッセージの意図を私たちの人生で明らかにしていきましょう。

さて、皆さんにお伝えしたいとても嬉しいニュースがあります。準備はいいですか。シッダ・ヨーガのサーダナーの道での旅路を助けるため、2019 年の「スウィート・サプライズ(嬉しい驚き)」は、この一年を通してシッダ・ヨーガの道のウェブサイトで聴くことができます。そうです。その通りです——シッダ・ヨーガの道のウェブサイトで、今年ずっとです。登録や参加の方法に関する詳しい情報に、繰り返し、目を光らせていてください。

さらに、今月、シッダ・ヨーガの道のウェブサイトでは、ホームページにリンクが掲載され、今までにない多彩なサーダナーのツールが紹介されます。これらのツールは、2019 年のグルマーイのメッセージを学び、実践するあなたの手助けとなるでしょう。私にとって実践的かつ役立った方策は、グルマーイが私たちにするように教えてくれた、小さくて、具体的で、スケジュールに組み入れられたステップを作ることでした。この取り組み方は、「シッダ・ヨーガ・ホーム・スタディー・コース: シッダ・ヨーガの熟考の力」の第 11 課、「知識を行動に移す」の中で、非常に明確に説明されています。この方策を既に用いた方たちは、その有益性をご存じに違いありません。これを初めて知る方たちには、グルマーイのメッセージを学ぶために、試してみることを強くお勧めします。

シッダ・ヨーガの道のウェブサイトには、さらの多くの宝物が用意されています。それらを一つ一つ発見していく喜びは、皆さん自身にお任せしましょう。でも、ヒントは差し上げましょう。私たちは皆、その中に内在する教訓に命を吹き込むように、巧みに語られる物語が好きではありませんか。あるいは、彼らの詩を通して輝き、そこに織り込まれた真理を私たちに容易に捉えさせてくれる詩聖の英知はどうですか。毎日、毎月、このウェブサイトを探索してあなたが発見したことを——あなたの投稿する体験談で——どうぞ私に教えてください。

シッダ・ヨーガの道では、1月という月は、一つだけでなく、三つもの非常に意義深い機会を祝います。1月1日はもちろん、最初に「スウィート・サプライズ」に参加する日です。1月7日は、バーバ・ムクターナンダが、「シュリー・グル・ギーター」をグルデーヴ・シッダ・ピートゥのアーシュラムの日課に取り入れた記念日です。そして1月14日は、マカラ・サン克蘭ティを祝う日です。それはスーリヤ・デーヴァター、すなわち太陽が北へと向かう旅を始める日で、サンスクリット語とヒンディー語でウッタラーヤナとしても知られています。インドのマハーラーシュトラ州では、人々は特別な甘いお菓子をマカラ・サン克蘭ティの折に用意し、お互いにこのような願いを交わします。「あなたの言葉がさらに優しいものとなるように、ゴマとジャガリー（訳注：砂糖の一種）で作ったこのお菓子を食べてください」。2019 年を始める、何と吉兆な方法でしょう。

最後にもう一つの考えをあなたに残したいと思います。『バガヴァッド・ギーター』の中で、クリシュナ神の弟子、アルジュナが美しい言葉を述べています。それは、この黄金の道を歩むシュリー・グルマーイの弟子としての私の心に響いています。まず、より完全な状況をお伝えすることによって、この言葉へと話を向ける準備をしましょう。クリシュナ神がアルジュナに教えを授けている時、彼はアルジュナがそれらの中にある英知と真理を見つけ、理解することのみを願って、そうしていました。なぜでしょうか。クリシュナ神は、アルジュナに真理の境地に確立してほしかったのです。そうすれば、アルジュナは自分のダルマの道を理解し、勇気をもって、揺らぐことなくそれに従うでしょう。

いったん、アルジュナが完全にクリシュナ神の深遠な教えを完全に理解し、つかみ取ると、彼は、それらの中にある真理を認識し、体験しました。そして、ひとたび彼にこの体験を持つ準備ができると、クリシュナ神は、アルジュナにその神聖な姿を見せたのです。アルジュナの心は感謝の気持ちで圧倒されました。今や、アルジュナは彼のダルマの道をはっきりと見て取ることができました。そして、アルジュナは彼の決心を、彼のグルであるクリシュナ神に、この言葉で表明しました。「私はあなたの命ずることを行います」

グルの願いは、彼らが確立しているブラフマンとの一体性の至福にあふれた、この同じ境地に、弟子が到達することです。このように美しく、寛大で、荘厳な願いの背後にある途方もない愛と慈悲について考える時、私の魂に触れるその温かく、絹のような手触りを感じる時、私は、私に対するグルの願いを顕現させるためのあらゆる努力をしたいと思うのです。ですから、私の新年の願いの一つは、あなたのグルマーイの愛の体験が、あなたの想像の限界を超えますように、ということです。

また、来月お話ししましょう。それまで、良い時間を持つことを忘れないでください！

感謝を込めて

ガリマ・ボーワンカー

