

गुरोः कृपाप्रसादेन आत्मारामं निरीक्षयेत्
Guroh Kṛpāprasadena Atmaramam Nirikshayet

グルの恩恵という贈り物を通して大いなる自己の至福に気づく¹

2017 年7月3日

探究者の皆さん

グルプールニマーの月、おめでとうございます！

まず初めに、天球を旅するグルプールニマーの月の写真を送ってくださり、どうもありがとうございます。どの画像も大変美しいです。

今年のグルプールニマーの月は、グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダの誕生日である 6 月 24 日からその周期が始まり、満月に向けて完全な光の球体になろうと着実に満ち続けています。月はどの段階も、一年のどの時期でも魅惑的ですが、シッダ・ヨーガの道を歩む私たちにとってグルプールニマーの月は、特に魅了されるものです。なぜならそれは、私たちのサーダナーにおいて深遠で神聖な重要性を持つからです。

インドの教典では、グルプールニマーの月は、一年を通して最も光り輝く完全な月としてたたえられてきました。現代の科学も同じことを言っています。つまり、インドを含む熱帯地域で見られるように、この時期には月は夜空に最も高く、最も明るく見えるのです。何世紀も前、偉大な賢人ヴェーダヴァーサの博識な弟子たちは、このアーシャーダの月の満月を、シュリー・グルをたたえるためにささげる時と決めました。これは、師から受け取った精神的な目覚め、そして計り知れない知識と英知への、彼らの感謝の気持ちの表明です。

¹ Title is from *Shri Guru Gita*, Verse 110; English rendering © 2017 SYDA Foundation.

シッダ・ヨーガの道では、私たち、つまりグルマーイ・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弟子たちが、この伝統を引き継いでいます。グループルニマーの今月、私たちはその伝統を、シャクティパート・ディークシャー、そしてシッダ・ヨーガのグルたちから受け取り続けている恩恵、教え、そして祝福を、認識し感謝することで実践します。



2017 年の「スウィート・サプライズ(嬉しい驚き)」のサツツァングで、グルマーイは今年のメッセージを、私たちの学習と実践を導く 11 の教えと共に授けました。今年は毎月、これらの教えの一つずつに焦点を当てています。7月の教えは、

自分の努力の重要性を理解しなさい。

なぜ努力は、特にシッダ・ヨーガのサーダナーにおいて重要なのでしょうか。少しそれについて考えてください。何かに本当に熟達するためには——それを完全に自分の存在の一部にして、あなたの人生がその美しさと英知を自然に伝えるには——あなたはそれを着実に思慮深く実践しなければなりません。熟達への旅には、献身と専心が必要です。あなたがこの努力を注ぎ込むとき、あなたは真実や技能を自分の存在の中にとっても深く編み込み、あなたはその生きた表現となるのです。ちょっと想像してください。グルマーイのメッセージの教えの生きた表現となるとは、どのような感じでしょうか。それは崇高なゴールであり、私たち皆の手に届くものです。

数日前のシュリー・ムクターナンダ・アーシュラムでのサツツァングで、私はある訪問セーヴァイトの集中した実践の力を美しく描いた体験談を聞きました。このセーヴァイトが言うには、最近彼女と彼女の姉は、直面している家族の難しい状況への祝福を祈るために、「シュリー・グル・ギーター」を朗唱すると決めたそうです。姉は過去にはこの教典を定期的に朗唱していたものの、最後に朗唱してから 30 年以上がたっていて、このセーヴァイトは姉がどのように朗唱するか覚えていない

だろうと思ったそうです。朗唱を始めた時、このセーヴァイトは姉が次から次へと各節を完璧に発音するのを聞いて、とても驚いてしまいました。セーヴァイトは、姉の30年前の努力が彼女の存在の中にとっても深く浸透していたので、「シュリー・グル・ギター」の詩節が、彼女がそれを必要としたときにはいつでも手に入るようになっていたのだと気づきました。姉は後に話しました。彼女がこれらの詩節を朗唱した時、若い時に体験したのと同じ深いつながりを、この教典、「シュリー・グル・ギター」の神聖なマントラに感じたそうです。何年も前の努力が、その実を結び続けていたのです。

神の力に触発されたカシミール・シャイヴィズムの教典、『シヴァ・スートラ』は、努力についてもう一つの見方を与えます。

udyamo bhairavah

努力はそれ自体がバイラヴァである。²

言葉を換えれば、至福、輝かしい静けさ、バイラヴァ、すなわちシヴァ神のその他すべての属性は、今私たちの手に入るものなのです。修行の恩恵を体験するのにサーダナーのゴールに到達するまで待つ必要はありません。瞑想のあらゆる瞬間、マントラのチャンティングのあらゆる瞬間、私たちが深く自然に呼吸するあらゆる瞬間は、神聖な瞬間であり、美しく高揚させる瞬間なのです。これらの瞬間の神聖さを認識し、それらを最大限に活用することが、私たちの崇高な責任です。グルマーイは、恩恵のみではサーダナーのゴールに到達することはできず、私たち自身の自己努力が不可欠であると教えています。恩恵は自己努力に内在するものであり、また、自己努力は恩恵を引き寄せます。これが、『シヴァ・スートラ』が言うところの「努力はそれ自体がバイラヴァである」という理由です。

私は皆さんに、グルマーイの誕生日の講話、「慈愛深い仲間」を読むことをお勧めします。その中であなたは、あなた自身の呼吸の力を探究する方法を学んででしょう。グルマーイのメッセージを実践しようと努力するたびに、あなたは自分の存在の中の神の体験を強めているのです。

² *Shiva Sutra 1.6; English rendering from Swami Muktananda, Nothing Exists That Is Not Shiva (South Fallsburg, New York: SYDA Foundation, 1997) p.10.*



シュリー・ムクターナンダ・アーシュラムのある訪問セーヴァイトが、最近私に話してくれたことを話したいと思います。このセーヴァイトは私の友人で、私たちは二人とも写真が大好きです。実際、彼女はエスワイディーエー・ファウンデーションのマルチメディア部門でカメラマンとしてセーヴァーをささげていて、彼女の写真の多くがシッダ・ヨーガの道のウェブサイトに掲載されています。

ある日の夕暮れに、このセーヴァイトはウェブサイトのための写真を撮ろうと出かけました。何と嬉しいことに、彼女がアヌグラハのアムリットの中庭で写真を撮っていると、グルマーイが彼女の名前を呼ぶのが聞こえました。振り返ると、グルマーイが中庭に立っているのが見えました。グルマーイは彼女を近くに呼び、何かを見るように言いました。グルマーイは、沈んでいく太陽の金色の光が中庭を横切って射し、その道筋の上のすべてのものを照らしている様子を指摘しました。一つ一つの葉、茎、そして花びらが、光の輪で縁取られていました。

グルマーイはこのセーヴァイトに、この輝かしい光で照らされている幾つかの花の写真を撮るように言いました。セーヴァイトが写真を撮ると、グルマーイはそれを見たいと言いました。セーヴァイトはカメラをグルマーイに手渡しました。グルマーイはファインダーの中の写真を見ると、カメラを返して、彼女が見たいと思っていたものが撮れていないと言いました。

セーヴァイトはもう一度試みました。彼女はレンズの焦点を合わせ、シャッターを押す直前に写真の構図をきちんと決めました。今回は、花の上の光の柔らかな輝きを完全に捉えました。

ちょうどその時、もう一人のセーヴァイトが中庭を通り掛かりました。グルマーイはそのセーヴァイトの顔に光が当たって輝いていると、カメラマンに注意を促しまし

た。カメラマンは写真を撮って、カメラをグルマールに手渡しました。写真を見た後、グルマールはよく撮れたというようにうなずいて、カメラをセーフajtに返しました。

この特別なやり取りの後で、カメラマンはグルマールが彼女に教えたことについて熟考しました。彼女が太陽の光の美しさをカメラのレンズを通して永遠に伝えることができるように、グルマールはこのセーフajtの目を開かせ、どこにレンズを向け、どのように焦点を合わせるかを示したのです。そしてそれと同時に、カメラマンはこのやり取りの中により深い意味を見いだしました。彼女は、正しい努力をすることで——自分の意識の向きを変え、焦点を合わせることで——あのきらめく光を、あの輝かしい瞬間を見ることができ、そして彼女の写真を通して、それをすべての人のために、時のひだの中に刻み付けることができることを学んだのです。



7月のひと月を通して、シュリー・グルをたたえ、グルプールニマーを祝うために、シッダ・ヨーガの道のウェブサイトでは、シュリー・ムクターナンダ・アーシュラムや世界中からの月が満ちていく素敵な画像を掲載し続けます。あなたがまだそれをしていないなら、あなたのグルプールニマーの月の写真を分かち合うことをお勧めします。

私はまた、この幸先の良い時に、シッダ・ヨーガの中心的な修行であるダクシナーへの取り組みを新たにすることをお勧めします。ダクシナーは、グルプールニマーの月の期間に私たちが行うシッダ・ヨーガの修行の主要なものです。私にとってダクシナーをささげることは、私の人生におけるグルマールの存在への計り知れない感謝の気持ちを表明するための、意味ある、心からの方法です。私が皆さんに分かち合えるこの神秘的な修行の体験は、とてもたくさんあります。しかし今は、シッダ・ヨーガのスワミー同からの「グルプールニマーを祝う招待状」と、「シッダ・ヨーガのダクシナーの修行についての解説」を読むことをお勧めします。このどちらの中にも、あなたの心と、あなたのマインドのための何かがあります。

どのようにしたらこのシュリー・グルの月の豊かさのすべてを祝うことができるかを学ぶには、このリンクを訪れてください。

もう一度、シュブ・グルプールニマーのあいさつを送ります。あなたの人生を通して流れるグルの恩恵のたくさんを見事な形を、あなたがこの月に何度も認識しますように。

心を込めて
ポール・ホークウッド