

# 正しい理解と正しい努力 『ヨーガ・ヴァーシシュタ』からの詩節

## VI

これが至高なる瞑想であり、至高なる崇拝である。  
すなわち、内在している存在、内なる光または大いなる意識に  
継続して途切れなく気づいていることである。



*Yoga Vasishtha*; Swami Venkatesananda, *The Supreme Yoga: Yoga Vasishtha* (Delhi, India: Motilal Banarsidass, 2010) p. 26.