

可能性から実現まで  
シッダ・ヨーガの生徒、ゴープとクリシュナ・マウラーからの手紙

2016年5月1日

皆さん

バーバの生誕 108 年、おめでとうございます！

Happy Baba's 108th Birthday!

बाबाजी के १०८वें जन्मदिवस की शुभकामनाएँ!

*Buon Compleanno di Baba, a 108 anni dalla sua nascita!*

બાબાજીના ૧૦૮માં જન્મદિવસની શુભકામનાઓ!

बाबाजींच्या १०८ व्या जन्मदिवसा च्या शुभेच्छा!

*Alles Gute zu Babas 108. Geburtstag!*

今月シッダ・ヨーガの道では、バーバ・ムクターナンダの吉兆な生誕 108 年の記念日を祝います。彼の存在、彼の教え、そして彼の意図によって、私たちが敬愛するバーバは何千人もの人々を大いなる自己の体験に目覚めさせました。バーバは、シッダ・ヨーガの道を彼が生きた時代や、そして後々の世代にわたって、すべての人に近づきやすいものにしました。

5月には、私たちグローバル・シッダ・ヨーガ・サンガムは、2016 年のグルマーイのメッセージを“becoming (...になること)”という言葉を探究することで学び続けていきます。グルマーイのメッセージは:

Move with steadfastness

toward becoming

anchored

in Supreme Joy

至高なる喜びに

定着するように

揺るぎない心をもって

動きなさい

英語の“...になること”は、以下のものを含む多くの定義や同意語を喚起する言葉です。

- 変化や成長の過程を経験すること
- ...に変容すること
- ...に成長すること
- ...に発展すること
- ...に成熟すること
- ...に円熟すること
- ...になろうとしていること

グルマリーのメッセージにある **becoming** “...になること”は、フランス語で *devenir*、ノルウェー語で *å bli*、フィリピン語で *pagiging*、タミル語では **ஒன்றி வாழ**、ギリシャ語で *γίνεσθαι* と訳されます。あなたの母国語で“...になること”は何を喚起しますか。

古代ギリシャの哲学者アリストテレスは、“...になること”は、すべての可能性から実現への動きと定義しました。シッダ・ヨーガの道では、実現とは自分自身や他者の中に神の存在を確固として認識することだと理解しています。私たちはまた、人間は誰でも実現に到達する可能性を持っていると理解しています。彼のグルの恩恵とサーダナーのゴールへの専心で、バーバは人間の可能性の最高レベルを実現しました。彼は大いなる自己の至福と一体になったのです。その後、彼は生涯を他の人々を自己実現に導くことにささげました。

“...になること”という言葉について熟考するとき、私たちはバーバの、「あなたの大いなる自己を敬いなさい。あなたの大いなる自己を崇拝しなさい。あなたの大いなる自己に瞑想しなさい。神はあなたの中に、あなたとして住んでいる」という教えを初めて聞いたときの自分が、どのような者であったかを思い出します。そして私たちは、グルマリーのメッセージの学びと実践を通して、私たちが何者になろうとしているかを正しく認識します。

私たちは、バーバが第2回の世界ツアーでアメリカを訪れた1975年の春に、シッダ・ヨーガの道に別々に従い始めました。まず、クリシュナが4月にニューメキシコのアルバカーキで行われた紹介のサツァングでバーバに出会った話をします。

私はお気に入りのシャツを着て、髪をなでつけ、おしゃれをしてサツァングに出る準備をしました。私は鏡を見て、自分が何と格好良く見えるかと思ったことを覚えています。その日、私はバーバの前でマイクに向かい、尋ねました。「バーバ、私がうぬぼれを克服する助けをしてくれますか」

バーバは私を見て答えました。「君は何にうぬぼれているんだね」。彼は少し間を置き、ほほ笑みながら続けて尋ねました。「君はビートルズの一員かい。宇宙飛行士かね」。そして、嬉しい驚きでしたが、心得顔で笑いながら付け加えました。「それとも、君は自分の髪とシャツにうぬぼれているのかい」

笑いが起こりました。そして私も一緒に笑いながらも、私は自分のグルを見つけたのだということがわかりました。ほんの一言二言で、バーバは、私が自分ほどのような者であるかという制限された理解を超越する手助けができることを、私に示したのです。バーバはユーモアで、彼の愛と導きをととも容易に受け入れられるようにしてくれました。私はその翌週末に行われるインテンシヴに初めて申し込みました。

ゴーピは、オークランドにあるシッダ・ヨーガ・アーシュラムで、5月にあったバーバの誕生日のお祝いの時に彼に会いました。

私にとって最初のシャクティパート・インテンシヴで、バーバとの質疑応答の時間がありました。極めて真剣な気持ちで、私は自分の質問が読み上げられている間バーバの前に座っていました。「バーバ、私はあなたが私を好きではないと時々思うのです。助けてください。自分自身に慈愛を持てるように、助けてくれますか」

目をキラキラと輝かせて、バーバは私にほほ笑み、とても優しく言いました。「私はあなたがこんなに好きなのに、どうして私が好きではないと思うんだね」。私の心が解けていき、バーバは付け加えました。「もちろん助けてあげるよ。だが、あなたは自分自身に思いやりを持たなくてはならない。そうでないと、私はあなたを好きにならないよ！」

瞑想ホールは爆笑で渦巻きました。突然、部屋がとても明るくなったように感じられました。私は席に戻りながら、自分が何を受けとったかを消化し始めました。もし、他の人たちが私を好きだと信じるなら、私は自分自身を好きになることを学ばなくてはなりません。愛、ユーモア、そして英知を通して、バーバは私になりたいと切望している人物になるために、まさに必要なことを私に与えたのです。

私たちのように、バーバに会った人たちは、バーバが自分の人生にどのような影響を与えたかという“バーバの物語”を話すのが大好きです。あなたも今月のシッダ・ヨーガの道のウェブサイトのバーバについての短い体験談を読み、あなたの変容の物語を他のシッダ・ヨーギたちと分かち合うことをお勧めします。

グルマーイのメッセージの中の言葉、“...になること”は、変容の可能性は常にあることを私たちに思い出させてくれます。それについて考えたとき、私たちはサーダナーの鍵となる修行をグルマーイが重要視していることを思い出しました。グルマーイは、私たちがシッダ・ヨーガの教えを自分のものにする新鮮な方法を見つけるように鼓舞しています。たとえば、シッダ・ヨーガの道のウェブサイトは、多くの機会——コース、サツァング、創造表現、自然の写真など——を提供しています。

私たち自身の“...になること”——内なる変容——への気づきは、日々を通して私たちがする小さな、一瞬一瞬の選択に注意を向けることへ、私たちを導きます。意識的な呼吸は、立ち止まって選ぶことを可能にします。この瞬間に必要なとされていることに、私はどのように対応するのか。今は私の意見を言うべき時か、それとも黙っているべきか。物事がこうなるべきだと私が思っている方向について、私はもっと心を開くことができるだろうか。もし、私が心配や批判をしているなら、それらの考えを捨てて、マントラに戻ることができるだろうか。このように注意を向けてい

ると、私たちが最高のゴールに到達するための支えとなるような選択をする能力が徐々に培われます。

私たちは、グルマーイのメッセージの“…になること”という言葉を、行動への呼びかけとして、私たちがシッダ・ヨーガの道で体験する変容を体現すること——それになること——を励ましているのだと見るようになってきました。

今月は、バーバの誕生をたたえ、“…になること”を熟考する多くの機会があります。バーバが明らかにした人間の可能性についての真理は、バーバ・ムクターナンダの生誕 108 年を祝うグローバル・シッダ・ヨーガ・オーディオ・サツァング、「あなた自身の完全さを信頼しなさい」の焦点です。このサツァングは、今月ウェブサイトやシッダ・ヨーガのアーシュラム、瞑想センター、チャンティングと瞑想のグループで行われます。

私たちはバーバの教えをシッダ・ヨーガの道のウェブサイトでも学ぶことができます。そして、5月14日には、グルデーヴ・シッダ・ピートゥからライブの音声配信によって放送される「至福の源、マデヤへの道」のシリーズの、第4回の瞑想講座に参加することができます。

世界中の皆さんにとって、幸せで、満たされた5月になりますように。バーバの誕生日のお祝いと、“…になること”の学びが、私たち皆を向上させ、変容させますように。

心を込めて  
ゴーピとクリシュナ・マウラー  
シッダ・ヨーガの生徒