

思考から自由な絶対なる存在、すべての大いなる自己と自分を同一視しなさい

2017 年 5 月 1 日

探究者の皆さん

5 月におめでとうございます！ バーバの誕生日おめでとうございます！

バーバは 1908 年 5 月 16 日の満月の日に生まれ、彼の誕生日は今でも祝われています。悟りを得た存在の恩恵は、弟子たちやその存在を切なる心で考える者を、常に導くと言われています。実際に、世界中の数多くの探究者たちが、彼らの人生にバーバが揺るぎなく存在していると証言でき、また実際にしています。今日でも、探究者たちは例えば瞑想の中で、夢の中で、あるいは自然とのつながりを体験したときに、バーバからシャクティパート・ディークシャーを受け取っています。

バーバはかつて言いました。

これが私の哲学である。この全世界は神が描いたものであり、身体は神の神殿であり、そしてこの身体に宿る大いなる自己が、その神である。

シッダ・ヨーガの道では、バーバの誕生日のお祝いは太陰暦で行われます。2017 年のバーバの太陰暦の誕生日は 5 月 10 日で、それは世界中の多くの地域で祝う母の日のほんの 4 日前です。それは見事にふさわしいイベントの流れです。バーバは、女神たちのエネルギー、神聖なる母といわれるマハークンダリニー・

シャクティを崇拝しました。シャクティパートを通して、探究者たちの内に眠る
クンダリーニー・シャクティを目覚めさせました。そして、サーダナーの進歩を続け、
また彼から受け取った貴重なシャクティを守るために、探究者たちに瞑想の修行
をするようにと励ましました。

バーバはかつて、そして今、どのような存在であるか、また、彼が世界に与えたも
のは何かを熟考する時、私のマインドは一瞬停止します。バーバの仕事と遺産の
影響の全容は、ほとんど理解を超えています。バーバが 2 回目の世界ツアーを
始めようとした時、彼の意図は瞑想革命を引き起こすことであると述べました。
そして彼は、まさにその通りのことをしたのです。世界中の何千人もの探究者たち
にシャクティパート・ディークシャーを授け、大いなる自己について瞑想する方法
を教えました。彼自身の存在を通して、内側に向かうという静かな行為が、いかに
全く新しい在り方と物の見方への入り口となり得るかということを示しました。
あなたは瞑想の後に目を開いた時に、周りの世界がきらめき、より高い周波数で
振動しているように感じたことはありませんか。瞑想するたびに、自分の世界を
再び創造する力を、あなたは持っているのです。大いなる自己についての瞑想を
通して、内側にあるものが外側にあるものを照らし出すのです。それが、バーバが
教えたことです。そしてそれは、私に 2017 年のグルマリーのメッセージの中の、
「至高なる自己の光を大いに楽しみなさい」という美しい 1 行を思い出させます。

私は、初めてバーバの名前を聞いた時のことを覚えています。それは 30 年以上
も前のことで、私は北部オーストラリアの深い熱帯雨林地域に住んでいました。
ある日、私が隣人の家にいた時に、誰かがたまたまバーバ・ムクターナンダに
ついて話していました。

ムクターナンダ。この美しい名前は私の心を貫き、すぐに私は自分自身が愛に満ちあふれるのを感じました。その後の日々、私は土ぼこりの舞う道を歩きながら、バーバの名前を心の中で言っではその快い響きを楽しんでいたことをはっきりと覚えています。バーバの名前は私の歌になりました。ただ口にするだけで、私はとても幸せになりました。2年後、将来夫となるダグが、私にシッダ・ヨーガの道を紹介しました。

バーバの写真やビデオを見ること、バーバの講話を聞くこと、彼の教えを学ぶことを通して、私はバーバの存在を長年にわたって繰り返し体験してきました。これは私に、何らかの存在の次元で、自分が直接バーバに会っていたかのように感じさせました。私は、彼の活気に満ちたエネルギーや尽きることのない熱意を体験しました。物語を話すときの彼の中に湧き上がるような喜びを見て、物語が展開するときにサツァングのホールに響き渡る笑いの波を聞きました。

それでは、シッダ・ヨーガの道のウェブサイトで、どのように私たちが皆でバーバの誕生日を祝うことができるかについて紹介したいと思います。ウェブサイトは、サーダナーを育む多くの特集はもちろん、バーバのダルシャン、バーバの教え、バーバの物語を受け取るよう私たちを招待しています。バーバの誕生日のお祝いには、私たちが焦点を当てていくシッダ・ヨーガの特別な修行、グル・プージャ¹と呼ばれる修行があります。バーバの恩恵、バーバのシャクティ、バーバの愛を呼び起こすために、毎日この修行をするようお勧めします。ウェブサイトを通して、バーバの名前をチャンティングしたり、バーバの逸話を投稿したり、母たちへのバーバの賛辞を読んだりするのもよいでしょう。

¹ LINK to exposition on guru-puja

バーバの贈り物の本質は、与え続けることです。ですから、皆さん一人一人が、シッダ・ヨーガの道のウェブサイトで 5 月 31 日まで行われる、バーバ・ムクターナンの誕生日を祝うグローバル・シッダ・ヨーガ・オーディオ・サツァングに参加する機会を持っています。このサツァングのタイトルは、「何が人生を完全なものにするのか？」²です。バーバは人間としての生を重んじました。なぜなら、悟りを得ることができるのは、人間としての生においてだからです。



2017 年の「スウィート・サプライズ(嬉しい驚き)」のサツァングで、グルマーイは私たちがメッセージを学ぶ上で支えとなる 11 の教えを与えました。今月、5 月の焦点となる教えは

外側へ向かいがちな自分を、至高なる自己につなげなさい。

サンスクリット語では、「つながる」に関係する幾つかの言葉があります。その一つは *mīl* という語根を持つミーラナで、その意味は「目を閉じるという行為」、そして「集めること、集められること」です。ヨーガの観点では、ミーラナは、内側にある大いなる心を探し求めるために、感覚や外に向かいがちなマインドの活動を内側へ引き寄せる、あるいは集める行為を示します。

² LINK to Audio Satsang in celebration of Baba's Birthday

理解に役立つもう一つのサンスクリット語の言葉は、「結合」を意味するヨーガです。『バガヴァッド・ギーター』の一節は、言っています。

योग: कर्मसु कौशलम्

ヨーガとは行為における技能である。¹

この一節では、ヨーガという言葉は、特に、個人の自己と、至高なる自己、すなわちすべての存在の中心にある純粋なる意識との結合を意味します。真にヨーガに取り組むことは、したがって、行為——人生のさまざまな活動に参加すること——を、至高なる自己との結合を保ちながら果たすことを意味します。

あらゆる古代インドのヨーガの教本には、ヨーギたちが外側へ向きがちな自分と至高なる自己との結合を達成するために、激しい苦行を何千年もの間行ってきたという記述があります。彼らは、トゥラータカという長時間一つのものを見詰め続けることをしたものでした。太陽を熟視する間、片脚で立ち続けることもしました。ただつながりの体験のために、体を非常な熱や寒冷にさらすこともしました。私はあなたに、シッダ・ヨーガの道ではそのような過酷な修行に身を投じる必要はないという、素晴らしい幸運に気づいてほしいと思います。呼吸をしてください。ただ呼吸をしてください。グルマールイの恩恵に満ちたメッセージは、私たちは呼吸の力を通してこの結合——外側へ向かいがちな自分を、至高なる自己とつなげること——を体験できると教えています。事実、バーバは、グルが過酷な修行をすべて行ってきたのだから、弟子はする必要はない、とよく言っていました。弟子に必要なことは、恩恵を受け取って自分の修行を行うことなのです。



新しい月の明るく新鮮な学び、実践、そして自己発見に踏み出すにあたって、私は一番下の息子が 5 歳の時のグルマールとの意義深い体験のことを思い出します。

それは 2001 年のことで、夫と息子と私は、インドのガネーシュプリーにあるシッダ・ヨーガ・アーシュラムのグルデーヴ・シッダ・ピートウを訪れていました。ある朝、グルマールは中庭に座っていて、息子と一緒に座るように手招きしました。息子は少し時間を取って勇気を出し、それから立ち上がると、ゆっくり恥ずかしそうにグルマールの所へ歩いて行きました。彼はグルマールの隣に座ると背中を丸めてげんこつを握り締めていました。

グルマールは、彼の握り締めた小さな手を見ました。とても優しく、彼女は片方の手を取ると、彼女の方へ引き寄せました。そして、指を1本ずつ広げていきました。彼女は、広げた彼の手のひらを指の先までなで始めました。しばらくすると、彼のもう片方の手も同じようにしました。とても優しく、一心に。息子は自分の手を見ながら、ほほ笑み始めました。グルマールが手のひらをなでている時に自分の中で何かが開いたように感じたと、彼は最近になって私に言いました。

年を経るにつれて、この時に開いたものを、特にチャンティングや、シッダ・ヨーガのアーシュラムのナーマサンキールタナでドラム奏者としてセーヴァーをささげることを通して、そして人々と関わる中での親切心と思いやりを通して、彼が培ってきたことを私は見てきました。今、行動のすべてに開いた心を持っていることが

明らかな若者としての彼を見ると、私はグルの恩恵の働き方を理解します。私たちはグルの教えに従う努力をし、グルが私たちに与えたものすべてに基づいて行動し、するとグルの恩恵が私たちを広げ、私たちの本当の姿を体験する道を開いてくれます。すると次に、私たちの会話、日々の生活の出来事への対応の仕方、私たちの考え方そのものなど、私たちが行うことすべてが向上します。私たちが本当の自分の中に立つとき、私たちの行うことには常に信頼性があり、そして私たちは世界に善意を引き起こすのです。

バーバの誕生日の月は、バーバの恩恵、シャクティパートの伝授、そして人生を変容させる彼の教えについての物語を、皆で分かち合う多くの機会があります。バーバは、その語の最も本当の意味で、とても偉大でした。彼は偉大な魂であり、偉大な存在でした。彼の存在は人類にとっての恵みでした。同時に、バーバはとても現実的でした。彼は愛の具現でした。彼は、インドとそして世界中で、シャクティパート・グルとして知られていました。

誕生日おめでとうございます、バーバ！

心を込めて

シャリーニ・デービス

シッダ・ヨーガ瞑想ティーチャー

© 2017 SYDA Foundation ® 著作権所有。

¹ Swami Kripananda, *Jnaneshwar's Gita* (South Fallsburg, NY: SYDA Foundation , 1999) p. 27, verse 2:50.