

サーダナーの道を輝かせなさい、あなたの最高の運命を達成しなさい

2019 年 10 月 1 日

読者の皆さん

私たちは新しい敷居を越え、10 月——グルマーイのグルであるバーバ・ムクターナンダにささげられた月——に足を踏み入れています。私たちは敬愛を込めて、10 月をバーバの月と呼んでいます。インドのモンスーンが終わった後のシャラド・プールニマーと呼ばれる満月が、このヒンズー教の太陰暦のアシュウィン月に起こります。これは素晴らしく吉兆な日であり、37 年前、バーバ・ジはこの日に地球上での彼の目的を果たし、マハーサマーディに入りました。彼は至高の大いなる意識に永遠に融合したのです。今年はこの神聖な日を、太陽暦の記念日である 10 月 2 日と太陰暦の記念日である 10 月 13 日に祝います。

今月、私たちはとりわけバーバ・ジの輝く人生を思い出し、崇敬します。サーダナーのゴールを達成し、ジーヴァンムクター——この人間の身体にいながらにして悟りを開き解放された者——になった後、バーバ・ジはその慈愛深い恩恵を真理の探究者たちに注ぎました。そうすることによって探究者たちもまた、彼らの最高の運命を達成するかもしれないからです。

偉大な存在たちは自らの人生を生き、全人類の向上のためにその教えを授けます。バーバ・ジと私たちのシュリー・グル、グルマーイは、私たちが自分自身の真の大いなる自己を知り、私たちを神につなげる深く変わる事のない愛を知ることを願っています。彼らは私たちのためにそれを願うだけでなく、どのように神を知り、神とつながることができるかも私たちに示します。そのような無限で計り知れない恩恵と慈愛を受け取る者であることは、私たちにとって並外れた幸運です。

15 世紀の詩聖カビールは言っています。

神の恩恵によって、あなたは人間としての生を受け取ることを知りなさい。

シュリー・グルの恩恵のみによって、あなたはこの世の生と死の循環からの解放を得ると知りなさい。¹

シッダ・ヨーガの道で、私たちの多くがバーバの月を祝う方法の一つが、毎年バーバのマハーサマーディを祝って行われるシャクティパート・インテンシヴに参加することです。シュリー・グルマーイの慈愛ある意図を通して、シャクティパート・インテンシヴの中で起こる精神エネルギーの目覚めは、それぞれの探究者の人生における変容の出来事です。インテンシヴに参加するたびに、私たちは自分自身の大いなる自己のより深い理解に達し、サーダナーを前進させていきます。

今年のインテンシヴのタイトルは、「マインドのカー——マートリカー・シャクティ」で、世界中の多くの地域で 10 月 19 日あるいは 20 日に開催されます。詳しくはシッダ・ヨーガの道のウェブサイトをご覧ください。

今年の初めから、私たちはグルマーイが 2019 年の「スウィート・サプライズ(嬉しい驚き)」の中で与えた 2019 年のメッセージと教えを学ぶことに没頭してきました。私たちは毎月、これらの教えの一つに焦点を当ててきました。私が 10 月のこの手紙を書く準備をしている時、ある特定の教えが私の中に浮かび続けました。私は興味をそそられました——なぜこれが起こっている

¹ Add FOOTNOTE saying: English translation © 2019 SYDA Foundation.

のだろうか。すると、この教えが私自身のサーダナーにおいて極めて重要だからこそ、思い出させられるのだと分かったのです。以前、5月の手紙で話したことがありましたが、もう一度皆さんと分かち合いたいと思います。私の考えでは、グルマーイのメッセージの学びを続ける時、この教えは今年の最後の数カ月にさらなる熟考を必要とします。

グルマーイは講話の中で、マインドを支えるために「正しい努力」をし、そしてそれを繰り返す行うことで、マインドをそれ自身の光へ向けるように私たちを導いています。グルマーイは、何が「正しい努力」であり、どのようにしてこの種の努力をするかを教えています。私はグルマーイの講話を聴き、再度この教えに焦点を当てて熟考すると、サーダナーにおける進歩とサーダナーで自分のゴールを達成することにおいて、これが重要な要因であることが非常に明確になりました。私はいつどのような時にも、何が正しい努力であるかを本当に理解する必要があるし、私の精神の探究が実りを得るために、どのように正しい努力をするかを学ばなければなりません。

サーダナーにおいて、こんな疑問を持ったことがありますか。「私は大変な努力をしている。修行をすることに一生懸命に取り組んでいる。それなのになぜ前進することができないのだろうか」。私は、熱心に修行をしているのに停滞しているように感じた多くのそのような瞬間を思い出します。「スウィート・サプライズ」でのグルマーイの教えは、どのように正しい努力をするかを理解することの重要性を私に示しました。私たちはしばしば、非常に骨の折れる努力を正しい努力だと勘違いします。サーダナーのゴールを達成するために必要な正しい努力の本質と完全な意義を理解し、そしてそう努力する時、私たちは自分のマインドと友達になり、マインドをそれ自身の輝きへと導くことができます。この教えの理解を深めるために、あなたは今一度、「スウィート・サプライズ」に参加したいかもしれません。それは引き続きウェブサイトに参加可能です。

今月のシッダ・ヨーガの道のウェブサイトは、グルマーイのメッセージの学びを深める中で、楽しんで取り組める特集をたくさん提供しています。これらの特集はまた、特別な祝祭日についてより深く学ぶ機会を与えてくれます。それらの幾つかをご紹介します。

- **バーバのマハーサマーディ**——ここでは、たくさんの驚くべき宝物を、バーバの教え、バーバのダルシャンと英知、そしてその他多くの形で見つけることができます。
- **バーバの月の写真集** ——これはウェブサイト上のとても楽しい特集で、世界中のシッダ・ヨーギたちから寄せられた満ちていく月とバーバの満月の写真が掲載され、皆が楽しめます。あなたが住む地域からの月の写真を**投稿する方法**も記載されています。
- **グルマーイのメッセージについての熟考**——この新しい特集は、2019年の「スウィート・サプライズ」からの教えの一つについての筆者の探究を紹介しています。
- **グルマーイのメッセージの私たちの学びを手助けする**、世界中のさまざまな伝統からの物語。
- **ワークブックの第36週**——これはグルマーイのメッセージに取り組むあなたを手助けするワークブックの最終週です。
- **瞑想講座のシリーズ**は9月に終了しましたが、今年の実講座、あるいはこれまでの講座のどれでも、引き続き申し込むことができます。

今月はお祝いすべき幾つかの祝祭日があります。

- **ナヴァラトウリー**——女神たちにささげられたこの祝祭は、9月29日に始まり、10月6日（インドでは10月7日）まで続きます。シュリー・ムクターナンダ・アーシュラムでは、マハードウルガー、マハーラクシュミー、そしてマハーサラスワティーの姿の女神たちを

たたえて、ナヴァラトゥリーのそれぞれの夜にささげられる特別なプージャがあります。プージャの 写真、プージャで使用するものの意義についての記事、そして女神たちのさまざまな姿についてのデーターナム、すなわち瞑想の録音などを含む、多くの特集がナヴァラトゥリーに向けてウェブサイトに掲載されます。例えば、意図を持つこと、女神にささげる「ジャヤ・デーヴィー・アーラティー」の歌詞を学ぶことなどにより、あなたのいる場所からこの祝祭に参加する方法もさらに知ることができます。

- **ダセーラ**——ナヴァラトゥリーの終わり、ヒンズー教の太陰暦のアシュウィン月の10日目には、ダセーラの祝祭があります。それはヴィジャヤダシャミー——月の10日目の勝利——としても知られています。偉大な叙事詩『ラーマヤナ』は、ランカーの戦場で魔王ラーヴァナを打ち負かしたラーマ神の勝利の物語を語っています。今年のダセーラは、米国では10月7日に、インドでは10月8日に祝われます。
- **ディーヴァーリー**——これは、『ラーマヤナ』で語られたように、14年間の国外追放の生活の後に、アヨーデヤーの王国へのラーマ神の帰還を祝う光の祝祭です。それは新月の夜で、アヨーデヤーの人々は敬愛するラーマ神のために道を照らすため、道沿いにずっとランプをともしました。毎年、ヒンズー教の太陰暦のカールッティクの月の新月の晩、今年は10月27日ですが、インドの人々はラーマ神の帰還を記念し、また、女神ラクシュミーを自分たちの家へ招くために、家の内側にも外側にもランプをともします——ちょうど、ラーマ神がアヨーデヤーに戻り王になった時に、各家に豊かさと幸せが入ってきたように。ディーヴァーリーの祝祭は10月24日（インドでは10月25日）のゴーヴァトウサ・プージャで始まり、10月28日のバリー・プラティパダーで終わります。それは北インドでインドの新年として祝われます。

数々の祝祭のある今月は、シャクティパート・インテンシヴに没頭する時に、また、この 10 月のそれぞれのイベントを祝う時に、必ず「正しい努力」をしてください。あなたが、それ自身のまばゆい光で輝くマインドを目の当たりにするという、甘美な果実を味わうことができますように。

私が書いたウルドゥー語のこの二行連句を記しておきます。それは探究者の人生——私の人生——を描いています。シュリー・グルマーイの恩恵を受け、サーダナーの道を歩く前と後のことです。皆さんの多くもまた、この変容が自分自身にとって真実であることを見いだすことと思います。

以前、私の存在に気づきさえしなかった人々が、
今日、私に出会い、グルマーイ、あなたについて知りたいと願います。

尊敬を込めて、
ガリマ・ボーワンカー

