

私たちの最愛のグルの誕生を祝って シッダ・ヨーガ瞑想ティーチャー、ラシュミ・スミスからの手紙

2015年6月1日

シッダ・ヨーギの皆さんへ

シッダ・ヨーガの道における6月——輝かしいバースデー・プリス(誕生日の至福)の月によろこ。

私たちの最愛のグル、グルマリー・チッドヴィラーサーナンドの誕生日は、6月24日です。今月の毎日、バースデー・プリスの毎日、私たちはグルマリーの恩恵と教えがいろいろな形で私たちの人生を豊かにし、サーダナーを支えてきたことについて、振り返ることができます。私たちがシッダ・ヨーガの道を歩み始めたばかりであろうと、あるいは数十年も修行をしてきていようと、人生にグルマリーの導きがあることは素晴らしい祝福です。

グルマリーの教え、愛、そして恩恵は、私の人生を築く基盤となっています。私はバースデー・プリスの月が大好きです。なぜなら、それは私の人生におけるグルマリーの存在を振り返り、グルマリーの教えを学び、そして私の人生をさらにそれらの教えに添わせていく方法に焦点を当てる継続的な機会を与えてくれるからです。

私がバースデー・プリスを祝う方法の一つは、グルマリーの2015年のメッセージの私の理解と体験をさらに深めることです。

内側へと向かいなさい
安らかに瞑想しなさい

瞑想は私にとって極めて重要な修行です。私は33年間毎日瞑想をしてきました。そしてこの毎日の自分の心とのつながり、大いなる自己の光とのつながりは、常に私を支え、育ててくれました。1月1日にグルマリーがスウィート・サプライズ(嬉しい驚き)のサツァングでメッセージを与えて以来、私は瞑想のためにより多くの時間を取ってきました。私はあたかも発見の旅にあって、グルマリーに招き寄せられながら、大いなる自己の至福にますます近づきながら帆走しているように感じます。今月のバースデー・プリスの期間中に、私はグルマリーのメッセージの講話から主要なテーマについて学び、また、シッダ・ヨーガの道のウェブサイト1月に掲載されたグルマリーのメッセージの言葉の定義についても再考し、私の修行をさらに深めようと思います。

私にとって、ウェブサイトは毎日巡礼できる寺院や聖域のようです。ウェブサイトを訪れると、私は、グルマリー、シッダ・ヨーガの教えとその修行、世界中のサンガム、そして最も素晴らしいことに、自分の心とのつながりを体験します。私は、バースデー・プリスを祝う今月のウェブサイトに掲載されているさまざまな教えにとってもわくわくしています。私たちが日々それについて瞑想するための贈り物としてグルマリーが創作した素晴らしいヤントラ、美しいネーチャー・ギャラリー、グルマリーについての示唆に富む熟考など盛りだくさんです。

グルマリーはとても寛大です。彼女がすることはすべて、人類を高め、自然を保護し、平和を促進させるためのものです。毎年この時期になると、私は自分自身に問いかけます。「私に与えてくれたすべてのものについて、私はどうやってグルマリーに感謝したらいいのだろう」。多くの皆さんもきっと同じような質問をしてきたでしょう。私が見つけた一つの答えは、人生をグルマリーの教えと調和させて生きることです。そして、そのための素晴らしい方法は、聖なる美德を培うことです。美德は、忍耐・親切などの、大いなる自己から生じる資質です。そして、グルマリーの誕生日の月にこれらの美德について学ぶことは、シッダ・ヨーガの道の伝統になりました。1993年6月24日のシュリー・ムクターナダ・アーシュラムでのサツァングで、グルマリーは言いました。

私たちの中に秘められた神からの贈り物である美德をよく見つめ、それらを探究し、大切にし、そして、それらを他の人々と分かち合うのに、今が最適な機会だと思われます。

今月、私たちは毎日シッダ・ヨーガの道のウェブサイトで聖なる美德について学びます。私たちの内にあるこれらの貴重な美德の光を磨き、それを世界に反映させることができます。私の人生でもこの修行が非常に役立つ体験をしました。私は、忍耐という美德を自分の中で長年にわたって磨いてきました。その中で学んだことは、ゆっくりと落ち着いて、もっと自分の心の中に留まり、次のことへと急がないことでした。私は以前より一層その瞬間に留まることができるようになり、一緒にいる人と共にそこにいることができるようになりました。

このパースデー・プリスの月に、グルマリーから受け取ったものすべてについて、そしてグルマリーの存在が私の人生にどのような意味をもたらしてきたかについて振り返り始めると、私は感謝の気持ちで満たされます。同時に、一つの体験が浮かんできます。2014年の冬、私はシュリー・ムクターナダ・アーシュラムにセーヴァイトとして訪れていました。エスワイディー・ファウンデーションのコンテンツ部門でセーヴァーをするためです。私は2002年以来グルマリーに直接会っていませんでした。しかし、毎年グルマリーの教えを学び、それを実践してきたことで、彼女とのつながりは深まっていると感じていました。私たち皆に与えたグルマリーの言葉と修行の力が、私の心から彼女の心への聖なる橋を築いていました。

クリスマスの日、グルマリーはお祝いのサツァングの後でシュリー・ニールーヤ・ホールを出るとき、立ち止まって私に話し掛けました。私が12年以上グルマリーに会っていないのを知っているセーヴァイトの一人が私を紹介し始めました。グルマリーは手を上げてほほえみ、大いなる愛を込めて言いました。

「ああ、私は彼女を知っていますよ。お互いによく知っています。私たちは長年の知り合いですよ」

そのダルシャン以来、私の心は至福で脈動しています。グルマリーの教えと愛に心を合わせていれば、心の中で彼女の存在を体験できるという完全な信念を私は持っています。

今月を通して、皆さんが大いなる喜びを持ってグルマリーの誕生日をお祝いすることを願っています。

パースデー・プリス、おめでとう！

愛を込めて

ラシュミ・スミス

シッダ・ヨーガ瞑想ティーチャー

¹Gurumayi Chidvilasananda, *My Lord Loves a Pure Heart: The Yoga of Divine Virtues* (South Fallsburg, NY: SYDA Foundation, 1994), p. 3.



© 2015 SYDA Foundation®. All rights reserved.