

ジャンマディン・キー・ジェイ・ジェイ！

シュリー・ムクターナンダ・アーシュラム

2016年6月23～30日

結びの言葉

2016年のグルマーイの誕生日のお祝いの「ジャンマディン・キー・ジェイ・ジェイ」の間、シュリー・グルマーイは深遠な教えを授けました。この8日間にわたるお祝いの中で、彼女はさまざまな方法で教えました。食べ物の神聖さや、美德を培うことの計り知れない価値についての指導、子どもや若者を含めた弟子たちとのやりとり、シヴァ神とアンナプールナー・デーヴィーの崇拝への導き、そしてまさに、彼女の言葉、表現、行動のすべてが教えだったのです。

グルマーイの2016年の誕生日から半年たち、世界中のシッダ・ヨーガの生徒たちはお祝いから得たグルマーイの教えの学び、練習、吸収、実行に、変容をもたらす効果があることを発見してきました。彼らの精神の旅であるサーダナーに、新しい洞察が生まれました。さらに、人生のさまざまな状況に対処するための新しい方法や、人間関係や環境についての新しい理解を発見したのです。

新しい年に足を踏み入れるにあたって、グルマーイの教えの適用が、どのように私たちの人生に現実的で役に立つ変化をもたらしたかを振り返ることは有益です。

そして、この振り返りに取り組むことで、私たちの学びと実践が未来に向けてどのように成果を生み出し続けるかを期待することができます。

以下は、シッダ・ヨーギが「ジャンマディン・キー・ジェイ・ジェイ」でグルマーイの導きに従ったことの体験談の数々です。あなたも、このページの最後にあるリンクをクリックして、体験を分かち合うことができます。

私がグルマーイの「バースデー・ブリス(誕生日の至福)」のお祝いに参加したとき、グルマーイの講話、「誕生日の限りない感謝」の中の言葉に特に感銘を受けました。「シッダ・ヨーガの道では、あなたは自分自身の中に地位を持たなくてはならないことを学びます」

私は、自分自身の中に地位を持つということは、大いなる自己を受け入れ、たたえることだと理解しました。私が感情、考え、行動を、「私は大いなる自己である」というレンズを通して見ることを実践したとき、マインドは自然に静まりました。私は、自分に本物を感じ、同時に他の人に役立つように、話したり行動するようになりました。時を経るにつれ、この「私の中の地位」がどんどん強くなっていくのがわかりました。このようにして、グルマーイの教えは、私の中に強さと確信がどれほどあるかを認識させ、また、他の人たちのためにより良い環境を作るための貢献ができるように私を導いたのです。

ドイツ、ブルグウェッデルのシッダ・ヨーギ

2016年の「バースデー・ブリス」の期間にグルマーイとのサツァングの一つに参加している時、この言葉が湧き上がってきました。「至福は常に私の中に存在する。そしてそれは達成できる境地だ」。それ以来、私は、この内側の至福につながり、この境地を私の生活に浸透させるように実践してきました。私は、シッダ・ヨーガの修行に取り組んでいるとき、この至福の境地を体験します。一日を通して、私はちょっと立ち止まり、この修行の体験に戻るようになっています。このようにして、周りで何が起こっていても、私は至福の境地を体験できるのです。

米国ニューヨーク州のシッダ・ヨーギ

グルマーイの講話、「誕生日の限らない感謝」を読んだ後で、私は熱意の美德、具体的に言うと瞑想の修行への熱意を培おうと努力しました。私は、修行に喜びを見いだすことに集中し、その一つの方法として瞑想している間に何が起こったかを深く探ってみようと思いました。私は瞑想の体験を熟考して、それを日記に書き留めました。

このような熟考に取り組むにつれ、次の日に瞑想のために座ることにどんどん熱中するようになっていきました。私は、どんな新しい洞察が生まれるか、どんな新しい理解が生まれて私のサーダナーを前進させる助けになるか、知りたくなったのです。

インド、アウランガーバードのシッダ・ヨーギ

私は、グルマーイの講話、「食べ物は神です」に非常に感動し、刺激を受けました。

グルマーイは私たちに要請しました。「集合的に一つの祈りをささげなさい、世界が団結するように、一人一人の子どもが正当な分け前の食べ物を受け取れるよう

に、人々が皆完全に育まれていると感じられるように、そして彼ら自身の心にきらきらと光っている幸せを知ることができるように」

瞑想の修行が終わり、心がとても落ち着いている時に、私はこの祈りを毎日繰り返しています。これを始めてからすでに6カ月になりますが、私は自らの善意を世界に与えているように感じます。私は、自分の内側にある広大な愛の宝庫につながっているように感じます。人間関係でも、人々との力強いつながりを体験しています。私はシュリー・グルの愛を伝えていることと受け取っていることの両方に気づき、そして私の心が急激に広がっていくのを感じています。

英国ロンドンのシッタ・ヨーギ

グルマーイが子どもたちと一緒にサイレントパス(沈黙の小道)を駆け降りていく様子を読んだ時、私はグルマーイジがとても陽気で愛にあふれていると感じ、そして私も同じ感情に包まれました。私は大学生なので、勉強の習慣を自分に厳しく課していましたが、この快活で楽しむ態度を私の学業に吹き込ませようと決めました。

私は、勉強を頭だけでするのではなく、心ですることを学びました。今では、長い時間勉強していても、それを楽しいものにしようと試みます。私は前向きな言葉を繰り返して、私の勉強に新鮮な精神を吹き込んでくださいとグルマーイに祈ります。その結果、私の小論と宿題の質が向上したことに気づきました。一人の教師が、私の論文は創造性と同時に分析力があると褒めてくれたのです。

米国ニュージャージー州のシッタ・ヨーギ

私はグルマーイの「食べ物は神です」の講話に感銘を受け、世界の飢餓を軽減させるための持続可能な事業を行っている団体を見つけ、今ではそこに定期的に献金しています。それをする中で、私は心が開かれるのを感じ、そして、同じ人間としてのより寛大なつながりを体験しています。

シュリー・ムクターナンダ・アーシュラムのセーヴァイト

グルマーイの誕生日のお祝いに参加した後、私は団結の美德に集中しようと決めました。たとえば、家では私と家族で一緒にすることで、瞑想の実践を力強いものにするようにしました。家族一緒に瞑想することがお互いをより近づけることに、私は気づき始めました。私は自分自身が、お互いの違っているところよりも似ているところにより意識を向けていることに気づいたのです。この体験により、私は出会う人たち、それが家族、友だち、隣人、同僚、または新しく知り合った人など誰であっても、自分とつながる部分を探すようになりました。

インド、バンガロールのシッダ・ヨーギ