

グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダのダルシヤンと英知

1. ダルシヤンは心の中で起こります。それは、心の中のシャクティの動きです。
～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ
2. 本当の探究者は、出会うすべての人の中に神の顔を見たいと切望し、行く場所すべてに神の存在を感じたいと切望し、あらゆる方向に神の光がきらめくを見たいと切望し、宇宙のすべての粒子と一体であることを体験したいと切望します。
～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ
3. シッダ・ヨーガの道の最も崇高な目的とは、自分自身の内なる大いなる自己を知ること、自分自身の神聖な本質を敬い崇拝することです。この崇高な目的を追求するとき、それはあなたを、あなたの神聖な本質——至高なる喜び——へと導きます。
～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ
4. 干上がった大地に雨粒が落ちていくのを想像してください。地面が軟らかく、豊かになるのを思い描けますか。同様に、献身の愛のしずくは心の中の最高のものを引き出します。
～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ
5. 崇高な美德は、常に美しい住みかを注意して探しています。あなたに価値があることを見つけると、美德はあなたの元にやって来て、あなたの存在の中に住むようになります。
～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

6. 恩恵の存在の下、時間は静止します。無知のベールは立ち消え、光が差し込みます。あなたの存在全体が光り輝き、内なる音が聞こえます。個人の魂は偉大なる唯一の存在と融合します。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

7. 心が開いているとき、心の中にいるとき、日の出や木々や山々に対するあなたの感じ方は、極めて非凡で類いまれです。何度も何度も、心の荘厳さに注意を戻しなさい。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

8. チャンティングし瞑想するにつれ、あなたの中に横たわる偉大さが見え始め、自分自身の内側にあるまったく新たな世界が垣間見えてきます。内なる国へ向かってあなたが架ける橋が、より強度を増し、より遠くまで届くにつれ、あなたは至高なる自己の栄光を感じ始め、神聖な光、輝かしい神を見始めます。そしてあなたは、人間の真の価値を知るのです。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

9. 神をたたえて歌うことは、一つの場所と別の場所を、一つの心と別の心をつなぎます。それはあなたの気分を高めます。あなたは新鮮な心を受け取ります。シッダ・ヨーガの道において、喜びあふれるこの音は、チャンティングとして知られています。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

10. 最高のものを体験するには、至高なるものを体験するには、努力しなくてはなりません。そうすることで、グルの恩恵を受け取る時、それは永遠にあなたの元にとどまります。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

11. 祈りをささげるとき、あなたは神の内なる領域に入り、神の存在そのものの中に入ります。祈りは、神に話し掛ける方法です。祈りは、心を和らげます。祈りは、神の存在を引き付ける磁石です。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

12. セーヴァー・パラモー・ダルマハ、すなわち「無私の奉仕は最高のダルマである」。セーヴァーにおいては、心は喜んで神の命令に従います。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

13. 内側の深い静けさを味わわなくてははいけません。完全に静かなとき、たとえばハスの葉の上の水滴に映る星のような、素晴らしいことなのに普段は見過ごしている事が見えるようになります。この完全な静けさは、シッダ・ヨーガ瞑想と呼ばれます。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

14. 砂漠の優しいそよ風が、
これらの語をささやきます——

シヴァ・ドゥリシュティ

オーム・ナマー・シヴァーヤ

シヴァ・バーヴ

シヴォーハム

シヴァ・ダルシャン

これらはすべてシヴァである。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

15. 瞑想を通して何度も何度も内側に向くにつれ、自分の存在の完全に目覚めている部分を体験するようになります。この完全に目覚めている状態は、永遠に存在し、永遠に穏やかで、永遠にきらめき、永遠に輝き、永遠に流れている力です。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

16. 初めに、愛があります。終わりに、愛があります。その途中、私たちは美徳を培わなくてはなりません。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

17. 私たちが見るあらゆる人、あらゆる物の中にきらめく青い光を体験すること、他者が必要としている事を理解すること、いつでも優しく愛にあふれ、安定した心の脈動を感じる事、軽やかに歩き、優しく話すこと、限りなく神の栄光を歌うこと、すべての生き物を神の一つの素晴らしい家族として見る事、あらゆる物、あらゆる人の中に至高の大いなる自己を認めること、これがシッダ・ヨーガの哲学です。これをあなたのゴールにきなさい。あなたの意図にきなさい。あなたの道にきなさい。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

18. オームが沈みゆく太陽になり、
オームが夜空を覆う毛布になり、
オームが明快な夢を呼び起こします。
オームが慈愛に満ちた人の顔になります。
オームはすべてであり、オームは無でもあります。
オームの祝福は降り注ぎます。

ハリ・オーム・タットサット。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

19. 教典に書かれているすべての儀式の中で、最も強力なものは、心の中での崇拝、すなわちマーナサ・プージャーです。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

20. 瞑想は、マインドをその源へ引き寄せ、マインドと身体をその輝きで満たす力です。瞑想を通してのみ、人は永遠に触れます

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

21. グルは、内側にも外側にもいます。グルは、近くにも遠くにもいます。あなたはグルのシャクティを、グルの原理を、いつでもどこでも体験できます。何年も前の過去でも体験できます。何年も先の未来でも体験できます。そして、今この瞬間、あなたはグルのシャクティを体験できるのです。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

22. 「私は素晴らしい」と体験するとき、あなたは自分自身の中の素晴らしい美德の存在を呼び起こしています。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

23. あなたの望みを、神を見ることにしなさい。常に。何をしても、どこに向かっていても、誰と話をしていても、あなたの最も深い願いを、「おお、神よ、この人の中に、この物の中に、私のダルマの中に、この行動の中に、あなたの姿を見せてください。私が何を知らうと、何を見つけようと、そこにあなたがいますように」というものにしなさい。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

24. 崇拝に精魂を傾けるとき、信じられないような献身の気持ちが呼び起こされます。崇拝とは、それを通して神が信奉者のために愛を注ぐことのできる入り口です。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

25. 何でもない1輪のハイビスカスが、
その創造主——大いなる宇宙の力——に満たされ、
自分自身に愛を吸い込んで、
生命をたたえています。
すべての魂に、この愛、生命、そして神聖さを
受け取る価値があります。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

26. シッダ・ヨーガは恩恵、惜しみなく与える師の恩恵のヨーガです。自由に、自発的に、この恩恵は探究者の人生の中に入ります。それでも、グルの恩恵が完全に開花するためには、探究者が探し求めるゴールに到達しようと誠実に努力することが求められます。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

27. もし自然を観察すれば、自然は常に内側を向いていることに気づくでしょう。海であろうと、木々であろうと、動物であろうと、花であろうと、土であろうと、風であろうと、炎であろうと、エーテルであろうと、自然は常に、それ自体に戻る過程にあります。自然は外側に向かって広がっているように見えますが、本当は、常に内側に向かう過程にもあるのです。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

28. たった一つの光があり、それはあなた自身の心の偉大な光です。「私は光である。光は私である。私は光である。私は存在する」という気づきを持って瞑想しなさい。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

29. 驚き、アシュチャリヤー、チャマトウカーラ…常に驚きを感じることは、マインドと心を研ぎ澄ませ続けてくれます。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

30. マントラを繰り返し唱えるとき、それは、あなたに強さが必要になったときに強さを与え、優しさが必要になったときに優しさを与えてくれます。それは、良いことや有益なことのすべての宝庫です。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

31. 感謝の念に深い安らぎを見いだす者は、祝福されています。感謝すべきことすべてに意識を向け続けている者、そしてこのように感謝を精神修行にしている者は、祝福されています。人生で恩恵があることに感謝の意を表す黄金の機会を持つ者は、祝福されています。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

32. 心の中に入ることは、太陽の中心に入るようなものです。もう、そこにあなたは存在せず、あの虹のような光の力以外に何もありません。太陽の中心にいるとき、その光を遮ることはできません。その光は、あなたの隅々まで、そしてあなたの

周りにもあふれます。ですから、自分自身の心の中に入ることによって、あなたは世界全体をより良い楽園にするのです。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

33. 真の私を知る人は、私があなたと一緒にいることを知っています。あなたへの私の愛をただ信頼することができるなら、あなたはすべてを手に入れるでしょう。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

© 2017 SYDA Foundation®. 著作権所有。

(Swami) CHIDVILASANANDA, GURUMAYI and SIDDHA YOGA
are registered trademarks of SYDA Foundation®.