

ディーパーヴァリーについて

2025 年 10 月 17 日(金)～10 月 22 日(水)

パールグニー・フリーマン

ディーパーヴァリー——「光の祝祭」——は、インドで最も重要で、喜びに満ち、人気のある祝祭の一つです。サンスクリット語でディーパは「ランプ」を意味し、アーヴァリは「列」です。つまり、ディーパーヴァリーの名前は、この祝祭の間、家庭、寺院、そして通りでともされる、ヒンディー語ではディーヤーとして知られる小さい土製のランプの列のことを指しています。

ディーパーヴァリーはまた、グレゴリオ暦ではたいてい 10 月と 11 月に当たる、インドの暦のアシュウィンとカールッティクの月の間の5日間にわたって行われる連続する5つの祝祭で構成されています。この時期のインドは、モンスーンの雨期後で草木が青々とし、モーグラ(ジャスミン)、ゲーンダー(マリーゴールド)、そしてラグニガンダ(ゲッカコウ)が、その美しさと香りで心地よさを誘い出します。穏やかな空気は涼しく爽やかに感じられます。この美しい天候が始まると、人々は、熱心にディーパーヴァリーを祝う準備をします。2025年の今年、ディーパーヴァリーは 10 月 17 日金曜日に始まり、10 月 22 日水曜日に締めくくられます。

ディーパーヴァリー全体にわたるテーマは、闇に対する光の、無知に対する知の、そして悪に対する善の勝利です。太陰暦によると、この祝祭は、月が欠けて暗くなっていく2週間を指すクリシュナ・パクシャの 12 日目に当たるゴーヴァトウサ・ドゥワダシーから始まります。そして 13 日目のダンテーラス、14 日目のナラク・チャトゥルダシーと続きます。この祝祭は、15 日目の新月、アマーヴァーシヤで最高潮に達しますが、この日がまさしくディーパーヴァリーの日です。インドの多くの場所、また世界中にあるインド人居住地では、ディーパーヴァリーの翌日に、バリ・プラティパダーとも呼ばれている日に、新しい年の始まりを祝います。

この、日ごとの闇から光への移行は、1年の終わりと新しい年の始まりを祝うものです。1年の最初の日は、月が満ちて明るくなっていく2週間、シュクラ・パクシャに訪れます。ディーパーヴァリーと新年は、締めくくりと新しい始まりの時です。感謝の気持ちをささげ、豊かさを敬い祈願し、人々の間に善意を広める時です。



私がマハーラーシュトラ州で育った頃、インドではよくあるように、祖母とたくさんのいとこ、おば、おじたちと一緒に、一つの家に住んでいました。ディーパーヴァリーともなると、子どもたちは皆、新しい服や爆竹を買うのを心待ちに騒然とし、一方母親たちは、甘い菓子や香辛料の効いた数々の料理を大量に作るのに大忙しでした。私は、このお祝いの典型的なごちそうが入った大きな容器の数々を思い出します。例えば、ベーサン・ラドゥー(ヒヨコマメの粉から作られた球状の甘い菓子)、ナーリヤル・バルフィー(ココナツの粉で作られた甘い菓子)、チャクリとセーヴ(米粉とヒヨコマメの粉で作られた香ばしいおかず)、その他にもたくさんあります。いとも私もこれらのごちそうは祝祭が始まるまで食べないと言われていたのですが、私たちは食品庫にこっそり近づき、気づかれないことを願いながらその幾つかに手を出したものです。これらの忘れられない記憶を振り返ると、ディーパーヴァリーは、世界中にいるたくさんの人にとってそうであるように、私にとって楽しく最も待ち焦がれた祝祭の一つでした。というのは、それが他の人々とつながり、人生を素晴らしい方法で祝いたいという私の人間としての願いを育んだからです。この祝祭は、この 5 日間とそれまでの何日かの間人々を集めることで、見事にそうするのです。

私は人生を通し、ディーパーヴァリーのさまざまな側面の背後にある意味について、本、劇、バジャン、不朽の偉大な叙事詩の一つである『ラーマーヤナ』の物語から学んできました。さら

に、ディーパーヴァリーは、あらゆる形態の豊かさの女神である**シュリー・マハーラクシュミー**に敬意を表すことで、繁栄を祈願する時でもあるということを学びました。この祝祭には、他にもたくさんの糸が織り込められ、それぞれの糸が助け合ってディーパーヴァリーという布を作り上げるのです。

この5日間に誰もが真っ先に思い浮かぶ、それらの糸の幾つかについて紹介しましょう。



शुचिता(シュチター)「清潔さ」は、マハーラクシュミーをあなたの家とあなたの存在の中に迎える準備をする際にとっても大切なことです。この祝祭が始まる前に皆が協力して、家を汚れ一つないようにきれいにします。この外側の清潔さは、あなたが他の人に対して持っているかもしれない敵意や恨みを手放して、あなたのマインドや心の内側の空間を清めることを象徴しています。



सौहार्द (サウハールド)「友情と善意」は、ディーパーヴァリーという織物において主要で繰り返し使われる糸です。祝祭の日々の間、人々は伝統に従い、家で用意した菓子や料理をあげたりもらったり、または贈り物を交換したりします。その精神は、すべての人に善意と良い意図で接することです。与えることと受け取ることは、他の人々とのつながりを強める手段です。



धर्म (ダルマ)「正しい行動」は、ラーマ神がダルマに反する高慢な悪魔の王ラーヴァナに勝利したことから学べる代表的な美德です。ディーパーヴァリーの祝祭の間、『ラーマーヤナ』のラーマ神の話は、さまざまな方法で演じられ、物語られます。これらの心奪う話は、逆境においてもダルマを貫き、人として正しい行動を取ることを思い出させてくれると、いつも私は思っていました。それらの物語は、ダルマを全うすることで自分自身の神聖な大いなる自己とつなが

れることを、そしてダルマに基づいて行動する時、あなたの周囲に愛の光が広がることを表しています。



शुभ संकल्प(シュバ・サンカルパ)「吉兆をもたらす意図」は、清潔を保ち、善意を築き、ダルマに従うことに焦点を当てるディーパーヴァリーの間、自然に生まれます。私はシッダ・ヨーガの教えを勉強して、私のマインドの態度が私の人生に反映する力を持っているということ、従って、マインドと心に吉兆をもたらす意図を持っていることが重要なのだということを学びました。



बाहुल्य/श्री(バーフリヤあるいはシュリー)「豊かさ」は、ディーパーヴァリーの主な特徴です。あなたが外側と内側両方の清潔さに心を注ぐと、心の中に他者と分かち合う善意を保つ余地ができます——このことが、マハーラクシュミーの別名であるシュリーによって表される、バーフリヤ「豊かさ」を受け取ることへとあなたを開きます。シュリーは美德が宿る所に住むと言われているのです。



प्रकाश(プラカーシュ)「光」は、ディーパーヴァリーの中で具象化されています。そしてそれが光の祝祭と呼ばれるゆえんです。ディーパーヴァリーで、あなたはすべての創造物を照らす光、大いなる自己の光を引き出します。シッダ・ヨーガの道では、私たちは賛歌、「**ジョータ・セー・ジョータ・ジャガーオー**」を歌うことによって、サッドグルに、あなたの光で私たちの内なる光をともし、そうして私たちから無知の暗闇を取り除いてくださいと祈りながら、神聖な光を呼び起こすことができます。

それでは、5日間のディーパーヴァリーの祝祭と新年(元日)の、それぞれの意義を説明しましょう。



ゴーヴァトウサ・ドウワダシー

2025 年 10 月 17 日 金曜日

自然を取り入れ、感謝することは、インドの祝祭の本質的な部分です。ディーパーヴァリーの
お祝いの1日目は、ゴーヴァトウサ・ドウワダシーが始まります——12 日目、ドウワダシーは、聖
なる「ガウ」、「雌牛」にささげられます。雌牛は、サットワ・グナ、すなわち純粋さと善良さの特質
に関連しています。ゴーヴァトウサ・ドウワダシーは、雌牛や子牛が崇拝される日です。この祝
祭の起源は、**プラーナ**などの神聖な教典に語られている乳海攪拌(かくはん)、**サムドゥラ・マ
ンタナ**に見いだせます。物語が進むにつれて、神々と悪魔たちはアムリット、不死の甘露を手
に入れるために、広大な乳の海を攪拌しました。この過程の中で神聖な雌牛、カーマデーヌ
が大海から現れました。カーマデーヌは、母性、繁殖力、神聖さ、そして食物の祝福に関連付
けられています。

私が大切にしているもう一つのディーパーヴァリーの記憶は、隅々まで掃除され、マリーゴー
ルドやトーラン(入り口の上に掛けられたマンゴーの葉で作られた花綱や花輪)で美しく装飾さ
れた牛小屋です。家族で牛小屋に入ると、私たち子どもはすぐに雌牛とその子牛の所に行き、
かわいがり惜しみなく愛を注ぎました。それから両親と年長者たちは、ターメリック、クムクム、米、
そして花々で**プージャ**を行ったものです。彼らは雌牛と子牛たちに**アーラティー**をささげ、そ
の後、新鮮な草、緑豆の芽、そしてヒヨコマメを与えました。それはいつも喜びにあふれた儀式
でした。

この日、物理的に雌牛に崇拝できない人々は、代わりに雌牛の写真や像などにプージャを
ささげます。



ダンテーラス

2025 年 10 月 18 日 土曜日

ダンテーラス——ダナ、「富」と、トラヨーダシー、「13 番目」を語源とする——は、繁栄と豊かさを祝う 13 日目の日です。私の家では、これは素晴らしい活動と忙しい準備の一日でした。もし、家の中でまだ注意を払う必要のある所があれば、直ちに徹底的に掃除され、お祝いのためにたくさんの甘い菓子や香辛料の効いた料理が準備されているのを確認しました。私と姉妹は、朝のかなりの時間をかけて、「シュリー・ラーム、ジェイ・ラーム」や、「ジャヤ・ジャヤ・ラーム」や、「ラーマクリシュナ・ハリ・ムクンダ・ムラーリ」など、お気に入りの**ナーマサンキールタナ**をチャンティングしながら、家の前の私道を掃いたり掃除したり、家の玄関にいろいろなデザインの巨大な**ランゴーリー**を作ったりしました。

ランゴーリーとは、インド北部で呼ばれる名称ですが、米、石灰岩、あるいは大理石の粉に色を付けて、その粉で作った模様のことです。模様は、三角、四角、長方形、円形の図案、あるいはこれらの形状を組み合わせたりします。インド南部では、この美術形式はコーラムとして知られています。

この美しい、つかの間の絵柄は、豊かさ、繁栄、幸福を物理的な空間に迎え入れるために作られます。マンダラの円形の中に作られたランゴーリーは森羅万象の宇宙の力を表し、ハスの図案は活性化した力を示すチャイタンニヤとして知られています。

ディーパーヴァリーののような縁起の良い時、客人が入口にある美しく色彩豊かなランゴーリーを横切ると、この神聖な図案から出るポジティブな波動を家の中に持ち込みます。ランゴーリー

はまた、マハーラクシュミーや他の神々を歓迎する縁起の良い方法であり、そうして神々は幸運と繁栄を家の中にもたらしめます。

ダンテーラスの日の夕方は、女神ラクシュミー、クベーラ神にプージャーをささげるために13個のランプをともし(太陰暦の13日目なので)伝統があります。クベーラ神は神々の会計係であり、富の神として知られています。「**シュリー・グル・ギーター**」は、人間の一生の四つの目標は、ダルマ(正義)、アルタ(富)、カーマ(喜び)、そしてモークシャ(解脱)であると教えています。¹ 富という目標に到達するため、所帯を持つ者は、クベーラ神と女神ラクシュミーを崇拝します。

ダンテーラスの日、インドの小売店は、豊かさ、富、繁栄を象徴する金やその他の貴金属を買い求める人でにぎわいます。この日は富を呼び起こし、自分の富を最も崇高な目的のために使う日と考えられているため、伝統的に、金貨の形で、また金色の果物、花、布地の形で、グルに金をささげます。シッダ・ヨーギは通常、金をささげることの象徴として、ダクシナーをグルにささげます。



ナラク・チャトゥルダシー

2025 年 10 月 19 日 日曜日

(インドでは 2025 年 10 月 20 日 月曜日)

ナラク・チャトゥルダシー、つまり「14 日目」のこの日、クリシュナ神が、無敵であると自負する悪魔ナラカスラに勝利したことを、皆でお祝いします。教典『シュリーマッド・バーガヴァタム』によると、ナラカスラは、死を前にして自分の行いを悔やみ、クリシュナ神とその妻サッティヤバーマーに、高慢、うぬぼれ、自己中心になると、正義に基づく行動の利点を見失ってしまうことを

人々に忘れないでもらうために、自分にちなんだ名前を付けた祭りを作ってほしいと祈りました。彼の願いは聞き入れられ、ナラク・チャトゥルダシーが祝祭として作られました。



ディーパーヴァリー

2025 年 10 月 20 日 月曜日

祝祭の 4 日目の日は、それ自体がディーパーヴァリー、あるいは、ディーヴァーリーと呼ばれます。(今年は月の位相が 10 月 20 日に一致するので、ディーパーヴァリーとナラク・チャトゥルダシーがインドでは同じ日に祝われます。)

『ラーマヤナ』によると、ラーマ神は 14 年間の亡命の末、悪魔ラーヴァナに勝利し、アヨーディヤー王国に帰還しました。アマーヴァーシヤという真っ暗な新月の夜に、最愛の王が帰還すると聞いて大喜びのアヨーディヤーの人々は、街中をディーヤーという土製のランプを何列も何列も並べて、王の通る道を照らしました。

ディーパーヴァリーは、闇に対する光の勝利を祝います。さまざまな形で、私たちそれぞれの内側で起こっている対立があります。ポジティブな目標とネガティブな傾向、良い理解と不十分な理解、寛大な感情と利己的な傾向などです。シッダ・ヨーガの修行に取り組んでマインドを浄化すると、自分の心の光が前面を照らし出し、ネガティブなエネルギーを消すことができます。そうすることで、あなたは自分のマナ、「マインド」——そして自分の心も！——を照らします。優しい言葉、寛容な行い、感謝の表現を通して、自分の周りに光を広げていくことによって。

これとは別に広く行われている伝統では、この日、マハーラクシュミーは、ヴィシュヌ神と結婚するので、ラクシュミー・プージャーが夕方に行われます。プージャーはすべて、家の伝統によ

って異なります。私たちの家では、プージャを行う部屋は、美しい花、トーラン、花輪で飾られました。小切手帳、宝石、銀貨など、マハーラクシュミーを象徴するあらゆるものが銀の盆に載せられ、それらにプージャをささげました。プージャのために用意した果物や、あらゆる珍しいごちそうをナイヴェーディヤとしてささげ、次に、「マハーラクシュミヤシュタカム・ストートルム」を歌い、アーラティーで締めくくったものです。私たちが歌うと、プージャの部屋、そして家全体が、光と美しさで輝きました。今でも、私は目を閉じると、あの夜の輝きと、その時の神聖なる者の体験を思い出すことができます。

シッダ・ヨーガの道では、シュリー・マハーラクシュミーをクンダリニー・シャクティの一面として崇拜し、美しい世界を作り出すことができるよう、自分の内面、外面双方の繁栄を女神に祈ります。



新年おめでとうございます

2025 年 10 月 22 日 水曜日

インドの一部の地域では、ディーパーヴァリーの翌日を新年として祝い、それはバリ・プラティパダーとしても知られています。『シュリーマッド・バーガヴァタム』によると、バリは勇敢で、高潔、そして寛大な王で、ヴィシュヌ神の真の信奉者でした。しかしながら、時がたつにつれ、バリの心の寛大さは誇りになり、そして彼はとてもうぬぼれるようになりました。ある時、彼はヤグニヤ、ヴェーダの火のささげ物を執り行っていました。それにより彼は天界の神々よりもっと強力になれるかもしれません。バリを恐れて、神々はヴィシュヌ神に助けを求めました。ヴィシュヌ神は神々の祈願に同意し、背の低いブラーミンの少年のヴァーマナに化身し、ヤグニヤに現れました。

バリはブラーミンの少年がヤグニャに近づくのを見ると、敬虔(けいけん)な態度で彼を迎え、彼に何をささげることができるでしょうかと尋ねました。ヴァーマナは自分の3歩で覆われたのと同じ広さの土地を求めました。王はその少年がそんな小さなことを求めたことに驚きましたが、最終的にはヴァーマナの要請を受け入れました。早速、ヴァーマナは大きくなって、無限の大いなる自己になりました。初めの1歩で地球を覆い、2歩目で残りの宇宙を覆いました。そして、ヴァーマナはバリに、3歩目はどこに置くことができるかと尋ねました。神聖な存在の前にいることを認識して、バリはヴァーマナの足を置くために謙虚に自分自身の頭を差し出しました。これで、ヴァーマナは冥界の中にバリを押し込めました。しかし、求められた物を与えるという約束を守り、神に完全に自らを委ねたという高潔さのために、バリは地上に戻って崇拝されるという恩恵を与えられました。この日はバリ・プラティパダー、「バリの1歩」、1年の中で3日半ある最も吉兆な日の中の1日、そして新年の1日目として知られるようになりました。

新年のこの日は、新しい始まりの活気にあふれたエネルギーで満たされています。新年は意図や決意を明確にし、友情を新たにし、争いを解消する時です。人々は新しい服を着て、贈り物や菓子を交換し、年長者たちからの祝福を願います。ビジネス関係者は、新しい帳簿を始めることによってこの新しい始まりをたたえます。帳簿を清算することは、マハーラクシュミーが入る空間を作るということです。

この日は、この新しい年にやりたいことに手を付けることが、伝統です。シッダ・ヨーガの道では、私たちはサーダナーへの決意を定め、シッダ・ヨーガの修行に取り組み、恩恵と教えを与えてくれるシュリー・グルに感謝をささげることで、この新年を祝います。ディーパーヴァリーの祝祭は私たちの内なる至高の光をたたえ、その光を他の人々と分かち合う時です。それは豊かさを呼び起こし、他の人々とその豊かさを分かち合う時なのです。



¹ *Shri Guru Gita* prelude; *The Nectar of Chanting*, 4th ed., 2017 reprint (S. Fallsburg, NY: SYDA Foundation, 1984), p. 7.



© 2025 SYDA Foundation®. 著作權所有。