

## シッダ・ヨーガのダクシナーの修行に関するよくある質問

---

- ダクシナーとは何ですか？
  - いつダクシナーをささげることができますか？
  - どのようにダクシナーのささげ物をするすることができますか？
  - 「シッダ・ヨーガ・毎月のダクシナーの修行」とは何ですか？ どうすれば参加できますか？
  - どのように毎月のささげ物の金額を決めるといいのでしょうか？
  - 自分の子どもに、ダクシナーの修行について、どのように話せばいいですか？
  - 小切手でダクシナーをささげる時、SYDA ファウンデーションを受取人として小切手を作成します。それでも、グルへのささげ物になるのですか？
  - ダクシナーをささげる時、なぜ特にお金をささげるのですか？
  - ダクシナーを実践することとドネーションをすることの違いは何ですか？
  - SYDA ファウンデーションを計画的な贈与、遺贈の受取人に指定した場合、それはダクシナーをささげることですか、あるいはドネーションですか？
  - 計画的な贈与の準備をしようと思います。計画的な贈与の担当部門にはどのように連絡すればいいですか？
- 

### ダクシナーとは何ですか？

ダクシナーは、グルに金銭的なささげ物をするシッダ・ヨーガの修行であり、シッダ・ヨーガ・サーダナー<sup>1</sup>の基礎となる修行の一つです。ダクシナーをささげる修行で、私たちは、グルが授ける計り知れないほど貴重な知識、すなわち大いなる自己の知識に敬意を表します。ダクシナーを定期的に意識してささげることで、私たちはグルの恩恵と教えを受け取り、吸収するために心を開き、それによって内なる大いなる自己との一体感がますます確立されます。

---

<sup>1</sup> Link to *sadhana* in the glossary.

シッダ・ヨーギたちはダクシナーを、その用途を特定したり物質的な利益を期待することなくささげます。ダクシナーという言葉は、ささげ物自体も意味します。

## いつダクシナーをささげることができますか？

あらゆる年齢のシッダ・ヨーギたちがサーダナーの一部として、定期的にダクシナーをささげています。この中心的な修行に取り組むことができる一つの方法は、「シッダ・ヨーガ・毎月のダクシナーの修行」によるものです。(この後の質問4をご覧ください)

それに加えて、シッダ・ヨーガの祝祭日や教えと学びのイベントに敬意を表して、そしてシッダ・ヨーガのアーシュラム、瞑想センター、またはチャンティングと瞑想のグループでの**ダルジャン**の際に、ダクシナーをささげることができます。

あなたはダクシナーを实践したいという気持ちが高まった時にいつでも、そして**シャクティパート**の伝授を受け取った日や誕生日といった自分にとって大切な機会にもダクシナーをささげることができます。そうした機会に毎月のダクシナーの金額を増やすのもよいでしょう。

また、SYDA ファウンデーションを受取人に指定して、財政的な贈り物(遺贈)をすることを手配することで、あなたの人生の終わりにダクシナーをささげる計画を立てることもできます。計画的な贈与の詳細については[こちら](#)を参照してください。

## どのようにダクシナーのささげ物をすることができますか？

シッダ・ヨーガの道のウェブサイトを通してオンラインでダクシナーのささげ物をすることができます。あるいは、**form for offering dakshina (ダクシナーのささげ物をするための申込書)**を使って、郵便やファクスでささげ物を送ることもできます。ささげ物について質問がある場合は、以下のいずれかの方法でダクシナー・オフィスに問い合わせてください。

- Eメール: [Dakshina@syda.org](mailto:Dakshina@syda.org)
- 電話: (+1) 845-434-2000, 内線 2390
- ファクス: (+1) 845-640-5277

- 郵便宛先: SYDA Foundation, Dakshina Office, PO Box 600, South Fallsburg, NY 12779-0600, USA
  - 宅配便などを利用し、所在地住所が必要な場合の宛先: SYDA Foundation, 371 Brickman Road, Hurleyville, NY 12747-6001, USA.

## 「シッダ・ヨーガ・毎月のダクシナーの修行」とは何ですか？ どうすれば参加できますか？

「シッダ・ヨーガ・毎月のダクシナーの修行」の目的は、毎月ささげると決めることにより、規律をもって定期的にシッダ・ヨーギたちがダクシナーの修行に取り組むのを手助けすることです。ダクシナーを定期的にささげることで、実践者たちは自分の人生の中でその修行の力と恩恵を**体験**することができます。

あなたが毎月ささげる金額を決め、自動振替や、クレジットカード、または小切手によってささげます。多くのシッダ・ヨーギたちは、毎月のダクシナーとして自分の収入の一定の割合をささげることを選択します。

ダクシナーを毎月ささげること<sup>2</sup>にもっと意識を向けるためのさまざまな方法については、「ダクシナーについての一問一答 スワーム・インディラーナンダと共に」を読んでください。

インド国外に居住している方は、以下の方法で、「毎月のダクシナーの修行」を開始、または登録内容変更をすることができます。

- 「シッダ・ヨーガ・毎月のダクシナーの修行」のオンラインのフォームを使って: 例えば、このフォームを使って、いつでも、毎月ささげる金額や支払いの詳細を変更することができます。
- 「シッダ・ヨーガ・毎月のダクシナーの修行」のカードを使って: カードを記入して、SYDA ファウンデーションへ郵送してください。カードは、PDF ファイルで、[こちら](#)からダウンロードできます。
  - 小切手や為替で毎月のダクシナーを送る場合、「毎月のダクシナーの修行」と月を備考欄に記入してください。

---

<sup>2</sup> Link to the Q and As

- 電話で: (+1) 845-434-2000 内線 2390、ファクスは SYDA ファウンデーション、ダクシナー・オフィス (+1) 845-640-5277 まで。Eメールでも可能です。  
**Dakshina@syda.org** まで。Eメールの中に、クレジットカードの番号は書かないでください。
  - 自動振替やクレジットカードで毎月のささげ物をする場合、電話やファクスによる登録内容変更は、その月内に処理されるためには、その月の 12 日までに届くように連絡してください。

SYDA ファウンデーションが、クレジットカードやダイレクトデビットによる毎月のささげ物を受領するのは、各月の 20 日です。このため、この修行を実践する人々の多くは、毎月 20 日を選んで、自分の毎月のささげ物に敬意を表します。

インド国内に居住している方は、インドのシッダ・ヨーガの道のウェブサイトから、「毎月のダクシナーの修行」を開始、または登録内容変更をしてください。

## どのように毎月のささげ物の金額を決めるといいのでしょうか？

毎月のささげ物の額を決めるにあたっては、まずダクシナーをささげるという自分の決意と、この修行を通じてどのように成長していきたいかを考えてみてください。そして、その決意を踏まえて、自分の経済状況(収入、支出、貯蓄など)を見直し、現時点で自分にふさわしい金額を決定してください。その後、状況に応じてその金額を見直していくことも可能です。

例えば、高校を卒業したばかり、あるいは、初めて就職したばかりの若者であれば、現在の家計の状況に応じて、金額を決めることができます。そして、キャリアアップした時に、金額を再考することができます。

多くのシッダ・ヨーギは、収入の何パーセントかを毎月のダクシナーとしてささげることによって、金額を決めています。

ささげる金額が適切かを再検討することは、規則的なダクシナーの修行を確立し強くするための重要な部分となります。

## 自分の子どもに、ダクシナーの修行について、どのように話せばいいですか？

ダクシナーについてお子さんと話す時、次のように説明することができます。

- ダクシナーはグルへのお金のささげ物です。
- ダクシナーをささげることで、シッダ・ヨーギはグルの恩恵と教えを敬います。
- ダクシナーは、チャンティングや瞑想、**セーヴァー**と同じように、シッダ・ヨーガの修行です。
- グルにダクシナーをささげる修行の中で、私たちは自分の心を開いて、グルがいつも自分と一緒にいることを学びます。
- 私たちがダクシナーをささげることは、世界中の他の人々がグルの教えを受け取れることも助けます。

あなたは、ダクシナーをささげた自分の体験を話すこともできますし、「シッダ・ヨーガ・毎月のダクシナーの修行」に参加することがあなたにとってどんな意味があるのかを話すこともできます。

ダクシナーの修行に子どもたちを招き入れるさまざまな方法については、「ダクシナーについての一問一答 スワミ・インディラーナンダと共に」<sup>3</sup>をお読みください。

## 小切手でダクシナーをささげる時、SYDA ファウンデーションを受取人として小切手を作成します。それでも、グルへのささげ物になるのですか？

はい、ダクシナーは常にシッダ・ヨーガのグルへのささげ物です。

**SYDA ファウンデーション**は、シッダ・ヨーギたちがグルにささげるダクシナーを受領し、シッダ・ヨーガの教えを世界中で保護し、保存し、普及を促進するというファウンデーションの中核的な目的のためにダクシナーを管理する責務を担います。

---

<sup>3</sup> Link to Q and As

そのようにして、私たちがささげるダクシナーはシッダ・ヨーガの教えを広め、**シッダ・ヨーガのミッション(使命)**を支えることに役立ちます。

インド国内で、シッダ・ヨーギたちがささげるダクシナーを受領し、管理する責務を担っているのは、公益信託であるグルデーヴ・シッダ・ピートゥです。

### **ダクシナーをささげる時、なぜ特にお金をささげるのですか？**

ダクシナーをささげる時は、私たちは自らにとって高い価値のあるものをささげます。古代にダクシナーとしてささげられた高価なものは、穀物、牛、絹といったさまざまな形がありました。今日では、金銭が価値の標準的な尺度です。さらに、SYDA ファウンデーションとグルデーヴ・シッダ・ピートゥの公益信託がグルの代理としてダクシナーのささげ物を受領できる形が金銭です。

### **ダクシナーを実践することとドネーションをすることの違いは何ですか？**

ダクシナーは、シッダ・ヨーガの道の中心的精神修行の一つであり、シッダ・ヨーガの**サーダナー**と生徒であることの一部です。ダクシナーはグルへのささげ物であり、その使途に条件を付けることなくささげられます。

シッダ・ヨーガの道という状況においては、ドネーションとは特定の使途を規定して贈る金銭的な寄付です。例えば、シッダ・ヨーギやシッダ・ヨーガの道の支持者が、SYDA ファウンデーションの特定の活動やプロジェクトを支援するために寄付をすることがあります。彼らはまた、シッダ・ヨーガのアーシュラムや瞑想センター、ナショナル組織の運営を支援するために寄付をすることもできます。

### **SYDA ファウンデーションを計画的な贈与、遺贈の受取人に指定した場合、それはダクシナーをささげることですか、あるいはドネーションですか？**

SYDA ファウンデーションを受取人に指定し、その使途を特定しない**計画的な贈与**<sup>4</sup>、遺贈は、ダクシナーをささげることです。

---

<sup>4</sup> Link to the landing page for planned giving: <https://www.siddhayoga.org/giving-to-the-mission/planned-giving/>

SYDA ファウンデーションに対して特定の用途を規定した計画的な贈与はドネーションです。例えば、SYDA ファウンデーションの特定の活動を支えるように指示した場合は、あなたの計画的な贈与はドネーションです。

計画的な贈与の準備をしようと思います。計画的な贈与の担当部門にはどのように連絡すればいいですか？

以下のいずれかの方法で、計画的な贈与の部門に連絡してください。

- Eメール: **PlannedGiving@syda.org**
- 電話: (+1) 845-434-2000 内線 1543
- 郵便宛先: SYDA Foundation, Planned Giving Department, 371 Brickman Road, Hurleyville, NY 12747-6001, US



© 2026 SYDA Foundation®. 著作権所有。

---