

シッダ・ヨーガ・シャクティパート・インテンシヴ について

スワミ・シャーンターナンダとの一問一答

- シャクティパート・ディークシャーとは何ですか？
- シッダ・ヨーガ・シャクティパート・インテンシヴとは何ですか？
- シャクティパートの伝授を受けた後にも、シャクティパート・インテンシヴに参加し続ける利点がありますか？
- シャクティパート・インテンシヴに参加するには、どのような準備が必要ですか？
- 初めてシャクティパート・インテンシヴを取る人に対するアドバイスは何ですか？
- シッダ・ヨーガ・シャクティパート・インテンシヴで、参加者は何を体験するのですか？
- シャクティパート・インテンシヴの後で何が起こるのですか？

シャクティパート・ディークシャーとは何ですか？

神への愛や神と一つになりたいという切望の体験は、すべての魂が生まれながらに持っているものです。内側深くで、すべての人は、その偉大さと喜びが待ち受けていると知っています——もし、それを見つける方法を発見することさえできたならば。グルの恩恵による伝授であるシャクティパート・ディークシャーは、内側にある偉大さを解き放つ鍵です。

サンスクリット語であるシャクティパートの文字通りの意味は、「力の降下」であり、そしてディークシャーとは、伝授です。シッダ・ヨーガの道では、シャクティパート・ディークシャーは恩恵の行為です。この伝授によって、シッダ・ヨーガ・グルであるグルマーイ・チッドヴィラーサーナンダは、熱望を抱く人々に神聖なエネルギーを伝え、クन्दリニー・シャクティ、すなわち人の内側にある精神エネルギーを目覚めさせます。シャクティパートの伝授は、シッダ・ヨーガ・サーダナー、つまり解放——制限のある思考やパターンから自由になり、自分自身の神性を認識すること——へと至る内なる旅の始まりの合図なのです。

シッダ・ヨーガ・シャクティパート・インテンシヴとは何ですか？

シッダ・ヨーガ・シャクティパート・インテンシヴは、グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダがシャクティパート・ディークシャーを授けるための、主要な手段として機能するプログラムです。

シャクティパート・インテンシヴは古代の入門儀式のように、参加者が敬意を持ってグルの恩恵の伝授を受け取れるように、幸先の良い環境を提供します。このような伝授の重要な点は、クンダリニー・シャクティの覚醒がいかに貴重であるかを、そして、その神聖なる力の広がりやを養っていくためには、日々シッダ・ヨーガの教えを学び、それを実践する必要があることを理解することです。シャクティパート・インテンシヴで、参加者はシッダ・ヨーガの伝授のマントラを受け取り、そのマントラをどのように使ってシッダ・ヨーガ瞑想を実践するかを学びます。また、神の名前をチャンティングする修練をし、精神的な成長のためにいかにシッダ・ヨーガの教えを生かすかについて指導を受けます。

グルマーイのグルであるバーバ・ムクターナンダは、シッダ・ヨーガ・シャクティパート・インテンシヴを発案しました。1973年、インドで行われた幾つかの瞑想リトリートの中に、後にインテンシヴとなる形式が構成されました。1974年にバーバが米国を訪れると、彼はこの形式をより明確にし、それに名前を付けました。最初のシッダ・ヨーガ・シャクティパート・インテンシヴは、1974年の8月27日から30日までコロラド州のアспенで行われました。それ以来、バーバとグルマーイは数多くの1日または2日のインテンシヴを世界中で実施してきました。

2006年にグルマーイは、バーバ・ムクターナンダの**マハーサマーディ**——彼が肉体を離れ、至高なる意識と完全に一体になることを遂げた記念日——を祝って、毎年10月にシッダ・ヨーガ・シャクティパート・インテンシヴを実施するようになりました。マハーサマーディの後、自己解放を遂げた人物の**シャクティ**は、存在し続け、あらゆるものに浸透するようになり、世界を向上させ、信奉者の人生を照らします。バーバのマハーサマーディは、シャクティパート・インテン

シヴに参加するなど、精神修行に専念するための好機です。このような神聖な機会は、自己の修行の力を高めるからです。

シャクティパートの伝授を受けた後にも、シャクティパート・インテンシヴに参加し続ける利点がありますか？

シャクティパート・インテンシヴは、神聖な伝授であると同時に、恩恵に満ちた環境の中で精神修行に没頭できる貴重な機会でもあります。グルマーイのサンカルパ、すなわち彼女の意図を通して、グルのアヌグラハ・シャクティ、つまり恩恵を伝授する力は、シャクティパート・インテンシヴの一瞬一瞬、あらゆる修行の中に込められています。シッダ・ヨーガの道に初めての人も、既にしばらく修行をしている人も、インテンシヴの中では恩恵によって支えられています。あなたがインテンシヴの中でシッダ・ヨーガの修行に専念すると、修行はあなたやすべての人々の中に存在する神聖な大いなる自己の、愛、美しさ、偉大さを明らかにし始めます。

インテンシヴを取るごとに、シャクティパートで最初に引き起こされた内なる欲求に、より強い推進力が与えられます。シャクティパート・インテンシヴの核心である素晴らしい恩恵の力は古来のものであっても、それは常に新しく、活力を与えます。これは多くの参加者がインテンシヴを取るたびに体験してきたことです。それぞれのインテンシヴは同じ力を持ちながら、その時ごとに特有なのです。シャクティパート・インテンシヴを取るたびに、サーダナーが強化され、神聖な大いなる自己の認識が広がっていきます。

シャクティパート・インテンシヴに参加するには、どのような準備が必要ですか？

一つには、「シャクティパート・インテンシヴのための準備のプログラム」に参加することです。そうすることにより、あなたはグルの恩恵を受け取るために、古来の方法に従って、身体とマインドを整えることができます。この集いでは、初心者もシッダ・ヨーガの経験者も、バーバ・ムクターナンダが呼ぶところのインテンシヴの四つの車輪、すなわち瞑想、姿勢、呼吸、マントラについて学びます。これら四つの修行は、グルのシャクティとシッダ・ヨーガの教えへの受容性、精神集中、および敬意を培うことを助けます。

私が強調したいことは、シッダ・ヨーガ・シャクティパート・インテンシヴと「シャクティパート・インテンシヴのための準備のプログラム」のそれぞれの要素には、グルのシャクティが吹き込まれており、インテンシヴの目的である、「参加者が自分自身の大いなる自己を体験すること」を支える働きがあるということです。

初めてシャクティパート・インテンシヴを取る人に対するアドバイスは何ですか？

シャクティパート・インテンシヴの数週間前から時間をつくって、この神聖なプログラムに備えてください。「シャクティパート・インテンシヴのための準備のプログラム」に参加してください。

シャクティパート・インテンシヴの最中、恩恵の体験はいつでも起こり得ます。ですから、心を開いて、恩恵がどのような形で現れるか期待したりしないことを勧めます。実際、これはいくら強調してもし過ぎることはありません。そして、インテンシヴを再び取る人にも同じアドバイスをします。インテンシヴに参加する探究者の役目は、今の瞬間にいます。ですからシャクティパート・インテンシヴでは、その瞬間にいてください。インテンシヴの各要素に集中してください。瞑想の時間が来たら、瞑想しなさい。チャンティングの時間が来たら、チャンティングしなさい。講話が始まったら、一心に耳を傾けなさい。インテンシヴの中で行うあらゆる修行は、**真理**を明らかにする養い育む恩恵の中に、あなたが没頭することを支えてくれるでしょう。

シッダ・ヨーガ・シャクティパート・インテンシヴで、参加者は何を体験するのですか？

シャクティパート・インテンシヴで受け取る恩恵の効果は、理解できることもあれば神秘的なときもあり、いつもそれを評価できたり、予測できたりするというわけではありません。それは、深い瞑想に入ることであるかもしれないし、内側から洞察が湧き起こる、または、教えが直接あなたの心に語り掛けてくるといったことであるかもしれません。時には、あなたは無条件の愛の甘美さを体験し、マインドは純粋な平和を見いだすかもしれません。または、精神修行を実

行するための新たな方法を発見するかもしれません。時折、自分自身の行動パターンがそれ以後変わってしまうような、顕著なブレークスルーの体験をする人々もいます。

あなたの体験が微妙なものであれ、劇的なものであれ、または、自分は何も体験しなかったと思っただとしても、恩恵の効果は時とともに明らかになり得る、そして、これはすべての人に言えるということだけは知っておいてください。

シャクティパート・インテンシヴの後で何が起こるのですか？

あなたがシャクティパート・インテンシヴで体験したものは、日常生活の中に引き継がれます。インテンシヴの後、毎日の瞑想修行がより深くなったり、勇気、親切、強さ、慈愛などの気高い美徳を、思考や言葉や行動を通して呼び起こす能力に磨きが掛かるかもしれません。自分自身に対してより深い愛と尊敬を、他者へのより一層の思いやりを育むようになるかもしれません。または、神への愛が同胞への愛として自然に現れてくるかもしれません。このような内なる変容は、恩恵の力で常に新しい啓示と洞察をもたらすのです。

このような変容が現実となるためには、あなたはシャクティパート・インテンシヴの力と教えを日常生活の中に溶け込ませなければなりません。そして、それを実行するための方法は、シッダ・ヨーガの教えと修行に揺るぎなく取り組んでいくことです。そうすればこの目覚めた恩恵の力は、あなた自身の大いなる自己の輝きを明らかにするのです。

