

カーヤー・マーハイー・ラーティ・ディン

聖人ダードゥー・ダヤールによるドーハ(二行連句)

詩聖ダードゥー・ダヤールは、「カーヤー・マーハイー・ラーティ・ディン」と題したドーハの中で、呼吸の自然なマントラであるソーハムを、簡潔かつ美しく表現しています。彼はこの神聖な音との一体化を、グルの恩恵を通していかに達成したかを伝えています。

16 世紀にインドのグジャラート州に住んでいた聖人ダードゥー・ダヤールは、呼吸を「単弦楽器」として表現しています。このドーハの中の彼の描写は、インド音楽の伝統の中核を成す、一つの根幹となる音の持続的演奏を思い起こさせます。この持続する音は、そこからすべての音楽の音が生まれ、その中にすべての音が溶け込む不変の指示的意味です。そしてここでは、その持続する音は、マインドと感覚のさまざまな変動の下で絶えず続く呼吸の音の隠喩として働いています。

呼吸は生来のもので常に存在しますが、聖人ダードゥー・ダヤールは至高のグルを見つけることによってのみ、「原初の音との一体化」を得たと強調しています。これらの言葉から、私たちがソーハム——私たちとすべての大いなる自己は同一であるというマントラ——の自発的な繰り返しを体験し認識することを許すのは、グルの教えと恩恵であると理解できます。

2019 年のメッセージに関する講話の中で、グルマイーはマインドを瞑想へと導く強力な手段として、マントラ、ソーハムを紹介しています。マントラ、ソーハムについて瞑想する準備をする時、あなたはグルマイーのメッセージを実践していることを覚えていてください。あなたの人生にグルの存在と教えがあることに対するあなたの愛と感謝の気持ちにつながるために、数分の時間を取ってください。そうすることで、そしてソーハムの実践のための彼女の指示に繰り返し

従うことで、あなたは自分の努力を彼女の至高の恩恵に同調させ、その恩恵はマインドを静め、呼吸の中のマントラを知覚する力を与えます。



© 2019 SYDA Foundation®. 著作権所有。

カーヤー・マーハイー・ラーティ・ディン ダードゥー・ダヤールによるドーハ

呼吸は単弦楽器であり

それは絶えず私たちの身体の内側に現れては静まる。

ダードゥーは言う、「至高のグルを見つけた時、
彼は私を内側の神の原初の音と一体化させた」

翻訳 © 2019 SYDA Foundation®. 著作権所有。