

バガヴァーン  
サマグラ・アイシュヴァリヤとダルマ

ヘザー・ウィリアムズ

「ダルシャンとマナン」の集い  
2020年11月14日 土曜日

シュブ・ディーパーヴァリー。

そして、新年を迎えようとしているインドの皆さん。ヌータン・ヴァルシャビナンダン。サール・ム  
バーラク。インドの新年、おめでとうございます。

私は、このシッダ・ヨーガの「ダルシャンとマナンの集い：見ることと熟考することのシッダ・ヨー  
ガの修行」の司会と話し手を務めることを大変嬉しく思います。

私の名前はヘザー・ウィリアムズで、小さなドラム奏者のローヒトの母親です。最近の多くのライ  
ブ動画配信で、彼がタブラーを演奏したり、考えていることをそのまま口にしているのを、あな  
たも見たかもしれません。私は幸運なことに、私の両親が1981年にバーバ・ムクターナンダの  
下で結婚し、バーバの祝福を通して私にシッダ・ヨーガの道という贈り物をくれました。世界中  
の多くの皆さんと出会い、シッダ・ヨーガの教えを共に実践してきたことは、私にとって本当に  
驚くべきことです。それはすべてグルマーイの恩恵のおかげです。

ほとんどの皆さんが、シッダ・ヨーガの道のウェブサイトを訪れて、今週ずっと行われているディーパーヴァリーの祝祭、そして、明日行われ、インドの幾つかの地域では新年として祝われるバリー・プラティパダーをたたえる教えの供宴に、進んで参加していると確信しています。幼い子どもを育てているすべての母親にとって、シッダ・ヨーガの道のウェブサイトは間違いなく「グルからのたまもの」です。

グルについて言うなら、グルは光を分け与えます。そして私たちは、グルが私たちの中にともした光を象徴する炎を揺らすことで、グルを崇拝します。

ディーパーヴァリーの古典的な物語の一つは、14年間の亡命の後に自分の王国に戻ったラーマ神の物語です。私は、ラーマ神が月の出ていない夜を帰還のために選んだことに驚いています。神は彼自身が光の具現でした。そして彼が自分の王国へ帰った時、彼を愛する人々は土製のランプを持ってその道に並び、彼が道を見えるようにしたのでした。グルは光を与えます。ラーマ神は光を与えます。そしてその信奉者たちは、光で彼らを崇拝するのです。

光は生命を与えます。

光は光を伝えます。

光は光を照らします。

光は光を崇拝します。

光は私たちに道を示します。

光は幸福を生み出します。

光は私たちが目的地に連れて行きます。

光は光に溶け込みます。

今週の火曜日の夜に、12月で3歳になるローヒトに、グルマーイの「シュブ・ディーパーヴァリー」の詩を読んで聞かせました。彼は愛らしく熱心に耳を傾けました。

詩の終わりまで来た時、豪華な銀の大皿にたくさん盛られたディーパーヴァリーのお菓子を、グルマーイがすべての読者に与えているのが目に飛び込みました。ローヒトの目が輝きました——彼はその一つ一つを食べたかったのです！そこで、私はコンピューターの画面に手を伸ばし、大皿のそれぞれのお菓子を取っては、ローヒトの口に入れました。彼はそれぞれを味わい、文字通りむしゃむしゃと食べたのです。それから彼は、自分で大皿からお菓子を取り始めました！彼は私の膝の上に座っていたのですが、私は彼がグルマーイの愛の甘美さに溶けていくのを「感じる」ことができました。彼はココナツのデザートが一番のお気に入りだと言いました。

あなたが詩の終わりにたどり着いた頃には、もしかすると大皿が少し空になっているかもしれないので、この話をお伝えしています。私の幼い息子をどうぞ許してあげてください。

グルマーイは、シッダ・ヨーガの道でのすべての祝祭日、すべてのお祝いは、神を崇拝し、シッダ・ヨーガの教えを学んで実践し、そしてグルに私たちの感謝をささげる、とても良い理由であると私たちに教えています。

今日の「ダルシャンとマナン」の集いでは、サンスクリット語の言葉、バガヴァーンが主題です。この非常に美しい言葉はシッダ・ヨーガのナーマサンキールタナの多くに出てくるので、皆さん

には既にとてもなじみのあるものです。実際、私たちはバデ・バーバをバガヴァーン・ニッテャーナダと呼んでいます。

この話をする準備として、私はアミ・バンサルと意見を交わしました。アミは SYDA ファウンデーションのスタッフメンバーで、サンスクリット語に精通しています。彼女と家族はムンバイに住んでいて、この上なく愛らしい 5 歳の娘、ニッテャ・シュリーヤーがいます。ニッテャ・シュリーヤーはたまたま、彼女とアミが昨年セーヴァーをささげるためにシュリー・ムクターナダ・アーシュラムを訪れて以来、ローヒトの親友の一人です。

アミと私は一緒に今日のバガヴァーンの説明を準備しました。バガヴァーンという言葉は、バガという言葉に由来します。インドの古代の教典である『ヴィシュヌ・プラーナ』の一節は、バガの意味と、バガヴァーンという言葉が探究者の心にとって非常に大切である理由について定義しています。その一節の英語訳を示します。

完全な統御、正義、栄光、豊かさ、英知、そして執着を持たないこと——これら六つの美徳が共に、バガという言葉構成すると知られている。<sup>1</sup>

この一節から、私たちはバガヴァーンの神聖な属性を学びます。『ヴィシュヌ・プラーナ』で挙げられたバガヴァーンの最初の二つの属性は、サマグラ・アイシュヴァリヤ、すなわち「完全な統御」と、ダルマ、すなわち「正義」です。

では、これら二つの神聖な属性の意味について説明していきます。

## サマグラ・アイシュヴァリヤ——完全な支配

サマグラという言葉は、「完全な」あるいは「全部の」という意味です。この節におけるアイシュヴァリヤは、「制御」、「支配」、「慈悲深い力」という意味です。アイシュヴァリヤはまた、豊かさと富——内側の精神的な豊かさと外側の富の両方——を表しています。ですからサマグラ・アイシュヴァリヤは、「完全な統御」を意味します。シッダ・ヨーガの道にある私たちにとって、サマグラ・アイシュヴァリヤは、私たちの内側にあるクンダリーニー・シャクティを目覚めさせる、グルの恩恵を受け取ることで実現されます。

シュブ・ディーパーヴァリーを祝い、バガヴァーン・ニッテヤーナンダの面前で「ダルシャンとマナン」の集いに参加する中で、あなたの心が広がるようにさせてください。心に、バデ・バーバの神聖で慈悲深いまなざしによってあなたに降り注がれるアイシュヴァリヤ——統御の力、物質的そして精神的な豊かさ——を受け止めさせてください。

## ダルマ

では、バガヴァーンの二つ目の神聖な属性について説明しましょう。それはダルマです。ダルマは、信じられないほど豊かな意味を持つもう一つの驚くべきサンスクリット語の言葉です。それらの意味の一つは、「すべてを一つにまとめるもの」です。ですから、ダルマは普遍的な調和を支える原理です。

ダルマは、真理、正義、そして良い人間であるために守る美德を表します。ダルマは、この惑星上のすべての中に正義と平等を求めるものです。

ダルマのもう一つの重要な意味は、人生におけるその人独自の義務です。インドの教典は、人がダルマに、あるいはその人にとって自然な義務に従う時、彼らは彼ら自身の大いなる自己

を知るに至り、その中に休息するようになる、と教えています。バガヴァーン・ニッテヤーナンダのような偉大な存在は、大いなる自己と、神と一つになるという、人間にとって最高のダルマを果たしました。

ディーパーヴァリーを祝い、このバガヴァーン・ニッテヤーナンダの面前での「ダルシャンとマナン」の集いの中で、ダルマの本質できらめくバデ・バーバのまばゆいばかりに生き生きとした姿に、あなたの視線を休息させてください。

\*\*\*

私はダルシャンが大好きです。

ダルシャンはヒンディー語で、サンスクリット語のダルシヤナから来ています。ダルシヤナの主な意味の一つは、「見ること、または見られること」です。

真のダルシャンはいかに自分自身の心の中で起こるものかをグルマーイが教えてくれたことを、私はとても幸運に感じています。そのため、私はまず、体系化した手順でダルシャンを実践します——例えば、自分のプージャーの部屋に行き、可能な場合はいつでも temple に行き、マインドのスクリーンにグルの姿を意識的に思い描き、心の中でグルのエネルギーとつながっていることを確かなものにします。この規律のおかげで、私は一日中シュリー・グルのダルシャンを持つことができます。

マナンはサンスクリット語のマナナに由来するヒンディー語です。それは「振り返り」または「熟考」を意味します。グルマーイがマナンを重要だと言っていますが、それは、私たちが好きではないもの、関心がないもの、私たちを悩ませるもの、私たちが取り除きたいものなどを、ただ考えて、考えて、考えることではないからです。

実際マナンは、マインドの中にどんな混乱がよぎっても、私たちが私たちの目標に向かって忍耐し続けることを助ける美しい精神修行です。私たちの目標は、聖杯を見つけることです。シッダ・ヨーガの道では、それは今年のグルマーイのメッセージ、「アートマー・キー・プラシャーンティ」です。「大いなる自己の平安」です。

すべての伝統と文化には、聖杯やそれに相当するものを見つけることについての物語があります。それらの物語は常に、自分自身の不滅の自己を見つけることについてです。無限に長い年月、これらの物語の主人公たちは探し求めます——その旅は長く苦難に満ち、そしてもし運が良ければ、彼らは聖杯に出会うのです。

しかしシッダ・ヨーガの道では、グルの恩恵を受け取ると、私たちはすぐに金を掘り当てます。グルからの一つの教え、グルからの英知の一言は、レーザー光線のようなものです。その言葉や教えを熟考すると、それは私たちがサーダナーの目標へと駆り立てるのに十分です。そして私たちはその喜びのために、それを楽しむために、その愛のために、道を歩き続けます——私たちが持っているものは何かを認識する新しい方法を発見し続けるために。

それを持っているので、私たちは瞑想します。

それを持っているので、私たちはチャンティングします。

それを持っているので、私たちはダルシヤンを実践します。

それを持っているので、私たちはマナンをします。

シッダ・ヨーギとして、私たちは欠乏の場所ではなく、完全性の場所から来ています。その内なる豊かさの空間から、私たち自身の豊かさの広大さから、私たちは与え、受け取ります。私たちは、与えることに喜びを体験するので与えます。私たちは、受け取ることに喜びを体験するので受け取ります。

今日の「ダルシヤンとマナン」の集いで、バガヴァーン・ニッテャーナンダのダルシヤンを再び受け止め、サマグラ・アイシュヴァリヤとダルマについて熟考することにあなたを招待します。サマグラ・アイシュヴァリヤとは、完全な統御です。ダルマとは、真理、正義、美徳、そして義務です。

この集いでダルシヤンとマナンを実践することで、あなた自身の恵みの偉大さに確立してください。

\*\*\*

参加者はダルシヤンとマナン、見ることと熟考することを実践しました。その後、ディーパーヴァリーを祝って「マハーラクシュミー・ストートラム」を皆で歌い、バデ・バーバに食べ物をささげる儀式であるナイヴェーデャに参加しました。

このシッダ・ヨーガの「ダルシヤンとマナン」の集い第 2 回は終わりに近づき、ヘザーが結びの言葉を述べました。

これら二つの修行——ダルシヤンとマナン——を行うために、あなたがスケジュールの中に時間を割り当ててくださったことに感謝したいと思います。あなたはサーダナーのために正しいことをしていることを自分自身に認め、そして、マインドが平安——アートマー・キー・プラシャーンティ——の状態であるための支援をしているのです。

今日は、バガヴァーン、内側の神の、二つの素晴らしい属性について説明しました。それらの属性は、サマグラ・アイシュヴァリヤとダルマです。自分のマインドと行動に対する制御、自分の人生の義務を遂行することへの責任、そして大いなる自己を知るという自分のダルマを果たし続ける決意です。今後もダルシャンとマナンの実践を続け、これらの属性をあなたの意識に保ち続けてください。ご存じのように、神性はあなたの内側に宿っているのです。

私のインドの友人たちは、ディーパーヴァリーのお祭りは、人生を愛し、人生を皆で祝うことがすべてだと話してくれました。私たちがともすランプの炎は、私たちの心に点火された輝く愛の象徴なのです。

シュブ・ディーパーヴァリー。



© 2020 SYDA Foundation®. 著作権所有。

---

<sup>1</sup> *Vishnu Purāna*, 6.5.74; English rendering © SYDA Foundation 2020.