

シュリー・グル・ヴァチャン

シュリー・グルの教え

自分自身の最良の友でありなさい。

あなたの心身に
リラックスをもたらすように
意識して静かになる時間をつくりなさい。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

自分自身の最良の友でありなさい。

自分の神性について熟考するために、
そして、自分が全能なる者に祝福されていることを
深く心に刻むために、時間をつくりなさい。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

自分自身の最良の友でありなさい。

瞑想するための時間を努力して作り、
英知——大いなる自己の永遠の英知——
の宝庫を内側に見いだしなさい。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

自分自身の最良の友でありなさい。

外界のあれこれを渴望すること
一瞬たりとも時間を無駄にしないで、
人生の目的を果たすために
時間の配分に優先順位をつけなさい。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

自分自身の最良の友でありなさい。

あなたの周りの神聖な大気の
きらめく意識を吸い込み、
そして、あなたが修行から得た
良いカルマを吐き出すことができるように、
自分の時間を設計しなさい。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

自分自身の最良の友でありなさい。

あなたのグルの体験を
自分の心の神殿に供える時間を
予定に入れなさい。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

自分自身の最良の友でありなさい。

自分が思い込んでいる限界を手放し、
その代わりに、自分の努力の素晴らしさと
恩恵の神秘的な働きをたたえる
時間を取りなさい。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

自分自身の最良の友でありなさい。

それをすると自分に約束したことを成し遂げること、
そして、あなたの努力における
運命の手をくつろいで称賛することに
時間を使いなさい。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

自分自身の最良の友でありなさい。

あなたの心が安らいで
グルの愛に満たされている時に
あなたの顔がほころぶのと同じように
——本能的に、快活に——
瞬時に立ち直ることを学びなさい。

～グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

サッドグルナートウ・マハーラージ・キー・ジェイ！

