

シッダ・ヨーガの道で語られた物語

物語を話すという古代からの芸術は、シッダ・ヨーガの道では最愛の伝統であり、教えを伝える手段として欠くことのできないものです。インドの教典 —— ウパニシャッド、プラーナ、偉大な叙事詩の物語 —— は、しばしばその教えを伝える手段として物語を使います。シッダ・ヨーガの道のグルたちは、これらの物語や数え切れないその他の物語を、彼らの英知を生徒に伝える時に語ります。物語はいろいろな段階で理解することができ、時とともに再度聞いたり再考するにつれ、しばしば新たな段階の理解が明らかになります。

シッダ・ヨーガの道のウェブサイトのこのページに掲載されている物語は、大人と子どもの両方に利益をもたらすように語られています。あなたが子どもたちにこれらの物語を紹介すると、彼らの体験を深め、それが伝える教えの熟考を助けることができます —— そしてあなた自身もそうすることができます。ここに、物語に取り組む幾つかの方法があります。一人で、友達と、あるいは家族と読む時にも当てはまります。

- それぞれの登場人物に違う声と個性を与え、物語を音読しなさい。
- 物語を実際に演技しなさい —— 子どもたちや家族に特に効果的な取り組み方です。役を割り当て、簡単な衣装を作ってもいいでしょう。
- 物語の中で、特に自分にとって印象的な場面を線画や絵にしなさい。これらの場面の意味を探りなさい。
- 物語の本質を家族や友達と話し合いなさい。自分にとってこの物語が明らかにする鍵となる洞察は何か、そしてそれがどのように日々の生活に関連するかを自問しなさい。

- この特定の物語がグルマーイのメッセージや、現在学んでいる他のシッダ・ヨーガの教えにどのようにつながるかを熟考しなさい。

このように積極的に取り組むことによって、あらゆる年齢層の探究者たちが、これらの物語の深い意味を探り、物語の伝える知識を熟考し、その教えを日常生活に取り入れることができます。

