

## バーバ・ムクターナンダのダルシヤンと英知

1. あなたの大いなる自己をたたえなさい、  
あなたの大いなる自己を崇拝しなさい、  
あなたの大いなる自己に瞑想しなさい、  
神は、あなたの中にあなたとして住んでいる。
2. サッドグルナートゥ・マハーラージ・キー・ジェイ！ 大いなる尊敬と愛を込めて、  
皆さんを心より歓迎します。尊敬を込めて他者を迎え入れることは、真の  
人間性である。これが、知識である。人は自分自身の中に神を認識する時、  
他の人たちの中にも神を認識し始める。
3. グルは、マントラという姿であなたの心の中に常に住んでいる。まさにそこに  
グルを見なさい——それが、グルとつながり続ける最良の方法である。
4. 私のグルデーヴは、「神は一つであり、神は愛という姿をしている」とよく言っ  
ていた。それ故に、あなたは自分の心すべてを込めて他者を歓迎する方法  
を学ぶべきである。これが、最高の宗教である。
5. あなたが「それ」に到達することを熱烈に切望するとき、その至高なる真理に  
到達することを渴望するとき、この真理はあなた自身の心の中で、その姿を  
明らかにする。大いなる自己が存在しない場所など、どこにあるのだろうか。  
この大いなる自己を持たない者など、どこにいるのだろうか。

6. マントラがあなたの内側でますます振動するにしたがって、マントラのゴール——すなわち純粋な愛——が、心の中で流れ始める。
7. 私たちは神に到達するために瞑想するのではなく、すでに到達された神を認識するために瞑想する。
8. サードナーのために必要なことは、ただ真剣な努力である。そしてもし、その真剣な努力をすることができるなら、あなたがどこにしようと、あなたのサードナーはうまくいく。従って、あなたはアーシュラムに住む必要はない。サードナーに必要なことは、自己実現への燃えるような切望であり、そしてもし、それを持つなら、あなたはどこでもサードナーをすることができる。
9. 私たちは、大いなる意識の中に存在し、そしてその中に融合し戻っていく。私たちは、その大いなる意識である。これが、サードナーと呼ばれるものである。
10. チャンティングはとても素晴らしいサードナーである。それは血液に作用し、そして血液を通して、身体のすべての構成要素に影響を与える。偉大なシッダたちは、たとえ自己実現を遂げた後でも、喜びあふれるチャンティングを続ける。もしあなたが愛を込めてチャンティングするなら、その偉大な名前は、あなたをそれが意味するところへと連れて行く。

11. あなたの中で目覚め、あなたの中で働き始めるシャクティは、本物のグルである。グルとシャクティとマントラが、それぞれ違うものと考えてはいけない。それらは一つである。グルは自分の中に住んでいると感じながら、忍耐、揺るぎなさ、そして愛を持って、瞑想しなさい。
12. チャンティングは、このヨーガの中で最も偉大な役割を果たしていて、それは、神の力を引き寄せる磁石である。チャンティングは瞑想を容易にする。内側のクンダリーニー・シャクティは、チャンティングにとっても喜ぶようになる。それがいかに効果があるかを発見するために、あなたはチャンティングをするべきである。
13. 今日は愛の日で、私の崇拝はすべての人を愛することだから、私は皆さんを大いなる愛を込めて迎える。私はそれ以外の崇拝の流儀を持たない。私はあなたを愛している。
14. 自身の中に宇宙を見、宇宙の中に自身を見、生物と非生物の中に大いなる者を見た者、彼のみが真のシッダである。
15. もしあなたが完全な献身、敬意、そして愛を彼に持つなら、グルが自身の中に持つすべてを、あなたが受け取ることに疑う余地はない。
16. グルは慈悲の心に満ちているのだから、もしあなたが彼の中に自分自身を没頭させたら、慈悲の心もまた、あなたを満たすだろう。愛と、グルはあなたのものであるという気持ちを持って、彼に没頭しなさい。

17. 瞑想の中であなたが見て体験する対象と、瞑想の中であなたに起こっていることに気づいている者は、あなたである。常に存在しているものを見つけるといふ疑問など、どこにあるというのだろうか。
18. 内側にある世界は偉大で、広大で、神聖である——そして瞑想を通して、人はその世界を知ることができる。
19. アビナヴァグプタの『タントラローカ』は、すべてはシヴァであると明言している。それ故に、この気づきを実践することを通して、すべてが平等であるという見方が生じるのは、極めて自然なことである。すべてが実際にシヴァであるとき、すべてをシヴァとして見ることはそれほど難しいことだろうか。私たちは、習慣的な物の見方を変えるべきである。そうすれば、私たちは幸せになる。
20. ヴェーダーンタの中に、ある質問がある。「なぜ人はヴェーダーンタが必要なのか。人はヴェーダーンタをどのように活用すればよいのか」。そこでの答えはこうだ。「私がヴェーダーンタを学ぶのは、そうすればあらゆる私の苦しみと悲しみを取り除き、私自身の中で自発的かつ最高の至福に到達できるからだ」。私たちは知識を追究することによって、自分自身の内側に満足し、自由になり、安らぎを体験できるようになる。
21. 私は、この世界が聖人で満たされるのを見たい。私は、皆が幸せであるのを見たい。すべての人は、一定不変の至福の中に生きるべきであり、不幸せを夢にさえも見ることがではない。これが、神への私の最後の願いである。

22. あなたが自分自身の中の神に気づいた瞬間、あなたは这个世界全体を楽園と見る。
  
23. グルの恩恵、すなわちグルクリパーは、シャクティパートとしても知られ、それはシッタ・グルのみが伝授することができる。彼らは、信奉者に神聖さの体験を授ける能力がある。能力を有するグルによるシャクティパートで恩恵を受けない限り、完全な内なる平安を得るのは不可能であることは、まったくの真実である。
  
24. グルが与える時に受け取ること、グルが受け取る時にささげること、完全にグルのものとして生きること——これらはグルへの献身の印である。
  
25. 大いなる自己が至福で満たされていることは、まったく確かなことである....。人はひとたび内側に向いてその至福に到達したなら、再び外側に向いた時、誰の中にも同じ至福を感じる。人々もまた至福に満たされているという気づきと共に彼らを見るなら、彼はサマーディの至福に到達する。
  
26. 私の心は何と喜んでいるのだろう。どれだけ私は笑い、踊り、跳びはねるだろう。私は超越した喜びに酔いしれている。ニッテャーナダが私の心の中に姿を現した時、私はこの境地に到達した。

27. シヴォーハム、「私はシヴァである」、そして、ソーハム、「私はそれである」という考えに、あなたのマインドを没頭させ続けるべきである。あなたは、「瞑想をしている者は神である。私の瞑想の対象物すべては神である。私の瞑想そのものが神である」という理解を持つべきである。この気づきを持つ時、あなたはいつでもどこでもサーダナーを実践することができる。
28. シャイヴィズムによると、クンダリニーの強さを獲得した時、人は無限に広がり、そしてこの宇宙全体を吸収する。宇宙全体を自身の大いなる自己の中に見ることができる。シヴァに融合し、シヴァになる。
29. シッダとは、自由のヨーガの修行を通して、至高の自由の境地に上り詰め、その中に永遠に確立した者である。
30. グルセーヴァーには、計り知れない価値がある。それは非常に貴重だ。他のすべてのことには値段を付けられるが、グルセーヴァーに値段は付けられない。グルセーヴァーをした後にのみ、グルに奉仕をささげた後にのみ、あなたは大いなる自己を悟り、それに到達する。
31. あなたの見方を変えなさい。瞑想に深く、深く入り、驚くべき恍惚こうこつの境地があなたを待ち受ける場所まで行きなさい。その境地に到達した時、あなたはそれになるだろう。あなたは知るだろう。「私は、それである」と。