

月の光と共に、前進する

2019年3月1日

読者の皆さん

先月どのように皆さんが愛を優先していたのだろうかと考えると、私のマインドは2019年の「スウィート・サプライズ(嬉しい驚き)」に向かいます。その時グルマーイは、見事なサンゴ色のバラを私たち全員に贈りました。私が理解するようになってきたことは、その年のグルマーイのメッセージを学び、練習し、吸収し、そして実行する時、私たちは、この一年の毎日、毎週、毎月を、かぐわしいバラのように創造していること、そしてそれらのバラを集めて、最高に壮麗な花輪を形作っているということです。

シッダ・ヨーガの道のウェブサイトは、皆さんが人生においてグルマーイのメッセージのさらなる理解と適用を進めていくために、広く門戸を開いています。定期的に今月のウェブサイトを訪れる中で、次のようなことを発見するでしょう。

- イーシャ・サーデサイさんによる新しい物語。これは、グルマーイのメッセージについてさらに学ぶための視点を与えてくれます。
- 2019年の「スウィート・サプライズ」からのマインドや他のテーマに関する、教典からの引用とその解説。
- インドの詩聖たちによるバジャン、アバンガ、そしてドーヘー(二行連句)のコレクション。
- 「ガーヤトリー・マントラの解説」。ガーヤトリー・マントラを朗唱することによって、私たちはどのようにその神を呼び起こすのかを説明しています。今年はこれまでのところ、グルマーイのメッセージを学ぶ手段として、クリシュナ神とマハーサラスワティーにささげるガーヤトリー・マントラを聞き、朗唱し、瞑想してきました。
- 「グルマーイのメッセージに関するワークブック」から、課題シートの6~9まで。
- 今月の瞑想講座のタイトルは、「マインドの手綱を握る」です。この講座は最初にライブの音声配信で、その後はウェブキャストでの参加が可能です。

- 2019 年の「スウィート・サプライズ」の複数回参加パッケージ。「スウィート・サプライズ」に何回も参加することは、自分自身のマインドと協力する方法を洗練させ、呼吸が持つきらめきを再発見し、あなたのサーダナーを再活性化させる助けとなります。

この3月はシッダ・ヨーガの道において、幾つかのお祝いがある月です。何よりもまず、マハーシヴァラトウリー——3月4日のシヴァ神の偉大な夜があります。この祝日については、ウェブページの特集で詳しく知ることができます。

- 皆さんから寄せられた世界中のマハーシヴァラトウリーの三日月の写真。この美しい伝統は、地球の周りを回るシヴァ神の月のダルシャンを誰もが持てるようにと、グルマーイによって2015年に始められました。
- マハーシヴァラトウリーの意義に関する物語
- シヴァ神をたたえる教典からの引用や賛歌

また今月は、春の訪れを祝って、インドの人々はホーリーと呼ばれる喜びあふれる色彩のお祭りを祝います。ホーリーは2日間のお祭りで、今年は3月20日の満月の日に始まり、翌日に活気にあふれた終わりを迎えます。

この手紙を、3月というこの月に、私が皆さんすべてに対して持っている願いをお伝えすることで締めくりたいと思います。その願いとは、皆さんがマハーシヴァラトウリーを思い出す時にマインドに訪れる奥深い静けさと共に前進すること、ホーリーによって呼び起こされる遊び心と喜びと共に前進すること、2019年のグルマーイのメッセージを最初に受け取った時に感じた——そして「スウィート・サプライズ」に参加するたびに新たに認識する——情熱、決意、そして限界のない可能性の感覚と共に前進することです。

अगली मुलाकात अगले महीने। हृदय को भक्ति से प्रदीप्त रखें।

心のやり方を学び続けてください。

尊敬を込めて

ガリマ・ボーワンカー



© 2019 SYDA Foundation®. 著作権所有。