

2017年のグルマリーのメッセージを实践する シッダ・ヨーギの体験の分かち合い

1月1日、「スウィート・サプライズ(嬉しい驚き)」のサツツァングで、グルマリーは2017年のメッセージを与えました。

Breathe in deeply the fragrance of the Heart.
Revel in the light of the Supreme Self.
Breathe out gently the benevolent power of the Heart.

心のかぐわしさを深く吸い込みなさい。
至高なる自己の光を大いに楽しみなさい。
心の慈愛の力を優しく吐き出しなさい。

グルマリーはこのメッセージを与えた後で、皆が彼女のメッセージの贈り物を受け取ったことを感謝して、彼女をさらに喜ばせることは何であるか分かるかと皆に尋ねました。グルマリーは言いました。「この贈り物を自分自身のものにする事」

この1年を通して、シッダ・ヨーギと新しい探究者たちは、グルマリーのメッセージを实践し、さまざまな方法で自分自身のものにしてきました。それらは例えば、瞑想の修行の一部として、眠りに就く前、起床する時、歩いている時、重要な決断に直面した時、活動のさなかに立ち止まった時、家族と一緒に時を過ごしている時など、さらに数え切れないほどあるでしょう。

このページで、あなたはグルマーイのメッセージを自分なりに実践し、自分自身のものにしてきた体験を振り返り、分かち合う機会があります。そして、他の人たちが同様にした体験から靈感を得ることができます。

以下は、あなたの熟考のための問い掛けです。

- あなたにとって、グルマーイのメッセージを自分自身のものにするとはどういう意味ですか。
- どんな方法で、そしてどんな時に、グルマーイのメッセージを実践してきましたか。
- グルマーイのメッセージを実践し、それを自分自身のものにすることから、どのような効果を得ましたか。

時間を取り、あなたの心に響く問い掛けを熟考し、それを日記に書き留めてください。あなたの体験を書き留めたら、下にあるシッダ・ヨーガの道のウェブサイトのリンクをクリックして、それを分かち合ってください。そして、このページをたびたび訪れて読み、他の人たちの体験から靈感を受け取ってください。