

ダクシナーを実践する方法

ダクシナーは、シッダ・ヨーガの道の中心的精神修行の一つであり、シッダ・ヨーガのサーダナーと生徒であることの一部です。

ダクシナーの修行において、シッダ・ヨーギは、グルに金銭的なささげものをします。この修行は、与えることを通して、英知と恩恵の源であるグルに敬意を表す古代の伝統に起源を持ちます。ダクシナーは、その使い道を指定することなく、個人的な利益を期待しないでささげられるものです。

エスワイディーエー・ファウンデーションは、インド国外のシッダ・ヨーギからささげられたダクシナーを受領し、管理する責務を担っています。インド国内でささげられたダクシナーに対して同じ責務を担っているのは、公益財団であるグルデーヴ・シッダ・ピートゥです。

シッダ・ヨーギは以下のさまざまな方法でダクシナーを実践します。

- 「シッダ・ヨーガ・マンスリー・ダクシナーの修行」に参加して、定期的に規律をもって実践する。
- シッダ・ヨーガのアーシュラムや瞑想センター、あるいはチャンティングと瞑想のグループのダルジャンの時にダクシナーをささげる。
- シッダ・ヨーガの祝日や教えや学びのイベントに敬意を表して、そして自分にとって大切な機会にダクシナーをささげる。
- 年齢にかかわらず、そして家族でダクシナーをささげる。
 - この修行について話し合い、一緒に取り組むことによって、子どもたちをこの修行に招き入れることができる。

ささげるための具体的な方法

- [「Offer dakshina online \(オンラインでダクシナーをささげる\)」](#)のウェブページから。
- [「Begin or update a Monthly Dakshina Practice online \(オンラインでマンスリー・ダクシナーの修行の開始または登録内容変更をする\)」](#)のウェブページから。
- 電話で: (+1)845-434-2000、内線 2390 まで。
- 郵便またはファクスで: [「Dakshina Offering \(ダクシナーのささげもの\)」](#)または[「Monthly Dakshina Practice \(マンスリー・ダクシナーの修行\)」](#)の用紙を印刷し、青か黒のインクで記入の上、以下まで送付。

