

## シッダ・ヨーガ・シャクティパート・インテンシヴについて スワーミ・シャーンターナンダとの一問一答

シャクティパート・ディークシャーとは何ですか。

神への愛の体験、神と一つになりたいという切望は、すべての魂が生まれながらに持っているものです。内側深くで、すべての人は、その偉大さと喜びが待ち受けていると知っています——もし、それを見つける方法を発見することさえできたならば、グルの恩恵による伝授であるシャクティパート・ディークシャーは、内側にある偉大さを解き放つ鍵です。

サンスクリット語であるシャクティパートの文字通りの意味は、「力の降下」であり、そしてディークシャーとは、伝授です。シッダ・ヨーガの道では、シャクティパート・ディークシャーは恩恵の行為です。この伝授によって、シッダ・ヨーガ・グルであるグルマーイ・チッドヴィラーサーナンダは、熱望を抱く人々に神聖なエネルギーを伝え、彼らのクンダリニー・シャクティ、すなわち内なる精神エネルギーを目覚めさせます。シャクティパートの伝授は、シッダ・ヨーガ・サーダナー、つまり解放へと至る内なる旅の始まりの合図なのです。解放とは制限するエネルギーを解き放ち、自分自身の大いなる自己である神性を認識させるものです。

シッダ・ヨーガ・シャクティパート・インテンシヴとは何ですか。

シッダ・ヨーガ・シャクティパート・インテンシヴは、グルマーイ・チッドヴィラーサー  
ナンダがシャクティパート・ディークシャーを授けるための、主要な手段として役に  
立つイベントです。

シャクティパート・インテンシヴは古代の入門儀式のように、参加者が敬意を持っ  
てグルの恩恵の伝授を受け取れるように、幸先(さいさき)の良い環境を提供しま  
す。このような伝授の重要点は、クンダリーニー・シャクティの覚醒がいかに貴重で  
あるか、そして、その神聖なる力の広がりやを養っていくためには、シッダ・ヨーガの  
教えを学び、それを日々実践する必要があることを理解することです。シャクティ  
パート・インテンシヴで、参加者はシッダ・ヨーガの伝授のマントラを受け取り、  
そのマントラをどのように使ってシッダ・ヨーガ瞑想を実践するかを学びます。また、  
神の名前をチャンティングする修練をし、精神的な成長のためにいかにシッダ・  
ヨーガの教えを生かすかについて指導を受けます。

バーバ・ムクターナンダは、シッダ・ヨーガ・シャクティパート・インテンシヴを発案し  
ました。1973 年、インドで行われたいくつかの瞑想リトリートの間に、後にインテン  
シヴとなる形式が構成されました。1974 年にバーバがアメリカを訪れると、彼は  
この形式をより明確にし、それに名前を付けました。最初のシッダ・ヨーガ・シャク  
ティパート・インテンシヴは、1974 年の 8 月 27 日から 30 日までコロラド州の  
アスペンで行われました。それ以来、バーバとグルマーイは数多くの 2 日または  
1 日のインテンシヴを世界中で実施してきました。

2006 年にグルマーイは、グルマーイのグルであるバーバ・ムクターナンダの  
マハーサマーディ —— 彼が肉体を離れ、最終的に至高なる大いなる意識との  
一体性を遂げた記念日 —— を祝って、毎年 10 月にシッダ・ヨーガ・シャクティ

パート・インテンシヴを実施するようになりました。シッダの伝統によると、この比類なく驚くべき出来事は、マハーサマーディ、すなわち「偉大なる融合」として知られています。マハーサマーディの後、自己解放を遂げた人物のシャクティは、常に存在し、あらゆるものに浸透して、世界を向上させ、信奉者の人生を照らし続けます。バーバのマハーサマーディは、シャクティパート・インテンシヴに参加するなど、精神修行に専念するための好機です。このような神聖な機会は、自己の修行の力を高めるからです。

シャクティパートの伝授を受けた後にも、シャクティパート・インテンシヴに参加し続けるのですか。

シャクティパート・インテンシヴは、神聖な伝授であると同時に、恩恵に満ちた環境の中で精神修行に没頭できる貴重な機会でもあります。グルマーイのサンカルパ、すなわち彼女の意図を通して、グルのアヌグラハ・シャクティ、つまり恩恵を伝授する力は、シャクティパート・インテンシヴの一瞬一瞬、あらゆる修行の中にも込められています。シッダ・ヨーガの道に初めての人でも、すでにしばらく修行をしている人でも、私たちはインテンシヴの中で恩恵によって支えられています。私たちがインテンシヴの中で精神修行に専念すると、修行は私たちの大いなる自己である真実の、愛、美しさ、偉大さを明らかにし始めます。

インテンシヴを取るごとに、シャクティパートで最初に受けた刺激に、より強い推進力が与えられます。シャクティパート・インテンシヴの核心である素晴らしい恩恵の力は古来のものであっても、それは常に新鮮で、活力を与えます。これは多くの参加者がインテンシヴを取るたびに経験してきたことです。それぞれのインテンシヴは同じ力を持ちながら、その時ごとに特有なのです。シャクティパート・インテン

シヴを取るたびに、サーダナーが強化され、神聖な大いなる自己の認識が広がっていきます。

**シャクティパート・インテンシヴに参加するには、どのような準備が必要ですか。**

一つには、「シャクティパート・インテンシヴのための準備のプログラム」に参加することです。そうすることにより、私たちはグルの恩恵を受け取るために、古来の方法に従って、身体とマインドを整えます。この集いでは、初心者もシッダ・ヨーガの経験者も、バーバ・ムクターナンダが呼ぶところのインテンシヴの四つの車輪、すなわち瞑想、姿勢、呼吸、マントラについて学びます。この準備は、受容性、精神集中、およびグルのアヌグラハ・シャクティとシッダ・ヨーガの教えに対する敬虔(けいけん)な性向を培う重要なものです。

私が強調したいことは、シャクティパート・インテンシヴのそれぞれの要素や「シャクティパート・インテンシヴのための準備のプログラム」は、グルのシャクティで活性化されているので、インテンシヴの目的である、「自分の大いなる自己を体験すること」を支える働きがあるということです。

**初めてシャクティパート・インテンシヴを取る人に対するアドバイスは何ですか。**

シャクティパート・インテンシヴに参加する準備として、インテンシヴの数週間前からこの神聖なプログラムに向かう自分に余裕を与え、「シャクティパート・インテンシヴのための準備のプログラム」に参加してください。

恩恵の体験は、シャクティパート・インテンシヴの最中にいつでも起こり得ます。ですから、心を開いて、恩恵がどのような形で現れるか期待したりしないことを勧めます。実際、これはいくら強調してもしすぎることはありません。そして、インテンシヴを再び取る人にも同じ忠告をします。私たちの役目は、恩恵が訪れるために今の瞬間にいることです。ですからシャクティパート・インテンシヴでは、あなた自身をその瞬間にささげなさい。インテンシヴの各要素に集中していなさい。瞑想の時間が来たら、瞑想しなさい。チャンティングの時間が来たら、チャンティングしなさい。講話が始まったら、一心に耳を傾けなさい。インテンシヴの中で行うあらゆる修行は、真理を明らかにする養い育む恩恵の中に、あなたが没頭することを支えてくれるでしょう。

**シッダ・ヨーガ・シャクティパート・インテンシヴで、参加者は何を体験するのですか。**

シャクティパート・インテンシヴで受け取る恩恵の効果は、理解できることもあれば神秘的なときもあり、いつもそれを評価できたり、予測できたりするというわけではありません。それは、深い瞑想に入るということであるかもしれないし、内側から洞察が湧き起こる、または、教えが直接あなたの心に語りかけてくるといったことであるかもしれません。時には、あなたは無条件の愛の甘美さを体験し、マインドは純粋な平和を見いだすかもしれません。または、精神修行を実行するための新たな方法を発見するかもしれません。時折、自分自身の行動パターンがそれ以後完全に一変してしまうような、顕著なブレイクスルーの体験をする人々もいます。

あなたの体験が微妙なものであれ、劇的なものであれ、または、自分は何も体験しなかったと思ったとしても、恩恵の効果は時とともに明らかになるということだけは知っておいてください。そして、これはすべての人に言えることです。

### シャクティパート・インテンシヴの後で何が起こるのですか。

あなたがシャクティパート・インテンシヴで体験したものは、日常生活の中に引き継がれます。インテンシヴの後、毎日の瞑想修行がより深くなったり、勇気、親切、強さ、慈愛などの気高い美徳を言葉や思考や行動を通して実践することができるようになるかもしれません。自分自身に対してより深い愛と尊敬を、他者により一層の思いやりを差し伸べるようになるかもしれません。または、神への愛が同胞への愛として自然に現れてくるかもしれません。このような内なる変容は、恩恵の力で常に新しい啓示と洞察をもたらすのです。

このような変容が現実となるためには、あなたはシャクティパート・インテンシヴの力と教えを日常生活の中に溶け込ませなければなりません。そして、こうしたことを実行するための方法は、シッダ・ヨーガの教えと修行に揺るぎなく関わっていくことです。そうすればこの目覚めた恩恵の力は、あなた自身の大いなる自己の輝きを明らかにするのです。