

2020年のグルマリーのメッセージ・アートワークのダルシャン

2020年3月25日

親愛なる読者の皆さん

Namaste. Buongiorno. 你們好 *Salut. Здравствуйте* こんにちは

1月1日、「スウィート・サプライズ(嬉しい驚き)」のライブの動画配信で、グルマリーは彼女の2020年のメッセージを与えました。私たちは、グルマリーのメッセージをヒンディー語で受け取りました。その後、数日にわたってグルマリーは、メッセージを最初にヒンディー語で、次に英語で伝えた理由を説明しました。それは、グルマリーのメッセージの二つの主要な言葉には複雑多岐で奥深い多くの意味があるので、ほとんど翻訳不可能だという理由からなのです！ それらの言葉を理解し、正しく認識するようになるための唯一の方法は、その異なる資質、異なる何層もの意味、そして、私たちのシッダ・ヨーガのサーダナーに関連する教典の基礎を学ぶことです。

メッセージについてのグルマリーの視点を、メッセージ・アートワークの形で受け取ることができるのも幸運なことです。この形で、私たちはグルマリーのメッセージの言葉を学習することができます。そして、メッセージのダルシャンを受け取る機会を持つのです。

毎年、シッダ・ヨーギたちや、シッダ・ヨーガの道の旅を始めたいと思う人たちは、グルマリーのメッセージ・アートワークを彼らの学習において不可欠な部分としています。私たちがメッセー

ジ・アートワークを学習する時、学びは四つの体で起こります。私たちは、身体、感情的な体、知性、そして、クンダリーニー・シャクティの働きによって精神的な体を通し、知識を育成します。

どうぞ、グルマーイの 2020 年のメッセージ・アートワークのダルシャンへの私の招待を受け取ってください。ダルシャンとは、「見ること」、「神聖なビジョンを持つこと」「神に気づくこと」を意味する、サンスクリット語のこの上なく美しい言葉です。

- グルマーイのメッセージ・アートワークと共にいる時間を十分に——少なくとも 15 分間は——確保してください。
- 心地よい姿勢で座ってください。
- 呼吸の自然な流れを感じてください。
- メッセージ・アートワークを見てください。メッセージ・アートワーク全体を受け入れたら、その後特定の部分を見てください。次に視線を柔らかくし、あなたの目の前でアートワークがわずかにぼやけていくのにまかせます。
- 次に、アートワークの別の部分を見て、この手順を繰り返します。アートワークへの焦点を絞ったり外したりさせるのです。あなたの目はまず強い集中で、その後もっとリラックスした注意でそれを捉えます。
- すぐに分かるように、アートワークは宇宙の一部を描いています。前景のひとときわ大きく明るい光の点は、私たちの銀河系、つまり天の川の星々です。より小さくて柔らかい光の点は、実際には数々の銀河全体で、1000～3000 億個の星を含み、その幾つかは 250 億光年以上離れています。強さと優しさの組み合わせでアートワークを見詰めると、アートワークが包含し伝えているすべてを受け入れるあなたの能力が広がります。その微妙さ、その無限の深さ、その意味する多くの側面をより直観します。あなたはマインドを回避し、アートワークの中の大いなる意識が、あなたの前で踊るのを許します。
- メッセージ・アートワークのダルシャンを持つということは、それと交流するということです。アートワークのダルシャンを初めて持った時の印象、洞察、感情に注目してください。

多くのシッダ・ヨーギたちが——プロの芸術家も、自分が芸術家だとは思っていない人も——メッセージ・アートワークとのダルシャンや学習したことから得たことを表現するために、絵を描き、写真を撮り、工芸を作り、詩を書きます。皆さんも、ぜひそうしてください！ アートワークがあなたにとって何を意味するのかを表現する、あなた自身の創造的な方法を見つけてください。

2020年のメッセージのアートワークのダルシャンが、今年全体を通してあなたの日々の生活に浸透しますように。

サインイン：
2020年のグルマーイのメッセージ・
アートワーク

心を込めて

スワームィ・イーシュワラーナンダ

