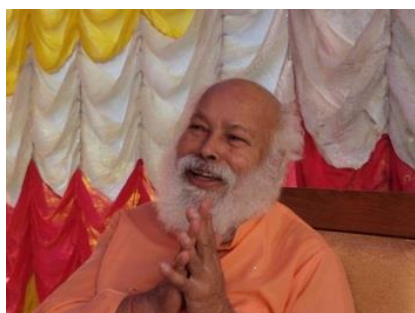


リシケシからガンジス河原流(バギラティー河)沿いに150kmほど登ったところにウッタラカーシーというのどかな山村があります。そこにシヴァナンダ・アシュラムの支部を設け、病院を建て村人たちを助けて暮らす聖者がいらっしゃいます。7歳のときからグルデブに学ばれたスワミ・プレマナンダジです。ずっとお会いしたいと願いながら、ガンジス河の洪水や土砂崩れで交通が難しいとかでなかなかお訪することができませんでした。しかし、今回はついに念願が叶い、アシュラムに滞在させていただき、毎日ヨーガヴァシスタの講義を受けることができました。ガンジス河のごうごうという流れの音がいつも聞こえる川辺のアシュラムで、スワミジの明るく豪快な笑い声と笑顔にすっかり魅了された日々でした。スワミジのほとばしるばかりのポジティブパワーを皆さんにお届けたくてビデオメッセージをお願いしました。以下がその内容です。

スワミ・プレマナンダジからのメッセージ

「まだお会いしていない皆さんへ」



ハリオーム、皆さん！

私からではなくて、偉大なるグル、シヴァナンダ師からのメッセージをお贈りします。

シヴァナンダ師は、「1オンスの実践は、1トンの理論に勝る」とおっしゃっていました。

今、ここにいらしている人はここで学んだことは何であれ、それについて熟考し、自分のものにし、日々、実践して行ってください。

“Be Good Do Good” 「よき人でありなさい、よき行いをしなさい。」

そのためには自分の心にネガティブな思考が入ってこないようにして、その代わりにあらゆる方向から良い思考が入ってくるようにすることです。良いことを考えるようにすれば、あなたの口からは他人を傷つけるような不必要な言葉は出てきません。良い思いを抱けば、良いことを考え、それによって良い行いが生まれます。良い行いを何度も何度もしていけば、それがあなたの習慣となります。あなたは良き人となり、宇宙全体に対して良きことをするようになります。すると宇宙全体が良くなります。

マールをごらんください。このマールの数珠のひとつひとつがマール全体に対して大切な存在です。ひとつの数珠玉が良ければほかの数珠玉も良いもので、マール全部が良いものです。ひとつの数珠玉がだめならそのマールは良いものではありません。あなたはそんな壊れたマールを買ったりしないでしょ。



それと同じようにあなたが良くない人であったら、周りの雰囲気全体が良くないものになります。ですから、良いことを思い、良い言葉を話し、良い行いをしてください。それはとりもなおさず宇宙全体に対して良いことをしていることになるからです。

宇宙全体があなたの中にあります。あなたが良き人であれば宇宙全体が良いことになる。これが善への道であり、神への道です。これがグルデブ・シヴァナンダからのメッセージです。グルデブは多くの教えを残されましたが、これがそのエッセンスです。

泣くのではなくて、笑うことを学んでください。でも、泣くのがよいときもあります。自分の辛い状況に対してではなくて、他の人が直面している困難に対して涙を流すことはよいことです。

今回、ここに来られなかった皆さんにお願いです。今、お話したことをぜひ実践して行ってください。そしてどうぞ次の機会にはこちらにいらしてください。以上がグルデブから私を通してのメッセージです。ア・リ・ガ・ト・ウ！ア・リ・ガ・ト・ウ～！

