

4日目 5月19日(日) 天気 晴れ

SAHAJ-VILLAホテル35名泊(FAIVE ELEMENTS 9名) ウッタル
カーシー→ガンゴトリー ヨーガ・ニケタンへ 標高1000mから標高3700mへ

AM8:00 出発 SAHAJ-VILLAホテルにて撮影



この日も標高差2700m、一気にバスで登る。

出発して、2H10分ほど AM10:10、ガングナーニー温泉に到着。



ここでも、シバ神が祭られており、お祈りの言葉「オームナモシバー」を唱え、心の中で祈りながら、温泉の湯を頭かけると、よい、とのこと。

どこにいても、神様との結びつきが本当に深い。

温泉の温度は、42~45度くらい、少し、暑め。女子も男子も、ほとんどの人が浸かる。

ここで50分くらい休憩する。

チャイが出る

また、一路、バスでひたすら登り道、AM11:20分頃、3号車の車がエンジントラブル。

突然、車が止まり、前から煙が出ている。

聞けば、ブレーキの使いすぎ、ブレーキが熱くなりすぎたため冷やせばよい。

バスの助手席に座っていた、インド人の男の子が、一人、300mぐらい離れた井戸より水をくみ、バケツに入れて、エンジンにそのまま、掛ける。

その繰り返し、ほかの運転手たちは、腕を組みながら見ている。

なんで、手伝わないのか、ミトラーの川上さんに聞いたところ、「そのために彼が助手席に座っている」、「インドでは役割が皆、決まっているので仕事を取ってはいけない」ということ、カースト制度を改めて意識させられた出来事だった。

その後、バスが動いたが、AM12:00、3号車で
またまた、バストラブル発生。

今度は、バッテリーの不具合だ。

理由は何度聞いてもよく分からなかったが、
バッテリーの均衡が崩れてしまったためとか？

全員、降りて、他3台のバスに分散する。



PM1:50分、少し遅いお昼。

ハルシルにて、ガンジス川の流れを見ながら、ほとりにて、おにぎりをいただく。

雄大なガンジス川を見ながら、外で食べるお昼は、久しぶりのおにぎりとおあいまって、
とっても、とっても、美味しかった。空気も景色もおにぎりも、全部、ご馳走でした。

ダイアモックスを半錠飲む。



PM4:00分 ようやく、ガンゴートリーのヨーガニケタンへ到着。



ここは、ヨーガの聖地といわれている、すごい人でごった返し。

駐車場も、留めるのにも、いっぱい、いっぱい。軍の人が(50人以上)誘導しているが、
幅5センチぐらいのところを、皆、すれすれで走っている。

聞けば、10日前に山の封鎖(雪で覆われて)が解けたため、皆、こぞって、参拝してい
る。どうりで、道中、雪の塊があちこちに残っていた。

ガンジス川の、すぐ、ほとりで、数年前の豪雨で、がけ崩れがあちらこちら、すごかつ
たそうだ、ヨーガ・ニケタンの建物もかろうじて、残ったという。

片づけをして、夕食。

夕食は、ニケタンの1階にある、2部屋を分けて、そこでいただく。

久しぶりに、日本料理が振る舞われ、感激。

ここでは、女性34名、ミトラーさん2名は「バーギーラライホテル」に宿泊、「ヨーガ・

ニケタン」泊、木村慧心先生、男性6名、栗崎奥様、岸先生、鈴木10名。

ガンゴートリヨーガニケタンは、マハラジが最初に建てたところだという。

明日から、いよいよヨーガ修行が始まる、気持ちを引き締めていかなくてはと思う。

5日目 5月20日(月) 天気 晴れ

AM5:00 起床

AM 6:00~9:00 マハラジのテーブ講和、瞑想、アーサナ

AM 9:30~朝食

AM11:00 ガンゴートリー寺院へ

PM 1:30 昼食

PM 4:00 アグニホトラ

PM 6:00 夕食

PM 9:00 就寝

AM6:00 ニケタン2階の瞑想室にて、マハラジの講和と瞑想(1時間)



AM7:00 外でアーサナと呼吸法 ここでスローアイソメトリックエクササイズを初披露。



朝は、とにかく寒い、じっとしていると体がこわばってくる感じ。

アーサナ、呼吸法が終わる頃、朝日が射ってきて、気温は一気に15度くらいまで上昇する。

寒暖の差が激しい。

AM9:30 朝食をいただく。この日より、日本食を用意してください。

AM11:00 ガンゴートリー寺院にて、ガンジス川のほとりでお祈りと参拝をする。



ここでは、皆、裸足になって、川の近くまでいく。

ガンジス川のほとりでは、至る所で、聖なるお祈りが催されている。

本当に、インドの人々の信仰意識は凄い。

お寺でも、皆、はだしになって、中を1周させていただく。

その場にいるだけ、厳かな空気に包まれているため、強く、神様を意識できる。

帰ってきてから、PM1:30 お昼ご飯。

PM4:00 より、ニケタン瞑想室2階で、神様、マハラジ、木村慧心先生に、感謝、敬意、信仰への思いを感じつつ、アグニホトラ。

木村慧心先生のマハラジに対する畏敬の思いが、少しずつではあるが、伝わってくる。

インドにこさせていただいて、よかった。



PM6:00 より夕食。

夕方は、昼間と違って温度がグンと低くなり、寒い。

明日は、いよいよ、ゴームクへ、体力温存と早朝のため、PM9:00 には床に着く。

ここでは、お湯は出ない、水も止まる、電気は来ない、もちろん電話も通じない、でもなぜか、心が充実しているのは、霊性に少しずつではあるが、徐々に、高くなってきているのだと思う。

明日、ゴームクへ向けて、全員、馬に乗るつもりが、ゴームクが自然公園に指定されたため、入山規制がかかり、1日150人までとなってしまった、そのため、馬の業者が、他の所に流れてしまい、馬が15頭しか、確保できなくなってしまった。

夕食後、足の悪い人、体力に自信のない人を集めて15名に絞る。

6日目 5月21日(火) 天気 晴れ

ガンゴートリーニケタン→ボジバサへ 20 キロ

ガンゴートリー標高 3000m、ゴームク標高 3800m、標高差 800m

AM5:00 起床

AM6:00 朝食

AM8:00 出発

ゴームクに向けて、いよいよ出発！

馬に乗った人は以下のとおり。

新屋、栗崎夫妻 2 名、鈴木八重子、福井、富岡、梶原、高谷、渡辺、青池、二ノ宮、宇都宮、塩見、小幡、アニール 以上 15 名

隈元さんは高山病のため、リタさんとガンゴートリーに残り、宏輝先生と一緒に、翌々日、馬でゴームクまで登る予定。

ボジバサまでは、ひたすら、登りの山道を歩く。

途中、何人かの人と出会うが、その中で、上から下りてくる、行者さんが圧巻。

ジャンプするように、足は、ゴムぞうり、身も軽く、スイスイと飛ぶようなジャンプで、アッという間に、見えなくなってしまった。

もちろん、荷物は水筒と布でできたカバン 1 個だけ。

木村慧心先生が、口癖のように「行者さんたちは厳しい環境の中で、筋力を鍛えている」行者さんの光景を目の当たりにして、その意味が理解できた。

PM1:30 分 5 時間 30 分かけて、お昼の休憩地点へ。

チブバサへ

おにぎりをいただく、ずっと歩きっぱなしだったため、美味しいこと。

ここで、1 時間ほど休憩をとる。

早い人は、チブバサに 3 時間で着いたそうだ。

ここから、さらに気合いを入れて、いざ、ゴジバサへ

ひたすら歩き、歩いては休憩、その繰り返し、最初のうちは余裕もあり、いろいろと考えながら歩いていたが、途中から何も考えなくなってきた、とにかく足を前に出さなければ進まない、無心になって 1 歩、1 歩、歩き続けていた。

無心の大切さを、ここで改めて知る。

PM5:00 ボジバサのテントへ到着



やったーという感じはない、ただ、淡々と受け止めていたような気がする。

全員、無事に到着できて、よかった。

木村慧心先生も、お疲れのご様子。

歩いたお陰で、空気の薄さに徐々に対応でき、高山病に誰もならない。薬を飲んでいるお陰も、勿論、ある。

PM7:00 夕食 ここでも日本食を用意してくださる。嬉しい限り。

皆、疲れていたため、早めに就寝。

テントの中は、寝袋で、身動きができない。

寒さは、非常に厳しく、何重にも着て寝る。

ダイアモクスを飲んでいて、トイレにいきたくなるが、あまりの寒さにぐっと我慢。

夜11時頃、寝ていると、Aさんが息ができないと言ってくる。

看護婦のKを起こして、Aさんのテントへ、岸先生と一緒にいく。

オキシメーターを付けてもらうと、酸素濃度が60、脈拍が110。

息をするのが苦しいらしく、「ハー、ハー」といつている。

その中でも凄いのは、カパーラパーティをすると、酸素濃度がみるみる上がって、70、80になるが、直に戻る。

木村慧心先生も心配されて、テントに診に来てくださる。

その時に、「大丈夫ですよ、すぐ、よくなりますから」とおっしゃられる。

見えても、大丈夫のようには思えないのだが・・・。

とにかく、同じテントの人が寝られないから、我々、スタッフの部屋に連れていこうとするが、歩けない、Kさんが背負って我々のテントへ連れていってくれた。看護婦さんっですごい。

3時間交代で付こうということで、最初は、私が、Aさんと一緒に休むが、本人は大変で、寝られないと言っていた。

私は、「木村慧心先生が、よくなりますから、とおっしゃられていたから、大丈夫！よくなりますよ」と伝える。

そのうちに1時間ぐらいすると、浅沼さんが、眠たくなってきたかもとおっしゃられ、横にさせると、そのまま、スーッと眠りについてくれた。

やっぱり、木村慧心先生が「よくなりますから」とおっしゃられていたからと、改めて自分に思う。

翌朝まで、ゆっくりと休めた様子（ついでにイビキまでかいていましたヨ）

よかった！！

木村慧心先生は後で聞くと、心配で休んだ気がされなかったご様子。他にも、沢山、やらなければならないことが山ほどあるのに、本当にお疲れ様でした。