

Tunnista itsesi toisessa

HARI JOT KAUR

Kundaliinjoojan opettaja ja opettajien kouluttaja
Joogajoo.fi

Muutokset maailmalla, maassamme, lähiympäristössämme ja itsessämme kiihtyvät. Kukaan ei niiltä välty. Nämä, usein hyvin dramaattiset muutokset pakottavat meidät miettimään uusia tapoja toimimiseen ja jopa olemiseen. Itse sain rintasyövän kolmisen vuotta sitten. Se oli mullistava järkytys elämässäni, paljolti sen vuoksi että olin mielestäni pitänyt itsestäni hyvää huolta. Se pakotti syviin mietteisiin ja vahvaan tarpeeseen toimia toisella tavoin.

Yogi Bhajan, kundaliinjoojan mestari, ennusti tästä uudesta ajasta jo 70-luvulla. Hän näki kännykät, informaation räjähtävän kasvun, tarpeen vahvistaa hermojärjestelmää ja sisäisen muutoksen väistämättömyyden. Olemme vielä ylimenokaudessa, jolloin uusi ja vanha kohtaavat toisensa. Jos emme muutu, meidät muutetaan sairauden, ilmastomullistusten, sotien ja esim. pakolaisvöyryjen kautta. Yksi kuva voi muuttaa paljon. Kuva 3-vuotiaasta lapsesta, joka viattomuuttaan joutui uhraamaan elämänsä, että me voi-

simme kasvaa. Tämä kuva herätti meidät tajuamaan että olemme yhtä.

Tunnista itsesi toisessa (Recognize the other person is you) on ensimmäinen viidestä sutrasta (sutra kietoo yhteen rajallisen ja rajattoman ja tuo sen tietoisuuteen sielumme tueksi) jotka Yogi Bhajan antoi tälle uudelle ajalle, jota kutsumme Vesimiehen aikakaudeksi. Tässä sutrassa on kolme oluttuvaisuutta: Minä, Sinä ja Rajaton. Se ilmaisee, että meillä kaikilla on sama ydin, joka on luonnostaan rajaton ja tyyni. Se tila on aika- ja tilakäsitteemme tuolla puolen ja samalla kaiken ajassa kokemamme alku ja juuri. Meditaation ja rukouksen kautta pääsemme yhteyteen siihen tyyneyteen/hiljaisuuteen, jolle joogit ovat antaneet nimen Shuniya. Tavallisessa tietoisuudessa koemme eron itsemme ja toisen välillä, näemme maailman vastakkaisena. Mielen hiljaisuudessa ja sydämen syvyyksissä koemme saman toisessa ja nämä erot haihtuvat. On helppo tunnistaa itsensä niissä, jotka muistuttavat meitä itsestämme, kuten perheenjäsenet, ystävät ja ihmiset, jotka ovat samalla polulla. Tunnistaa itsensä niissä, jotka eivät toimi oman mallisi mukaan, on jo

paljon haastavampaa. Ajattele esimerkiksi jotain, joka on tehnyt sinua tai muita kohten väärin, on hyvin erinäköinen tai on jopa surmannut. Tämä sutra on vaativa ja helposti unohtuva. Kiva tapa harjoittaa sitä on kohdatessa ihmisiä kadulla; vastaanotulijoita, häiriköitä, kerjäläisiä, ulkomaalaisia. Sano itsellesi: Hän on minä.

Hyvä esimerkki tämän sutran soveltamisesta on Nelson Mandela, joka vankilassa ollessaan siirsi egonsa tieltä, näki sydämensä sopukoihin ja näki kiusaajansa kuin itsensä ja antoi anteeksi. Se avasi aivan uuden ja ennen näkemättömän uran hänelle ja suuren mullistuksen Etelä Afrikan politiikassa ja koko kansan elämässä.

Tämä mahdollisuus on meillä kaikilla, sillä olemmehen henkiolentoja kokemas- sa ihmisenä oloa eikä suinkaan päinvas- toin. Olemme luonnostamme rajattomia.

Kundaliinjoojan opettajakoulutus suomeksi alkaa Turussa, Konsan kartanossa tammikuussa 2016. Lue lisää netistä: Joogajoo.fi tai kysy suoraan: harijot@joogajoo.fi

Ikivanha opetus uudelle ajalle - Ishayoiden Ascension

NATARAJA ISHAYA

Ishayat ovat ikivanha munkkien veljeskunta, joka kertoo saaneensa alkunsa Apostoli Johanneksesta. Ishayat kertovat, että Jeesuksen alkuperäiset opetukset eivät olleet uskonkappaleita, vaan pikemminkin sarja mekaanisia tekniikoita, jotka muuntavat ihmisen elämän sisältä ulospäin.

Tutustuin Ishayoiden opetukseen vuonna 2001 MSI:n (Maharishi Sadasiva Isham) kirjoittamien kirjojen kautta. Koin kirjoissa jotakin, joka veti vahvasti puoleensa. Kirjat eivät tarjonneet jälleen uutta tapaa ajatella tietoisuudesta ja elämästä, vaan niissä oli kutsu kokea yksinkertaiset tekniikat, joiden avulla on mahdollista suunnata mieltä kaikkien ajatusten alkulähteelle ja alkaa kokea mielen syvempiä tasoja ja puhdasta läsnä olevaa tietoisuutta.

Luettuani kirjat päätin mennä Ensimmäisen Sfäärin kurssille, jossa on mahdollista oppia Ascensionin tekniikat ja miten



niitä voi käyttää. Yksi viikonloppu toi elämäni harjoituksen, joka on ollut mukana jokainen päivä sen jälkeen.

Ascension tarjoaa syvällisen ymmärryksen tietoisuuden laajentamisen perusteista, mutta samalla MSI tekee selväksi, että tietoisuutta ei voi laajentaa lukemal-

la kirjoja tai vain puhumalla tietoisuudesta. Tietoisuus laajenee sen suoran kokeamisen kautta. Tähän Ishayat ovat antaneet välineeksi tekniikat, joita kutsutaan Ascension Asenteiksi. Ne saavat voimansa Ylistyksen, Kiitollisuuden, Rakkauden ja Myötätunnon tunteista ja niiden rakenteeseen sisältyy sekä kehon että mielen luontaisen toimintatavan käyttäminen.

Helppous, yksinkertaisuus ja käytännöllisyys kuvaavat hyvin näitä mielelle tarkoitettuja tekniikoita. Niitä voi käyttää sekä silmät auki arkisessa elämässä että silmät kiinni meditatiivisessa harjoituksessa. Näin tämä harjoitus voi kulkea mukana koko ajan. Tämä oli itseeni syvästi vaikuttava asia heti alussa. Henkinen harjoitus, joka toimii ja jota voi käyttää koko ajan. Mitä muuta voisi vaatia?

Asiasta voi saada lisää tietoa www.ishayasworldwide.com sivuilta tai ottamalla yhteyttä nataraja@ishayas.net.



KOKEILE tehokasta ENERGIAHOITOA!

- Käsillä parantaminen ja kaukohoito.
- Hyviä tuloksia.
- Myös kotikäyntejä (miehellään 4-5 hlöä)

Reijo Väikkynen Orimattila
050 336 8425, ilt.
loistava.polku@suomi24.fi
www.parantavavoima.com



Hyvinvointi & koulutuskeskus
Terveyskeidas
Tampere



Jussara Korngold Suomessa syyskuussa.

Luennon aihe:

Miten keräämme pahaa tarkoittavia henkiä ympärillemme ja miten pääsemme niistä eroon, sekä miten saamme selville elämäntehtävämme.

26.9. Helsinki, Hämeentie 155 B 7 kerros.
27.9. Mietoinen, Leinakkalantie 45.
Kello 10.00 – 17.00, luennon hinta 65€.



Lisätietoja luennosta
www.casanystavat.fi/tapahtumat tai
info@casanystavat, 044 979 4303.

Tuki – ja liikuntaelinongelmien aiheuttaman kivun poistaminen ja elämänlaadun parantaminen.

Kouluttaudu Kalevalaiseksi Jäsenkorjaajaksi

Haluatko auttaa läheisiäsi vai
haluatko jopa uuden ammatin?

Nelivaiheinen peruskoulutus alkaa Turussa
Konsan Kartanossa 28.–29.11.2015

Opettajina: Kalevalainen jäsenkorjaaja/Mestari Marko Lahtinen
ja Kalevalainen jäsenkorjaaja Leena Mäki-Petäys

Lisätiedot ja ilmoittautumiset p. 050-3619676
Lisätieto www.kansanlaakintaseurafi