

## Sahaja Yoga'nın 50. Yıldönümü

### *Daha Güzel Bir Dünya İçin İçsel Dönüşüm Devrinin Ortaya Çıkması*

Hepimiz nereden geldik? Neden buradayız? Bu fani fiziksel bedenin, aklın ve zekanın ötesindeki gerçek doğamız nedir?

Çok eski zamanlardan beri, bu temel sorular gerçeği arayan pek çok kişi tarafından sıklıkla araştırılmıştır. Kitleler bu mühim bilgiden mahrum kalırken, bu mutlak gerçeği zorlu şekilde arayan sınırlı sayıda kişi aydınlanmaya ulaşabildi.

Zaman içerisinde beşeri medeniyet dışı dönük yönde gelişti. Bu modern zamanlarda dünyamız eğitim, bilim ve teknoloji, ekonomi ve yaşamsal tarzların tüm sınırlarında hayal edilemeyecek hızlarda ilerlemeye devam ederken, insanlığın çok uzun yıllar önce aradığı cevaplardan daha da uzaklaştık.

2020 yılı çok çalkantılı bir zaman içinde yaşadığımızı bize gösterdi. Öngörülmemiş küresel krizler, izolasyon ve belirsizlikler, kolektif bedenimizi ve akıl sağlığımızı çok şiddetli bir baskı altında bıraktı. Birçok kişi dünyamızın kalıcı olmayan, yanıtıcı doğasını ve sadece kendimize değil aynı zamanda tüm hemcinslerimize, küresel toplumlara sonsuz bir mutluluk, huzur ve neşe getiren, dünyanın ekolojisiyle uyum içinde yaşamamızı sağlayacak, hayatımızın gerçek özünü arama ihtiyacının farkına varmaya başladı.

Eski zamanlarda Bharat olarak da bilinen Hindistan, uzun çağlardan beri dünyadaki birçok medeniyeti ve ülkeleri etkileyen, şekillendiren ruhani bilgi ve kültüre eşsiz katkılarıyla, çok önemli bir rol oynadı. Modern dünya ne zaman varoluşsal bir krizle karşı karşıya kalsa, cevap ve çözümleri her zaman Hindistan'ın Vedalar, Upanişadlar, Bhagavat Gita'sında ve sayısız avatarın (enkarnasyonların), derin ruhani bilgelerin aydınlanmış bilgisinden oluşan ruhani bilgeliğin hazinesinde aramıştır. Hala, gerçek ruhani dönüşüme erişmek, gündelik yaşamdaki sıradan insanlar için yanıtıcı kalır. Bu fırsat (insanları), hızla büyüyen spiritüellik pazarından çıkar sağlamaya çalışan, hayatın tüm alanlarındaki köklü ve derin problemlere dokunamayacak, sadece yapışkan bant çözümü sunan birçok kişiye yöneltti.

Tarih, kriz durumlarında insan ırkımızın kaderini kamu yararına yönelik, daha hayırsever bir yola yönlendirmek için, her zaman en kalıcı cesareti, bilgeliği ve soğukkanlılığı bulduğunu göstermiştir. Böyle eşsiz bir keşif, küresel dönüşümde sessizce devrim yaratarak iç huzuru, uyum ve tam refah için gerçek bir çözüm sunar.

**“İNSAN neşe ve mutluluğun arayışında neşenin asıl kaynağı olan kendi özünden uzaklaşıyor. O kendisini çok sıkıcı ve çirkin buluyor çünkü kendi özünü bilmiyor. Kişi neşeyi para veya sahip olduklarında, güçte veya insanın sınırlı sevgisinde ve en sonunda yine dışarda olan dinde arıyor. Problem kişinin dikkatini içine nasıl döndürebileceğidir. Bizim farkındalığımız olan içsel varlık, enerjidir. Ben onu İlahi Sevgi'nin gücü olarak adlandırıyorum. Maddesel enerjinin tezahürüne ve tüm evrime İlahi Gücün yüce enerjisi öncülük etmiştir. Bu bilinmeyen enerjinin ne kadar güçlü ve özenli olduğunu biz bilmiyoruz. Farkındalığın sessizce çalışması çok otomatik, dakik, dinamik ve değerlidir, fakat kıymetini bilmiyoruz. Aydınlanma sonrasında bu enerji bizde sessizce titreşen vibrasyonların varlığımız üzerinden akması şeklinde tezahür eder. Fakat biz aydınlanmamızı alacak durumda değildik, çünkü biz şekli olmayan bir varlığa (soyut varlık) dikkatimizi koyamıyoruz. Onun yerine dikkatimiz dışardaki formlarda kayboluyor. Şimdi İlahi Güç'e bağlanmanın yolu var – Sahaja Yoga”** Shri Mataji Nirmala Devi, 1979

Tam olarak 50 yıl önce, 5 Mayıs 1970'te, Shri Mataji Nirmala Devi insanlık için, Sanskritçe'de “Kundalini” olarak adlandırılan, annesel ve geliştirici ruhani enerjilerinin kendiliğinden uyanışı ile kendi gerçek potansiyellerine erişebilecekleri benzersiz bir metot geliştirdi. İnsan farkındalığında hareketsiz bir durumda bulunan bu ruhsal enerji beden, zihin ve egomuzun ötesinde bir sessizlik ('nirvichaar samaadhi' veya 'düşüncesiz farkındalık' olarak bilinir) ve gerçek meditasyon (çok eski meditasyon uygulayıcıları arasında farkındalığın doğal konumu olarak da adlandırılan dhyaansamaadhi) konumu oluşturur, sınırlı insan bilincimizin tam bir dönüşümü için anahtar potansiyeli taşır ve bizi sonsuz benliğimizin gerçek doğasına bağlar. Bu bağlantıya, bu 'Yoga'ya (içsel ebedi özümüz ile birleşme) kendiliğinden 'Sahaja' yolla ulaşılır. Bu gerçekleşme içimizde yaşanınca biz kendi 'Aydınlanma'mızı almış oluruz. Bundan dolayı Shri Mataji bu yöntemi Sahaja Yoga (kendiliğinden kendi özümüzle birleşme) olarak adlandırmıştır.

Sahaja Yoga metodu ile, dünya çapında binlerce kişi düşüncesiz farkındalıkla erişilen meditasyon konumunun keyfini yaşadı ve onlar yaşamlarının nasıl dönüştüğünü gördüler. Kundalini'nin uyanışıyla, sübtıl ruhani enerji merkezlerimizdeki (Sanskritçe'de çakralar olarak bilinir) tıkanıklıklar ortadan kalkar ve stresten arınmış ve şu andan keyif duyacak bir şekilde yaşarız. Bu konum mutlak gerçeklik, bilinçlilik ve neşenin tam olarak idraki ve tezahürüdür.

Özel bir gün olan bu 5 Mayıs 2020 yılında, tüm dünyadan Sahaja Yoga uygulayan kişiler (Shri Mataji'nin Sahaja Yogiler olarak sevgiyle hitap ettiği) Shri Mataji Nirmala Devi'nin insanoğluna bu armağanını ve eşsiz buluşunu kutlarlar. Kendisi tüm yaşamını, bu ruhsal deneyimi ve bilgiyi isteyen herkesle tamamen ücretsiz olarak paylaşmaya adadı, çünkü Aydınlanma yoluyla gerçek potansiyeline ulaşmanın her insanın doğuştan hakkı olduğuna inanıyordu. İnsanlığın doğuştan gelen ebedi varlığının gerçek gücüne erişmesini sağlayarak insanlığı özgürleştirmek için yorulmadan Hindistan'ın ücra köylerine ve dünya çapındaki birçok ülkeye ve şehre seyahat etti. Sahaja Yoga aracılığıyla gerçekleşen bu eşsiz aydınlanma deneyimi, sayısız insana, fiziksel, duygusal ve ruhsal varlıklarında tam bir denge vererek, daha yüksek bir bilinç durumunu getirmiştir. Sahaja Yoga uygulayıcıları aynı zamanda kolektif ruhani farkındalığın (ünlü İsviçreli psikolog CG Jung'un "kolektif bilinç" olarak adlandırdığı) daha yüksek bir halini ve barış, ahlak ve kardeşlik ilkeleriyle gerçek bir bağlantıyı deneyimlerler.

Hepimiz, toplum olarak, dünya vatandaşları olarak, insanoğlu ailesi olarak, Sahaja Yoga meditasyon yoluyla gerçek benliğimizle bağlantıya geçerek, karmaşa ve korkuların üstesinden gelebiliriz.

Dünya Sahaja Yogileri olarak Shri Mataji Nirmala Devi'ye insanoğluna bu değerli hediye verdiği için teşekkür ediyor ve herkesi bu eşsiz Yoga'yı evlerinde konforlu bir şekilde, aşağıdaki linki takip ederek deneyimlemeye davet ediyoruz – <http://www.sahajayoga.com.tr/aydinlanma-alin/>

Sahaja Yoga'nın toplumumuza küresel içsel dönüşümü ve gerçek barışı nasıl getirebileceğiyle ilgili daha fazla bilgi edinmek için lütfen aşağıdaki web sitelerini ziyaret ediniz.