



Από τον Πόνο στην Ευδαιμονία

ΕΚΛΟΣΗ 1

Του Παραμαχάμσα Νιτνανάντα





Από τον πόνο στην ευδαιμονία

Εκδόθηκε από το Πανεπιστήμιο Nithyananda Hindu της KAILASA |

Copyright © 2021

Ανατύπωση: 2021

Ebook ISBN : 979-8-88572-712-9

Πανεπιστήμιο Nithyananda Hindu

9720 Central Avenue, Montclair, CA 91763 ΗΠΑ

www.nithyanandahinduuniversity.org

ΑΠΟΠΟΙΗΣΗ ΕΥΘΥΝΗΣ

Όλα τα δικαιώματα διατηρούνται. Κανένα μέρος αυτής της έκδοσης δεν μπορεί να αναπαραχθεί ή να αποθηκευτεί σε σύστημα ανάκτησης ή να μεταδοθεί με οποιαδήποτε μορφή ή μέσο - ηλεκτρονικό, μηχανικό, φωτοτυπικό, ηχογράφησης ή άλλο, χωρίς την έγγραφη άδεια του εκδότη.

Όλες οι τεχνικές διαλογισμού, οι πρακτικές και οι διαδικασίες που περιγράφονται ή συνιστώνται σε αυτό το βιβλίο, είναι κατάλληλες για εξάσκηση μόνο υπό την άμεση επίβλεψη ενός εκπαιδευτή, εκπαιδευμένου και χειροτονημένου από τον Ανώτατο Ποντίφικα της Θείας Αγιότητάς του Bhagavan Nithyananda Paramashivam. Επιπλέον, θα πρέπει να συμβουλευτείτε τον προσωπικό σας γιατρό για να διαπιστώσετε αν αυτές οι τεχνικές, πρακτικές είναι κατάλληλες για εσάς σε σχέση με τη δική σας υγεία και

ικανότητα. Αυτή η δημοσίευση δεν προορίζεται να υποκαταστήσει οποιαδήποτε προσωπική ιατρική φροντίδα, εξέταση ή θεραπεία. Εάν κάποιος ασχοληθεί με οποιαδήποτε από τις τεχνικές, πρακτικές που περιγράφονται ή συνιστώνται σε αυτό το βιβλίο, θα το κάνει με δική του/της ευθύνη. Οι συγγραφείς και ο εκδότης συμβουλεύουν τους αναγνώστες να αναλάβουν την πλήρη ευθύνη για την υγεία τους και να γνωρίζουν τα όριά τους.

Οι αναγνώστες κατανοούν ότι όλες οι ευλογίες, οι οδηγίες, οι μήσεις, οι διδασκαλίες και οι υποδείξεις που γίνονται στο πλαίσιο οποιουδήποτε προγράμματος/τεχνικής που περιγράφεται στο βιβλίο είναι καθαρά πνευματικής φύσεως και δεν προορίζονται να αποτελέσουν κανενός είδους εγγύηση ή οριστική δήλωση για το παρελθόν, το παρόν ή το μέλλον ή κανενός είδους ιατρική συμβουλή, σωματική ή ψυχική. Οι αναγνώστες κατανοούν ότι ο συγγραφέας, ο εκδότης, οι συν-συνεργάτες με οποιοδήποτε ή όλα τα προγράμματα/τεχνικές, οδηγίες, μήσεις, διδασκαλίες που περιγράφονται στο βιβλίο δεν προβάλλουν καμία αξίωση, υπόσχεση ή εγγύηση σχετικά με το ατομικό ή ομαδικό

αποτέλεσμα οποιουδήποτε ή όλων των προγραμμάτων/τεχνικών που περιγράφονται στο βιβλίο.

ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟΝ ΣΥΓΓΡΑΦΕΑ

To SPH Nithyananda Paramashivam

Ο Ανώτατος Ποντίφικας του Ινδουισμού ("SPH") Nithyananda Paramashivam, αναγνωρίζεται ως η 1008η ζωντανή εκδήλωση του Paramashiva, Paramavatar του Paramasiva σύμφωνα με το Sanatana Hindu Dharma ("Ινδουισμός") και από τους προκατόχους Του φωτισμένους δασκάλους και adepts.

Ο Ανώτατος Ποντίφικας του Ινδουισμού ("SPH") Nithyananda Paramashivam, αναβιώνει τον Ινδουισμό ως ο 1008ος Acharya Mahamandaleshwar (επικεφαλής για όλους τους πνευματικούς ηγέτες) του Atal Akhada (αρχαίο κορυφαίο σώμα του Ινδουισμού), στέφθηκε ως Mahamandaleshwar (ανώτατος πνευματικός επικεφαλής) της Maha Nirvani Akhada (το μεγαλύτερο μοναστικό τάγμα κορυφής) και ο νεότερος Mahamandaleshwar, χειροτονήθηκε ως ο 233ος Guru

Mahasannidhanam (Ποντίφικας) του Thondai Mandala Aadheenam, χειροτονήθηκε ως ο 293ος Guru Mahasannidhanam (Ποντίφικας) του Shyamalapeeta Sarvajnapheetam, χειροτονήθηκε ως ο 23ος Guru Mahasannidhanam του Dharmamukthi Swargarapuram Aadheenam, και στέφθηκε ως ο 203ος αυτοκράτορας του Suryavamsa Surangi Ο SPH Nithyananda Paramashivam είναι ο βασιλεύων πνευματικός αυτοκράτορας 20 αρχαίων παραδοσιακών ινδουιστικών βασιλείων και ο αναβιωτής του πιο αρχαίου, πιο ειρηνικού, ακόμα ζωντανού και μακροχρόνιου αποδεδειγμένου συστήματος που δείχνει τη δυνατότητα ειρηνικής συνύπαρξης μεταξύ των ανθρώπων.

Μετά τη στέψη για την καθιέρωση της KAILASA παγκοσμίως σε ηλικία 16 ετών, τα τελευταία 27 χρόνια, το SPH Nithyananda Paramashivam, ως το πρόσωπο των ενωμένων Ινδουιστών, εμπνέει μόνος του, ακούραστα και ακούραστα τους αποστεωμένους Ινδουιστές της διασποράς να διεκδικήσουν την Ινδουιστοκεντρική τους ελευθερία και να σταθούν ενωμένοι για την προ αιώνων γενοκτονία των Ινδουιστών. Η 1008η ζωντανή εκδήλωση του Παραμασίβα, το SPH Nithyananda Paramashivam στέκεται ως η

ενοποιητική δύναμη για τα 2 δισεκατομμύρια γεννημένων και ασκουμένων Ινδουιστών της διασποράς παγκοσμίως και ίδρυσε το Ινδουιστικό Κράτος, KAILASA για τους διωκόμενους Ινδουιστές σε πάνω από 100 χώρες.

Ο Ανώτατος Ποντίφικας του Ινδουισμού ("SPH")

Nithyananda Paramashivam, έχει καταβάλει αποφασιστικές προσπάθειες για την αναγνώριση και νομιμοποίηση της γενοκτονίας των Ινδουιστών, η οποία έχει λάβει ελάχιστη προσοχή από τους παγκόσμιους ηγέτες και τους διεθνείς οργανισμούς, Ο SPH Nithyananda Paramashivam ίδρυσε το KAILASA Uniting Nations.

KAILASA

Το Αρχαίο Ινδουιστικό Πεφωτισμένο Πολιτιστικό Έθνος

Ο Ινδουισμός είναι το πιο αρχαίο, πιο ειρηνικό, ακόμα ζωντανό και μακροχρόνιο αποδεδειγμένο σύστημα που δείχνει τη δυνατότητα ειρηνικής συνύπαρξης μεταξύ των ανθρώπων παρά τις θεμελιώδεις διαφορές στις προτιμήσεις και τις πραγματικότητές τους. Τα τελευταία 50 χρόνια, τα αποτελέσματα του διαλογισμού και η σημαντική επίδρασή του στο άγχος, στα ποσοστά εγκληματικότητας, στη βία, στη λήψη πολιτικών αποφάσεων, ακόμη και στον πόλεμο στην τοπική και παγκόσμια συνείδηση είναι καλά τεκμηριωμένα.

Δυστυχώς τα τελευταία διακόσια χρόνια, μας κάνουν με τη βία να πιστεύουμε ότι ο Ινδουισμός είναι λειτουργική αρχή μόνο για τη διαφώτιση και την πνευματικότητα. Είναι απολύτως δυσλειτουργικός για το πολιτικό, κοινωνικό, οικονομικό σύστημα. Η δυσλειτουργία της ινδουιστικής οικογενειακής δομής, της ινδουιστικής κοινωνικής δομής είναι το μεγαλύτερο έγκλημα κατά της ανθρωπότητας.

Ο Ινδουισμός κάποτε ασκούσαν ελεύθερα σε περισσότερα από 56 έθνη σε όλη την ήπειρο, από το Αφγανιστάν, την Ινδία, το Νεπάλ, τη Βιρμανία, τη Σρι Λάνκα, μέχρι τη Σιγκαπούρη, τη Μαλαισία, την Καμπότζη και την Ινδονησία, και σε 200 πολιτείες, 1700 σαμαστάνες (επαρχίες) και 10.000σαμπραντάγια (παραδόσεις).

Επί αρκετούς αιώνες οι συνδυασμένες δυνάμεις της ξένης εισβολής, των πολιτικών αναταραχών, της αποικιοκρατίας και των θρησκευτικών διώξεων έβαλαν συστηματικά τέλος στις χιλιετίες της ινδουιστικής Swarajya ή αυτοκυριαρχίας. Σήμερα ινδουιστικοί ναοί παραμένουν σε λίγες χώρες, αλλά οι ινδουιστές που λατρεύονταν σε αυτούς έχουν εκκαθαριστεί εθνοτικά. Η KAILASA με de facto πνευματικές πρεσβείες που λειτουργούν σε περισσότερες από 100 χώρες και με παρουσία σε όλο τον κόσμο ως η μεγαλύτερη πηγή πνευματικής γνώσης για τον Ινδουισμό, κυβερνάται πνευματικά με τις θετικές για τη ζωή, καθολικές πολιτικές που προέρχονται από τον Ινδουισμό και αναβίωσαν από το SPH Nithyananda Paramashivam. Έχοντας εμπλουτίσει και προσεγγίσει περισσότερα από ένα δισεκατομμύριο

άτομα τα τελευταία 27 χρόνια, η KAILASA υψώνει τη φωνή της για να προστατεύσει τους Ινδουιστές, να υπερασπιστεί τους Ινδουιστές και να διατηρήσει την Ινδουιστική αφήγηση για τον κόσμο.

Το πιο τρομακτικό πράγμα στον κόσμο είναι ο Πόνος.

Όλα τα έμβια όντα φοβούνται ένα πράγμα, και αυτό είναι ο πόνος. Αν κοιτάξετε βαθιά, θα διαπιστώσετε ότι οι άνθρωποι δεν φοβούνται τόσο τον θάνατο όσο φοβούνται τον πόνο και την αγωνία που θα πρέπει να υποστούν την ώρα του θανάτου.

Πολλοί φοβούνται τη φτώχεια, κάποιοι τις σχέσεις, άλλοι φοβούνται τις ασθένειες - αλλά η βασική αιτία όλων αυτών των φόβων είναι ο Πόνος. Όλοι οι φόβοι του ανθρώπου καταλήγουν στο φόβο του πόνου. Και αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο οι άνθρωποι μπορούν να υπομείνουν ακόμη και

*μια σοβαρή ασθένεια που δεν προκαλεί πόνο -
αλλά σπάνια μπορούν να αγνοήσουν έναν απλό
πονοκέφαλο!*





*Τι
είναι
ο
πόνος
;*



Ας εξερευνήσουμε το θέμα σε βάθος. Ο πόνος μπορεί να είναι σωματικός, ψυχικός ή συναισθηματικός.

Ο σωματικός πόνος είναι το λιγότερο που μας απασχολεί! Είναι, κατά κάποιο τρόπο, μια βασική ανάγκη για το σώμα. Φανταστείτε, αν δεν αισθανόμασταν καθόλου πόνο, ίσως να αρχίζαμε να φτιάχνουμε τα πρόσωπα και τα άκρα μας με τον ίδιο τρόπο που φτιάχνουμε τα μαλλιά μας!

Σίγουρα σε αυτό η νεολαία θα μας ξεπερνούσε κατά πολύ! Αλλά πέρα από την πλάκα, ο πόνος είναι το σύμβολο της σωματικής σοφίας. Ο πόνος είναι αυτό που μας κάνει ακέραιους ως ανθρώπους. Σε αντίθεση με ό,τι πιστεύουμε, οι περισσότεροι από εμάς δεν "ζούμε" με ολόκληρο το σώμα μας. "Ζούμε" μόνο στο ανώτερο μέρος, παραμελώντας τα κατώτερο. Για να με καταλάβετε καλύτερα, δοκιμάστε το εξής: κλείστε τα μάτια σας και φανταστείτε τον εαυτό σας, το όν σας.

Ποιο μέρος του σώματός σας επικαλείται στη μνήμη σας; Σίγουρα θα είναι το πρόσωπό σας και τα άνω άκρα σας, και όχι το κάτω μέρος του σώματός σας. Αυτό μας δείχνει πως δεν είμαστε πλήρως ζωντανό σε κάθε κύτταρο και σε κάθε άκρο. Ακόμα και μέσα στο μυαλό μας, κάνουμε αυτή τη διάκριση. Τα άνω άκρα είναι τα αφεντικά, τα κάτω οι υπηρέτες. Όταν δημιουργείτε αυτόν τον διαχωρισμό, ακόμη και εν αγνοία σας, η ενέργεια ή η ζωτική σας δύναμη διοχετεύεται μόνο σε εκείνα τα μέρη του σώματος σας, πάνω στα οποία εστιάζετε. Απλά αγγίξτε το μάγουλό σας. Δεν το νιώθετε πως είναι ευαίσθητο, ζωντανό; Τώρα αγγίξτε το πόδι σας.

Αισθάνεστε το ίδιο; Παρατηρήστε ότι δεν είστε τόσο ζωντανοί στο πόδι σας όσο στο μάγουλό σας. Γιατί συμβαίνει αυτό; Αν και μπορεί να σας φανεί δύσκολο να το πιστέψετε, οφείλεται στην έλλειψη της προσοχής σας σε αυτό το σημείο.

Σε συναισθηματικό και νοητικό επίπεδο, οπόνος είναι συνήθως αποτέλεσμα κάποιας μορφής κρίσης. Οπόνος γεννιέται πάντα, ΠΑΝΤΑ, από την αντίσταση που φέρουμε στην παρούσα στιγμή.

Σ υ γ κ ε κ ρ ι μ έ ν α κάθε φορά που βιώνετε πόνο, αυτό αφήνει πίσω του

υπολείμματα που κατακάθονται στο σώμα. Με την πάροδο του χρόνου, αυτός ο συσσωρευμένος πόνος δημιουργεί ένα αρνητικό ενεργειακό πεδίο γύρω σας, το οποίο το ονομάζουμε ως το **‘Σώμα του Πόνου’**. Το Σώμα του Πόνου είναι υπεύθυνο για τα περισσότερα από τα πρότυπα του πόνου στην ζωή μας.

Οι έρευνες μας αποκαλύπτουν ότι η συναισθηματική ανισορροπία μπορεί να φέρει σοβαρές διαταραχές στο σώμα. Για παράδειγμα, η σεξουαλική καταπίεση μπορεί να οδηγήσει σε πόνο στην πλάτη, ή η αίσθηση ότι επωμίζεσαι πολλές ευθύνες μπορεί να προκαλέσει πόνο στον ώμο. π .χ. σε ένα γεμάτο λεωφορείο μπορεί να είστε γεμάτοι με ανθρώπους όλων των ειδών. Αλλά το όν σας δεν θα τους αγγίξει - ο νους σας, η συνειδησή σας δεν θα σας το επιτρέψει

αυτό. Έτσι, η ύπαρξή σας θα συρρικνώνεται όλο και περισσότερο
αντί να επεκτείνεται. Αυτό είναι το πρόβλημα..

Μια μικρή ιστορία:

Στην Καλκούτα υπήρχαν δύο μικρά άσραμ, οι πρόεδροι των οποίων δεν είχαν καλές σχέσεις μεταξύ τους. Μια μέρα ένα άτομο εξουσίας έφτασε σε ένα από αυτά τα δύο άσραμ και προσκάλεσε τον πρόεδρο να επισκεφθεί μαζί του το άλλο άσραμ. Ο πρόεδρος βρέθηκε να αγωνιά - ούτε μπορούσε να αρνηθεί, ούτε ήθελε και να πάει. Ξαφνικά ο πρόεδρος του ενός από τα άσραμ άρχισε να αισθάνεται υψηλό πυρετό, κάτι που τελικά τον εμπόδισε να επισκεφτεί το άλλο άσραμ! Το είδα αυτό με τα ίδια μου τα μάτια. Μόλις έφυγε αυτό το άτομο εξουσίας, η θερμοκρασία στο σώμα του επανήλθε και πάλι στο φυσιολογικό της. Όλοι μας δεν έχουμε βιώσει το "Monday Morning Blues". Ακόμη και τα παιδιά εμφανίζουν σωματικά συμπτώματα ασθένειας όταν αναγκάζονται να κάνουν κάτι που δεν θέλουν. Αυτού του είδους η ασθένεια προκαλείται απλά από την μη-Ανεμελιά, όταν δηλαδή το μυαλό και το σώμα, μας τραβούν προς αντίθετες κατευθύνσεις. Έτσι καταλήγετε να μην αισθάνεσθε άνετα με τον εαυτό σας - αυτή η

δυσφορία είναι αυτό που ονομάζεται Ασθένεια.

Τις προάλλες, ένας όμορφος νεαρός που ανήκε σε μια ορθόδοξη ινδουιστική οικογένεια ήρθε στο θεραπευτικό μας κέντρο. Το παράπονό του ήταν - η ξαφνική τύφλωση! Οι γονείς του άρχισαν να κλαίνε και μου είπαν ενώ ότι το αγόρι ήταν σε άριστη υγεία ξαφνικά είχε τεφλωθεί μόλις πριν από μια εβδομάδα. Όλες οι ιατρικές εξετάσεις έδειχναν ό τ ι ε ί χ ε τέλεια όραση - αλλά δεν μπορούσε να δει!

Αφού εξέτασα την ενέργειά του, τους ζήτησα να μου δώσουν λίγα λεπτά να μιλήσω ιδιωτικά μαζί του. Μόλις του επιτράπηκε να μου μιλήσει ιδιαιτέρως, το αγόρι μου είπε όλα. Είπε ότι ήταν βαθιά ερωτευμένος με μια κοπέλα, αλλά είχε αναγκαστεί από τους γονείς του να σταματήσει να τη βλέπει. Αμέσως κατάλαβα τη βασική αιτία του προβλήματος. Ζήτησα από το αγόρι να προμηθευτεί μια φωτογραφία του κοριτσιού και να περάσει τις επόμενες

τρεις ημέρες διαλογιζόμενος πάνω της συνεχώς. Οι γονείς του έμειναν έκπληκτοι από αυτή την αντισυμβατική λύση, και μάλιστα από έναν πνευματικό άνθρωπο! Όμως η τεχνική λειτούργησε, διότι σε 3 ημέρες ο νεαρός αυτός ανέκτησε τέλεια την όρασή του.

—
*Γιατί
συνέβη
αυτό;*
—

Όταν το αγόρι αναγκάστηκε να μην δει αυτό που ήθελε περισσότερο να από όλα να δει, η συνείδησή του αποφάσισε τότε αυτός να μην μ π ο ρ ε ί ν α δει τίποτα απολύτως. Η τύφλωσή του ήταν ψυχολογική. Τι τρομερή δύναμη έχει το μυαλό πάνω στις αισθήσεις! Όνους είναι τα πάντα.

Στο *Bhagavatha Purana* αναφέρεται: Ο Κρίσνα και η Ράντα γεννήθηκαν μέσα σε λίγα λεπτά ο ένας από τον άλλον. Η Ράντα ήταν ένα φυσιολογικό μωρό από κάθε άποψη - εκτός από το ότι δεν άνοιγε τα μάτια της. Λίγες μέρες αργότερα, η μητέρα της Ράντα επισκέφθηκε το σπίτι του Κρίσνα για να δει τον Κρίσνα που ήταν τότε ένα μωρό ακόμα. Πήρε μαζί της τη νεογέννητη κόρη της. Τη στιγμή που η Ράντα μπήκε στον χώρο που του Κρίσνα, αμέσως άνοιξε τα μάτια της και είδε τον Κρίσνα να βρίσκεται μπροστά της. Αργότερα στη ζωή της, όταν την ρώτησε ένας φίλος, η Ράντα είπε ‘Τι άλλο υπήρχε για μένα να δώ; Ήταν εξαιτίας του Κρίσνα που αποφάσισα να γεννηθώ.

Έτσι περίμενα μέχρι να εισέλθω στην παρουσία του για να ανοίξω τα μάτια μου". Αυτό μπορεί όντως να είναι ένα παραμύθι, αλλά καταδεικνύει την τεράστια δύναμη του νου πάνω στο σώμα.

Στην πραγματικότητα, θα μπορούσαμε να πούμε ότι ο Πόνος είναι ένα γράμμα-μία αίτηση από το σώμα προς το μυαλό, το οποίο λέει: "Σε παρακαλώ, δώσε μου λίγη προσοχή!" ***Επειδή η προσοχή σας είναι η ενέργειά σας.*** Όπου κατευθύνετε την προσοχή σας, εκεί κατευθύνεται και η ενέργειά σας, και προς αυτή την κατεύθυνση αναπτύσσετε.

Δεν θα το

Είναι πολλοί λίγοι οι άνθρωποι αυτοί που θα πιστέψουν εάν κάποιος τους πεί πως όλοι οι πόνοι τους είναι κάτι που οι ίδιοι έχουν προσκαλέσει στον εαυτό τους, ως σαν να ήταν επίτιμοι καλεσμένοι.

Μια μικρή ιστορία:

Ο Nitti Mudaliar μπήκε σε ένα εστιατόριο και άρχισε Ωστόσο, αυτό αληθεύει.

α παραγγέλνει μια τεράστια ποσότητα τροφίμων. Πιάτα με *achisatidis*, *dosas* και *jalebis* έφτασαν στο τραπέζι του. Έφαγε με ευχαρίστηση. Μετά από ένα πλούσιο γεύμα, ο Nitti έκανε τελικά νόημα στον σερβιτόρο να σταματήσει να φέρνει το φαγητό. Ο σερβιτόρος επέστρεψε με ένα μικρό λευκό χαρτάκι. "Τι είναι αυτό;" ρώτησε ο Nitti, κοιτάζοντας αθώα το χαρτονόμισμα. "Γιατί μου το έφερε αυτό; Δεν είχα

παραγγείλει κάτι τέτοιο!"

Με τον ίδιο τρόπο, προσκαλούμε κι εμείς τον πόνο και την ασθένεια στον εαυτό μας με τις υπερβολικές μας συνήθειες και τον αγχωτικό τρόπο ζωής μας - και στη συνέχεια τα ξεχνάμε όλα και παραπονιόμαστε αργότερα, όταν η ασθένεια έρχεται ως το αυτού του τρόπου.

Μερικές φορές, απολαμβάνουμε ακόμη και την ασθένεια, αν και κανείς δεν το παραδέχεται αυτό! Όπως ένα όργανο, το οποίο αναζητώντας την προσοχή σας, αναπτύσσει μια ασθένεια, έτσι και εσείς αρρωσταίνετε για να τραβήξετε την προσοχή των άλλων.

Αυτό δεν είναι καθόλου περίεργο, διότι στους έντονους ρυθμούς της σημερινής ζωής, ποιος έχει το χρόνο να δώσει προσοχή σε κάποιον άλλο, εκτός αν αρρωστήσει ;

Η προσοχή είναι μια τόσο βασική ανάγκη! Η επιστήμη της ψυχολογίας έχει αποδείξει πως κανονικά ένας άνθρωπος μπορεί να μείνει ζωντανός χωρίς τροφή για έως και 90 ημέρες, αλλά χωρίς την προσοχή των άλλων μπορεί να χάσει τα λογικά του σε μόλις 14 ημέρες. Επειδή η προσοχή είναι ενέργεια, είναι μια δύναμη ζωής. Αν και δεν το συνειδητοποιούμε, η επιθυμία για προσοχή είναι τόσο μεγάλη που για να την αποκτήσουμε δημιουργούμε τη δική μας δεξαμενή χαμηλής ενέργειας και μπορούμε για χάρη της, ευχαρίστως να υποφέρουμε από τα πάντα, από το κρύο μέχρι και τον καρκίνο.

Σε μια σχέση, συχνά γίνεται να παρατηρήσουμε ότι και αμφοτέρα τα μέρη ικετεύουν για την προσοχή του άλλου. Γίνεται δύο ζητιάνοι μπορούν να έχουν μια θετική και ικανοποιητική σχέση; Για να απελευθερωθείτε πραγματικά από τις ασθένειες, σταματήστε να ζητιανεύετε για προσοχή.

Πρόκειται για ενός είδους λεπτεπίλεπτης ψυχολογικής επαιτείας, η οποία συμβαίνειχωρίς την πλήρη επίγνωσή μας και η οποία είναι τελικά πολύ πιο επιζήμια από την κυριολεκτική επαιτεία.

Η ζωή μας διδάσκει πολλά πράγματα. Το να τα κατανοήσουμε είναι δική μας ευθύνη. Αλλά ζούμε σε μια συνεχή κατάσταση υπνηλίας, χωρίς να έχουμε αληθινή επίγνωση του τι προσκαλούμε προς τον εαυτό μας.


Επιτρέψτε μου να σας το καταδείξω με μια μικρή ιστορία:

Ένας μηχανικός που εργαζόταν σε μια μεγάλη εταιρεία έφερνε το ίδιο πιάτο για μεσημεριανό γεύμα κάθε μέρα. Κάθε μέρα παραπονιόταν για το πόσο πολύ μισούσε το συγκεκριμένο πιάτο και οι συμπονετικοί φίλοι του μοιράζονταν το γεύμα τους μαζί του. Οι φίλοι του, που λυπήθηκαν τη δυσχερή θέση του άνδρα, τον συμβούλεψαν τελικά: "Γιατί δεν ζητάς από τη γυναίκα σου να μαγειρέψει κάτι που σου αρέσει, για αλλαγή; Πώς γίνεται να μην γνωρίζει ότι μισείς αυτό το πιάτο;".

"Ποια σύζυγος;", απάντησε έκπληκτος ο άνδρας. "Είμαι εργένης.

Μαγειρεύω μόνος μου το μεσημεριανό μου!"

Αυτό μπορεί να ακούγεται αστείο, αλλά είναι αλήθεια: ζούμε τη ζωή μας με τον ίδιο τρόπο. Μέσω της έλλειψης επίγνωσής μας, πρώτα προσκαλούμε τον πόνο στον εαυτό μας και μετά παραπονιόμαστε γι' αυτόν και καταφεύγουμε σε παυσίπονα. Και το πραγματικά ντροπιαστικό είναι ότι δεν μας πειράζει καν εάν προσβαλλόμαστε από την ίδια ασθένεια ξανά και ξανά - επειδή δεν αντιλαμβανόμαστε τον εαυτό μας ως τη βασική αιτία του προβλήματος. Ρίχνουμε την ευθύνη για τον πόνο μας στους άλλους, αλλά ποτέ στον εαυτό μας.


*Ποια είναι η
θεραπεία για
τον πόνο;*

Εάν αντιλαμβανόμαστε τον πόνο ως
ηαπουσία της προσοχής σας, τότε το
φάρμακο πρέπει να είναι η *ίδια παρουσία σας*.



Υπάρχει μια απλή και όμορφη τεχνική αυτό-ίασης η οποία μέσω του διαλογισμού διοχετεύει την "παρουσία" σας στο άρρωστο κομμάτι σας. Εσείς μπορείτε να την δοκιμάσετε αυτή, την επόμενη φορά που θα νιώσετε πόνο (π.χ. πόνο στα πόδια). Είναι σίγουρα μια καλύτερη επιλογή από αυτή των παυσίπονων, των οποίων οι παρενέργειες αποδεικνύονται μερικές φορές χειρότερες από το αρχικό σας παράπονο! Ο διαλογισμός: Ξαπλώστε σε ένα σκοτεινό δωμάτιο. Προσπαθήστε συνειδητά να ξεχάσετε ολόκληρο το σώμα σας, εστιάζοντας μόνο στο άκρο/σημείο που σας προκαλεί τον πόνο. Καθώς βιώνετε το επώδυνο άκρο σας, αφήστε σκόπιμα τη λέξη "πόνος" να φύγει από το μυαλό σας. Η νοητική σας φλυαρία θα συνεχίσει να σας λέει ότι αισθάνεστε πόνο. Απενεργοποιήστε την. Νιώστε τον βαθιά, βιώστε τον με το μυαλό ανοιχτό. Κοιτάξτε τι συμβαίνει μέσα στο μυαλό σας. Σύντομα θα δείτε ότι το μυαλό σας απλώς υπερβάλλει για τον πόνο. Βάλτε όλη την επίγνωσή σας στο κέντρο του πόνου και

σύντομα θα αυτός συρρικνωθεί και σε μια μικροσκοπική κουκίδα πόνου. Συγκεντρωθείτε εντελώς σε αυτό το σημείο και θα ανακαλύψετε σε μια ξαφνική στιγμή ότι ο πόνος έχει εξαφανιστεί και στη θέση του υπάρχει μια ευχαρίστηση, μια ευδαιμονία. Επειδή η ρίζα του πόνου και της ευχαρίστησης είναι η ίδια, είναι η ίδια αίσθηση με δύο διαφορετικά ονόματα. Αν ποτέ λάβατε ένα καλό μασάζ από έναν φίλο ή έναν επαγγελματία, θα μπορούσατε να δείτε ότι το ίδιο ακριβώς μασάζ θα σας φαινόταν σαν σωματική βία αν το λαμβάνατε από τα χέρια ενός αγνώστου!

Αν προσπαθήσετε να κατανοήσετε την αλήθεια της εμπειρίας σας, θα διαπιστώσετε ότι ο "πόνος" δεν υπάρχει καθόλου. Ο πόνος έχει μόνο μια αρνητική ύπαρξη. Όπως το σκοτάδι, δεν είναι παρά μόνο μια απουσία - η απουσία της επίγνωσης. Όπως το σκοτάδι εξαφανίζεται από μόνο του όταν το φως μπαίνει μέσα σε ένα δωμάτιο, έτσι και ο πόνος διαλύεται αυτόματα όταν η ενέργεια της επίγνωσης σας εστιάζεται πάνω του. Κάθε είδος πόνου μπορεί να υπερνικηθεί με αυτόν τον διαλογισμό. Σας προσκαλώ να το βιώσετε μόνοι σας, να διοχετεύσετε τον πόνο σας στο διαλογισμό

και να τον χρησιμοποιήσετε ως εργαλείο για να εισέλθετε στην ύπαρξή σας. Θα διαπιστώσετε ότι ο Πόνος είναι μια πόρτα προς την ευχαρίστηση (*Ανάντα*).



Μια σύντομη ιστορία:

***Ο
πόνος
μπορεί
να είναι
ένα
πολύτιμο
μάθημα
!***



Δύο άνδρες, ο ένας ένας *γκνάνι* (φωτισμένος άνθρωπος) και ο άλλος ένας υπερόπτης γαιοκτήμονας, ταξίδευαν μέσα σε ένα δάσος στο σκοτάδι. Ξαφνικά μια αστραπή έλαμψε στον ουρανό. Αυτό έκανε τον γαιοκτήμονα να τρέμει από το φόβο μια επικείμενης καταιγίδας. Από την άλλη πλευρά, ο *gnani* χρησιμοποίησε τη στιγμή για να ρίξει μια καλύτερη ματιά στο δρόμο μπροστά του και να βεβαιωθεί ότι ταξιδεύει προς τη σωστή κατεύθυνση.

Ο πόνος είναι σαν μια αστραπή. Το αν θα χρησιμοποιήσετε αυτόν τον πόνο ή θα σας χρησιμοποιήσει, εξαρτάται από εσάς. Αν τον πόνου και έτσι μόνο εσείς μπορείτε να είστε η λύση.

χρησιμοποιήσετε για να κοιτάξετε μέσα στην ύπαρξή σας, θα συνειδητοποιήσετε ότι εσείς είστε η αιτία του. Όταν παρατηρήσετε βαθιά τον πόνο σας, μια αθωότητα θα ανοίξει μέσα σας. Για πρώτη φορά, θα συνειδητοποιήσετε ότι δεν είστε το σώμα. Κανένας πόνος δεν μπορεί να αγγίξει τον *πραγματικό* Εαυτό σας. Μόλις συνειδητοποιήσετε ότι είστε πέρα από τον πόνο, θα υπερβείτε τον πόνο και θα γίνετε ένας *Dukkha Ateeta* (αυτός που έχει ξεπεράσει τον πόνο). Θα βιώσετε τη σπάνια ελευθερία που προκύπτει με τη μη προσκόλληση στο σώμα που κουβαλάτε σε όλη σας τη ζωή. Θα ξεπεράσετε την κοσμική σας ζωή και θα μεταφερθείτε σε ένα πνευματικό επίπεδο. Στη συνέχεια, θα υπάρχουν πλέον στον κόσμο ως *Άτμαν*, ένας φωτισμένος Δάσκαλος. Όλος ο υλικός κόσμος θα εξαφανιστεί και ένας άλλος κόσμος θα αναδυθεί- με απaráμιλλη ομορφιά, αθωότητα, χαρά και συμπόνια.

Όπως λέει η Γκίτα:

*"Sama dukkha sukha swastha sama loshtaashma kaanchana
Tulya priyaapriyo dheerasthulya nindaatma samstuti"*

("Αυτός που είναι πάντα εδραιωμένος στον Εαυτό, δέχεται τη λύπη και τη χαρά εξίσου, που θεωρεί ένα σβόλο γης, μια πέτρα και ένα κομμάτι χρυσού ίσα σε αξία, είναι αυτός που διαθέτει σοφία, δέχεται τα ευχάριστα και τα δυσάρεστα με το ίδιο πνεύμα, και βλέπει την κριτική και τον έπαινο με τον ίδιο τρόπο").

Με γκνάνα και ντιγιάννα, συνειδητότητα και πρακτική, ο πόνος μπορεί να γίνει η μαγική πύλη για να εισέλθετε **στη Νιθιανάντα, την αιώνια ευδαιμονία.**

Οι ευλογίες μου είναι πάντα μαζί σας.



ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ
ΚΑΙ
ΑΠΟΚΡΗΣΕΙΣ

Q. Είναι η φώτιση η μόνη διέξοδος από αυτόν τον κόσμο του πόνου και της δυστυχίας;

Υπάρχει ένα πράγμα που θα πρέπει να καταλάβετε πρώτα: Η φώτιση ΔΕΝ είναι μια διαφυγή από τον πόνο! Αντίθετα, γεννιέται από μια βαθιά αντίληψη της φύσης του πόνου, μια βαθιά και ολοκληρωτική κατανόηση του "Γιατί είμαι δυστυχισμένος;". Τι είναι αυτό μέσα μου που προκαλεί αυτόν τον πόνο;".

Απλά με το να δείτε με έντονη εσωτερική διαύγεια τη φύση και τις αιτίες του πόνου, αυτό θα κάνει τον πόνο να εξατμιστεί από μόνος του - επειδή δεν θα έχει πλέον λόγο ύπαρξης μέσα σας. Και αυτή η συνειδητοποίηση θα φέρει μαζί της μια κατάσταση απόλυτης ευδαιμονίας, η οποία είναι η κατάσταση της φώτισης.

Η φώτιση σας επιτρέπει να δείτε, για πρώτη φορά, ότι αυτό που αποκαλούσατε ευτυχία και ικανοποίηση νωρίτερα δεν ήταν

αληθινή ευτυχία ή αληθινή ικανοποίηση. Η φώτιση σας περιλούζει με μια πραγματική ευδαιμονία με μια πραγματική έκσταση. Σας δίνει μια γεύση του πραγματικού.

Αλλά να θυμάστε, τίποτα από όλα αυτά δεν μπορεί να συμβεί μέχρι να ξεπεράσετε το "φράγμα του πόνου" - την συνολική κατανόηση ολόκληρου του φάσματος του πόνου. Η φώτιση σίγουρα δεν είναι μια "εύκολη διέξοδος" από τον πόνο!

Και κατά κάποιον τρόπο, πρέπει να είστε ευγνώμονες για τον πόνο και τη δυστυχία που βιώνετε - γιατί αυτοί τελικά δεν είναι οι καταλύτες που σας βάζουν στην αναζήτηση της αλήθειας και της υπέρβασης;

Q. Θυμώνω και πληγώνομαι εύκολα όταν κάποιος με προσβάλλει. Πώς μπορώ να το αποφύγω αυτό;

Γιατί προσπαθείτε να το αποφύγετε; Το να καταπιέξετε τον πόνο, το θυμό και την ταπείνωση το μόνο που θα κάνει είναι να

παραμένει ό πόνος στον οργανισμό σας υπό μια καταπιεσμένη μορφή. Τα καταπιεσμένα συναισθήματα μπορεί να είναι επικίνδυνα - ένας μικρός θυμός, ένα μικρό αίσθημα απογοήτευσης, μπορεί να φουντώσει με την πάροδο του χρόνου σε ένα βαθύ και διαρκές μίσος. Αντ' αυτού, προσπαθήστε να αποδεχθείτε τα συναισθήματα σας χωρίς να κρίνετε τον εαυτό σας. Αισθάνεστε πληγωμένοι; Σωστά, τώρα εισέλθετε τελείως στο συναίσθημα του πόνου. Μην το αποφεύγετε, μην το απορρίπτετε. Μην συμπάσχετε με τον εαυτό σας, και μην το στρέφετε εναντίον του ατόμου που σας πλήγωσε - απλά παρακολουθήστε το συναίσθημα όπως υπάρχει μέσα στο σύστημά σας. Αυτό μπορεί να πάρει λίγο χρόνο - ίσως μερικές ώρες, ακόμα και μερικές μέρες. Και τότε θα παρατηρήσετε μια μεταμόρφωση που δεν είχατε φανταστεί ποτέ. Εξάλλου, το συναίσθημα είναι ενέργεια, τεράστια ενέργεια. Για πόσο καιρό μπορεί να κυκλοφορεί μια τόσο ακατέργαστη ενέργεια στον οργανισμό σας; Τη στιγμή που θα αποδεχθείτε τον πόνο σας χωρίς απόρριψη, καλωσορίζοντας τον ρόλο του στη ζωή σας, θ α αλλάξει ολόκληρη η ποιότητα του

πόνου. Η ίδια ενέργεια που ήταν πόνος, θυμός, δυστυχία θα μετασηματισθεί στα ευλογημένα συναισθήματα της αγάπης και της ευδαιμονίας. Αυτή τ ε λ ι κ ά είναι η συμπόνια, η σιωπηλή δύναμη που υπάρχει μέσα στον καθένα μας, η δύναμη που μεταμορφώνει το άσχημο σε όμορφο. Και η συμπόνια φέρνει μαζί της, τις δικές της ανταμοιβές. Το βρίσκετε δύσκολο να το πιστέψετε; Θα είναι έτσι, μέχρι να το βιώσετε μόνοι σας. Δώστε του μια ευκαιρία!

Q. Γιατί η αγάπη και ο πόνος πάνε πάντα χέρι-χέρι; Προσπαθώ να δίνω μεγάλη ελευθερία στον σύντροφό μου στις σχέσεις μου, αλλά καταλήγω τελικά να με χρησιμοποιούν.

Κατ' αρχάς, δεν είναι λάθος η ιδέα του να "δώσετε ελευθερία" στην αγαπημένη σας; Η ίδια η αγάπη προϋποθέτει να δίνεις στον άλλον την απόλυτη ελευθερία, την άνευ όρων ελευθερία. Το να λέτε ότι δίνετε ένα ορισμένο ποσό ελευθερίας στον άλλον (ό,τι

θεωρείτε απαραίτητο!) δείχνει από μόνο του ότι κρατάτε κάτι πίσω στην προσφορά σας.

Είναι φυσικό να θέλετε να κατέχετε τον αγαπημένο σας - αυτό είναι το παιχνίδι του εγώ. Διότι είναι δύσκολο να νιώθετε ότι ο αγαπημένος σας μπορεί να χρειάζεται χώρο και χρόνο μακριά σας! Προσπαθείς να κάνεις το σωστό - "δίνοντας ελευθερία" στην ερωμένη σου - αλλά όταν αυτή χρησιμοποιεί πραγματικά αυτή την ελευθερία, καταλήγεις να νιώθεις ότι σε εκμεταλλεύεται. Διότι, ποτέ δεν περιμένατε ότι δεν θα χρησιμοποιούσε ποτέ αυτή την ελευθερία για να κάνει τα δικά της πράγματα ή για να είναι με κάποιον άλλο, έτσι δεν είναι; Μην κάνετε το λάθος να κάνετε την υπεργενίκευση του 'Κάθε φορά που δίνω ελευθερία στις σχέσεις μου, με χρησιμοποιούν'. Είστε σίγουροι ότι το λάθος δεν είναι και δικό σας; Ο λόγος που ο έρωτας συνήθως φέρνει μαζί του τόσο πόνο είναι ότι οι εραστές αναγκάζουν εν αγνοία τους ο ένας τον άλλον να μπουν στο χρυσό κλουβί των ίδιων τους των προσδοκιών. Αλλά η αληθινή αγάπη δεν μπορεί ποτέ να ανθίσει μέσα στην αιχμαλωσία. Εσύ προσπαθείς και φυλακίζεις την ερωμένη σου και εκείνη κάνει το ίδιο, ξανά και ξανά - μέχρι που

καταλήγεις να νιώθεις ότι η αγάπη έχει τόση δυστυχία που ίσως είναι καλύτερα να μην αγαπάς καθόλου. Αλλά μόλις κλείσεις την πόρτα στην Αγάπη, τότε τιμένει;

Η αγάπη μπορεί να είναι μια πόρτα προς τη χαρά και την ελευθερία, ή μπορεί να μετατραπεί σε μια ζωντανή κόλαση. Το να βιώνεις την αγάπη ως πόνο είναι σαν να χάνεις όλο το νόημα της Αγάπης.

Υπάρχει ένα ρητό: "Αν αγαπάς κάποιον, ελευθέρωσε τον. Αν είναι δική σου, θα επιστρέψει σε σένα- αν δεν επιστρέψει, σημαίνει ότι δεν ήταν ποτέ δική σου ούτως ή άλλως".

Προσπαθήστε να το ακολουθήσετε αυτό - όχι μόνο στις ρομαντικές σας σχέσεις, αλλά και σε όλες τις σχέσεις σας!

Q. Εμείς στην Ινδία έχουμε ανατραφεί με την έννοια του "κάρμα", του αναγκαίου πόνου. Είναι όντως ο πόνος απαραίτητος στη ζωή μας;

Αρχικά, βοηθάει να συνειδητοποιήσετε ότι ο πόνος δεν είναι μια κατάσταση της ζωής, αλλά μια κατάσταση του νου. Δεν είναι ένα ένα γεγονός τη ζωή σας - είναι η αντίδρασή σας σε κάποιο γεγονός. Το αν υποφέρετε ή όχι σε μια συγκεκριμένη κατάσταση εξαρτάται αποκλειστικά από την αντίδρασή σας σε αυτή την δεδομένη κάθε φορά κατάσταση. Πότε υποφέρετε; Όταν αρρωσταίνετε; Όταν ο γείτονάς σας παίρνει καινούργιο αυτοκίνητο; Όταν ο φίλος/η φίλη σας σας εγκαταλείπει για κάποιον άλλον; Λοιπόν, ας υποθέσουμε ότι αποφασίσατε να αποδεχτείτε αυτές τις καταστάσεις χωρίς θυμό ή δυσαρέσκεια. Αφήστε τις να είναι όπως είναι. Θα εξακολουθούσατε να υποφέρετε τόσο πολύ; Εξάλλου, δεν υπάρχει τίποτα εγγενώς το οδυνηρό στο να πάρει ο γείτονάς σας ένα καινούργιο αυτοκίνητο. Ακόμα και αν υπάρχει

ένας παροδικός πόνος, όπως όταν φεύγει ένα αγαπημένο σας πρόσωπο, αυτός ο πόνος δεν μπορεί να εξαφανιστεί από το πουθενά. Προσπαθήστε λοιπόν να αποδεχτείτε το αναπόφευκτο της στιγμής, χωρίς κ ά π ο ι α αντίδραση. Είναι MONAXA η αρνητική σας αντίδραση σε μια εμπειρία που της επιτρέπει να σας πληγώσει. Δεν μπορείτε να καταλάβετε ότι κανείς και τίποτα δεν μπορεί να σας κάνει να υποφέρετε χωρίς τη σιωπηλή σας άδεια; Συνηθίστε έτσι να παρακολουθείτε τις εμπειρίες σας χωρίς την προσωπική σας κρίση. Μάθετε να αναγνωρίζετε με σαφήνεια τις αιτίες του πόνου σας - τόσο τις προφανείς όσο και τις ανεπαίσθητες. Η ικανότητα να το κάνετε αυτό δεν έρχεται μέσα σε μία μόνον μέρα, αλλά έρχεται μέσω της πρακτικής.

Ένας από τους βαθύτερα κρυμμένους λόγους μέσα σας, για τους οποίους υποφέρετε είναι: επειδή πολύ απλά μπορεί να το απολαμβάνετε! Για παράδειγμα, το να αρρωσταίνετε μπορεί να μετατραπεί υποσυνείδητα σε μια πηγή ευχαρίστησης εάν αυτό σας προσφέρει την προσοχή και τη φροντίδα που λαχταράτε. Εξετάστε λοιπόν γιατί μερικές φορές σας δίνει ευχαρίστηση να προκαλείτε πόνο στον εαυτό σας ή στους άλλους. Υπάρχει κάποιος

άλλος τρόπος μέσω του οποίου θα μπορούσατε να λάβετε την ίδια ευχαρίστηση - χωρίς τον πόνο; Αυτός είναι η επίγνωση - αυτό είναι το πρώτο βήμα.

Το δεύτερο βήμα είναι να Αποδεχτείτε ολοκληρωτικά το Εδώ και Τώρα - χωρίς ερωτήσεις και χωρίς αντιδράσεις. Επίγνωση λοιπόν με Αποδοχή - αυτή είναι η μόνη διέξοδος από τον πόνο.

Ας δούμε τώρα το δεύτερο σκέλος της ερώτησης - είναι ο πόνος απαραίτητος;

Ναι, κατά κάποιον τρόπο είναι. Επειδή ο πόνος μπορεί να είναι ένας ισχυρός καταλύτης για την προσωπικήσα ανάπτυξη. Όπως ένας σπόρος

πρέπει πρώτα να σπάσει για να μπορέσει ένα φυτό να αναπτυχθεί και να ανθίσει, έτσι και ο έντονος πόνος μπορεί να σπάσει τις άμυνες του "εγώ" σας, αφήνοντάς σας ανοιχτούς και ευάλωτους μπροστά στην ύπαρξη. Έτσι αφού διαλυθούν τα συνήθη μοτίβα σκέψης σας, θα αρχίσετε να βλέπετε τα πράγματα όπως πραγματικά είναι. Θα αρχίζετε να παρατηρείτε μια απόσταση ανάμεσα σε εσάς και τον πόνο. Ότι δηλαδή δεν είναι "δικός σας" ο

πόνος, κάτι δηλαδή το εγγενές μέσα σας. Στην πραγματικότητα, ο πόνος είναι απλώς η αντίδραση που εσείς επιλέξατε να έχετε στην εκάστοτε κατάσταση. Μόλις λοιπόν το καταλάβετε αυτό, δεν θα μπορείτε να υποφέρετε άλλο πια. Έτσι με το να αποδέχεστε συνειδητά τον πόνο σας, την πραγματικότητα τον αφήνετε να φύγει.

Η δυστυχία δεν είναι απαραίτητα το κλειδί για την ευδαιμονία. Αλλά αν μάθετε καλά το μάθημά σας, ο πόνος μπορεί σίγουρα να σας ανοίξει τα μάτια ως προς την ψευδή φύση του πόνου. Μπορεί να σας διδάξει πόσο περιττό είναι να υποφέρετε. Αυτό είναι που εγώ ονομάζω ως το "αναγκαίο βάσανο"!

Q. Μας είπατε ότι το να αφήνουμε τον πόνο να φύγει μπορεί να φέρει ευδαιμονία - όμως και η ευδαιμονία οδηγεί σε πόνο όταν αυτή σταματά να υπάρχει. Πώς λοιπόν μπορούμε να κινηθούμε από τον πόνο προς την ευδαιμονία;

Αυτό που θα πρέπει πρώτα να καταλάβετε είναι ότι ο πόνος και η ευδαιμονία δεν είναι εκ διαμέτρου αντίθετα. Η ευδαιμονία δεν έχει καμία σχέση με τον πόνο. **Η ευχαρίστηση** είναι το αντίθετο του πόνου - και όπως όλα τα αντίθετα, δεν έχουν ύπαρξη το ένα χωρίς το άλλο. Έχετε δίκιο, δεν μπορείτε να απολαύσετε την ευχαρίστηση χωρίς να υποστείτε και τον πόνο. Είναι χαρακτηριστικό ότι οι αρχαίες ινδικές γραφές χρησιμοποιούσαν την ίδια λέξη, *Πόνος*, για να υποδηλώσουν τόσο την ευχαρίστηση όσο και τον πόνο - επειδή ο πόνος είναι το τελικό αποτέλεσμα και των δύο.

Η ευδαιμονία είναι αυτό που προκύπτει όταν εγκαταλείπετε τις ιδέες τόσο της ευχαρίστησης όσο και του πόνου. Και πρέπει να τις εγκαταλείψετε και τις δύο μαζί - δεν υπάρχει άλλος τρόπος.

Ευδαιμονία είναι αυτό που σας πλημμυρίζει όταν και η ευχαρίστηση και η απόλαυση έχουν πάψουν να σας ενοχλούν. Η ευδαιμονία είναι πέρα από τον πόνο και την ευχαρίστηση. Είναι η τέλεια αρμονία, η πλήρης εσωτερική σιωπή, η απόλυτη γαλήνη.

Καταλαβαίνετε τι εννοώ;



ΤΑ ΚΕΝΤΡΑ
ΜΑΣ
ΠΑΓΚΟΣΜΙΩΣ

ΜΠΑΧΡΑΪΝ

Baby Eswaran
Dr. E. Ravichandran Bldg
2474, Road 2737 Block
927, East Riffa Βασίλειο
του Μπαχρέιν
E-Mail: raviic@yahoo.com
raviic@hotmail.com

ΙΝΔΙΑ

BANGALORE

Smt.Chitra Narang
9, North Park Road, Kumara Park East
Bangalore-560001. Τηλ: 2260823 /
2258796

Smt.Danalaxmi Rajasekaran
G.C.Fairfield Apt
12, Benson Cross Rd, Benson Town
Bangalore-560046. Τηλ: 3540188

Smt.Jagani Jagadish
75 Osborne Road, δίπλα στο Mudaliar

Sangam
Bangalore-560042. Τηλ: 5548390 /
5548850

Smt.G.Kamala Bai
2, Staff Quarters, Kumara Krupa Guest
House
K K Road, Μπανγκαλός 560 001
Τηλ: 22259402 / 22259444

Smt.Kamala Krishnamurthy
3367/J, 3rd Main Road
HAL 2nd Stage, Bangalore - 560 008
Ph: 080 - 5276700 / 5278700
Κινητό: 94480 40377

Σρι. R. Krishnan
1054, A Block, 9ος Σταυρός
Sahakara Nagar, Bangalore 560 092.

Smt. Latha Rajaiah
40, 4th Main, 3rd Stage, BEML Layout,
Rajarajeshwari Nagar
Μπανγκαλός 560039. Τηλ: 8602707

Dr.Maniam (Nagasubramaniam)
Smt.B.S.Padma
Κέντρο Γιόγκα / Φυσικής
Υγείας 3, 1st Main, Sampige
Layout Bangalore 560079
Τηλ: 3286859 / 3289967

Sri Muthuraman
Κυρία Meena Muthuraman
1/E Assaye Road, 3rd Cross
Bangalore 560042
Τηλ: 5366855 / 5302722
Κινητό: 9845073176

Σρι. Manmatha Rao Kandagale
Smt. Shakuntala M. Rao
5/11, 5th Main Road, Gokula 1st Stage
1st Phase Mathikere, Bangalore 560054.
Τηλ: 3376046

Σρι. A. R. Murthy
1526, B Block 40, Neelasandra
Μπανγκαλώρα 560 047
Τηλέφωνο: 5366855 (o) 56692650 (r)

Smt. Mythili Balasubramaniam
102, Hoysala Apartments
Cunningham Road, Bangalore 560052
Τηλ:080-2207885

Smt. Meena Muthu
3011, 12th B Main, 5th Cross
ndiranagar, Bangalore 560038
Τηλέφωνο: 080 - 5275577 / 5270425

Sri.Narayanan
Smt. Alamelu Narayanan
34, P&T Colony 2nd Block
RT Nagar Bangalore 560 032.
Τηλέφωνο: 3330786, Κινητό: 31830456

Smt. Nalini Rajanna
174, Defence Colony,1st Cross
HAL 2nd Stage Bangalore 560038
Τηλ: 5283149

Smt.Prabha
360, 7th Main, HAL 2nd Stage
Bangalore 560038

Σρι. Pandivel
48, 4th Main, HAL 3rd Stage
New Thippasandra
Bangalore 560075
Τηλ: 5292464

Σρι. Palaniyappan
Τηλέφωνο: 5551505 / 5302681 (εκτός
λειτουργίας)
5492836 (Res)

Smt. Rahila Sujatha Santhanam
882, "Srinivas "1st Stage, B.M.Kaval
Bangalore 560052
Κινητό: 98450 43970

Smt. Raj Bhatija
103, Royal Manor Apts
70, Cunningham Road,
Bangalore 560 052. Τηλ: 2267546

Σρι. P. L. J.
Ramanathan Smt.
Meena Ramanathan Plot
No.24, Aishwarya
1st Main Road, Udayanagar Bangalore
560016
Ph: 080 - 8518111 Mob: 9448040092

Smt. Raji
862, 3ος Σταυρός, 7ος Κύριος,
HAL Stage, Bangalore 560008.
Mob: 98455 45530

Sri.S.R.M.S.S.Ramasamy
Smt.Lakshmi Ramaswamy
34, P&T Colony, 2nd Block, R.T.Nagar
Bangalore 560032. Τηλ: 3330786 /
3535760

Sri.R.Ramesh Babu
Sri.A.Sudhakar
Smt. P. Poornima
7 (New no.13) SNT Street, Ulsoor
Bangalore 560008. Τηλ: 080 - 5551012,
5564198, 31820152, 5736114

Smt. Revathi Ganesh
810, 17 F-1 Main, 6ο τετράγωνο
Koramangala, Bangalore 560095
Ph: 080-5533717(R) 5582510 (O)

Σρι. P. K. Subramaniyan
Smt.S.Menaka
Sri.S.Pandiyan & Smt.Rajeshwari

Sri.S.P.Magesh & Kum. Vandana
Peekayam Gas Car Works, Hosapalya,
Madivala Post Bangalore - 560068
Τηλέφωνο: 080 - 5731531

Σρι. Saravanan
Smt. Shanthi Saravanan
1/E, Assaye Road 3rd Cross
Bangalore 560 042
Τηλέφωνο: 080-5366855 (r) 5302681 (o)

Σρι. M. R. Sridhar
111, Sannidhi Road, Basavangudi,
Bangalore 560 053
Τηλέφωνο: 080-6674075 (r) 2873052 (o)

Δρ Sudhir Salunky
7, NS Street, 2nd Cross, KPW,
Bangalore 560020
Τηλέφωνο: 3362867 Κινητό:
9844268795

Smt. Shalini Arvind
Smt. Kritika Arvind
193, 5th cross, NGEF Layout
Sadanand Nagar, Bangalore 560038
Ph: 080-5248843

Sri.H.L.Sridaramoorthy
47/1, Mount Jay Road Hanumanthanagar,
Bangalore 560019
Τηλ: 6529262 / 31821048

Smt. Sujatha Sridhar
203, 8th Main, Mathikere Extn
Bangalore 560 034. Τηλ: 080-360628

Seetha Valliappa
434, 3rd Block,3rd Cross,16th Main
Koramangala, Bangalore 560095
Τηλέφωνο: 080-5533753

Smt. Uma Annamalai
221, Upper Palace Orchard
Bellary Road, Bangalore 560080
Τηλ: 3612360

Smt. Usha Rani D
417, 1st Cross, 6th Main
Sadananda Nagar, NGEF Layout
Bangalore 560 038.
Τηλ: 5341693

Smt. Valli Muthaiah

"Resham", 34 R.M.Vilas Extn
Sadashivnagar, Bangalore
Ph: 080 - 3610900

Σρι. Vairavan & Smt. Valli Vairavan
321, 6th Main, HMT Layout
RT Nagar, Bangalore 560032
Τηλ: 3634646

Σρι. AVR. Vasudevan
371, 24thB Cross, 9th Main BSK
Stage Bangalore 560070 Ph:
080 - 6715815 / 5320754

Smt. Vijayalakshmi Shankar
175 / 1, Floor, Cross 5th
Main, Defence Colony HAL
2nd Stage
Μπανγκαλός 560038
Τηλ: 080-5292081

Smt. Vijaya Rajagopal
274, Block 3,17D Main
53E Cross, Rajajinagar,
Bangalore 560010. Τηλ: 080-3350993

CHENNAI

S. P. Chithra
6, διαμερίσματα Krishna
7, Floor, Pull Avenue
Shenoy Nagar, Chennai.
Τηλ: 044-2644 0871

Κυρία Meyyammai Murugappan
The Laurels", 9, Chittarajan Road
Teynampet, Chennai - 600 018
Τηλ: 044-2434 8207

Smt. Dr. P. Padmavathi
7/4, Damodaran Street
T. Nagar, Chennai 600 017
Τηλ: 044-2434 1264

Sri V.R. Ramanathan
Smt. V.R. Annapoorni
Smt. Valli Ramanathan
1/283 "Sripuram", Thoraipakkam
Chennai-600 096. Τηλ: 044-2496 1939

Sri S. Ramanarayanan
Smt. R. Lakshmi
39, 1st Main Road, C T Colony

Mylapore, Chennai - 600 004

Τηλ: 044 - 2499 3316 / 3940

κ. Seetha Muthaiah

11, South Avenue, Srinagar Colony

Saidapet, Chennai - 600 015

Τηλ: 044 - 2235 0339 / 2235 2627

Smt. Sivagamasundari

4/4, Appaswamy Street

7th Avenue, Harrington Road

Chetpet, Chennai - 600 031

Τηλέφωνο: 044 - 2822 1515

Smt. R. Umayal

24, Arunachalam Road, Kotturpuram

Chennai - 600 085. Τηλ: 044- 2447 0855

Smt. Visalakshi Ramasamy

20, Ganapathy Colony

Alwarpet, Chennai - 600 018

Τηλ: 044 - 2433 3406

Σρι. Valliappan

14, οδός Nathamuni

Shenoy Nagar, Chennai 600030

Τηλ: 044 - 2647 1870

R.M. Valliammai

New No. 21, Ambadi Road

Kotturpuram, Chennai 600 085

Τηλ: 044 - 2447 0225, Mob: 098400

71043

Sri D. Vasudevan

AH 204, 3rd Street, Annanagar

Chennai. Ph: 044 - 2621 5104

Κινητό: 94441 19554

COIMBATORE

Σρι. Krishnamurthy

N' Block, 3-A, Kovalpudur

Coimbatore - 641 042.

Τηλ: (0422) 2607818

Smt. Mathaji Ruckmani Devi

253, Balaji Nagar, Chikkaram Palayam

P.O.

Coimbatore Dt - 641 104

Τηλ: 04254-273734, 0423-2440778

Σρι. R. Subramaniyan

Nature Cure Center, .O.B. Colony

Marudamalai, Coimbatore - 641 046.
Τηλ : (0422) 2422339
Mob: 98422 - 93322

DHARMAPURI

Σρι. Κ. Somasundaram
Devarajapalayam, Bairanathan (Post),
Pappireddipatty (TK)
Dharmapuri - 636 905.
Τηλ: 04346-249150

K. Vasuki 152/2,
G.K. Road
Papayapatti Pudur(Δημοσίευση)
P.R. Patti TK, Dharmapuri
Mob: 094346 242456

ERODE

Sri.P.Ramanathan
16,Karuppanna Swami Koil Street
1st Floor, Surampatti Road,
Erode-638009.
Τηλ: 0424 - 2275125 / 2263980

Σρι. P. Muruganandham
129, Muthusamy Street
Fort, Erode 638 001. Τηλ: 0424 2251019

GUDIYATHAM

Smt. Amutha & Sri. Nitty
1/120, Polytechnic Road
Gandhi Nagar, Gudiyatham-632 604
Τηλέφωνο: (04171) 228677, κινητό:
9443364889.

HYDERABAD

Smt. Nirmala
Flat No: 315 - 316, B Block
May Flower Park Nacharam
Road
Hyderabad - 500 076.
Τηλέφωνο: (040) 27176290

KOLAR

Smt. S. Umadevi
Shankara Vidyalaya
Opp.R.T.O., Kolar 563101.
Τηλ: 0424 220459, 2251019

MUMBAI

Smt.Mala Sridhar
44, Bhagirathi, Afghan Church
Colaba, Mumbai-400005
Mob: 98204 04431, Ph: 22176312

Σρι. Suresh Uberoi
Smt.Yashodhara Uberoi
Meghna Uberoi
5,Golden Beach Society
Ruia Park, Gandhi Gram Road
Juhu, Βομβάη - 400049
Κινητό: 980063247 / 98203 51717
Τηλ: 022 - 26201823

Σρι. Satish & Ritu Panjabi
508, Mansarovar', Mt. Pleasant Road
Malabar Hill, Mumbai- 400006.
Κινητό: 98211 71755 / 33698416
Τηλ: 022 - 23698416

NAMAKKAL

Dr. G. Anbuganapati
25G, Vengamedu, Velur

Namakkal Dt. - 638 182.
Τηλέφωνο: 04268-220 052. Mob: 94432
21102

Σρι. R. Thiagarajan κα
Soundaram Thiagarajan
35 Kamarajar Nagar, Pattam Road
Rasipuram, Namakkal (D.T) - 637408
Τηλ: (04287) 224770

OOTY

N.Jagannathan
S/O K.M Nanjan, Kilkavatty PO
Nilgiris-643004. Τηλ: 0423-
255078

PONDICHERRY

Sri N. Ganesan
101-Canteen Street, Pondicherry - 605
001
Τηλ: 0413 - 233 1214

PUDUKOTTAI

Sri D.M. Chinniah & Smt. C. Adaikammai
108, Nizam Colony, Pudukottai - 622 001

POLLACHI

Smt. Sitaa
Kalingarayar, Aranmanai'
Zamin Uthukuli Pollachi - 642004.
Τηλ: 04259 - 225781

SALEM

Sri G. Aribaskaran
Yasotha Govindrarajan
4/218, V. K. N. Colony, Swarnapuri
Salem - 636 006. Τηλ: 0427 - 244 848

Sri S. Appusamy
9B/4, Om Sakti Ilam
Tharamangalam Road, Salem - 636 052

Sri P.L. Alagappan
Sabari Ilam, 38/376 Kandappa Colony
New Street, Annathanapatti, Salem.
Τηλ: 0427 - 222 1974

Sri D. Rajaram & Smt. Thilagavathi
Sri Balaji & Sri Kannan
53/30, 6th Cross, Narayana Nagar
Kithchivalayam, Salem - 636 015
Τηλ: 0427 - 225 1742

Σρι Κ.Π. Έβερρεστ
2, Sannadhi Street, Subramanya Nagar
Salem 636 005
Τηλέφωνο: 0427-244 7730

Smt.K.Gomathi
9B 4th Pillayar Koil Street, Guhai
Salem 636006. Τηλ: 0427-2218492

Δρ Κ. Jegadeesan
68, Anbu Nagar, Manakkadu
Salem 636 007. Τηλ: 0427-242 2049

Sri N. Kannan
C-20, Tamil Nadu Housing Board
Phase , yamperumalpatti
Σάλεμ 636 008.

Sri P. N. Kandaswami
77-J, Kaveri Avenue
Amirithanantha Kudir
M.D.S. Nagar, Hausthumpatti
Salem 636 016. Τηλ: 0427-231 3560

Sri R. Krishnaraj Chettiyar
52/7, Sanyasi Gundu Extn

Kitchipalayam, Salem - 636 015
Τηλ: 0427 - 226 2242 / 222 307(0)
Κινητό: 094432 21327

Smt. K. Mangayar Karasi
77- , Kavery Avenue
Amirithanantha Kudir
M.D.S. Nagar, Hasthumpatti
Salem - 636 016
Τηλ: 0427 - 231 3360

Sri B.S.S.S.Mani
Smt. M. Kalpana
15, Lakshmi Chetty Road
Shevapet, Salem - 636 002
Τηλ: 0427 - 221 5348
Κινητό: 0427 - 221 5348

Sri P.L. Mohan
3/398 B ttery Road, Nethimedu
Σάλεμ - 636 002. Τηλ: 0427 - 227 0712

Sri A. Muralidharan
34, Ramu llam, Five Roads
State Bank Colony, Salem
Ph: 0427 - 310 0541

Sri M.Manickam
Smt. M. Bharathi
S/o. Muthu Gounder
Koottathupatty (PO), Salem 636 139
Τηλ: 0427 - 248 7628

Sri R. Mathu (Sweet Merchant)
Junction Main Road
Tharamangalam, Salem-636 016
Τηλ: 0427 - 244 9246

Sri M. Murali
Murali Murali Coffee
Bar
5 DD Road,Opp. Alankar Theatre, Salem.

Sri H. Noble Maria Regis
24, ndra Nagar, Narasethipatti
Salem - 636 004. Τηλ: 0427-244
7934

Smt. R. Nalina
6, Λεωφόρος Vivekananda
K.A.S. Nagar, Salem - 636 004Sri Oshomani A
Classic AcuTouch Clinic 55A, Ayyavu Strteet
Udayar Palayam,

Τηλ: 04282-253 874
Κινητό: 098427 67668

Sri S.K. Prasad
Κυρία Vani Prasad
Δικηγόρος & Συμβολαιογράφος
Συνήγορος 23, Sriram Nagar
Behind Premier Roller Flour
Mills Reddiyur, Salem - 636
016
Τηλ: 0427-444 429

Sri R.M. Palaniyappan 25,
Kannara Street, Shevapat
Salem - 636 002
Τηλέφωνο: (Ο) 0427-220 245 (R)
220 624

Sri A .V. Prakasam Kumar
Shirts, 142, 1st Agraharam
Salem - 636 001
Τηλ: 0427 - 224 1352

Dr. K.K. Rajagopal
Kamala Hospital 256, 2nd
Agraharam, Salem Ph:
0427-226 0468

Sri T. Rangaraj
24, Salai Road, Salem - 636 001
Τηλ: 0427 - 226 9086

Sri P. L. Ramasamy
76 / 7, Shankar Nagar
Σάλεμ - 636 007
Τηλ: 0427-241 4636

Smt. Sivashakti Leela
W/o. P. Ganesan 4/96,
Kathavarayani Koil
Thalavaipatti Post, Sithanoor
Salem - 636 302
Τηλ: 0427-240 0675 / 240 0272

Sri P. Suriya Kumar Anbazhagan
173, Gnana Subramanya Nagar
Thoppukadu, Fairlands, Salem - 636 016

Sri Sridhar
9, Krishnan Koil Street, Salem - 636 001
Τηλ: 0427-225 3976

Sri M.P. Sekar
19-A, οδός Sannadhi

Subramaniya Nagar, Salem - 636 005
Τηλέφωνο: 0427-244 4168

Σρι Saluja Anand Kumar
33, Vidyalyaya Road, Salem - 636 007
Τηλ: 0427-231 6926

Sri Sudhakar
Tower House, 80, Cherry Road
Salem - 636 007. Τηλ: 0427 - 231 2702

Dr. Sridhar
7A, Sankar Nagar, Salem - 636 007
Τηλ: 0427-242 0523

Sri Thangavelu Sri
T. Senthil Kumar
Smt. Punidavathi
94, Greenways Road
Fairlands, Σάλεμ - 636 016
Τηλ:0427 - 2447396

R. M. Sigappy
76/7, Shankar Nagar, Salem - 636 007
Τηλ: 0427-310 0664

Sri M.S.P. Subramaniam
Smt. Lalitha Subramaniam
Srilakshmi
2B, Sarada College Road
Salem 636 007
Τηλ: 0427 - 231 3795 / 231 2969

Sri R. Shashidhar
4/93, Greenways Road, Fairlands
Salem 636 016
Τηλ: 0427-244 7142

K. Sumathi
1A/1, Yercaud Main Road North
Side of Collectors Bungalow Salem
636 007. Τηλ: 0427 - 240 0242

Sri.Tholkappiam
5-D, Kasakanoor
Salem 636 005
Τηλ: 0427 - 2442638

Smt. K. Unnamalai
Mettupatti Thathanoor (PO)
Ayodhyapattanam (Via), Salem.
Τηλ: 0427 - 248 4837

Smt. Vasantha 26, Marimuthu
Street, Ammapet Salem 636 003.
Τηλ: 0427 - 224 1352

TRICHY

Σρτ. A Sheik Mohammad
5, 2ος όροφος, Tab
Complex
Cantonment, Trichy. Ph: 0431-240283

YERCAUD

Smt S.P. Geetharaj House
of Peace, Ram Road
Yercaud. Ph: 04281 - 222 262

Smt. Madhavi Kannappan
Marylands Estate, Pattipali
Yercaud - 636 660
Τηλέφωνο: 04281 - 222 350 / 222 351

Sri L . R.M. Valliappa Smt. V .
Vasantha Vasambadi Estate,
Yercaud 636 601
Τηλ: 04281 - 222 282, Mob: 094432 22282

ΝΟΡΒΗΓΙΑ

Smt.Ellen Elisabeth
Ramsoey Hans Aanrudsuei
18B 2618 Lillehammer,
Νορβηγία Email:
eeramsoey@hotmail.com

ΗΝΩΜΕΝΟ ΒΑΣΙΛΕΙΟ

Smt. Radhika Vadiraja 4,
Chestnut Court 37, Bath
Road, Hounslow
Middlesex TW3 3BP
United Kingdom Email:
anadesai@hotmail.com

ΗΠΑ

Smt. Ana Ahluwalia
4525, Olde village CR
Edmond, OK - 73013, ΗΠΑ
Τηλ: + 405 475 9450
M: + 405 54 810

Σρι. Chowdappa Ramakrishnan
108 APT G' West Constitution
Norman OK 73072

San Jose, CA 95123. Ph: 408-227-9645
milla@omshakti.com

Σρι. Niranjan Krishnamoorthy
10340, Maya Linda Road
B-106, San Diego CA 92126
Ph: + (858) 536 8992
M: + (858) 922 3293
Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο:
nkmoorthy@hotmail.com

Dr. R. G. Krishnan M.D., F.R.C.S.
31, Snowberry Guide, Venitia - PA 16367

Σρι. Ram Vairavan
1647, Andorre Glen, Escondido CA 92029.
Τηλέφωνο: + (760) 233 0733
M: + (760) 443 5598
Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο:
theangeloflaw@aol.com

Smt. Rashmi Ramaprasan 939, Azure
Street, Apartment 4 Sunnyvale, CA
94087. Ph: 408-887-9646

Smt. Sharmila Mackallor
5788, Rochester Court

Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο:
Sri Subu Subramanian
Smt. Nacha
Subramanian Krishna
Subramanian Nachi
Subramanian 41816,
Mission Cielo Court
Fremont, CA 94539. Ph: 510-668-1750

Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο:
subu@ix.netcom.com
ksub@conceptk.net

Σρτ. Siva Vallabhaneni
1009 Caines Hill Road,
Edmond OK 73034
Ph: + 405 330 6363, M: + 405 204 1766

Dr. Swarna Reddy
869, Floros De Oro
S.Pasadena, CA
91030
Τηλ: 323-255-9988
Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο:
swarnareddy26@yahoo.com

Smt. Vijaya L
Malpani 1617
Queens Town RD
Okla City OK 73116. Τηλ: + 405 843 2770

Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο
malpani@aol.com

ΠΡΟΣΦΟΡΕΣ ΑΠΟ ΤΟ ΔΗΥΑΝΑΡΕΕΕΤΑΜ

Κατάλογος τίτλων

Το άμορφο στη μορφή

Μια εικονογραφημένη βιογραφία του Swamiji

Το κουτσομπολιό του Nithyananda

Μια συλλογή από τα πιο αξιομνημόνευτα αποφθέγματα του Swamiji

Μια μικρή ιστορία...

Οι πιο αγαπημένες παραβολές του Swamiji

Οι πολλές διαθέσεις του Swamiji

Ο Swamiji όπως τον κατέγραψε η κάμερα

Από τον πόνο στην ευδαιμονία

Ενδείξεις από τον Swamiji

Από την ανησυχία στην απορία

Ενδείξεις από τον Swamiji

Ερώτηση + Swamiji + Απάντηση!

Οι ερωτήσεις σας απαντήθηκαν

Η απλή και άμεση αλήθεια!

Μια δημόσια ομιλία του Swami

Είναι η Πνευματικότητα σημαντική στην εποχή μας;

Μια ειλικρινής συζήτηση στα ΜΜΕ

Om Mani Padme Hum

27 τρόποι προσέγγισης του Δασκάλου

Ανακαλύπτοντας την αγάπη

Μέσα από τα μάτια του Swamiji

Ανοίξτε την πόρτα... αφήστε το αεράκι να μπει!

Ο οδηγός του Swamiji για μια απλή ζωή & έναν υψηλό τρόπο σκέψης

Ananda Healing : Ο σύντομος δρόμος σας προς τον Θεό!

Μια εισαγωγή στη θεραπευτική μύηση

Μια γιρλάντα αναμνήσεων

Αναμνήσεις πιστών από το χρόνο που πέρασαν μαζί με τον Σουάμιτζι

Φωνές ευγνωμοσύνης

Μαρτυρίες για τα διάφορα θεραπευτικά θαύματα του Swamiji

Nithyasmaran

Μια έντυπη συλλογή λατρευτικών τραγουδιών

Nithyananda : Oru Arimugam

Nandri! Nandri! Nandri!





Σχετικά με τον SPH Nithyananda Paramashivam

Ο Ανώτατος Ποντίφικας του
Ινδουισμού ("SPH"), Jagatguru
Mahasannidhanam ("JGM"), η Θεία
Αγιότητά Του ("HDH") Bhagavan Sri
Nithyananda Paramashivam,
αναγνωρίζεται ως η 1008η ζωντανή
ενσάρκωση του Paramashiva
σύμφωνα με το Sanatana Hindu
Dharma ("Ινδουισμός") και από τους
προκατόχους Του φωτισμένους
Διδασκάλους.

Ο SPH Nithyananda Paramashivam
αναβιώνει τον Ινδουισμό ως ο
1008ος Acharya Mahamandaleshwar

(επικεφαλής όλων των πνευματικών ηγετών) της Atal Akhada (αρχαίο κορυφαίο σώμα του Ινδουισμού). Επίσης στέφθηκε ως ο νεότερος Mahamandaleshwar (Ανώτατος Πνευματικός Επικεφαλής) της Maha Nirvani Akhada (το μεγαλύτερο μοναστικό τάγμα). Επίσης χειροτονήθηκε ως ο 233ος Guru Mahasannidhanam (Ποντίφικας) του Thondai Mandala Aadheenam. Επίσης χειροτονήθηκε ως ο 293ος Guru Mahasannidhanam (Ποντίφικας) του Shyamalapeeta Sarvajnapreetam, Ο SPH έχει χειροτονηθεί επίσης και ως ο 23ος Guru Mahasannidhanam του

Dharmamukthi Swargapuram Aadheenam, και
επίσης στέφθηκε ωσο 203ος Αυτοκράτορας του
Suryavamsa Surangi Samrajyam.

To Srimad Karana Agama, Purva
bhaga, Patala 71, Sakalotpatti vidhi,
Sloka 8 & 9 (Ιερή Αρχαία Ινδουιστική
γραφή) δηλώνε

Με αυτόν τον τρόπο (ο Σίβα) που
είναι Νισκάλα - χωρίς σώμα και
μέλη, που είναι το Υπέρτατο
Υπέρτατο Ον, που είναι εδραιωμένος
στη Δημιουργία, που είναι η Αιτία της
δημιουργίας του Σύμπαντος,
λαμβάνει ένα σώμα μέσω της
Ελεύθερης Θέλησής Του για την
προστασία του Σύμπαντος και για την
ευημερία των Πνευματικών
αναζητητών και των πιστών.

Ο SPH Nithyananda Paramashivam
είναι ο βασιλεύων πνευματικός
αυτοκράτορας 17 αρχαίων

παραδοσιακών ινδουιστικών
βασιλείων και ο αναβιωτής του πιο
αρχαίου, πιο ειρηνικού, και μακροχρόνια
αποδεδειγμένου συστήματος που
επιδουκνύει τη δυνατότητα
ειρηνικής συνύπαρξης μεταξύ των
ανθρώπων.



Σχετικά με το SPH Nithyananda Paramashivam

Η 1008η ενσάρκωση του Paramasίva, ο
SPH Nithyananda Paramashivam είναι
η ενοποιός δύναμη για τα 2
δισεκατομμύρια Ινδουιστών
παγκοσμίως και ίδρυσε το Ινδουιστικό
Κράτος, KAILASA για τους
διωκόμενους Ινδουιστές σε πάνω από
100 χώρες.

Ο SPH Nithyanada Paramashivam έχει
καταβάλει αποφασιστικές προσπάθειες
για την αναγνώριση και την
νομιμοποίηση της γενοκτονίας των
Ινδουιστών, η οποία έχει λάβει ελάχιστη
προσοχή από τους παγκόσμιους ηγέτες

και τους διεθνείς οργανισμούς, Ο SPH Nithyananda Paramashivam ίδρυσε το KAILASA Uniting Nations. Τα τελευταία 27 χρόνια, αυτός ο διεθνής οργανισμός είναι υπεύθυνος για την οικοδόμηση σχέσεων, τη γεφύρωση διαλόγων, την έμπνευση ηγετών, την ένωση εθνών προς την αναγνώριση των ινδουιστικών πολιτικών που είναι οικουμενικές και θετικές προς τη ζωή, όπως αναφέρονται από στα αρχαία κείμενο του Ινδουισμού. Αυτός είναι ο "αχίμσα" (μη βίαιος) τρόπος αναγνώρισης της φρικτής γενοκτονίας των Ινδουιστών, της πιο σκοτεινής πράξης της ανθρωπότητας στη Γη προς τον πολιτισμό που συνεισέφερε τα περισσότερα - την KAILASA.

Η KAILASA είναι ένα μη πολιτικοποιημένο έθνος με όραμα μια φωτισμένη διαβίωση. Προς αυτή την κατεύθυνση, η KAILASA είναι σήμερα το μοναδικό ινδουιστικό έθνος στον πλανήτη Γη, το οποίο νομιμοποιεί τις αρχές του Ινδουισμού. Δηλαδή τις κοινωνικές αρχές, οικονομικές, δικαστικές, ινδουιστικές ιατρικές και ινδουιστικές οικονομικές αρχές. Η KAILASA είναι η απάντηση του SPH Nithyananda Paramashivam στα παγκόσμια προβλήματα της ανθρωπότητας, όπως η φτώχεια, η πείνα, ο αναλφαβητισμός, οι ασθένειες, η βία και η υπερθέρμανση του πλανήτη και τησυνεχιζόμενη εθνοκτονία και γενοκτονίαπερισσότερων από 80 εκατομμυρίων Ινδουιστών παγκοσμίως εδώ και 7 αιώνες.

Τα τελευταία 50 χρόνια, οι επιδράσεις του διαλογισμού και ο σημαντικός αντίκτυπός του στο άγχος, στα ποσοστά εγκληματικότητας, στη βία, στη λήψη πολιτικών αποφάσεων, ακόμη και τον πόλεμο στην τοπική και παγκόσμια συνείδηση είναι καλά τεκμηριωμένες. Δυστυχώς, τα τελευταία διακόσια χρόνια, με τη βία μας έκαναν να πιστέψουμε ότι ο Ινδουισμός είναι μια λειτουργική αρχή μόνο όσον αφορά τη φώτιση και την πνευματικότητα, και πως είναι απολύτως δυσλειτουργικός όσον αφορά το πολιτικό, κοινωνικό και οικονομικό σύστημα.



Σχετικά με το SPH Nithyananda Paramashivam

Το Sanatana Hindu Dharma έχει
αντιμετωπίσει ιστορικά θρησκευτικές
διώξεις και συστηματική βία, με διάφορες
μορφές, όπως απόπειρες δολοφονίας
ζωντανών ενσαρκώσεων, στοχευμένη
εξόντωση των Ινδουιστών ποντίφηκων
μέσω βιοπολέμου και νομικής βίας,
διαδικτυακό εκφοβισμό, ινδουιστική φοβία,
εξαναγκαστικό προσηλυτισμό, σφαγές,
κατεδαφίσεις, βεβηλώσεις και αρπαγή
ναών και μοναστηριών, λεηλασία της
περιουσίας των ινδουιστικών ναών,
καταστροφή ινδουιστικών εκπαιδευτικών
ιδρυμάτων, εξάλειψη γνωστών
ινδουιστικών βιβλιοθηκών, κατάφωρη

παραβίαση της ελευθερίας άσκησης της
ινδουιστικής απελευθερωμένης σκέψης
(Sankhya), των ινδουιστικών σχολών της
έμβιας φώτισης (Jeevan Mukthi), τις
κατάφωρες παραβιάσεις του δικαιώματος
της θρησκευτικής ελευθερίας, οι οποίες
περιλαμβάνουν τις παραβιάσεις του
δικαιώματος στη ζωή, την προσωπική
ινδουιστική ακεραιότητα ή την
προσωπική ινδουιστική ελευθερία, τις
μαζικές εκτελέσεις, τις λεηλασίες και την
υποδούλωση.

Ο Ινδουισμός κάποτε ασκούσαν
ελεύθερα σε περισσότερα από 56 έθνη σε
ολόκληρη την ήπειρο, από το
Αφγανιστάν, την Ινδία, το Νεπάλ, τη
Βιρμανία, τη Σρι Λάνκα, μέχρι τη

Σιγκαπούρη, τη Μαλαισία, την
Καμπότζη και την Ινδονησία, και σε 200
πολιτείες, 1700 σαμασάνας (επαρχίες) και
10.000 σαμπραντάγιας (παραδόσεις). Κατά
τη διάρκεια αρκετών αιώνων οι
συνδυασμένες δυνάμεις της ξένης
εισβολής, των πολιτικών αναταραχών,
της αποικιοκρατίας και των
θρησκευτικών διώξεων έθεσαν
συστηματικά ένα τέρμα στις χιλιετίες της
ινδουιστικής Swarajya, ή
αυτοκυριαρχίας. Σήμερα υπάρχουν
ελάχιστοι ινδουιστικοί ναοί σε λίγες
χώρες, και οι ινδουιστές που
παρευρίσκονταν σε αυτούς τους ναούς
έχουν πλέον εκκαθαριστεί εθνοτικά.

Η αναβίωση του Ινδουισμού μέσω του έθνους του KAILASA ενόχλησε σε παγκόσμιο επίπεδο τα συμφέροντα των αθεϊστικών και τρομοκρατικών στοιχείων, των υπέρμαχων της υπεροχής των καστών και άλλων αντι-ινδουιστικών δυνάμεων, οι οποίες πραγματοποίησαν τη μαζική δίωξη και γενοκτονία κατά του SPH και των οπαδών του στις 2 Μαρτίου 2010, η οποία συνεχίστηκε για ολόκληρη την επόμενη δεκαετία και περιελάμβανε πάνω από 70 απόπειρες δολοφονίας, πάνω από 250 σεξουαλικές επιθέσεις κατά του SPH και των μοναχών και μαθητών του, νομικές ενέργειες 120 ψευδών υποθέσεων σε 10 χρόνια, μαζική προπαγάνδα μίσους στα ηλεκτρονικά μέσα

ενημέρωσης πάνω από 14.000 ώρες και
στα έντυπα μέσα ενημέρωσης πάνω από
25.000 άρθρα σε 5 χρόνια, καταστροφή.



Σχετικά με το SPH Nithyananda Paramashivam

Η απονομιμοποίηση του SPH μέσω της
προπαγάνδας μίσους, της στέρηση των
πολιτικών και ανθρωπίνων
δικαιωμάτων του, της άρνηση της
δίκαιης εκπροσώπησης Του και της
δίκαιης δίκης Του.

Οι επανειλημμένες παράνομες
φυλακίσεις, με θρασύτητα βασανιστήρια,
οι απόπειρες δολοφονίας υπό κράτηση,
που υποστηρίχθηκαν μέσα από το
σύστημα υπό διάφορες μορφές,
συμπεριλαμβανομένων των διαδικασιών
της γραφειοκρατίας, της αδιαφορίας, του
τεχνάσματος του επιμερισμού της
ευθύνης, έχουν ως αποτέλεσμα τη
συνεχιζόμενη συστημική συννεοχή στα

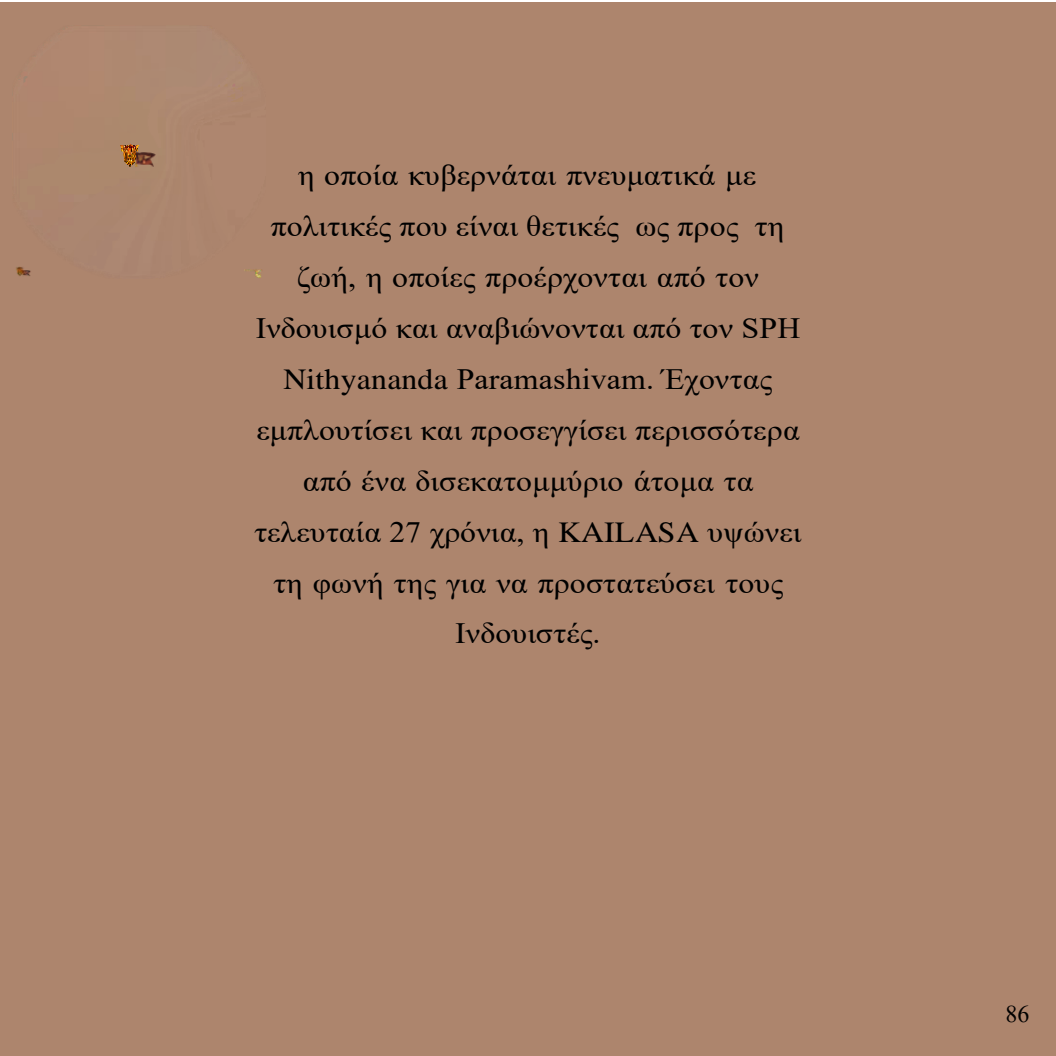
βασανιστήρια, τις δολοφονίες και τη
γενοκτονία

Η καλά σχεδιασμένη και πολυεπίπεδη
ψευδή προπαγάνδα μίσους από τα μέσα
ενημέρωσης της "τέταρτης
εξουσίας", υποστήριξε την ηθική
αποδέσμευση, αφήνοντας εσκεμμένα το
ευρύτερο κοινό σε μια κατάσταση
άγνοιας, άρνησης, απανθρωποποίησης και
απάθειας των παρευρισκομένων
φτάνοντας έτσι στο επίπεδο της
γενοκτονίας.

Ο SPH Nithyananda Paramashivam
στέκεται αλληλέγγυος στους Ινδουιστές ως
προς τις ανείπωτες και πολυεπίπεδες
κοινωνικές, πολιτικές, πνευματικές,

θησκευτικές, πολιτιστικές, γλωσσικές,
οικονομικές, νομικές και ψηφιακές διώξεις
που δέχτηκε ο Ινδουισμός και που
αντιμετωπίζουν οι Ινδουιστές και οι
ινδουιστικές μειονότητες παγκοσμίως τα
τελευταία χιλιάδες χρόνια και που
συνεχίζονται μέχρι σήμερα. Ο SPH
Nithyananda Paramashivam αναγνωρίστηκε
πρόσφατα από τα Ηνωμένα Έθνη για τις
διώξεις που ίδιος και η παγκόσμιας
κοινότητα KAILASA υπέστη με ιδιαίτερη
έμφαση στις γυναίκες και τα παιδιά που
επλήγησαν.

Η KAILASA με τις πνευματικές τις
πρεσβείες που λειτουργούν σε
περισσότερες από 100 χώρες και με την
παγκόσμια παρουσία της, είναι η
μεγαλύτερη πηγή πνευματικής γνώσης για
τον Ινδουισμό,



η οποία κυβερνάται πνευματικά με πολιτικές που είναι θετικές ως προς τη ζωή, η οποίες προέρχονται από τον Ινδουισμό και αναβιώνονται από τον SPH Nithyananda Paramashivam. Έχοντας εμπλουτίσει και προσεγγίσει περισσότερα από ένα δισεκατομμύριο άτομα τα τελευταία 27 χρόνια, η KAILASA υψώνει τη φωνή της για να προστατεύσει τους Ινδουιστές.



Ebook ISBN : 979-8-88572-712-9
Copyright © 2021, Sri Nithyananda Paramashivam, All Rights Reserved