Автор: Bloodshaper
17.07.2014 16:49 -

Системы йоги. Сахаджа Йога

Она создана Шри Матаджи Нирмалой Деви в 1970 и с тех пор распространилась в более чем 90 странах мира, однако, знания, на которых основывается Сахаджа Йога уходят на тысячи лет в прошлое. Сахаджа означает "спонтанно", а Йога - союз с самим собой, т.е. достижение Самореализации, которая является целью всех духовных традиций.
Знание Сахаджа Йоги очень древнее, но оно всегда было доступно лишь очень немногим, существовало в разрозненном состоянии и, обычно, передавалось непосредствено от гуру к ученику. В прошлом было крайне сложно получить Самореализацию. В современное время Шри Матаджи сделала это знание доступным всем, спонтанная массовая Самореализация стала реальным опытом сотен тысяч людей.
Через медитацию Сахаджа Йоги сознание получает новое измерение, где абсолютная Истина может ощущаться непосредственно нашей центральной нервной системой. И, как результат, наше духовное восхождение совершается абсолютно без усилий, как процесс роста семени в большое дерево. Физический, психический и эмоциональный баланс достигается как побочный эффект восхождения.
Медитируя в Сахаджа Йоге, человек осознает, что не является ни телом, ни умом, ни эго, ни предрассудками, ни эмоциями или интеллектом, а чем-то вечным, находящимся в сердце в чистом, неразрушимом состоянии - Духом. Дух - источник истинных знаний, источник мира и радости. Самореализация (второе рождение, сатори, просветление) - наше соединение с нашим Духом, и получить ее, как говорит Шри Матаджи, право каждого человека от рождения.
"Для всех важно иметь знание о своих корнях. Сахаджа Йога позволяет каждому стать своим собственным Духовным руководителем" - Шри Матаджи Нирмала Деви.
Что дает Сахаджа Йога?
• Развитие человека.
Практикующий Сахаджа Йогу человек, живя обычной активной жизнью, сам направляет свой духовный рост. Совершенствуются его тело, интеллект, чувства и отношения. Огромная роль в этом процессе принадлежит медитации, которая выполняется в "настоящем" и является полностью контролируемым процессом. Положительное влияние такой медитации подтверждено учеными-психофизиологами, что нашло отражение в материалах нескольких международных конференций.
• Действия, мысли и чувства, соответствующие законам Космоса.
У человека появляется чувствительность к восприятию всепроникающей космической энергии и понимание её законов. В момент получения истинной информации на ладонях рук ощущаются прохладные вибрации. Ложная информация (дезинформация) вызывает теплые и даже горячие, колющие вибрации. Человек воспринимает реальность без искажений её амбициями, привычными эмоциями или принятыми в обществе стереотипами. Благодаря способности ощущать вибрации, появляется возможность принимать правильные (порой нестандартные) решения. Это дает чувство

защищенности, уверенности, спокойствия и радости.
• Самоизлечивание.
Используя простые методы, человек получает возможность очищать свои энергетические центры и тем самым корректировать состояние своих органов и систем (кровеносной, лимфатической и т.д.). У людей, получивших самореализацию, без медикаментов корректируется состав крови, нормализуется обмен веществ, снимается стресс - причина многих сложных заболеваний. Всепроникающие космические вибрации воздействуют на человека на клеточном уровне, восстанавливая его здоровье и возвращая человека в состояние внутреннего природного баланса.
• Развитие общества
Самореализация устраняет в сознании людей все разделения по национальному, религиозному и партийному признакам. Возникает возможность консолидации общества на основе нравственных законов. Общество реализованных людей принципиально отличается от общества нереализованных людей. Сегодня общество учится на своих ошибках под воздействием болезней, стихийных бедствий, экономических кризисов, техногенных катастроф, межнациональных конфликтов и войн. Самореализация дает возможность человеку и коллективам видеть свои ошибки и вовремя их исправлять. Именно это качество обеспечивает обществу устойчивое развитие и постоянный прогресс.