ஸ்ரீ ராம் சந்த்ர மிஷன்®

ECHOES இந்தியா

செய்திமடல்

மாஸ்டர் பற்றிய செய்திகள்

ஏப்ரல் 2015
குஜராத் பயணம்

ஏப்ரல் 20ம் தேதி திங்கட்கிழமை மதியம், வணக்கத்திற்குரிய கம்லேஷ் பாய் **அகமதாபாத்** வந்திறங்கினார். விமான நிலையத்திலிருந்து நேரடியாக அவருடைய இல்லத்திற்குச் சென்றார். இரவு 7.30 மணிக்கு அடலாஜ் யோகாசிரமத்தில் குழுமி இருந்த சுமார் 600 அப்யாசிகளுக்கு சத்சங்கம் நடத்தினார். சத்சங்கத்திற்குப் பிறகு அனைத்து அப்யாசிகளையும் சந்தித்தார்.

21ம் தேதி காலை 6.30 மணிக்கு, மாஸ்டர் ஆசிரமத்தில் சத்சங்கம் நடத்தினார். பின்னர் இதயத்தினைத் தொடுகின்ற வகையில் உரை நிகழ்த்தினார். அதில் ஆன்மீக உலகினைப்பற்றி நாம் அதிகம் அறிந்திராத பல உண்மைகளை மிகத் தெளிவாக எளிய நடையில் வெளிப்படுத்தினார். இந்த உரையில் இருந்து சில விஷயங்கள்:

- குருவுக்கும் சீடனுக்கும் உள்ள உறவு முறையினை விவரிக்கும் போது, ஒரு குரு தன் மனதில் 7 மாதங்கள் வரை அவருடைய சீடனை வைத்து இருப்பதாகவும் அதன் பின்னர் அவரை ஒளி உலகில் விடுவித்து விடுவதாகவும் சொன்னார். சீடன் பயிற்சியின் அனைத்து அம்சங்களையும் உண்மையான உற்சாகத்துடன் செய்து, குருவுடனான அன்பைத் தவிர வேறு எதனையும் தன்னகத்தே வைத்துக்கொள்ளாதவராக இருந்தால் மட்டுமே இது 7 மாதங்களில் சாத்தியமாகும். பல நேரங்களில் தன் அற்பமான செயல்களின் காரணமாக சீடர் தானாகவே குருவின் மனதில் இருந்து வெளியேறி விடுகிறார்.
- உங்களுள் இருக்கும் தெய்வீக அன்பினை, அனைவரும் ஒரே சீராக, சமமாக உணர முடிதல் வேண்டும்.
- தியானத்திற்குப் பின்னர், அருளப்படும் நிலையினைத் தக்கவைத்துக் கொள்ளுவது தான், ஒரு சாதகனுக்கு இருக்கின்ற மிகப்பெரிய சவால் ஆகும்.

உரை நிகழ்த்தி முடிந்ததும், தன் இருப்பிடத்திற்குச் சென்ற அவர், எல்லா அப்யாசிகளையும் அவர்களின் இல்லங்களிலேயே மாலை 7 மணி சத்சங்கத்திற்கு அமர்ந்து கொள்ளும்படி கூறினார். புதன்கிழமை நவ்ஜீவன் எக்ஸ்பிரஸ் இரயில் மூலம் சூரத் புறப்பட்டுச் சென்றார்.

ஏப்ரல் 22ம் தேதி, கம்லேஷ் பாய் காலை 11.00 மணிக்கு **சூரத்** சென்றடைந்தபின், ஒரு அப்யாசியின் வீட்டிற்குச் சென்றார். மதியம் 2 மணி அளவில், சூரத்தில் புதிய தியானக்கூடத்திற்கான சொத்து ஆவணங்களில் கையெழுத்திட்டார். மாலை 5 மணி அளவில், புதிய தியானக்கூடம் அமையவுள்ள இடத்தில் சத்சங்கம் நடத்தினார். தெற்கு குஜராத்தின் பல்வேறு மையங்களில் இருந்து சுமார் 300 அப்யாசிகள் வந்திருந்தனர். சத்சங்கத்திற்குப் பின்னர் மாஸ்டர் சுருக்கமான உரை நிகழ்த்தினார். நீண்ட நாட்கள் காத்திருப்புக்குப் பின்னர் சூரத்தில் தியான மண்டபம் அமைய இருப்பது குறித்து மகிழ்ச்சி அடைவதாகத் தெரிவித்தார். அதனை ஒரு கலைக்கூடமாக உருவாக்க வேண்டும் என அப்யாசிகளைக் கேட்டுக் கொண்டார். மிக விரைவில் இதனைத் திறந்து வைக்க மீண்டும் இங்கு வருவதை எதிர்பார்த்து இருப்பதாகத் தெரிவித்தார். மாலை 6.30 மணிக்கு ப்ஹருச் புறப்பட்டுச் சென்றார்.

நெடுஞ்சாலையில் ஏற்பட்ட போக்குவரத்து இடர்பாடு காரணமாக இரவு 8.45 மணிக்குத்தான் அவர் **ப்ஹருச்சை** அடைந்தார். அங்கு ஆவலுடன் காத்திருந்த அப்யாசிகளுக்காக இரவு 9.00 மணிக்கு சத்சங்கம் நடத்தினார்.

23 ந் தேதி காலை சத்சங்கத்திற்குப் பிறகு, அவருக்கு மிகவும் தேவைப்பட்ட ஓய்வை எடுத்துக்கொண்டார். காலை

11.30 மணிக்கு வதோதாரா கிளம்புவதற்கு முன் அவர் அனைத்து அப்யாசிகளையும் சந்தித்தார்.

மதியம் 1 மணி அளவில் கமலேஷ்பாய் **வதோதரா**வுக்கு வந்து சேர்ந்தார். சத்சங்கத்திற்குப் பிறகு அவர் சிறிய உரை நிகழ்த்தினார். சத்சங்கத்தின்போது கொட்டிய அருள் மழையால் அவர் மகிழ்ச்சியடைந்ததாக கூறினார். இரவு 10 மணிக்கும், அடுத்த நாள் காலை 6.30 மணிக்கும் என இரு சத்சங்கங்கள் உள்ளதாக அறிவித்தார். இந்த சத்சங்கங்களில் அனைத்து அப்யாசிகளையும் வீட்டிலேயே அமரும்படி கேட்டுக்கொண்டார்.

சத்சங்கத்திற்குப் பிறகு, கம்லேஷ் பாய், பல்வேறு ஆசிரமங்களுக்கு சூரிய மின்கல கருவியை பொருத்த விளக்கம் கொடுக்க வந்த ஒரு விருந்தினருடன், ஆசிரமத்தை சுற்றி வந்தார். அப்பொழுது, இயற்கையை குறித்த பல்வேறு விஷயங்களை விளக்கினார். கம்லேஷ் பாய் தளர்வடையச் செய்யும் நுட்பத்தை விருந்தினர் மற்றும் அப்யாசிகளுக்காக, பழைய தியானகூடத்தில் வழங்கினார். அதற்குப் பிறகு, அவருக்காக காத்துகொண்டிருந்த குழந்தைகளை சந்தித்தார். சூரிய ஒளி சக்தியை எடுத்துக்காட்டாக கொண்டு, குணப்படுத்தும் நுட்பத்தை குறித்து பேசினார். காட்டேஜிற்கு திரும்பி செல்லும் வழியில், நிறைய அப்யாசிகளுக்கு வணக்கம் தெரிவித்தார்.

அவர் இரவு அங்கேயே தங்கி சில மிஷன் வேலைகளை செய்தார். பிறகு வெள்ளிக்கிழமை காலையில் **அகமதாபா**த்திற்கு கிளம்பினார்.

24ந் தேதி மாலை, ப்ரிபெக்ட் பணி செய்ய தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட ஒன்பது பேரை தன்னுடைய இல்லத்திற்கு சிட்டிங்கிற்காக அழைத்தார். 25ந் தேதியன்று அவர்களுக்காக இரு சிட்டிங்குகள் வழங்கி, ப்ரிபெக்ட் பணி செய்ய அனுமதி வழங்கினார்.

மாலை ஹைதராபாத்திற்கு கிளம்பினார். விழாவிற்கு முன்பு ஒரு சிறப்பு வருகையை முடிக்க, தேசத்தின் மேற்குப்பகுதிக்கு கிளம்பினார்.

ஹைதராபாத்

ஷாஜஹான்பூரில் பாபூஜி மகராஜிற்காக ஒரு அழகான *சமாதி* கட்டவேண்டும் என்பது, நமது அன்பிற்குரிய சாரிஜி மகராஜ் அவர்களின் இதயபூர்வமான, சிறப்பு செயல்திட்டமாக இருந்தது. இடமின்மை காரணமாக அது நிறைவேறவில்லை. ஹைதராபாத் கன்ஹா செயல்திட்டத்தை பெற்ற பிறகு, அந்த இடத்தை சாரிஜி மகராஜ் அவர்கள் தன்னுடைய அன்பிற்குரிய மாஸ்டருக்கு நிகரற்ற நினைவிடத்தை அமைக்க தேர்வு செய்தார்.

அதன் பிறகு, கன்ஹா கட்டிடத்தின் மேல் பகுதியில் அமர்ந்திருப்பது போன்ற மிகப் பெரிய சிலை அமைக்கும் திட்டம் வந்தது. பாபூஜியால் உருவாக்கபட்ட இந்த சகஜ மார்க்க புதிய கலாசாரத்திற்கு அது அர்ப்பணிக்கப்பட்டது. இந்த கட்டிடமானது இதய வடிவிலான எசோடெரிக் சின்னம் போல் அமைக்கப்பட்டிருக்கிறது. ஹைதராபாத்திற்கு உள்ளேயும் வெளியேயும் வந்து போகும் விமானத்திலிருந்து இதனை பார்க்க முடியும். விமான நிலைய கட்டுப்பாடுகளின் வரம்புக்குட்பட்டு, மொத்த உயரம் 52 அடிகளில் அமைக்கப்பட்டுள்ளது. நன்கு அறியப்பட்ட ஒளிமையமாக இருக்கப்போகின்ற இந்த நினைவிடத்திற்கு உலகிலுள்ள அனைத்து மக்களும் கூட்டம் கூட்டமாக வருவார்கள் என்பது தெளிவாக தெரிகிறது. முடிவாக, பாபூஜி மகராஜின் சிலை, ஏப்ரல் 26ந் தேதி, அன்பிற்குரிய கமலேஷ் பாய் மேற்பார்வையில் நிறுவப்பட்டது. 30 அடி உயரம் உள்ள அந்தச் சிலை, கலையின் உண்மையான வேலைப்பாடு ஆகும். முகமானது, அமைதியாகவும், உணர்வுகளை வெளிப்படுத்துகிற வகையிலும் இருக்கிறது. கையால் வடிவமைக்கப்பட்ட வேலைப்பாட்டு நுணுக்கங்கள், சிலையை உயிரோட்டம் பெறச் செய்கின்றன. ஐந்து வகை உலோகங்களின் கலவையால் உருவாக்கப்பட்டுள்ளது. அசல் களிமண்ணால் செய்யப்பட்ட அச்சுக்களிலிருந்து பெறப்பட்ட, தோராயமாக நூறு உலோக வார்ப்புத் தகடுகள், இடைவெளி இல்லாமல் பற்ற வைக்கப்பட்டு ஒன்று சேர்க்கப்பட்டுள்ளன. இந்த சிலை 13டன் எடையுள்ளது.

ஸ்ரீ ராம் சந்த்ர மிஷன்®
எக்கோஸ் இந்தியா செய்திமடல்

மே 2015

உன்னாவோ

லக்னோ பண்டராவிற்கு பிறகு, கம்லேஷ்பாய் மே 2ம் தேதி உன்னாவோ மையத்தை பார்வையிட விரும்பினார். அவர் காலை 11 மணிக்கு புறப்பட்டு நண்பகல் 12.30 மணிக்கு உன்னாவோ மையத்தை அடைந்தார். (லக்னோ மையத்திலிருந்து 70 கி.மீ). அவர் தியானக் கூடத்தில் சத்சங்கம் நடத்திய பிறகு, சுருக்கமாக உரையாற்றினார். குறிப்பாக மாஸ்டரைப் போல் மாறுவது எப்படி? என்பதைப்பற்றி உரையாற்றினார். "பாபூஜி மகராஜ் ஒரு பயிற்சிமுறையை கொடுத்திருக்கிறார். பகிர்ந்து கொள்வதற்கு தயங்குகிறேன். மாஸ்டரின் தன்மைகளை உள்ளீர்த்துக்கொள்ள விரும்பும் ஒருவர், நள்ளிரவு 12 - 2 மணி வரையிலான இடைப்பட்ட நேரத்தில், 15 - 20 நிமிடங்கள், "மாஸ்டருடைய அனைத்து தன்மைகளும் என் இதயத்திற்குள் வருகின்றன" என்னும் பிரார்த்தனையுடன் கூடிய சங்கல்பத்துடன் தியானத்தில் அமர வேண்டும். மேலும் இதைச் செய்ய இயலாவிடில் வருத்தம் கொள்ள வேண்டாம்" என்றும் கூறினார். பாபூஜி இதைப் பகிர்ந்து கொள்ள விரும்பவில்லை. அப்யாசிகள் ஏற்கனவே பயிற்சியின் நிறைய அம்சங்களைச் செய்து கொண்டிருக்கின்றனர். மேலும் ஒரு தியானம்! மதிய உணவு முடித்துவிட்டு லக்னோ ஆசிரமம் திரும்பும்முன் சிறிது நேரம் ஓய்வெடுத்தார்.

சீதாப்பூர்

மே3 ம் தேதி சீதாப்பூர் ஆசிரமத்திற்கு சென்றார். சுமார் 7.30 மணிக்கு ஆசிரமத்தை அடைந்து சத்சங்கம் நடத்தினார். பிறகு மரக்கன்றுகள் நட்டார். ஆசிரமத்தை சுற்றிப்பார்த்தார். அவர் உணவகத்தில் நின்று அப்யாசிகளுக்கு காலை உணவு வழங்கினார்.
9 மணிக்கு புறப்பட்டு லக்னோ சென்றார். செல்லும் வழியில் நிறைய விஷயங்களைப்பற்றி பேசினார். "விமர்சிப்பதன் மூலம் உங்களை சிறுமைப்படுத்திக்கொள்ளாதீர்கள். உங்களைத் தான் நீங்கள் காயப்படுத்திக் கொள்வீர்கள். நீங்கள் விமர்சிக்கும் நபர் இங்கு இல்லை மற்றும் அவருக்கு எதுவும் நிகழ்வதில்லை. ஆனால் உங்களுக்கு நீங்களே விஷமூட்டிக்கொள்கிறீர்கள். இந்த வெறுப்பு மற்றும் விருப்பமின்மையால் வளர்ந்து கொண்டிருக்கும் அன்புக்கு என்ன நிகழும்? இது அவர்களைப் பற்றியதல்ல. நீங்கள் மாறாமல் இருக்கிறீர்கள்."

மாஸ்டர் பிற்பகல் 2 மணிக்கு லக்னோ ஆசிரமத்தில், காட்டேஜின் வாயிலில் கூடியிருந்த அனைத்து தன்னார்வலர்களையும் சந்தித்தார். சிரிப்புடன் சிறு உரையாடல் இருந்தது. சந்திப்பு, குழு புகைப்படத்துடன் முடிவடைந்தது. மாலை 6 மணிக்கு பிரதான தியான மண்டபத்தில் சத்சங்கம் நடத்தினார்.

டெல்லி

மே 4 ம் தேதி கம்லேஷ்பாய் டெல்லி சென்றடைந்தார். விரைவாக மீண்டும் தயாராகி, ஆசிரம திட்டம் மற்றும் பல்வேறு வடிவமைப்புகளைப் பரிசீலித்து பணி செய்ய தொடங்கினார். குர்காவ் ஆசிரமத்தில் மாலை 6 மணிக்கு சத்சங்கம் நடத்தினார். சத்சங்கத்திற்குப் பிறகு அவர் ஆற்றிய சிற்றுரையில், நாம் தியானம் செய்ய ஆர்வமுள்ளவர்களின் கவனத்தை ஈர்ப்பது எப்படி என்பதைப்பற்றி கூறுகையில் "நம்முடைய தினசரி ப்பயிற்சியிலிருந்து தொடங்குங்கள், அது மிக உயர்ந்ததாகும். உள்முக அமைதி, உள்முக குதூகலம் இவற்றைப் பரவச் செய்ய வேண்டும். இந்த செல்வங்களை நம் இதயத்தில் கொண்டிருக்கிறோம். நம் தினசரி செயல்பாடுகளை செய்யும்போது, நாம் ஒருவருடன் பேசும்போது, நம் எண்ணங்கள் அவர்களைச் சென்றடைகிறது. அது ஒருவரை மிகுந்த பாசத்துடன் தொடுவதைப் போன்றது. நமது எண்ணங்கள் மிகவும் ஆற்றல் வாய்ந்தது. பயிற்சி செய்யும்போது, அந்த அன்பான நிலையை நம்முள் நிலைநிறுத்தி, அதனுடன் செயல்படும் போது, நாம் ஒன்றைத் தொடும்போதோ, ஒருவரைப் பார்க்கும் போதோ, ஒன்றைக் கேட்கும் போதோ, அதே போன்ற அன்பு நிறைந்த நிலையை செலுத்திக் கொண்டிருக்கிறோம். இதை உணர்வுப்பூர்வமாக முயற்சி செய்யுங்கள். பேசும் பொழுது, உணர்வுப்பூர்வமாக உங்கள் அன்பை செலுத்துங்கள்" என்று கூறினார்.

"மக்கள் நமது பயிற்சிமுறையை தொடர்கிறார்களா இல்லையா என்பது பொருட்டல்ல. ஆனால் ஒவ்வொரு குடும்பமும் நாம் இருப்பதை தெரிந்து வைத்திருக்க வேண்டும். அவர்களுக்கு தேவையான போது சகஜ மார்க்கம் அங்கே இருக்கிறது. நாம் எப்போதும் தயாராக இருக்கிறோம்" என்ற தனது விருப்பத்தை சுவாமி விவேகானந்தர் பாபூஜியிடம் கூறினார்.
மாஸ்டர், ஐரோப்பாவில் தனது அடுத்த பயணத்தை தொடங்க, இரவு 11.30 மணிக்கு டெல்லி சர்வதேச விமான நிலையத்திற்கு புறப்பட்டுச் சென்றார்.

ஐரோப்பிய சுற்றுப்பயணம்

மே 5- 25, 2015

பெருமதிப்பிற்குரிய கம்லேஷ்ஜி அவர்களின் ஐரோப்பிய பயணம் இத்தாலியிலுள்ள மிலன் நகரத்திலிருந்து துவங்கியது. அவர், மே 6-ம் தேதி மிலனில் புதிய தியான மண்டபத்தை திறந்து வைத்தார். அன்றைய தினமே இத்தாலியின் அவோஸ்டாவிலுள்ள நமது மையத்திற்கு சென்றார். அதன் பின்னர் அவர், சுவிட்சர்லாந்தின் லொஸானிலுள்ள புதிய ஆசிரமத்திற்குச் சென்று, அங்கு சத்சங்கம் நடத்தினார். பின்னர் அவர், ஃபிரான்சிலுள்ள மாண்ட்பெல்லியர் மற்றும் பெர்பிக்னான் மையங்களுக்குச் சென்று பார்வையிட்டுவிட்டு, ஸ்பெயினிலுள்ள பார்சிலோனாவிற்குச் சென்றார். பார்சிலோனாவில் 'நெஞ்சத்தின் நிறைவு' மீது ஒரு நிகழ்ச்சி நடத்தப்பட்டது. அது, பங்கேற்ற விருந்தினரின் இதயங்களைத் தொட்டது. அவர்கள் அனைவரும் கடைசி தியானம் வரை இருந்துவிட்டு, பயிற்சியை துவங்க முடிவு செய்தனர். பின்னர், கம்லேஷ்ஜி போர்ச்சுகலிலுள்ள லிஸ்பன் மையத்தை பார்வையிட்டுவிட்டு, அங்கிருந்து ஃபிரான்சின் லியோனில், 'நெஞ்சத்தின் நிறைவு' மீதான 3 நாள் கருத்தரங்கம் ஒன்றை நடத்தச் சென்றார்.

மே 15-ம் தேதி முதல் 17-ம் தேதி வரை நடைபெற்ற கருத்தரங்கில் கலந்துகொள்ள ஐரோப்பா முழுவதிலுமிருந்து 2600-க்கும் மேற்பட்டோர் லியோனில் கூடியிருந்தனர். இக்கருத்தரங்கின் போது, ராம் சந்த்ராவின் முழுமையான படைப்புக்கள், பாகம் 5 என்ற புத்தகத்தின் பெட்டகப் பதிப்பு கூடியிருந்தவர்களுக்கு வெளியிடப்பட்டது. அப்போது, நவம்பர் 2014ல், மணப்பாக்கத்தில், முதல் இளைஞர் கருத்தரங்கத்தின் போது, கம்லேஷ்பாய் அவர்கள் ஆற்றிய உரைகளிலிருந்து தொகுக்கப்பட்ட "விதியை வடிவமைத்தல்" என்ற புத்தகத்தின் ஃபிரெஞ்சுப் பதிப்பும் வெளியிடப்பட்டது. இது ஃபிரான்சு மற்றும் பெல்ஜியத்தைச் சேர்ந்த இளம் அப்யாசிகளால் மொழிபெயர்க்கப்பட்டிருந்தது. வரையறைக்குட்பட்ட பதிப்பான இதன் ஃபிரெஞ்சுப் பெயர் க்ரீர் நோட்ரெ டெஸ்டினீ என்பதாகும்.

இக்கருத்தரங்கு முழுவதிலும், இளைஞர்களுக்கு தனித்தனி நிகழ்ச்சிகள் இருந்தன. இது, அவர்களுக்கு,

தலைப்புகளின் மீது சிந்திக்கவும் மற்றவர்களுடன் கலந்துரையாடவும் உதவியது. அனைவருக்கும், மற்ற ஒவ்வொருவருடனும் பிணைப்பை உருவாக்கிடவும், அதே நேரத்தில், தமது அணுகுமுறையை ஆழப்படுத்துவதன் மூலம் ஆன்மீக ரீதியில் முன்னேறவும் ஒரு சந்தர்ப்பமாக அமைந்தது. கம்லேஷ் அவர்கள் முதல் நிகழ்ச்சியின்போது அவர்களுடன் உரையாடினார். அப்போது, கம்லேஷ்பாய் மற்றும் பல இளம் பேச்சாளர்களிடையே நடைபெற்ற உரையாடலில், ஓர் அழகான தன்னெழுச்சியான ஓட்டம்

ஸ்ரீ ராம் சந்த்ர மிஷன்® எக்கோஸ் இந்தியா செய்திமடல்

இருந்தது. இந்நிகழ்ச்சி, சிரிப்பொலியும் கைத்தட்டலும் நிறைந்ததாக இருந்தது.

பொது மக்கள் அனுபவித்து உணர்வதற்காக இரண்டு 'நெஞ்சத்தின் நிறைவு' (Heartfulness) நிகழ்ச்சிகள் நடத்தப்பட்டன. வெளியிலிருந்து சுமார் 1000 பேர் வந்து பங்கேற்றனர். 17ம் தேதியன்று காலை 7.30 மணி சத்சங்கத்திற்குப் பிறகு கம்லேஷ் பாய் நான்கு திருமணங்களை நடத்தி வைத்தார். பிறகு லியானிலிருந்து அவர் ரொமானியாவிலுள்ள திமிஸோவராவிற்குக் கிளம்பினார்.

திமிஸோவராவில் நடந்த இரண்டு-நாள் கருத்தரங்கு மே 18ம் தேதியன்று, காலை 7.30மணி சத்சங்கத்துடன் தொடங்கியது. பெரும்பாலும் ரொமானியாவிலிருந்தும், ஸெர்பியா மற்றும் மொல்டாவியாவிலிருந்து சிலருமாக 200க்கும் மேற்பட்ட அப்யாசிகள் பங்கேற்றனர். திமிஸோவராவிலிருந்து வியன்னாவிற்குப் போகும் வழியில் ஹங்கேரியிலுள்ள புடாபெஸ்டில் சகோ.கம்லேஷ் பயணத்தை நிறுத்தி அங்கிருந்த உள்ளூர் அப்யாசிகளுக்கு சத்சங்கம் நடத்தினார். பின்னர் சற்று இளைப்பாறிய பிறகு ஆஸ்த்ரியாவிலுள்ள வியன்னாவிற்குப் பயணத்தைத் தொடர்ந்து அங்கே இளம் மாலையில் சென்றடைந்தார். அங்கே மே 21ம் தேதியன்று ஒரு-நாள் கருத்தரங்கத்தை நடத்திய பின்னர் அவர் டென்மார்க்கிலுள்ள வ்ராட்ஸ் ஸாண்ட்ஸ் ஆசிரமத்திற்குக் கிளம்பினார்.

வ்ராட்ஸில் மே-22ம் தேதியன்று தொடங்கிய கருத்தரங்கத்தில், அப்யாசிகள் மிகவும் தீவிரமும் முனைப்புமானதொரு நிகழ்ச்சியில் முழுகியிருந்தனர். ஐரோப்பா முழுவதிலிருந்தும் பங்கேற்ற 1200 அப்யாசிகளில் சில நெடுநாளைய அப்யாசிகளும் பல புதியவர்களும் இருந்தனர். தினமும் மூன்று சத்சங்கங்களும் அவற்றுடன் பல உரைகளும், நமது பரிணாம வளர்ச்சி மற்றும் இப்பூமியில், நெருக்கடியான இந்தக் கட்டத்தில் நடக்கும் விழிப்புணர்வு நிலையின் பரிணாம வளர்ச்சியிலும் உதவும் வகையில் பல ஆழமான கருப்பொருட்களை வெளிப்படுத்திய வண்ணம் இருந்தன.

23ம் தேதியன்று எல்லா அப்யாசிகளுக்கும், தியானக் கூடத்தில், 'நெஞ்சத்தின் நிறைவு' (Heartfulness) பற்றிய ஒரு விளக்க நிகழ்ச்சி இருந்தது. மதியம் உள்ளூர்காரர்களுக்காக டேனிஷ் மொழியில், பரிசோதனை முறையில் ஒரு (Heartfulness) 'நெஞ்சத்தின் நிறைவு' நிகழ்ச்சி நடத்தப்பட்டது. வந்திருந்த சுமார் 40 பேரில் பெரும்பாலானோர் முதல் சிட்டிங்கைத் தொடங்கினர். இதே போன்ற ஒரு நிகழ்ச்சி, ஞாயிறு மதியமும் நடந்தது. மாலை 5மணி சத்சங்கத்திற்குப் பிறகு சகோ.கம்லேஷ் 4-17,18 வயது வரையான குழந்தைகளுடன் சிறிது நேரம் கழித்தார்.

மே 25ம் தேதி முடிவடைந்த கருத்தரங்கத்துடன் சகோ.கம்லேஷின் ஐரோப்பிய நாட்டுப் பயணம் முடிவுற்றது.

சகோ.கம்லேஷின் ஐரோப்பிய பயணத்தின் முழு விவரங்கள் அப்யாசிகள் செய்தி அறிவிப்பில் வெளியிடப்பட்டு கீழ்க்கண்ட மின்முகவரியில் கிடைக்கப்பெறும்.

https://www.sahajmarg.org/newsletter/sahaj-sandesh

பிரிசெப்டர் கருத்தரங்குகள்

ஜபல்பூர், மத்திய பிரதேசம்

மே 26 முதல் 30ம் தேதி வரை 6 மண்டலங்களிலிருந்து (MP-8A, MP-8B, ராஜஸ்தான் 7A மற்றும் 7B, சத்தீஸ்கர் மற்றும் மகாராஷ்ட்ரா) வந்திருந்த 85 பிரிபெக்ட்களுக்கு ஐந்து நாள் கருத்தரங்கு ஒன்று ஜபல்பூர் மண்டல ஆசிரமத்தில் ஏற்பாடு செய்யப்பட்டிருந்தது. பிரி செப்டர்களுக்கு அளிக்கப்பட்டுள்ள புதிய அனுமதி கள் அல்லது வேலை நுணுக்கங்களுக்கு ஏற்ப, அவர்கள் தங்களை எவ்வாறு மாற்றி அமைத்துக் கொள்ள முடியும் என்பதே நிகழ்ச்சியின் மையமாக இருந்தது. நெஞ்சத்தின் நிறைவு, (Heartfulness) யூ-கனெக்ட், தொலைதூர சிட்டிங்குகள் மற்றும் பிரார்த்தனை ஆலோசனைகள் ஆகியவற்றின் மீதான அமர்வுகளுடன், சுய பரிசோதனை, உரையாடுதலின் கோட்பாடுகள், இதயப்பூர்வமாக கவனித்தல், உணர்வு பூர்வ வாழ்க்கை முறை மற்றும் பணிவு ஆகிய தலைப்புகளும் விவாதி க்கப்பட்டன.

அனைத்து பிரிசெப்டர்களும், முழு ஈடுபாட்டுடன், புதிய அனுமதிகளுக்கு ஏற்ப, தங்களுடைய மையங்களில் பணியாற்ற தீர்மானம் கொண்டனர்.

மீரட், உத்திர பிரதேசம்

மீரட்டில், மே 30, 31 தேதிகளில் 12-A (U.P.மேற்கு) மண்டலத்தில், வருடாந்திர பிரிசெப்டர்கள் கூட்டம் நடைபெற்றது. அதில் 70 பிரிசெப்டர்கள் கலந்து கொண்டார்கள். தியானம் முடிந்த பின், 'பிரிபெக்ட் என்பவர் ஒரு தீவிர அப்யாசி' என்ற தலைப்புடன் நிகழ்ச்சி துவங்கியது. நன்கு ஒருங்கிணைக்கப்பட்டிருந்த நிகழ்ச்சியானது, பிரிசெப்டர்களுக்கு அளிக்கப்பட்டுள்ள புதிய அனுமதிகளின் விளக்கத்துடன் தொடர்ந்தது. அதனை தொடர்ந்து, நெஞ்சத்தின் நிறைவு, (Heartfulness), யூ-கனெக்ட், வரவேற்புக் கூட்டங்கள் மற்றும் இல்லக் கூட்டம் ஆகியவற்றின் மீதான கருத்துரை அளி க்கப்பட்டதுடன் கேள்வி பதில் நிகழ்ச்சியும் தொடர்ந்தது. 'அன்பு, சகோதரத்துவம், பணிவு, பெயர் மறைவுநிலை மற்றும் ஒத்திசைவு ஆகி யவற்றுடனான நிர்வாகம்', 'பிரிபெக்ட்களின் பங்கு', 'மென்குரல்களின் முக்கியத்துவமும், மதிப்புகளும்', 'நற்பண்பை உருவாக்குதல்' போன்ற தலைப்புகளும் கலந்துரையாடப்பட்டன. GITP பயிற்சியின் முக்கியத்துவம், புத்துணர்வு மையங்கள், ஆசிரமங்கள், மற்றும் CRESTக்கு அப்யாசிகள் செல்வதை ஊக்குவித்தல், மற்றும் கணக்குவைப்பு முறைக்கான பயிற்சி ஆகியவையும் கருத்தரங்கில் இடம் பெற்றிருந்தன.

சகோ.அசோக் குமார் கார்க் (மண்டல பொறுப்பாளர்), மண்டலத்தில் உள்ள ஆசிரமங்களுக்குச் சென்றதைப் பற்றிய அவரது கருத்துக்களையும், மேலும் அவற்றின் முன்னேற்றத்திற்கான ஆலோசனைகளையும் பகிர்ந்து கொண்டார். அதைத் தொடர்ந்து, மையங்களின் வளர்ச்சியின் போது ஏற்படும் பிரச்சனைகள் பற்றி பிரிசெப்டர்கள் எழுப்பிய கேள்விகள், அவற்றிற்கான விளக்கங்கள் ஆகியவற்றைக் கொண்ட ஒரு நிகழ்ச்சி இருந்தது. இறுதிப் பகுதியில், பிரிசெப்டர்கள் தங்களுடைய உணர்வுகளை பகிர்ந்து கொள்ள முன்வருமாறு அழைக்கப்பட்டனர்.

பிரிசெப்டர் பணிக்கு தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டவர்களுக்கான நிகழ்ச்சி

மணப்பாக்கம்

மே 20 முதல் 26 வரை 10வது குழுவான, பிரிசெப்டர் பணிக்கு தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டவர்களுக்கான நிகழ்ச்சி, BMAவில் நடைபெற்றது. பயிற்சியில் 62 நபர்கள் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டிருந்தனர். அதில் 20 பேர் முன்பே பிரிசெப்டர்களாக நியமிக்கப்பட்டவர்கள். மீதம் 42 பேர் தயாரிக்கப்பட்டுக் கொண்டிருந்தனர்.

நிகழ்ச்சியின் போது, கமலேஷ் பாயின் பௌதீகப் பிரசன்னம் இல்லாவிடினும், அவருடைய வழி காட்டுதலும், பிரசன்னமும் நன்றாக உணரப்பட்டது. சகோ.C.ராஜகோபாலன் ஆயத்த சிட்டிங்குகளை வழங்கி, கேள்விகளுக்கு பதிலளித்து, பிரிசெப்டர் பணியின் சாரம்சங்களையும் விளக்கினார்.

தொடர்பு கொள்ளுதல், உரையாடலின் கோட்பாடுகள், பயிற்சியிலும், பிரிசெப்டர் பணியிலும் இருக்கவேண்டிய மனப்பான்மை, சகஜ மார்க்க தத்துவங்கள், நிலையை அறிதல், பணிவு, பிரிசெப்டர்களுக்கான புதிய அனுமதிகள், பெயர்மறைவு மற்றும் முக்கியத்துவமற்ற நிலை, நெஞ்சத்தின் நிறைவு, (heartfulness) பிரார்த்தனைக் கருத்துக்கள் போன்ற பல, நிகழ்ச்சியில் இருந்தன. பணியாற்ற முன்பே அனுமதி அளிக்கப்பட்டிருந்த பிரிசெப்டர்களுக்கு சிறப்பு நிகழ்ச்சிகளும் இருந்தன. சகோதரத்துவமும், 'புனிதமும், உயர்சிறப்பும் வாய்ந்தது' என்று அன்பிற்குரிய மாஸ்டர் கூறும் பணியை எடுத்துக் கொள்வதற்கான நோக்கமும் உணரப்பட்டது.

யூ-கனெக்ட்

ஔரங்காபாத், மஹாராஷ்ட்ரா

யூ-கனெக்ட் மூலம் திட்டமிடப்பட்ட, சுய முன்னேற்ற நிகழ்ச்சி (Self Development Program-SDP), அரசு பொறியியல் கல்லூரியில் 2014-15ம் ஆண்டின் இரண்டாம் செமெஸ்டரில் நடத்தப்பட்டது. இளநிலை பொறியியல் படிக்கும் சுமார் 72 மாணவர்கள் இதில் கலந்துகொண்டனர்.

மே 23 அன்று, கல்லூரியில் நிறைவுப் பகுதி நடத்தப்பட்டது. உடலைத் தளர்த்தும் முறை (relaxation technique) குறித்த செயல்விளக்கமும், பத்து நிமிட தியானமும், பிரிசெப்டரால் நடத்தப்பட்டது. மாணவர்கள் மிகுந்த ஆர்வத்துடன் கலந்துரையாடல்களில் பங்கேற்றனர். இதைத் தொடர்ந்து அனைத்து SDP பங்கேற்பாளர்களுக்கும் சான்றிதழ் வழங்கப்பட்டது.

இந்தோர், மத்திய ப்ரதேசம்

ஜூன் 14-ல், மத்தியப் பிரதேசம், மண்டலம் 8A யிலிருக்கும், 50 யூ-கனெக்ட் தன்னார்வலர்களுக்காக ஒரு மண்டலக் கூட்டம் நடைபெற்றது. சென்ற கல்வியாண்டில், இந்தோர், போபால், குவாலியர், விதிஷா-விலிருக்கும் 6 கல்லூரிகளில் SDP நடத்தப்பட்டது. 4 கல்லூரிகளில் SDP முடிவடைந்து, 2 கல்லூரிகளில் நடந்துகொண்டிருக்கிறது. அனைத்துமாக, சுமார் 180 மாணவர்கள், இந்நிகழ்ச்சிகளில் பங்கேற்றனர். தன்னார்வலர்கள் தங்களுடைய அனுபவங்களை மாணவர்களுடன் பகிர்ந்துகொண்டனர். SDP தங்களுடைய வாழ்வில், மிகவும் தேவையான ஆன்மீக இடைவெளியை நிரப்பியதாக, மாணவர்கள் உணர்ந்தனர். SRCM தன்னார்வலர்களின் ஈடுபாடு, சுயநலமற்ற பணி கண்டு வியந்தனர். பல மாணவர்கள் சிட்டிங் எடுக்க ஆர்வமாயினர். தன்னார்வலர் குழு அமைப்பது, பேச்சாளர்கள் மற்றும் ஒருங்கிணைப்பாளர்களை பயிற்றுவிப்பது பற்றிய குறிப்புகள் பங்கேற்பாளர்களுடன் பகிர்ந்துகொள்ளப்பட்டன. மேலும், தன்னார்வலர்களுக்கு SDP பற்றிய சுருக்கவுரை அளிக்கப்பட்டது.

இந்நிகழ்ச்சியை, ஹர்தா, உஜ்ஜைன், ஜபுவா ஆகிய 3 புதிய மையங்களில் செயல்படுத்த முடிவு செய்யப்பட்டது. தற்போது உள்ள இந்தோர், போபால் ஆகிய மையங்கள் அதே கல்லூரிகளிலும், மேலும் சில புதியவற்றிலும் செயல்படுத்தும்.

ஒருங்கிணைப்பாளர் பயிற்சி நிகழ்ச்சி, ஓசூர், தமிழ் நாடு

இரண்டு நாள் ஒருங்கிணைப்பாளர் பயிற்சி நிகழ்ச்சி ஒன்று, மே 30, 31-ம் தேதிகளில், 70 அப்யாசிகளுக்காக ஏற்பாடு செய்யப்பட்டது. மண்டலம் 2Aவின் பல மையங்களிலிருந்து அப்யாசிகளும், மண்டலம் 2B மற்றும் கர்நாடகாவிலிருந்து சில அப்யாசிகளும் கலந்துகொண்டனர். இதில் யூ-கனெக்ட் மற்றும் SDP பற்றிய பகுதிகள் இருந்தன. அனைத்து பங்கேற்பாளர்களும் குழு கலந்துரையாடல்கள் மற்றும் விளக்கப்பட காட்சிகளில் ஈடுபட்டிருந்தனர். சில பங்கேற்பாளர்கள் உரை நிகழ்த்த, மற்றவர்கள் கல்லூரி மாணவர்களாக மாதிரி நிகழ்ச்சி நடத்தப்பட்டது. இதனால் பங்கேற்றவர்களுக்கு, இப்பணியின் தீவிரத்தையும், கல்லூரி, மற்றும் பல்கலைக்கழகங்களில் இந்நிகழ்ச்சியை நடத்தும்போது ஏற்படும் சாத்தியமான ஈர்ப்பையும் புரிந்துகொள்ள முடிந்தது. நிகழ்ச்சியின் முடிவில், மண்டலம் 2Aல் யூ-கனெக்ட் செயல்பாட்டை நடத்த, மண்டலப் பொறுப்பாளரால், ஒரு நடவடிக்கைத் திட்டம் முன் வைக்கப்பட்டது. ஒருங்கிணைப்பாளர்கள் அடிக்கடி ஒன்று கூடி, தங்களுடைய உரை நிகழ்த்தும் திறமையைக்கான பயிற்சியை, யூ-கனெக்ட் மையக் குழுவின் கவனிப்பாளர் ஒருவர் முன் பெறுவார்கள். போதுமான ஒருங்கிணைப்பாள்ர்கள் பயிற்சி பெற்றபின், அவர்கள் தங்கள் பகுதிகளிலிருக்கும் கல்லூரி, பல்கலைக்கழகங்களை அணுகி SDPஐ நடத்துவார்கள்.

இளைஞர் நிகழ்ச்சிகள்

விருதுநகர், தமிழ் நாடு, மண்டலம் 2D

மே 29- 31 வரை நடைபெற்ற மண்டல அளவிலான இளைஞர் கருத்தரங்கம் ஒன்றில், மண்டலம் 2D யின் பெரும்பான்மை மையங்களைச் சேர்ந்த 73 அப்யாசிகள் பங்கேற்றனர்.

நெஞ்சத்தின் நிறைவு, (Heartfulness) இலக்கை நிர்ணயித்தல், சாதனா, சேவை புரிதல், சுய பரிசோதனை, மற்றும் குணநலன் ஆகிய பொருட்கள் பற்றிய கலந்துரையாடல்களில், இளைஞர்கள் மிகுந்த ஆர்வத்துடன் பங்கேற்றதால், நிகழ்ச்சி சிறந்த முறையில் நடந்தது. தன்னார்வத் தொண்டர் பணிகள் ஏற்பாடு செய்யப்பட்டு, அதன் தொடர்பான தலைப்புகளில் குழுக் கலந்துரையாடல்களும் இருந்தன.

நாளின் இறுதி நிகழ்ச்சிக்குப்பின், இரவு உணவுக்கு முன்னால், அந்நாளின் நிகழ்வுகளைப் பற்றிய கலந்துரையாடல்களும், அடுத்த நாள் நிகழ்வுகளுக்கான ஆலோசனைப் பரிமாற்றங்களும், தொடர்ந்த நிகழ்ச்சிகளை மேம்படுத்தின.

நம் மாஸ்டர்களின் வழக்கமான வீடியோக்காட்சிகளைத் தவிர, சுவாமி விவேகானந்தரின் வாழ்க்கையை அடிப்படையாகக் கொண்ட படமும் திரையிடப்பட்டது.

இத்தகைய சந்தர்ப்பங்களை அளித்து, நிரந்தரமான வழிகாட்டுதலை வழங்கும் நம் மாஸ்டர் மீதான நன்றியணர்வுடன் இக்கருத்தரங்கம் நிறைவுற்றது.

வல்சத், குஜராத், மண்டலம் 6B

வல்சத் ஆசிரமத்தில், ஜூன் 13, 14ம் தேதிகளில், "இங்கு இப்பொழுது" ("Here and Now") என்ற கருத்தில் நடைபெற்ற மண்டல அளவிலான பணிமுகாமில், 43 ஆர்வமிக்க இளவயதினர் பங்கேற்றனர். இது, பிப்ரவரி மாதம் வதோதரா ஆசிரமத்தில் நடைபெற்ற பணிமுகாமின் இரண்டாம் பகுதியாகும். மனப்பாங்கு, நெஞ்சத்தின் நிறைவு (Heartfulness), சுய ஆய்வு, தன்னார்வப் பணிபுரிதல், நேர மேலாண்மை, மற்றும் பண்டாரா ஆகியவை நிகழ்ச்சியின் கருப்பொருட்கள் ஆகும். பங்கேற்பாளர்கள், பிரார்த்தனையுடனான ஆலோசனைகளின் பயன்பாடு, மற்றும் நாட்குறிப்பு எழுதுவதன் மூலம், தன் நிலையை அறிவதற்கான விழிப்புணர்வை அதிகரித்தல் ஆகியவற்றிலும் ஈடுபட்டிருந்தனர். இளைஞர்கள் ஆசிரமத்தில் ஒரு மணி நேரம் தன்னார்வத் தொண்டாற்றினர்.

இப்பணிமுகாமின்போது, ' சாதனாவில் மூழ்குங்கள்', ' 'காலத்தின் தேவை', ' பத்து நியமங்கள்', மற்றும் 'ஒளி மயமான 50 ஆண்டுகள்' ஆகிய DVDக்கள் திரையிடப்பட்டன.

இங்கு இப்பொழுது, மிகுந்த உற்சாகத்துடன், பயிற்சி செய்து மாற்றம் அடையத் தீர்மானம் மேற்கொண்ட அனைத்து பங்கேற்பாளர்களின் ஆன்மீகப் பயணத்தின் முன்னேற்றத்திற்கான படியாக இம்முகாம் அமைந்தது.

ஊடக பணிமுகாம், மும்பை

பன்வேல், BMAயில் நடைபெற்ற, 10 நாள் ஊடக பணிமுகாம் ஒன்றில், 8 இளம் வயதினர் பங்கேற்றனர். பங்கேற்பாளர்கள் மிஷனின் பல்வேறு திட்டங்களில் பணி புரிய ஏதுவாக, 'தானாகச் செய்தல்' என்ற கருத்தினை மனதில் கொண்டு நிகழ்ச்சி தயாரிக்கப்பட்டிருந்தது. ஊடகத்தில் அடங்கிய அம்சங்களின் கோட்பாடு மற்றும் செய்முறை ஆகியவற்றைக் கொண்ட பணி முகாமாக இருந்தது. புகைப்படம் எடுத்தல், ஒளிப்பதிவு, ஆடியோ வீடியோ செலெக்டர் உதவியுடன், பல்புகைப்படக் கருவியின் மூலம் ஒரு பேட்டியைப் படமாக்குதல், ஸ்டூடியோ விளக்குகள், இயக்குனரின் கண்ணோட்டம், ஒலிச்சேர்க்கை, குரல்வழி ஆகிய தலைப்புகளின் அடிப்படையில் செயல் திட்டங்களும், பயிற்சிப் பாடங்களும் கொடுக்கப்பட்டன. ஊடகவியலாளரின் பரபரப்பான தினசரி அலுவல்களை மனதில் கொண்டு, ஒரு பிசியோதெரப்பிஸ்ட் மற்றும் ஒரு உணவு முறை நிபுணர் ஆகியோரின் சிறப்பு விரிவுரைகள் இருந்தன. பங்கேற்பாளர்களின் நடிப்புத்திறனைக் காணவும், அவர்களுக்கு தொழில் நேர்த்தியை நோக்கிய முன்னேற்றத்தைக் காட்டவும், "உள்ளிருப்பதை உணர்ந்து சுவை" என்ற செயல் திட்டப் பணியை, பயிற்சியாளர்கள் அவர்களுக்குக் கொடுத்தனர். இந்தத் திட்டப்பணிகள் மற்றும் பயிற்சிப் பாடங்கள் அனைத்தும், பங்கேற்பாளர்களுக்கு, தங்கள் சொந்த காட்சிக் கதை (திரைப்படம்) மூலம், இயக்கம், நடிப்பு, ஒளிப்பதிவு, தொகுத்தமைத்தல், ஒலி உருவாக்கம் ஆகியவற்றைப் பற்றிய தனிப்பட்ட அனுபவத்தை வழங்கின.

ஸ்ரீ ராம் சந்த்ர மிஷன்®

எக்கோஸ் இந்தியா செய்திமடல்

செய்தித் துணுக்குகள்

பில்வாரா, ராஜஸ்தான்

ஜூன் 7 அன்று ஏற்பாடு செய்யப்பட்டிருந்த, 'பத்து நியமங்கள்' பற்றிய பயிற்சி முகாம் ஒன்றில், 43 அப்யாசிகள் பங்கேற்றனர். எடுத்துக்காட்டுகள் மற்றும் கதைகள் மூலம் நியமங்கள் விரிவாக விளக்கப்பட்டன. பத்து நியமங்களைக் கடைப்பிடித்தல், உண்மையான ஆன்மீக ஆர்வலர்களுக்கு மிகவும் முக்கியம் என்று வலியுறுத்திக் கூறப்பட்டது. ஒவ்வொரு நியமத்தின் முக்கியத்துவம் குறித்த தெளிவான புரிந்து கொள்ளுதல் அப்யாசிகளுக்கு மிகவும் உதவியாக இருந்தது.

ஹூப்ளி, கர்நாடகா

ஜூன் 13, 14 தேதிகளில், கன்னட மொழியில், 'மனனா' என்ற இரண்டு நாள் நிகழ்ச்சி நடத்தப்பட்டது. ஹூப்ளி, தார்வாட், பேலூர், நவநகர், கல்லூர் மற்றும் குல்பர்கா மையங்களிலிருந்து, 100க்கும் மேற்பட்ட அப்யாசிகள் கலந்து கொண்டனர். பயிற்சியின் பல்வேறு அம்சங்களைப் பற்றிய விரிவான விளக்கக் காட்சிகளைப் பயன்படுத்திக் கலந்துரையாடப்பட்டது. அனைத்து அப்யாசிகளும் தாங்கள் பெருமளவு பயனடைந்ததை உணர்ந்தனர்.

சிரோ, அருணாச்சலப் பிரதேசம்

'பயிற்சியில் நிலைப்படுத்துதல்' (GITP) பற்றிய உறைவிடப் பயிற்சி முகாம், ஏப்ரல் 17-19 வரை ஆசிரமத்தில் நடைபெற்றது. நாட்குறிப்பு எழுதுதல், தியானம் மற்றும் சுத்திகரிப்பு ஆகியவை பற்றி பயிற்சி அளிக்கப்பட்டது. இடாநகர், பொம்தில்லா, பாசிகட், நாகர்லகான், ராகா, அினிி, டெங்கா, டுலங், வடக்கு லக்கிம்பூர் மற்றும் தின்சுகியா உள்ளிட்ட பகுதிகளிலிருந்து 50 க்கும் மேற்பட்ட அப்யாசிகள்

கரக்பூர், மேற்கு வங்காளம்

கரக்பூர், கேந்திரிய வித்யாலயா பள்ளியில், பத்தாம் வகுப்பின் நான்கு பிரிவுகளில் இருந்து சுமார் 150 மாணவர்களுக்கு "நன்னெறிக் கல்வி - ஓர் அறிமுகம்" என்ற மூன்று நாள் நிகழ்ச்சி, ஏப்ரல் 20 - 22 வரை ஏற்பாடு செய்யப்பட்டிருந்தது. "விளையாடிக் கொண்டே சில நன்னெறிகளைக் கற்போம்" என்பது மையக் கருத்தாக இருந்தது. நிகழ்ச்சியானது இரண்டு நிமிட அமைதி நேரம் மற்றும் தளர்வுபடுத்தும் பயிற்சியுடன் ஆரம்பமானது. அதனைத் தொடர்ந்து ஒரு ஆர்வமூட்டும் விளையாட்டும் இருந்தது. விளையாட்டு முறையிலேயே ஆறு முக்கிய நன்னெறிகளும் (பணிவு, அன்பு, துணிவு, உண்மை, பொறுப்புணர்வு மற்றும் ஒழுக்கம்) அவர்களுக்கு அறிமுகப்படுத்தப்பட்டன. மாணவர்கள் அனைவரும், விளக்கத்தொகுப்புகளை ஆர்வத்துடன் கேட்டு, கலந்துரையாடி, பதிலளித்தனர். ' தி லெஜன்ட்ஸ் ஆப் இந்தியா ' மற்றும் ' வாக் த டாக் ' ஆகிய வீடியோக்களை மாணவர்கள் பெரிதும் பாராட்டினார்கள். நிகழ்ச்சி முழுவதும், மிகவும் மகிழ்ச்சியான மற்றும் உயிரோட்டமுள்ள சூழ்நிலையில் நடைபெற்றது. பள்ளி நிர்வாகத்தின் நீடித்த ஒத்துழைப்பும் மிகவும் பாராட்டத்தக்கதாகும்.

குழந்தைகளுக்கான கோடைகால பயிற்சி முகாம்

கோடை விடுமுறை நெருங்கிக் கொண்டிருந்ததால், அந்தந்த ஆசிரமங்களில், குழந்தைகள் மையம் மற்றும் ஆசிரமத்தின் மற்ற தன்னார்வலர்கள், குழந்தைகளுக்கான குதூகலமான கோடைகால பயிற்சி முகாமிற்குத் திட்டமிடுவதில் முனைப்புடன் இருந்தனர். குழந்தைகள் தங்கள் வீட்டிலிருப்பது போல் உணரவும், அதே சமயம், சூட்சுமமாகவும், மகிழ்ச்சிகரமான வழியிலும் வாழ்க்கைக்குத் தேவையான நன்னெறிகளை ஆழப்பதிய வைப்பதன் மூலம் குழந்தைகளின் ஒட்டு மொத்த வளர்ச்சிக்கு வழிவகுக்கவும் செயல்பாடுகள் திட்டமிடப்பட்டிருந்தன. இப்பயிற்சி முகாமில் அதிக அளவில் குழந்தைகள் கலந்து கொண்டதால், தன்னார்வலர்கள் எப்பொழுதும் பரபரப்புடன் செயல்பட்டனர். இளம் வயது குழந்தைகள் (6-10 வயது) பெரும்பாலும் கலை மற்றும் கைவினை செயல்பாடுகளில் ஆர்வமுடன் ஈடுபட்டனர். அது அவர்களிடத்தில், அக்கறை கொள்தல் மற்றும் பகிர்தல் ஆகிய நன்னெறிகளை உள்ளீர்த்துக் கொள்ள உதவியது. பெரும்பாலான ஆசிரமங்களில் 11- 16 வயது வரையிலானவர்கள், ஆன்மீகம், சமுதாய மற்றும் நடைமுறை வாழ்க்கையின் அம்சங்கள் சார்ந்த, கருத்தாழமிக்க நிகழ்ச்சிகளில் பங்கேற்றனர், ஊக்கத்துடனும், சுறுசுறுப்பாகவும் நாள் முழுவதும் செயலாற்ற ஏதுவாக தினமும் காலை உடற்பயிற்சி, தளர்வுபடுத்திக் கொள்ளும் பயிற்சி மற்றும் பல்வேறு மனமகிழ் விளையாட்டுகளிலும் குழந்தைகள் ஆர்வத்துடன் ஈடுபட்டனர். தன்னார்வலர்கள் அன்பு மற்றும் அர்ப்பணிப்பு உணர்வுடன் தங்களது முழு ஊக்கத்தையும் வெளிப்படுத்தினர். அதன் விளைவாக இதயம் நிறைந்த குதூகலம், இணக்கம், வெளிப்படைத் தன்மை மற்றும் தங்களது எதிர்காலத்திற்கு வழிகாட்டும் நன்னெறிகளுடன் குழந்தைகள் சென்றனர். எக்கோஸ் குழுவினர், அகமதாபாத், அலகாபாத், பெங்களூரு, மும்பை மற்றும் சீதாபூர் மையங்களிலிருந்து, கோடைகால பயிற்சி முகாமின் அறிக்கைகளைப் பெற்றனர். அந்த முகாம்களின் ஒரு சில காட்சிகள் கீழே கொடுக்கப்பட்டுள்ளன.

ஸ்ரீ ராம் சந்த்ர மிஷன்® எக்கோஸ் இந்தியா செய்திமடல்

நெஞ்சத்தின் நிறைவு- அமர்வுகள் (Heartfullness sessions)

நெஞ்சத்தின் நிறைவு, சகஜ மார்க்கத்தை நாடுபவர்களுக்கு ஒரு திறந்த அணுகுமுறையை அளிக்கிறது. இம்முறை, சகஜ மார்க்கத்தின் அனைத்து அம்சங்களையும் ஒரே நேரத்தில் தொடங்குவதைவிட, தங்களின் அனுபவங்களுக்கேற்றவாறு அவரவருக்கேற்ற வேகத்தில், பயிற்சியின் அடிப்படைத் தத்துவங்களைப் பயிற்சி செய்ய வழி வகுக்கிறது. இப்பயிற்சியில், முதலில் நெஞ்சத்தின் மீது தியானம் செய்வதை பற்றியும், அத்துடன் உடலை தளர்த்தும் நுட்பமும் அறிமுகப்படுத்தப்படுகின்றன. இதன் மூலம், மனதை உபயோகப்படுத்தி உடலை ஓய்வெடுக்கவும், மற்றும் மனதை உபயோகப்படுத்தி தியானம் செய்யவும் செய்து காட்டப்படுகிறது. சகஜ மார்க்கம் அதன் (எளிய வழி) பெயருக்கு ஏற்றவாறு, எளிய முறையில் விளக்கப்படுகிறது. உதாரணத்திற்கு, தியானம் (Meditation) என்பது சத்சங்கத்திற்கு பதிலாகவும், தியான மையம் (Meditation center) என்பது ஆசிரமத்திற்கு பதிலாகவும், பயிற்சியளிப்பவர் (trainer என்பது ப்ரிசெப்டருக்கு பதிலாகவும், தியானிப்பவர் (meditator) என்பது அப்யாசிக்கு பதிலாகவும் கூறப்படுகிறது. இந்த நெஞ்சத்தின் நிறைவு, உணர்வுகளை கவனிப்பதை கற்றுகொள்வதையும், நம்முள் இருக்கும் உத்வேகத்தை (inspiration) அறியவதையும் அடிப்படையாக கொண்டுள்ளது. நெஞ்சத்தில் தியானிப்பதன் மூலம், மனத்துடன், நெஞ்சத்தை ஒத்திசையும்படி செய்யும் ஒரு பயிற்சியாக இது இருக்கிறது.

நெஞ்சத்தின் நிறைவு அமர்வுகள் இந்தியா மற்றும் பிற நாடுகளிலுள்ள மையங்களில் நடத்தப்பட்டு வருகின்றன. அவற்றில் சில நிகழ்ச்சிகளின் தொகுப்புகள் புகைப்படங்களுடன் இங்கே கொடுக்கப்பட்டுள்ளன. இந்நிகழ்ச்சிகள் அனைத்திலும், தியானம் மற்றும் உடல் தளர்ச்சி முறைகள் நடத்தப்பட்டன.

அஜ்மீர், இராஜஸ்தான்

இராம்கன்ஞ், ஜியாலால் ஆசிரிய பயிற்சி கல்லூரியில், மே 28ம் தேதி, ஒரு மணி நேரம் நடைபெற்ற நிகழ்ச்சியில் 100க்கும் அதிகமானோர் கலந்து கொண்டனர். இளைஞர்களின் ஆன்மீக அணுகுமுறை கூடிய முழுமையான வளர்ச்சிக்கான அவசியத்தை, மையப் பொறுப்பாளர் சகோ.பகவான் சஹாய் எடுத்துரைத்தார். அவர்களின் ஆற்றல்களை நேர்மறையான, ஆன்மீக நாட்டத்தில் திசை திருப்பப்பட வேண்டியதன் தேவையைப் பற்றிப் பேசினார்.

அல்வார், இராஜஸ்தான்

மே 23ம் தேதி, இலட்சுமி தேவி பொறியியல் மற்றும் தொழில்நுட்பக் கல்லூரியில் நடந்த நிகழ்ச்சியில், சுமார் 150 ஆசிரியர்கள், ஊழியர்கள் மற்றும் மாணவர்கள் கலந்து கொண்டனர். நிகழ்ச்சிக்குப்பின், அவர்கள் அனைவரும், பயிற்சியை ஆரம்பிக்க விருப்பம் தெரிவித்தனர்.

பீகான்காவ், மத்திய பிரதேசம்

பீகான்காவ், இந்தூரிலிருந்து சுமார் 150கி.மீ. தொலைவிலுள்ள புதிய மையம் ஆகும். மே 17ம் தேதி நடைபெற்ற நிகழ்ச்சியில், சுமார் 70பேர் கலந்து கொண்டனர், அவர்களில் 16பேர் பயிற்சியை ஆரம்பித்தனர். ஞாயிற்றுக்கிழமை சத்சங்கமும் ஆரம்பிக்கப்பட்டு, முறையாக நடந்து வருகிறது.

போலீஸ் பயிற்சி அகாடமி, பாவுரி, மத்திய பிரதேசம்

190 காவல்துறை பயிற்சியாளர்கள் மற்றும் ஊழியர்களுக்கு, ஏப்ரல் 22- 24 தேதிகளில், தியானம் அறிமுகப்படுத்தப்பட்டது. அகாடமியின் இரண்டாம் தொகுதியைச் சேர்ந்த இவர்களில், சப்-இன்ஸ்பெக்டர்கள், கமாண்டர்கள், சிறப்பு பிரிவு சப்-இன்ஸ்பெக்டர்கள் எனப்பலர் இருந்தனர். ஞாயிற்றுக்கிழமை சத்சங்கம் அகாடமி வளாகத்திலேயே நடத்தப்பட்டு வருகிறது. போபால் மையப்பொறுப்பாளரின் உதவியுடன், பயிற்சிக் காலத்தில், தியானம் கற்றுத்தர ஏற்பாடுகள் செய்யப்பட்டு வருகின்றன.

ஸ்ரீ ராம் சந்த்ர மிஷன்®

எக்கோஸ் இந்தியா செய்திமடல்

தானே, மஹாராஷ்ட்ரா

தானே, வசந்த் விஹார் பகுதியில் வசிப்பவர்களுக்கு ஒரு பயிலரங்கம் நடத்தப்பட்டது. அதில் 20 - 75 வயது வரையிலுள்ள 75 ஆர்வலர்கள் கலந்து கொண்டனர். அனைவருக்கும் நெஞ்சத்தின் நிறைவு தியான அட்டை, தளர்வு நுட்ப வழிகாட்டி மற்றும் தானேயில் உள்ள பிரிபெக்ட்களைத் தொடர்பு கொள்ள தேவையான விவரங்கள் முதலியன வழங்கப்பட்டன.

பலன்பூர், குஜராத்

மே 18ம் தேதி, குஜராத், பலன்பூரில் உள்ள, குஜராத் குடிநீர் மற்றும் கழிவுநீர் வாரிய அலுவலகத்தின், சுமார் 60 ஊழியர்களுக்கு, அகமதாபாத்தைச் சேர்ந்த சகோ.அனீஷ், தியான முறையை அறிமுகப்படுத்தினார். அவர்கள் இப்பயிற்சிமுறை பற்றி மேலும் அறிய விரும்பினர். சிலர், தியானம் துவங்க ஆர்வமுற்று, உள்ளூர் பிரசெப்டரின் தொடர்பு எண்ணைப் பெற்றுக் கொண்டனர்.

மேற்கு ராஜஸ்தான்

மேற்கு ராஜஸ்தானில் (7-A), பல்வேறு இடங்களில் பயிலரங்கம் நடைபெற்றது. தங்களுக்குப் பயனளிப்பதோடு மட்டும் அல்லாமல், தங்களது உள் சுயத்திற்கு ஆனந்தமளிக்கும் ஏதோ ஒன்று விசேஷமாக இருப்பதாக, பங்கேற்றவர்களில் பெரும்பாலோர் உணர்ந்தனர். ஆர்வமிக்க பலர் தங்கள் தொடர்பு விவரங்களை அளித்தனர். பிரசெப்டர்கள் அவர்களுக்கு பயிற்சி முறையை அறிமுகம் செய்ய ஆயத்தமாகி வருகின்றனர்.

ஜலோர்

ஆசிரியர் பயிற்சி கல்லூரியில், மே 9ம் தேதி நடைபெற்ற முதல் கூட்டத்தில் 74 பேர் கலந்து கொண்டனர். இரண்டாவது கூட்டம் மே 20ம் தேதியன்று மாவட்ட கல்வி மற்றும் கற்பிக்கும் நிலையத்தில் நடைபெற்றது. இதில் சுமார் 110 பேர் கலந்து கொண்டனர்.

பதம்பூர்

ஜூன் 3ம் தேதியன்று ஸ்ரீகங்காநகர் மாவட்டத்திலுள்ள பதம்பூரில், ஷஹீத் கேப்டன் நவ்ஜோத் சிங் சித்து உயர்நிலை பள்ளியில் ஒரு நிகழ்ச்சி நடைபெற்றது. 200 ஆசிரியர்கள் கலந்து கொண்டனர்.

சுஜான்கர்

மே 17ம் தேதியன்று சகோ. தாராசந்த் (சுஜான்கர் மையம்) தன் நண்பர்கள், உறவினர்கள் மற்றும் உடன் வேலை பார்ப்பவர்கள் கொண்ட 70 பேருக்கு, நிகழ்ச்சியில் பங்கேற்க அழைப்பு விடுத்தார். ஜோத்பூரை சேர்ந்த சகோ.அனில், மற்றும் சகோ. தாராசந்த் இருவரும் நிகழ்ச்சியை ஒருங்கிணைத்தனர். 16 பேர் பயிற்சி முறையை மேற்கொண்டனர்.

சிரோஹி

மே 22ம் தேதி பாதகடா பள்ளியில் நடைபெற்ற நிகழ்ச்சியில் 19 ஆர்வலர் கலந்து கொண்டனர்.

திருச்சி, தமிழ்நாடு

2014, அக்டோபர் மாதத்திலிருந்து, திருச்சியில் உள்ள பிரிசெப்டர்கள், அப்யாசிகளின் இல்லங்களில், 'இல்லக் கூட்டங்கள்' நடத்தத் தொடங்கினர். அக்கம்பக்கத்தில் உள்ள அனைவருக்கும், மிஷனைப்பற்றிய விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்துவதுதான் இதன் நோக்கமாகும். 2015 மார்ச் வரை 14 இல்லக்கூட்டங்களும், 3 வரவேற்புக் கூட்டங்களும் நடைபெற்றுள்ளன. ஏப்ரல் முதல் மே வரை 5 இல்லக்கூட்டங்களும், 2 வரவேற்புக் கூட்டங்களும் நடைபெற்றன.

பெங்களூரு, கர்நாடகா

ஐக்கிய நாடுகளின் சர்வதேச யோகா தினத்தை முன்னிட்டு, ஜூன் 21ம் தேதி நகரத்திலுள்ள 16 இடங்களில் வரவேற்புக் கூட்டங்கள் நடைபெற்றன. பெரும்பான்மையான மக்களுக்கு போய் சேரும் வகையில், தன்னார்வத்தொண்டர்கள் ஒருங்கிணைந்து, பதாகைகள், சுவரொட்டிகள், மற்றும் அழைப்பிதழ்கள் முதலியவற்றை வினியோகித்தனர். மூன்று ஆசிரமங்களிலும் மக்கள் வருகை நன்றாகவே இருந்தது. மற்ற இடங்களிலும் உள்ளூர் மக்கள் வருகை புரிந்தனர். அனைத்து இடங்களிலும் சேர்த்து சுமார் 300 பேர் வருகை புரிந்தனர். இதில் 200 பேர் பயிற்சியை மேற்கொள்ளவிருக்கிறார்கள்.

ஸ்ரீ ராம் சந்த்ர மிஷன்®

எக்கோஸ் இந்தியா செய்திமடல்

யோகாசிரமம், டேராடூன், உத்தரகாண்ட்

ஒளி மையம்

யோகாசிரமம், டேராடூன், உத்தரகாண்ட் டேராடூனில், முதன்முதலாக, 1989 ஜூன் மாதம், ஞாயிற்றுக்கிழமை அன்று, ஒரு அப்யாசியின் இல்லத்தில், 6 அப்யாசிகளுடன் சத்சங்கம் ஆரம்பமானது. படிப்படியாக, அப்யாசிகளின் எண்ணிக்கை அதிகரித்து, 2000-2001ல், ஆசிரம நிலத்திற்கான தேடல் தொடங்கியது.

மாஸ்டரின் வருகைகள்

பூஜ்ய சாரிஜி மகாராஜ் டேராடூனிற்கு 1995 - 2005 வரையிலான காலகட்டத்தில் அடிக்கடி வருகை புரிந்தார். நவம்பர் 2001ல் மூன்று இடங்கள் அவருக்குக் காண்பிக்கப்பட்டன. அவர் போந்தாவில் உள்ள இடத்திற்கு சம்மதமளித்தார்.

மாஸ்டர் 2003, நவம்பர் 19ஆம் தேதி அடிக்கல் நாட்டினார். அதனைத் தொடர்ந்து உடனேயே கட்டிடப் பணிகள் ஆரம்பிக்கப்பட்டன. நடந்து கொண்டிருந்த வேலைகளை மேற்பார்வையிடுவதற்காக, 2004, ஜூன் 11 ஆம் தேதி, அவர் அங்கு வந்தார். அந்த ஆசிரமம், 2005, பிப்ரவரி 7 ஆம் தேதி, சாரிஜி மகராஜ் அவர்களால் துவக்கி வைக்கப்பட்டது. அவர், இந்த ஆசிரமத்திற்கு, 'யோகாஷ்ரம்' என்ற பெயரை அங்கீகரித்தார்.

இந்த ஆசிரமம் 1.07 ஏக்கர் பரப்பளவில் நகரின் மையத்திலிருந்தும், டேராடூன் இரயில் நிலையத்திலிருந்தும், 15 கி.மீ. தொலைவில், டேராடூனின் மிக அமைதியான கிராமமான போந்தாவில் அமைந்துள்ளது. இது, இமாச்சல் பிரதேசத்தை டேராடூனுடன் இணைக்கும் NH 72 சாலையிலிருந்து 3 கி.மீ. தொலைவில் உள்ளது. பெட்ரோலியம் பல்கலைக் கழகத்திற்குச் செல்லும் சாலை, ஆசிரமத்தின் முன்பாகச் சென்று, நகரத்துடன் அதை இணைக்கிறது.

வசதிகள்

77 அடி அகலமுள்ள நீண்ட தாழ்வாரத்துடன் கூடிய ஒரு அழகான தியானக்கூடம் (40 x 60 அடிகள்) உள்ளது. ஒரு PA அமைப்பு, படம் காட்டும் கருவி (projector) மற்றும் ஒரு எதிர் மின் மாற்றி (inverter) ஆகியவை உள்ளன. தாழ்வாரத்தில், படிக்கட்டுகளின் கீழே, ஒரு நூல் நிலையமும் உள்ளது. தியானக் கூடத்தை நோக்கியுள்ள புல்வெளியும், ஆசிரமத்தில் இருக்கும் மரங்களும், அழகை அதிகரிக்கின்றன. இரு அறைகளைக் கொண்ட சமையலறையும், அதன் பக்கத்தில் 30 x 30 அளவிலான உணவருந்தும் அறையும் உள்ளன. அப்யாசிகள் தயாரிக்கும் காலை உணவு, ஞாயிற்றுக்கிழமை சத்சங்கத்திற்குப் பின் வழங்கப்படுகிறது. ஒரு கழிப்பறை, சாமான்கள் அறை, காவலர் அறையுடன், வாகனங்களுக்கான சிறிய இடமும் உள்ளது. ஆசிரமத்தில் இருக்கும் ஒரு ஆழ்துளைக் கிணறு, குடிப்பதற்கும் மற்றும் பிற தேவைகளுக்கும் போதுமான நீரை அளிக்கிறது.

செயல்பாடுகள்

ஒவ்வொரு மாதமும், முதல் ஞாயிறன்று நடக்கும் நிகழ்ச்சி, மதிய உணவு நேரம் வரை நீட்டிக்கப்படுகிறது. விகாஸ் நகர் மற்றும் ஜோல்லி க்ராண்ட் ஆகிய துணை மையங்களின் அப்யாசிகளும் அதில் கலந்து கொள்கின்றனர். மதிப்பிற்குரிய நமது மாஸ்டர்களின் பிறந்த நாள் விழாக்கள் மிகுந்த உற்சாகத்துடன் கொண்டாடப்படுகின்றன. மாணவர்களுக்கான அகில இந்திய கட்டுரை நிகழ்வின் பரிசளிப்பு விழாக்களும் இந்த ஆசிரமத்தில் ஒவ்வொரு ஆண்டும் ஏற்பாடு செய்யப்பட்டு வருகின்றன.

ஞாயிற்றுக்கிழமைகளில், அதிகரித்து வரும் அப்யாசிகளின் எண்ணிக்கை, மிகுந்த ஊக்கமளிப்பதாக இருக்கிறது. ஞாயிற்றுக்கிழமை வருகை 100ஐ எட்டியுள்ள தருணத்தில், டேராடூன் ஒரு பெரிய மையமாக வளர்ந்து வருவதை எங்களால் பார்க்க முடிகிறது.

To download or subscribe to this newsletter, please visit http://www.sahajmarg.org/newsletter/india For feedback, suggestions and news articles please send email to in.newsletter@srcm.org

© 2015 Shri Ram Chandra Mission ("SRCM"). All rights reserved. "Shri Ram Chandra Mission", "Sahaj Marg", "SRCM", "Constant Remembrance" and the Mission's Emblem are registered Trademarks of Shri Ram Chandra Mission.This Newsletter is intended exclusively for the members of SRCM. The views expressed in the various articles are provided by various volunteers and are not necessarily those of SRCM.