

Sat Sandesh

2024. január-február ♦ 57. ÉVFOLYAM ♦ 1-2. SZÁM

Tartalomjegyzék

- 2 Újévi üzenet 2023. *Sant Rajinder Singh*
- 4 Emlékezés Sant Kirpal Singhre *Khanna: A Szent és a Mester*
- 7 Az önzetlen szeretet és gondoskodás ösvénye *Sant Rajinder Singh*
- 14 Tárjuk ki a lelkünk kapuját! *Sant Kirpal Singh*
- 17 Hangolódjunk a szent Naamra! *Sant Kirpal Singh*
- 19 Ő volt a megtestesült alázat *Sant Darshan Singh*
- 24 *Spiritualitás a mindennapokban*
Előkészületek az örök életre *Sant Rajinder Singh*
- 26 *Történetek*
Az én igazi zarándokhelyem
A spiritualitás - ajándék Istentől
Az Ő csodálatos útjai *Jora Young
Krishna Khanna
G. L. Kohli*
- 31 *Gyermekoldalak*
A siker titka
Az adakozás jutalma
A szivárvány gyermekei *Sant Darshan Singh
Ismeretlen szerző
Anshu Hemrajani*
- 33 SSe tárgymutató, 2023.

Igazság Üzenete

A Sat Sandesh havonta megjelenő magyar nyelvű folyóirat, amelyet a Sawan Kirpal Publications USA engedélyével az SKRM Magyarországi Közössége ad ki. A folyóirat kiadásának célja: Sant Rajinder Singh, Sant Darshan Singh, Sant Kirpal Singh, Hazur Baba Sawan Singh és az őket megelőző Mesterek tanításának közzététele. Készült a Sant Mat Alapítvány támogatásával.

ISSN: 1217-6176



Kedves Testvéreim Istenben!

Mindenkinek örömteli ünnepeket és boldog Újévet kívánok. Ahogy belépünk az új esztendőbe, ez alkalmas idő arra, hogy átgondoljuk a legfontosabb céljainkat. Közülünk sokan kívánnak lépéseket tenni a fizikai egészségi állapotuk, a tanulmányi munkájuk, a szakmai előmenetelük, a kapcsolataik, valamint az egyéb tevékenységeik javítása, fejlesztése érdekében.

Ha egy bizonyos cél megközelítésével javulást érünk el, az az életünk minden más területére is jótékony hatással lesz. A meditációban történő előrehaladás minden, a testünkkel és elménkkel kapcsolatos törekvésünket gazdagítja, termékenyvé teszi. A me-

ditáció további jótéteménye, hogy elősegíti az életünk spirituális céljainak az elérését, ami az igazi valónk, a lelkünk megismerése, és a ráébredés Istenre, az egyesülés Óvele.

Ezért az új év szlogenje a következő:

Meditálj többet 2024-ben!

Az orvosi kutatások eredményei szerint a meditáció fizikai előnye a stresszel összefüggő betegségek kockázatának a csökkenése. A meditálás az elménk és az intellektusunk működését azzal segíti, hogy koncentráltabbá, hatékonyabbá, eredményesebbé tesz bennünket a tanulmányainkban, a munkánkban, vagy bármilyen

Sant Rajinder Singh

Újévi Üzenete

2024. január 1.

más elfoglaltságunk végzésében. Érzelmileg azzal erősít, hogy összekapcsolódunk a bennünk lévő isteni szeretet Forrásával. Így nemcsak nyugodttá, békéssé válunk, hanem a meditáció a kapcsolatainkat is jobbá teszi. Mégis leginkább spirituálisan segít rajtunk.

A benső Fényre és Hangra való meditáció megnyitja előttünk a kaput, és nekivághatunk a spirituális régiókon átvezető utazásnak. Ennek során megtapasztaljuk, hogy a valódi énünk a lelkünk. Ez az önfelismerés. Amint a lelkünk ráhangolódik a bennünk lévő Fényre és Hangra, utazni tud vele a benső ösvényen, míg végül egyesül az Isteniséggel. Így érhetjük el az állandó békét, a tartós boldogságot, és az elmulthatatlan üdvösségben, az isteni

szeretetben létezést.

Miközben szembenézünk az élet külső kihívásaival, a benső Fényre és Hangra történő meditáció elérhetővé teszi számunkra a béke isteni szentélyét, ahova bármikor elmehetünk, ahol megújulhatunk, felfrissülhetünk. A meditációban elnyert békesség és öröm segít abban, hogy nyugodtabban, kiegyensúlyozottabban kezeljük az élet nehézségeit. Ha gyakorlatba ültetjük ezt a három szót: „Meditálj többet 2024-ben!”, akkor azt fogjuk tapasztalni, hogy egy boldogabb új esztendő köszöntött ránk.

Isten áldjon meg mindannyiunkat tartós békével, végtelen örömmel és elragadtatott szeretettel!

A legnagyobb szeretettel,
Rajinder Singh

EMLÉKEZÉS SANT KIRPAL SINGHRE

Mint sokan tudják, Kirpal iskolás korában megérezte, hogy a nagyanja haldoklik, és engedélyt kért arra, hogy hazamehessen. A tanítója azt hitte, hogy el akar lógni az iskolából, de később beigazolódtott a megérzése. Egy másik gyermekkorában megésett történet szerint valaki betört az egyik szomszédjukhoz. Kirpal megmondta az apjának a tolvaj nevét és azt is, hogy hova rejtette el a lopott holmit. Az apja megkérte, hogy ne foglalkozzon ilyen dolgokkal, és Ő követte az apai tanácsot.

Nemcsak látnoki képességekkel rendelkezett, vagyis ismerte a természet emberi szem elől elrejtett titkait, hanem belelátott mások szívébe is, így tisztában volt a szavak és az igazi érzések közti diszharmonióval. Mivel azonban senkit nem akart megbántani, soha nem beszélt ezekről a tapasztalatairól. Hamar felismerte, hogy ezek a képességei gátolják a spirituális fejlődésben, ezért arra kérte Istent, hogy vegye el őket.

Nemcsak a családjában, hanem a faluban is foglalkoztatta az embereket, hogy nem evett húst. Ám őt nem zavarta mások véleménye és tanácsai – gyermekkorától kezdve így élt.

Korai gyermek éveitől fogva sike-

resen csökkentette a napi alvásidőt. Hetedikes korában már olykor egész éjjel fent volt. Tanult és meditált. Hamar megtapasztalta, hogy az elme koncentrációja ellensúlyozza az alváshiányt. A meditációba merült állapotban ugyanis a test pihentebbé válik, mint az alvás idején.

Az akkori szokásoknak megfelelően Kirpal már tizenévesen megházasodott, de csak sok évvel később kezdődött a családi élete, amikor Lahoréba költözött, és elkezdett dolgozni a hadsereg könyvelésén.

1924-ben nyerte el a beavatást Hazurtól. Ettől kezdve mindent megtett, hogy végrehajtsa a Mestere utasításait. Gyakran hat-nyolc órát meditált egyhuzamban, aminek eredményeként nem tartott sokáig spirituális utazásának a befejezése. A benső látomásaiban nemcsak Hazur Baba Sawan Singhgel találkozott, hanem annak Mesterével, Baba Jaimal Singhgel is. Kirpal Singh megszokott alázatában soha nem saját érdemének, hanem egyedül a Mestere kegyének tulajdonította a spirituális előrehaladását. Szívesen emlegette az agyagpipa példáját, amely a beléhelyezett virágoktól nyeri az illatát.

Sant Kirpal Singh tanítványsága 24 éve alatt hatalmas odaadással vé-



gezte el mindazt a munkát, amivel Hazur megbízta. Az Ő kérésére nemcsak Lahoréban és Amritsarban tartott satsangokat, hanem Shikapurban is, amely mintegy 35 km-re volt Lahorétól, a lakhelyétől. Általában busszal ment oda, és Sanghara Singh házánál tartotta a satsangokat. Még egy pohár vizet sem fogadott el, evés

és ivás nélkül ment vissza Lahoréba. Ugyanez volt a helyzet Amritsarban is. A betegeket és gyámolításra szorulókat rendszeresen felkereste a kórházakban vagy az otthonaikban. Emellett gondoskodott a családjáról is.

Sant Kirpal Singh a hadsereg könyvelési részlegében, vezetői be-

osztásban dolgozott. Egyszer egy katonai vállalkozó, nem tudva, hogy Kirpal sohasem fogadott el kenőpénzt, egy számlát egy pénzüsszeggel együtt adott át neki. Kirpal a pénzt visszautasította. A vállalkozó azt hitte, hogy kevesli az összeget. Még hozzátett valamennyit azzal a kéréssel, hogy soron kívül rendezzék el a számláját. Majd gyorsan elment, mert azt hitte, hogy a jelenlétében nem akarja Kirpal eltenni a pénzt. Ő azt lesöpörte az asztaláról. Mivel fémpénz is volt közöttük, a zajra a kollégái is felfigyeltek. Többen rá akarták beszélni a pénz elfogadására, mert attól tartottak, hogy ha a dolognak híre megy, ez hasonló helyzetben sértené az érdekeiket. Kirpal azonban megvesztegethetetlen maradt.

A fizetéséből valamennyit adományként mindig mások megsegítésére fordított, bár a kezdeti években nagyon alacsony volt a fizetése. Különleges szorgalommal végezte el a munkáját, amit a munkatársai és főnökei is csodáltak. Gyorsan haladt előre a hivatali ranglétrán. Az Ő élete minden szempontból azt bizonyítja, hogy a világi feladatok kiváló ellátása nem akadály a spirituális fejlődés útjában. A misztikus odaadás kéz a kézben járhat a sors karma által előre elrendelt világi kötelezettségek ellátásával.

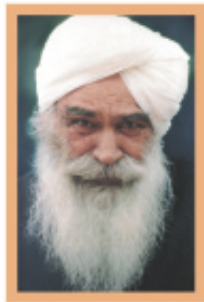
Sant Kirpal Singh 1947-ben, harminchat éves kormányzolgálat után vonult nyugdíjba. Munkája az évek során mindig magas hivatalos elisme-

résben részesült. A kollégái és mindazok, akikkel csak kapcsolatba került, érezték spirituális előadásainak a jótéményeit, és ez benső nyugalmat adott nekik. Sokan közülük kérték a beavatást, és elindultak a spirituális ösvényen.

Miután visszavonult a hivatali munkától, Sant Kirpal Singh Dehra Dunba ment, hogy olyan csendes helyen vegyen egy földdarabot, ahol majd háborítatlanul meditálhat. Beszámolt erről a tervéről a Mesterének is. Hazur azt felelte neki: „Nem szükséges, hogy házat építs Dehra Dunban, hiszen van itt már egy kész otthonod”, és arra a helyre mutatott, ahol akkoriban Ő lakott. Hozzátette, hogy Kirpal Singh és a családja ugyanúgy járhat hozzá, mint ahogy ezt a saját családjának a tagjai teszik. Ez sejtetni engedte Hazurnak az utódlással kapcsolatos gondolatait.

Kirpal Singhnek még Hazur életében benső látomásai voltak arról, hogy világkörüli utakat fog tenni, miután Mestere eltávozik. Meditációban látta, hogy Mesterével együtt egy félhold alakú, emberekkel zsúfolt stadionban van. Néhány vezető személyiség ült az emelvényen, és Ő a mikrofonnál állva spirituális előadást tartott. Amikor ezt később elmesélte a Mesterének, az elmosolyodott, és azt mondta: mindez a jövő titka, de az, amit látott, csak egy töredéke a jövőbeli folyamatoknak.

Khanna: A Szent és a Mestere



Sant Rajinder Singh Ji Maharaj

AZ ÖNZETLEN SZERETET ÉS GONDOSKODÁS ÖSVÉNYE

Sok időt töltünk utazással, ami sok élménnyel gazdagít. Ha például nyaralni megyünk valahova, ahol az otthoninál kellemesebb az idő, igyekszünk ellazulni, és élményekben gazdagodni.

Ám az az utazás, amelyet a nagy szentek tesznek meg, alapvetően különbözik az összes ilyen jellegű fizikai vállalkozástól. Ennek során ugyanis feltárul előttünk az igazi valónk, és az érzékszerveinkkel felfoghatatlan tapasztalatokat szerezhetünk.

Mindazt a benyomást, amelyeket az anyag világában a szemünkkel, a fülünkkel és a többi érzékszervünkkel a bennünket körülvevő anyagi világról befogadunk, valóságosnak hisszük. Ám a nagy szentek, misztikusok, a spirituális Mesterek képesek spirituális utazásra vinni bennünket, amely során feltárul előttünk az istenség két megnyilvánulási formája.

Ennek a folyamatnak a végállomásán a lelkünk belemerül Istenbe. Mialatt a Fény és a Hang áradatával utazunk, az eddigi életünkben soha nem ismert szeretetet és szépséget élünk át. Ha feltekintünk a felhős vagy a csillagos égre, ha élvezzük a napkelte vagy a naplemente látványát, csodáljuk ezek változatosságát. Ám mindaz, amit a bensőnkben megtapasztalhatunk, mindennél sokezerszer szebb.

Sant Darshan Singh azt mondta, hogy a spirituális világ felfedezése nem más, mint szeretetben és Fényben utazás.

*Valabányszor a Földről
a Tejúttra utaztam,
minden lépésnél szeretetre letem,
és szépség ragyogott minden pillantásban.*

A bensőben isteni szeretetet élünk át, amelyhez semmi sem hasonlítható. Ezen a földön az anya gyermeke



íránti szeretetét tartjuk a legnagyobbze-
rűbbnek. Isten szeretete azonban en-
nél sokkal hatalmasabb. Az anya a
részének tekinti a csemetéjét. Bármí-
lyen lemondás meghozatalára kész,
hogy megvédje őt, az élete problé-
mamentes és mindig boldog legyen.
A gyermekek sokszor fel sem ismer-
rik, mekkora áldozatokat hoz értük
az édesanyjuk. A következő humoros
epizód erre emlékeztethet bennünket.

Egy dolgozó anyáról szól, aki
munkába indulás előtt reggelit készí-
tett. Az ebédlőben a gyermekeknek
és a szüleiknek is megvolt a szokásos
ülőhelyük. A fiatalabbik fia helyénél
az asztalon egy kézzel írott papírt ta-

lált. Felvette, és elkezdte olvasni. „Ez
egy számla, amely anyunak szól. A
szemét kivitele 1 dollár, a rendrakás 5
dollár, a vásárlás a zöldségesnél 10
dollár, így a végösszeg 16 dollár.
Anyu ennyivel tartozik nekem.”

Az anya nézegette a papírt. El-
gondolkodott, majd elmosolyodott.
Fogta a „számlát”, és elment dolgoz-
ni. A következő reggel, amikor a
gyermekei reggelizni jöttek, ez a fia
egy papírt talált a székén. „Számla
anyutól a fiának. Kilenc hónapnyi ci-
pelésed bennem – ára semmi; tejjel
táplálásod a megszületésed után – ára
semmi; a szükséges ruháid megvá-
sárlása – ára semmi; étellel való ellá-
tásod, hogy erős legyél – ára semmi;

Végösszeg: semmi. Fiam! Te semmi-vel sem tartozol nekem.”

Szóval az anya önzetlenül teszi a dolgát, mivel szereti a gyermekét. Az anya és az apa – aki a család megélhetéséről gondoskodik – sokszor olyan tevékenységeket is felvállal, amelyek nehézségekkel járnak. A céljuk az, hogy a gyermekeik élete az övékéénél jobb legyen. Sokszor ennek érdekében megvonnak dolgokat maguktól.

Esetenként a szülőkhöz ott van a remény érzése, vagy egyfajta elvárás, hogy amikor idősek, betegek lesznek, ha majd nehezen mozognak, a gyermekeik segíteni fogják őket. Olyan társadalomban élünk, amely a régi időkhez képest jelentősen átalakult. Korábban a nagycsalád tagjai együtt éltek, és a gyerekek így könnyebben tudtak gondoskodni az idős szüleikről, mint manapság, amikor a családtagok fizikailag is távol kerülnek egymástól.

Isten szeretete a spirituális Mestereken keresztül ér el bennünket, és ők soha nem várnak el semmit az általuk nyújtott gondviselésért. Felmerül bennünk a kérdés, hogy miért teszik ezt. Visszatekintve a történelembe, a nagy szentek és misztikusok írásait olvasva igyekszünk ezt megérteni. Ha megnézzük a múlt század három nagy spirituális Mesterének, Hazur Baba Sawan Singhnek, Param Sant Kirpal Singhnek és a kegyes Mesternek, Sant Darshan Singhnek az életét, ők mindenkinek csak adtak és adtak.

Vagyis nemcsak a családtagjaik, a rokonaik, a barátaik élvezhették a törődésüket, hanem mindenki, akivel csak találkoztak.

Fizikai, mentális, érzelmi és spirituális igényeink is vannak. A nehézségeink idején a Mestereink mindig segítő kezet nyújtanak nekünk. Ennek köszönhetően békésen élhetünk, miközben a spirituális Tanítóink Isten felé vezetnek bennünket. Ezért semmit sem várnak el tőlünk. Amikor megköszönjük a segítségüket, ők azt mondják: „Ez a saját Mesteremet illeti meg.” Soha nem várják el, hogy tegyünk valamit a gondoskodásukért cserébe.

Sant Darshan Singh verssorai segítenek valamennyit megértenünk abból, hogy kik voltak ők, és miért szolgálták önzetlenül az embertársaikat. „Már együtt voltam az örök Szeretett Lénnel, az Úrral. Mellette ültem, játszottam Ővele, élveztem a darshanjait. Ám az idők szava szólított. A földre leszületett emberek megfélemeztek Istenről, és a figyelmük egyre jobban belemerült a világba. Szükség volt arra, hogy újra Istenre emlékeztessék őket. Ezért visszaküldtek engem a földre. Sehova sem akartam menni az Úrtól. Hiszen ennél jobb hely nem létezik. Ám az idők szükséglete miatt visszaküldtek a földre.”

Minden szent és misztikus élete ezt példázza. Nem önmagukért, hanem mindenki másért élnek. A legkülönbözőbb módokon nyújtanak ne-

künk segítséget. Fiatal korunktól kezdve sokféle tanácsért fordulunk a Mesterekhez: Milyen irányban tanuljunk tovább? Ezt vagy azt a szakmát, állást válasszam?

Nemcsak keveseknek, hanem mindenkinek rengeteg fajta útmutatást adnak. Ezek nemcsak a világi, hanem a spirituális életre is vonatkoznak. Elmagyarázzák, hogy juthatunk el a bensőnkben a magasztos szintű tudatosság állapotába. Ennek érdekében miként emelkedjünk a fizikai testtudat fölé, hogy utazni tudjunk a szeretet és a Fény ösvényén. Megtanítják annak módszerét, hogyan kerüljünk kapcsolatba Istennel a bensőben, miként tapasztalhatjuk meg a létezés valóságát.

Nem csupán addig terjed a Mester munkája, mint a tanároké az oktatási rendszerben. Az utóbbiak megismertetik velünk, elmagyarázzák a tananyagokat, de az ismeretek elsajátítása, a felkészülés már rajtunk múlik. A Mester a beavatáskor megteremti a lelkünk kapcsolatát az Isteni Fény- és Hangáradattal, a Teremtőerővel a bensőnkben, és mindörökké velünk marad. Helyet foglal a lelkünk székhelyén, és bármikor van szükségünk segítségre, azt évről évre, a nap 24 órájában megkapjuk. Egy tanár viszont bárhol másutt is tartózkodhat, és így nem számíthatunk az iránymutatására.

A Mesterünk szüntelen támogatásáról meggyőződhetünk, ha befelé fordulunk. Ezt éjjel-nappal, vagyis

bármikor megtehetjük. Gondolkozunk el azon, hogy Ő a bensőnkben várakozik ránk a napok, a hetek, a hónapok, az évek minden órájában! Mily nehéz lehet ez! Ám a Mester mindig boldogan mosolyog, amikor csak találkozunk. Örömmel irányít bennünket, hiszen tudja: ha lépéseket teszünk a célunk felé, az élet jobbá válik ezen a földön.

Minél többet meditálunk, annál békésebb, harmonikusabb lesz az életünk. Erőszakmentesen fogunk kezelni másokat. Ahogy a nyugalom kiárad belőlünk, másokra is jótékony hatással lesz. Miután megfürdünk a szeretet benső medencéjében, ez mindenkin segít, akivel csak kapcsolatba kerülünk. Az egész külső környezetünk jobbá formálódik, ha a benső utazásunk során rálelünk a békére, megtapasztaljuk Isten Fényét és Hangját, és egyre közelebb kerülünk Istenhez.

A Mestert nagyon boldoggá teszi, amikor mindez megtörténik. Ő egyedül ezért érkezik a földi világba. Ő semmit nem akar tőlünk, hiszen már befejezte az utazását. Egyesült a Teremtővel, mindenek megalkotójával. Így minden az övé is, tőlünk semmire nincs szüksége. A szeretete feltételek nélküli. Önzetlenül szolgál bennünket.

A szentek és misztikusok küldetése az, hogy egy adott korban segítsék az emberiséget a valóság felismerésében. Az érzékek szintjén élve ugyanis mindenki azt hiszi,



hogy egyedül csak a földi világ létezik. A Mesterek segítségével szerezhetünk tapasztalatot a benső mindenségről, valamint arról, hogy az igazi valónk nem a testünk, az elménk, az érzékeink, hanem a lelkünk. Így még a fizikai létünk vége előtt feltárulhat előttünk az élet és a halál misztériuma.

Rengetegen félnek a haláltól. Látjuk egy szeretett személy halálát, és fájdalmas annak tudata, hogy fizikailag soha többé nem láthatjuk. A helyi szokásoknak megfelelő módon kerül vissza a teste az anyagba. A legtöbb embernek fogalma sincs arról, hogy mi történik a halál beálltakor, és azt követően.

Ám a nagy szentek és misztikusok segítségével a fizikai testtudat fölé emelkedhetünk, és megtapasztalhat-

juk az átmenetet, amikor a lélek elhagyja az anyagi formát. Többé nem fogunk félni a haláltól. Átéljük az örömet, ami a spirituális utazás velejárója, és a Fényt, amely mindent helyes megvilágításba helyez. A látás módunk kitisztul. Békére lelünk önmagunkban. Az Isteni Fény és Hang átélésével felismerjük, hogy mindannyian a Teremtő kiterjedései vagyunk.

A tükörbe tekintve mindenki mástól különbözőnek tartjuk a testi jellemzőinket. A beszélt nyelv, az öltözködési mód, a vallási és a kulturális szokások mind sajátos ismertetőjegyek. Ezekre hivatkozva, építve, nagyra nőhet az ego, amellyel mások fölé helyezjük magunkat. Így kelepcebe esünk.

Az Isteni Fény és Hang átélésekor



viszont automatikusan eljutunk a felismerésre: mind egyek és azonosak vagyunk. Ekkor békéssé válunk. Többé nem versengünk, féltékenykedünk. Igyekszünk gondoskodni az Isten részeinek tekintett, szükségét szenvedő embertársainkon. Ha Isten bőven ellátott bennünket anyagi javakkal, fizikai, mentális képességekkel, ha érzelmileg stabilak vagyunk, osszuk meg ezeket az ajándékokat másokkal! Így az ő életük is jobbá formálódhat. A légkör békés, szeretettel és örömmel teli lesz körülötünk.

Ez az egész folyamat Isten kegyéből ered, hiszen ennek köszönhetjük

az emberi születést. Egyébként a 8,4 millióból bármilyen más formát is felölthettünk volna. Hasonlóképp isteni áldás, hogy az élő, tökéletes Mester szerepet játszik az életünkben. Hiszen embermilliárdok közül csak kevesen kapják meg nemcsak ezt az ajándékot, hanem a beavatást is a benső titkaiba. Így a figyelmünk a külvilág helyett Isten felé fordulhat. A beavató Mesterünk összekapcsolja a lelkünket Isten manifesztációival, a Fénnyel és a Hangáradattal. Ennek segítségével tud a lelkünk a spirituális régiókba emelkedni.

Az is isteni kegy, hogy hozzáju-



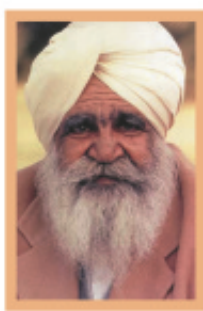
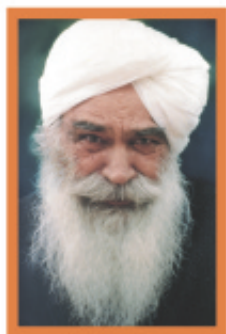
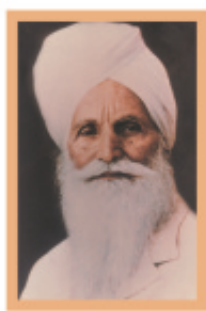
tunk a megfelelő benső vezetéshez, amelynek köszönhetően a lelkünk végül egyesülhet a Teremtővel. Hazur Baba Sawan Singh azt mondta, hogyha megkapjuk a helyes irányítást a tökéletes spirituális Mestertől, teljes bizonyossággal el fogjuk érni ezt a végső célt. Az már rajtunk múlik, hogy erre mennyi figyelmet szentelünk. Sant Kirpal Singh további részleteket tisztázva kijelentette: „Ez maximum négy életnyi időtartam alatt megvalósítható.” Ám nagyon sokan ezt a küldetést egyetlen élet alatt is valóra válthatják. Ehhez az szükséges, hogy éljünk etikusan, a javasolt napi időmennyiséget (legalább két és fél

órát) töltsük meditációban, és legyen uralkodó szenvedélyünk az isteni egység elérése.

Még ha nem is tesszük meg ezeket a dolgokat, a karma kerekében maradvá, ismét emberi születést fogunk kapni. Ha viszont még ebben az életünkben visszatérünk Istenhez, soha többé nem kell ide visszaszületnünk. Jelenleg az történik, hogy újra meg újra átéljük a korábban okozott karmákat, miközben újabbakat gyártunk. Ez olyan, mintha letörölnénk egy írást, majd újat készítünk – és ezt ki tudja hányszor megismételjük. Így soha nem tűnik el végleg a felirat.

A spirituális Mesterek kiemelik, hogy még ebben az életben valamennyien célba érhetünk, ha teljesen ennek a feladatnak szenteljük magunkat. Szenvedélyes odaadásra, elkötelezettségre van szükség. Ne ilyen legyen a hozzáállásunk: „Ó, ma sem láttam a Fényt.” „Miért nem jutottam még el a harmadik szintre?” „Ó, ennek így nincs semmi értelme!”

Ha szenvedélyes az igyekezetünk, ha kiemelt fontosságúnak tekintjük a spirituális feladataink elvégzését, Isten megismerését, a lelkünk egyesülését Ővele, akkor ez elsőbbséget fog kapni az életünkben. Ebben az esetben időt fogunk találni a meditációra. Igyekszünk jobb emberré válni. Szeretetben, békességben, igazságban, erőszakmentesen, alázattal telten fogunk élni. Így mindenképp eljutunk a létezés végállomására.



Sant Kirpal Singh Ji Maharaj

TÁRJUK KI A LELKÜNK KAPUJÁT!

A hogy előrehaladunk az igazság ösvényén, felfedezzük, hogy mily messze vagyunk még a tökéletességtől. Lassan közeledünk felé, de idő szükséges hozzá. Ha szeretjük Istent és a felebarátainkat, nem számít, hogy milyen hitet követünk. Az Isteni Királyságba az útlevel a szívünkben hordozott szeretet. Jártasak lehetünk a pszichológiában, a metafizikában, jól ismerhetjük az elme működésének törvényeit, a Teremtőnknel mégis zárt ajtóra lelünk, ha nincs bennünk szeretet és együttérzés. Csak ezek az erények képesek megnyitni a lelkünk kapuját Isten felé, hogy az Ő áldott csatornájaként segíthessünk másoknak.

Sok ember abban a hitben él, hogy a mennyország a távoli egekben, elérhetetlen messzeségben rejtezik. Pedig az isteni élet jellemzőiben, szeretetben bővelkedve máris a mennyország polgárai vagyunk. Hiszen Isten birodalma egy tudatossági állapot, amelyben teljes szívünkéből, elménkből, minden erőnkéből szeretjük Istent, és az életünk részeseit úgy szeretjük, mint önmagunkat.

Gyakoroljuk a megbocsátást és a felejtést gondolatban, szóban és tettben, hogy ez a mindennapi életünk szerves részévé váljon! A szeretet nem ismeri a kritikát, a megvetést, a kérkedést, sem a mások tévedései miatti gáncsoskodást.

Ne aggódjunk a tetteink gyümölcsei miatt! Bízunk azokat a Mesterünkre! Ismerjük fel a létezésünkben az Ő keze munkáját! Az Őíránta érzett szeretetünk legyen akkora, hogy a segítségével az ellenségeskedés, a vetélkedés, a sérődés fölé tudjunk emelkedni!

Az életünk valamennyi rezdülésében fedezzük fel Őt! Ne feledjük, Ő mindig velünk van, készen arra, hogy segítsen bennünket, ha a figyelmünket Őfelé fordítjuk! Legfőképpen pedig azt tartsuk az emlékezetünkben: Őt nem a szavak, hanem csak a tetteink győzik meg. „Ha szerettek, tartsátok meg parancsolataimat!” Ha így élünk, leigázhathatjuk, és a Mester lábához helyezhetjük az önös



énünket. Ezután fel fogjuk fedezni, miként munkálkodik mindenben az Ő ereje.

Fogadjuk el, hogy a mi látásmódunk behatárolt! Szakadatlan és célratoró figyelemmel tartsuk ellenőrzés alatt az összes megnyilvánulásunkat, az interakcióinkat! Gyomláljuk ki a hibáinkat, tegyük túl magunkat a tévedéseinken! Így válhatunk szabaddá. Mutassunk másoknak is követhető példát, amely fáklyaként fog lobogni az éjszakában. Ezután azok, akik korábban szemben álltak velünk, irányításért, segítségért hozzánk fognak fordulni. A derűs nyugalom új érzése tengeráráként önt el bennünket. Kiegyensúlyozottá és teljesen függetlenné válunk a külső eseményektől.

A békesség az elménk benső állapota lesz, amelyet többé a legviharosabb események sem zavarhatnak meg. Ez a kincs nemcsak a személyes életünket teszi gazdaggá, hanem a teljes spirituális létet is, amelynek mindannyian részesei vagyunk.

Éljünk benső békességben, együttérzésben, könyörületben és megbocsátásban! A szeretetünk és az önzetlen szolgálatunk mutatja meg, hogy egy tökéletes Mester tanítványai vagyunk, aki megnyitotta előttünk az istenség kapuját, amelyen át az örök Otthonunk felé tartunk.

A spiritualitás nem valami különleges hit megnyilvánulása, nem vallási gyakorlat eredménye. Csatlakozzunk Isten seregéhez! Ennek előfeltétele az

igazságban élés: tiszta gondolatok, kedves szavak és segítők tettek. Azt kívánom nektek, hogy szeplőtelen étellel emelkedjete a spirituális birodalomba! Örvendeztetek a védettségnek és a nyugalomnak, amely mindkét világban a tiétek lesz, mialatt hazafelé utaztok!

Téves elképzelés, hogy a beavatással megszűnnek a világi problémák, és keserű dolgok soha többé nem kerülnek az utunkba. A fent és lent helyzetek a saját tetteink következményeként továbbra is el fognak érni bennünket. Nézzünk szembe velük, hiszen csak mi egyenlíthetjük ki a karmikus számlánkat! Meg kell adnunk valamit? Tegyük meg! Ez a legjobb! Utána szabadok leszünk. A Mesterünk a külső és benső világban egyaránt segít nekünk. Ahogy spirituálisan fejlődünk, erősödik a tűrőképességünk, fokozódik az alázatunk. Így egyre nagyobb nyugalommal fogadjuk a nehézségeket, amelyek intenzitása és időtartama jelentős mértékben csökkenni fog.

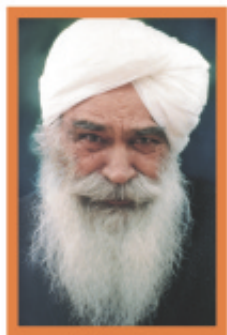
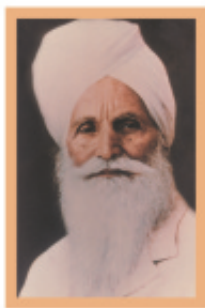
Magunkat formáljuk át, ne másokat! Sajnos sokszor csak az embertársainkért aggódunk. Ehelyett használjuk az önelemzést segítő naplót, és gyomláljuk ki a hibáinkat! Ez békét teremt körülöttünk. A szeretet mindent megszépít, és ha megtanuljuk a leckéit, a hibáink lemosódnak rólunk. Különösen akkor, ha gyengéd figyelemmel és kedves szavakkal fordulunk a környezetünkben élőkhöz. Élünk ezért a Mester akarata szerint!

Hittel és odaadással rendszeresen meditáljunk! Érezzük el, hogy csak a másokból áradó jó hasson ránk!

Ha a tökéletes Mester tanítványában teljessé válik az odaadás, és állandó figyelemmel tisztítja a gondolatait, akkor egyre fogékonyabbá válik az isteni kegyre. Az összes tanítványnak azt kívánom, találkozzon Istennel még ebben az életében! Fogadjuk meg a Mesterünk intelmeit, és hittel telten meditáljunk! Tanuljunk meg az önelemzést! Uraljuk a vágyainkat! Legyünk tiszták, és váltsuk tettekre a tanítást! A lépteinket Atyánk, a Mesteren keresztül megnyilvánuló Istenerő vezérelje!

Sohase feledkezzünk meg a végső célunkról, és ne engedjük, hogy bármi is elterelje a figyelmünket Istenről! Emelkedjünk a pártoskodás és a megosztottság fölé! Az életünket szeretetre és alázatra építsük fel, amely nem zár ki senkit és semmit! Ahogy spirituálisan fejlődünk, a büszkeséggel szemben is védetté válunk. Adjunk hálát Istennek a számtalan ajándékáért, és viszonzozzuk a kegyét felebarátaink anyagi és spirituális igényeinek alázatos szívű segítségével!

Az életünk során olyanokkal is találkozhatunk, akik nem tudják, vagy nem kívánják megérteni az igazságot. Ez ne zavarjon bennünket, és főképp ne bántsuk ezért őket! Csak a szeretet és a személyes tapasztalat állíthatja át őket Isten oldalára. Emlékezzünk rá: mindannyian Isten gyermekei és az Ő szőlőskertjének munkásai vagyunk!



Sant Kirpal Singh Ji Maharaj

HANGOLÓDJUNK A SZENT NAAMRA!

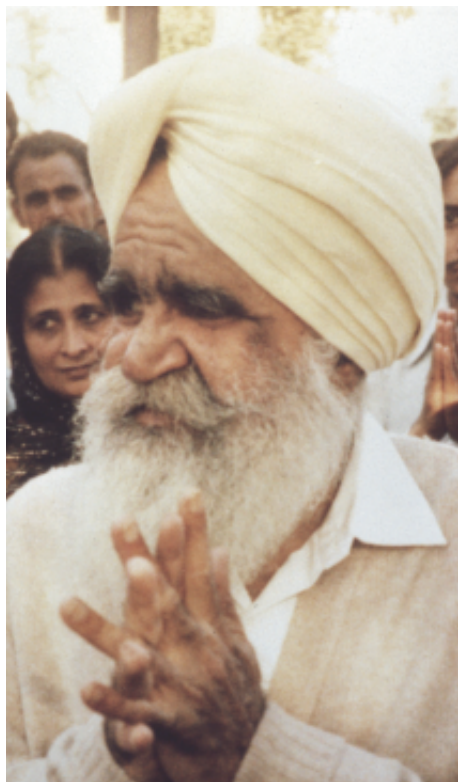
Hittel telten és odaadóan szeressük egymást, hogy a többi ember erről felismerje, és a saját szemével lássa, hogy mi az élő Mesterhez tartozunk! Ne feledkezzünk meg arról, hogy a tettek tisztábban szólnak, mint az érzelmek által sugallt ékesszóló szavak. Élünk oly egyszerűen, mint az erdő mélyén nyíló virág, amely édes illatával betölti a környezetét! Legyünk biztosak abban, hogy minden tekintetben isteniek vagyunk, a sorsunk urai, amely magasztos lehetőségekkel telített! Tegyük erőfeszítéseket a jobbá formálódásunk érdekében, és szilárdan tartsunk ki az elhatározásaink mellett! Az összes többi magától be fog következni, mivel a kegyes Mestererő mellettünk áll, hogy minden lehetséges segítséget, kegyet és védelmet megadjon nekünk.

Miként fogadhatjuk be a kegyes Mestererőt? Ez egy olyan kérdés, amelyre sokan szeretnék megtalálni a

választ. Egyszerű, mégsem könnyű egy pillanat alatt befogadni a kegyet. Az énünk áll ennek útjában. Valójában nem vagyunk a testünk határai, korlátai közé bezárva. Ugyanis nem az intellektus, nem az elme az igazi valónk, hanem rendelkezünk mindazzal, ami a magasabb szintű céljaink megvalósításához szükséges. „*Boldogok a szívükben tiszták, mert ők látni fogják az Istent.*” (Mt 5:8) Ennek érdekében meg kell tisztítanunk a testünket, az elménket és az intellektusunkat, kiszabadítva azokat az érzékek szennyrétegei alól, miközben egy időre a meditációban visszavonulunk a külvilágból, ráhangolódunk a szent Naamra, amely fokozatosan a maga teljes ragyogásában és dicsfényében fel fog tárulni előttünk.



A kegyes Mestererő örökké velünk van. Sőt ez az igazi éltető erő



ezen a világon és a másvilágon. Csak ragadjuk meg, és kövessük fenntartások nélkül, megválva az egótól és a hiúságtól, eldobva azokat, akár egy elnyútt ruhadarabot! Nem szükséges erőlködnünk, csak várjunk türelmesen és állhatatosan!

A szeretet csupán szolgálatot és áldozathozatalt ismer. E nemes erények által a szent tanítások beleépülnek az életünkbe. Amint már kiemelttem: amíg a beszennyezett elmét és intellektust nem tisztítjuk meg a ráakódott szennyrétegektől, addig képtelenek vagyunk befogadni a magasztos igazságokat. Egy bűnös személy elkerüli a szentek áldott társasá-

gát, míg az alázatos ember szüntelenül keresi a Mester közelségét. A satsangon ülve maga a fizikai test is áldottá válik. Ilyenkor tudjuk, hogyan csendesítsük le a testünket és az elménket: odaadással tekintünk a Mester ragyogó szemébe és homlokára, ráhangolódunk az Ő áldásos jelenlétére. A szív megtelik a fogékonyság, az alázat, az áhítat és a tisztaság isteni erényeivel. Megtanuljuk, hogy alázatos imával, fohással miként hívjuk segítségül az Ő kegyét, könyörületét.

A szolgálatot az igaz ember ékességének tekintik, amely felékesíti és felmagasztalja a lelkét, amely így az Ő kegyének a befogadására alkalmas tiszta kehellyé válik. Az Ő szent lábánál végzett mindenfajta szolgálat jótékony hatású. Becsbben kell tehát tartanunk, hiszen a karma törvényével összhangban bármit is teszünk, az meg fogja hozni a gyümölcsét. Az önzetlen szolgálat titka abban rejlik, hogy mindennemű jutalom és elismerés elvárása nélkül látjuk el, önmagunkat alázatos hangszernek tekintve az isteni kézben, amely mindenek fenntartója és védelmezője. Minden a Mester érdeme, de mégis, a szeretet ezen közvetítőit is szüntelenül átítatja a mámor, amely az Ő magasztos nagyságából ered.

Ne feledjük:

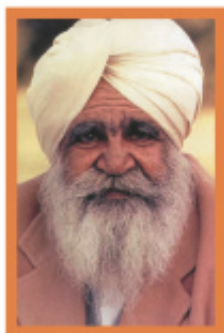
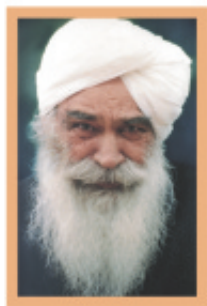
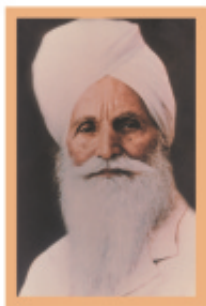
Az élet sója az önzetlen szolgálat.

Az élet vize az egyetemes szeretet.

Az élet édessége

a szeretetteljes odaadás.

Az élet illata a nagylelkűség.



Sant Darshan Singh Ji Maharaj

Ő VOLT A MEGTESTESÜLT ALÁZAT

Ezt az előadást Sant Darshan Singh 1975. augusztus 19-én tartotta.
A téma Sant Kirpal Singh élete volt.

Egy perzsa közmondás szerint: „A szeretet először mindig a Szeretett Lény szívéből árad ki, és a szerető erre válaszol.” Ehhez hasonlóan a spiritualításban a Naam ajándéka, a szeretetteljes figyelem elsőként a Mesterből árad ki és akiket ez megérint, akik ennek jótéteményeit élvezik, úgy ismerjük, mint az igazság keresőit. Bármit is mondanak az emberek, csak annyit szeretnék megjegyezni, hogy ez a mai nap a Szeretett Mester emléke előtti hódolatunkról szól. Én ebből semmire sem szolgáltam rá.

Egy élő Mester felbecsülhetetlen áldás. Ő Isten Fényének megtestesülése, és ezt osztja szét az egész világban. Isten Fénye a láthatatlan megnyilvánulása. A Sant Mat hagyomány Mestereinek a feladata az, hogy segítsék az igazság után vágyakozókat a lelkük és Isten felismerés folyamatá-

ban. Ilyen hatalmas volt a mi Szeretett Mesterünk, aki bárkivel is találkozott, bőséggel megáldotta a spiritualitás kincseivel, függetlenül attól, hogy az illető odaadó istentisztelő vagy bűnös ember volt. Származhatott Keletről vagy Nyugatról, a Mester nem tett különbséget kaszt, faj, bőrszín vagy nemzetiség szerint.

A vallást tudományként mutatta be, mivel olyan időket élünk, amikor mindent a tudomány szemszögéből nézünk. Gyakran kiemelte, hogy az emberi test Isten igaz temploma egy laboratórium, amelyben kísérletezhetünk, megismerhetjük a lelkünk és a Teremtő közötti kapcsolatot. Úgy is utalt erre a folyamatra, mint a Naam vagy az Ige alkímiaja.

A Mesterek kihúznak bennünket az illúzió vagy maja mocsarából. Megajándékoznak bennünket az Igével, az Istenerővel, amelyet a különböző hagyományokban különféle

nevekkel illetnek. A keresztényeknél Ige, a muzulmánoknál Kalam-i-Qadim, Bang-i-Asmani vagy Kalma, a Védákban pedig Naad vagy Sruti. Az Erő mindig ugyanaz, a pólus, amelyen keresztül megnyilvánul állandóan változik. A lényeg az, hogy ez az Erő folyamatosan jelen van a teremtett mindenségben.

A Szeretett Mesterünk, akire emlékezve ma összegyűltünk, tavaly, augusztus 21-én hagyta el a fizikai testét, de ne feledjük, hogy az áldásai változatlanul velünk vannak. Ő és Hazur Baba Sawan Singh mindig arra emlékeztetett bennünket: ha egy tökéletes élő Mester beavat egy lelket, akkor annak a sugárzó formája helyet foglal a spirituális gyermekében, és a társa lesz mindaddig, amíg meg nem érkeznek Sach Khandba, az örök Hazába. A Mesterünk lelke a mai napig utat mutat. A magasabb síkokon várakozik ránk.

Az egyetlen kötelességünk, hogy kövessük az Ő útmutatásait. Sokszor kiemelte: „Ha szerettek, tartsátok be a parancsolataimat!” Feladatként hagyta ránk az önelemzést segítő naplót, kérve, hogy azt napi rendszerességgel lefekvés előtt töltsük. Ha így folyamatosan felmérjük az adott napon helytelenül tett dolgainkat, tudni fogjuk, hogy mely megnyilvánulásaink igényelnek kiemelt figyelmet és korrekciót. Így tisztán áll előttünk a cél a következő napra.

Tartsuk magunkat ehhez, és végezzük az önelemzést úgy, ahogy a

Szeretett Mester kérte. Továbbá azt is meghagyta, hogy a napunk 10%-át fordítsuk meditációra. Ültessük az életünk gyakorlatába mindazt, amit Ő kért tőlünk! Rendszeresen gyakoroljuk a bhajan és a simran gyakorlatát!

Most mindannyian átéljük az Őtől való fizikai elszakadás fájdalmát. A költők úgy írnak róla, mint akinek a szívébe hatol az elválástódás nyila. Ha ez tényleg megesne, akkor az a létezésünk végét jelentené. Azt gondolom, hogy egészen pontosan egy urdu költő fogalmazta meg ezt az állapotot: „Valakinek meg kellene kérdeznie a szívemet a félig kihúzott nyiladról.” Ha a vessző hegyét kihúzzák, az véglegesen roncsolja a szöveteket. A költő úgy fogalmaz, hogy a nyilat csak félig húzták ki, annak vége a szív közepében maradt. Ennek az a következménye, hogy minden egyes mozdulat egy újabb kis fájdalommal jár, ami nem más, mint az édes emlékezés.

Fordítsuk a legnagyobb javunkra ezt a benső állapotot! Minél többet ülünk a benső csendben, úgy, ahogy azt a Mester kérte! Értjük el az Ő sugárzó formájának lótuszlábát! Attól kezdve Ő vezeti át a lelkünket a benső régiókon, egészen Sach Khandig. Az én imám ezekben az ünnepélyes pillanatokban a következő: „Töltsünk meditációban annyi időt, amennyi csak lehetséges!”

A Szeretett Mester az önzetlen szolgálat és önfeláldozás megtestesülése volt. Gyakran mondta, hogy a

szereket semmit nem kér, csak ad. Ő mindenét nekünk adta. Az egész élete során a lehető legönzetlenebb módon, teljes szívéből szolgált bennünket. Egészen kis korától kezdve magában hordozta ezeket a különleges értékeket.

Az első világháború idején, 1919-ben, hatalmas influenzajárvány pusztított. A spanyolnátha borzalmasan fertőző betegség volt. A rokonok, de még az állatok is gyorsan magára hagyták a betegeket. A Szeretett Mester egy önkéntes csoportot szervezett, amely segítséget nyújtott a bajba került embereknek. Később pestisjárvány ütötte fel a fejét. Ez annyira fertőző volt, hogy még a halott testét megérintve is könnyen elkaphatták a betegséget. Mindenféle tetemek heverték az utcákon, amelyeket mindenki igyekezett messze elkerülni. A Szeretett Mester itt is példát mutatott. Megkezdte a holttestek elszállításának és a elhamvasztásuk megszervezését. Emellett olyanokról is gondoskodott, akik még mindig szenvedtek a pestistől. Ezt a magasztos példát látva többen csatlakoztak hozzá, így a kis csoport végül nagy karavánná nőtte ki magát. Mindez Isten kegyének és a Mester különleges jellemzőinek volt köszönhető.

A tanítványsága ideje alatt végig rendszeresen látogatta a betegeket a kórházban vagy az otthonukban. Mindezt a hivatali munkája befejezése utáni órákban tette. Arról se feled-

kezzünk meg, hogy mily hatékonyan végezte kötelezettségeit a munkahelyén! Mi sem bizonyítja jobban ezt, mint az, hogy miután a Szeretett Mester nyugdíjba ment, három embert vettek fel a feladatai elvégzésére. Amikor véletlenül összefutottam egyikükkel, ő mesélte, hogy bár mindhárman nagyon keményen dolgoztak, mégis 25%-nyit esett vissza ennek a kormányhivatalnak a hatékonysági mutatója. A Szeretett Mester még az angol uralom idején is minden évben dicséretben részesült. Meg kell említeni, hogy abban az időben ez igen ritka dolognak számított.

A Mester sok történetet osztott meg velünk a hivatali életéből. Egy alkalommal nagy kimutatást kellett elkészítenie, még hozzá meglehetősen rövid határidővel, ugyanis azt negyvennyolc órán belül el kell küldenie. Fel sem állt az asztalától negyvennyolc órán keresztül, kivéve, ha a mosdóba kellett kimennie. Semmi mással nem foglalkozott és végül időben elkészült a lehetetlennek tűnő feladattal.

Sokunk a tanúja lehetett annak, hogy a munkából egyenesen a rászorulóknak segítségére indult. Miután hazament, gyakran töltött 8-10 órát meditációban. Mindezek mellett a Mestere útmutatásait követve összeállította a Gurmat Sidhant. Ez minden bizonnyal a legnagyobb gyűjtemény a vallások összehasonlító tanulmányozása terén, amely a koráb-

ban élt szentek, misztikusok által ábrázolt módon mutatta be a spiritualitás alapelveit. Az egyes alaptételekkel külön-külön foglalkozott, és az egyetemes igazságot a különböző vallások szentirataiból vett idézetekkel támasztotta alá. Ez egy kétezer oldalas hatalmas mű, amely két kötetbe foglalva jelent meg nyomtatásban. Mindezt a munkát még azalatt végezte el, mialatt még dolgozott a kormányhivatalban. Mindemellett Hazur, a Mestere megbízta, hogy rendszeresen tartson satsangokat Lahorében, Amritsarban és más településeken.

Szeretnék megosztani veletek még néhány történetet arról, hogy a Szeretett Mester miként látta el a kötelességeit, a vállalt feladatait. Élénken él bennem egy eset a gyermekkoromból. Talán ötödikes lehettem, amikor úton voltam biciklivel hazafelé az iskolából. Az én Szeretett Baba Jim (annak idején így hívtam Őt) egy idősebb úriemberrel sétált az utcán, a kezében pedig egy nagy doboz volt. Azonnal leugrottam a kerékpárról, és ki akartam kapni a kezében lévő csomagot. Ő arra kért, hogy először érintsem meg az öreg lábát. Csak később derült ki, hogy az úriember édesapám tanítója volt a harmadik osztályban.

Vendégségbe hívta hozzánk, és körülbelül két hétig nálunk lakott. Két fajta vízforrás volt akkoriban a házunkban. Az egyik a csap, a másik a kézi pumpás megoldás. Mivel a

Szeretett Mester Peshawarból származott, tudta, hogy az emberek arra felé a pumpás megoldást szerették. Felhúzott a kútból vagy hat vödörnyi vizet, amiből kettőt fürdésre kínált az idős úrnak. Ezután személyesen szolgálta ki étellel, innivalóval. Mindenhova vele tartott napközben, leste a kívánságait, és este átmasszírozta a vendége fáradt lábát. Ez nagy tanítás volt számomra, hogy mennyire tiszteljük a tanítóinkat.

Ehhez hasonlóan gyakran emlékeztetett engem arra, hogy mekkora tisztelet és gondoskodás illeti meg a szülőket és a nagyszülőket. Ezzel kapcsolatban elmesélte mi történt a nagyapámmal, az Ő édesapjával, aki idős korára nagyon megbetegedett. Gyakran megesett, hogy maga alá piszkított. A Szeretett Mester személyesen vette gondjaiba az édesapját, és maga mosta ki az összepiszkolt ruháit. Később a nagyapám teljesen elvesztette az emlékező képességét, és ekkor a Szeretett Mester hatalmas türelemmel mindig mindent a nulláról tanított neki. Például: „Ez a kanál, ez az ennivaló, és így tovább ...” Isten különleges kegyének köszönhetően később nagyapám sokkal jobban lett.

Mikor az apja felépült a súlyos betegségből, azt mondta a fiának: „Pall! A sok törődésért cserébe kérj valamit, aminek nagyon örülnél.” Megjegyzem, hogy a „Kirpal” szó jelentése „az együttérző”, de az apja csak „Pal”-nak nevezte a fiát.

Kirpal Mester így válaszolt: „Tisz-

telt atyám! Nyilván tudod, hogy semmi világi dolog nem érdekel. Egyedül arra vágyom, hogy újra egy lehessek a Mindenhatóval.” Az apja ekkor már tudott sétálni. Gyaloglás közben azt mondta: „Pall! Én nem látom Istent, de ha létezik, biztos vagyok abban, hogy egyesülni fogsz Övele.” A Szeretett Mester gyakran emlegette, hogy az édesapja imájának köszönhette, hogy később rátalált Hazur Baba Sawan Singhre. Ez egy példa arra, hogy mennyire tisztelte, és hogyan szolgálta a szüleit.

Miután leérettségizett, döntést kellett hoznia arról, milyen irányban folytassa az életét. Sokszor elmesélte, hogy hét nap kellett, mire végleges válaszra jutott, amely így hangzott: „Isten az első, és minden más csak Őutána.” Az egész életében kitarzott amellest, amit akkor eldöntött.

Még egy másik történetet is elmesélek abból az időből, mikor még tanítvány volt. Gyakran ment Beasba, ahol fizikai szolgálatot teljesített. A derában folyó építkezések során törmelékekkel teli kosarat cipelt a fején, és ehhez hasonló feladatokból vállalt részt. Emellett segített a Mesternek a levelezésben és az irodalmi munkákban. Egy satsangi társa megjegyezte: „Ezekre a munkákra bőven akadnak satsangjak. Neked az irodai munkákkal kellene foglalkoznod.” A Szeretett Mester válasza így hangzott:

„Mivel megáldattunk a fizikai testtel, ezzel is szolgáljuk a Teremtőt!”

Létezik egy perzsa mondás, miszerint aki folyamatosan teljes szívéből és lelkéből végzi el a Mesterétől rábízott munkákat, az lesz a következő Mester. Ez a mondás teljesen igaznak bizonyult a Szeretett Mesterünk esetében.

Amikor Mester lett, láthattuk, hogy a Sawan Ashram vagy Manav Kendra építése közben Ő volt az első, aki kosarat ragadott. Abban hitt, hogy a személyes példamutatásnak van a legnagyobb ereje. Mindenben elől járt, és ilyenkor Istenre vethettünk egy pillantást. Bármire kezdett hozzá a Sawan Ashramban folyó építkezések során, a satsangi testvérek mindenben odaadóan követték a példáját. Így a normális esetben akár hónapokig tartó munkákkal napokon belül végeztek. Maga volt a csoda, ahogy a Sawan Ashram elkészült. Mindez csupán az egyik aspektusa volt nagyságának.

Ő a szó legszorosabb értelmében egyedülálló, tökéletes volt. Nagyon sokat tanulhatunk az élete tanulmányozásából. Ezért azt kérem tőletek, a testvéreimtől, hogy tanuljatok az Ő életének minden pillanatából! Ne feledjétek, hogy mit kért tőlünk: Naponta töltsük a naplót, és rendszeresen végezzük a bhajan és a simran gyakorlatokat, vagyis az Isteni Hangra és Fényre történő meditációt!

Sant Rajinder Singh

ELŐKÉSZÜLETEK AZ ÖRÖK ÉLETRE

A benső régiókra gondolva, a legtöbbünk az istentisztelet különböző helyein látott képeket képzele magá elé. Sokan úgy gondolnak rájuk, mint valami fölöttünk lévő, vagy távoli vidékre, túl a tengereken vagy az égbolton. Vegyük fontolóra: Hol is vannak a túlvilág birodalmai? Jól szemlélteti ezt egy anekdota az ősi Perzsiából. Egy hívő ember az egész életét azzal töltötte, hogy pénzt gyűjtött egy zarándokútra Mekka szent városába.

Sok-sok év után összegyűlt a pénze. Az indulása napján éhező gyermekeivel egy asszony kopogtatott az ajtaján. Rongyos ruhát viseltek, és sóványak voltak. Az asszony megkérdezte, tudna-e pénzt adni, hogy enni-valót vehessen a gyermekeknek. Az embert megrendítette a siralmas állapota, és odaadta a kevéske megtakarított pénzt, amit a mekkai útra tett félre. Tudta, hogy a pénz odaadása egyúttal azt is jelenti, hogy nem tud elmenni a zarándokútra. Az utazás megghiúsulásán búsulva Istenhez imádkozott segítségért. Aznap éjszaka Isten megjelent előtte, és azt mondta: „Az embertársaid iránt tanúsított

szeregetedért a zarándoklatod elfogadtattott.”

E történet tanulsága az, hogy se-hova sem kell mennünk, hogy megtaláljuk Istent. Ő bennünk él. Megleljük, ha a szeretettel megtisztítjuk a szívünket. A misztikus területek nem a külső világtérben vagy felettünk vannak, hanem a bensőnkben rejlenek.

Számos szentírás tartalmaz leírást az evilágon túli régiókról. Mivel a halálunk után mindannyian megteszük majd az utazást ezekre a misztikus vidékekre, ahol jóval több időt fogunk eltölteni, mint átmeneti földi lakhelyünkön, így érdekeltek vagyunk annak kiderítésében, hogy mi vár ránk ott. Lehet, hogy néhányan azt mondják: „Végül is nem számít, mit teszek, így is, úgy is oda jutok, szóval teljesen mindegy, hogy töltök-e időt azzal, hogy most ezen gondolkodom, vagy nem. Miért vegyek el időt ettől az elbűvölő élettől és ennek örömeitől, azért, hogy amiatt aggódjam, mi lesz a halál után?”

A halálközeli tapasztalatokról beszámoló emberek azonban megerő-



sítük, hogy a halálunk utáni életben számba vesszük azt, amit ebben az életben teszünk. Visszakapjuk a fájdalmat, amelyet másoknak okozunk, és az az öröm is visszatér hozzánk, amellyel másokat megajándékozunk. A misztikus birodalmak végtelenek,

és a tapasztalatok számtalan típusa található meg bennük. Eldönthetjük, hogy milyen minőségű halál utáni életet szeretnénk a túlvilágon – örömmel és üdvösséggel teli életet a jó tetteinkért, vagy fájdalmakat a helytelen cselekedeteinkért.

Jora Young

AZ ÉN IGAZI ZARÁNDOKHELYEM

Amikor 1972-ben megkaptam a beavatást, számomra a Mesterem, Sant Kirpal Singh volt a legerőteljesebb személyiség, akivel valaha is kapcsolatba kerültem. Az Ő intellektusa, kegye, szépsége – és mindenekfelett a kisugárzása – lenyűgöző volt. Bámulattal, áhítattal vegyes félelemmel éreztem, csodáltam a jelenlétének az erejét. Tudtam, hogy egy nagy szenttel találkoztam. Három hónapig követtem Őt az amerikai körútján. Elképzelhetetlenül nehéz volt az ezt követő elválás.

Azelőtt igazán soha nem akartam Indiába menni, de 2003-ban leküzdhetetlen vágyat éreztem, hogy meglátogassam Manav Kendrát Dehradunban. Látni akartam a helyet, ahol a nagy Kirpal spirituális központot épített, amelynek építkezését évekig személyesen irányította.

Októberben utaztam, és tíz napot töltöttem a Delhiben lévő ashramban, mielőtt Sant Rajinder Singh elindult Amerikába. Azokban a napokban láthattam, hogyan szolgálja Rajinder Mester az emberek tízezreit. Folyamatosan megáldotta az újszül-

ötteket, a friss házасokat, vigaszt nyújtott a betegeknek, a gyászolóknak, találkozott a beavatottak családjával, meghallgatta az édesanyák gondjait, együtt nevetett a fiatalokkal.

Örömet szerzett nekünk a Diwali ünnepség tűzijátékával, és erővel telített előadásokkal gazdagított bennünket. Órákon át utazott a poros, szmoggal teli utakon, hogy találkozzon azokkal az ezrekkel, akik távoli városokban vártak Őrá. Kedves, gyöngéd mosollyal fogadta a köszöntő dalaikat, és megáldotta az embereket a Fényre és Hangra való beavatással. Nem tett lépéseket, hogy távol tartsa magától a szeretettől mámoros lelkeket, akiket már nem voltak képesek se a szekciókat körülvevő kötelek, sem a szevadárok visszatartani.

Adott, adott és adott. Éjjel-nappal csak azt láttuk, hogyan jár a várakozók hatalmas tömegében. Senkit sem hagyott ki vagy utasított el. Eljött hozzájuk, hogy az összes Tőle remélt kívánságukat teljesítse.

Maharaj Ji elutazása napján az aj-

tajánál várokotam, hogy az áldásában részesüljek, mielőtt elindul a repülőgéphez. Amint kifelé jövet átlépte a háza küszöbét, egy nagy, erőteljes hang járt előtte. Ez annyira hangos és erős zúgás volt, hogy úgy éreztem, körülöttem mindent és mindenkit betölt ez a vibráció – ami Őbelőle áradt! Azelőtt soha nem hallottam így a Hangáradatot.

Miután eljöttem az ashramból, a hang elkísért. Felpezsdített. Kellemes borzongást éreztem. A Mester akkor mutatta meg nekem ezt a hangot, amikor készen álltam egy ilyen élmény befogadására. Ha bármikor korábban részesít benne, attól bizonyára megriadtam volna. Ez a hang Ő volt, és Ő mindenütt jelen volt.

A következő napon is velem maradt, mialatt a barátaimmal szétnéztünk Delhiben. Néha olyan hangos volt, hogy úgy tűnt, minden belemeg körülöttem. Boldog és vidám voltam, időnként gyermekien szeleburdi. Bennem zengett a hang, és ugyanakkor mindenhol máshol is. Csak a hang tűnt valódinak – semmi más.

Úgy vélekedtem, hogy ez az előfutára annak, hogy Manav Kendrán találkozhatom Sant Kirpal Singh sugárzó spirituális formájával, ha a következő napig megőrzöm a figyelmet a hangzáson. Sant Rajjinder Singh korábban azt mondta nekem: „Remélem, hogy csodálatos, feledhetetlen élmény lesz számodra a

Dehradunban töltött idő.” Nyilvánvaló, hogy ez a hang vitt el engem Kirpal Mesternek a Himalája lábánál lévő lakhelyére.

Másnap reggelre, amikor felébredtem, a hang eltűnt. A két barátom társaságában vettem vonatjegyet a hatórára útra Dehradunba, ahol egy tanítvány fogadott bennünket. Kedvesen felajánlotta, hogy vendégül lát minket az otthonában, amely mellett egy nevezetes vikendház helyezkedett el. Azt mondták, hogy Kirpal Mester itt tartotta azokat az együttléteket, reggeli satsangjait, amelyek a *Reggeli beszélgetések* című könyvében jelentek meg. Ez csak egy saroknyira volt Kirpal Mester otthonától.

Olyan voltam, mint egy gyerek, aki örömteli izgalommal készül a karácsonyra. Alig vártam, hogy ott sétálhassak, ahol Ő lépkedett. Biztos voltam abban, hogy ha azon a területen állhatok, amelyet valaha az Ő lába érintett, tudni fogom, mi a teljes megvilágosodás.

Bementem Kirpal Mester vikendházába. Láttam a heverőjét, a könyveit, és a szemüvegét. Eszembe jutott, hogy ez ott volt a kezében, amikor Amerikában előadást tartott. A napfény átszűrődött az ablakon, visszatükröződött a porszemcsékről a levegőben. De a hang nem volt sehol.

A következő reggelen korán keltem, és átsétáltam Sant Kirpal Singhnek a Rajpur úton lévő otthonába.



Ott volt a sétabotja és a fonott szék is, amelyben ülve oly sok, a Sat Sandeshben megjelent fotó készült Óróla. A nagy szeretettel és buzgalommal ápolt kert végében letelepedtem a szurdok felé nyíló területre, ahol Ő oly gyakran merült meditációba. Ezt az egészet oly édesnek érdekesnek és ünnepélyesnek éreztem. Hasonló érzés volt, mint megtekinteni Thomas Jefferson vagy Carl Sandburg otthonát, ahol a gondosan megőrzött emléktárgyak tiszteletet váltanak ki. A várt benső hang azonban nem volt sehol. Azt az életteli erőt és sugárzást, amely oly bőségben tört elő, és ott pezsgett Sant Rajinder Singh körül, itt nem éreztem.

Mialatt Dehradunban voltam, elmentem Manav Kendrára, és bejártam minden helyet, ahol Sant Kirpal Singh megfordult. Láttam a ragyogó csillagokat Dehradun tiszta egén, a pillangókat és a nyíló virágokat min-

denhol, az Ő tartózkodási helyei körüli kertekben. Mindez valóban pompás volt. De nem jelent meg a bensőmben a Mesterem arca.

Mire jöttem rá? Leginkább olyasmire, amire nem számítottam. A Mestererő élő dolog. Ez megkérdőjelezhetetlen. Nem egy emlék. Nem valamilyen zárandokhelyen vagy kőépületekben létezik. Megértettem, hogy bármennyire csodásak, értékesek is az emlékeink, a Mestererő az élő Mesterben lakozik. Az Ő formájából sugárzódik ki. Az Ő lényéből kiáradó Erő ébreszt fel bennünket.

Eljöttem Indiába, hogy ráébredjek: a Mestererő nem valami emlék egy távoli helyen, hanem mindig ve-lünk van. Ez az eleven, mámorító Erő mindenki számára szabadon elérhető, aki kinyújtja érte a kezét. Amit kerestem, mindig is velem volt, és sohasem hagy el. Ez az Erő az én igazi zárandokhelyem.

Krishna Khanna

A SPIRITUALITÁS - AJÁNDÉK ISTENTŐL

Amerikában bevett szokás, hogy a kiváló előadóknak megfizetik a kör-útját. Az összeg a hallgatóság nagysá-gától és a helyi szervezés kiadásaitól függ. Amikor Kirpal Mester megér-kezett Amerikába, mindenhol ingyen tartotta az előadásait.

„Az ember és Isten” című első

előadásának világossága és magával ragadó ereje annyira mélyen meg-érintett egy német úriembert, hogy felkereste a szervezőket, és egy 5.000 dolláros csekket ajánlott fel.

A Mester hívatta a jótékonykodó személyt, és azt mondta neki: „Test-vérem! Nem azért jöttem ide, hogy

pénzt gyűjtsek össze. Az én jövedelem célja, hogy megáldjam az embereket a spirituális kincsekkel, amelyeket a Mesterem örökül hagyott rám. A spiritualitás a természet ugyanolyan ingyenes ajándéka, mint a fény, a levegő, a víz.”

Az illető nagyon meglepődött, és felkiáltott: „Te vagy az első látogató, akinek nincs szüksége pénzre!”

Kirpal Mesternek a világszerte út-

ján a spiritualitásról, a lélek tudományáról elhangzott előadásai oly nagy hatásúak voltak, hogy egész élete során áradtak hozzá a meghívások az Egyesült Államokból, Latin-Amerikából, Angliából, Japánból, Olaszországból, Franciaországból, Spanyolországból, Norvégiából, Ausztráliából, Jeruzsálemből, Hongkongból és más országokból, felkérve, hogy beszéljen náluk a Mesterek tanításáról.

G. L. Kohli

AZ Ő CSODÁLATOS ÚTJAI

Kirpal Mester gyakran mondta, hogy ha tudnánk, mennyire szeret bennünket, örömmel táncra perdülnénk. Hogyan is tudná egy gyermek megérteni és értékelni az Atya szeretetét és oltalmát!

1966-ban veseproblémám támadt, és állandóan nagy fájdalmaim voltak. A vizsgálatok során megállapították, hogy az egyik vesémben egy kő van. Megmutattam a röntgenfelvételt a Mesternek, és a kegyéért könyörögtem. Egy homeopátiás szert ajánlott, amit azonnal elkezdtem szedni, de nem használt. Egy satsangi testvérem hozott egy receptet, és a Mester jelenlétében adta oda nekem. A Mester biztatott, hogy próbáljam ki. Ez egy gyógynövény keverék volt.

Ahányszor Kirpal Mester Delhin kívülre utazott, mindig hozott nekem

valami új gyógy-készítményt. Így telt el egy év. Amikor azután vért ürítettem, elhatároztam, hogy vállalom az operációt. Engedélyt kértem erre a Mestertől. Ő biztatott, hogy ne féljek. Oly szeretettel nézett rám, hogy úsztam a boldogságban. Az ujjával rámutatott a helyre, és azt mondta, hogy ott lesz egy kis vágás, és eltávolítják a követ.

A következő napon megvolt az operáció. Este bejött az operáló orvos a kórterembe, és azt mondta: „Normál esetben ez a műtét háromórás, de az ön esetében harmincöt perces volt.” Pontosan ugyanúgy nyújtotta ki a kezét, mint a Mester, ugyanarra a pontra mutatott, és ugyanazokat a szavakat használta. Rájöttem, hogy nem a sebész, hanem Ő beszélt hozzám.

GYERMEK OLDALAK

Sant Darshan Singh A SIKER TITKA

Ha valami különleges, nagy dolgot szeretnénk véghezvinni az életünkben, gyermekkorban kell elkezdenünk az erre való felkészülésünket. A sportban, de más területeken is három-ötévesen kezdődnek az edzések, indul a képzés, a nevelés. Akik az első pillanattól céllal dolgoznak, azok a legjobbak szeretnének lenni a saját területükön. Új rekordokat kívánnak elérni.

Azt tanácsolom nektek, hogy lelkesedéssel, szenvedélyes hévvel tanuljatok, hogy kiemelkedő eredményeket érjete el az életben. Legyetek nagyon kitartóak a sportban is! Engedelmeskedjete a szüleiteknek és a tanáraitoknak! Éljete a legjobb módon a kapott lehetőségekkel! Teljes figyelemmel tanuljatok, játsszatek, sportoljatek, és ez jellemezze az összes többi tevékenységeiteket is!

Az élet bármely területén a siker kulcsa az egyetlen célra törő, céltudatos figyelem. Ezt az „egyhegyű” figyelmet a koncentráció, vagyis a meditáció művészetének megtanulásával sajátúthatjátok el. A meditáció nem más, mint figyelem. Ha ilyen gondosan, összpontosítottan figyelte valakire, például a tanáraitokra, azt fogjátok tapasztalni, hogy hibátlan lesz a memóriátok. A „hibátlan” azt jelenti, hogy nem tévedte, nem hibáztok. Amikor a ti korotokban voltam, nagyon figyeltem a tanáira. Ezért otthon sohasem kellett átnéznie a leckéte. Ha egyszer teljesen ráfigyeltem valamire, az az életem része lett. A tanulmányainkban a siker titka tehát a teljes koncentráció.

Ebben az életben minden, a tenisz, az éneklés és a meditáció, vagyis a koncentráció egyaránt egyfajta művészet.

AZ ADAKOZÁS JUTALMA

Egy reggelen a szülők zsebpénzt adtak a lányuknak. Azon az estén, amikor újra találkoztak, megkérdezték a gyermeküket: „Mire használtad a pénzt, amit kaptál? Befektetted, és így haszonhoz jutottál?”

„Igen” – felelte a lány.

„Mit tettél vele?” – tudakolták a szülők.

„Odaadtam egy szegény, éhes koldusnak.”

A lány szülei mérgelődve azt mondták a lányuknak:

„Miféle beruházás ez? Ebből te sohasem jutsz pénzhez.”

„Ez igaz – bólintott a lány – de az öröm, amit visszakaptam, látva a hálát annak az embernek az arcán, a legnagyobb nyereség, amihez hozzájuthattam.”

A lány szülei felismerték, hogy gyermekük igazán megértette, mi az adakozás jutalma.

Ismeretlen szerző

Anshu Hemrajani

A SZIVÁRVÁNY GYERMEKEI

Mi a szivárvány gyermekei vagyunk. Fentről érkeztünk a Földre. Amikor itt vagyunk, fogva tartanak bennünket a világi dolgok. Azt hisszük, hogy a Nap nagyon ragyogó, és nem tudjuk, hogy Isten szeretetéhez és tündökléséhez, valamint embertársaink lelkéhez képest bizony halovány a fénye. Még az apró kisbabáknak is hatalmas és tiszta a szíve.

A világnak szüksége van a szeretetre. Sant Rajinder Singh azt mondja: „A szeretet virágzó Paradicsommá változtatja az életet.” A szeretet az egész világmindenségénél erősebb. Ránk vár a feladat, hogy megtaláljuk.

Gyermekek vagyunk, akiknek egyedül arra van szükségük, hogy rálépjenek az Istenhez vezető útra. Könnyedén megtehetjük ezt, ha meditálunk, önzetlenül szolgálunk, és mindenkihez kedvesek vagyunk. Ezzel a szeretettel és együttérzéssel visszatérhetünk Istenhez.

2023. SAT SANDESH TÁRGYMUTATÓ

Január-február

Emlékezés Sant Kirpal Singhre

Sant Rajinder Singh

Helyes irányban töltjük az életünket?

Sant Rajinder Singh

Az igazi ima (2. Rész)

Sant Kirpal Singh

„Go Jolly” – „Lépj vidáman előre!”

(Kérdés-felelet)

Sant Darshan Singh

Spiritualitás a mindennapokban

A spirituális napló

Sant Rajinder Singh

A sikeres meditáció előfeltételei

(Kérdés-felelet)

Sant Rajinder Singh

Történetek

Az Ő szolgálatában

Jivan Singh

A nagy Mesterek kegye

Neelam Chug

Erőszakmentesség

Rajinder Singh

Gyermekoldalak

Miranda

Suzanne Lanber

Március

Istenhez kössük magunkat!

Sant Rajinder Singh

Az igazi meditáció

Sant Kirpal Singh

A lélekenergia: minden

más energia forrása

Sant Darshan Singh

Spiritualitás a mindennapokban

Kérdés-felelet a simranról és

a meditációról

Sant Rajinder Singh

Az apró részletek fontossága

Sant Rajinder Singh

Az embertársaink és Isten szolgálata

Sant Rajinder Singh

Történetek

Odaadó, szenvedélyes elkötelezettség

Sant Rajinder Singh

A természetes egyensúly

Jataka mese

A csodára váró ember

Ismeretlen szerző

A két favágó

Ismeretlen szerző

Gyermekoldalak

A szeretet csak elkezdődik

Sant Darshan Singh

Április

Emlékezés Hazurra

Sant Rajinder Singh

A szavak és a tettek összhangja

Sant Rajinder Singh

Az életben meghalás

művészete (1. Rész)

Sant Kirpal Singh

Kérdés-felelet

Sant Darshan Singh

Spiritualitás a mindennapokban

Fedezzük fel a bensőnk kincseit!

Sant Rajinder Singh

Történetek

A bizalom megerősödése

Sant Rajinder Singh

A lélek-növény gondozása

Sant Rajinder Singh

Gyermekoldalak

Szeretet, megosztás

Sant Rajinder Singh

Május

Anyák napja

Sant Rajinder Singh

Az életben meghalás művészete (2.

Rész)

Sant Kirpal Singh

A szeretet és az odaadás ajándékai

Sant Darshan Singh

Spiritualitás a mindennapokban

Fogékonyság

Sant Rajinder Singh

A hála, mint spirituális hajtóerő

Sant Rajinder Singh

Történetek

A csorba csésze

Sant Rajinder Singh

Engedjük el!

Sant Rajinder Singh

Gyermekoldalak

Egység a sokszínűségben

Sant Rajinder Singh

Az élet vizének a kútja

Ismeretlen szerző

Június

Kik találhatnak rá Istenre?

Sant Rajinder Singh

Egyszerre csak egy lépést tegyünk!

Sant Rajinder Singh

Kérdés-felelet a beavatásról és
a meditációról

Sant Kirpal Singh

Ajánld fel a szívedet Istennek!

Sant Darshan Singh

Spiritualitás a mindennapokban

Kérdés-felelet: Az erőszak, a halogatás,
a félelem, az aggályoskodás és
a személyes ellentétek kezelése

Sant Rajinder Singh

Történetek

A Mestererő hatalmas oltalma

Sant Rajinder Singh

Karma vagy szabad akarat?

Sant Rajinder Singh

Gyermekoldalak

(A Darshan Akadémia anyagaiból)

Az igazi barátság

A szent és a hangyák

A vegetáriánus életmód

Az önzetlen szolgálat

Július-augusztus

A tisztánlátás képessége

Sant Rajinder Singh

A pozitív életszemlélet

Sant Rajinder Singh

Kérdés-felelet az igazi barátról és
tanítványról, a satsangról,
a kundalini energiáról

Sant Kirpal Singh

Az örök segítőtársunk

Sant Darshan Singh

Spiritualitás a mindennapokban

A vegetáriánus életvitel

Sant Darshan Singh

Történetek (Forrás: Havanna csoport)

A kígyó ígérete

A kávéscsésze

Gyermekoldalak

Az odaadó szolgálat gyümölcse

Sant Rajinder Singh

A kitartást siker koronázza

Sant Rajinder Singh

Szeptember

Ébredjünk rá az igazi valónkra!

Sant Rajinder Singh

A nyaklánc gyöngyszemei

Sant Rajinder Singh

Az igazi meditáció

Sant Kirpal Singh

Másokért élni

Sant Darshan Singh

Kik találnak rá Istenre?

Sant Darshan Singh

Spiritualitás a mindennapokban

Egy életre szóló Barát

Sant Rajinder Singh

A meditációs katalizátor

Sant Rajinder Singh

A lelkünk ébredése

Sant Darshan Singh

Történetek

Hazur kegye

Chandra Bathra

A Mester humora

Kapoor Willis

A tűzijáték

Ingrid Kamstedt

A nyakkendő és a víz

Sant Rajinder Singh

Gyermekoldalak

A kíváncsi fiú és a „szörny”

Sant Rajinder Singh

Alakítsunk ki jó tulajdonságokat!

Sant Rajinder Singh

A bárány

Ismeretlen szerző

Október

A sikeres meditáció előfeltételei

Sant Rajinder Singh

Mi a szentek küldetése?

Sant Kirpal Singh

A háromféle tudás

Sant Darshan Singh

Spiritualitás a mindennapokban

A harag és problémás helyzetek kezelése (Kérdés-felelet)

Sant Rajinder Singh

A fogékonyság

Sant Rajinder Singh

Történetek

A Mestererő hatalmas oltalma

Sant Rajinder Singh

Gyermekoldalak

Isten mindannyiunkra vár

Sant Rajinder Singh

A sárkány védőkötele

Sant Rajinder Singh

November

Legyünk magabiztosak, céltudatosak!

Sant Rajinder Singh

A spirituális fejlődés előfeltételei

Sant Kirpal Singh

Hogyan érhető el

a karma nélküli állapot?

Sant Darshan Singh

Spiritualitás a mindennapokban

A simran ereje, megváltás a rossz szokásoktól (Kérdés-felelet)

Sant Rajinder Singh

Konfliktuskezelés

A Darshan Akadémia tananyaga

Történetek

A jó közérzet

Dr. Mark E. Young

Előkészületek az örök életre

Sant Rajinder Singh

Gyermekoldalak

A szent és a hangyák

Ismeretlen szerző

A kis gyík

Sharan Shively

December

Döntsünk megfontoltan,

és bízzunk Istenben!

Sant Rajinder Singh

Minden nap fejezz be valamit!

Sant Kirpal Singh

Kérdés-felelet a rendszeres

meditációról és naplóvezetésről

Sant Darshan Singh

Spiritualitás a mindennapokban

Kérdés-felelet a

megbocsátásról és szევáról

Sant Rajinder Singh

Történetek

Igazi ünnepi ajándékok

Sant Rajinder Singh

Mikulás-történet

Ismeretlen szerző

Az együttérző szeretet ereje

Sant Darshan Singh

Gyermekoldalak

A spirituális szeretet

Sant Rajinder Singh

A legszebb karácsony

Ismeretlen szerző

Mikulás bácsi csizmája

Zelk Zoltán