



Jornal da Kriya Yoga de Babají

Volume 20

Número 1

Outono 2013

Jornal da Kriya Yoga de Babají



ÍNDICE

1. Editorial: "O Despertar do sonho com intensidade de propósito", por M.G. Satchidananda – Página 3
2. "Tantra: a trama da consciência - parte 1", por Nityananda – Página 7
3. Perfil: Acharya Nandi Devar – Página 10
4. "Truth Speaks" por Yoga Siddha Sivavalliyar , nova publicação – Página 13
5. Silêncio, por Mouni Baba - página 14
6. Novidades e Dicas – Página 17
7. Formulário de renovação de assinatura - Página 21

Publicado trimestralmente por Babaji's Kriya Yoga Publication, Inc.
196 Mountain Road P.O. Box 90
Eastman, Quebec, Canada J0E 1P0
Telefone: [450] 297-0258, Fax: [450] 297-3957 –
email: info@babajiskriyayoga.net
Website: <http://www.babajiskriyayoga.net>



EDITORIAL

“O Despertar do sonho com intensidade de propósito”

M. G. Satchidananda

Por estarmos constantemente absortos em nossos pensamentos, emoções e sensações, totalmente identificados com o drama de nossas Vidas, estamos sonhando de olhos abertos individual e coletivamente. Os Siddhas nos ensinaram que por essa razão estamos cegos para a Consciência absoluta divina e para a felicidade e com isso sofremos as consequências do egoísmo: desejo, apego, aversão e medo da morte. Identificamos que somos corpo e mente e esquecemos de quem realmente somos, pura consciência. Esse esquecimento está intrinsecamente conectado à nossa natureza humana. Para superá-lo, as tradições espirituais tem prescrito universalmente para nos resguardarmos de contatos com todo o tipo de desejos que possam nos encantar, nos distrair, ou seja, que deixem o corpo vital faminto de qualquer fonte de deleite passageiro. O objetivo é libertar-se deste mundo de infelicidade, encontrar um reino celestial ou ainda deixar de reencarnar aqui para fixar a morada espiritual na supra-cósmica transcendência do “sem tempo, nem espaço”. Enquanto alguns tem a capacidade ou a disposição para tal, o místico moderno ou o iogue que permanecem no mundo buscam manter uma trégua [nada fácil de alcançar] entre a sua necessidade de cultivar a paz e harmonia interna e os conflitos da Vida cotidiana com todas as suas funções e estresses pertinentes a ela.

Na tradição tântrica como a Kriya Yoga de Babaji e a Yoga Integral, no entanto, a pessoa não procura fugir deste mundo. E essa opção demanda que a Verdade, a Luz, o Poder e a Felicidade percebidas na consciência interior devam entrar nas atividades da consciência desperta exterior e também tornar-se totalmente eficaz ali. Cada meditação se torna aparentemente dinâmica e não meramente subjetiva. Para nós, “meditar” significa manter toda a consciência desperta e aberta ao Divino, subjetiva ou objetivamente, sempre e em qualquer lugar e sob quaisquer circunstâncias. Seu objetivo é transformar a natureza humana, chamando para dentro dela a Shakti Divina, Energia-consciente, a fim de trabalhar a vontade evolutiva dentro de nós. Abraçamos tudo na Vida, momento a momento, lembrando de sermos a testemunha e através do cultivo dessa entrega total à orientação e ao Poder Divino através de uma mente silenciosa e um corpo vital calmo. Todas as experiências se tornam o objeto de nossa atenção sem desejos ou julgamentos. A felicidade resultante é instantânea, não importando se as condições são prazerosas ou doloridas, se os desejos foram realizados ou não. Nós temos a garantia dos Yoga Siddhas, como Patanjali, que devemos tirar essas fontes de sofrimento de dentro de nós mesmos individualmente. No Yoga Sutra, verso II.10 e II.11, Patanjali nos diz assim:

“Essas aflições em suas formas sutis são destruídas rastreando-se suas causas até sua origem.
No estado ativo essas flutuações que emergem na consciência são destruídas pela meditação”.



No nível sutil essas aflições existem como impressões subconscientes [*samskaras*] e podem ser eliminadas somente pelo repetido retorno à nossa essência, através de vários estágios de *samadhi*, ou absorção cognitiva. O *samadhi* acontece quando a mente se torna completamente silenciosa. Para isso é necessário desenvolver a concentração, equilíbrio interno e equanimidade, *sattva*, através de várias práticas de uma yoga integral, incluindo asana, pranayama, meditação, mantras e atos devocionais para se adquirir a capacidade de entrar e permanecer em um estado de silêncio mental. No processo de se conseguir entrar em *samadhi*, no entanto, a pessoa pode atenuar suas aflições através da prática regular de meditação. A eliminação da identificação com as “flutuações” da mente, sejam elas pensamentos, sensações, fantasias ou sonhos, é um pré-requisito para o *samadhi*. Mas por conta das impressões subconscientes, não nos é acessível em consciência desperta normal, ou até mesmo durante a meditação - é preciso eliminar sua raiz, o egoísmo, que por várias vezes é identificado como o nosso verdadeiro eu. O pequeno “eu” submete-se aos poucos ao grande “EU” e no decorrer desse processo, as impressões subconscientes se dissolvem. Metaforicamente falando, a meditação remove a agitação da mente, como lavar as sujeiras da roupa; repetir e reentrar em *samadhi* remove nossos *samskaras*, ou os hábitos mentais mais profundos, como remover as manchas das roupas deixando-as repetidamente de molho na água sanitária.

A Aplicação da intensidade de propósitos

Não é suficiente apenas reconhecer a própria tendência em esquecer-se do Self, isso é “dormir com os olhos abertos”. É preciso formatar a intenção, o *sankalpa*, para acordar e permanecer desperto e então usar a força de vontade para fazê-lo. Esses são os tapas, auto desafios voluntários para transformar a perspectiva egoísta na perspectiva da Testemunha. Uma das melhores épocas para praticar tapas é em um dia de silêncio ou durante um retiro prolongado ou durante uma peregrinação. Recentemente retornei de uma peregrinação de 17 dias pelo sul da Índia com 22 iniciados em Kriya Yoga de 11 países diferentes. Nossa experiência foi instrutiva. Há mais de 20 anos eu tenho liderado peregrinações regularmente. Nós as organizamos de tal forma para “acordar e manter o peregrino desperto”. No começo da peregrinação expliquei que não se tratava de uma viagem de turismo, onde se buscava o conforto e prazeres de uma experiência sensorial exótica. Ao invés disso, tratava-se de uma viagem onde se cultivaria o conhecimento contínuo, momento a momento, em todos os dias da viagem, fosse ela difícil ou desfrutável, satisfatória ou não. A equanimidade resultante traz felicidade de forma garantida. Durante a peregrinação, busca-se deixar de lado as preocupações corriqueiras em detrimento de manter-se focado em entrar em estado de comunhão com O que pode ser encontrado nos locais sagrados de visita. Todos os dias, durante a viagem, realizamos ambos os objetivos da peregrinação, a consciência de se escolher menos e a comunhão com a Shakti sagrada ou “energia-consciente”.

Durante nossa peregrinação, em cada lugar que fomos “nós despertamos”. Em locais onde iogues e santos deixaram suas “energias conscientes” como resultado de seus tapas. E fizemos isso, porque levamos conosco a intensidade de propósito de realizar a Verdade, o Bom e o Belo e de entrar em comunhão com o Um. Cada um dos locais sagrados visitados havia uma porta para o Divino. As preocupações ordinárias de nossas Vidas mundanas e a atração pelos desejos do nosso corpo vital foram deixadas de lado. A consciência coletiva do grupo se fundiu e se elevou como um todo. Com isso, nosso veículo em cada local, silêncio e quietude tornaram-se nossos veículos de comunhão com a Divina Shakti.



Nossas práticas regulares de Kriya em grupo durante as manhãs e as tardes deu lugar ao silêncio uma vez que entramos nos locais sagrados de santos e Siddhas. A primeira foi no dia seguinte que chegamos à Bangalore. Fomos de ônibus ao Ashram Sri Krishna “Tapaswiji” em Nandi Hills e meditamos por uma hora no quarto onde ele se sentou por tanto tempo fazendo tapas. O quarto era impregnado de uma grande paz e muita luz. Isso refrescou nossos corpos e mentes cansados pelo “jet lag”.

No Ashram de Ramana Maharshi, a presença desse grande santo é palpável no quarto que ele costumava sentar para receber visitantes e discípulos. Durga entrou em um transe sem movimento de três horas e meia nesse quarto, no segundo dia em que estivemos ali. Nos quatro dias em que estivemos ali, alguns voltaram repetidamente à caverna do Skanda Ashram e à caverna de Virupakshana que ficam no alto da montanha de Arunachala, atrás do Ashram. Como abelhas para o mel, a atração da alma para a Luz e Êxtase impregnados às paredes desses locais sagrados tornou-se um imã para nossos peregrinos. É possível passar facilmente por um vasto espaço luminoso que os Siddhas chamam de *vettaveli*, onde a pessoa se sente liberada de todos os pensamentos e preocupações.

Em Pondicherry, nosso próximo destino, o “samadhi shrine” onde repousa Sri Aurobindo e A Mãe é um sarcófago de mármore de 3,5 metros de comprimento por 80 centímetros de altura no meio do jardim do Ashram que trabalha como um imã e uma antena para seus devotos. Coberto com um yantra elaborado feito de flores em um local governado pelo silêncio, nós nos ajoelhamos a lado do “samadhi shrine”, encostando nossas testas na superfície fria do mármore. Deixando a mente ficar em silêncio, suas bençãos nos surgiram das profundezas em diferentes formas: uma mensagem, uma imagem, emoção de felicidade, luz intensa. Depois nos sentamos próximo ao jardim com centenas de outros devotos meditando em silêncio na Graça e nos ensinamentos que essas duas grandes almas honraram ao mundo.

No dia seguinte, nos foi dado o raro privilégio de não somente visitar, mas nos permitiram sentar em meditação por um longo período no apartamento privado, onde Sri Aurobindo morou por 30 anos, preparando-se para o que ele chamava de “Supramental”. O quarto é inundado de luz dourada, de uma paz inefável e uma felicidade que levou a cada um de nós a um estado de tranqüilidade e bem-aventurança. Nesse momento todos nós entramos na perspectiva do peregrino, buscando conhecer interior e intuitivamente a Verdade que cada local sagrado guardava, ao invés de usar nossos olhos, ouvidos ou qualquer esforço mental. Silêncio e mais silêncio tornou-se o veículo do conhecimento. Nesse silêncio, a voz da nossa alma, o ser psíquico, estava vindo para o primeiro plano e revelava a Verdade, o Bom e o Belo.

No dia seguinte, viajamos a Chidambaram para participar de uma cerimônia dedicada a Shiva em sua forma de dançarino, Nataraja, e para ter sua visão ou *darshan*. Esse templo antigo, que cobre 22 ha, todo em granito, tem um local sagrado interno [*sanctum sanctorum*], que foi nosso destino, local onde tem ocorrido constante adoração por mais de mil anos sem interrupções. Fomos guiados por um membro da casta hereditária dos sacerdotes que conduzem essas cerimônias por todo o milênio. Cientistas mediram a força da gravidade nesse *sanctum sanctorum* e concluíram que ele tem o maior peso do mundo. A fim de situar uma dúzia de homens integrantes da nossa peregrinação ao local, fiz cada um vestir a tradicional túnica dos devotos de lá: um tecido branco e simples chamado *dhoti*, enrolado na cintura, com comprimento até o tornozelo, peito nu, instigando humildade. A imagem de Shiva, os sacerdotes cantando, o soar dos sinos, os hinos cantados pelos devotos, trouxeram um dom particular para cada um de nós. Depois da cerimônia, sentamos em meditação em uma plataforma de granito alta perto do local onde, de acordo com a tradição, Tirumular escreveu o *Tirumandiram*. Buscamos conhecer a verdade oferecida neste templo,



o mais sagrado dedicado a Shiva.

À tarde naquele mesmo dia, fizemos uma visita não agendada à cidade de Vadalur, onde o Siddha Ramalingam Swamigal construiu seu San Marga em 1874, com sua chama eterna. Fomos também à sua casa em Mettukupam, onde ele viveu e desapareceu na “Suprema Luz da Graça” - *Arun Perun Jyoti*. Sentamos no jardim rodeados de devotos. Sentimos as bençãos de Sua presença, sua grande compaixão e sua inefável alegria.

No dia seguinte viajamos várias horas de ônibus [veículo exclusivo que nos atendeu em todo o itinerário] até Thanjavur, ou Tanjore, onde sentamos em meditação no entardecer no templo dedicado ao irmão do discípulo de Babaji, o Siddha Karuvoorar, atrás do templo de Britheeswaram, com sua imensa torre “gopuram”, o mais alto santuário da Ásia. O ídolo de pedra de Karuvoorar irradia luz, felicidade e poder. Nos sentimos abençoados por ter comungado com ele.

Nosso destino seguinte foi Palani, a montanha sagrada, onde o Siddha Boganathar, o guru de Babaji, construiu um lindo templo para Muruga e onde nós encontramos o “*samadhi shrine*” de Boganathar. Ali fomos recebidos pelo sacerdote Venkatesh, um descendente de Pulipani, o discípulo-chefe de Boganathar e fizemos um satsang com seu irmão mais velho, Sivananda Pulipani. Meditamos não somente no “*samadhi shrine*” no alto da montanha, mas também no Ashram Pulipani entre os muitos “*samadhi shrines*” dos descendentes de Pulipani. A intensidade da devoção manifesta por Muruga pelos peregrinos de todo o sul da Índia, nos carregou montanha acima e, no dia seguinte, ao redor dela, em um *padi yatra* ou peregrinação a pé [e descalços].

Nossa peregrinação continuou com a visita ao Dhyana Lingam, do Ashram de Isha, fundado por Satguru Jaggi Vasudeva. A impressionante estrutura é impregnada com grande poder espiritual e foi construída para facilitar a meditação silenciosa em Shiva como um Lingam: o Eterno, Infinito.

Integrando a intensidade das experiências nos locais sagrados com a Vida diária

O breve despertar do sonho do egoísmo e o fato de ter alguma experiência iluminada enquanto sentados em meditação em locais sagrados não pode ser o objeto especial da nossa busca. O que buscamos é a união com o Divino sempre e sob todas as circunstâncias, seja em silêncio meditativo ou na vida desperta ativa. Como A Mãe nos lembrou: “Se você se senta e medita ou anda por aí e faz coisas, ou ainda trabalha, o que é solicitado de você é estar consciente; é a única coisa necessária - estar constantemente consciente do Divino”. A intensidade do propósito e graça que experimentamos nesses locais durante a peregrinação revelou a Presença do Divino. E em nosso retorno para casa, nós nos lembraremos daquilo que ouvimos em silêncio, concentrados, aspirantes e com a resolução de permanecer desperto para a presença do Divino em qualquer lugar e em todos os tempos.



Tantra: A Trama da Consciência - Parte 1

Por Nityananda

Tantra é a mais recente parte da Yoga, que começou a ser desenvolvida na Índia, cerca do quinto século depois de Cristo. Ela evoluiu por centenas de anos durante a Kali Yuga, conhecida atualmente como a “Idade das Trevas”, pois foi quando os Siddhas, os mestres auto-realizados da Yoga, perceberam que a meditação e a concentração estavam se tornando muito difíceis para as pessoas praticarem. Todo mundo estava muito agitado. Desta forma, as práticas espirituais e os ensinamentos da Yoga Clássica e Vedanta estavam se tornando cada vez menos efetivos. Então eles começaram um grande período de experimentação, que resultaram nas práticas tântricas relacionadas com a kundalini yoga e com os chakras.

O Yoga Clássico, como escrito por Patanjali em seu “Os Kriya Yoga Sutras” [escrito no segundo século antes de Cristo], busca o princípio puro da consciência, separada da Natureza e de suas manifestações. O iogue deve focar no que está por trás da realidade do mundo dos fenômenos impermanentes. Nesta obra de Patanjali não há nenhuma menção à Kundalini ou à manipulação da energia ou *Shakti*. Tampouco há alguma menção dos chakras [centros sutis de consciência], nem mesmo como ativá-los. O que é enfatizado é a concentração mental, com foco na experiência final de pura consciência, desvinculada da experiência fenomenal.

O Yoga Clássico propõe ascetismo, incluindo o afastamento do mundo dos prazeres físicos, a principal fonte de distração para os iogues. Esse caminho é útil se você for para o deserto, para um monastério ou para uma caverna nos Himalaias, afastando-se de toda e qualquer possível fonte de distração sensorial. Uma alternativa ao ascetismo, é o Tantra, desenvolvido pelos Siddhas, que prega que ao invés do afastamento absoluto dos prazeres físicos, podemos inclui-los em nossas práticas espirituais. Em vez de ignorarmos a energia, vamos usá-la! Tudo pode ser útil no Tantra; tudo é usado e incluído na prática espiritual. Na realidade, a palavra “Tantra” significa “trama” de tecer ou “rede”. Tudo é entrelaçado! Porque separamos entre “divino” e “não divino”, se o Divino está igualmente presente em tudo?

Portanto, Tantra, como caminho espiritual, é muito usado por pessoas que não querem se afastar do mundo em que vivem - todos podem se tornar seguidores deste caminho, até mesmo chefes de família. Tantra é um acesso que avalia a dinâmica ou o aspecto feminino do Divino: a energia que dá forma à tudo [*Shakti*], e não somente ao aspecto estático ou masculino, consciente [*Shiva*], enfatizado na Yoga Clássica.



Concentrando energias

O método tântrico tem o mesmo objetivo da Yoga Clássica, o alcance da consciência pura e não-dual, ancorada na felicidade e na paz do Self, que não está perdida em distração dos fenômenos impermanentes. E o nosso melhor aliado para isso é... a mesma energia divina que cria esses fenômenos. Os Siddhas dizem: “a mesma coisa que nos faz tropeçar nos ajuda a levantar”. Então, a abordagem tântrica é super energética. Ele aparece como Kundalini Yoga, que trabalha com a energia essencial escondida em cada ser humano. Essa energia é capaz de liderar a pessoa a estágios de consciência mais elevados.

O livro “Hatha Yoga Pradipika” escrito no século XV aC, oferece abertamente asanas, pranayamas, técnicas para ativação dos chakras e da energia da Kundalini. Nessa abordagem, em vez de usar a mente, ele nos motiva a trabalhar com a energia vital, responsável pelo funcionamento do corpo e da mente. E fazendo isso, de uma forma indireta, podemos trabalhar com a mente e seus estados de consciência, algo que não podemos fazer de uma mera concentração comum.

Os Yoga Siddhas descobriram que nós temos 7 centros sutis de consciência ao longo da espinha dorsal, cada um associado a um estado de consciência. Eles também descobriram que nós podemos concentrar nossa energia vital nos centros superiores, no topo da cabeça, nós podemos experimentar níveis mais elevados de consciência. E os iogues pensam: Qual é a energia vital mais poderosa que o homem tem...? Você consegue adivinhar?

Sim, sexo é essa energia. Então, a Yoga Tântrica, a Yoga Kundalini, tenta concentrar essa preciosa energia nos centros superiores de consciência, a fim de ativá-los. Quando falamos sobre a transmutação energética, falamos sobre alquimia [a real], sobre transmutar o chumbo das paixões em ouro da espiritualidade. O Taoísmo, na China, também trata do assunto, assim como muitas tradições espirituais verdadeiras [por exemplo no México há uma menção sobre Quetzalcoatl, a serpente emplumada].

Portanto, o objetivo das diferentes ferramentas que a Tantra oferece [asanas, pranayamas, bloqueios musculares, mantras, etc] é a transmutação da energia vital em energias espiritual e a abertura dos centros superiores de consciência. Com isso, abrimos as portas do céu e experimentamos os estados mais elevados de consciência, buscando pela irrevogável união com o Absoluto, puro ou cósmico, consciência - e finalmente voltar para casa.



Muito mais do que sexo

No ocidente, como a Yoga foi reduzida à prática de asanas e agora a palavra “Tantra” é entendida como uma prática iogue sexual. Muitos workshops sobre “Tantra” são oferecidos, em busca de um super orgasmo, sem as limitações conceituais ou emocionais. Mas Tantra inclui tudo! Trabalho, refeições, relacionamentos... é a trama da Vida, com ou sem sexo. Por exemplo, na Kriya Yoga de Babaji nós temos 144 técnicas ou kriyas, mas somente algumas delas tem a ver com sexo. Mas todas elas tem a ver, entretanto, com o desenvolvimento da consciência.

O caminho do Tantra busca o desenvolvimento da consciência, o Self, no meio dos fenômenos do dia-a-dia, estando totalmente presente neles... mas sem serem varridos para fora deles.

Os Siddhas consideram o ato sexual como sagrado que, realizado com consciência, permite a elevação da alma nesse mundo, ou permite a transmutação da energia vital em energia espiritual no casal - e é o melhor presente que se pode dar ao amante. Isso significa que é para manter a consciência de testemunha sem perda de seus fluídos. Um iogue usa o sexo como ferramenta de transformação: ele não é usado por ela!

Isso certamente é um desafio, como tudo na Vida, manter a consciência de testemunha é um desafio constante, que somente encontra a paz e a alegria quando não é varrido para fora dos redemoinhos da Vida, ao se identificar com eles. Isso é o que chamamos de “jogo da consciência” - o único jogo que você sempre vence... se não esquecer de praticá-lo!

O Siddha Tirumular define o iogue realizado, o Siddha, como uma pessoa que pode prender a respiração, pensamentos e sêmen de acordo com a sua vontade [prender a respiração à sua vontade significa ser capaz de entrar em estado de *samadhi* ou transe iogue - a marca de um iogue auto-realizado].

A imagem de Kali, dançando com exaltação sobre Shiva, seu destemido consorte, ilustra este ponto:

A imagem mostra a postura tântrica, não somente no sexo, mas na Vida em geral: o iogue realizado torna-se uma testemunha da dança da criação, a dança da Energia Divina, vendo igualmente manifestação do Divino em tudo que o cerca - a trama da Vida - sem ser varrido pelo redemoinho dos fenômenos. Esse é o Tantra real!



Perfil: Acharya Nandí Devar



Como encontrei o caminho espiritual

Quando tinha cerca de 12 anos, senti que poderia haver mais coisa do que eu podia perceber, mais do que meus pais ou do que a sociedade havia me ensinado. Em 1979 com 14 anos, li livros sobre a espiritualidade e o xamanismo dos índios nativos americanos e imediatamente implementava o que acabara de ler. Quando tinha cerca de 16 anos, um dos autores desses livros veio à Alemanha e eu fiquei muito feliz em poder conhecê-lo pessoalmente. Esse autor não tinha apenas descrito a vida dos nativos americanos em seus livros, mas também seus 'backgrounds' espirituais e suas profundas experiências internas. Seis meses após nos encontrarmos na Alemanha, viajei às Montanhas Rochosas a fim de visitá-lo e visitar também a tribo "Black Foot". Fiz isso contra a vontade dos meus pais, pela minha pouca idade. Essa devoção ao caminho espiritual e determinação em estar com pessoas que poderiam me transmitir pessoalmente suas experiências pessoais e insights, ao invés de saber deles através de livros veio como uma flecha na minha Vida. Desta forma, fui ao encontro de muitos mestres, não importando onde viviam eles ou que tipo de circunstâncias isso implicaria.

Dançar como uma disciplina [sadhana] espiritual

Depois da escola e do serviço comunitário, quis me tornar um dançarino. Essa decisão foi um grande desafio para meu pai, que é general do exército alemão e que gostaria que eu seguisse carreira como soldado profissional. Mas para mim era muito claro que eu deveria seguir a minha intuição, o que meu coração aspirava. Mesmo nunca tendo dançado antes, estudei dança contemporânea em Dusseldorf por um ano e segui os estudos depois na Folkwang School em Essen por cinco anos. Após esse período consegui uma bolsa para estudar flamenco na Espanha e então dancei flamenco profissionalmente por 20 anos. E como o flamenco é, na verdade, um ritual, ele tornou-se parte de um caminho espiritual na minha Vida.

Os artistas sentam em semicírculo, a música é performada ao vivo, há cantores e tocadores de violão e você é o dançarino e o percussionista. Através do flamenco, a pessoa pode aprofundar-se no que está além das palavras. E isso traz uma experiência interna muito profunda, onde próprio tempo pode parar. Uma energia tremenda abre através desse ritmo. A kundalini sobe. Tive a percepção de como a emoção da dança pode transcender. Uma consciência crescente surgiu enquanto meu corpo estava se movendo durante o ensaio ou no estágio. Tive experiências fora do corpo entre as performances, as quais não fui capaz de entender por um longo tempo. Na realidade, o flamenco é uma 'sadhana' tremenda com alta disciplina. O foco desenvolvido através dos anos e décadas de treino rigoroso. Muitas emoções foram reveladas e entendidas pela dança.



Então eu aprendi a aceitar as emoções primeiro e não imediatamente rejeitá-las, como algo negativo. Na minha opinião, essa não rejeição às emoções é algo que falta a muitos praticantes espirituais. Pois sem essa aceitação, será impossível perceber claramente as emoções adormecidas e, em seguida, decidir na próxima etapa se já está capaz ou disposto de desapegar ou não. A possibilidade de desenvolvimento físico e pessoal na Kriya Yoga é intimamente relacionada com a habilidade de gerenciar efetivamente movimentos mentais e emocionais. E esse tratamento não consiste em negar, mas é um reconhecimento consciente e benevolente. A dança, no entanto, também me libertou de muita negatividade e confusão mental, porque como sadhana em movimento ela trabalhou bastante coisas diretamente para fora do corpo.

Budismo, Sufismo

Durante esses anos, meu trabalho espiritual encontrou expressão na prática intensa do budismo sob “Sogyal Rinpoche”. Dele e Dilgo Kyentse Rinponche recebi os primeiros ensinamentos em Dzogchen, que é a escola budista mais reconhecida para ensinamentos sobre a consciência pura. Alguns anos mais tarde, conheci um professor de Sufi muito moderno, Salvador Salpietro, um concertista de piano argentino. Ele trabalhava diretamente no que chamamos de Yama e Niyama em Kriya Yoga. Além disso, ele transmitia uma presença altamente profunda e energética. Ele também transmitiu seus conhecimentos em artes marciais, no qual a presença energética estava em primeiro plano.

Kriya Yoga e meu anseio interno por transformação

Após esse mestre ter deixado seu corpo, encontrei a Kriya Yoga de Babaji. Desejei contatar uma pessoa que estivesse realmente vivendo os ensinamentos iogues. Em 2002, na Alemanha, encontrei Satchidananda, conhecido anteriormente como Marshall Govindan, que é o fundador da Ordem dos Acharyas, linhagem que agora eu pertenço. Sua devoção à ioga, ao guru Babaji e seu humor sutil foram especialmente atraentes para mim.

Em 2003 viajei à Índia pela primeira vez e lá me foi dado o nome Nandi. Depois desta vez, foram muitas as visitas à Índia para sadhana e estudo. Em agosto de 2007 fui iniciado como Acharya na Ordem dos Acharyas da Kriya Yoga de Babaji. Me foi dado o nome espiritual Nandi Devar: que é o nome de um ‘Mahasiddha’. Desisti da minha profissão como dançarino, no final de 2007. Foi uma decisão repleta de alegria e clareza e então eu poderia me dedicar completamente à transformação interna.

Após muitos anos de prática, por vezes intensa e pessoal, senti um crescente desejo interno para entrar em retiro por 6 meses a fim de dedicar-me profundamente à transformação pessoal que os Siddhas descrevem em suas obras literárias por muitas vezes. Eu queria uma mudança profunda e permanente, como as experiências espirituais intensas que já me eram familiares por um longo período. Eu também tive a oportunidade de conhecer o Acharya Ishvarananda, que mais tarde me apoiou com sua sabedoria e eu prontamente visitei seu centro espiritual na Estônia, chamado Lillerou. Lá havia um chalé de madeira sobressalente com aproximadamente 5 metros quadrados que eu pude usá-lo como meu retiro, já que o flat em que eu estava não servia para esse propósito. Eu estava totalmente centrado na prática de Kundalini, Pranayama, Dhyana, Mantra e Bhakti Yoga.



A prática de Karma Yoga é parte da rotina diária de lá e também havia uma grande oportunidade para praticá-la. Pessoalmente enfatizei a prática pura de Kriya, pura consciência contínua. Essa era a chave que reunia 25 anos de prática espiritual. O retiro intencional de 6 meses foi estendido para 2 anos e meio! Construí uma cabana para sadhana, um 'kutir', minha própria residência também e eu também dediquei para a transformação. Ao passar dos anos, recebi instruções internas muito claras de Kriya Babaji e outros Mahasiddhas, após ter aprendido a discernir realidade de fantasia de subsconsciência. Os sentidos internos foram abertos e o acesso a eles estava constante e cada vez mais direto. O 'self' ou alma era agora uma parte consciente da minha Vida. E até hoje esse processo de auto-realização continua, embora com uma intensidade menor.

Passando a luz da alma

No ano novo de 2011 me mudei para a Suíça onde ensinei e pratiquei a chamada 'semana intensiva'. Encontrei minha parceira de Vida [alma gêmea] lá, fomos morar juntos e eu me tornei um residente da Suíça. Depois me mudei para um centro de retiro conhecido como Schweibenalp no lago de Brienzer, na Suíça central. No início de 2010 comecei a desenvolver e estabelecer o programa "Soullight". Esse impulso evoluiu a partir de um desejo do coração para ser capaz de transmitir os insights mais essenciais de uma espiritualidade vivida por mais de 30 anos. O principal objetivo do "Soullight", é o Treinamento da Auto-consciência [SAT], um treinamento experimental. Ele é dedicado ao desenvolvimento integral. Assim as experiências espirituais se tornam conscientes e compreensíveis. Percebi, repetidamente, as pessoas tendo experiências profundas durante os seminários de finais de semana e retiros, embora os efeitos pareciam cessar no decorrer das semanas seguintes. Isso me fez me dedicar às pessoas por períodos mais longos de tempo, a fim de acompanhá-las no caminho que haviam escolhido. O Treinamento de Auto-consciência inclui seis finais de semana e de uma a duas semanas intensivas por ano. O componente principal, claro, é o desenvolvimento espiritual do ser humano, onde o trabalho com as emoções é tão importante quanto o trabalho mental. Experiências práticas estão em primeiro plano, não a teoria. Quero realizar o despertar essencial com os participantes, que são descritas em todas as centenas de antigos e novos escritos dos Mahasiddhas e outras linhagens de realização. A Kriya Yoga fez o desenvolvimento do "Soullight" possível e o Treinamento da Auto-consciência definitivamente suporta o processo de realização do Um com o Self e em troca leva a pessoa à Kriya Yoga. O ensinamento dos 5 corpos, que a Kriya Yoga maravilhosamente traduz em sadhana é mais tarde, quebrado. Como resultado, o caminho direto se torna óbvio levando à experiência concreta do Self de cada um.

www.soullight.ch

www.schweibenalp.ch



[NOVO] “Truth Speaks”, por Yoga Siddha Sivavakkiyar
E-book traduzido e comentado por Dr. Geeta Anand Ph D e Dr. T.N. Ganapathy Ph D - USD 10 ou 235 rúpias

“Quem Sou Eu? Porque estou aqui? Como eu cheguei aqui?”

Essas são algumas das questões que tem afligido a humanidade desde o início dos tempos. Várias tentativas em responder a essas questões levaram à evolução das religiões e filosofias do mundo. Os Siddhas do Tamil, ou os santos místicos do sul da Índia, responderam a essas questões em forma de poemas em suas línguas maternas, popularmente chamados de Siddar Pādalgal ou Canções dos Siddhas. Essas canções são famosas pela sua não conformidade e ideias revolucionárias além de sua franqueza e objetividade. Um dos Siddhas do Tamil, Sivavakkiyar é reconhecido como o “rebelde piedoso” e foi quem compôs Civavākkiyam, uma coleção de cerca de 530 versos sobre temas que vão da kundalini às questões sociais. Sua clareza contundente e sinceridade absoluta tira as pessoas de sua rotina intelectual e de seus pensamentos convencionais. Essas canções criticam rituais de adoração sem sentido, como cerimônias, peregrinações e recitais das escrituras além de condenar injustiças sociais como a discriminação baseada em casta ou crenças. Eles explicam o objetivo real da Vida e nos ensinam a alcançá-lo. Eles também nos dão instruções práticas sobre a kundalini yoga, mantra japa, sobre os chakras e sobre a vāsi yoga. As canções explicam a natureza do corpo, a alma, como a alma adorna o corpo e como o mantra *namacivaya* está correlacionado com tudo no universo manifesto. Essas canções nos mostram que a filosofia dos Siddhas do Tamil é uma **Filosofia do Espírito**, a qual não se limita a nenhuma noção ou nação, religião ou comunidade. É para o bem de toda a raça humana.

Nós agora apresentamos a você uma completa tradução de Civavākkiyam, juntamente com comentários de especialistas sobre cada um dos versos. Postamos alguns versos selecionados do Civavākkiyam em nosso site para dar-lhe uma ideia do conteúdo do livro. Para ver uma mostra dele, acesse: <http://www.babajiskriyayoga.net/english/flexport/Civavakkiyar-9781895383850-lib.htm>

“Truth Speaks” de [Civavakkiyam] inclui os versos originais em Tamil, a tradução em Inglês e os comentários. Deve ser solicitado ao “Babaji’s Kriya Yoga and Publications”. Para os EUA e outros países são 10 dólares americanos ou 10,50 dólares canadenses [incl gst]. São 334 páginas.

Número de imagens coloridas: cerca 150, formando um total de 198.

Idioma: Somente em Inglês.



Silêncio

Por Muni Baba - <http://www.youtube.com/watch?v=4vobFyTUR8U>

Através do Silêncio, o primeiro encontro entre homem e o Mistério de Deus se realiza.

A Presença do Amado Baba é tão repleta de silêncio que se espera que A Palavra vá emergir a qualquer momento, mas o que surge é apenas um silêncio ainda maior. É através do Silêncio que o primeiro encontro entre o homem e o Mistério de Deus é realizado. O Silêncio de Deus é real. Em silêncio, Ele recebe o amor de Seus amantes, e em silêncio, Ele ama aqueles que O negam.

Misterioso é o silêncio dos místicos. A revelação mística é apenas possível quando o silêncio é aperfeiçoado. Num místico, o silêncio é uma expressão de abençoada liberdade interna. Em silêncio, ele ouve a canção extática da palavra sagrada de Deus. Eternamente, Deus tem cantado em silêncio, despercebido, inaudito, exceto por aqueles que experimentam Seu Silêncio infinito. Acima do tumulto das vozes, Seu Silêncio reina supremo. Em silêncio, é possível ao homem se entregar completamente a Deus; então Deus revela-se a Si mesmo em Sua glória completa, Seu poder infinito, Seu conhecimento impenetrável e Sua existência eterna.

Silêncio - é pura existência. No sentido absoluto, o silêncio não tem nem inicio nem fim. Permanece como única Realidade. É sempre o ser não criado e eterno em existência. Apesar de o silêncio ser uma Realidade que a tudo permeia, poucos são os que o experimentam. Esta experiência é diferente de qualquer outra. Experimentar o silêncio é se perder nele. É preciso perder tudo inclusive a si mesmo se quiser encontrar Deus. Todas as palavras faladas desde o começo sem inicio até o fim infinito também se perdem no Infinito Silêncio de Deus. Abençoada seja a Palavra que vem do completo silêncio. Deus criou este universo com a Palavra Sagrada. Apenas em silêncio, a Palavra de Deus pode ser ouvida. Evitar meramente o silêncio verbal, ainda é distante de estar em silêncio. Quando o silêncio não é mais a força que orienta, ao invés disso a quietude aparente deve ser preguiça. Se alguém se permite ser consumido por esta ociosidade, a vida se torna trágica. Silêncio não é inação. Ele transcende toda ação e inação.

Já imaginou um mundo onde existe apenas o silêncio? Num mundo de silêncio, a eternidade É. O tempo Puro existe no silêncio em forma de atemporalidade. Silêncio é um fenômeno básico, que se rastreado não pode ser ligado a nada mais. Em silêncio, pode-se testemunhar o estado original de todas as coisas. Em silêncio, o infinito e o limite estão juntos. Silêncio pode existir sem fala; mas a fala não pode existir sem o silêncio. Quando a árvore da vida é adubada com silêncio, as flores de felicidade e contentamento estão no seu máximo. Toda a tristeza e infelicidade no homem são encontradas por que o silêncio no homem foi destruído. Quando eu olho para a vida humana atual, parece ser a ruína do silêncio.

Já imaginou um mundo onde existe apenas o silêncio? Num mundo de silêncio, a eternidade É. O tempo Puro existe no silêncio em forma de atemporalidade. Silêncio é um fenômeno básico, que se rastreado não pode ser ligado a nada mais. Em silêncio, pode-se testemunhar o estado original de todas as coisas. Em silêncio, o infinito e o limite estão juntos. Silêncio pode existir sem fala; mas a fala não pode existir sem o silêncio. Quando a árvore da vida é adubada com silêncio, as flores de felicidade e contentamento estão no seu máximo. Toda a tristeza e infelicidade no homem são encontradas por que o silêncio no homem foi destruído. Quando eu olho para a vida humana atual, parece ser a ruína do silêncio.

As palavras dos homens não são autoridade. Num sentido absoluto, todas as palavras são muito inflexíveis, por que no máximo, elas apenas sugerem o Real. Enquanto um caminho de realização existir, palavras podem ser úteis. É possível receber inspiração de palavras de grandes seres. Filosoficamente é mais fácil ensinar o mundo inteiro do que apontar o caminho para o aspirante sincero. O discurso mais simples transmite a maior verdade. A lógica extensa, comentários e expressões são pútridos – ignorância se escondendo. Os verdadeiros trilham o caminho místico em toda humildade guiados pelo Único Perfeito em Silêncio. Quando o homem realiza o Eterno, seu karma termina e o objetivo é alcançado. O objetivo sendo alcançado AGORA, permanece a única consciência possível. Ao viver AGORA, não se pode ter nenhum objetivo.

Na renúncia da busca reside a paz, mas isto nunca poderá ser forçado por disciplina mental ou ajuda externa. A renúncia vem quando você está pronto. Fugir de sua família não é a solução. Aqueles que fogem nunca se libertam. A liberdade encara a criação, a escravidão procura escapar de seu ambiente. Pare, quando o silêncio bate à porta. Desapegue e conheça pelo menos o seu próprio. O desapego nunca acontece em relação a um objeto conhecido. Se você tem a mestria do controle dos sentidos, pare de controlar e renuncie ao Todo. Então, tal força extática, que mil reformistas religiosos não conseguem produzir, vai entrar e transmutar seu ser. Então você saberá o propósito de sua devoção e sabedoria da mestria. Você conhecerá o primeiro e o último. Mas acima de tudo, você SABERÁ. Ser todo absorvido na consciência cósmica é ser inconsciente da individualidade; na individualidade reside a distorção. É possível entender isso quando o silêncio é perfeito. Presente, passado e futuro se dissolvem dentro do Silêncio Eterno.

Em silêncio, se você puder estar consciente de sua ignorância, sua atitude é reverente. A ignorância consciente é humildade. Ignorância divina é humana. Ignorância humana é divina. Silêncio perfeito é iluminação. Iluminação se expressa em ondas douradas de silêncio. Na iluminação transcende-se os pensamentos. Os pensamentos não são nada além de sombras da consciência que se projetam dentro desta forma. Há muitos que dão sermões e fazem discursos sobre o mistério de Deus. Em geral, isso não consegue afetar a humanidade profundamente, por que aquelas palavras não vêm do silêncio. Não se pode discutir ou argumentar sobre Deus. Deus deve ser realizado em silêncio. O homem em sua ignorância, às vezes, sente que o ruído dominou o silêncio.



O homem torna-se inquieto quando o silêncio nele vai dormir. O silêncio profundo dá ao homem o poder de transformar seus anos barulhentos em momentos no ser do Silêncio Eterno. No silêncio profundo, Deus não é mais um objeto. Torna-se uma experiência. Neste mundo de ruídos, a vida é governada pela possibilidade de ilusões.

Abençoado é o silêncio da natureza. Ele acorda no homem um sentimento intuitivo do Silêncio maior que havia antes da Palavra e de onde tudo surgiu. Através do silêncio, pode-se conectar a tudo na natureza. O silêncio está presente dentro de cada um como a única Realidade. Apenas quando o silêncio é desperto, tudo que é irreal vai para o sono eterno. O milagre do silêncio é aquele onde a morte deve estar – o Amado aparece.

Quando a canoa das palavras desliza pelo rio do silêncio, a música emana. O silêncio na música sempre me encantou. A melhor parte da música é sua pausa, o resto, o momento do silêncio. O estado ou condição quando nada se ouve – a ausência de todo som ou ruído. Quietude completa ou imobilidade sem som, às vezes, personificada. O silêncio nunca é mais audível que quando o último som da música morre.

O Baba Amado deu o único presente que vale a pena ser recebido em silêncio, o presente do Amor. Ele disse, “Espalhe isso como fogo.” E me deixou em chamas. Esta chama consome tudo e não deixa nada para trás. Se alguém é abençoado estando inflamado de amor, ele se permite ser consumido em silêncio. Palavras nunca podem expressar o que isto significa.

Abençoado é o silêncio. Em silêncio, você pode se elevar do pensamento até a plenitude do Conhecimento Puro e descansar em sua própria verdadeira natureza.

24 de fevereiro de 1962

TODO AMOR

BABA



NOVIDADES E DICAS

Peregrinação à Badrinath nos Himalaias

De 27 de setembro a 14 de outubro, 2013. Junte-se a nós para uma mudança de Vida e uma peregrinação inesquecível ao local onde Babaji atingiu Soruba Samadhi, o último estágio de iluminação. Viajaremos de ônibus de Nova Delhi e visitaremos Rishikesh, Rudraprayaga, Joshimutt, Badrinath e Haridwar. Teremos prática em grupo no mínimo duas vezes ao dia em cada um de esses locais. Visitaremos o novo ashram em Badrinath que está em construção, onde faremos um mantra yagna. Veja os detalhes em <http://www.babajiskriyayoga.net>. Nossas acomodações serão confortáveis e modernas.

Iniciações do Segundo nível serão ministradas por M.G. Satchidananda:

- Na Martinica de 5 a 7 de abril;
- Em Quebec de 14 a 16 de junho E de 25 a 27 de outubro;
- No Japão de 30 de agosto a 01 de setembro

Iniciações do Terceiro nível serão oferecidas com M. Govindan Satchidananda:

- Próximo de Dole, França, de 01 a 08 de maio;
- Próximo de Frankfurt, Alemanha, de 17 a 24 de maio;
- Em Quebec de 12 a 21 de julho;
- Em Bangalore de 22 a 31 de janeiro;

Iniciações do Primeiro nível serão ministradas no Brasil:

- Passo Fundo - 5 a 7 de abril com **Saraswati Karuna Devi** - informações Núbia mcpm75@terra.com.br
- São Paulo - 12 a 14 de abril São Paulo com **Sharanadevi** - informações: sharanadevi@babajiskriyayoga.net
- São Paulo - 7 a 9 de junho com **Saraswati Karuna Devi** - informações: dou@uol.com.br
- Brasília - 21 a 23 de junho com **Sharanadevi** - informações: Fabrício davinha@msn.com
- Porto Alegre - 5 a 7 de julho com **Sharanadevi** - informações - Salete saletecanon55@hotmail.com

Iniciações do Segundo nível serão ministradas no Brasil:

- Passo Fundo - 5 a 7 de abril com **Saraswati Karuna Devi** - informações Núbia mcpm75@terra.com.br
- Serra Gaúcha - 12 a 14 de julho com **Sharanadevi** - informações: Salete saletecanon55@hotmail.com
- São Paulo 23 -25 de agosto com **Saraswati Karuna Devi** - informações: Saraswati dou@uol.com.br
- São Paulo (Espaço Arco Íris) - 20 -22 setembro com **Sharanadevi** - informações: Sharanadevi sharanadevi@babajiskriyayoga.net

Atenham-se ao objetivo de auto-realização com poderosas Kriyas para despertar os chakras e para chegar ao estado de *samadhi*.



Peregrinação à Badrinath nos Himalaias

De 27 de setembro a 14 de outubro, 2013. Junte-se a nós para uma mudança de Vida e uma peregrinação inesquecível ao local onde Babaji atingiu Soruba Samadhi, o último estágio de iluminação. Viajaremos de ônibus de Nova Delhi e visitaremos Rishikesh, Rudraprayaga, Joshimutt, Badrinath e Haridwar. Teremos prática em grupo no mínimo duas vezes ao dia em cada um de esses locais. Visitaremos o novo ashram em Badrinath que está em construção, onde faremos um mantra yagna. Veja os detalhes em <http://www.babajiskriyayoga.net>. Nossas acomodações serão confortáveis e modernas.

Inscrições para o programa trabalho-estudo no Ashram de Quebec em 2013 estão abertas. Contatar satchidananda@babajiskriyayoga.net.

Retiros de silêncio no Ashram de Quebec estão agendadas:

- De 15 a 21 de abril;
- De 24 de maio a 2 de junho;
- De 30 de agosto a 8 de setembro;
- De 26 a 31 de dezembro;
- Para mais detalhes acesse: <http://www.babajiskriyayoga.net/english/pdfs/events/Silence-Retreat-2013.pdf>

Retiro de Silêncio em São Paulo:

- 29 de maio a 2 de junho Sítio Vida de Clara Luz com Sharanadevi
- Para mais informações escreva para Sharana através do email: sharanadevi@babajiskriyayoga.net

5º Encontro Nacional de Praticantes de Kriya Yoga de Babaji (ENKYB) no Brasil de 19 a 21 de julho

- Itamonte - MG coordenação **Sharanadevi** com a participação dos praticantes de todos os estados
- Organização: Grupo de Kriya Yoga do Rio de Janeiro
- Para mais informações: Beatriz bqueiroz88@gmail.com e Carlos Felipe cf.ribeiro@yahoo.com.br

Finais de semana de Kirtan no Ashram de Quebec estão agendados:

- De 04 a 05 de maio;
- De 03 a 04 de agosto;
- De 05 a 06 de outubro;
- De 30 de novembro a 01 de dezembro.
- Para mais detalhes acesse: <http://www.babajiskriyayoga.net/english/pdfs/events/Kirtan-at-Ashram-2013.pdf>



Encontros Europeus dos iniciados e dos Acharyas será de 24 a 26 de maio. Para mais detalhes acesse: <http://www.babajiskriyayoga.net/english/pdfs/events/European-Satsang-2013-invitation-MGS.pdf>

A facilidade de “Olhar dentro do livro” foi adicionada à nossa loja de livros no nosso website. Agora você pode ler amostras de algumas partes da maioria das publicações.

A loja virtual do Ashram da Índia foi implementada. Residentes da Índia podem agora solicitar todas as nossas publicações e pagar por elas online com cartão de débito, de crédito ou boleto bancário.

Tirumandiram: uma segunda edição, com 5 volumes, será impressa em maio de 2013.

Uma nova seção em turco foi implementada em nosso site com download grátis do livro das 18 posturas.

Sri Lanka: 48 pessoas fizeram a segunda iniciação e retiro no nosso Ashram em frente da praia, Dehiwala, com M. G. Satchidananda



Visite nosso e-commerce <http://www.babajiskriyayoga.net> para comprar com VISA, American Express ou Mastercard todos os livros e outros produtos vendidos pela Babaji's Kriya Yoga Publications ou para doações para a Ordem dos Acharyas. A informação de seu cartão de crédito será criptografada e mantida em segurança. Confira!

Visite o blog da Durga: www.seekingtheself.com.

Todas as segundas-feiras há aula de Kriya Yoga de Babaji no **Rio de Janeiro**. Mais informações com Beatriz no bqueiroz88@gmail.com



Satsangs no **Brasil**:

- **Rio de Janeiro**: acontecem mensalmente no Espaço Saraswati, maiores informações Beatriz Queiroz bqueiroz88@gmail.com

- **Rio Grande Sul**: acontecem mensalmente alternando entre Caxias do sul e Bento Gonçalves

- informações **Caxias do Sul** no Templo de Dança Rakaça- Salete Canton saletecanton55@hotmail.com
- informações **Bento Gonçalves** Centro de Yoga Hridaya - Luiz Gustavo d.luiz@ymail.com

- **São Paulo**: acontecem mensalmente no Jyothi Yoga, maiores informações com Sharanadevi sharanadevi@babajiskriyayoga.net



FORMULÁRIO DE RENOVAÇÃO

O Jornal de Kriya Yoga é publicado quatro vezes ao ano. Se você quiser receber as futuras edições por favor nos envie seu nome, endereço, endereço eletrônico para info@babajiskriyayoga.net.

Nome: _____

Endereço: _____

Email: _____

Nota: O jornal da Kriya Yoga é enviado via email àqueles que tem endereço de email. Requisitamos que todos vocês nos informem o endereço de email escolhido para recebê-lo. E, se tiverem usando bloqueadores de spam, adicionem o endereço info@babajiskriyayoga.net à lista de exceções. Ele será enviado formatado com fotografias em um arquivo PDF. Pode ser lido usando o Adobe Acrobat Reader. Também pode ser reenviado através de um arquivo Word se for requisitado, não formatado e sem fotografias. Se vc ainda não renovou, tem até o final de junho para fazê-lo a fim de receber sua próxima edição..

