



Jornal da Kriya Yoga de Babají

Volume 20

Número 2

Inverno 2013

Jornal da Kriya Yoga de Babají



ÍNDICE

1. Editorial: "O Resultado do Sacrifício é a Felicidade", por M.G. Satchidananda – Página 3
2. "A Kriya Yoga de Babaji é um presente e uma benção", por Durga Ahlund – Página 5
3. "Tantra: o caminho dos 18 Siddhas", parte 2, por Nityananda – Página 9
4. "Os estágios no caminho da auto realização no Tirumandiram", por Yoga Shivam S. Christiansen – Pág 14
5. Perfil: Acharya Shivadas - Página 17
6. Novidades e Dicas – Página 20

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 Resultado do Sacrifício é a Felicidade”

Por M. G. Satchidananda

Com a comemoração do meu aniversário de 65 anos em junho, tenho refletido muito sobre a minha vida e quanto longe cheguei na direção dos meus objetivos. Enquanto os governos canadense e americano me consideram um aposentado e por isso agora passo a receber suas pensões e benefícios, a aposentadoria nunca foi um dos meus objetivos de vida. Sempre houve apenas um objetivo, na verdade, desde que conheci meu professor, o iogue Ramaiah , em 1970 e ele tem sido a “entrega completa”. Meu entendimento sobre esse objetivo evoluiu imensamente no decorrer desses anos. Durante os dezoito anos que permaneci com o Iogue Ramaiah, “a entrega total” envolveu a completa rendição do meu ego à disciplina da sadhana, ao cumprimento dos deveres de karma de yoga e das tarefas que recebi dele. Meu amor pela prática de Kriya Yoga foi a parte fácil e me ajudou a agir no espírito de “serviço altruísta” ou karma yoga. Sendo mandado a viver e trabalhar em muitos locais como Chicago, Washington D.C., Índia. Sri Lanka, Austrália e Montreal, trocando de carreira e de empregos, aprendendo novas línguas, organizando centros e atividades de Kriya Yoga muitas vezes foi bastante desafiador. A abordagem preferida do Iogue Ramaiah para a “entrega total” a qual ele se referia como “quebra do ego”, também envolviam seus esforços intencionais para criar constantemente situações dolorosas nas quais seus estudantes mais próximos, incluindo a mim, teriam que confrontar suas preferências egoicas e tentar aparar suas arestas.

Após deixar a organização de Iogue Ramaiah, a “entrega total” significava fazer o que era exigido para cumprir a orientação de Babaji em uma infinidade de atribuições, desde escrever livros, organizar suas publicações e distribuição de seus livros, dar palestras e aulas de yoga, iniciações até apoio aos estudantes, enquanto continuava a me sustentar e melhorar minha profissão. Após me aposentar da Corporate Canadá, cerca de 20 anos atrás, a “entrega total” também incluiu o desafio de criar um ashram em Quebec e dar mais de 1.500 iniciações em mais de 20 países, além de retornar regularmente a esses países todos os anos a fim de apoiar os iniciados de lá.

Após deixar a organização de Iogue Ramaiah, pude perceber em algum momento que a “quebra do ego” não estava nem perto de ser tão efetiva quanto ao que me refiro como “a rendição da perspectiva do ego” [eu sou o corpo, eu sou minhas emoções, eu sou as minhas memórias, pensamentos e experiências] pela perspectiva da alma, a pura consciência da Testemunha. Enquanto traduzia e escrevia um comentário nos Yoga Sutras de Patanjali e editava a tradução dos poemas dos 18 Siddhas feita pelo grupo de estudiosos da nossa Ordem, pude perceber que em nenhum lugar desses escritos clássicos da Yoga e de Tantra houvesse alguma indicação para se “quebrar o ego” como uma conduta recomendada.



A Oferta do Self para o Divino

A outra abordagem para a “entrega total” que o Iogue Ramaiah enfatizava, a “oferta do self ao Divino”, se provou essencial para todo e qualquer progresso que obtive. “Que seja feita Sua Vontade e não a minha” sumariza essa abordagem e tem sido minha prece diária desde que escolhi o caminho da Yoga. Aprendi a expressá-la de diversas formas. Também como uma prece: “Me deixe falar e agir somente como Você queira que eu fale e aja” e “Fazei com que eu faça a melhor coisa a fazer da melhor forma”. Eu sei que Deus me ama e por ele amar a mim e não às minhas limitações, quando eu O escuto, escuto a Sua sabedoria e às suas orientações. Aprendi que o quanto mais me dô ao Divino, mais Ele está comigo, totalmente, constantemente, a cada minuto, em todas as situações, em todas as minhas necessidades. E não há nenhuma aspiração que não seja respondida imediatamente, com um senso de completa e constante intimidade. O Iogue Ramaiah sempre expressava essa máxima com as seguintes palavras: “Dê um passo na direção de Babaji e ele dará dez na sua”. Ele anda comigo, Ele dorme comigo, Ele pensa comigo e quando eu amo é Ele o amor que eu tenho. Quando me esqueço dEle ou me esqueço de Lhe dar alguma coisa, sinto como se tivesse permitido alguma barreira ou obstáculo a se colocar entre nós e assim ter perdido a oportunidade de compartilhar sua Felicidade incondicional.

Om Nama Shívaya

Os Siddhas definiram a “entrega total” como “Om Nama Shivaya” que significa “o resultado do sacrifício é a felicidade”. Eu entendo essa definição da seguinte forma: quando há o desapego da perspectiva do ego, com seus desejos, suas preferências, aversões, gostos e desgostos, a Testemunha surge e a alegria incondicional aparece. Estando Presente - *sat*, nos trazendo a consciência - *chit* e nos trazendo a felicidade - *ananda*. Durante os últimos 12 anos de casamento com Durga, que é realmente uma companheira divina, a “entrega total” também se tornou uma alegria, pois tenho aprendido com ela quão fácil é viver sem preferências! Em alguns momentos, é até divertido quando nós dois decidimos o que fazer juntos e nenhum de nós tem alguma preferência! Em algum momento do tempo de nossos caminhos aprendemos que é apenas o ego que tem preferências e quando não há preferências a porta para infinitas possibilidades fica amplamente aberta.

Aprendi em vários estágios da minha vida que o caminho quíntuplo da Kriya Yoga da Babaji, quando praticado com karma yoga e jnana yoga [sabedoria], com espírito de serviço e oferta do Self ao Divino nos leva muito próximo ao objetivo da “entrega total” e que a alegria incondicional é o resultado.



A Kriya Yoga de Babají é um presente e uma benção

Por Durga Ahlund

A Kriya Yoga de Babají é a Yoga da Consciência

Desde garota me perguntou “*Quem sou eu?... e, onde dentro do meu corpo reside minha essência?*”. Os Siddhas dessa tradição da Kriya Yoga respondem essa questão. Eles nos dizem que o corpo é um veículo que nos traz a Divina consciência para a Terra e que dentro do corpo há um centro místico, uma passagem sagrada para o Infinito e que essa libertação de todo o sofrimento só está disponível dentro dele. Desta forma podemos afirmar que é uma grande honra nascer em um corpo humano. A Kriya Yoga de Babaji encoraja a todos nós a questionar nossa essência, nosso self e o propósito da nossa existência. Ela nos dá métodos efetivos para descobrir quem somos nós e onde no nosso corpo existe a essência.

A Kriya Yoga de Babaji é uma linhagem autêntica da síntese moderna do Yoga e Tantra, que nos fornece os significados do desenvolvimento do nosso poder potencial e de nossa consciência. Através das técnicas de asana, pranayama, dhyana, mantra e bhakti conseguimos experimentar momentos da nossa essência. As práticas nos ajudam a fortalecer o corpo físico e a mente, enquanto claramente distinguimos nosso Self verdadeiro do nosso corpo vital, onde residem nossos desejos e emoções. Aprendemos a entender que o livre arbítrio nos dá a opção de nos expressar e de nos identificar com a consciência do nosso estado de ego normal, inquieto, cheio de julgamentos e de altos e baixos ou com a calma, o silêncio e a consciência reflexiva do nosso verdadeiro Self. É por isso que o estilo de vida correto, de equilíbrio emocional e de forte concentração precisa ser gradualmente desenvolvido se quisermos expressar quem realmente somos.

A disciplina, a prática ou sadhana da Kriya Yoga de Babaji envolve não somente a realização de “Quem SOU EU?”, mas também nos leva à difícil jornada de descobrir “o que não somos”. Tendo a indicação verdadeira do que nós não somos, por exemplo, nossos hábitos e tendências, nossas emoções, desejos e pensamentos limitados é desafiador para o ego, o pequeno “eu”. O primeiro passo é testemunhar o desapego calmo de todas as coisas com que nosso ego se identifica. Tipicamente, nós as ignoramos ou as justificamos. Tentamos esconder algumas partes, as partes mais obscuras. Tentamos até projetar algumas delas nos outros, com julgamentos. As técnicas da KYB nos ajudam lentamente a reconhecer, entender, eliminar ou perdoar as condições e influências das nossas experiências passadas que nos causam sofrimento contínuo. Então, quanto mais aprofundarmos nossa prática, mais ela nos ajudará a ver claramente... a testemunhar harmoniosamente e experimentar com novos olhos, cada um dos momentos que fizeram parte da nossa vida. Através dessas práticas, nós podemos escolher permanecer despertos, testemunhando as influências da nossa condição passada e exercitando nossa vontade para transformá-las.

A Kriya Yoga tem o potencial da Autorrealização. Isso pede uma natureza devocional e humilde para manter a persistência, poder e tranquilidade necessárias para continuar a aprofundar diariamente a sadhana da asana, pranayama, meditação e mantra. Quando a devoção,



a humildade e a compaixão são fortes, as práticas proporcionam benefícios espirituais enormes de consciência elevada, paz e bem-aventurança. Sozinhas, essas qualidades espirituais podem abrir o canal espiritual poderoso e sutil, o sushumna nadi. Para abrir este canal central com segurança, os nós do coração precisam ser desfeitos. A pessoa precisa desapegar de seus medos mais profundos, desejos, raiva, das preferências e de seus apegos. Se a motivação da pessoa foi egoísta, como ser admirada pelos outros, ou para desenvolver algum tipo de poder e habilidade na performance de uma postura complexa, apenas o poder pessoal é fortalecido. A consciência permanecerá afunilada e a pessoa continuará condicionada a comportamentos passados. A força da energia potencial e consciência Kundalini Shakti não é para o ego. É a força do não-ego e quando o ego a manipula, apenas o ego cresce.

Todo o sistema da Kriya Yoga de Babaji é uma higiene total para o bem-estar do praticante e aponta o aspirante sincero em direção a um estado de consciência contínua e transformação de sua natureza humana. Porque limitar-se pelas expectativas de resultados a curto prazo? Rejuvenescer o corpo físico, especialmente o cérebro e o sistema nervoso leva tempo, mas o processo também energiza o corpo sutil. Quando há aumento equilibrado de prana e os sentidos são revitalizados através do pranayama e meditações, o corpo físico torna-se mais rejuvenescido, mais energizado também. Mas há ainda mais a ser solicitado do aspirante sincero.

Não só devemos praticar as diversas técnicas, como também fazer as mudanças correspondentes em nosso estilo de vida tanto no corpo emocional, quanto no mental. As técnicas ióguicas de auto-disciplina, os *yamas* e *niyamas* são extremamente importantes para compreender, contemplar, meditar a respeito e viver por toda a nossa vida: não prejudicar, compaixão, veracidade, não roubar, modéstia, moderação, desapego, simplicidade, ter menos ganância, caridade e amorosidade, pureza, contentamento, auto-estudo, prática intensa e vontade de celebrar o que é sagrado.

Começamos nossa prática com **Kriya Hatha Yoga**. Além dos efeitos benéficos das práticas das posturas em geral na nossa saúde física, a correta prática das 18 posturas da Hatha Kriya Yoga de Babaji, têm muitos efeitos importantes para o nosso desenvolvimento emocional, mental e espiritual. As práticas liberam os bloqueios nos canais sutis e acordam as faculdades espirituais e psíquicas adormecidas. Tensões no corpo contraem e bloqueiam os canais sutis e diretamente criam inquietude e inércia na energia vital [prana] e também na mente. Por outro lado, assim que o corpo físico relaxa através do alinhamento dos ossos e dos músculos nos asanas selecionados e também por movimentos coordenados com a respiração, tensões do corpo grosso relaxam, o prana flui através dos canais sutis e a mente começa a se esvaziar. Bandhas [travas musculares] e mudras [gestos que circulam energia] tem um papel importante na centralização, no estímulo e no equilíbrio no crescente fluxo de energia vital. O relaxamento após cada asana trabalha com a cura e amplia a consciência.

Se praticarmos asanas regularmente como meio de nutrir nosso ser com a mente passiva, com o ego dominado e concentrados tempo suficiente na postura para que ela se torne realmente efetiva, mudanças na consciência ocorrerão. Nós experimentaremos nosso corpo energético. Explorando o corpo, vamos encontrar a sensação tátil, pequenas vibrações ou ondas de energia, fluxo e refluxo através de linhas do umbigo para baixo e por entre as pernas, para cima e para fora através dos braços e até através da coroa da cabeça, todos respondendo à energia vital (prana) que anima essas sensações. À medida que entramos em sintonia com o prana, nossa mente se torna calma e focada e então podemos experimentar o silêncio, a expressão de nossa consciência mais elevada.



Somos ensinados a observar e direcionar o fluxo de prana em nossa prática de asana e em nossos pranayamas. Também aprendemos a nos concentrar e a contemplá-lo em uma de nossas meditações. Através dessas práticas, aprendemos como “saber e compreender” através de sensações e da essência do sentimento.

Kriya Kundalini Pranayama é um presente e uma verdadeira benção. Nós podemos sentir os efeitos do pranayama quase que imediatamente, se a mente estiver calma. Com o controle da inspiração e da expiração, o prana mais denso começa a afetar os pranas sutis. O resultado disso é um calmo senso de desapego. Cada Kriya pranayama é praticado com consciência. Direcionamos o prana sutil através dos canais sutis a cada respiração, levando a mente a um estado de equanimidade. Este estado de repouso equânime e clareza nos leva à meditações potentes. E nós também começamos a levar para nossas atividades diárias uma perspectiva de consciente mais calmo. As técnicas de Kriya Kundalini Pranayama equilibram as duas maiores influências na natureza da mente, os nadis ida [feminino] e píngala [masculino] e, consequentemente, abre shushumna. O padrão de respiração aumenta a energia , senso de jovialidade, clareza mental e contentamento. Quanto mais você pratica, mais refinada a energia se torna e mais você começa a entender, quando sua respiração leva você ao estado de unicidade da consciência e do prana.

As dhyanas [meditações] baseiam-se umas nas outras no decorrer da semana. Começamos com a técnica de desvendar o que está perturbando a mente a fim de criarmos espaço para os padrões subconscientes aflorarem e ficarem claros aos nossos olhos. Trazer a consciência para o que está no subconsciente é o primeiro passo para a cura e desapego das influências negativas. As dhyanas nos oferecem meios de trabalharmos o auto-controle, de promover nossa saúde e bem estar, assim como o bem estar dos outros. Tão logo tivermos acalmado a mente, as outras técnicas de meditação começam a desenvolver a concentração profunda e utilizar a visualização para abrir e ampliar o canal entre a auto-percepção e os objetos de percepção.

Dentro de cada um de nós, está um espaço vazio e ilimitado cheio de consciência, livre de todos os pensamentos confusos, onde somente o sentido do EU SOU habita. E é através da perspectiva desse vazio que nos concentrarmos, vemos, visualizamos e meditamos. Os olhos atuam como persianas, nos permitindo interagir com o mundo exterior através do campo de consciência. No decorrer do desenvolvimento dessas técnicas de visualização, temos contato direto com o campo da consciência. Há uma conexão direta entre, a vista, a visão e o nosso eu interior EU SOU.

A visão pura é espelhada; ela reflete sem cor, sem sombra de memória, julgamento ou preferências. Sempre que vemos com pureza, sentimos uma conexão íntima com o que contemplamos. Mas esse estado de consciência é mais difícil de mantermos, porque pensamentos, memórias, preferências e aversões invariavelmente chegam à nossa consciência. E pensamentos, sejam eles conscientes ou inconscientes, distorcem a consciência.



O mais puro texto Vedanta e o pensamento monista ‘*The Yoga Vashista*’ diz “Consciência com pensamentos formam a mente. Consciência sem pensamentos é o Self”. Quando a mente está vazia de pensamentos, um fluxo palpável de consciência pode ser sentido passando através dos olhos conectando o lugar de onde você “vê” para o objeto que você está olhando. É como vc olhar do espaço “quem você é”.

As técnicas de meditação ou Dhyana Kriyas da Kriya Yoga de Babaji geram um fluxo energético que se expressa através de um canal de percepção que liga a mente perceptiva com o mundo externo e esses dois são visualizados com os olhos fechados e vistos com os olhos abertos. Concentrar o olhar e visualizar ativamente, fortalece as ondas cerebrais e aumenta a consciência, além de revelar a conexão mais íntima com a alma.

Aprendemos a experimentar a conexão com a alma através dos sentidos: visão, audição, paladar, tato e olfato. Focamos os olhos, nossa atenção, concentrarmos a mente e visualizamos por meio desses sentidos, não com intuito de fantasiar ou de dormir acordados, mas para alinhar todas as partes do nosso ser em direção à alma, para assim sair da ficção e da fantasia de passado e futuro. Aprendemos a experimentar diretamente o presente momento. Experimentamos que a visão está diretamente conectada e intimamente relacionada com nosso Self mais profundo. Começamos a “ver” diferentemente com mais clareza, inspiração, discernimento e desapego em todas as atividades diárias.

Praticar bija mantras ensinados na segunda iniciação nos ajuda a desenvolver novos insights e inspirações. A repetição regular de mantras é conhecida como *japa*. Essa prática é muito tranquilizadora para a mente. Nos traz calma e cura. Quando direcionamos nossa energia mental para os mantras, o desejo e emoção que são movimentos do corpo vital facilmente são dissolvidos. A mente se torna quieta e purificada. Consequentemente, a voz da alma, o ser físico e nossa intuição alimentam nosso intelecto com sabedoria e compreensão. Voltamos para ele para obter orientação. Ouvimos e escutamos. Os mantras podem ser extremamente energizantes. Em vez de dissipar nossa energia mental em preocupações e milhares de pensamentos triviais, eles nos ajudam a conservar a energia e, em momento apropriado, com orientação intuitiva, aplicamos essa energia em todos os problemas da via cotidiana. Eles nos dão a sensação de sermos suportados pela Energia Universal, pela própria Mãe Natureza.

Quando avançamos em nossas práticas com devoção em direção ao nosso Self mais puro e desenvolvemos fé e confiança nessas técnicas, nos sentimos conectados, inspirados e intuitivamente guiados. Começamos a curar os conflitos ou separações entre nossos EU internos e externos. Experimentamos a sua integração, a união e a yoga, juntando-os nessa jornada inseparáveis, interdependentes e seguindo em conjunto com todo o resto em nossas vidas.

Abençoados são aqueles que estudam a Kriya Yoga de Babaji e a sentem no coração.



Tantra: O Caminho dos 18 Siddhas - Parte 2

Por Nityananda

Uma definição prática e rápida de Tantra é o esforço de concentrar nos chakras superiores, no topo da cabeça, a energia vital que é acumulada nos chakras inferiores. É essa energia que ativa os mais elevados estados de consciência, associados com os chakras superiores.

A transmutação da energia sexual em energia espiritual é um dos pontos-chave enfatizados pelos Siddhas em seus escritos. Entre eles se sobressaem os textos do Siddha Boganathar, que é considerado o fundador do Taoísmo, um discípulo especializado na transmutação dessa energia.

Para conseguir transmutar essa energia satisfatoriamente, precisamos ter em conta os diferentes componentes da nossa anatomia sutil, presente no então chamado corpo vital, o corpo energético que suporta e mantém nosso corpo físico e que também mantém os desejos e emoções. Esses componentes são os *nadis* ou canais de energia e os chakras ou centros de energia e consciência. Ambos precisam ser purificados e ativados através de várias práticas iogues, incluindo asanas, pranayama, mantra e algumas técnicas de meditação.

O sistema energético do corpo vital pode ser comparado com um circuito elétrico com seus diferentes cabos [*nadis*] e baterias [*chakras*], através dos quais nossa força de vida, conhecida como *prana*, circula. Quanto menos purificado estiverem os cabos e as baterias, mais resistência eles oferecerão para a passagem de energia, assim o circuito superaquecerá e tolerará apenas voltagens reduzidas de eletricidade e não aguentará altos níveis de energia. Uma série de desejos e emoções deixam um resíduo na nossa anatomia sutil, que acumula e cria bloqueios energéticos nos *nadis* e nos *chakras*.

Uma experiência interior inusitada motivada pela transmissão de energia [que alguns chamam de '*Shaktipat*'] ou por uma prática intensa, mas desequilibrada, pode resultar em uma enorme descarga de eletricidade no circuito. E como ele ainda não está pronto para aguentar essa voltagem, então ocorrerá um estalo, um curto circuito que pode causar prejuízo de alguns de seus componentes. Algumas pessoas taxam esse tipo de experiência como “experiências espirituais” por conta de alguns efeitos sensacionais e até mesmo dramáticos. Mas essas experiências não tem valor intrínseco algum, nem tampouco algum efeito duradouro. Elas são apenas indicações da nossa falta de preparo. Então, nosso trabalho como estudantes de yoga é armar um circuito elétrico interior que possa aguentar de forma estável e progressiva, níveis cada vez mais altos de energia, níveis cada vez mais altos de consciência. A longo termo isso significa um esforço constante e continuado e não a busca por experiências dramáticas, energéticas ou espirituais.

Os Siddhas do sul da Índia enfatizam em seus escritos o trabalho espiritual requerido com os chakras, os nadis e com a Kundalini, que eles descrevem como nosso poder potencial e consciência dormentes no primeiro chakra, que coincidem com o períneo nos homens e logo na entrada da vagina nas mulheres.



[Técnicas] de Kriya Yoga

Na Kriya Yoga de Babaji temos a prática fundamental de 18 asanas para purificar os *nadis* e gradualmente ativar os *chakras*. Iogues como Swami Satyananda Saraswati indicam a importância da ativação dos chakras de uma forma progressiva e gradual. Indicam também como a abertura repentina pode sobrecarregar o praticante com desejos e emoções incontroláveis, quando desejos profundamente arraigados e emoções habituais são ativados muito rapidamente.

A fim de evitar esses problemas, praticamos a primeira técnica de meditação, *Shuddi Dhyana Kriya* para limpar a mente subconsciente, onde os indesejáveis hábitos e tendências [*samskaras* e *vasanas*] são armazenados. Também, na terceira iniciação, aprendemos algumas técnicas avançadas de meditação que complementam esta purificação, como a ‘Abertura Divina’ [livre tradução de Divine Openings] entre outras. A repetição dos mantras também pode ser efetiva para essa purificação do subconsciente.

Outras técnicas essenciais para ativar os chakras e transmutar a energia vital/sexual são:

- Bandhas ou travas musculares - o Siddha Tirumular fala sobre essas práticas em seu trabalho ‘Tirumandiram’. Diversos textos de Yoga como “Hatha Yoga Pradipika” enfatiza também essas técnicas.
- O pranayama *Brahmacharya Ojas Matreika Pranayama* e *Kriya Kundalini Pranayama*.

Na terceira iniciação também aprendemos kriyas ou técnicas específicas para ativar os *chakras* e purificar seus conteúdos, através de meditações, *mantras* e *asanas*.

A Luz e a Dívina Graça

O conceito de ‘Graça’, a energia que descende do Divino e da consciência, está muito presente na tradição dos Siddhas [chamada *Saiva Siddhantam* no sul da Índia]. Shiva, o Divino, o Absoluto, é um termo que significa “o que é auspicioso” ou bondade. No Tirumandiram, Tirumular menciona cinco ações de Shiva, a Divindade: criação, preservação, destruição, obscuridade e graça. E todas essas ações são consideradas atos da graça e amor pelo Senhor das almas, permitindo que nos reunamos conscientemente com Ele em beatitude.

Em resposta aos esforços de um iogue para se preparar e se purificar para se unir com o Divino [“yoga”] e através da contínua chamada e entrega de sua perspectiva egoica à alma, a consciência testemunha, a Graça desce como suporte fortalecedor e orientação interna.

Esse esforço iogue inclui a acumulação da energia vital nos centros superiores da consciência, ou *chakras*.



Isso é alcançado não somente com técnicas iogues, mas também com devoção e aspiração, além de um comportamento correto e ético. Tudo isso nos permite ter a visão da Luz Divina. Essa luz da consciência é constantemente mencionada no Tirumandiram e em outros poemas dos Siddhas:

“Se alguém se concentra na forma da luz, há iluminação;
Se alguém derrete na luz, Ele se tornará um com você”

Tirumandiram, verso 2681.

“Como uma gota d’água que não irá aderir à folha do Lótus
Tal é o desejo do mundo
Afasta-lo e abandona-lo
Venera e adora a cobra dançante
Os pés do deslumbrante
Ardente luz branca que reluz
Brilhando em todos os lugares”.

Siddha Pambatti

“O louvar a Luz da Lâmpada, a joia dos ceus,
A linda luz da reflexão, a joia no olho!

O louvar a Luz com raios que tem transgredido a trindade dos tempos
e segura-lo firmemente com seu coração e mente!”

Siddha Idai Kadar



O Siddha Tirumular também menciona o escutar de NADA, a vibração primordial subjacente a tudo e referida como AUM ou OM como resultado da concentração da energia vital nos chakras superiores. A disciplina iogue ou *sadhana* nos indica a união entre *Bindu* e *Nada* - a união da energia vital / sexual semeada no Om, a união da consciência individualizada com a consciência universal, primeiramente manifestada por AUM.

Na Yoga Clássica, como pontuada no *Yoga-Sutras* de Patanjali, o objetivo é a realização do *Nirvikalpa Samadhi*, que é a fusão entre a consciência individualizada com a absoluta, consciência pura e o resultado é o *Moksha* ou a libertação do indivíduo do ciclo compulsório de reencarnação.

Nos sábios ensinamentos dos Siddhas, conhecidos como *Saiva Siddhantam*, o objetivo do *Soruba Samadhi* inclui o descer da Divindade pelos 5 planos de existência, perfazendo uma transformação integral da nossa natureza humana em Ser Divino. Em vez procurar escapar desse mundo de sofrimento, os Siddhas procuraram a perfeição. ‘*Siddhi*’ a expressão total do nosso potencial Divino, com a união perfeita de *Shiva* e *Shakti* no ser humano, a transmutação da matéria [que é a energia, no final das contas] na perfeita expressão da consciência Divina.

Para essa realização, a Luz Divina é agora o princípio intermediador divino entre o Absoluto e a criação, participando de ambos. Esse princípio poderia ser o agente transmutador deste processo, sendo capaz de agir também no corpo físico:

“Se concentrando na luz e cantando claramente
Com um leve derretimento, [Ele vai] fazer o corpo
De ouro pela pílula alquímica de Sivaya Nama”

Tirumandiram, verso 2709

O Siddha do século 19, Ramalinga falou sobre tudo isso em seus muitos poemas, onde ele invoca o Divino em seu aspecto de “Luz da Graça Divina” [*Arul Perum Jyoti*], então Ela pode descer e transmutar o corpo físico em um corpo imortal de luz. Ele mesmo alcançou sua realização iogue final. Vale lembrar que sua mensagem não teve muita receptividade com seus contemporâneos.

Mas essa descida da Graça Divina na forma de luz pertence à fases adiantadas de *sadhana*, onde todos os requisitos mencionados acima são preenchidos.

Para preenchermos tais requisitos, devemos nos entregar totalmente ao Divino. Um aspecto enfatizado pelos modernos Siddhas como Sri Aurobindo e a Mãe. Na Yoga Integral deles, que também tem por objetivo a transformação total, incluindo a física, começa e termina com a entrega completa ao Divino, em seus aspectos dinâmicos e energéticos: A Mãe Divina.



“Para aqueles que tem o conhecimento
de que a Verdade é Luz plena,
qual é o uso das doações reais?”

Siddha Kudambai

O Papel do Guru

Os Siddhas também falaram bastante a respeito do papel do *guru* que prescreve a *sadhana*, a prática espiritual que o discípulo deve seguir e com a graça Divina completa o processo da realização espiritual, a união com o Divino. Isso é possível quando o discípulo segue a *sadhana* prescrita e se desapega do egoísmo. O *guru* é aquele que chega através de um professor auto-realizado: os ensinamentos que por sua vez revelam a Verdade, Amor, Beleza e Sabedoria. O *guru* é, portanto, uma porta necessária para o Divino, o Absoluto, de acordo com os ensinamentos dos Siddhas.

A abordagem espiritual dos Siddhas é direta, prática e realista, além de especulação teológica. O estudante avançará no caminho quanto mais ele se dedicar às práticas iogues prescritas, com fé e devoção à *sadhana*, ao *guru* e ao Divino. A felicidade do estudante será proporcional à sua auto-disciplina ou *sadhana*.

Os Siddhas também declararam que a Graça Divina está sempre sendo derramada em nós, como a chuva. E que através da *sadhana* iogue nós aprendemos a ser recipientes, aptos a recebê-la e a coletá-la, sem nenhuma fissura. Shiva, o Divino, é a quintessência, a fonte infinita desta Graça.

Os estágios no caminho da auto realização no Tírumandíram

Por Yoga Shívam S. Christiansen

Todo estudante verdadeiro já se perguntou em algum ponto se ele já atingiu a auto-realização - dúvidas são companhias familiares e necessárias na jornada espiritual. Há tantas delas: Sou merecedor? E as coisas que fiz no passado? Pratico as técnicas certas? Pratico na forma correta? E se essas questões nunca forem feitas? Isso poderia simplesmente significar que o ego não gosta dessas questões.

A boa mensagem é que seres perfeitos e misericordiosos como os Siddhas nos deram direcionamento e conselhos. Um dos melhores é Tirumular, o autor do *Tírumandíram*, um trabalho poético e científico em Tamil que dizem ter sido escrito por volta de 200 DC, e que consiste de mais de 3000 versos em 9 *Tandirams* [partes].

Como o santo diz em Mandiram 47, a atitude interior é a mais importante e, para a pessoa no caminho espiritual, não é necessário viver como um monge ou uma freira.

*Contemplando o Senhor, o dono da casa não é menos do que o asceta;
Aqueles que O mantém em seus corações irão tomar parte de seu conhecimento;
Para aqueles que sabem disso, não pode haver bem-aventurança;
Como o pássaro que não conhece o fruto da árvore onde vive.*

Mandiram 47

A transformação da sexualidade de um obstáculo em uma ferramenta de auto-realização pela transmutação da energia sexual é explicada no terceiro *Tandiram* na seção chamada pariyanga-yoga [Mandirams 825 ao 844].

No Mandiram 2807, Tirumular, de acordo com o comentário de T.N. Ganapathy, diz que “qualquer forma na qual Jiva desfrutar do prazer [incluindo o desfrute de uma mulher], reside ali a luz radiante primordial desse desfrute.”

*No desfrute sexual da doce jovem
É a luz radiante primordial agradável;
Ele está além da compreensão de Brahma e Vishnu;
A luz se fundiu com o caminho mais elevado.*

Mandiram 2807



Mandiram 895 no quarto *tandiram* fala de alguns tópicos importantes do Tirumandiram:

*Ágamas de Amalan [de Shiva] explicam pati, paśu e paśam;
Tirodayi é Amalan (deus); Ela confere bem-aventurança;
As palavras de Amalan curar āñava, māyā and karma;
No reino de Amalan acontece a dança divina.*

Mandiram 895

Os Ágamas (sânsrito आगम) são escrituras ancestrais, que “trabalham com a filosofia e conhecimento espiritual que existem por trás do culto à divindade, a yoga e a disciplina mental necessária para esse culto e as especificidades do culto oferecido à divindade” [wikipedia americana]. *Tirodayi* é uma forma de shakti que representa a obscuridade, uma das cinco funções de Shiva. *Pati* é Shiva e *paśu* a alma. *Pāśam* ou *pāśa* representa o que mantém a alma apartada de Deus, os *malas* ou imperfeições *āñava*, *māyā* e *karma*, que mantém a alma no círculo do nascimento e morte. *Āñava* é o senso do ego que causa ignorância de quem somos de verdade, o senso de individualidade e separação de Deus. É também chamada de *mūla mala* [mala raiz]. *Māyā* é a ilusão que faz a alma acumular o karma, as consequências do passado, pensamentos, palavras e ações. De acordo com o mandiram 90, há dois tipos de maya: *shuddha-māyā* que é puro e *ashuddha-māyā* que é impuro. Outro *mala* que é mencionado no verso acima é a energia oculta do Senhor, *tirodhāna-śakti*, que somente é removida pela graça de Deus [*anugraha śakti*]. De acordo com S.N. Kandaswamy em seu comentário no mandiram 2160, *outros malas são estimulados a amadurecerem. Karma nasce das consequências de pensamentos, palavras e ações: prarabdha karma* que está sendo experimentado na vida real, *āgāmya karma* que está sendo acumulada recentemente e *sanchita karma*, o montante total de karma [o "equilíbrio" da "conta" karma]. O quinto mala é *māyēya*, produtos de *māyā*. No processo do yoga, os *malas* são queimados no fogo dos tapas através de constante desapego [vairāgya].

O nível de consciência da alma depende do que está sob o domínio de *āñava* [estado de *kevala*], envolvido com o mundo [estado de *sakala*] ou totalmente liberado dos *malas* [estado de *shuddha*]. No segundo Tandiram Tirumular explica os diferentes tipos de almas de acordo com cada *mala* que ela já dominou. Quando a alma está compelida pelos 3 *malas*, é chamada de *sakala*. Quando a alma está compelida por *āñava* e karma é chamada de *pralayākala* e quando está compelida somente por *āñava* é chamada de *vijñanakala*. Uma categoria especial de *sakalas* são *sādkakas*, que, ao contrário das *sakalas* totais afogadas pela vida diária estão lutando duramente para libertarem-se dos malas e tornarem-se *jīvan-muktas*.

*Abençoado com Śivahood, eles conquistaram os cinco malas;
Meritórias, almas plenamente realizados são eles; Mukti, final é a sua permanência;
Nascimento eles cortaram em pedaços, liberando a partir de paśu e pāśa,
Depois de buscar e compreender os interessantes tattvas*



Então qual é a diferença entre o estado de *kevala* e o estado de *vijñanakala*, quando em ambos os estados a alma está acompanhada por *āñava*? No estado de *kevala* a alma está completamente obscurecida, “seu livre arbítrio [*iccha śakti*], ação [*kriya śakti*] e cognição [*jñana śakti*] estão adormecidos” [S.N. Kandaswamy, p. 2445]. Então os outros *malas* são adicionados como “sujeira é usada para lavar a sujeira das roupas”. Isso significa que em uma ação de graça nos é dado o corpo e muitas oportunidades de aprender, de alcançar estados mais altos de *vijñanakala* onde há conhecimento de Deus e eventualmente onde pode livrar-se do mala de raiz, *āñava*.

*Devido a 5 malas inalterados nos Avasthas
Coloque as almas, dotadas de corpos e órgãos da interminável māyā
Travados no círculo do nascimento e da morte e feridas
Pelos atos agressivos e experimentar seus frutos*

Mandiram 2610

A limpeza toma o lugar no estado de samadhi quando *jīva*, a alma, e Shiva encontram e se tornam um, simbolizado no *chin mudra*, quando o polegar aponta para Shiva e o dedo indicador para a alma.

Samadhi também é chamado de estado de *turiya*, o quarto estado da consciência. Os outros estados [avasthas] são *jāgrat*, o estado alerta, *svapna*, o estado adormecido e *suṣupti*, o estado do sono profundo. Tirumular também nos fala sobre o quinto estado chamado de *turiyātīta*, o estado transcendental além do *turiya*, que não é mencionado nos vedas.

Tirumular descreve o desaparecimento final de *āñava* lindamente no mandiram 2820:

*Eu procurei "Tu" como diferente de "eu" e
Descobri que "eu" e "tu" não são dois;
Esta sabedoria concedida pelo Chefe gnóstico;
(E) "Eu" perdi o pensamento de individualidade.*

[Nota: as citações foram tiradas a partir de: "English Translation of the Tirumandiram", publicado em janeiro de 2010 por Kriya Yoga Publications, Inc.]



Perfil: Acharya Shivadas



Cresci como qualquer outra pessoa, como uma criança tentando descobrir quem era através dos olhos dos outros, preocupada com o cultivo de uma vida social interessante. Rapidamente entendi que não era o tipo de felicidade que eu estava buscando e esse entendimento causou uma grande confusão, porque eu não tinha referências para me ajudar a encontrar as respostas das minhas perguntas. Então, comecei a fumar maconha e me tornei adepto à droga... esse erro me levou a anos nebulosos.

Um dia, quando tinha 15 anos, durante um encontro familiar, um primo mais velho me explicou que ele poderia curar com suas mãos... Tivemos longas conversas e eu passei dois anos atrás dele para aprender a técnica. Isso se tornou uma grande revelação na minha vida de adolescente. Agora tudo era possível: o paraíso estava também na Terra.

Já com 19 anos, o Yoga bateu à minha porta. Conheci então minha primeira professora, Sra. Evelyne Cruchandea, que estava apta a acender a luz que havia me trazido o Yoga. Percebi que tornar-se “livre” tinha um significado completamente diferente. Em paralelo com as minhas aulas de duas vezes por semana, estava também aprendendo a praticar sozinho todos os dias e isso me desafiava: por exemplo, fazer a postura “headstand” todos os dias [meu corpo sentiu o choque de cair de quina na minha cama várias vezes].

Como consequência, em 2001, com 20 anos, decidi abandonar tudo e morar na Ilha Reunião. Meu objetivo era aprender e praticar Yoga mais intensivamente em um lugar onde eu tinha sonhado viver por um longo período de tempo. Minha vida parecia perfeita para um homem de 20 anos. Sofria diariamente e sempre voltava para casa para praticar Yoga. Vivia com minhas economias que me permitiram fazer isso por 2 anos.

Foi assim que descobri a Kriya Yoga. Estava buscando alguns livros para me fazerem companhia nesta jornada quando encontrei “Kriya Yoga” do Paramahansa Hariharananda. [Naquele momento, não sabia que esse livro seria a “jornada real” da minha vida].

Devorei esse livro com a minha alma e senti que estava totalmente consciente com o que estava aprendendo, então busquei alguém para satisfazer a minha sede com o que eu não conseguia entender e assim ser iniciado na Kriya Yoga. Durante esse processo, entrei na escola de ‘Chronobiological Yoga’ e participei do treinamento deles por um período de 3 anos.

Um ano mais tarde, minha professora na Reunião sugeriu que eu fosse à Índia para ter algumas aulas. Nesse momento, não me sentia atraído pela Índia de forma alguma. Mas no entanto, a ideia de redescobrir a Yoga me pareceu como algo essencial para meu treinamento. Portanto, fomos a uma pequena escola no sul da Índia, Vijnana Kala Vedi, que agora já fechou suas portas. Estava tendo aulas particulares pelas manhãs



e ia às aulas em grupo de tarde. Também fui iniciado em kalaripayatty. A forma como os indianos ensinavam yoga era nova para mim, um jovem ocidental. Me lembro do meu primeiro dia de aula com esse professor já mais velho me pedindo para sentar em siddhasana para receber seus ensinamentos. No entanto, alguns meses antes, meu joelho tinha se deslocado por ter praticado as posturas sem ter me aquecido antes. Expliquei isso a ele, mas ele retrucou que não iria me ensinar nada até que sentasse em siddhasana. Assim sendo, tive a aula enquanto suava por todos os poros, sentado em uma posição extremamente vacilante de meia lótus. Com a ajuda deste professor, depois de 15 dias eu estava confortável. No final do nosso encontro, ele me autorizou a lecionar suas aulas.

Como uma abelha procurando por mel, participei de todos os tipos de treinamentos, os quais me inspiraram e me guiaram para onde estou hoje: Reiki, magnetismo, Yoga, etc. Sentia-me bem, mas ainda completamente desorientado. Sentia falta de uma parte essencial, mas não sabia qual era, até encontrar Thierry Morfin durante um seminário de Yoga em Reunião. Thierry era um Kriyaban. Conseguia sentir isso quando estava com ele. Ele era calmo e parecia observar o mundo enquanto permanecia presente. Com sua ajuda obtive o contato da pessoa que estava prestes a ser a maior influência na minha Vida de iogue. Muito obrigado novamente, Turyananda!

Voltei para a França e encontrei Satchidananda para receber a primeira iniciação na Kriya Yoga. Na época estava com 23 anos e cheio de alegria. Senti como se estivesse no caminho certo, porque eu acreditava nos ensinamentos. Desde esse dia, nunca parei de praticar Kriya Kundalini Pranayama.

No ano seguinte, tive a inspiração de participar do treinamento de professor na Sivananda School. Foi uma boa intuição, porque foi onde encontrei minha esposa, Lalitha Swarupa. Essa criatura magnífica que estava dançando para Shiva não passou despercebida pelo meu coração. Agora nós compartilhamos nossa sadhana de Kriya Yoga e com a ajuda dela, me tornei vegetariano.

Tudo aconteceu tão rápido! Depois de participar da segunda iniciação, viajei à Martinica para encontrar Swarupa. No ano seguinte tivemos a oportunidade de alugar uma lindo espaço para abrirmos uma pequena escola de dança Bharatanatyam e Yoga. Tudo ia de vento em popa. Então, recebemos a terceira iniciação na França, em 2007 e Satchidananda me avisou para seguir algum treinamento em saúde. Então recebi treinamento em terapia manual energética por um período de mais de 4 anos. Que maravilha é contribuir para o alívio da dor de uma pessoa! Somente agora entendo o significado daquele bom conselho.

Em 2008, Swarupa e eu decidimos viajar à Badrinath para praticar tapas de 8 dias e experimentar os 144 Kriyas naquele local extraordinário. Essa experiência foi surpreendente e não esperada. Mais tarde, também participamos do treinamento de professor com Durga na Alemanha. Aprendi muito com a sensibilidade e experiência dela.

Em 2010, durante a Maha Kumba Melha, Satchidananda me convidou para ingressar a Ordem dos Acharyas e naquele momento senti como eu fosse uma fruta madura. Olhando para trás, eu vejo que era apenas um botão a desabrochar.

Pelos últimos 7 anos, dei mais de 350 aulas de Yoga por ano. Meu objetivo é dar o que eu tanto gostei de receber quando descobri a Yoga: a



a possibilidade para continuar tendo aulas de Yoga a baixo custo. A maioria das pessoas que pratica Yoga meio período buscam por “relaxamento parcial”, que as lidera a uma “pseudo-consciência” onde ainda mantemos os hábitos que causam sofrimento.

Yoga se tornou uma ferramenta de bem-estar, que já alcançou níveis de reconhecimento na mente das pessoas. Entretanto, acredito que bem-estar é somente um meio para o entendimento e não o objetivo. Somente a prática constante pode nos dar a possibilidade de experimentar uma transformação real, mesmo para as pessoas que não foram iniciadas. Espero que essa experiência inspire a todas elas a olhar mais adiante, como exploradores da consciência e um dia recebam iniciação na Kriya Yoga de Babaji.

Um dia um estudante me perguntou: “Não é limitador praticar apenas a Kriya Yoga?” Cada forma de Yoga tem seu objetivo e os métodos ensinados em cada uma delas serve a seu próprio propósito. Algumas pessoas praticam para se tornarem mais fortes, mais calmas, mais flexíveis ou ainda um aprendiz [temos que encarar isso].

Ensinamos que a Kriya Yoga é a arte científica que une o Self com a realidade absoluta. Esse é o principal objetivo da Yoga e, de novo, o método serve ao seu propósito! É uma prática ilimitada que mistura a consciência individual com a do todo, para tornar-se meramente um instrumento nesse jogo tão bacana, que é a vida.

Sou apenas um recém-nascido na minha carreira de Kriyaban! Kriya Yoga é o tesouro da humanidade, é o patrimônio perfeito para sinceros buscadores do Divino. Esse tesouro não tem fim e eu sinto como se ainda não tivesse aberto a tampa! Quanto mais pratico, mais me entrego, mais espaço e luminosidade são criados dentro de mim. Uma coisa que eu tenho certeza a respeito é que a única limitação é a que concedemos ao nosso ego. Agradeço profundamente Sat Guru Deva por expandir nossas consciências mesmo com nossos vícios e imperfeições.



NOVIDADES E DICAS

Pedido para contribuições para as vítimas das enchentes nos Himalaias, perto de Badrinath

O conselho de Diretores das nossas instituições de caridade na Índia, Canadá e EUA resolveram se organizar para uma campanha de angariação de fundos pelas vítimas das enchentes nas vizinhanças de Badrinath, onde o gerente do nosso ashram, Rohit Naithani, tem distribuído comida para mais de 5.000 peregrinos todos os dias, usando os fundos da conta da nossa construção. Durante os próximos meses, continuaremos a levar ajuda aos residentes locais, particularmente aos que moram nas vilas vizinhas à Badrinath que tiveram suas casas e plantações inundadas pelas enchentes. Enquanto nosso próprio ashram em Badrinath não foi afetado, acreditamos que a prioridade agora é ajudar àqueles que estão sofrendo. Pedimos então que durante os próximos dias, semanas e meses, você mande sua doação para a Ordem dos Acharyas da Kriya Yoga de Babaji, mencionando que tem o propósito de levar ajuda a eles. **Sua contribuição poderá ser enviada através do cartão de crédito diretamente no nosso website: <http://www.babajiskriyayoga.net/english/kriya-yoga-contribution.htm>** ou enviada por cheque ou transferência bancária à: L'Ordre des Acharyas du Kriya Yoga de Babaji, 196 rang de la Montagne, C.P. 90, Eastman, Québec, Canada J0E 1P0.

Se você estiver na Europa, poderá fazer uma transferência bancária à: L'Ordre des Acharyas du Kriya Yoga de Babaji, numero de conta 406726-0, nome do banco: Caisse Centrale Desjardins du Québec, código SWIFT : CCDQCAMMXXX, nome da sucursal: La Caisse populaire Desjardins du Lac Memphrémagog, número de trânsito da nossa sucursal: 50066- 815.

As doações podem ser enviadas à «Ordem dos Acharyas de Kriya Yoga de Babaji»: envie um cheque, banco postal para 196 Mountain Road, PO BOX 90 Eastman, Québec, Canada J0E 1P0 ou pague com cartão de crédito VISA/MasterCard/American Express por telefone: 1 450-297-0258 ou fax: 1 450-297-3957 ou via nosso serviço online imediatamente.

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

- Em Quebec 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:

- Em Quebec de 11 a 20 de julho de 2014;
- Em Dole, França de 25 de agosto a 1 de setembro de 2014

Atenham-se para o objetivo de Auto-realização com poderosas kriyas para acordar os chakras e entrar no estado sem respiração de samadhi.

Iniciações do Primeiro nível serão ministradas no **Brasil**: Em São Paulo, 13 a 15 de dezembro 2013 com Sharanadevi

Iniciações do Segundo nível serão ministradas no **Brasil**:

- 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



NOVIDADES E DICAS

Retiros de silêncio no Ashram de Quebec estão agendadas:

- 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>

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

- 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>

Restaure-se e renove-se no Ashram de Quebec: via uma experiência espiritual única no ashram de Quebec. Você pode passar alguns dias, algumas semanas ou até alguns meses com a orientação na nossa sadhana [práticas espirituais de Kriya Yoga Acharya que está residindo no Ashram em período integral - Dayananda].

Agenda diária:

- 7am a 9am: sessões de prática: asanas, pranayamas, mantras e meditação caminhando
- 10am: café da manhã e Karma Yoga
- 3pm a 5pm: sessão de prática
- 6pm: jantar e Karma Yoga
- 8pm a 9pm: conversas sobre as práticas.

Faz-se necessário inscrever-se com antecedência. Dois dias e duas noites é o período mínimo permitido.

Com estadia e comida incluídos: USD 65 por dia. Sem comida: USD 30 por dia.

Contato: dayananda@babajiskriyayoga.net



O **Encontro Europeu** de iniciados e Acharyas aconteceu em 24 a 26 de maio de 2013. Foram 53 iniciados, incluindo 13 Acharyas que foram ao Satsang.

Tirumandiram: uma segunda edição, com 5 volumes, está agora disponível para compra no ecommerce do nosso site.

Novo Acharya da Áustria:

Brahmananda

Bernd Gehringer foi iniciado na tradição da Kriya Yoga de Babaji em 2001 em Viena e, em uma cerimônia especial em 19 de maio de 2013, foi iniciado na Ordem dos Acharyas perto de Frankfurt, Alemanha. Por conta da orientação graciosa de Babaji, as condições de vida de Brahmananda progrediu durante este período de 12 anos. Ele sentiu uma chamada do Dharma que incluiu yoga sadhana, tornando-se um professor de Kriya Hatha Yoga. Participou de várias peregrinações indianas e, em seguida, na formação como Acharya. Ele tornou-se livre de muitos obstáculos karmicos, incluindo o seu negócio. Com a experiência prática de proprietário de uma empresa e ex-engenheiro de tecnologia de desenvolvimento de sapatos, ele reduziu sua cota de trabalho convencional a um mínimo, a fim de dedicar sua vida à prática e ensino de Babaji e Yoga. Brahmananda vive em Attersee, na Alta Áustria e organiza lá regularmente aulas de Kriya Hatha Yoga, workshops e satsang. No serviço da Ordem dos Acharyas ele realiza seminários de iniciação na área de língua alemã.

Visite nosso o ecommerce do nosso site www.babajiskriyayoga.net para comprar com VISA, American Express ou Mastercard todos os livros e produtos vendidos pela Babaji's Kriya Yoga Publications ou para doações para a Ordem dos Acharyas. A informação do seu cartão de crédito é criptografada e segura. Confira!

Visite do blog da Durga: www.seekingtheself.com

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 Carlos Felipe no cf.ribeiro@yahoo.com.br



Satsangs no **Brasil**:

- **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 no primeiro fim de semana de cada mês 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..

