

# JORNAL DA KRIYA YOGA DE BABAJI

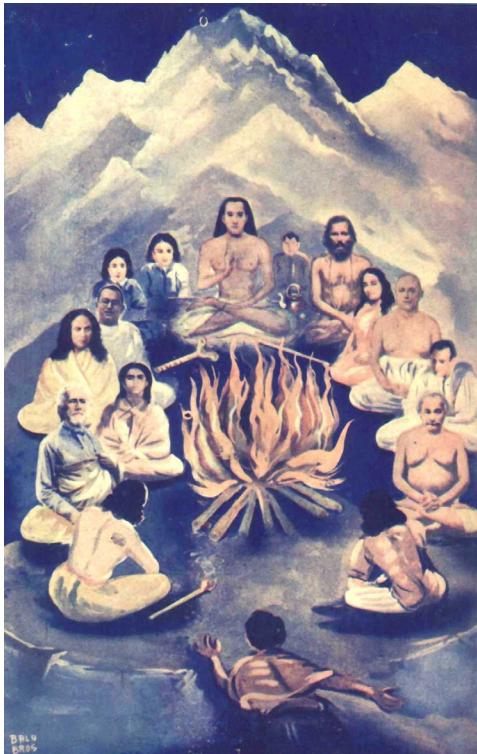
---

VOLUME 31 | NÚMERO 3 | PRIMAVERA 2023

---

Publicado quadrimestralmente por Babaji's Kriya Yoga and Publications, Inc.  
196 Mountain Road P.O. Box 90 - Eastman, Quebec, Canada J0E 1P0  
Tel. (450) 297-0258 | fax: 450-297-3957 | [info@babajiskriyayoga.net](mailto:info@babajiskriyayoga.net) | [www.babajiskriyayoga.net](http://www.babajiskriyayoga.net)

---



## Sumário

- 1 - "Há apenas um Guru no Kriya Yoga, e esse é Babaji  
*por Durga Ahlund*
- 2 - A Linguagem de Kundalini  
*por M. G. Satchidananda*
- 3 - Vairagya – A Prática do “Deixar Ir”  
*por MG Satchidananda*
- 4 - Nova Acharya de Xangai - Tara
- 5 - Ordem dos Acharyas da Kriya Yoga de Babaji:  
Relatório Anual e Planos para 2024
- 6 - Notas e Notícias



## 1

# “Há apenas um Guru no Kriya Yoga, e esse é Babaji”

*Durga Ahlund*

De acordo com os preceitos do Kriya Yoga de Babaji, o Senhor nunca se transforma em um ser humano, assim como o ser humano nunca se transforma no Senhor. O Senhor reside dentro de todos nós e pode ser experienciado em cada pessoa por meio de expressões puras de amor, compaixão, bondade ou destemor (não coragem, mas o verdadeiro destemor). Uma pessoa tem o potencial de se tornar tão refinada e rarefeita que ela irradia a Consciência e o Vazio supremo a partir de um único ponto, do centro. Essa pessoa pode alterar absolutamente tudo sem buscar alterar qualquer coisa.

No Kriya Yoga de Babaji, não é necessário nem desejado um “Guru humano”. Praticantes avançados, abençoados com qualidades divinas, tornam-se os melhores professores ao expressarem simplicidade, bondade e humildade, e ao aceitarem que eles mesmos são simples seres sagrados recém-nascidos, capazes de enxergar o ser sagrado recém-nascido dentro dos outros.

Não se pode alcançar um alto estado de consciência espiritual se escolhermos ver apenas a escuridão e não a luz nos outros. No entanto, ter consciência também significa ver o que está bem diante de nós e reconhecer o que está dentro de nós, mesmo que seja algo que precise ser purificado.

Prometer ser um Guru para seus devotos é contraproducente, pois leva os estudantes a pensarem que não podem avançar no caminho sem uma forte relação com outro ser humano que decida o que é certo ou errado, bom ou ruim. Isso resulta na criação de uma dependência excessiva, impedindo o crescimento da força, da confiança e da independência espiritual, e de encontrar o guru interior dentro de si mesmo.

No Kriya Yoga de Babaji, não é necessário despertar, controlar ou testar um estudante por meio de um ser humano. Não é necessário um guru humano para que o Kriya Yoga de Babaji funcione bem para o estudante que pratica as técnicas com sinceridade. Não é necessário um ser humano para confrontar ou quebrar os “egos” ou criar situações para impor um ajuste karmico. As situações da vida são mais do que adequadas. Quanto mais sadhana (prática espiritual) fazemos, mais rápido o karma é liberado.

No Kriya Yoga de Babaji, somos indivíduos que vivem e trabalham no mundo e somos ensinados a reconhecer nossas próprias fraquezas e limitações, confiando que nosso/a parceiro/a de vida e filho/as serão espelhos muito bons e muito honestos para nós.

No Kriya Yoga de Babaji, não é necessário adorar ou depender de um ser humano. No Kriya Yoga de Babaji, somos ensinados a reverenciar o Senhor interior, na maravilhosa forma de Babaji. Por quê? A prática da adoração interior é poderosa. E há momentos fugazes em que a máscara da dualidade cai; em um minuto você é um ser sensitivo adorando Babaji, no próximo minuto você é Babaji sendo adorado.

Babaji é a nascente, a Fonte eterna e a Presença que pode ser experienciada por meio da prática do Kriya Yoga de Babaji. A sintonia com Babaji pode acontecer quase imediatamente, em um instante. Essa sintonia pode ser extremamente significativa. Em cada estudante, ocorrerá uma sintonia e uma Iniciação espiritual com a prática do sadhana. Esse é o caminho do Kriya Yoga de Babaji.

*“Há apenas um Guru no Kriya Yoga, e esse é Babaji” - Yogi S.A.A. Ramaiah*

O ensinamento e a prática das técnicas proporcionam o entendimento do porquê de realizarmos determinadas técnicas e de como elas funcionam para obter sua eficácia. A prática dos sistemas integrados de técnicas estimula um shaktipat suave, o despertar do prana kundalini e a expansão da consciência. O Kriya Kundalini Pranayama é potente nesse processo, mas as asanas, meditações, mantras e devoção preparam e aceleram o processo.

A realização da Divindade, Babaji, é uma Presença experienciada no coração. À medida que o iniciante cresce em compreensão espiritual e experiência, sua verdadeira natureza se revela e a consciência se expande. Nós, praticantes do Kriya Yoga, buscamos reconhecer nossa própria Verdadeira Natureza, que é amor incondicional e energia criativa dinâmica.

E Babaji permanece conosco na forma de uma Presença calma e confiante. Desenvolvemos a mais profunda humildade e compaixão porque Babaji é Universal. Ele não é apenas nosso. Ele é o centro da Unidade dentro de mim que reconhece Sua Presença em você. Babaji é Aquele que, sem buscar alterar qualquer coisa, pode alterar absolutamente tudo.

A Presença de Babaji no Kriya Yoga é algo a que os estudantes sinceros podem se sintonizar facilmente. Leva tempo e sinceridade, mas essas pequenas sementes, quando nutridas por meio da prática, irão criar raízes e começarão a magia da transformação. A transformação ocorre suavemente, mas de maneira óbvia para si mesmo e para os outros.

O Kriya Yoga de Babaji não é fantasioso, nem busca a obtenção de faculdades sobre-humanas ou poderes psíquicos, nem a imortalidade. É uma arte científica de autodomínio que se desenvolve com a experiência das práticas. A experiência direta desenvolve confiança e fé no caminho, uma vez que se percebe que estamos nos libertando de antigas limitações percebidas e nos libertando de condicionamentos antigos, comportamentos antigos e excesso de emotividade. Nossa criatividade e amor se expandem.

Um dos presentes mais importantes que um professor do Kriya Yoga de Babaji pode dar para ajudar cada estudante a alcançar é desenvolver confiança, fé e amor em sua prática do Kriya Yoga, e confiar em sua própria orientação interior. Por meio das técnicas, os estudantes podem reconhecer seu próprio guru interior, aquele que os tem guiado em sua jornada nesta vida.

A prática da asana vanekom kriya, a primeira postura da série de 18 posturas do Hatha Yoga, nos ajuda a alcançar essa compreensão. Ela inclui a invocação de Babaji, “Om Kriya Babaji Nama Aum”. Este mantra é um chamado ao Senhor interior. É realizado com a coroa da cabeça (morada do Guru tattva) no chão, joelhos apoiados, palmas das mãos juntas acima da cabeça, parte inferior das pernas elevadas, garantindo que todos os três bandhas estejam engajados, esta prática é seguida pela Saudação ao Sol, novamente com o mantra de Babaji “Om Kriya Babaji Nama Aum” e a Canção da adoração ao Sol. Isso introverterá a mente, retirará a mente do corpo, estimulará o relaxamento e apoiará o alinhamento. Todas as asanas têm como objetivo criar equilíbrio e desenvolver consciência, para que façamos a prática, totalmente engajados, mas sem a mente pensante e inquieta.



## 2

## A Linguagem de Kundalini

*Por MG Satchidananda*

*Kundalini*, seu potencial de poder e consciência, uma vez despertado pela prática do Yoga, comunica-se com você através de impulsos sutis, sentimentos e sensações, assim como através de *insights*, imagens e realizações. É uma força viva e inteligente que pode orientá-lo no seu caminho. Assim, você deve prestar atenção e permitir que ela o guie. Quanto mais você permitir, mais profundas se tornarão as suas meditações.

Algumas das comunicações são óbvias. Por exemplo, o desejo de meditar. Em diferentes momentos do dia, você pode sentir um forte impulso interior para se concentrar internamente. Se não estiver atento, pode pensar que isto significa apenas a necessidade de uma soneca.

Aqui temos alguns dos sinais mais fortes da *Kundalini*. Uma luz aparece no seu campo de visão interior. Ou você entra espontaneamente no estado de testemunha, observando as suas experiências. Ou um sentimento de amor surge, e se torna mais forte. Uma sensação de ampliação da consciência para além dos limites do corpo. Uma visão aparece. Alguns sinais são mais sutis. Uma pulsação no coração, um formigamento na testa ou na espinha, um movimento de energia em um lado do corpo. Ou a realização de que o *mantra* que você tem repetido quer parar de ser repetido, para que você possa entrar no silêncio.

Os sinais mais sutis são mais fáceis de ignorar do que os mais dramáticos, então você pode frequentemente deixar de prestar atenção a eles. No entanto, são significativos, pois indicam a direção que a sua *shakti* interior está abrindo para você. Aprenda a reconhecê-los. De tempos em tempos, feche os olhos e relaxe o seu corpo. Em seguida, escaneie-o e perceba onde sente correntes de energia. Perceba em que áreas você pode sentir pulsações. Há sentimentos associados a estes sinais? Sentimentos de desejo, angústia ou ternura, calor, dureza, suavidade ou pressão? Sons?

### Os três modos sensoriais da experiência

O seu mundo interior tende a se revelar visualmente, sinesteticamente ou auditivamente. Embora você possa experimentar os três simultaneamente, provavelmente tem um que prevalece. Sinesteticamente, a *shakti* se revela como sensação. Você pode sentir pulsações de energia em diferentes partes do corpo físico, por exemplo, expansão do coração, pressão entre as sobrancelhas ou pulsação na garganta. Você pode sentir pressão nas áreas associadas aos *chakras*. Isso pode se manifestar como um sentimento de amor, uma onda de calor e ternura ou uma sensação de flutuação. Pode também haver calor ou frio intenso. Se é duro ou suave, depende da natureza da pessoa.

Para uma pessoa auditiva, a *shakti* revela-se como um som interno, um sino, o *Om*, zumbido de

abelhas ou música distante. Esses sons são chamados de *nada*. Eles emanam do *sahasrara* na coroa. Ao focar neles, conduzem a mente ao silêncio.

Para a comunicação visual, uma bola de luz dourada, ou uma visão. A visão pode transmitir um ensinamento ou simbolicamente alguma verdade sobre a realidade.

## Os cinco poderes da *shakti*

A literatura de *Saiva Siddhantha*, incluindo o *Tirumandiram* e os escritos dos *Tamil Yoga Siddhars*, assim como do *Shivaismo* da Caxemira, nos diz que a energia universal cria e sustenta a vida através de um ou mais dos seguintes cinco poderes, ou *shaktis*. Quando a *kundalini* se torna ativa em nós, todos estes poderes naturalmente entram em pleno jogo em nosso mundo interior. À medida que atuam dentro de nós, nos proporcionam experiências, muitas vezes durante a meditação.

Os cinco poderes, ou *shaktis*, são: o poder da ação (*kriya shakti*); o poder da consciência (*chit shakti*); o poder da alegria suprema (*ananda shakti*); o poder da vontade (*iccha shakti*); e, o poder do conhecimento (*jnana shakti*).

*Kriya shakti*, o poder da ação, pode manifestar-se como movimentos espontâneos, como em *asanas*, bem como uma energia excepcionalmente grande durante a realização de tarefas, especialmente durante *karma yoga*.

*Chit shakti*, o poder da Consciência, pode manifestar-se como consciência expandida, ser puro, ou uma experiência espontânea de testemunho, ou a realização de que uma consciência está presente em toda parte, em todos.

*Ananda shakti*, o poder da alegria suprema, manifesta-se como amor espontâneo, contentamento, alegria incondicional, a expansão do centro do coração. Ao contrário das emoções, pode ser sentido mesmo durante períodos de tristeza ou frustração de desejos.

*Iccha shakti*, o poder da vontade divina, aprimora a nossa força de vontade, tornando mais fácil para nós praticar nossa *sadhana* de yoga, mais fácil permanecermos focados em estados sutis durante a meditação, e até mesmo permanecer concentrados em tarefas diárias apesar das distrações. Isso pode nos levar à meditação ou acordar completamente de manhã cedo, sugerindo que é hora de acordar e ir meditar. Também pode gerar impulsos orientadores e sentimentos sobre quais são ações certas e quais são erradas, movimentos de consciência ou intuições poderosas. Seguindo esses sinais e observando seus resultados, você pode aprender a distingui-los dos movimentos mentais ou emocionais comuns.

*Jnana shakti*, o poder do conhecimento e da sabedoria, traz discernimento, entendimento e discernimento daquilo que é verdadeiro. Isso permite que você distinga as identidades limitadas do eu da autoconsciência. Isso revela significados para a nossa experiência, instruções internas, realizações e resoluções. Responde as nossas perguntas e ajuda-nos a reconhecer o que é verdadeiro.

É importante reconhecer, honrar e seguir qual das formas de *kundalini shakti* acima se manifesta mais frequentemente em você. Pode haver uma delas que esteja frequentemente presente, enquanto outras raramente, ou nunca, estão. Concentre-se naquelas que surgem com mais frequência e contele o seu significado, momento e sincronicidade. Acolha estas manifestações como sinais direcionais, como portas para estados mais profundos. Por exemplo, se você vê um brilho suave atrás dos seus olhos, concentre-se suavemente nessa luz e torne-se ela. Pense em si mesmo como Consciência,

Ser ou Felicidade. À medida que você se aprofunda, as formas se dissolverão no silêncio, na fonte. Patanjali refere-se a alguns delas no primeiro *Pada* dos *Yoga Sutras* como *prajnata*, ou *insights*, produtos da fusão de estados superiores de consciência e da mente, que interrompem a primeira etapa do *samprajnata samadhi*.

## Invocar a presença do Guru e se entregar

Ao repetir o mantra “*Om Kriya Babaji Nama Aum*” antes de iniciar a prática do *Kriya Kundalini Pranayama* e *Dhyana*, você expressa a sua aspiração de alinhar a sua vontade com o seu Eu superior. Ao lembrar que “*Guru, Deus e Eu são um só*”, você pode alinhar a sua vontade e consciência individuais com Aquilo que o guiará além dos cinco agentes de *maya*: a ilusão da mente de ser limitada em poder, conhecimento ou pelo tempo, *karma* e desejos.

Ao concluir a sua sessão de prática, você pode facilitar a equanimidade nas horas seguintes, repetindo “Que a Sua vontade seja feita, não a minha”. Esta equanimidade é o meio de entregar a perspectiva egoísta à perspectiva do Testemunho. Embora as experiências e *insights* especiais obtidos pelo jogo destas várias *shaktis* possam fornecer direção e motivação, eles são limitados pela necessidade da mente de participar. Portanto, é somente quando você se entrega ao desejo, ou mesmo à necessidade deles, que a mente se aquietará no *samadhi*, e você se aproximarará do destino de uma realização do Eu contínua e estável, *asamprajnata samadhi*. Ao entrar repetidamente no silêncio, as “sementes” de desejos subconscientes, apego e aversões são liberadas e entregues à luz da Autoconsciência. Quando esse processo de purificação do subconsciente estiver completo, haverá o *samadhi* “sem sementes”, *nirbija*. Até então, todas estas experiências podem servir como indicadores ao longo do caminho. Não se satisfaça com eles, por mais agradáveis ou interessantes que possam ser! Continue avançando, continuando a soltar.



## 3

# Vairagya – A Prática do “Deixar Ir”

*Por MG Satchidananda*

“Pela prática constante (*abhyasa*) e com desapego (*vairagya*), surge o cessar da identificação com as flutuações da consciência.” - *Yoga Sutra I.12*.

“O desapego é o emblema do domínio de alguém que vê e ouve um objeto sem desejo.”

*Yoga Sutra, I.15*

O processo de liberar o Eu é o de abandonar a identificação arraigada, o apego e a aversão que reforçam nosso senso de separação, que revestem nossa falsa personalidade com uma aparência de

permanência. A realização de nossa essência, de nossa totalidade e liberdade inatas, surge quando a separação do ego se dissolve. Embora poucos possam fazer isso imediatamente, a prática do *vairagya*, ou desapego, facilitará isso. Existem três níveis em que podemos praticar o “deixar ir”:

1. Deixar ir a tensão no corpo. Você pode fazer isso escaneando o corpo, percebendo onde sente tensão ou desconforto e, enquanto se concentra nesses lugares, respirando profundamente, tornando a expiração muito mais longa do que a inspiração. A prática de uma das 18 posturas, seguida de relaxamento deitado de costas após cada uma delas, também liberará a tensão física.
2. Deixar ir o desejo, incluindo seus produtos: aversão, preocupação, apego, expectativa. Você pode fazer isso no início da sua sessão de meditação repetindo a sua intenção, ou *sankalpa*, para deixar de lado todas as coisas que você tem que fazer e não se permitir ser distraído. Durante a sessão, renove a intenção sempre que se encontrar sendo atraído por elas novamente. Cada vez que você deixar ir um desejo ou outro, diminuirá o controle que os desejos têm sobre você. Você se tornará consciente de quão abrangentes eles são, como os impulsos distraem. Você desenvolverá o poder de se concentrar na vida cotidiana.
3. A terceira etapa do *vairagya* está no nível sutil de deixar ir seu apego em ser um pensador, alguém que se identifica com pensamentos e desejos. Em vez disso, você se identifica com o observador, o observador dos pensamentos que surgem e desaparecem. Você observa pensamentos e emoções sem ser afetado por eles. Eles são como nuvens no céu. O céu não é afetado pelas nuvens. Você também não é afetado por pensamentos e emoções. Tornar-se o observador de pensamentos e emoções envolve mudar sua perspectiva, tornando-se consciente da Consciência. O céu da Consciência é espaçoso e cheio de luz. Você pode deixar os pensamentos estarem lá sem ser pego por eles. Seu objetivo e intenção na prática de deixar ir não é simplesmente indulgenciar em sonhos, nem os fazer parar, mas perceber de onde todos os pensamentos e emoções passageiros emanam e para onde todos eles vão quando desaparecem. Você não deve encorajá-los nem os reprimir. No espaço tranquilo do desapego, você se lembra de permanecer como seu observador, desinteressado, livre e em paz como Aquilo, o fundamento de tudo.

Ao deixar ir, você perceberá que pode “Ser como você é e permanecer como o Eu”, nas palavras de Ramana Maharshi. Não há necessidade de experiências especiais. Apenas torne-se consciente daquele que vê e sabe. Pode ser útil permitir que a mente pense em si mesma como composta por duas partes: uma parte ativa que muda e cresce com as experiências ao longo dos anos, e uma parte passiva que não o faz, que é uma Consciência constante, que é a mesma, não importa qual seja a sua idade. Você pode experimentar isso como uma consciência desapegada, o observador dos pensamentos e ações.

Se você continuar a “deixar ir” o seu interesse nos movimentos mentais, você se tornará cada vez mais consciente do que está consciente. Isso se revela como uma imensa expansão do ser. Várias tradições orientais descrevem a nossa consciência/energia interna como uma forma contraída da grande Consciência/energia universal que subjaz, cria e sustenta todas as coisas e na qual todas as coisas desaparecem. Ela é referida como “Amplitude”, “consciência universal”, “o Coração”, “o campo quântico” e Deus. Essa inteligência criativa passa por estágios referidos como *tattvas*, princípios da

Natureza, à medida que desce do seu estado de liberdade e poder completos, ao se tornar o mundo mental e material, ao se contrair nas formas dos objetos da percepção. Portanto, quando você começa a se concentrar em objetos, incluindo pensamentos, você perde o contato com a vastidão subjacente interior. Porque pensamentos, sentimentos e sensações preenchem constantemente a nossa consciência quase a cada momento de sua vida, você raramente vê o oceano de Consciência dentro de si.

O processo de purificação do Yoga é deixar ir os apegos e aversões que o mantêm preso, a perspectiva contraída do egoísmo, identificado com o que é apenas uma série passageira de flutuações mentais.

“Yoga é o cessar da identificação com as flutuações que surgem dentro da Consciência.” E “Então ‘Aquele que Vê’ permanece em sua própria forma verdadeira.” - Yoga Sutras I.2-3.

Quem é “Aquele que Vê”? Quem é aquele que está observando sua experiência? Em vez de tentar encontrar “Esse que Vê”, o conhecedor ou o Observador, tenha a sensação de que você é o conhecedor, você é “Quem vê” você é o Observador. À medida que você faz isso, os pensamentos se movem para o fundo e a Consciência se move para o primeiro plano.



## 4

# Nova Acharya de Xangai - Tara

Em 18 de junho de 2023, a comunidade de iniciados em Kriya Yoga em Quebec deu suas bênçãos pessoais a Yan Gao quando ela se comprometeu servir à missão de Babaji como nova integrante da Ordem dos Acharyas de Kriya Yoga de Babaji durante uma cerimônia comemorativa ao final de uma segunda iniciação e retiro. Como Acharya, ela recebeu um novo nome, “Tara,” que significa “Estrela” ou “Salvadora,” e nos Tantras, “Mãe Divina”. Após três meses de residência no ashram de Quebec, durante os quais ela ensinou a primeira iniciação em inglês e francês, com M. G. Satchidananda, ela retornou à sua casa em Xangai, China. Ela planeja oferecer seminários de iniciação em vários lugares na China. Nos últimos anos, ela já traduziu e publicou várias de nossas publicações e vídeos, bem como o curso por correspondência. Ela também criou uma versão em chinês do nosso site.

Sobre si mesma, ela escreveu: “Desde a infância, sempre me perguntei qual era o significado da vida. Uma pessoa nasce, cresce de criança para adulto (geralmente passando por



todos os tipos de problemas), casa-se e tem filhos, e finalmente morre após um certo período. Onde está o significado disso tudo? A resposta não veio para mim durante a adolescência. A vida continuou e eu fiquei ocupada, mas a pergunta sempre esteve lá, e sentimentos de insatisfação, de falta de sentido se insinuavam nos recessos da minha mente, não importando o quanto boa a vida parecesse no momento. Os livros de Nan Huai-Chin (Mestre Chinês do Budismo) foram uma verdadeira revelação para mim. A verdade contida neste livro ressoou profundamente comigo. Comecei a procurar um caminho e fui orientada para o Kriya Yoga de Babaji (iniciado por Satchidananda) e a naturopatia em 2016. Cheguei à conclusão de que nossos talentos e forças nos foram dados com o propósito de servir aos outros. Percorrer o caminho nós mesmos e, em seguida, iluminá-lo para os outros, também nos ajuda a superar nossas fraquezas. Como tanto o Kriya Yoga quanto a Naturopatia me ajudaram muito fisicamente, mentalmente e espiritualmente, sinto-me inspirada a compartilhar esses conhecimentos e experiências com outros buscadores da verdade.”



## 5

# Ordem dos Acharyas da Kriya Yoga de Babaji: Relatório Anual e Planos para 2024

AJUDE-NOS A LEVAR A KRIYA YOGA DE BABAJI  
A PESSOAS COMO VOCÊ AO REDOR DO MUNDO!

Para a Ordem dos Acharyas, agora é um bom momento para receber doações. Sua contribuição possibilitará a continuidade do projeto de levar a *Kriya Yoga* de Babaji até pessoas que não poderiam recebê-la de outra forma.

**Nos últimos 12 meses, desde setembro de 2022, os membros da Ordem de Acharyas realizaram as seguintes ações:**

- > Trouxeram mais de 100 seminários de iniciação para mais de 900 participantes que vivem em 18 países, incluindo Brasil, Índia, Sri Lanka, Malásia, Japão, Estônia, Espanha, Alemanha, França, Itália, Áustria, Suíça, Bélgica, Australia, Costa Rica, Bulgária, Estados Unidos e Canadá.
- > Patrocinaram e ajudaram a organizar satsangs on-line semanais via zoom na Índia, América do Norte, Brasil, Alemanha, Sri Lanka e França, e reuniões diárias de sadhana via zoom na Índia.

- > Mantiveram um ashram e escritório de publicações em Bangalore, Índia. Publicaram e distribuíram a maioria de nossos livros e audios por toda a Índia.
- > Mantiveram um ashram em Badrinath, Índia. Contrataram uma nova equipe lá. Financiaram a construção de um novo ashram em Colombo, Sri Lanka.
- > Publicaram os livros “Babaji e os 18 Siddhas” e “A Voz de Babaji” em Kannada.
- > Patrocinaram aulas públicas gratuitas semanais de Kriya Yoga de Babaji e eventos de kirtan no ashram de Quebec.
- > Organizaram uma peregrinação de 24 pessoas para o ashram de Badrinath
- > Completaram o treinamento de uma nova acharya, Yan Gao de Xangai, China

**Nos anos de 2023 a 2024, a Ordem dos Acharyas planeja:**

- > Levar os seminários de iniciação para a maioria dos países mencionados acima.
- > Conduzir asanas públicas e aulas de meditação quinzenais gratuitas em nossos ashrams em Quebec, Bangalore e Sri Lanka.
- > Financiar a construção de um novo ashram em Colombo, no Sri Lanka, que deverá ser concluído por volta de novembro de 2023.
- > Publicar o livro Babaji e os 18 Siddhas em Malayalam; o volume 3 de A Voz de Babaji, e o livro Kailash em Hindi.
- > Completar o treinamento de novos acharyas na Alemanha.

Os 35 acharyas voluntários da Ordem, e muitos outros organizadores voluntários, precisam do seu apoio para cumprir este programa para o ano de 2023-2024. Sua contribuição é dedutível no imposto de renda no Canadá e nos Estados Unidos da América. Envie-a até 31 de dezembro de 2023, se possível, e encaminharemos um recibo para a sua declaração de imposto de renda de 2023. Use seu cartão de crédito!

Nosso trabalho é inteiramente financiado com sua contribuição. Muitas pessoas em todo mundo que querem receber iniciação. Enviaremos nossos acharyas quando tivermos os fundos necessários para pagar despesas de viagens.



# 6

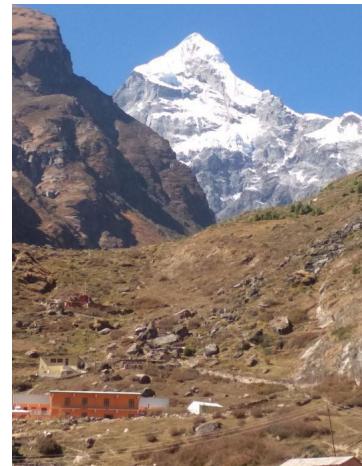
## Notícias e Notas

- Iniciações no fim de semana de 12 a 14 de maio de 2023
- Acharya Kriyanandamayi deu iniciação a 37 novas pessoas e 18 repetidoras em Kuala Lumpur, Malásia.
- Acharya Gurudasan deu iniciação a 35 novas pessoas em Lonalva, Maharashtra, Índia. Eles estão no centro dessas fotos.
- Seminários de iniciação com M.G. Satchidananda no Ashram de Quebec em 2023 (Em inglês):

1<sup>a</sup> iniciação: 1-3 setembro; 2<sup>a</sup> iniciação: 23-24 de junho e 13-15 outubro; 3<sup>a</sup> iniciação: 21-30 julho. (Em francês): 1<sup>a</sup> iniciação 8-10 setembro, 2<sup>a</sup> iniciação: 16-18 junho; 3<sup>a</sup> iniciação: 30 junho - 9 julho.

- *Teacher Training de Kriya Hatha Yoga no Ashram de Quebec*: De 3 a 18 de agosto de 2023. Aprenda como fazer sua prática de *Kriya Hatha Yoga* de Babaji profundamente espiritual! Desenvolva a confiança e a competência para poder compartilhá-la com outras pessoas. Detalhes aqui: [https://www.babajiskriyayoga.net/english/pdfs/events/hytt\\_quebec\\_2022.pdf](https://www.babajiskriyayoga.net/english/pdfs/events/hytt_quebec_2022.pdf)

- Peregrinação para Badrinath, Índia com MG Satchidananda, 14 de setembro a 2 de outubro 2023: <https://www.babajiskriyayoga.net/english/Pilgrimages-himalayas.htm>



- **O 100º Aniversário do nascimento de Yogi S.A.A. Ramaiah em 9 de maio, 2023** - Convido a todos os nossos leitores a contemplar a vida de *Yogiar*, e como ela contribuiu para sua própria vida, lendo o ensaio biográfico escrito por Satchidananda em 2005, 18 meses antes de seu *mahasamadhi* (saída consciente do corpo físico por um iogue realizada na hora da sua morte), no Gurupurnima de 12 de julho de 2006: [https://www.babajiskriyayoga.net/portuguese/articles/art\\_25\\_ramaiah.php](https://www.babajiskriyayoga.net/portuguese/articles/art_25_ramaiah.php)

- **Reuniões de *satsang on-line***, aulas de *Yoga*, perguntas e respostas. Muitos de nossos *Acharyas* estão oferecendo seu apoio aos iniciados e não iniciados por meio de aulas de *Hatha Yoga* em *streaming on-line*, bem como reuniões de *satsang* por meio de plataformas, como o *Zoom*. No entanto, outras técnicas de *Kriya Yoga* que são ensinadas durante os seminários de iniciação não podem ser compartilhadas nestes eventos. Seu objetivo é encorajar os participantes a meditar e, também, inspirar. As perguntas dos iniciados sobre as técnicas de *Kriya Yoga* serão respondidas apenas em um ambiente personalizado, onde a confidencialidade é garantida, seja por *e-mail*, telefonema ou pessoalmente.

- **Use o *Zoom*** para participar de aulas *on-line* de *Kriya Hatha Yoga*, meditação e reuniões de *satsang*. Assista as gravações de 2020 a 2021 em [patreon.com/babajiskriyayoga](https://patreon.com/babajiskriyayoga)

- **Satsang internacional para iniciados:** Todo primeiro domingo do mês. 13:30 GMT+1 (15:00 Hora da Europa Central; 9:30 hora de Montreal) duração: 60 a 120m. *Sadhana* em grupo guiado aos domingos. *Satsang Diário – Kriya Yoga de Babaji Sri Lanka*: Todos os dias (segunda a sábado) 11:30 GMT (17:00 hora padrão da Índia. Para mais detalhes: [https://kriyababaji.it/babajiskriyayoga\\_online\\_satsang/](https://kriyababaji.it/babajiskriyayoga_online_satsang/).

**Em São Paulo, Brasil:** para iniciados: *satsang* todos os dias, 18h30. (Fuso Horário de São Paulo). Aula de *Hatha Yoga* todas as sextas-feiras, às 8h, para todos. Para acessar: <https://uso2web.zoom.us/j/5184926117?pwd=UnFVWmdSZC9PKoJoNoxPTGMxd3pSQT0g>

ID: 518 492 6117 Senha: babaji

**Em Flor das Águas, Cunha, Brasil:** segunda a sexta: 6h30 às 7h30: *Kriya Hatha Yoga* e *asanas* de *Yoga* clássico: 7h30 às 8h10: *Pranayama*, meditação, leitura e mantras védicos. Em português. Contato: [fabifsamorim@hotmail.com](mailto:fabifsamorim@hotmail.com)

- **Na Índia:** domingo *satsang*. 12h00 GMT+1 (14h00 CET), com duração de 60 a 90 minutos. [https://www.babajiskriyayoga.net/english/pdfs/events/english\\_Intl-satsang-infotext-suday.pdf](https://www.babajiskriyayoga.net/english/pdfs/events/english_Intl-satsang-infotext-suday.pdf)

- **Visite nosso site** de comércio eletrônico [www.babajiskriyayoga.net](http://www.babajiskriyayoga.net) para comprar com seu VISA, American Express ou Mastercard todos os livros e outros produtos vendidos pelas Publicações de *Kriya Yoga* de Babaji, ou para doações à Ordem dos *Acharyas*. As informações do seu cartão de crédito são criptografadas e mantidas em segurança. Confira!

- **Inscreva-se no curso por correspondência**, A Graça em *Kriya Yoga* Babaji. Junte-se a nós nesta aventura de auto-exploração e descoberta, extraída dos livros ditados por Babaji em 1952 e 1953! Receba pelo correio, todos os meses, uma lição de 18 a 24 páginas desenvolvendo um tema específico, com exercícios práticos. Para detalhes acesse aqui: [http://www.babajiskriyayoga.net/english/bookstore.htm#grace\\_course](http://www.babajiskriyayoga.net/english/bookstore.htm#grace_course)

- Visite o blog da Durga. [www.seekingtheself.com](http://www.seekingtheself.com)

**Aviso aos assinantes do Jornal de Kriya Yoga:** o jornal será enviado para todos que tiverem um endereço de e-mail. Solicitamos que todos nos informem seu endereço de preferência para o qual desejem receber-lo e, se estiverem usando um bloqueador AntiSpam, que coloquem nosso endereço de e-mail [info@babajiskriyayoga.net](mailto:info@babajiskriyayoga.net) na lista de exceções. Será enviado formatado com as fotografias em arquivo PDF anexo, e poderá ser lido usando o Adobe Acrobat Reader. Caso contrário, poderá ser reenviado mediante solicitação em arquivo Word, não formatado e sem fotografias. Se você não renovar antes do final de setembro de 2023, poderá não receber a próxima edição.

