



Notícias do Mestre	2
Seminário latino-americano na Índia	5
Atividades nos centros da América Latina	
Brasil	12
Chile	12
Guiana Francesa	13
Martinica	14
Calendário de eventos	15

Seja Sempre Afetuoso

Trechos da palestra do Mestre no Basant Panchami, 15 de Fevereiro de 2013, Manapakkam, Chennai

“O ego é a barreira mais problemática e quase impossível de superar em nosso caminho espiritual.

Então, cuidado ao usarem seus egos; em ostentarem a sua educação ou o seu domínio; cuidado em serem grosseiros com os outros, pouco generosos com os outros. Deem o máximo que puderem, não apenas coisas materiais, mas seus corações.

Nunca fale uma palavra áspera. Nunca! Seja sempre afetuoso. Porque não é você quem ama, é o amor Dele que flui através do seu coração. E se você não permitir que ele flua através do seu coração, você está se condenando a uma vida desamorosa, uma vida sem amor. É como um rio que não tem água. Qual é a sua utilidade? O leito seco do rio não tem nenhuma utilidade. Se você pode ver o leito do rio; então, onde está a água?

Assim, quando existe ego, não existe amor, existe apenas a, assim chamada, concentração total em si mesma, egoísta, autodominante, cheia de poder, odiosa, incapaz de mostrar seu coração aos outros. Portanto, as pessoas dizem que ele é um homem sem coração, ou ela é uma pessoa sem coração. E uma pessoa sem coração não vai a lugar algum. Um rio seco



não vai a lugar algum, é a água do rio que vai para algum lugar - para o oceano.

Portanto, repito mais uma vez, cuidado! Cuidado com não amar. Isso não significa você amar apenas sua esposa ou seus filhos ou sua família; isso significa amar todos, sem diferença. Como corre o rio - a água está disponível para o rei e para o mendigo.

Eu não sei como alguém pode fazer amor. Deus é amor. Ele não faz amor, Ele é. Quando permitimos que o amor flua através de nós, também nos tornamos amor – sem identidade, sem diferenciação de forma, de cor, de raça. Como dizemos no Sahaj Marg, não há distinção de cor, raça, casta, sexo, nada! Partimos do princípio de que todos somos um; e pelo desenvolvimento da capacidade de abriremos nossos corações, tal qual uma inundação, podemos crescer progressivamente, para de alguma maneira sermos como a Divindade, de onde tudo flui.

A única lei da vida é: deixe o amor fluir através de você para todo mundo.

Esta é a nossa jornada - de um coração petrificado, que você não abre nem com dinamite, para um coração humano, terno, que permite que tudo flua através dele.

Então, esse é o nosso destino. E no dia de hoje, que parece estar especialmente abençoado, oro para que todos vocês alcancem esse destino.

Notícias do Mestre

Fonte: Ecos da Índia – março 2013

Durante o mês de janeiro, o Mestre permaneceu em Gayatri, seguindo sua rotina normal. No período de 22 de janeiro a 5 de fevereiro, o Mestre viajou a Trichy, Thanjavur e Villupuram. Ele chegou em Trichy no dia 22 de janeiro, conduziu o satsangh no dia 23 e conversou com os preceptores, sobre como dar sittings. No dia 26, após o satsangh, ele deu uma palestra sobre fraternidade; enfatizou a importância da vida em harmonia e a urgência de se priorizar o tempo para meditar.

O Mestre partiu para o ashram de Thanjavur no dia 30 de janeiro.

Após conduzir o satsangh, por aproximadamente 50 minutos, ele deu uma palestra em Tamil, disse que sua doença atual nos concedeu a bênção de recebermos diariamente uma mensagem de Babu-

ji Maharaj (Sussurros do Mundo Luminoso), as quais têm beneficiado todos os que as leem.

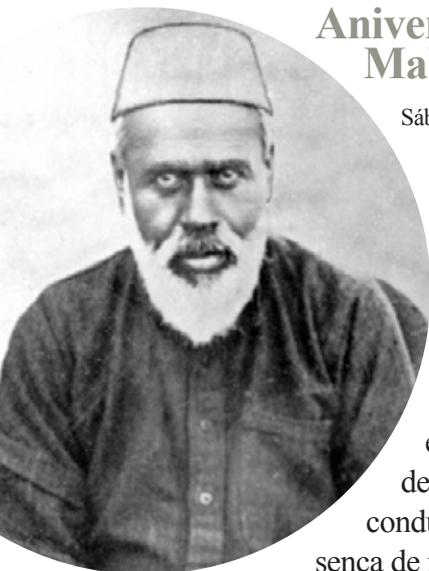
“Deus nos dá um dom e alguns problemas juntos. É nosso trabalho superar esses problemas usando nossos dons. É característica da mente evoluída não pensar antecipadamente; ela age exatamente no momento presente. É apenas a mente educada intelectualmente que pensa com antecedência, planeja etc.” (Chariji)

Glimpses

Sahaj Sandesh No: 2013.15 Terça-feira, 19 de março de 2013

O mais recente capítulo de "Glimpses", cobrindo várias atividades do Mestre no mês de fevereiro, já pode ser visto no site da Missão, clicando no link a seguir:

<http://www.sahajmarg.org/glimpses>



Aniversário de Lalaji Maharaj - Trichy

Sábado 02 de fevereiro de 2013

No aniversário de nascimento de Lalaji Maharaj, o Mestre veio ao ashram em Trichy, para conduzir o satsangh. Ele cumprimentou todos ao longo do caminho, da entrada principal até a sala de meditação, e, em seguida, conduziu o satsangh, com a presença de mais de 1.000 abhyasis.

Chariji realizou dois casamentos; e uma nova mensagem de ‘Sussurros’ foi lida pelo irmão P.R.Krishna.

Falando sobre o idioma em que a mensagem foi recebida, o Mestre disse que ela pode ser recebida por qualquer pessoa, desde que essa pessoa esteja em sintonia com a frequência, e a mensagem recebida será na linguagem do coração. O ‘Sussurros’ lido enfatizou a importância dessas ocasiões especiais dos aniversários de nascimento de nossos Mestres (Bhandaras), e do efeito que têm sobre os abhyasis.

No domingo, 03 de fevereiro, o Mestre conduziu um satsangh de curta duração; e como ele estava um pouco cansado, disse que não seria capaz de dar uma palestra. Considerando que sua saúde sofreu um revés, o Mestre decidiu voltar para Chennai um dia antes do programado. Ele deixou Trichy, por rodovia, às 11 horas, na terça-feira, 05 de fevereiro, e no caminho ainda parou em Villupuram.

Basant Panchami

Babuji Memorial Ashram – Manapakkam – Chennai

15 de fevereiro de 2013

O Mestre parecia bastante fraco e cansado pela manhã, mas ficou pronto antes mesmo do horário previsto. Ele conduziu o satsangh da manhã, no ashram, após o que começou a chover forte. O Mestre deu uma palestra lembrando a todos do dia auspicioso e o propósito da descida de Lalaji Maharaj na Terra. Disse que quando o satsangh começou, ele não sabia que choveria, mas choveu. A chuva é bem-vinda porque é auspiciosa em tal ocasião.



Lançamento do “Sussurros do Mundo Luminoso” – 5ª Revelação

Sahaj Sandesh No: 2013.13 , 14 de março de 2013

“Queridas irmãs e irmãos,

Como sabem, ‘Sussurros do Mundo Luminoso - a 5ª Revelação’ será lançado em 30 de abril de 2013, durante as comemorações do aniversário de nascimento do venerável Babuji Maharaj, em Tiruppur. A pré-reserva para esta publicação muito especial já começou, e como há pouco tempo, a partir de agora até a data de lançamento, solicita-se que os abhyasis reservem as suas cópias, o mais breve possível, para garantir que recebam-na a tempo.”

Aniversário de Babuji Maharaj

A Bhandara de Celebração será em Tiruppur – Índia – de 29 de abril a 1º de maio de 2013



Towards Infinity

Chennai, Monday, 18 February 2013
10:32:34 AM

*Dear brothers and sisters,
I invite you to participate in my Beloved Master's Birth Anniversary Celebration, to receive His blessings on the auspicious occasion. The celebration will be held at Tiruppur and will commence on the 29th of April and end on the 1st of May.*

*With Love and Master's Blessings.
P. Rajagopalachari*

“Queridos irmãos e irmãs,

Convido vocês a participarem das celebrações do aniversário de nascimento do meu Amado Mestre, e para receberem suas bênçãos, nessa auspiciosa ocasião. As celebrações serão em Tiruppur, durante o período de 29 de abril a 1º de maio.”

Com amor e as bênçãos do Mestre,
P. Rajagopalachari

Preparando-se para a Bhandara

Sahaj Sandesh No: 2013.12 Sábado, 9 de março de 2013

Conforme as próprias palavras do venerável Mestre: “(a Bhandara) É como tomar banho nas águas mais frias de um Sarovar (Lago), o que permite a renovação espiritual do abhyasi que se banha nele, que realmetne se afoga nele, caso isso seja possível.”

Reservemos um tempo para nos preparar para oferecer ao nosso Amado Babuji Maharaj o presente de aniversário mais belo: um coração disposto, aberto e amoroso que esteja ansioso para receber o que ele quer nos dar em Seu imenso Amor. As celebrações são uma oportunidade Divina para recebermos o Maná (alimento espiritual que vem do alto) e para mergulhar neste Sarovar muito especial.

Preparando-nos espiritualmente

Para obter o pleno benefício espiritual das celebrações, devemos nos preparar com meses de antecedência e aumentar a intensidade da nossa Sadhana para participar da Bhandara com fervor.

- Façamos a nossa prática individual de forma disciplinada.
- Façamos regularmente os sittings individuais e participemos dos satsanghs de domingo.
- Vamos refletir sobre o propósito de participar de uma Bhandara, lembrando que o Ashram é um lugar onde nosso progresso espiritual é apoiado por um ambiente que foi criado especialmente para promover o nosso crescimento espiritual, sendo um lugar para o rejuvenescimento do verdadeiro Eu.



Seminário Latino-americano

Babuji Memorial Ashram – Manapakkam – Chennai – Índia. 09/02 a 17/03/2013

‘Amor e Rendição’



1 50 abhyasis da América Latina e 750 das regiões de língua russa se reuniram para um seminário, no Babuji Memorial Ashram, em Manapakkam – Chennai - Índia.

Apesar de todos participarem juntos das diferentes atividades, o trabalho de refinamento parecia acontecer em nível individual, de forma independente. O Amor do Mestre cobriu todo o ashram.

Os abhyasis foram convidados à introspecção sobre a visão do Mestre e em como conduzir a vida em sintonia com essa visão.

Os participantes receberam uma série de palestras interessantes e inspiradoras, dadas pelos irmãos Kamlesh Patel, A.P. Durai, C. Rajagopalan, P.R. Krishna, Bill Waycott, Samir Singh e N.S. Nagaraja. As palestras foram sobre vários temas: Amor e Rendição, Princípios Divinos, Serviço é Vida, O Espírito do Sahaj Marg e Sahaj Marg na Minha Vida.

Os participantes das duas diferentes regiões se interagiram, e isso resultou em alguns projetos culturais em conjunto. Jovens de ambos os continentes gravaram uma canção e a presentaram ao Mestre.

No dia 9, o primeiro dia do seminário, o Mestre veio

ao ashram e aproveitou para verificar a reforma de sua casa, tendo sido afetado pela poeira. Então, ele pediu aos abhyasis que fossem para o dormitório A, onde ele conduziu um satsangh de curta duração; depois, se desculpou, e partiu imediatamente para Gayatri, sua residência fora do ashram, no centro de Chennai.

Após a saída do Mestre, o irmão Kamlesh Patel falou para o grupo, enfatizando os benefícios da interiorização, o interior nos ensina como fazer melhor, ele disse. Aproveitem essa atmosfera privilegiada, criada dentro do ashram durante o seminário. Tudo é melhor, mais intenso e mais profundo durante um seminário. Pratiquem, comprovem, aproveitem ao máximo essa atmosfera dentro do ashram. Não percam a conexão, mantenham-se permanentemente conectados, mesmo enquanto caminham pelo ashram. Uma maneira fácil de manter a conexão é lembrar-se do que foi sentido mais profundamente, e tentar manter essa lembrança, essa condição. Esse é um exercício fácil de fazer durante o seminário.

Que o Mestre nos permita receber e levar para casa essa condição. Por favor, tentem!

No dia 10, domingo, o satsangh das 9h foi condu-

zido pelo irmão Kamlesh Patel. Após o satsangh ele abençoou vários casamentos. Às 10h30 os participantes foram convidados a descer para o dormitório A, a fim de assistirem à palestra dada também pelo irmão Kamlesh.

Diariamente, o grupo participava de três satsanghs (6h30; 9h e 17h). Assistia a uma palestra, em inglês, no Dormitório A, às 10h30, com duração aproximada de uma hora e meia; para os abhyasis latino-americanos, que não entendiam inglês, essa palestra era traduzida às 14h, em três idiomas: francês, espanhol e português.

A alimentação era servida rigorosamente nos horários: às 7h30, café da manhã; almoço às 12h30 e jantar às 19h30. A cantina ficava disponível para venda de alimentos durante todo o dia, das 6h30 às 20h30.

Às 21h os abhyasis faziam, individualmente, a Oração Universal. Às 21h30 o sino tocava, anunciando que às 22h as luzes internas do ashram seriam desligadas, para o repouso do grupo. O sino tocava novamente às 5h, para que os abhyasis pudessem fazer sua meditação matinal e se preparar para o primeiro satsangh, às 6h30.

O ashram ficou liberado apenas para os participantes do seminário (latino-americanos e russos), e para a turma do Scholarship Training, em torno de 1000 abhyasis ao todo. Mas aos domingos e durante as celebrações do Basant (15 e 16 de fevereiro) os portões do ashram foram abertos para todos os abhyasis visitantes.

No último dia - 17 de fevereiro, o Mestre conduziu o satsangh; depois convidou todos os participantes para o café-da-manhã com ele. Foi um presente muito especial.

Pequeno programa cultural foi apresentado ao Mestre; uma dança folclórica russa e um mix de músicas nos diferentes idiomas dos participantes do seminário. O Mestre partilhou novamente sua sabedoria, dizendo que o Universo é um eterno começo. Ele inspirou a todos citando ‘Sussurros’ recentes, que afirmaram que há alguns abhyasis do Sahaj Marg que já atingiram o objetivo final, durante esta vida. Ele trouxe a esperança de que cada um de nós tem uma chance, uma oportunidade e um guia, para alcançar o mesmo, durante o desenvolvimento de amor e renúncia, como principais qualidades espirituais.



Seminário com o Mestre – 8 a 14 de fevereiro, 2013

Danielle Balin, Guadalupe

“Em 2 de fevereiro, deixei Guadalupe com o coração ansioso para encontrar novamente meu Mestre, meus irmãos e estar na atmosfera do ashram. Cheguei em 5 de fevereiro, sem qualquer outra expectativa que não fosse a de viver este momento plenamente, esta oportunidade espiritual com três meditações diárias, incluindo palestras.

Ao retornar de sua viagem, em 9 de fevereiro, o Mestre nos visitou no ashram e conduziu o satsangh às 09:00. Após o satsangh, eu estava repleta daquela presença, sem qualquer emoção, mas com a sensação de ter visto o nosso Mestre no dia anterior.

Começamos o seminário com o treinamento de facilitadores, que nos levou para momentos pro-

fundos de introspecção, além de compartilhar e de ouvir os outros. As palestras dos irmãos Kamlesh, Durai, Krishna e Jacky nos iluminaram. Os cinco dias seguintes do seminário foram para mim uma série de momentos de experiência, exploração e internalização.

Eu pude experimentar a condição da atmosfera do ashram, seguindo a recomendação do irmão Kamlesh. Ele recomendou entrar em contato com ela, sentindo-a e mantendo-a internamente durante a nossa estadia, enquanto meditava e trocava sittings.

Um pensamento surgiu depois de um dos satsanghs: "Você está no lugar certo! Apenas pratique e uma vontade sincera vai levá-la para o mais alto nível".



Seminário latino-americano

Louisianne Mafoula, Martinica

“Minha viagem para a Índia foi um presente maravilhoso. Graças ao meu preceptor. O fato de participar do Seminário Latino-Americano em Manapakkam me encheu de alegria. Aqui estou eu com meu Mestre, pela primeira vez, com a cereja no bolo do meu aniversário e meu período de sete anos no Sahaj Marg.

Tendo chegado ao ashram às 4h30, do dia 05 de fevereiro, tivemos que esperar antes de ir para o dormitório. A irmã Martine, que já estava lá, nos ofereceu um chá chai, que foi bem apreciado. Respirei o ar da Índia. Estranho, me sentia como se estivesse em casa, e eu estava realmente em casa. Essa viagem foi cheia de descobertas. Primeiro, a atmosfera do ashram: sutil e agradável, a ponto de não querer deixá-lo; em seguida, surpreendentemente, até mesmo minha meditação era melhor e agradável. Aprofundei-me durante cada uma delas e me senti mais leve o tempo todo. Minha mente estava tranquila e gostei disso. Gostava da paz e da serenidade da casa do meu Mestre. Realmente, esse lugar é carregado com uma energia que nos invade totalmente.

Na chegada, tivemos três dias intensos e interessantes de Treinamento de Facilitadores. Saí enriquecida com ferramentas que, não somente posso usar para ampliar a consciência do sistema Sahaj Marg, como também para usar em minha vida diária. Logo depois, o seminário começou.

O tempo voou entre os satsanghs, sittings, reuniões com a Encarregada de Zona (uma senhora com a mente esclarecida e com senso de humor), palestras, prática pessoal e refeições. Os dias foram preenchidos com todos os tipos de atividades. Nós nos envolvemos em pequenas tarefas, como varrer o chão da sala de meditação e fazer pão; e fizemos tudo isso com alegria.

Durante nossa visita, a casa do Mestre estava em construção e, infelizmente, ele tinha que ficar em Gayatri. Alguns de nossos irmãos ajudaram no trabalho de construção. Sua primeira visita me encheu de alegria e emoção. Apesar do cansaço, ele estava presente. Ele conduziu um satsangh. Foi sutil. Ele nos deu o dom de sua presença no dia anterior à nossa partida. Após

o satsangh fomos autorizados a oferecer-lhe os presentes que trouxemos. Consegui chegar perto dele. Mas não senti nada, apenas um vazio total, sem emoção, nada. Ele estava feliz em saber que a Martinica estava presente; era visível em seu rosto e em sua voz, quando ele nos falou. Tenho a impressão de que ele não só ocupou o espaço onde estávamos mas mesmo além dele. É como se ele estivesse aqui e além da nossa dimensão ao mesmo tempo. Ele sorriu. É um sentimento que ainda tenho em mim, ainda hoje. Esse sentimento me impressionou profundamente. A força pacífica e a serenidade que emana do irmão Kamlesh também me impressionou.

Tivemos o prazer de ouvir as palestras de nossos irmãos Kamlesh, Krishna, Jacque Barrouch e outros. Fomos iluminados por cada um deles, e todos estávamos preenchidos com amor e humor. Fiquei espantada com o fato de que não usam qualquer anotação, mas comunicam sem hesitação, apesar do longo tempo de suas palestras. Tudo saía naturalmente e com honestidade. Eles falavam com palavras simples, que iam direto para os nossos corações, como se soubessem o que precisávamos naquele momento particular. De qualquer forma, essa foi a minha sensação.

Não sei como dizer, mas foi maravilhoso, até mesmo os momentos difíceis que experimentamos lá foram maravilhosos. Também encontrei muitos irmãos e irmãs atenciosos.

Infelizmente, era hora de voltar para casa. Senti uma mistura de alegria por encontrar minha família e de tristeza por deixar aquele lugar. A beleza, a atmosfera, não consigo parar de repetir isso, o torna um lugar excepcional no universo.

Desde então, uma grande alegria habita meu coração e vou fazer o que for preciso para mantê-lo assim. Estou trabalhando neste momento e isso funciona. Por sua Graça isso acontecerá. Muito obrigada a todos os irmãos e irmãs, que também fizeram o seu caminho para participar dessa viagem que nunca vou esquecer.

Minha gratidão ao Mestre pelo presente que ele deixou no íntimo do meu coração.”



“Sem humildade, não podemos nem respirar o ar da espiritualidade.” – Kamlesh Patel

“Mantenha o Mestre em seu coração, que é o lugar mais seguro para ele. Dedique tempo com preceptores e abhyasis.” – Master

O Sahaj Marg é o caminho do coração. Nós não podemos entendê-lo com nosso intelecto. Trata-se de sentir e não de pensar!

Ika Nakamura – 14/02/2012 – 14 h

- **Por que estou aqui na Índia?**
- **O que eu estou procurando no Sahaj Marg?**
- **O que é para mim o objetivo da vida humana?**

“É importante dedicar tempo pensando sobre essas questões, introspectando e respondendo-as com o nosso coração. O Mestre, em seu discurso recente de Ano Novo, disse que o objetivo da vida humana é a evolução. E a nossa evolução depende de duas coisas: da nossa prática diária e do nosso trabalho em nós mesmos, em nosso caráter. O Mestre prometeu que, se fizermos a nossa pequena parte, o progresso espiritual é assegurado por ele. Moldando o nosso caráter, tentamos desenvolver as qualidades humanas e espirituais, das quais os Mestres têm falado, e que para mim estão todas englobadas nas nossas Dez Máximas.

Embora a prática mecânica seja melhor do que nenhuma prática, a prática verdadeira exige o coração. O Mestre diz que precisamos colocar o nosso coração em tudo o que fazemos. Se sentirmos a nossa meditação matinal como nosso encontro reservado com o nosso Amado, então o amor estará naturalmente presente. No cleaning da noite limpamos o nosso coração, para poder recebê-lo. E a oração da Missão, na hora de dormir, se for feita com sinceridade, em atitude de rendição, ela atua como um interruptor, conectando-nos com o Mestre, e então o fluxo de transmissão começa.

A oração, uma vez feita pela manhã, define o tom para nossa meditação e nos lembra de nossa meta. Babuji fala sobre a importância de ter o nosso objetivo em vista, uma vez que dá direção e propósito para a nossa meditação e a torna dinâmica.

Sobre a nossa Jornada no Sahaj Marg

O irmão Kamlesh disse que progresso é turbulência. Quando a movimentação entre pontos acontece em nossa jornada espiritual ou Yatra, às vezes, nos sentimos muito desconfortáveis. O irmão Kamlesh compara essa

mudança na condição espiritual à de se mudar para outra cidade, onde tudo é estranho e desconhecido. Então, é preciso tempo para nos adaptarmos à nova condição ou lugar. Quando a movimentação acontece, geralmente, não sentimos vontade de meditar, e é quando muitos abhyasis deixam a Missão. Para mim, foi libertador saber que, quando nos deparamos com essa resistência interior, na verdade, significa que estamos progredindo e este conhecimento certamente nos incentiva a continuar.

O irmão Kamlesh diz que é bom para os abhyasis passar certo tempo uns com os outros. Apoiar um ao outro, quando perceber que alguém está passando por uma fase difícil, ficar algum tempo juntos, com as famílias, participar de seminários etc. Ele narra sua experiência quando viveu nos EUA, quando os abhyasis costumavam se reunir na casa de alguém no fim de semana, junto com suas famílias, cozinhando juntos, tendo sittings, participando de satsanghs, assistindo a vídeos do Mestre; simplesmente passando um tempo agradável.

Descobri que o caminho espiritual é cheio de dor. O Mestre menciona que a dor e o prazer são dois lados da mesma moeda. Não podemos ter um, sem ter o outro. No Sahaj Marg, se formos abhyasis sérios, estamos tentando atingir o objetivo nesta vida, o que significa terminar nosso estoque de samskaras de muitas vidas anteriores no tempo presente. Daí a necessidade de aceitar a dor, porque tudo o que sofremos agora é o resultado do que nós mesmos criamos no passado, resultados de nossos samskaras. O Mestre diz no livro Revelando a Personalidade: "Então veja, temos que abraçar a dor, dar-lhe um grande beijo, esmagá-la assim [fazendo um gesto de abraço] e jogá-la fora. Então veja, a dor é algo a ser rapidamente descartado."

Somos realmente muito felizes por ter um Mestre como o nosso, que torna possível atingir a meta em uma vida, porque ele realmente limpa a maioria de nossos samskaras, deixando apenas uns poucos necessários, para aprendermos a sofrer.

**Ika menciona também outros pontos significativos apresentados pelo irmão Kamlesh:**

- A importância de ter uma hora fixa para a meditação e também ter um lugar separado para isso (pode ser apenas um canto em nosso quarto).
- No final da nossa meditação individual ou em grupo, observar a nossa condição, tentar identificá-la e evoluir com isso. O Mestre nos dá dádivas espirituais durante cada meditação, e a única maneira de assimilar e preservá-las é meditar sobre a nossa condição, e, em seguida, escrever no diário. Então, criamos a sugestão de que essa condição irá permanecer conosco e se expandir durante o dia. Perma-

necer em contato com a condição é exatamente a proposta da Recordação Constante.

- A importância de trabalhar o nosso ego, finalmente, desenvolve o estado de insignificância. O Mestre disse que sem humildade, não há espiritualidade.
- Harmonia, acima de tudo. É mais importante para um grupo de abhyasis tomar uma decisão errada e ser harmonioso, a tomar uma decisão certa, e criar desarmonia no grupo.

Estamos todos no mesmo caminho, no mesmo barco, e tudo o que eu puder fazer para ajudar qualquer um de vocês, quando estiverem na Índia, estou aqui para isso.”

Encontro dos jovens dos países da Comunidade de Estados Independentes (CEI) e da América Latina

Juan Villacrés - Venezuela

“Durante o seminário no ashram de Manapakkam, dos países da CEI e da América Latina, os jovens de ambas as regiões se reuniram. Essa reunião foi realizada em dois dias, com duração de uma hora cada dia e foi plena de alegria. O primeiro dia foi uma reunião para apresentar a Rede Jovem Mundial e falar aos jovens abhyasis sobre os webinars que aconteceram anteriormente. Em seguida, apresentamos os jovens de cada país, de ambas as regiões. Um abhyasi jovem do Brasil, do Chile e da Venezuela falou sobre a juventude do Sahaj Marg em seus países. A seguir, foi a vez dos jovens abhyasis dos países da CEI e da Ucrânia compartilharem sobre suas atividades para abhyasis jovens de seus países. A reunião terminou com o toque do sino. Hora de comer!

A próxima reunião foi realizada no dia seguinte, e continuamos com os outros países da região CEI, falando sobre a juventude e suas respectivas atividades. Após esta atividade, nos reunimos em grupos de 10 e um jovem abhyasi da América Latina estava em cada grupo, para que pudéssemos ter um feedback entre as regiões. Muitas coisas foram compartilhadas e muitos jovens abhyasis se sentiram motivados no final.

Isso também aconteceu com os jovens abhyasis da América Latina! E agora estamos trabalhando num Seminário Latino-Americano da Juventude! Vamos ter reuniões nos próximos meses para fazer esse seminário acontecer. Outro evento que vai acontecer é o próximo

webinar mundial (em Inglês) para a juventude, em 30 de março, com os países da CEI liderando! Se você não estiver registrado, pode se cadastrar no link a seguir:

<https://docs.google.com/spreadsheets/viewform?formkey=dE8wRmdCR2txVkNlcXAtTmNCX2d3UHC6MA#gid=0>

Nos últimos dias do seminário, fizemos um videoclipe para o Mestre, como uma atividade extra para a juventude, e como um ato de gratidão por todo o amor que recebemos neste seminário. Isso nos uniu muito e foi uma experiência muito agradável, porque tivemos a ajuda de muitas pessoas, como a equipe de mídia e de um irmão dos países da CEI, que nos filmou com a sua câmera profissional. Havia uma equipe de jovens abhyasis que trabalhou neste vídeo, e foi muito importante a presença dos jovens dispostos a cantar e a estar presentes na gravação do áudio e do vídeo.

Como experiência pessoal, posso dizer, que é incrível como você estabelece uma verdadeira fraternidade com as pessoas que nunca conheceu. Tudo o que posso dizer é que o motivo deve ser o amor que você respira nesta atmosfera do ashram.”



Scholarship Training de 2013

O Mestre esteve muito ocupado formando cerca de 36 novos preceptores, em torno de três por dia, em menos de duas semanas, o que foi um grande sorvedouro de suas forças. Esses novos preceptores foram originários da turma dos Scholarship Training deste ano. A parte final desse programa aconteceu simultaneamente com o seminário latino-americano, no ashram de Manapakkam.

Programa de Treinamento para Facilitadores

Brasil – equipe centro de São Paulo – SP



Entre os dias 05 e 07 de fevereiro de 2013, foi realizado o Programa de Treinamento para Facilitadores, com a participação de abhyasis de diversos países latino-americanos, no Babuji Memorial Ashram, em Manapakkam, Chennai, Índia.

O objetivo imediato do programa foi preparar os participantes para conduzir eventos com conteúdos do Sahaj Marg, com metodologia proposta pela Missão Shri Ram Chandra; isto é, pelo próprio Mestre.

O objetivo principal, porém, foi o de desenvolver nos corações a linguagem do amor, sem a qual nenhum trabalho poderá ter resultados que levem as pessoas a se aproximar do Supremo.

Assim, os facilitadores poderão realizar, a partir de agora, cursos de aprofundamento para abhyasis, sobre os seguintes temas: meditação, cleaning, oração, escrever no diário. Outros assuntos estão sendo preparados pela Missão.

Além disso, poderão ser apresentados eventos como ‘open doors’, para pessoas não praticantes, interessa-

das em conhecer o Sahaj Marg.

De modo geral, o conceito de facilitação envolve a aceitação de que ninguém é dono da verdade. Ela está no coração de cada pessoa e, por isso, todos devem ter a oportunidade de expor seus pontos de vista, respeitando-se mutuamente, sabendo usar o tempo para falar e para escutar os outros, sem julgar. O facilitador assume que é igual a todos os demais integrantes do grupo, encorajando uma maneira amorosa de trabalhar o conteúdo, para que todos cresçam.

No desenrolar das atividades, há momentos para leitura, para introspecção, trabalhos de pequenos grupos, exibição de palestras do Mestre, instantes para o grupo se centrar, quando surge a possibilidade de se desviar do foco, pausas para um chá, exercícios físicos.

Durante o programa, cada pessoa se exercitou no papel de facilitador e também no papel de participante.

Enfim, foi um exemplo de como aplicar o princípio do equilíbrio das duas asas: conteúdo espiritual abordado com tecnologia de ponta.



Uma experiência de trabalho no Babuji Memorial Ashram

Por Mayu Soban Tanaka, São Paulo



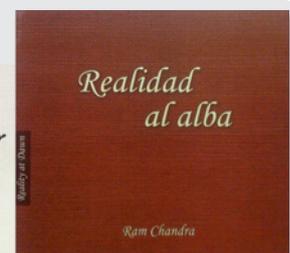
“Tive a ótima oportunidade de participar da gravação do áudio-livro *A Realidade ao Amanhecer* durante nosso seminário da América Latina em Chennai. No início me senti um pouco triste por perder as palestras e por não ficar focada somente no seminário. Mas com o decorrer do trabalho vi o quão gratificante estava sendo. Além disso lemos várias vezes o texto do livro, escrito pelo nosso amado mestre Babuji, que é a base de tudo o que buscamos, então acho que, se perdi algumas palestras, não perdi o conteúdo que estavam por trás delas.

A equipe de trabalho era pequena e o entrosamento foi grande, o que nos ajudou a superar a falta de experiência e as dificuldades e a perseverar para conseguir o melhor resultado possível. A Silvia fez a locução, o Gerald cuidou da parte técnica no computador e eu chequei a pronúncia e se o texto falado estava de acordo com o livro. Tivemos a ajuda do irmão Mono que trabalha no departamento de vídeo do Asham, muito eficiente, gentil e colaborativo, ele nos deu todo apoio que precisávamos. O Martim, filho da Silvia, nos fez companhia o tempo todo e também nos ajudou.

Quando soube que teríamos tão pouco tempo para realizar o trabalho fiquei preocupada e achei que não conseguiríamos. Trabalhamos intensamente durante quatro dias, incluindo noites e madrugadas. Fiquei bastante cansada e eu fiz a parte mais fácil do grupo, imagine os outros como ficaram. Depois que terminamos a etapa da gravação, tivemos ajuda do Zé Luis, da Jade e da Isabel para a revisão. Assim pudemos descansar um pouco antes de partirmos para o Brasil. Posso dizer que aprendi muito com esta experiência. De alguma forma eu ganhei mais calma e segurança para usufruir no meu próprio trabalho, que também me coloca em situações de pressão com prazos inadiáveis. Sempre fiquei bastante ansiosa nessas situações, acabando por ser um pouco impaciente e mau-humorada com meus colegas. Experimentei uma primeira situação assim no trabalho depois do seminário e fiquei surpresa em como consegui manter a calma e o bom-humor mesmo trabalhando até tarde e com o prazo apertado. Me sinto muito feliz e realizada. Como disse a nossa querida Silvia: “o trabalho foi feito de coração para coração!”

Áudio-livro ‘Realidade ao Amanhecer’

Temos a alegria de anunciar o lançamento do áudio-livro “Realidade ao Amanhecer”, de Babuji Maharaj, em espanhol e português, durante o Seminário Latino-Americano, no Babuji Memorial Ashram, em Manapakkam, Chennai – Índia.





Atividades nos centros da América Latina

Brasil

Porto Alegre - RS e Rio de Janeiro - RJ

Em 24 de fevereiro e 10 de março de 2013, os Centros de Porto Alegre e do Rio de Janeiro fizeram atividades após o satsangh, onde os abhyasis que participaram do seminário na Índia compartilharam suas experiências com os demais abhyasis do centro.

Chile

Seminário para países do Cone Sul

12, 13 e 14 de abril de 2013

Seminario de Meditación

Tema "Volar con dos Alas"
 Así como un pájaro necesita dos alas para volar, los seres humanos necesitan dos alas de la existencia, la espiritual y la material, para llevar una vida natural y armoniosa

E-mail: srcmchile@gmail.com

Contacto: Carolina Celis García

Duración: Desde las 18:30 hrs del Viernes 12 hasta las 14:00 hrs del Domingo 14 de Abril 2013

PICARQUÍN - VI REGIÓN
 CONFIRMAR ASISTENCIA

SHRI RAM CHANDRA MISSION CHILE

No Seminário dos latino-americanos, em Chennai, neste verão de 2013, no qual alguns de nós tivemos o privilégio de estar com o Mestre, decidimos que em abril deste ano realizaríamos um seminário para o Chile e para o sul do Cone Sul.

Já temos o lugar reservado. Gostaríamos muito de que a maior quantidade possível de abhyasis daqui de perto e os de mais distante viessem. Nós os esperamos de corações abertos..

O seminário custará CLP \$ 40.000 (pesos chilenos – cerca de US \$ 80, aproximadamente), incluindo dois pernoites no alojamento e refeições durante o seminário. Pode-se pagar na chegada.

Para inscrição e informações adicionais contate srcmchile@gmail.com - Victoria Fernandez - secretária.

Afetuosamente,
 Equipe coordenadora



Atividades nos centros da América Latina

Guiana Francesa

Seminário na Guiana Francesa-“Voe com duas asas”

Martine Bayard, St Laurent du Maroni

“Ao mesmo tempo em que na Índia decorria o seminário latino-americano, na Guiana, no “Angoulême”, em pleno coração da floresta tropical, decorria um seminário com o tema “voar com as duas asas”, organizado pelo centro de Saint Laurent du Maroni, de 8 a 10 de fevereiro. Neste país tão vasto, nem sempre é fácil promover encontros, esta foi uma excelente oportunidade para reunir os abhyasis.

Os novos abhyasis tiveram a oportunidade de experimentar um momento dedicado à prática, à reflexão e à troca em torno do tema. Esses momentos ricos e felizes, tanto a nível humano como espiritual, foram muito apreciados por todos.

Abhyasi: Estou realmente feliz por termos este seminário.

Abhyasi: Este encontro me fortaleceu na minha busca espiritual e me sinto estimulado para projetos futuros com o Mestre vivo.

Chegamos ao local chamado "Angoulême" na sexta-feira, às 16h30. Estava chovendo. Começamos então a trabalhar no tema das duas asas; ou seja, a asa material, pois tivemos que fazer várias viagens de ida e volta numa colina íngreme, trazendo nossa bagagem para a cabana, às margens do rio Mana. Chegar ao local, nos acomodar, fazer o cleaning e o satsangh foram as primeiras atividades daquela noite. Depois do jantar e da oração universal às 21h00, os abhyasis concordaram em ir cedo para a cama, pois precisavam acordar às 4h30, como é prescrito.

No segundo dia, após a meditação matinal, o preceptor conduziu o satsangh antes do café da manhã. A Nathalie de Kourou chegou um pouco antes da projeção do DVD sobre a preparação de um seminário na Índia (Tiruppur), prevista em torno das 9h30. Foram grandes momentos para quem experimentou tais preparações; elas foram filmadas durante aqueles "momentos de celebração". Seguiu-se uma dis-

cussão em grupo, depois da leitura de alguns textos selecionados sobre as "duas asas".

As refeições preparadas e compartilhadas pelo grupo foram acondicionadas para se fazer uma caminhada pelo bosque. Essa floresta era tão majestosa e vívida, desde o tamanho mais extremo (algumas árvores com mais de 60 metros de altura) até dimensões microscópicas (incluindo os piolhos de cutia que nos mordiam repetidamente nesta manhã).

Depois de voltar da caminhada, era hora de fazer o cleaning e depois o satsangh. Enquanto compartilhávamos os sentimentos sobre o tema "Voe com duas asas", uma irmã abhyasi começou a preparar uma sopa pesto na cozinha, que leva uma hora para cozinhar. A troca de sentimentos foi interrompida para assistirmos a uma apresentação de slides sobre os benefícios da "Oração das 21h00". Uma boa refeição foi então compartilhada com entusiasmo e alegria, seguida da “oração universal das 21h00”, praticada com intensidade.

A programação da manhã seguinte manteve-se inalterada. Dessa vez, a troca foi sobre as cinco mensagens de “Brighter World”, que foram escolhidas para o tema "Recordação Constante". A recordação constante é uma grande ferramenta para manter o voo num estado estável e equilibrado. Durante o voo, o pássaro deve usar uma grande quantidade de energia com suas duas asas, e depois de atingir a maior altitude ele busca o equilíbrio por meio dos elementos a sua disposição, principalmente o vento. Da mesma forma, um abhyasi atravessará as dificuldades da vida, com base na estabilidade do seu voo, praticando a "recordação constante" como uma ferramenta para a sua viagem (Yatra).

Realmente vimos a necessidade de progredir no conhecimento do caminho, depois de analisar os três dias passados juntos no jogo da Missão chamado "YATRA", e tudo isso numa agradável comunhão.”



Atividades nos centros da América Latina

Martinica

Sahaj Marg e a mudança interior

Patricia Plus, Martinica



“O último dia longo foi realizado em 2 dezembro de 2012 sobre o tema da mudança: "Ore para Mudar, Seja a Mudança."

Éramos 12 abhyasis reunidos neste dia num lugar muito agradável em Sylviane, próximo de Trinité. Começamos o dia com um satsangh, seguido da exibição do DVD "Amor, Compaixão e Misericórdia", da série "Educação do Caráter" e "Ore por mudança".

Criamos pequenos grupos de estudo para facilitar o compartilhamento. O seguinte conjunto de questões foi proposto para permitir que todos encontrassem as respostas profundas em seu interior:

- Como se reavaliar?
- Como simplificar sua vida?
- Como a aceitar a mudança, implementá-la e mantê-la?

O tema nos ajudou a entender que não é fácil mudar, e muito menos com expectativas, e isto nos levou para a Máxima 11 ("Não crie expectativas para não se decepcionar.").

A mudança pode provocar desequilíbrios que podem parecer difíceis de aceitar, entretanto, ela é permanente em nossas vidas. Com prática e aceitação, isso pode ser feito sem problemas, pela Sua graça.

Este evento nos deu a oportunidade de abrir nossos corações e deixar que eles se expressassem livremente. O caminho do Sahaj Marg é o caminho da mudança, cabendo a nós praticá-lo conforme prescrito.

Pudemos sentir os dois grupos unidos na alegria e no amor para encontrar o Mestre. Isso nos levou a falar sobre a nossa viagem em fevereiro de 2013 e a estarmos abertos para mudanças."



Calendário de eventos

Abril			
7	Martinica	Aprofundamento na prática	martine-calka@wanadoo.fr
12 - 14	Chile - Pícarquin	Seminário Internacional	srcmchile@gmail.com
26	Haiti	Seminário Nacional	judithrj@yahoo.com>
27	Jamaica	Aprofundamento na prática	unselfishlove2010@gmail.com
28	Jamaica	Aprofundamento na prática	unselfishlove2010@gmail.com
29 - 30	Jamaica, Guiana Francesa	Celebração aniversário Babuji	unselfishlove2010@gmail.com; m25.bayard@orange.fr
30	Brasil – todos os centros	Celebração aniversário Babuji	srcm@gmail.com

Maio			
5	Martinica	Aprofundamento na prática	martine-calka@wanadoo.fr
3 - 5	Brasil - Tremembé	Seminário Nacional	srcm@gmail.com
10	Haiti	Aprofundamento na prática	judithrj@yahoo.com
12	Haiti	Reunião de preceptores	judithrj@yahoo.com
15	Jamaica	Dia Internacional da Família	unselfishlove2010@gmail.com
15	Jamaica	Open House	unselfishlove2010@gmail.com

Junho			
2	Martinica	Aprofundamento na prática	martine-calka@wanadoo.fr
5	Jamaica	Dia mundial do meio ambiente	unselfishlove2010@gmail.com
8 - 10	Colombia	Seminário Nacional	banisurapu@gmail.com
21	Jamaica	Open House	unselfishlove2010@gmail.com
21	Haiti	Seminário Nacional	judithrj@yahoo.com
22 - 23	Brasil- S.José dos campos	Reunião de preceptores	srcm@gmail.com

Julho			
5 - 7	Mexico	Seminário Nacional	banisurapu@gmail.com
19 - 24	Brazil – Garopaba-SC	Seminário Nacional	srcm@gmail.com
24	Martinique, Haiti, Jamaica	Celebração aniversário Mestre	judithrj@yahoo.com; martine-calka@wanadoo.fr; unselfishlove2010@gmail.com

Solicitamos aos abhyasis que têm algum artigo sobre sua experiência na jornada espiritual através do Marg Sahaj nos enviar, para o seguinte e-mail: leatorres@casadalea.com.br. Frequentemente, a nossa experiência compartilhada vem como um ato de amor e pode servir de ajuda a outras irmãs e irmãos.

Queremos esclarecer que nosso Ecos da América Latina é um boletim trimestral, emitido nos meses de março, junho, setembro e dezembro, alcançando abhyasis em todo o mundo. Ele é publicado em quatro idiomas (espanhol, francês, inglês e português), e distribuído a todos os abhyasis da América Latina e do Caribe. Ele também pode ser acessado nos quatro idiomas através do site da Missão: www.sahajmarg.org.

*Agradecemos, com amor,
Equipe do Ecos da América Latina*

© 2011 Missão Shri Ram Chandra (“SRCM”). Todos os direitos reservados. “Missão Shri Ram Chandra”, “Sahaj Marg”, “SRCM”, “Constant Remembrance” e o Emblema da Missão são Marcas Registradas da Missão Shri Ram Chandra. Esta Newsletter é destinada exclusivamente para os membros da SRCM. As opiniões expressas nos artigos são fornecidas por vários voluntários e não são necessariamente aquelas de SRCM.

Para comentários, sugestões e novos artigos por favor envie e-mail para leatorres@casadalea.com.br