

# MAHA'VISHVA

NEWSLETTER OFICIAL DA ANANDA MARGA BRASIL

## EDITORIAL

Nesta edição trataremos na forma de uma grande matéria o retiro setorial de Ananda Kiirtana, pois se trata de um evento muito especial: este retiro em julho foi o primeiro pós-pandemia em que as pessoas já não tinham mais restrições como uso de máscaras e de distanciamento social. Foi um reencontro caloroso após um jejum de mais de 2 anos; caloroso mesmo diante do frio intenso nas manhãs e noites de julho das montanhas de Minas Gerais. Com isso, deixaremos para a próxima edição o registro das muitas atividades que estão acontecendo nas unidades da Ananda Marga Brasil. Desejamos uma boa leitura!

## HISTÓRIAS QUE INSPIRAM



## Retiro Setorial de 2022

Aconteceu, entre 20 e 24 de julho, o nosso Retiro Setorial na Unidade Mestre Ananda Kiirtana, em Belmiro Braga - Minas Gerais, com a temática "Cuidando e Fortalecendo Conexões". Foi o primeiro retiro pós-pandemia recheado de diversas atividades culturais, organizacionais, cerimônias e, como não poderia deixar de ser, de muita prática espiritual. Nas próximas seções vamos trazer um pouco de cada uma dessas atividades como forma de lembrar aos que participaram e inspirar os que não puderam participar. Seguem abaixo alguns belos registros de diferentes momentos das práticas espirituais, capturados pelas lentes de nossa irmã Bhaeravii (Bruna Piazzini).



## Retiro Setorial de 2022 (cont.)

O retiro contou com a presença de cerca de 180 pessoas, um número excelente para criarmos um campo sutil de vibração para Consciência Cósmica. Realmente foi animador ouvirmos os kiirtans maravilhosos ecoados por grandes kiirtaneiros de Bábá, que despertavam a devoção de forma muito fácil nas devotas e devotos do Amor Infinito. Paincajanyas todos os dias, akhanda kiirtan todos os dias, meditações quatro vezes ao dia. Com essa atmosfera de práticas espirituais, a nossa força interior se multiplica.



## Encontro entre unidades, diretoria e departamentos

Um dia antes do retiro tivemos um encontro entre unidades, diretoria e departamentos da Ananda Marga Brasil para falar sobre o planejamento de atividades organizacionais. O encontro foi transmitido pelo zoom e margiis ausentes do local também puderam fazer apresentações de forma virtual. O principal objetivo desse encontro foi de criar sinergia entre as diferentes áreas e níveis da Ananda Marga para, assim, fortalecer as unidades no trabalho de espalhar a filosofia e missão de Bábá em sua região de forma mais intensa.

Além disso, durante o retiro, tivemos momentos de apresentação dos trabalhos sendo realizados em cada unidade. Segue abaixo o registro de um destes momentos.



## Palestras e workshops terapêuticos

As palestras de acharyas e workshops terapêuticos de margiis e acharya seguem o tema do retiro, que era “Cuidando e fortalecendo conexões”, uma prática principalmente do Anahata Chakra, nosso quarto chakra, que nos torna humanos.



## Cerimônias de casamento

Outro ponto especial desse retiro é que tivemos três casamentos dos margiis Kumudini e Anirudha, Ramadeva e Maetrii, e Vishnujinana e Gayatrii Devi, celebrados um em cada dia do retiro.

Sobre os casamentos, o nosso querido Guru nos ensina que há 7 mil anos atrás o Mestre Tântrico Shiva ensinou a importância da formação das famílias para que as sociedades fossem organizadas de forma que as crianças recebessem o apoio e a educação não somente da mãe, como era feito até então, mas também do pai, que igualmente assumiria sua responsabilidade.



## Cerimônias de casamento (cont.)



## RAWA

Um dos pontos mais lindos do retiro foram as atividades de RAWA no período da noite, onde tivemos um círculo de mantras e um teatro inspirado na obra "O Auto da Compadecida", do escritor Ariano Suassuna, adaptado para a Ananda Marga, que se chamou "O Auto da Cumadre Siddha". Foram espetáculos tão inspiradores, que certamente valerão ser apresentados outras vezes em todas as unidades do Brasil.



## Apresentação sobre Ananda Kiirtana

No sábado houve uma apresentação sobre a unidade mestra de Ananda Kiirtana onde foi possível conhecer a história da unidade mestra, a sua situação atual, os seus desafios e os seus objetivos para o médio e curto prazo em termos de fortalecimento do prachar e de sua infraestrutura.



## Campanha “Amigos de Ananda Kiirtana”

Na ocasião foi divulgada a nova campanha “Amigos de Ananda Kiirtana”, que pode ser acessada pelo link: <https://donorbox.org/anandakiirtana>

A intenção dessa campanha é viabilizar o investimento em novos projetos de expansão visando alcançar a autossuficiência da nossa Unidade Mestra, conforme o desejo do nosso amado mestre "Baba".

Além do desconto de 20% em retiros, eventos e cursos, todos os participantes da campanha ganharão benefícios exclusivos!

No link a seguir, você encontrará todas as informações sobre a campanha, assim como as várias opções de contribuição.



## Projeto da Escola Sol Nascente

E, caso sinta em seu coração o desejo de contribuir com o lindo projeto da Escola Sol Nascente, você pode fazer uma doação no link abaixo:

<https://www.solnascente.amurt.org.br/faca-uma-doacao>

Esperamos você em nosso próximo evento, para fortalecermos nossa conexão espiritual e acelerarmos nosso progresso como seres humanos!

Baba Nam Kevalam!

Com amor,  
Equipe Ananda Kiirtana



## Encerramento do retiro





## Os 15 Shiilas (Caryacarya 2)

Seguindo as edições anteriores, finalizamos a apresentação e comentário dos 15 shiilas, extraídos do livro Caryacarya 2. Conforme explicado, os Shiilas são comportamentos que Bábá recomendou para retificar o caráter, ou seja, tornar o aspirante espiritual uma pessoa que espelha com mais clareza as qualidades humanas superiores.

Os 15 Shiilas, de certa forma, complementam os Yamas e Niyamas e também são importantes na vida diária, com o objetivo maior de vivermos em harmonia em sociedade.

Abaixo, concluindo a lista dos 15 Shiilas, falaremos sobre os pontos 13, 14 e 15.

### OS 15 SHILAS:

1. Praticar o perdão.
2. Praticar a magnanimidade de mente.
3. Controlar sua conduta e temperamento.
4. Trabalhar para a melhoria social.
5. Manter autocontrole interno.
6. Manter conduta doce e sorridente.
7. Praticar coragem mental.
8. Dar exemplo com a sua própria conduta.
9. Abster-se de criticar aos outros.
10. Seguir Yama e Niyama.
11. Praticar autocorreção de seus erros.
12. Manter-se livre de ódio, raiva e vaidade.
13. Abster-se de falar desnecessariamente.
14. Seguir o código estrutural de disciplina
15. Ter senso de responsabilidade.

### **13º Shiila: Abster-se de falar desnecessariamente**

Quando falamos muito, perdemos energia e a mente se torna extrovertida. Além disso, quando se fala muito, também corremos o risco de exaurir a energia do outro também. Portanto, é importante todos os dias reservar um tempo para o silêncio e falar somente quando o necessário.

Nossa fala tem poder. Quando alguém fala demais parece que acaba não falando nada. A fala, pensamento e ação devem caminhar juntos. Quando a fala expressa algum tipo de compromisso, é importante fazer valer a palavra. A palavra é como ouro, então devemos cuidar bem dela.

### **14º Shiila: Seguir o código estrutural de disciplina**

O código estrutural de disciplina refere-se ao conjunto de normas que as organizações se utilizam para estabelecerem os valores e as formas de cooperação e interação entre as diferentes partes que atuam numa organização, todas necessárias para o cumprimento da missão organizacional.

Como toda organização, a Ananda Marga também possui um código estrutural que se aplica tanto no plano da conduta individual dos margiis e acaryas quanto no plano institucional das organizações representativas. O código estrutural de disciplina da Ananda Marga encontra-se na sua estrutura organizacional estabelecida por Baba e, de forma resumida, no livro Caryacarya 2.

### **15º Shiila: Ter senso de responsabilidade**

Shrii Shrii Anandamurti pediu aos seus filhos e filhas para assumirem responsabilidade, isso quer dizer que Baba nos deixou a responsabilidade de cuidar de Sua Criação para que esta se assemelhe cada vez mais com o Maha Vishva, ou seja, o Grande Universo fraterno que nosso mestre espiritual expressou.

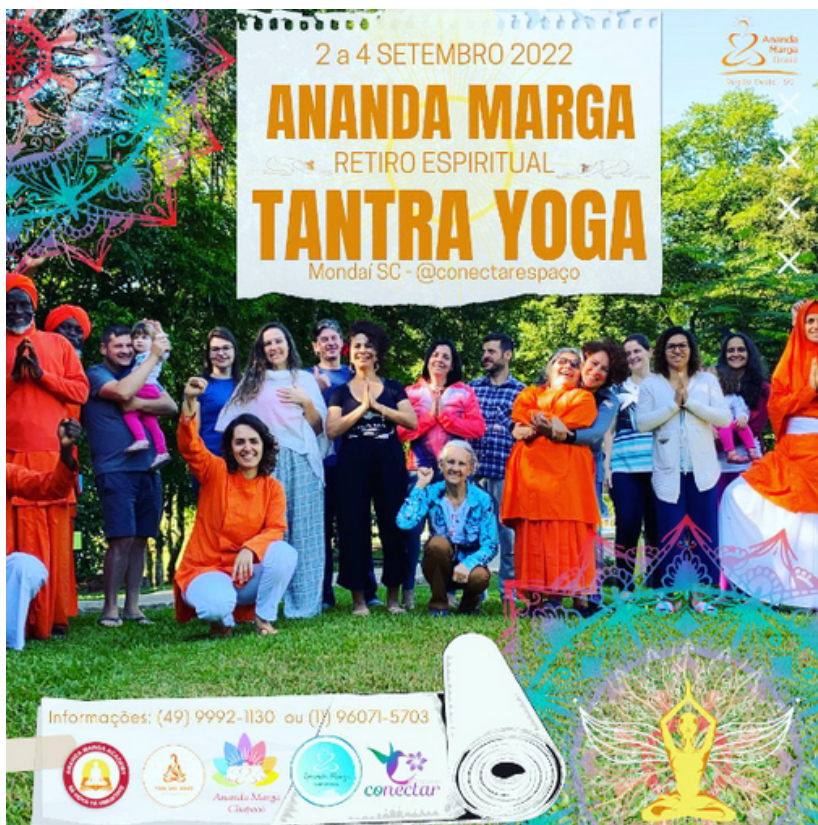
Somente com senso de responsabilidade podemos compreender que, mais importante do que achar erros ou culpados, é fundamental assumirmos nós mesmos a iniciativa da ação correta para estabelecer aquilo que julgamos ser o melhor ou o mais benevolente.

O senso de responsabilidade normalmente se intensifica com o aprofundamento do estudo da Ideologia e da prática espiritual, fazendo com que se desenvolva a psicologia adequada à transformação pessoal das organizações e da sociedade à nossa volta.

# AGENDA: RETIROS E ENCONTROS PRESENCIAIS

## Retiro em Mondaí em Setembro

Em setembro, teremos retiro na região oeste de Santa Catarina, organizado pela equipe de Chapecó. Quem puder ir se inspirará muito com o néctar do fluxo Divino. Informações de inscrição nos telefones: (49) 9992-1130 ou (11) 96071-5703.



## Retiro no Rio de Janeiro em Setembro

Em setembro, teremos retiro na Unidade de Itaipu em Niterói - RJ. Uma oportunidade para nós e as pessoas de uma grande capital, com toda sua força Raja Guna, mergulharem na força Sutil do Universo, Sattva com bastante meditação, kiirtan, palestras espirituais para saírem mais inspiradas em suas práticas.

### RETIRO ESPIRITUAL PRESENCIAL

Organização - Ananda Marga  
Itaipu - Niterói

**Em Itaipu – Niterói**  
**De 09 a 11/09/2022**

Venha desfrutar da programação: Bhajan, Kiirtan, Meditações Coletivas, Filosofia e Prática de Yoga. Palestras:

-  **Estresse: Causas e Soluções (Ac. Ragottarananda Avt.)**
-  **Cosmologia na Ananda Marga - Brahma Cakra, Criação do Universo e Microvita (com Viraj)**

Contribuição sugerida: R\$ 280,00 Favor entrar em contato para realizar a inscrição e demais informações  
**WhatsApp : 021 99876-9968 e 021 98164-4114**

## Curso de Formação de Instrutores e Autoconhecimento



**Formação de Professores de Tantra Yoga & Autoconhecimento**  
Com a Monja Brcii. Shiva'nii. Aca'rya

100% ON-LINE  
AO VIVO via Zoom

EM 6 MÊSES

JULHO A DEZEMBRO

Informações:  
[www.sadvipras.academy](http://www.sadvipras.academy)

Ananda Marga  
SADVIPRAS

Curso de formação de instrutor(a) de yoga 100% online com a monja Didi Shivánii. Aulas ao vivo pelo Zoom. Se tiver interesse você pode fazer sua inscrição em <https://www.sadvipras.academy>



## Curso de Autoconhecimento Através do Tantra Yoga

### Curso de Autoconhecimento através do Tantra Yoga

Encontros mensais: de agosto 2022 até maio 2023  
No terceiro final de semana de cada mês.  
Sábado presencial e domingo pelo Zoom.



#### DADA RAGO

Monge indiano há mais de 30 anos. Se formou nas técnicas do Tantra Yoga de Ananda Marga, passando por aprendizados em Benares, Calcutá e Ananda Nagar. Trabalhou em vários países: Brasil, Argentina, Estados Unidos, Nepal, Índia e outros. Fala bengali, hindi, espanhol, inglês, português entre outros.

#### PROFª VISHVAMITRA

Hatha Yoga (2013), certificada em Yoga Healing pelo Premananda Yoga School e Tantra Yoga de Ananda Marga.



FAÇA SUA INSCRIÇÃO  
(21) 99876-9968 OU (21) 98209-8177

✉ [anandamargaitaipu@gmail.com](mailto:anandamargaitaipu@gmail.com)  
📍 Rua Dr. Pálvaro da Silva, 957.  
Itaipu, Niterói.

Curso de Autoconhecimento através do Tantra Yoga com o Dada Rago e Vishvamitra em Niterói/RJ. Encontros mensais de agosto/22 até maio/23, sempre no terceiro final de semana de cada mês. Sábado presencial e domingo pelo Zoom. Inscrição pelos telefones (21) 99876-9968 ou (21) 98209-8177, ou pelo e-mail: [anandamargaitaipu@gmail.com](mailto:anandamargaitaipu@gmail.com)



## Curso Intensivo de Filosofia e Estilo de Vida Ananda Marga



Ananda Marga Tantra Yoga  
Filosofia e estilo de vida  
Curso intensivo

Trabalhar para a missão de Baba (Shrii Shrii Anandamurti) com mais cooperação, clareza ideológica, propósito, autoconfiança e dinamismo após:

- 1) Formação ideológica para Margiis
- 2) Formação de trabalhadores a tempo parcial (LPT);
- 3) Trabalhadores locais em tempo integral (LFT)
- 4) Família Tattvika

**1 AGO**  
**7 SET**

Ananda Marga

**REGISTRO!**

\*\* Uma aula de 90 minutos via Zoom seis noites por semana para 42 aulas (7 semanas) para todos. Tattvikas, LFTs, LPTs têm exames finais e mais uma semana, então 24 de setembro será seu último dia.

Shrii Shrii Anandamurti deu uma filosofia espiritual e social profundamente rica, bem como práticas espirituais, para transformar a vida de alguém e mudar o mundo. Junte-se a nós por 90 minutos todas as noites durante sete semanas enquanto exploramos juntos essa incrível profundidade de sabedoria prática e ideologia.

Treinadores: Acarya Maheshvarananda Avadhuta, Avadhutika Ananda Sadhana Acarya e Acarya Citkrnananda Avadhuta além de palestrantes convidados.

90 minutos por noite via Zoom, 6 dias por semana. As aulas serão gravadas, para que você possa ouvi-las depois.

Link de inscrição: <https://forms.gle/YPm8Bp5x31eBEZA26>

Confira o programa no link a seguir: <https://sites.google.com/view/am-life-style-training/home>

Estamos solicitando uma contribuição pelo link: <https://tinyurl.com/AM-life-style-training>

Pagamento parcelado: <https://pay.hotmart.com/F72095254A?off=0ydu6uhk>

Não perca por questões financeiras, entre em contato conosco se tiver alguma dificuldade: (+55) 11 992322743, +1 (336) 567-6912, maheshvarananda@gmail.com



## ATIVIDADES ONLINE

Kaoshikii, a dança que empodera, energiza, vitaliza o sistema nervoso criada especialmente para as mulheres por Bábá - de segunda à sábado - das 7h20 às 8h00. (11) 94034-1020 (Kumudini).

Paincajanya, grupo regular diário, desde 18/04/2020, para quem estava com dificuldades de meditar sozinho(a) às 05h00 AM. - (11) 98326-5432 (Miirabhai).

Prabhat Samgiita e kiirtan com irmãs. Iniciou-se um projeto online as noites e ao vivo de Prabhat Samgiita e kiirtan com irmãs margiis e Didis toda sexta feira a partir das 19hs pelo instagram @wwdbrasil. Para quem não conhece, WWD é o departamento de bem estar das mulheres que Bábá criou para Ananda Marga.

Avartha kiirtan, pelo grupo de Facebook: Brasil tem Kiirtan, às 22h de segunda à sábado e 21h nos domingos.

Yoga das Irmãs. Aulas de Yoga de segunda a quinta às 06h30 da manhã pelo zoom. Para mais informações acesse: [https://www.instagram.com/p/CMlp4qOHRAs/?utm\\_medium=share\\_sheet](https://www.instagram.com/p/CMlp4qOHRAs/?utm_medium=share_sheet).

Seminários Online. Seminários quinzenais de sábado às 10hs da manhã ao vivo pelo zoom. O projeto tem focado em Democracia Economica de PROUT. Para receber o link participe do grupo de whatsapp <https://chat.whatsapp.com/JFeTmRoul6m1CjeDBmndsFV>. E você pode conferir os mais de 80 seminários já gravados com diversos temas da filosofia nesse link: <https://bit.ly/3cGfeUa>.

Estudos da obra literária de Bábá. Estudos da obra literária de Bábá aos sábados às 9hs pelo canal do YouTube Ananda Marga Academy. Como o trabalho está em recesso, você pode assistir aos vídeos do És Tudo no canal Ananda Marga Academy.

Vídeos sobre filosofia da Ananda Marga. Canal Ananda Marga Brasil no YouTube, onde você pode assistir a vídeos sobre nossa filosofia e também como manter uma saúde mais vibrante com o nosso Yoga: [https://www.youtube.com/channel/UCpINrBV8qwHsKEZ8J3\\_-4ow](https://www.youtube.com/channel/UCpINrBV8qwHsKEZ8J3_-4ow).

Dada Jinanananda e convidados. Lives com Dada Jinanananda e convidados todas as sextas às 20:00h para falar de algum assunto ligado à espiritualidade no canal Ananda Marga Academy.

**Informe você também as suas atividades no e-mail  
[comunicacao@anandamarga.org.br](mailto:comunicacao@anandamarga.org.br)!**

**E claro, se você quer participar como voluntário nos  
serviços da Ananda Marga. Por Favor preencha esse  
formulário abaixo que iremos entrar em contato !**

**<https://forms.gle/Y3n1S5BqUJuN13pz9>**



## DHARMAKAKRAS ONLINE

### Segundas-feiras

Ananda Marga Curitiba/PR às 19:00h pelo Zoom – Dada Vishvajinanananda e Hiranmay

Link: <https://us02web.zoom.us/j/6172624441?pwd=bDM2TG9wdE16NjRhN0lFUUnBsOGhQdz09>

ID da Reunião: 617 262 4441

Senha: 816565

### Terças-feiras

Ananda Marga Sadvipras às 19:30h pelo Zoom – Organizadora: Didi Shivanii

ID da Reunião: 824 6585 3275

Senha: sadvipras

### Sextas-Feiras

Ananda Marga Sadvipras às 06h00 pelo Zoom. – Organizadora: Didi Shivanii

ID da reunião no zoom: 841 3258 8684

Senha: ananda

### Domingos

Ananda Marga Norte Nordeste às 07:00h pelo zoom.

Link: <https://us02web.zoom.us/j/89421174274?pwd=SmdwWGZEUWFFtVRaWFkNWprZXFFdz09>

ID da reunião: 894 2117 4274

Senha: babanam

Ananda Marga Porto Alegre/RS às 18:00h pelo Zoom – Organizadora: Didi Sushiila

Link: <https://us02web.zoom.us/j/86285926226?pwd=OWk2Zl1hKQUM3SIFHUTRYNTVDZVIUQT09>

ID: 862 8592 6226

Senha: babanam

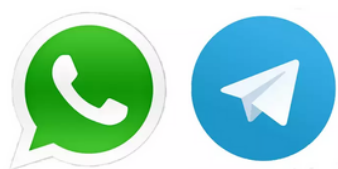
Ananda Marga Campinas, Chapecó, Mondaí, Belém e Pelotas às 18:00h pelo Zoom.

ID do zoom: 854 8180 7007

Senha: kevalam

Também transmitido pelo FACEBOOK da Ananda Marga Brasil.





## GRUPOS TEMÁTICOS

Nesta seção você vai conhecer alguns grupos regulares disponíveis em redes sociais para se manter conectada ou conectado e se aprofundando na filosofia, todos os dias.

### Pensamentos de P. R. Sarkar

Grupo com mensagens diárias que trazem as palavras de Shrii Shrii Anandamurti para inspirar, somente administradores podem publicar.

Link: <https://chat.whatsapp.com/FKB4MLBO1tPDBuLleFIRjf>

### Prabhat Samgiit

Vamos compartilhar gravações, histórias, cursos e nos inspirar com as encantadoras Canções do Novo Amanhecer!

Músicas por temas <https://bit.ly/2Yox9ee>

Link: <https://chat.whatsapp.com/LTpNPpCcmsz9O6TWgV04jl>

### Só Kiirtans

Link: <https://chat.whatsapp.com/0lLuDQrjrhz243vgRI41AO>

Segundo grupo <https://chat.whatsapp.com/GRe3wCxpUfoLby6O7JTgJl>

Grupo no Telegram <https://t.me/joinchat/CAEfJxXtXKEg-1CXoJGPKQ>

### Só Historias de Baba

Este é um grupo que tem como objetivo a inspiração através da partilha de histórias que vivenciamos ou que nos contaram com o nosso Guru. Você pode fazer parte e se inspirar ou escrever a sua história. Baba Nam Kevalam!

Link: <https://chat.whatsapp.com/HYeqN8ZI7G0JID8WRXmGsm>

Telegram: <https://t.me/sohistoriasdebaba>

### Prout - Discussões

A regra geral e mais importante: toda postagem deve ser diretamente de PROUT ou ter um comentário fazendo a ligação com PROUT. Quem não cumprir deve ser excluído do grupo por um mês e se voltar a repetir, deve ser excluído definitivamente.

Link: <https://chat.whatsapp.com/3pclSXZPnKx8DprRzFNAdV>



## Projeto "SevaVrata"



A Unidade de São Paulo tem um projeto de distribuição de marmitas e cestas de café da manhã semanalmente para pessoas em situação de vulnerabilidade da cidade de São Paulo com a participação de diversos voluntários. São 200 marmitas por semana mais 200 kits de café da manhã com alimento sutil e saudável entregues na região central da cidade.

O PIX para ajudar o projeto é o CNPJ 92.251.354/0004-70.

## Projeto "Com Amor"



A Unidade de Porto Alegre tem um projeto que se chama ComAmor, que distribui alimentos, água, álcool gel, máscaras, conversas e leva a filosofia do tantra yoga para pessoas em situação de rua. Praticamente todos os sábados, um grupo de voluntários se reúne para cozinhar, sempre alimentação sutil, e sai para distribuição. Se quiser colaborar com esse precioso projeto de ajuda a quem tanto precisa, pode fazer doações para:

Associação Beneficente Amurt-Amurtel  
CNPJ: 92.251.354/0001-27  
Banco Banrisul - Agência 0797  
Conta Corrente: 060303910-1  
pix: solidariedade@amurt.org.br

# IMÓVEIS NAS UNIDADES MESTRES

## Casa em Ananda Kiirtana



Casa para alugar bioconstruída com vista para a floresta. Casa face norte, ensolarada, com portas e janelas de vidro que conectam a casa com a natureza ao redor. Terreno de 5000m<sup>2</sup> que pode ser utilizado para cultivo de hortaliças e frutíferas. Conta com internet de fibra ótica de 100mb. Ideal para pessoas que trabalham à distância ou que queiram um local para passar temporadas em Ananda Kiirtana. Contato: Liladhara (32) 99905-7552.



## Prática Espiritual

A prática espiritual é a conversão do pequeno objeto naquele objeto infinito. Agora, você pensa que “este pequeno corpo, esta consciência unitária, é meu”. Mas quando você pensa “esse vasto corpo universal é meu”, então você é o Supremo. Quando este corpo e mente individuais são seus, você conhece todos os segredos deste corpo físico e mente individuais. E quando esse vasto cosmos for seu objeto, você conhecerá tudo desse cosmos, conhecerá tudo desse espaço infinito. Portanto, sua prática espiritual é a prática da conversão: conversão do pequeno no grande.

Este processo de conversão torna a pessoa universal. A própria existência de alguém vai além do escopo do tempo, lugar e pessoa. Nesse momento, a pessoa se torna onipotente e também onisciente. Sabe-se tudo sem passar por nenhum livro. Quando um indivíduo quer adquirir algum conhecimento, terá que passar por experiências práticas, livros, etc. Para o indivíduo são tantas preocupações e ansiedades, tanto otimismo e pessimismo, tantos embates e coesões; mas no caso do Supremo não há complexo, nem otimismo, nem pessimismo; não se trata de choques ou coesões, porque no caso do Cósmico, tudo é interno – nada é externo. Tudo está dentro e nada está fora. O universo inteiro está no alcance de Sua mente, então não resta uma segunda entidade, nenhum segundo indivíduo. Assim, a questão de qualquer confronto não surge.

Se alguém quer alcançar a paz, o que deve fazer? Esse alguém deverá converter a pequena objetividade em objetividade infinita. Não há outra alternativa. Simplesmente ensinar os evangelhos da paz não lhe dará nenhuma paz. Você tem que se converter de pequeno em grande. A prática espiritual é a prática de aumentar o próprio raio psíquico. Quando o raio psíquico se torna maior, o alcance da mente é maior. E quando assim o raio se torna infinito, o aspirante se torna um com o Supremo. Este tornar-se um com o Supremo, a União Suprema, é chamado de Salvação ou Emancipação – libertação de natureza permanente. Todo e qualquer aspirante espiritual deve saber disso e alcançar a libertação.

Baba em Fiesch, 1979

E que tudo seja oferecido aos pés do Guru.



Tavadhravyam Jagat Guru Tubhyam Eva Samarpaye

