

MAHA'VISHVA

NEWSLETTER OFICIAL DA ANANDA MARGA BRASIL

EDITORIAL

Imagine uma árvore imensa, com uma copa cheia de verde em folhas que proporciona ninho para muitos pássaros, ainda traz sombra para viajantes e produz frutos para alimentar os mais diversos seres... Imagine agora que essa árvore ainda é só um potencial em forma de uma linda semente que começou a crescer e ganhar corpo lentamente.

Essa árvore querida irmã e querido irmão, em verdade é a Ananda Marga Brasil, com um potencial enorme dado por toda a filosofia social e práticas iogues entregues por Shrii Shrii Anandamurti, mas que ainda não desenvolveu esse imenso potencial. Para acelerar esse processo é necessário a criação de unidades organizadas nas mais diversas cidades do país com um processo bem elaborado de transmissão da nossa filosofia (respeitando as peculiaridades locais) para criarmos uma atmosfera propícia de florescimento humano nas esferas individual e social.

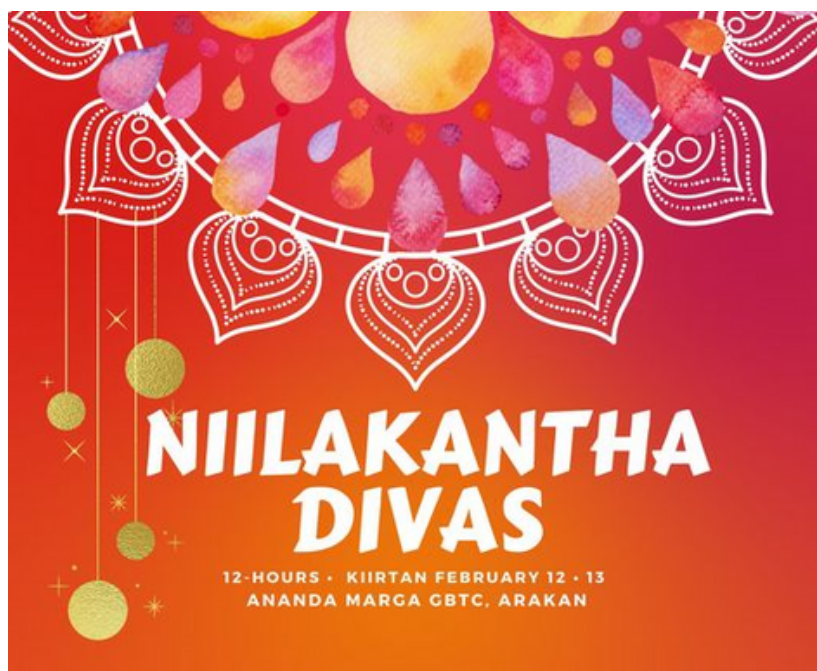
Convidamos você a participar dessa construção (sam' gachadadvam) conosco. De que forma? Participando dos trabalhos na unidade de sua cidade e/ou nos departamentos da Ananda Marga Brasil, que pode ser de forma online. Venha! Báábá aguarda ansioso por seu serviço e sacrifício. A árvore só pode florescer seu potencial se cuidarmos bem dela. Entre em contato pelo nosso email: comunicacao@anandamarga.org.br ou nosso whatsapp (11) 99717-7963.

HISTÓRIAS QUE INSPIRAM



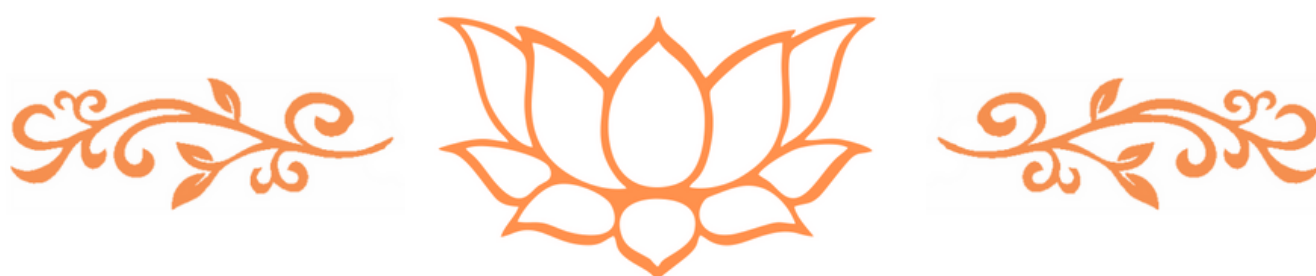
Nilakantha Divas

Queremos neste espaço dar especial atenção ao dia em que Bábá passou por um processo de envenenamento enquanto estava na prisão, sob os cuidados do governo indiano. Em 12 de fevereiro de 1973, Bábá recebeu veneno na forma de remédio na Cadeia Central de Bankipur, em Patna, onde foi preso por acusações falsas. No dia 12 de fevereiro, nós honramos Bábá lembrando a Sua conquista. Não se trata de lembrar o ato maligno de envenená-lo, mas sim lembrar o Seu triunfo sobre a morte e Seu glorioso compromisso com os princípios.



O nome *Nilakantha* significa garganta azul, em alusão a ingestão do veneno, ao qual Lord Shiva também vivenciou para superar a ignorância de sua época. Bábá foi claro em como deveria ser comemorada essa data no primeiro *Darshan* (exposição pública) nessa data após a sua liberação da prisão, em 1979. E como seria? Bábá disse: "(...) transformando veneno em néctar (amrta)", através do serviço voluntário de levar alimentos aos mais necessitados e vulneráveis. A partir deste evento todos os seus discípulos foram encorajados a celebrar e lembrar --na forma de Serviço à Humanidade-- a vitória da luz sobre a escuridão nesse dia. Ele venceu a morte certa.

Então hoje o convite que fica é sempre que lembrar do dia 12 de fevereiro como um dia de preparar alimentos e levar na rua para quem mais precisa, e assim compreender mais profundamente, a missão de Bábá nesse planeta.



RAWA Day

Em comemorações a arte, tivemos o evento internacional RAWA Day pelo Zoom em 19 de fevereiro com diversos temas de extrema relevância para a arte ligada à espiritualidade, e inúmeros palestrantes de diferentes países contribuíram para a riqueza desse encontro.

Foram temas abordados: a arte do Yoga e a o Yoga da arte, como popularizar a pintura, educação de arte, música e espiritualidade, criando filmes como meio de Prachar e muito mais.



A arte é uma grande forma de inspirar os mais diversos tipos de atitudes no ser humano, desde as mais densas até as mais sutis. Shrii Shrii Anandamurti frisou que a arte no mundo deveria cumprir a missão de aproximar o ser humano da Consciência Suprema (que é sutil e infinita) e todos os artistas deveriam estar unidos em torno desse grande ideal, caso contrário não deveria ser considerada arte.



Carna RAWA

Aproveitando essa temática da arte, tivemos por aqui, no Brasil, um lindo sarau online de carnaval conduzido pelo grupo de RAWA. Foram diversas e diversos margiis se apresentando com seu talento para tocar o coração daqueles que assistiam com a alegria e a inspiração necessários, para manter a chama da leveza acesa, mesmo em uma caminhada espiritual profunda.

Participe!

Unidade de Araruama

Em Araruama tivemos muitas atividades inspiradoras durante esse mês de fevereiro, muitas mesmo, você não acredita! Depois de ler você vai ver que não estamos exagerando.

Treinamento Ideológico e de LFT

Entre janeiro e fevereiro, aconteceu na Jágrti de Araruama o Treinamento Ideológico e de LFT, ministrado pelas Didis Sushiila, Tappashudha e Sha'liina e a irmã Pavritra da Bahia, para aprofundamento da sadhana e da filosofia com mulheres dispostas a doar seu tempo para uma causa tão bonita que é o bem-estar de todos os seres.

No treinamento foi seguida uma rotina de atividades diárias do *paicajanya* matinal até a noite. O fluxo de pontualidade durante o treinamento fortaleceu a mente, aumentando inclusive o foco dos participantes.



Foi muito tempo de meditação, kiirtan, partilha de experiências e aulas de filosofia da Ananda Marga. Todas as participantes ficaram encantadas com a comida sutil preparadas pelas Didis com amor. Muito saudáveis, saborosas e leves. Ao final do treinamento, a cada participante teve que experienciar o SPT - *Spiritual Piita Training* (Treinamento Piita Espiritual), vivendo como uma Yogi por 3 dias.

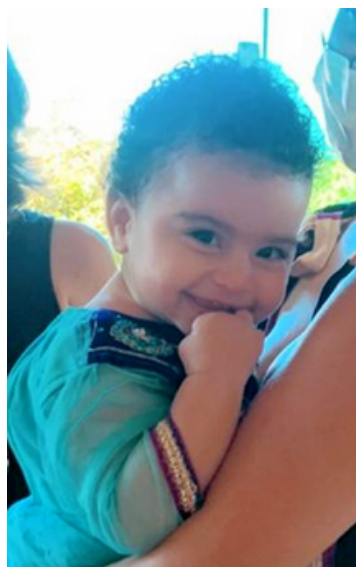
Ao ver as participantes coletando madeira e cozinhando com lenha, a Didi Shaliina lembrou de sua vivência de SPT no último ano de seu intenso treinamento de monja. No caso dos Acharyas são 7 dias de SPT. Porém os dias de treinamento são tão puros, com tanto amor e ideação em Báábá que cada participante aprende a entregar tudo para Ele e apreciar a vida espiritual, se tornando uma forte o suficiente para fazer qualquer coisa e todas as coisas por Sua Missão de vida.

Espera-se receber mais irmãs para fazer o treinamento no futuro.



Unidade de Araruama (cont.)

Outro evento maravilhoso para Bábá foi o batismo da bebê linda chamada Flora. Foram momentos muito especiais para toda a família de Araruama. O nome espiritual dado a ela é Priyansi, que significa "filha amada; amada por todos".



Priyansi, "Filha amada; amada por todos".



Projeto Servir

E as atividades não pararam aí: além de tudo isso, com o nome de Projeto Servir, a equipe de Araruama da Ananda Marga realiza trabalho com os irmãos e irmãs em situação de rua. Em domingos alternados são servidas refeições à noite e uma vez por mês, são servidos lanche e kits de higiene.

Curso de Alinhamento de Ásanās

E para finalizar, nos dias 19 e 20 de fevereiro aconteceu também o curso de Alinhamento de Ásanās, ministrado pela Karuna Devii.



Esperamos que tantas atividades bonitas que aconteceram em Araruama inspirem os margiis de todo o Brasil. Esse é um objetivos da nossa Newsletter: ser uma Central de boas notícias da Ananda Marga Brasil em seus mais diversos serviços que muitas vezes não acabam sendo conhecidos.

Unidade de Porto Alegre

Retiro em Viamão

Em Porto Alegre aconteceu o tradicional retiro de carnaval na unidade mestre de Viamão, com um encontro nacional de margiis, inclusive com membros da diretoria e conselho deliberativo para criar mais sinergia de trabalho e discutir ações estratégicas de curto, médio e longo prazo que possam fortalecer a Ananda Marga Brasil em sua missão de expandir a filosofia deixada por Bábá dentro de nosso país.



Nova Jagrti de Porto Alegre

Ainda sobre Porto Alegre é super importante compartilhar que teremos uma nova Jagrti para receber devotos em busca de um local para praticar sua sadhana junto de mais adeptas e adeptos de nossa filosofia. O local foi preparado com muito carinho pela equipe de Porto Alegre para ser inaugurado após o retiro de carnaval. Que todas as bençãos de Bábá sejam espalhadas nesse novo local de práticas.



Unidade Mestre Ananda Kiirtana

Em Ananda Kiirtana também tivemos o retiro espiritual de carnaval com uma programação leve e inclusiva para todos que desejassem se aprofundar nas práticas de yoga e meditação - de iniciantes aos mais experientes.

Nesse retiro Shantimaya e Dada Yuktesh ofereceram aulas de yoga e palestras sobre a filosofia tornando os dias mais proveitosos para além da boa companhia e da natureza privilegiada no meio das montanhas de Minas Gerais.



Unidade de Juiz de Fora

Yoga na praça

Como podemos atrair a atenção das pessoas para conhecer todo o conteúdo de filosofia de vida do Tantra Yoga? Uma das maneiras que pode gerar um primeiro interesse é através de aulas de Yoga em locais públicos, geralmente abertos, como parques e praças. Nesse sentido a nossa unidade de Juiz de Fora – MG vem fazendo um trabalho com Yoga na praça para difundir a prática das Àsanas (posturas) do Tantra Yoga como meio de controlar as emoções e não se tornar escravos delas, além de desenvolver uma boa saúde física com estes exercícios.



Dessa forma, certamente algumas delas desejarão conhecer mais sobre a ciência do Tantra da Ananda Marga.

Esperamos que boas sementes possam germinar nesse projeto que pode ser experimentado em outras unidades.



Yoga no Abrigo Santa Helena

Além do Yoga na Praça, Ananda Marga de Juiz de Fora está com um projeto espetacular de levar aulas de Yoga em um abrigo toda terça feira chamado Santa Helena. São atitudes como essa que fazem um diferencial enorme na vida de pessoas que precisam muito de carinho, contato, por viver em uma situação de mais solidão. Segue uma foto do local no dia de encontro.



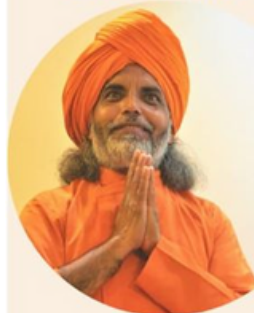
Unidade de Alto Paraíso

Em Alto Paraíso, local de natureza abençoada por uma beleza incrível e uma mística de vários grupos espirituais, tivemos lindas atividades acontecendo na unidade local como jantar vegetariano preparado pelo querido Dada Hari, com palestra espiritual, meditação e inspirador kiirtan para Bábá.

Em Alto Paraíso também ocorrem os DCs presenciais, e se quiser participar um dia, por favor entre em contato com o margii Tapeshtar no whatsapp: (61) 8169-5919.



ENCONTRO COM MONGE DADA HARI NA CHAPADA



PALESTRA:
"ESPIRITUALIDADE E O
PODER DA DETERMINAÇÃO"

18h30

JANTAR INDIANO

20h00

DIA 10 DE FEVEREIRO. QUINTA- FEIRA

RUA DAS NASCENTES. Nº87

VALOR: R\$ 30.00

CONFIRME SUA PRESENÇA:

(19) 99126-7067 / (61) 98169-5919



Unidade de Chapecó

Em Chapecó os DCs presenciais foram retomados todas as quintas feiras no horário das 19h45.

E para começar o ciclo de 2022, em fevereiro, um super Akhanda Kiirtan de 3 horas foi celebrado, com a presença de dois queridos acharyas (Dada Pavananda e Dada Pulak). Olha só essa foto da energia do lugar! Se um dia for para Santa Catarina não deixe de ir praticar junto com a família da Ananda Marga de lá.

1º DHARMACAKRA 2022
Meditação Coletiva
Quinta-feira 27/01 - 19h45

Com a presença especial de
Dada Pavananda e
Dada Pulak

*"Você tem que transmutar o pequeno em grande.
A prática espiritual é a prática de aumentar a amplitude de
sua dimensão psíquica.
Quando esta dimensão se torna cada vez maior o alcance da
mente é maior."
Shrii Shrii Anandamurti*

Ananda Marga
Chapecó



Yoga com Crianças

Além dessas atividades de sadhana interna, também a equipe da unidade faz sua parte com o serviço nesse mundo que vivemos. Em parceria com o brechó +Vira Lata, aulas de Yoga para crianças gratuitas foram feitas ao ar livre na própria unidade.

Atingir o coração das crianças com uma ideologia amorosa externamente e forte internamente é a melhor forma de criarmos um mundo mais bonito amanhã. Quem sabe esse projeto não possa te inspirar a fazer algo nesse sentido.



yoga com Crianças
AO AR LIVRE
19 e 20 (sábado e domingo)
fevereiro 2022
16h **Gratuito**

Informações: (49) 9 9186 2452
Geovana



Unidade de Brasília

Em Brasília continua o processo de entrega de 40 cestas básicas para famílias em situação de extrema vulnerabilidade. Certamente é um projeto também que impacta muito a vida das pessoas assistidas e pode ser replicado para outras unidades do Brasil. Seguem fotos da distribuição das cestas em fevereiro.



Unidade de São Paulo

Roda de Mantra

No mês de março teremos novamente o evento especial de roda de mantras, dessa vez com a presença da querida Sutapa, e hamburgada vegana. Participar desse evento é um show de bem aventurança, com tanta microvita positiva atraída pela atmosfera do evento. Se estiver em São Paulo então reserve a noite do dia 19 de março para isso.

Para mais informações, por favor, acesse o site da unidade, inclusive para inscrições nos eventos: <https://saopaulo.anandamarga.org.br/>

A poster for the Purnima event. It features a woman with dark hair and glasses playing an acoustic guitar. The background is green with white dots. The text on the poster includes the event name, date, time, and ticket prices.

PURNIMA
Roda de Mantra & Hamburgada Vegana
19 de Março
às 19:00

COMPRA ANTECIPADA:
R\$ 20,00 - Roda de Mantra
R\$ 30,00 - Hambúrguer
R\$ 50,00 - Roda de Mantra + Hambúrguer

NAMÁMI KRŚÑASUNDARAM - Saudações a Krśña, o Belo

Neste livro você tem a possibilidade de conhecer as mais diversas filosofias de Yoga da Índia explicadas de forma cristalina por P. R. Sarkar.

Além disso, você vai entender as duas fases da vida de Krsna, onde na primeira, a devoção e os processos de samadhi eram fortemente presentes.

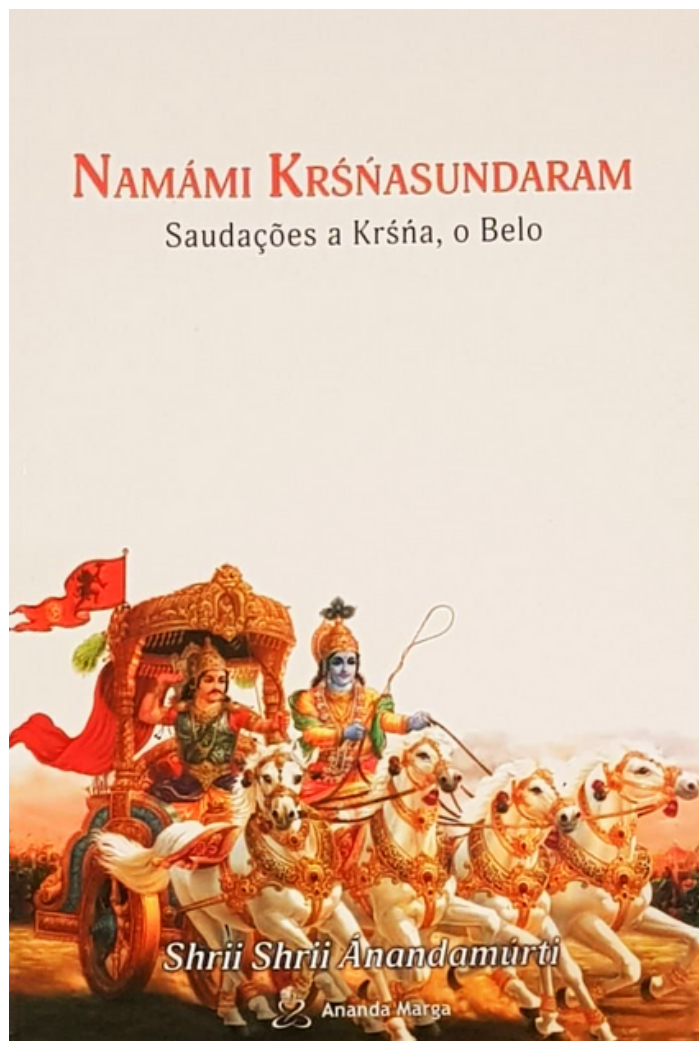
Na segunda fase, que mostra a grande batalha narrada no Bhagavad Gita, o serviço a Deus de forma desinteressada ao resultado era a grande essência da vida dos devotos e foi nesse espírito de luta e trabalho que Shrii Shrii Anandamurti inspirou milhares de pessoas.

De fato a vida de Bábá também foi dividida dessa forma pelos que descreveram a vida do Guru, já que a partir da fundação da Ananda Marga, o serviço e o sacrifício passou a ser a rotina daquelas e daqueles que viveram próximos a Sarkar.

É importante ler e compreender como há mais de uma visão do Yoga sobre o mundo e como a devoção é um aspecto fundamental para superar as estreitezas do nosso ego.

Se você deseja ler essa obra prima da beleza supraestética, ou outras da Ananda Marga, por favor acesse esse link e adquira um exemplar: <https://publicacoes.anandamarga.org.br/>

Além de aumentar seu conhecimento, você contribuirá com a sustentabilidade econômica da Ananda Marga Brasil.



**Informe você também as suas atividades no e-mail
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>

AGENDA: RETIROS E ENCONTROS PRESENCIAIS

Retiro de Yoga em Guarda do Embaú

Após nossos retiros de carnaval temos esse lindo retiro em Santa Catarina como próximo evento de aprofundamento da sadhana. A natureza do lugar é marcante e com as palestras inspiradoras de Acharyas tudo vai ficar ainda mais motivante de participar.



FERIADO DE PÁSCOA- **15 a 17 de Abril**
PELA ORGANIZAÇÃO SÓCIO-ESPIRITUAL ANANDA MARGA.



Dada Jinanananda Aca'rya



Didi Shivanii Aca'rya

Retiro de Yoga PROGRAMAÇÃO

- Alojamentos (beira da praia), quartos individuais;
- Café da manhã, almoço e jantar (alimentação vegetariana/vegana);
- Aulas de yoga e qi gong;
- Práticas de meditação;
- Palestras com monges;
- Oficinas;
- Trilhas.



INFORMAÇÕES:
(11) 940341020

AGENDA: CURSOS E FORMAÇÕES

Curso de Yoga para Gestantes com Didi Ananda Shaliina

Curso de especialização em Yoga para gestantes com Didi Ananda Shaliina. Link para informações: <https://www.anandamargapoa.com.br/curso-yoga-para-gestantes>



Curso Formação de Instrutores de Yoga em Abril 2022

Curso de formação online com Dada Pavananada e presencial com Didi Ananda Sushila. Link para informações: <https://www.anandamargapoa.com.br/formao-de-instrutores-de-yoga>





DHARMACAKRAS ONLINE

Segundas-feiras

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

Link: <https://us02web.zoom.us/j/6172624441?pwd=bDM2TG9wdE16NjRhN0lFUnBsOGhQdz09>

ID da Reunião: 620 343 8146

Senha: 816565

Quartas-feiras

Ananda Marga Porto Alegre/RS às 19:00h pelo Zoom – Organizador: Ganesh

Link: <https://us02web.zoom.us/j/86285926226?pwd=OWk2Z1hKQUM3SIFHUTRyNTVDZVIUQT09>

ID: 862 8592 6226

Senha: babanam

Sábados

Espaço Anirvana Pontal do Paraná 18 h pelo zoom - Organizadora: Tannistha

Link: <https://us02web.zoom.us/j/82025808026?pwd=eWZVaTN2ekdXNmR0dVN6Z0hvdVBVQT09>

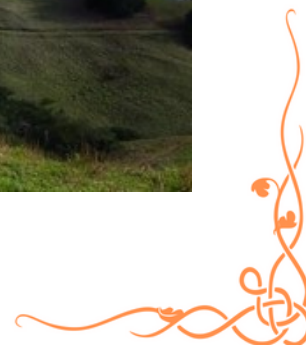
Senha: namaskar

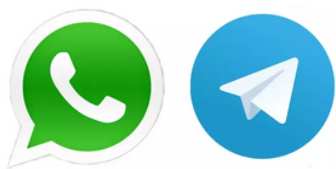
Ananda Marga Brasil – 18h: organizado por : Campinas, Chapecó, Mondai, Belém e Pelotas.

Também é transmitido pelo FACEBOOK da Ananda Marga Brasil.

ID do zoom: 854 8180 7007

Senha: kevalam





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 Anandamuti 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/LTpNPpCcmsgz9O6TWgV04jl>

Só Kiirtans

Link: <https://chat.whatsapp.com/0ILuDQrjrhz243vgRI41AO>

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 o objetivo de inspirarmos os demais partilhando histórias que vivenciamos ou que nos contaram com o nosso Guru. Você pode fazer e inspirador ou escrever a história aqui. Baba Nam Kevalam!

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

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

Prout - Discussões

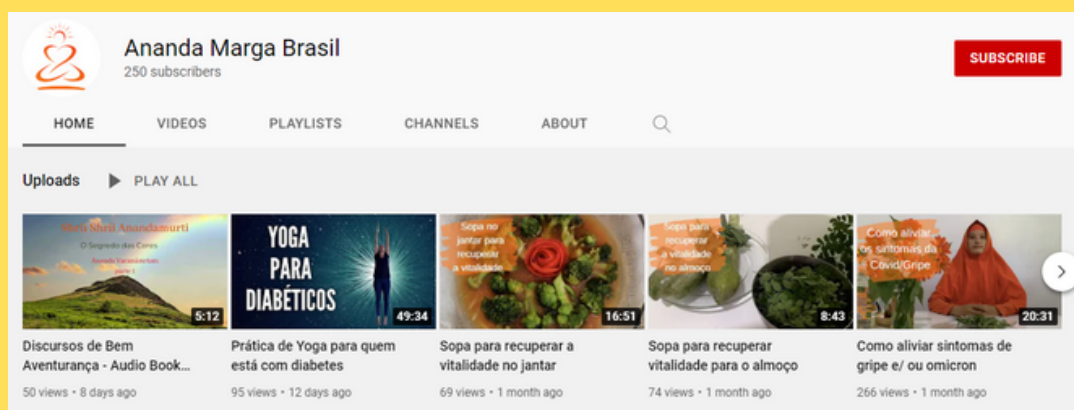
A regra geral e mais importante: toda postagem deve ser diretamente de PROUT ou ter um comentário fazendo a ligação com PROUT. Quem não cumprir deve ser excluído do grupo por um mês e se voltar a repetir, deve ser excluído definitivamente.

Link: <https://chat.whatsapp.com/3pcISXZPnKx8DprRzFNAdV>



Projeto "Ananda Marga Brasil no YouTube"

O projeto "Ananda Marga Brasil no YouTube" tem a necessidade de mais voluntários para editar vídeos, pois atualmente a produção da Didi Shaliina está maior que nossa capacidade de edição, visto que estamos com apenas um voluntário (que não é profissional) atuando.



Projeto "SevaVrata"



A Unidade de São Paulo tem um projeto Distribuição de marmitas e cestas de café da manhã semanalmente para pessoas vulneráveis 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 "ComAmor"



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

Utiliza-te da forma mais apropriada para atingir Deus

Existe um famoso verso nos Upanishads que diz que é impossível alcançar Parama Purusa [Consciência Suprema] a menos que sejas forte e cheio de energia. A palavra *bala* significa a força espiritual que funciona na base de um *jiiva* [ser vivo]. Em termos comuns, no entanto, *bala* significa 'capacidade'. Depende de até que ponto alguém faz uso da sua energia física, psíquica ou espiritual. Uma pessoa pode ter imensa capacidade, mas se não a utilizar, então não se torna útil para a realização de Deus. Bala, então, depende da utilização da capacidade que cada um tem.

[No épico indiano Ramayana] Quando a ponte divina foi construída por Rama para atravessar o oceano, Hanuman carregava montanhas, mas o esquilo levava apenas pequenas pedrinhas. Ambos eram fortes e cheios de energia, pois ambos trabalhavam ao máximo das suas capacidades.

Assim, mesmo uma pessoa comparativamente fraca pode-se tornar *balaván* [forte] ao utilizar toda a pouca energia que tem. Qualquer que seja o poder, energia, que tenhas, utiliza-a para sadhana e serviço, e serás *balavan*, apto para atingir Parama Purusa. Nenhum de vocês deve, por isso, desesperar. Todos têm os meios necessários para atingir o Supremo.

A utilização de energia deve ser feita na direção certa. Se queremos ir para o este e nos começarmos a dirigir para o oeste, podemos considerar que essa ação está cheia de *prámáda*, ou loucura. A Ananda Marga tem o caminho correto, através de uma abordagem subjetiva e ajuste objetivo. Embora os seguidores da Ananda Marga mantenham os seus olhos fixos no absoluto, não ignoram este mundo relativo. Eles trabalham para a auto-realização e elevação social e, por isso, a utilização da sua energia nunca é em vão. Quando o esforço é correto e a utilização apropriada, atingem certamente o vosso objetivo.

Eu não quero que esperem vida após vida para atingir a vossa meta. Devem realizar o objetivo nesta mesma vida. Para quê desperdiçar um só momento que seja desta vida? Por isso não tenham medo, o sucesso é para aqueles que o pedem. Continuem a fazer o esforço correto.

21 Maio 1971, Ranchi

Publicado em:
Ánanda Vacanámrtam Part 23

E que tudo seja oferecido aos pés do Guru.



Tavadhravyam Jagat Guru Tubhyam Eva Samarpaye

