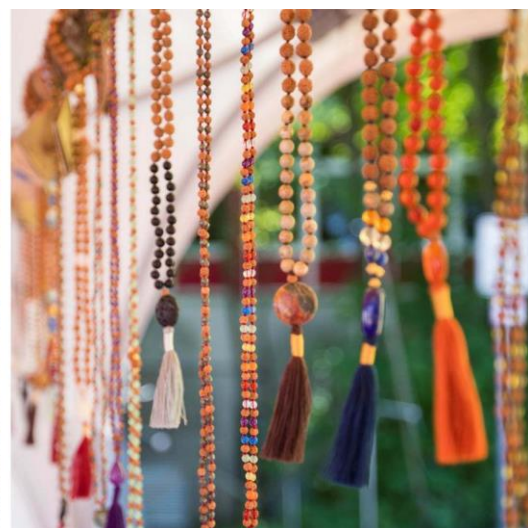


ATMA KRIYA YOGA OM CHANTING HÍRLEVÉL



2018, JÚLIUS LEGFŐBB ESEMÉNYEI

1. OM Chanting Ecuadorban
2. Miért áll ellen az elme a szadhanánknak?
3. A szadhana közös gyakorlásának fontosságáról
4. A közösségi média és a közösség építése
5. Telihold OM Chanting
6. Nemzetközi Események a Shree Peetha Nilaya-ban
7. Hazai Események



Atma Kriya Yoga
by BhaktiMarga



OM Chanting
by BhaktiMarga

1. OM CHANTING ECUADORBAN



Jai Gurudev!

Gurudzsitól azt a felkérést kaptam, hogy utazzam be Latin Amerikát. És íme. Ő szervezett meg mindent, Ő mondta, hogy menjek Ecuadorba, ahol már ismertem valakit. Egy ecuadori prabhu (fiú), aki Németországban él és 'véletlenül' 7 év távollét után ugyanabban az időben utazott Ecuadorba, amikorra én is terveztem. Hála ennek a prabhunak, Manohara Das-nak, aki, amikor én Quito-ba érkeztem, addigra már egy 5 napos programot szervezett nekem: OM Chantingot és Mudra tanfolyamot (minden nap két alkalommal), egy Project Mantra bemutatót, Sri Yantra Festés Meditációt, Babaji Surya Namaskart, és természetesen, Atma Kriya Yoga (AKY) tanfolyamot.

Mindezekre a programokra a szabadban, egy *gazebo*-ban, egy völgyben került sor, közel egy olyan hegyhez, amit szent hegynek tartanak. Szerencsésnek mondhatjuk magunkat, hogy végig a programok alatt kint lehettünk a szabadban. A helyet csodálatos kilátás vette körül. A hely tulajdonosa mindjárt érdeklődést mutatott az OM Chanting iránt, és még mielőtt megtapasztalta volna, az OMC-on való részvétel után kérte, hogy szeretne OMC szervezővé válni. Az AKY is érdekelte őt, de szombaton volt saját tanfolyama, és nekünk ez volt az utolsó napunk, így még nem tudtuk pontosan, hogy fog alakulni.

A különféle programokra más és más emberek jöttek, de ugyanaz a hat-nyolc fő minden nap részt vett a programokon. Ez egy fajta 'mini elvonulás' volt. Voltak akik nagyon erősen érezték Gurudzsi jelenlétét (bár akkor hallottak róla először), és a hely tulajdonosának élettársa álmódott Gurudzsival: azt álmódta, hogy előző mestere azt mondta neki, hogy ő már nem tud neki továbbiakban segíteni és hogy Gurudzsi az ő következő mestere.... Gurudzsi is megjelent az álmában.

Végül is mindketten elvégezték az AKY tanfolyamot és mint sokszor, valaki az utolsó pillanatban lemondta, de helyette jött két másik ember.

Az eredmény nyolc új AKY jógi és hat új OM Chanting szervező (kettő Quitóban, három Sucumbíosban, és még egy, aki Spanyolországban él.

A 'mini elvonulás' -ban az volt a legjobb, hogy mindenki valóban kapcsolódott Gurudzsihoz és érezték a Szadhana gyakorlásával az Ő áldását. Mindvégig minden csak a Szeretetről szólt:)

Köszönjük Gurudzsi!

Swamini Vishwaprabhavati Ma

2. MIÉRT ÁLL ELLEN AZ ELME A SZADHANÁNKNAK?

Részlet Paramahamsza Vishwananda Szatszangjából, 2017, november 28.



PV: Hát tudjátok, ennek több oka is van. Először is, lehet azért, mert fáradt vagy. Ilyenkor az elme azt mondja, 'Nem, nem, nem!' Azt mondja, hogy inkább aludni kellene. Vagy későn kezded el végezni a szadhanádat, mielőtt ágyba mennél és már fáradt és álmos vagy. És ha ilyenkor végzed a szadhanádat, nem tudod benne az örömed lelni. Ilyenkor automatikusan belealszol.

Nem az elme csinálja ezt veled, hanem egyszerűen jól meg kell tervezned a napodat. Miután megvacsoráztál, még üldögélsz és beszélgetsz, társalogsz, vagy még olvasol egy kicsit ezt vagy azt, és azután amikor már lefeküdnél aludni, nagyon későre jár és ekkor mondd magadnak, hogy; 'Akkor most gyakorolok.'

De ilyen állapotban hogyan lennél képes rá? Nem az elme az, ami korlátokat szab neked, hanem te magad. Mert nem tervezed meg jól a napodat. Tudjátok, hogy gyakran lehet azt hallani az emberektől, hogy, 'Ó, nekem nincs időm ezt meg ezt megcsinálni.' De ha a napodat jól beosztod, akkor mindenre lesz idő. A probléma az, hogy az emberek az életükben nagyobb hangsúlyt fektetnek a kis dolgokra és így a fontos dolgokra már nem jut idejük. Tehát, ha fő helyre teszed a fontos dolgokat, akkor a kis dolgokat bármikor meg tudod csinálni. Csak annyi az egész, hogy a megfelelő módon kell mindent megtervezned.

INSTAGRAM

[instagram.com/bhaktimargasadhana/](https://www.instagram.com/bhaktimargasadhana/)

ATMA KRIYA YOGA ON FACEBOOK

<https://www.facebook.com/atmakriyayoga/>

MAHAVATAR BABAJI FACEBOOK PAGE

<https://www.facebook.com/JagadguruBabaji/>

BHAKTI MARGA SADHANA HOMEPAGE

sadhana.bhaktimarga.org

TELEGRAM

[telegram.me/omchanting](https://www.telegram.me/omchanting)

3. A SZADHANA KÖZÖS GYAKORLÁSÁNAK FONTOSSÁGÁRÓL

Már egészen a kezdetektől Paramahamsza Vishwananda mindig kihangsúlyozta a közös imádság fontosságát. Miért van ez így? Erre az egyszerű válasz az, hogy a közösség erősebbé tesz a közös imádság által. És nemrég Paramahamsza Vishwananda szintén kiemelte annak a fontosságát, hogy a szadhanánkat végezzük együtt. Tehát Ő azt szeretné, ha erősödne a szadhana közösségünk a közös szadhana gyakorlása által. Miért akarja ezt? Szeretném ezt kifejtetni....



Az a csodálatos abban, amikor egybegyűlünk, hogy együtt végezzük a szadhanákat. Ilyenkor az áldás, amiben részesülünk jóval nagyobb: 'Részesülsz az áldásban az én gyakorlásom által, a másik pedig részesül az áldásban az én gyakorlásom által és így tovább... És ez egy pillanat alatt megtörténik! Hát nem csodálatos?

Egy másik tényező, hogy amikor egybegyűlünk, támogatjuk, bátorítjuk és motiváljuk egymást. Ezért van az, hogy a spirituális közösségek valami nagyon különlegesek – egybegyűlünk, kapcsolódunk egymáshoz, osztozunk a tapasztalatainkban és együtt fejlődünk. Gurudzsi nagyon különleges spirituális gyakorlatok csomagját adta át nekünk. Mind az öt – az OM Chanting, a Project Mantra, a Simply Meditation, a Babaji Surya Namaskar és az Atma Kriya Yoga – magukban hordozzák az Ő áldását. Ez valójában azt jelenti, hogy az áldása felfedi és gyarapítja bennünk az Isteni Szeretetet, amit mi mindannyian magunkban hordozunk. És ez kiváltképp kedvező. Ha eddig még nem ismerkedtél meg mind az ötféle gyakorlattal, akkor ne várj! Érezd magad megszólítva, hogy megismerkedj a szadhanák gazdagságával és teljességével. Személyes tapasztalataimat nem lehet szavakba önteni a közös gyakorlásra vonatkozóan – a gyakorlás minősége olyan, hogy annak kedves mivolta, szeretete és ereje szó szerint lenyűgöz... Újra meg újra megtapasztaltam, hogy a gyakorlók a közös gyakorlás végeztével egyszerűen nem tudnak elmenni. Van valami megfoghatatlan, ami összetartja őket. Én úgy nevezem ezt, 'A Szeretet Izzása'.

Az előző számunkban meghívtunk benneteket, hogy keressétek fel a helyi BM Szadhana csoportotokat. A legcsodálatosabb ezekben a csoportokban, hogy a résztvevők megosztják egymással az Isteni Szeretetet. Mert a Szeretet csak akkor nő, ha megosztjuk.

Tehát gyere el! Melyik Szadhana közösség van hozzád a legközelebb? Lásd itt: bhaktimarga.hu/Eseménynaptár

Sok szeretettel, Acyuta Atipriya Jambavatidasi

4. A KÖZÖSSÉGI MÉDIA ÉS A KÖZÖSSÉG ÉPÍTÉSE



A Szeretet természete, hogy adunk. Ugye ezért van az, hogy megosztjuk tapasztalatainkat a családdal, a barátainkkal és meghívjuk őket OM Chantingra vagy Atma Kriya Yoga tanfolyamra? Mi őszintén élvezzük és szeretjük a szadhanát, amit éppen végzünk, és minél inkább megosztjuk egymással mindent, annál jobban fejlődik a közösség és kezd családdá alakulni. Cserébe, ez arra ösztönöz minket, hogy még több szadhanát gyakoroljunk, és megosszuk tapasztalatainkat az egész világgal. A közösségi média úgy tűnik, hogy nem fér össze a spiritualitással, de vitathatatlan tény, hogy ma már ez a mindennapi élet részét képezi. Csökkenti a köztünk lévő távolságot, és sokkal könnyebbé teszi a kapcsolattartást. Ezekre az előnyekre alapozva nagyobb hangsúlyt fektetünk a közösségi média csatornáinkra, hogy a szadhana családjainkat közelebb hozzuk egymáshoz, függetlenül attól, hogy helyileg hol vannak. A célunk az, hogy emlékeztessük, buzdítsuk egymást és családként osszuk meg egymással tapasztalatainkat.

Ezt a szándékot szem előtt tartva, 2018 májusában elindítottunk egy új projektet, aminek a neve 'Japa Mala on the Go'. ('Japa Mala útközben'.) A következőképpen működik:

1. Készíts felvételeket miközben a dzsapádat végzed
2. Posztold ki az Instagram oldaladra
3. Használd a hashtag-ot #japamalaonthego

Minden vasárnap kiteszük a begyűjtött fotókat a hashtag alá, hogy éreztessük ezzel a nagy világgal, hogy valójában a világ kicsi; ismerős arcok és helyek köszönnek vissza, és átérezzük az Isten Neve zengetésének a szépségét.

Te is vegyél részt benne!

Adhikasvaraa Dasi

5. TELIHOLD OM CHANTING

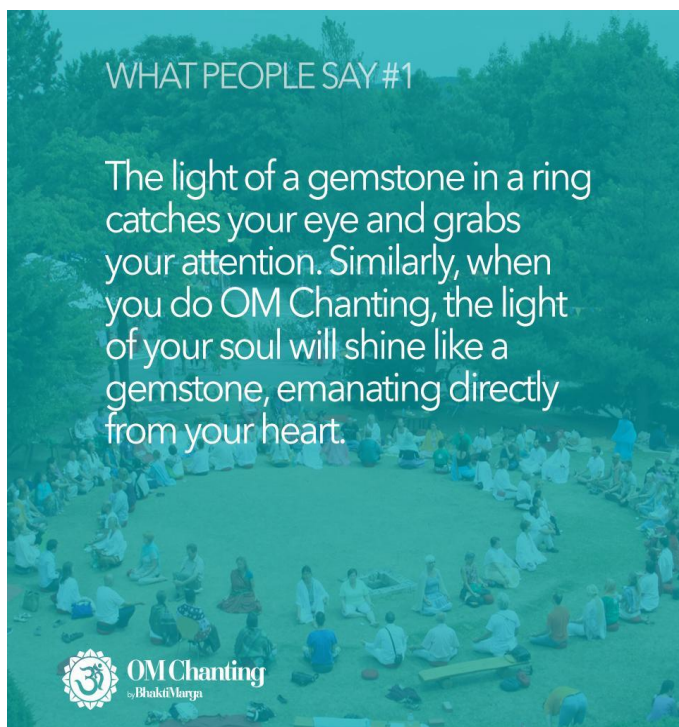


Péntek, július 27

Felajánljuk a

A Belső Békének – A Világbékéért

Gyűljünk egybe 20:00 – 21:30 h között



OM CHANTING VIDEO

www.youtube.com/watch?v=F13azWIIPnw

5. NEMZETKÖZI ESEMÉNYEK A SHREE PEETHA NILAYABAN

ATMA KRIYA YOGA TANFOLYAM NÉMET, JÚNIUS 1.-JÚLIUS 1.

Info és regisztráció:

<https://www.bhaktimarga.org/events/event/atma-kriya-yoga-course-german-8>

SIMPLY MEDITATION TANFOLYAM NÉMET, JÚLIUS 8

Info és regisztráció:

<https://www.bhaktimarga.org/events/event/simply-meditation-course-german-8>

MUDRA II TANFOLYAM NÉMET, JÚLIUS 8

Info és regisztráció:

<https://www.bhaktimarga.org/events/event/mudra-ii-course-german>

SIMPLY MEDITATION TANFOLYAM FRANCIA, JÚLIUS 14

Info és regisztráció:

<https://www.bhaktimarga.org/events/event/simply-meditation-course-french-4>

BABAJI SURYA NAMASKAR ANGOL, JÚLIUS 28

Info és regisztráció:

<https://www.bhaktimarga.org/events/event/babaji-surya-namaskar-workshop-english-5>

OM CHANTING WORKSHOP ANGOL, JÚLIUS 29

Info és regisztráció:

<https://www.bhaktimarga.org/events/event/om-chanting-workshop-english-6>

CSENDESÍTSD EL AZ ELMÉD ELŐADÁS A DZSAPÁRÓL & GYAKORLÁS RISHI TULSIDASANANDAVAL ANGOL, NÉMET, FRANCIA, JÚLIUS 29

Info és regisztráció:

<https://www.bhaktimarga.org/events/event/silence-mind-japa-talk-practice>

6.HAZAI ESEMÉNYEK OM CHANTING & KÖZÖS MANTRA ZENGETÉS A SZABADBAN

JÚLIUS 14, 10.00 H-TÓL

BUDASZENTLŐRINCI PÁLOS KOLOSTORROM TERÜLETÉN

ÉRDEKLŐDNI LEHET: 06 70 531 4990, E-MAIL: PADMAKSHI108@GMAIL.COM

MANIPURA FESZTIVÁL

JÚLIUS 13.-15.

BÁNYA-PANORÁMA DOMB, 7478 BÁRDUDVARNOK (KAPOSVÁR KÖZELÉBEN)

A FESZTIVÁL KERETÉN BELÜL MINDEN NAP LESZ OM CHANTING! (AZ IDŐPONT
LAPZÁRTAKOR MÉG NEM VOLT ISMERETES! KÖVESS BENNÜNKET A FB.ON!

ÉRDEKLŐDNI LEHET: 06 30 227 1827

OM CHANTING DUNAÚJVÁROS

JÚLIUS 25. 20.00 H

DHARMA JÓGASTUDIÓ, ESZE TAMÁS U. 13.

ÉRDEKLŐDNI LEHET: 06 20 551 5265

TOVÁBBI PROGRAMJAINKAT MEGTALÁLOD A FB OLDALAINKON:

OM CHANTING HUNGARY, BHAKTIMARGA HUNGARY

HONLAP: BHAKTIMARGA.HU