

ATMA KRIYA YOGA OM CHANTING HÍRLEVÉL



2018 FEBRUÁR FŐB ESEMÉNYEI

1. Kapcsolódás a szívén keresztül
2. M űödik a szadhana-d?
3. Történelmi Atma Kriya Yoga Oktatói elvonulás
4. Om Namo Narayanaya kezdeményezés
5. Telihold OM Chanting
6. Nemzetközi események - Shree Peetha Nilaya
7. Hazai események



Atma Kriya Yoga
by BhaktiMarga



OM Chanting
by BhaktiMarga

1. KACSOLÓDÁS A SZÍVEN KERESZTÜL

Részlet Paramahamsza Vishwananda Szatszangjából, amit az OM Chanting Nemzetközi Napok alkalmából adott 2017-ben.

Kérdés: Tudnál kérlek valamit mondani arról, hogy hogyan kapcsolódnak egymáshoz az OM Chanting körök világszerte?

Paramahamsza Vishwananda: Nos, hány ország van ma itt jelen? 41 ország! (Ennyi ország vett részt az 2017-es Nemzetközi OM Chanting Napok találkozáján). Mindannyian eljöttetek erre az egy helyre. Mi hozott el mindenkit ide, erre az egy helyre? A kapcsolódás, az egymáshoz fűző kapcsolat, igaz? Ez a kapcsolat, amit az OM Chanting világszerte megteremtett és ez azt mutatja, hogy a rezgés kiterjedése által - mint ahogy arról már korábban beszéltem (2018 Januári Hírlevél), változások mennek végbe, amik összekötik Keletet Nyugattal és ehhez minden ország hozzájárul.



Tudjátok el Őzör egyénileg járulsz hozzá. A szolgálat veled kezd Őik, azután az kiterjed környezetedre, otthonodra, emberekre, akik hozzád közel állnak és így terjed tovább. Mert ezt teszi a szolgálat.

Az OM Chanting során az történik, hogy a vibráció rezgést idéz el Őés a fák hordozzák ezt a rezgést, az állatok hordozzák ezt a rezgést és szél viszi ezt a rezgést. Terjed. Tehát te részt veszel ennek a rezgésnek a továbbításában, ezzel minden irányból kapcsolódunk.

Ez az összekapcsolódás, ez a kapcsolat, ez egy nagyobb rendszer, amit összeköt a rezgés. Ez nem csak egy küls Őrezgés, hanem a szívednek a rezgése. OM a szíved legmélye, a szívednek a dobbanása. Ha befelé hallgatsz, ha nagyon figyelmesen hallgatsz, a csend mélyén meghallod a szívverésedet, a szív csak az OM-ot mondja. Természetesen a szív verését hallod, 'bum, bum, bum, bum', de a szív finomabb hangja az az OM hang.

A szív vibrációja nem ismer országhatárokat, mert a szíved összeköt téged az egész Világmindenséggel. Ha a szíved képes Istennel összekapcsolni téged, ez azt jelenti, hogy a szív összeköt téged más, hasonló törekvés Őemberekkel is, összekapcsol olyan emberekkel, akiknek vibrációja a tiédhez hasonló, mert ez vonz, igaz? Ha van egy fajta azonosság, azok vonzzák egymást. Amikor például az utcán találkozol emberekkel, sétálsz az utcán anélkül hogy ismernél valakit, érzed, hogy a másik ember az más. Megesett ez már veletek?

Hallgatóság: Igen.

PV: Ha még soha nem találkoztál valakivel, hogy lehet hogy mégis érzel egyfajta kapcsolódást? A szíveden keresztül. Az OM Chanting is ilyen módon kapcsol össze. Er Ősebben tudatosítja benned a spirituális kapcsolódást más emberek iránt és természetesen csak így, a spirituális kapcsolat révén jöhet létre béke.

BHAKTI MARGA SZADHANA HONLAP

sadhana.bhaktimarga.org

ATMA KRIYA YOGA FACEBOOK-on

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

MAHAVATAR BABAJI FACEBOOK OLDAL

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

2. MŰKÖDIK A SZADHANA-d?

Részlet Paramahansa Vishwananda Szatszangjából, amit az OM Chanting Nemzetközi Napok alkalmából adott 2017-ben.

Kérdés: Amikor elkezdünk Atma Kriya Yoga-t rendszeresen gyakorolni, az a benyomásom, hogy sok konfliktushelyzet jön létre. Úgy tűnik, hogy minden egy transzformáló erő hatására áll. Tudnál erről beszélni egy kicsit?

Paramahansa Vishwananda: Igen. Nemrég beszéltem már a rezgésről (2018. Január Hírlevél) ami a gyakorlás során keletkezik, legyen az Atma Kriya Yoga vagy más sadhana. Nem csak az Atma Kriya Yoga gyakorló, de a világon minden spirituális ember, mindenki aki a spirituális úton van és az Isten-Tudatosság felé tart, megtapasztalja a konfliktust, mert az nem rajta kívül történik.



Kezdetben, amikor elkezded a sadhanádat, a konfliktusok benned vannak, mint az óceán köpülése*, amikor minden negativitás, ami sok korábbi életből felhalmozódott benned, a sok szamszkara, amit magaddal hoztál, ez ilyenkor mind a felszínre kerül. Ennek így kell történnie, hogy ezek megtisztulhassanak és transzformálódhassanak.

Atma Kriya egyike a legerőteljesebb technikáknak, ami ma a világon létezik. Természetesen, ahhoz hogy az összes karma eléghessen, hogy minden szamszkara és minden negativitás, nemcsak ebből az életből, hanem korábbi életből is átalakulhasson, ahhoz hogy eljuthass arra a szintre, amit szeretnél elérni, transzformáció szükséges. Ezért sokan kezdetben úgy érzik, hogy belső konfliktusokat élnek meg, miközben átalakulás megy végbe bennük. Mert ha minden csak szépen haladna, 'Leülök, most megcsinálom a Kriyámat', és ha nem érzed

*(utalás Vishnu Istenhez fűző történetre- a ford. megj.)

azt, hogy valami történik , akkor semmi sem történik. De ha azt érzed, hogy valami belül kavargó, valami forog, akkor tudod, hogy a szadhanád hat.

Vannak, akik azt mondják, 'Oh, ezt meg ezt gyakoroltam és több negativitást érzékelek körülöttem', meg ehhez hasonlók. Igen, mert ami érzékenyebbé tett és ami miatt jobban érzed magad körül a negativitást, az a szadhanád, mert megnyílsz, mert átalakulsz és több dolgot érzékel, ami eltér a normálistól... persze azért normális vagy, de ...[a hallgatóság nevet]...mint aki nincs a spirituális úton és nem érzékeli.

BHAKTI MARGA SZADHANA HONLAP

sadhana.bhaktimarga.org

ATMA KRIYA YOGA A FACEBOOK-on

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

MAHAVATAR BABAJI FACEBOOK OLDAL

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

3.TÖRTÉNELMI ATMA KRIYA YOGA OKTATÓI ELVONULÁS

Az Atma Kriya Yoga (AKY) 10 éves fennállásának ünnepén a világ minden részéről 60 tanár gyűlt össze, hogy részt vegyen a legelső AKY-Tanári elvonuláson: Néhány tanár még a legelső Atmanfolyamon vett részt, amit Gurudzsi 2007-ben tartott. Legtöbben Európából jöttek, de sokan érkeztek messziről, így Japánból, Malajziából, Kínából, Brazíliából, Törökországból és az Egyesült Államokból, valamint számos más országból.



Az első hét napban Rishi Tulsidasananda beszélt az AKY történetéről, felépítette a retreat-et, sok mőkés fotóanyagot mutatott, amit az emberek az évek során készítettek. A tanárok ismereteket szereztek a jóga történelméről és hogy hogyan fókuszáljunk a bhaktira (Isten iránt odaadás), ami az AKY-t egyedülállóvá és rendkívül érdekléssé teszi. Nagyon sok időt szántunk arra, hogy a jövő felé tekintve arról beszéljünk, hogyan építsünk fel érdekes és életképes szadhana közösségeket országainkban. Beszélgetések nagy része a csoportos foglalkozásokra irányult és arra, hogy lehet a tanítványokat még fokozottabban támogatni, hogy napi gyakorlásuk minőségét fenntartsák. A tanárok

lelkesen tértek haza, sok új ötlettel gazdagodva, hogy folytassák a Bhakti Marga Szadhanak növekedését hazájukban. Vedd fel a kapcsolatot a közeledben lévő Őtanárral és nézd meg milyen programok vannak hozzád közel.

BHAKTI MARGA SZADHANA HOHN LAP

sadhana.bhaktimarga.org

ATMA KRIYA YOGA A FACEBOOK-on

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

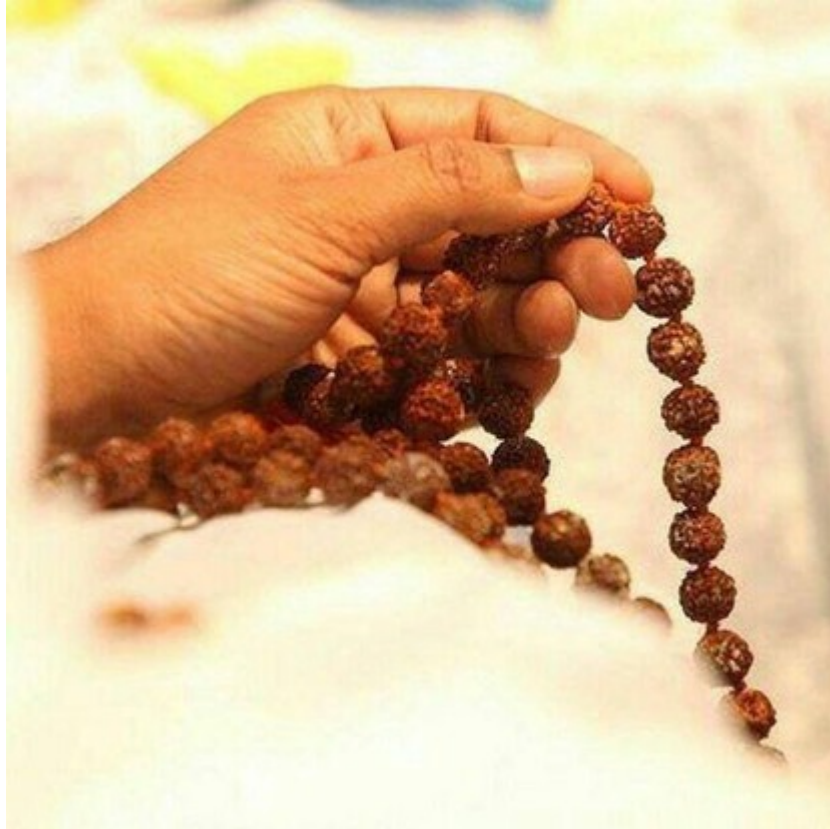
MAHAVATAR BABAJI FACEBOOK OLDAL

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

4. OM NAMO NARAYANAYA KEZDEMÉNYEZÉS

‘HOGYAN CSENDESÍTSD EL AZ ELMÉT? AZ ELME ELCSENDESÜLÉSHEZ ZENGESD ISTEN NEVEIT. EZ OLYAN, MINT AMIKOR AZ ELMÉNEK EGY JÁTÉKSZERT ADSZ, HOGY JÁTSZON VELE.’

Paramahamsza Vishwananda



Paramahamsza Vishwananda azt mondta, hogy az *Om Namo Narayanaya* zengetése a leggyorsabb és legegyszerűbb módja annak, hogy lecsendesítsük az elmét és elmélyüljünk a szívünk csendjében, ahol mélyebben kapcsolódhatunk önmagadhoz és Istenhez. Ez a mantra azt jelenti, hogy: ‘OM, én mindent átadok Neki, Akiben lakozik minden és Aki lakozik mindenben.’

Tudjuk, hogy a mantrázás hasznunkra válik, de sokszor dolgos napokon nehéz végeznünk a gyakorlatot. Ezért emberek egy kis csoportja létrehozott egy Telegram csoportot, hogy ebben egymást támogassák. Ami kezdetben egy egyszerű gondolatnak tűnt, hogy egy kör malát (108 x) zengetünk az Om Namo Narayanaya mantrával, megadott napokon este 9 órakor (mindenki a saját időzónájában) a csoport létszáma néhány tucat emberről csupán 24 órán belül több mint 700-ra növekedett!

Ez az ötlet olyan mértékben sikeresnek bizonyult, hogy a szervezők ezt a gondolatot tovább kiterjesztették azokra az estékre is, amikor Gurudzszi Darshant ad. Ha szeretnél Te is tagja lenni ennek a Telegram csoportnak, itt további információt kaphatsz:

https://t.me/joinchat/Am7BtEW4kK1_H0yjfHXwUg

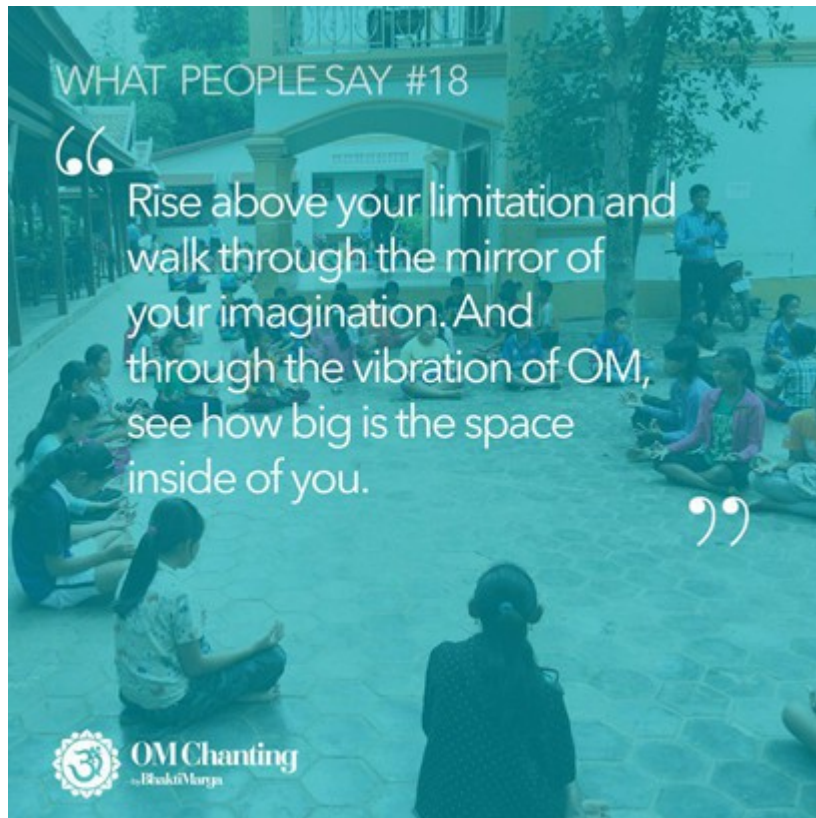
5. TELI HOLD OM CHANTING

Mivel februárban nincs Telihold, ezért a februárhoz közel eső Telihold időpontokat adjuk meg:
2018, január 31. szerda és 2018, március 2. péntek

Felajánljuk:

Bocsáss meg magadnak és másoknak

Gyűjünk egybe 20:00 – 21:30



JUST LOVE FESTIVAL

justlovesfestival.org

OM CHANTING VIDEO: ANGOLUL

www.youtube.com/watch?v=FI3azWIIPnw

KÖVESD AZ OM CHANTING-ot a TELEGRAM CSATORNÁN

<https://telegram.me/omchanting>

6. NEMZETKÖZI ESEMÉNYEK

SHREE PEETHA NILAYA

SRI YANTRA FESTŐTANFOLYAM

ANGOL ÉS NÉMET, 2018, február 2-4

Információ és regisztráció:

<https://www.bhaktimarga.org/events/event/sri-yantra-drawing-course-february-2018>

MUDRA 1 TANFOLYAM

NÉMET, 2018, február 3

Információ és regisztráció:

<https://www.bhaktimarga.org/events/event/mudra-i-course-german-0>

SRI YANTRA FESTŐ MEDITÁCIÓ - 9 LÉPÉS ISTENHEZ

ANGOL ÉS NÉMET, 2018, február 5

Információ és regisztráció:

<https://www.bhaktimarga.org/events/event/sri-yantra-painting-meditation-9-steps-divinity-feb-5-2018>

SRI YANTRA FESTŐ MEDITÁCIÓ - 9 LÉPÉS ISTENHEZ

ANGOL ÉS NÉMET, 2018, február 5

Információ és regisztráció:

<https://www.bhaktimarga.org/events/event/sri-yantra-painting-meditation-9-steps-divinity-feb-11-2018>

SRI YANTRA RAJZOLÁS, TANÁR KÉPZÉS. 2. SZINT

ANGOL ÉS NÉMET, 2018, FEB 15-19

Információ és regisztráció:

<https://www.bhaktimarga.org/events/event/sri-yantra-drawing-teacher-training-level-2-february-2018>

ATMA KRIYA YOGA TANFOLYAM

NÉMET, 2018, FEB 23-25

Információ és regisztráció:

<https://www.bhaktimarga.org/events/event/atma-kriya-yoga-course-german-4>

A BHAKTI YOGA SZELLEME

NÉMET, 2018 FEB 23-25

Információ és regisztráció:

<https://www.bhaktimarga.org/events/event/spirit-bhakti-yoga-februar>

7. HAZAI ESEMÉNYEK

BUDAPEST

február 1. 19:00, február 22. 19:00

Lelked Tükre Stúdió, Budapest, VI. ker. Csengery u. 64/I.e. 13.

DUNAÚJVÁROS

január 31. (Telihold OMC) 20:00 - Dharma Jóga Stúdió, Dunaujváros, Esze Tamás u. 13.

Gyerekeknek: február 2. 17:00 , február 16. 17:00

NAGYVENYIM

január 29. 18:00 - Palágyi József Művelődési Ház, Nagyvenyim, Főu. 16.

SZEGED

január 31. 20:00, (Telihold OMC); február 12. 18:00

Csakrafa, Szeged, Moszkvai körút 4. (bejárat az udvarban)

JÁSZBERÉNY

február 14. 18:00

Ifjúsági Ház, Jászberény, Bercsényi u. 1/a (könyvtár mellett)

KAPOSVÁR

február 13. 18:00, február 27. 18:00

Toldi Iskola, Kaposvár, Szondi u. 3.

NAGYKÁTA

február 15. 18:00

Czakó Drogéria, Nagykáta, Petőfi Sándor u. 24.

BUDAKESZI

február 3. 19:00 - Budakeszi, Sugár u. 4925 hrsz.

február 23. 18:30 - Generációk Háza, Budakeszi, Erdőu. 83.

A részvétel ingyenes, a költségek
fedezésére adományt elfogadunk
Érdeklőni lehet +36 30 736 9502
omchanting.org
bhaktimarga.hu