

Mensagem 11

Wijchen, Holanda, 16 de Julho de 1999

MENSAGEM DE CONCLUSÃO DA DIGRESSÃO EUROPEIA DE SHIBENDU LAHIRI DE 1999

Tapah-swadhyaya-isvarapranidhanani kriya yoga. (Patanjali)

Kriya Yoga é um movimento de swadhaya (estudo dos modos do eu) para isvarapranidhanani (percepção da totalidade) através de tapas (prática de kriya). Um Kriya Yogi está estabelecido no estado natural e deste modo é libertado do sufoco dos mitos, perversidades e doenças da mente. Também é a Astanga Yoga na forma sem esforço.

Astanga Yoga

Astanga significa oito aspetos. Yoga significa integração. Astanga Yoga indica oito aspetos de vivência integrada na qual todas as compulsões conflituosas da mente (consciência separativa) chegaram ao fim.

I.YAMA: significado original = regulamentos (cinco yamas).

Dois da boca 1-não mentir 2-nenhuns vícios

Dois das mãos 1-não roubar 2-nenhuma violência

Um genital 1-não ter comportamento sexual incorreto

II.NIYAMA: significado original = regras (cinco Niyamas)

1- Soucha (asseio)

2- Santosha (contentamento)

3- Dama (simplicidade/austeridade)

4- Daana (caridade/fazer algo em troca de nada)

5- Daya (compaixão).

III.ASANA: significado original = sentar. Sentar-se em quietude/recolhimento.

IV.PRANAYAMA: regulação da respiração/mente.

Consequência do pranayama: término das ideias, ou seja, emergência do entendimento interior.

V.PRATYAHARA: (12x1). Término dos hábitos e bloqueios mentais, isto é, o surgimento da vida holística e da vida saudável.

VI.DHARANA: (12x120=144). Início do processo de pausas ocasionais dos movimentos separativos/divisórios da consciência.

VII.DHYANA: (12x12x12=1 728). Estado contemplativo desperto, ou seja, meditação sem meditador.

VIII.SAMADDHI: (12x12x12x12=20 736) significado original = Estado de plena atenção com equanimidade.

Sabikalpa (ocasional), **Nirbikalpa** (perpétuo). Uma consequência mais profunda é o mergulhar mais profundamente nessa dimensão da existência (não é uma experiência) quando o estímulo e a resposta se tornam um movimento unitário.

A iluminação, dentro do mistério da existência, é instantânea, e, portanto não pertence ao tempo, apesar de acontecer no decurso do tempo, como o climax do processo da Kriya de claridade no pensamento, caridade no sentir e castidade no comportamento.

A explosão na iluminação não é devida ao processo de Yoga, mas independente dele! A Yoga será talvez a via mais conducente até essa explosão, que não tem causa, ou seja não está condicionada pela mesquinha cadeia de causa e efeito. É A GRAÇA SUPREMA.

JAI LAHIRI MAHASAY