

Biografia de Shri Mataji

Shri Mataji nasceu em 21 de março de 1923, em Chindwara, na Índia. Suas notáveis qualidades espirituais manifestaram-se desde a mais tenra infância. Ainda menina, conviveu com Gandhi que, reconhecendo estas qualidades, costumava consultá-la frequentemente sobre questões espirituais. Quando jovem, participou intensamente ao lado de Gandhi na luta pela independência da Índia como líder de movimentos juvenis.

Shri Mataji estudou Medicina e casou-se com Sir C. P. Srivastava, que foi, durante anos, o Secretário-Geral da Organização da ONU para Assuntos Marítimos, até 1989. Eles tiveram duas filhas e quatro netos.

A partir de 1970, Shri Mataji começou a sua missão espiritual, dedicando sua vida à difusão da Sahaja Yoga. Ela viajou inúmeras vezes pelos cinco continentes, levando a sua grandiosa mensagem e oferecendo a Realização do Si àqueles que a desejassem.

Como reconhecimento pelo seu trabalho, Shri Mataji recebeu inúmeras distinções, dentre as quais a Medalha da Paz das Nações Unidas, o Prêmio Pêliade para Paz (Itália) e a Medalha de Ouro para a Paz, conferida pelo Ecoforum (Bulgária). Ela foi eleita Membro Honorário da Academia Petrowskaja de Ciências e Artes de São Petersburgo.

Shri Mataji enfatiza que o verdadeiro conhecimento espiritual deve ser gratuito e se coloca contra os falsos mestres espirituais que manipulam e enganam seus discípulos.

“A Realização do Si é um direito seu e não pode ser comprado.”

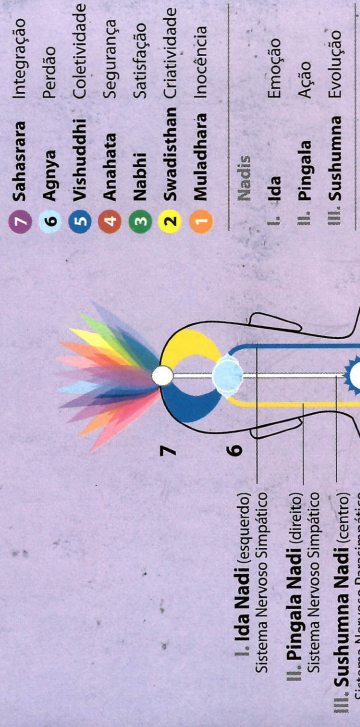
Shri Mataji Nirmala Devi



Sahaja Yoga



Shri Mataji Nirmala Devi



SAHAJA YOGA NO BRASIL

Acre	Minas Gerais
Alagoas	Paraíba
Bahia	Paraná
Ceará	Pernambuco
Distrito Federal	Rio de Janeiro
Espírito Santo	Rio Grande do Norte
Goiás	Rio Grande do Sul
Maranhão	São Paulo
Mato Grosso	Tocantins

www.sahajayoga.org.br

A Busca da Verdade

“O homem, na sua busca da felicidade, está se afastando de seu próprio si, que é a única fonte verdadeira de paz e felicidade.”

Shri Mataji Nirmala Devi

A Sahaja Yoga

“Você não poderá conhecer o verdadeiro significado da sua própria vida enquanto não estiver conectado com o Poder que o criou.”

Shri Mataji Nirmala Devi

A Sahaja Yoga é um método simples e acessível a todos, que permite, de forma espontânea, o estabelecimento da união, a “Yoga” entre a nossa consciência e o Si, ou Espírito, que é a dimensão infinita ou divina de cada um de nós. Este acontecimento, denominado “Realização do Si” se produz através do despertar de uma energia divina, chamada Kundalini, em sânscrito, que até então encontrava-se adormecida na região do osso sacro.

Shri Mataji Nirmala Devi revolucionou o Yoga ao desenvolver este sistema, inédito na história da humanidade, através do qual, o despertar da Kundalini tornou-se acessível a qualquer um que sinceramente o deseje.

A Sahaja Yoga não é uma doutrina ou uma filosofia, mas sim um processo vivo com o Poder Divino Onipresente que permeia todo o universo. A conexão somente é estabelecida com o evento do despertar da Kundalini. Este é o início de um profundo processo de transformação e crescimento que permite concretizar as mais altas potencialidades humanas e conduzir a um estado de profunda paz, regozijo, harmonia e verdadeira satisfação.

A Sahaja Yoga está estabelecida em mais de 100 países e todos os seus ensinamentos, palestras, cursos e conferências são gratuitos.

Através dos séculos, o homem construiu uma civilização rica em realizações materiais, desenvolvimento científico e inovações tecnológicas. Apesar disso, em quase todos os países, sejam economicamente desenvolvidos ou não, a insatisfação aumenta, as enfermidades físicas, emocionais e mentais proliferam e mais do que nunca as pessoas anseiam pela paz. Inúmeros buscadores, tentando encontrar uma

A Meditação

“A meditação é a única maneira através da qual você poderá crescer. Não há outro meio.”

Shri Mataji Nirmala Devi

A meditação é o estado no qual cessam todas as atividades mentais e ao mesmo tempo permanecemos absolutamente conscientes e pacíficos. Neste estado a nossa consciência alcança um nível acima dos pensamentos do dia-a-dia, e então podemos experimentar o mais completo silêncio interior, o que se poderia chamar “o eterno presente”. Este estado ocorre sem nenhum esforço, de maneira espontânea, quando a Kundalini se eleva e a nossa atenção se dirige ao sétimo chakra, localizado na região da fontanela, no topo da cabeça.

Faça a experiência: sente-se comodamente em frente à foto de Shri Mataji, com os pés descalços e com as mãos sobre os joelhos, com as palmas voltadas para cima. Feche os olhos, coloque a sua atenção no topo da cabeça e sinta a beatitude da meditação, acompanhada por uma suave brisa fresca nas mãos ou na cabeça. Seus pensamentos permanecerão afastados e este estado perdurará na medida em que você mantiver a atenção no topo da cabeça.

nova dimensão para as suas vidas, experimentaram desde as drogas até os cultos religiosos ou os estilos de vida alternativos. Outros, em meio à confusão, nem sequer sabem o que estão buscando e somente experimentam uma insatisfação crescente em tudo o que fazem.

Que busca é essa? O que realmente desejamos?

Os Benefícios da Sahaja Yoga

Quando despertada, a Kundalini atravessa os centros de energia (chakras) de nosso sistema sutil e os purifica, nutre e integra. Os bloqueios porventura existentes são localizados e removidos. Desta forma os nossos males físicos, emocionais e mentais são curados pela raiz. **A prática da meditação na Sahaja Yoga permite que nos identifiquemos com nosso verdadeiro ser, o Espírito, e abandonemos espontaneamente todos os hábitos negativos para nossa evolução espiritual.** Através da Sahaja Yoga, desenvolvemos uma visão do mundo que não é mais dominada pelo ego nem pelos condicionamentos e alcançamos assim um estado de paz interior que se reflete no mundo que nos cerca.

Depois da Realização do Si

A Kundalini recém-despertada pode ser comparada a uma semente que se transformou em uma pequena planta, logo após a sua germinação. Necessita ser cuidada e cultivada para que cresça e se torne uma grande e frondosa árvore. Este “cultivo” é feito através da meditação diária de, pelo menos, quinze minutos pela manhã e à noite. O crescimento após a Realização, entretanto, é um fenômeno coletivo. A Sahaja Yoga não é um conjunto de técnicas que podem ser praticadas individualmente por cada um. Além da meditação diária em sua casa, portanto, é fundamental que você participe das meditações coletivas. **Toda a programação da Sahaja Yoga é gratuita. Acesse o site para maiores informações.**