

### Ritmos da Tradição-Lahiri

Para começar, imaginem uma pequena e linda montanha coberta de neve. Em ambos os lados, existem vilas e estradas ziguezagueantes na montanha para se poder chegar de um lado ao outro. Depois foi construída uma estrada e um túnel e as pessoas que utilizavam a estrada antiga chegam agora ao seu destino muito mais rapidamente. Assim, aqueles que adoptam a verdade da Tradição-Lahiri da Kriya Yoga (Swadhyay – Tapas – Iswara Pranidhan) chegam facilmente à casa da Divindade, sem esforço e rapidamente.

Eis agora os ritmos:

#### I. 4 'Tês entre os Processos Guru e Discípulo

1. Trust - Confiança (Shraddha)
2. Time-Together – Tempo passado em conjunto (Paryupasana)
3. Touch – Toque (Pranam e a benção através do toque na cabeça e costas)
4. Teachings – Ensinamentos(Vaani)

#### II. 3 'Tês` – Finalidade da Guru Dakshina

1. Travel – Viagens
2. Tratamento
3. Templo

#### III. 4 'Pês` – Benções da Kriya Yoga

1. Paz
2. Protecção
3. Prosperidade
4. Perdão (Não como desamparo que surge da mente, mas como uma resposta afectuosa da

Vida)

#### IV. 2 'eMes` – O que é Meditação?

1. Me-deletion - Desaparecimento do eu
2. (not) Me-dictation - (e não) a ditadura do eu

#### V. 2 'Ós- O que é a Vida?

1. Opposites-free Awareness - Pura Consciência livre de opostos
2. Omnisciência- Omnipresença-Omnipresença

#### VI. 15 'eNes` para os Kriyabans

1. Nenhuma Pratikriyas (reações da mente), mas sim Kriyas (só acções da Vida)
2. Nenhuma Viyoga (desintegração), mas sim Yoga (integração)
3. Nenhuma Vibhakti (divisão), mas Bhakti (Pura Consciência livre de divisões)
4. Nenhuma Chittavritti (actividades da mente), mas sim Chaitanya (Inteligência
5. Nenhuma insensatez,mas sim Nenhuma-Mente
6. Nenhuma perversidade, mas sim Sabedoria
7. Nenhum conceitos, mas sim Compreensão
8. Nenhuma raiva, mas sim Afecção
9. Nenhuma agitação, mas sim Pura Consciência
10. Nenhuma condição-"eu", mas sim o que "É"
11. Nenhuma notoriedade, mas sim Nobreza
12. Nenhum seguidismo, mas sim Florescer
13. Nenhuma luxúria, mas sim Amor
14. Nenhum pensamento, mas sim Verdade
15. Nenhuma crenças, mas sim Felicidade

Universal)

## VII. 6 Paramitas (Perfeições) de Bodhichetana (da Pura Consciência Buda)

1. Generosidade
2. Disciplina
3. Paciência
4. Diligência sem desvios
5. Samadhi ou sunyataa
6. Sabedoria para além das palavras, para lá das palavras

## VIII. 4 'Pês` de Ganesha Baba

1. Pranav (Som Divino do Silêncio (Aum))
2. Pranayam (Kriya Pranayama)
3. Postura
4. Pinealização (Atenção em Kuthastha; terceiro olho)

## XIX. 2 'Cês`

1. Cleanliness – Pureza
2. Contentamento

## XX. 6 'Dês`

1. Dama (Simplicidade /Austeridade)
2. Daana (Caridade/ fazer algo por nada)
3. Dayaa (Compaixão)
4. Death (Morte), 5. Divindade, 6. Destino

Nem conhecido nem conhecido mas sim Incognoscível

## XI. 3 'Ás`

1. Awareness Choice-less - Pura Consciência sem-escolhas
2. Astitwa (Estado Natural)
3. Aananda (Pura Alegria)

## XII. 3 'Ys`

1. Sharvaka(y)ana: Abandonar “o que deveria ser”, ou seja, o despertar de “o Que É”
2. Bodhisattva(y)ana : Transformar os rituais na Alegria do Espiritual
3. Vajra(y)ana: Liberdade em relação ao conhecimento para que haja o florescimento do

saber.

Tudo isto leva ao Estado Natural:

**Uttamaa Sahajaavasthaa**

**Madhyamaa Dhyana Dhaarna**

**Japapaathascha Adhamaa  
Shaastra charchaa dhamaa dhamaa**

Quando Krishna (o Estado Divino ou Divindade) fala, o tempo pára; a mente é tempo. As suas actividades (exércitos) ficam paralizadas para que floresça a Vida – Divindade – Pura Consciência livre de divisões - “Nenhuma-mente” - Inominável – Incomensurável – Omnipresença!!!

**Jai Rhythms**