



Levántate y Brilla!

Viviendo KRIYA
REVISTA DEL ARTE DE LA PAZ



Volumen 9, No.2

Marzo – diciembre 2013

Feliz Navidad & Nuevo Año Santo 2014!

Amadas almas:

¡Hari om desde Francia! En este tiempo tan auspicioso de Natividad, me inclino ante todos ustedes y les deseo la más pura y santa Navidad y Año Nuevo.

Muchos de nosotros llegamos a esta parte del año cansados del trabajo o la escuela, estresados y preocupados por los gastos resultantes de la organización de tantas y fiestas y de los regalos navideños. Consecuentemente, resulta más y más difícil conectarnos con el verdadero significado de la Navidad y entrar en este Nuevo Año, este nuevo ciclo, con una mente más consciente, calma y clara.

Cada respiración es una oportunidad de cambio. Cada respiración inhalada con una atención calma cambia nuestro estado mental. Si lo deseamos, podemos cambiar cada día.

Durante este tiempo sagrado, cuando billones de personas en todo el mundo recuerdan el nacimiento de Cristo, somos bendecidos con una energía espiritual especial, que puede ayudarnos a alcanzar nuestra transformación y despertar interior. Los invito y animo a darse más que nunca, este regalo de Navidad y Nuevo Año. A darse “el presente presente”, un momento para “ser” y a través de ello, “devenir” un nuevo ser, lleno del amor y la bondad de Jesús Cristo. ❖

EN ESTA EDICIÓN

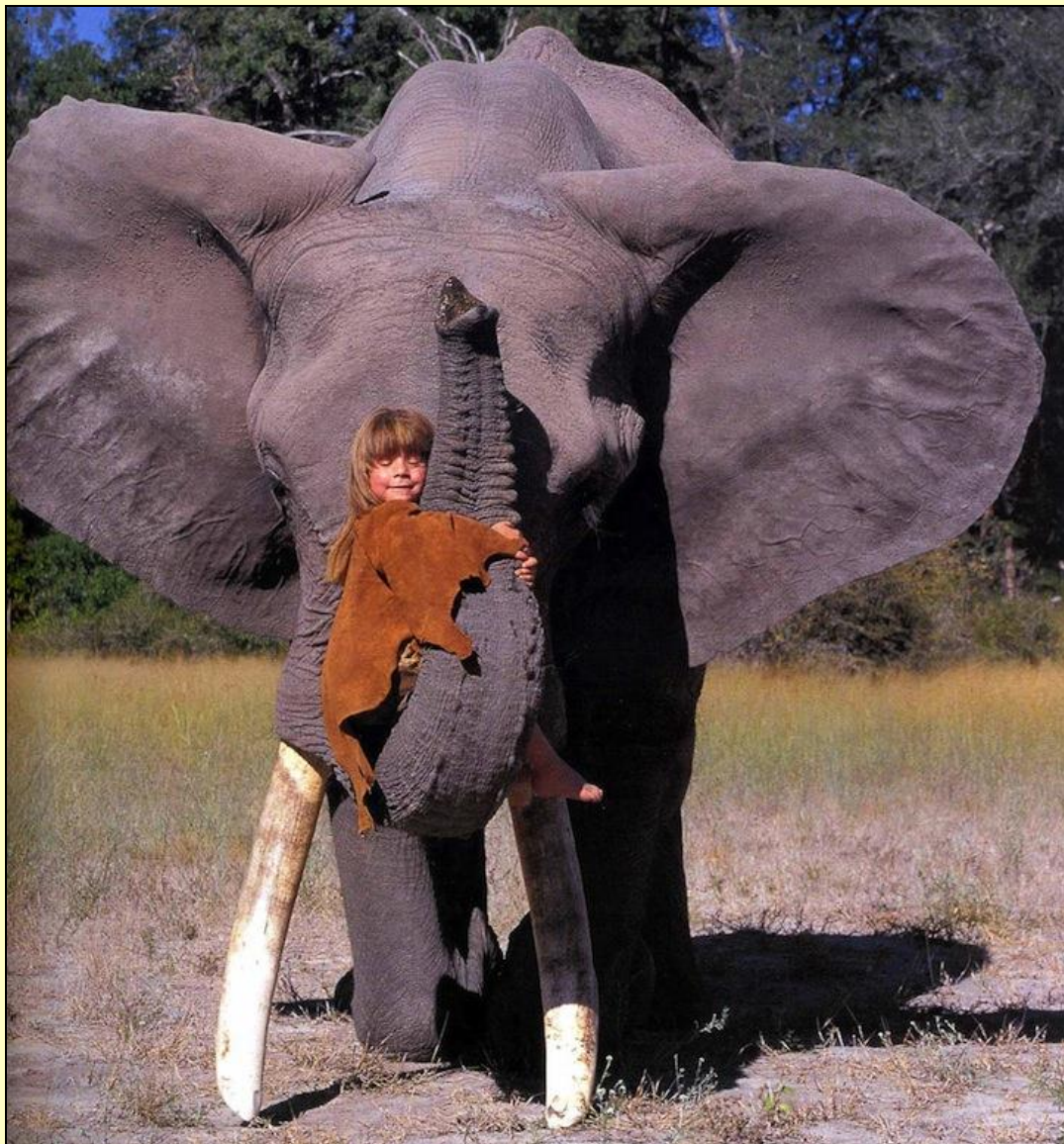
- 1 Feliz Navidad & Nuevo Año Santo 2014!
- 2 El Desafío y la Promesa del 2014
- 3 Saludo Navideño de Fra Angélico
- 4 Círculos de Consciencia: una invitación
- 5 Satsangs y Meditaciones Guiadas en Línea
- 6 Una Mina de Tesoros Inspiradores
- 7 Nuestra Página Facebook
- 8 Por Favor Recuerda Dar una Pequeña Ayuda...

El Desafío y la Promesa del 2014

El 2014 está llegando, y nos ayuda a continuar el proceso comenzado en el 2013 –limpiar, clarificar, simplificar nuestra vida. En este Nuevo Año, es más importante que nunca ser auténticos –quitarnos las máscaras y enfrentar el mundo con un corazón y espíritu inocentes, libres de toda pretensión, excusas y retrasos.

Reflexionemos en este gran aforismo de las Escrituras Yóguicas: “Si quieres la Verdad, la Verdad te querrá a ti. Si proteges la Verdad, la Verdad te protegerá a ti.” ¡Hagamos la prueba y verifiquémoslo en nuestra propia vida!

En la Biblia (Mateo 19:14 y Lucas 18:16), Jesús dijo: “Dejad a los niños venir a mí, y no se lo impidáis; porque de los tales es el reino de los cielos.” Podemos ver cómo sería ser un niño así de inocente y natural viendo a [Tippi, la niña francesa de 7 años que creció con animales salvajes en la selva africana.](#) ❖





Saludo Navideño de Fra Angélico

Para reconectarnos con el verdadero significado de Navidad, quiero compartir con ustedes esta carta escrita por el fraile y pintor italiano Fraile Angélico, también conocido como "El Pintor Angélico" (1387-1455).

Los saludo a ustedes. Soy su amigo, y mi amor por ustedes es profundo.

Hay nada que yo pueda darles que ustedes no tengan ya, pero hay mucho, mucho, que si bien no puedo dar, ustedes pueden tomar.

Ningún cielo viene a nosotros a menos que nuestros corazones encuentren descanso hoy.

Toma cielo.

Ninguna paz reposa en el futuro que no se encuentre escondida en este preciso pequeño instante.

Toma paz.

La penumbra del mundo es sólo una sombra. Detrás de ella, aún dentro a nuestro alcance es dicha. Hay resplandor y coraje en la oscuridad si tan sólo podemos ver; y ver, sólo tenemos que mirar.

La vida es un dador tan generoso, pero nosotros, juzgando estos regalos por sus envoltorios, los deseamos como feos, duros o pesados. Remueve los envoltorios, y encuentra debajo un esplendor viviente, tejido de amor, sabiduría, y poder. Dale la bienvenida, salúdalo, y toca las manos del ángel que lo trae.

Todo ello a lo que llamamos prueba, dolor, deber, créeme, que mano del ángel está allí, el regalo está allí, y la maravilla de una Presencia que eclipsa.

Nuestras alegrías, también, no contentarnos con ellas como alegrías. Ellas, también, ocultan regalos divinos.

La vida está tan llena de mensajes y propósitos, tan llenos de belleza debajo de sus envoltorios, que encontrarás que la tierra encubre tu cielo.

Coraje, entonces, para reclamarlo, jeso es todo! Pero coraje ya tienes, y el conocimiento de que somos peregrinos pasando por tierras inciertas en nuestro camino a casa.

Y también, en estos tiempos de Navidad, te saludo, no exactamente como el mundo saluda, sino con una estima profunda ahora y siempre.

El día rompe y las sombras vuelan lejos.

Círculos de Consciencia: una invitación



Juntos podemos construir un mundo sin miedos, dichoso y compasivo, un individuo por vez. Primero, debemos meditar, traer a la mente a su estado natural, divino, y ver la belleza de nuestra Alma en nosotros y en todos. Segundo, debemos ayudar a las personas a elevar sus consciencias al compartir nuestros regalos espirituales de la calma, el amor y la meditación con nuestros amigos, familia y conocidos.

Por ello los invito a todos a unirme en la formación de Círculos de Consciencia, un encuentro mensual de buscadores espirituales de cualquier creencia o tradición. Seguimos un protocolo simple: comenzamos con una oración o la afirmación de una intención, seguida por la lectura de un texto espiritual, el canto de algunos mantras de paz, una pequeña meditación por la paz, la repetición del Gayatri Mantra y el Om, la meditación de los Chakras, una ceremonia de fuego, y la distribución de la comida consagrada (*prasad*).

Estos encuentros han sido conducidos con gran éxito aquí en Francia, y por su naturaleza universal y no religiosa, invita a todos, tanto ateos como creyentes. Cualquier individuo o grupo Kriya puede comenzar estos Círculos de Consciencia en su propio hogar o en el centro de meditación/yoga.

Estaré enviando un pequeño libro como guía y algunos archivos de audio en mi próximo mensaje para ayudarlos a comenzar, y estaré ofreciendo una demostración (en español) en nuestro próximo Satsang online el Sábado 25 de Enero.



Satsangs y Meditaciones Guiadas en Línea

Durante los últimos meses, he estado conduciendo satsangs y meditaciones guiadas a través de internet para nuestros miembros Kriya de habla Hispana, contando con una muy buena participación de grupos Kriya e individuales de 13 países diferentes.

Si hablas español, vives lejos de tu centro Kriya local y te gustaría unirse a estos encuentros mensuales, por favor envíanos una petición de invitación.

Una Mina de Tesoros Inspiradores

Para inspirarlos y apoyarlos en su práctica, he agrandado considerablemente nuestro sitio web en estos últimos meses.

Podrás descargar sin costo una gran colección de Libros y Revistas sobre Kriya Yoga –algunos de ellos extremadamente raros; Videos en nuestro Canal YouTube; Grabaciones de audio de nuestros satsangs y meditaciones guiadas; y mucha más información acerca de nuestros limpiezas de salud holísticas y entrenamientos.

El itinerario de mi gira del 2014 se encuentra también en línea.

Nuestra Página Facebook

Hemos comenzado una nueva página Facebook moderada por nuestro gran amigo y kriyavan Martín Cáceres Baba.

Todo los buscadores sinceros son invitados a participar, y elevarnos mutuamente el espíritu!



Por Favor Recuerda Dar una Pequeña Ayuda...

Gracias al servicio desinteresado de nuestros voluntarios y staff de la Red del Amor en Brasil, Colombia, Bolivia e India, nuestras actividades caritativas continúan a brindar comida, educación y luz espiritual a la Herencia Inocente del Mundo-niños de la calle, viudas abandonadas, ciudadanos ancianos.

Sin embargo estas actividades requieren dinero, y nuestras donaciones se han visto drásticamente reducidas en los dos últimos años.

Como verás en nuestra página, una donación puede ser ¡tan pequeña como 1 o 5 dólares! ¿Considerarías brindar una pequeña ayuda a nuestros amigos inocentes, de tanto en tanto?

Con todo mi amor y apoyo incondicional, me inclino ante ustedes y les deseo la ¡más Feliz y Santa Navidad de la Temporada!

El Arte de la Paz

Sitio web: artedelapaz.wix.com/kriyayoga

Email: titi.artofpeace@gmail.com