

Dear Friends,

Differently from other editions, we dedicate this edition to share and search for what Swaha's sangha means to us.

How we practice being a member of the sangha and how we contribute to the whole. One of the most important tools for growth is mirroring, learning to give and receive feedback.

No better place for that than the sangha, guided by our Beloved Swaha.

We wish all of you, including ourselves, a fruitful time reading what our Master and many friends share in this edition.

We hope it may touch and move the sangha to grow more and more mature, so we dare to come forth and share what we are showered with.

Thank you, Beloved Master,
Buddham Sharanam Gacchami.
Thank you Beloved Swaha,
for creating the conditions
so we also can grow towards
Sangham Sharanam Gacchami.

On behalf of all contributors, Namaste

Luerido amigo e querida amiga,

Diferentemente das outras edições, dedicamos esta a compartilhar e a buscar o que a sangha de Swaha significa para nós.

Como praticamos ser membro da sangha e como contribuímos para o todo. Uma das ferramentas mais importantes para o crescimento é o espelhamento, aprender a dar e a receber feedback.

Não há lugar melhor para isso do que a sangha, guiada por nosso Amado Swaha.

Desejamos a todos vocês, inclusive a nós mesmos, um momento frutífero, lendo o que nosso Mestre e muitos amigos compartilham nesta edição. Esperamos que ela toque e inspire a sangha a amadurecer cada vez mais, para ousarmos a dar um passo adiante e compartilhar o que recebemos em abundância.

Obrigado, Amado Mestre,
Buddham Sharanam Gacchami.
Obrigado, Amado Swaha,
por criar condições para que possamos
crescer em direção ao
Sangham Sharanam Gacchami.

Em nome de todos os colaboradores, Namastê



Welcome inside, dear friend Bem-vindo, querido amigo



6 Quotes from Swaha 6 Frases de Swaha



23 Bowing Down 23 Curvando-se



34 Sangha digital



10 See yourself 10 Enxergue-se



26 Open up! 26 Abra-se



36 <u>Um Poema</u>





30 Overcoming restistance

14 Availability

38 Obrigado, Babaji



18 Sangham Sharanam Gacchami 18 Sangham Sharanam Gacchami



32 A call from Osho 33 <u>Um chamado de Osho</u>



40 Links and Contacts 40 Links e informação para Contato

In this magazine, we share about our beloved Master, Vasant Swaha, and how we experience being on the path with him.

The main intention is to support our connection with and the service to the Master, each other and our environment.

We also love to share about what happens at Dharma Mountain in Norway and Mevlana Garden in Brazil, the two places where we gather to celebrate our life under the guidance of a living Master and join the retreats given by him.

Nesta revista compartilhamos sobre nosso amado Mestre, Vasant Swaha, e nossa experiência de estar no caminho com ele.

A principal intenção é apoiar nossa conexão com o Mestre, com o ambiente e entre nós, além de ser um suporte enquanto servimos a ele, à sangha e ao ambiente.

Nós também amamos compartilhar sobre o que acontece na Dharma Mountain, na Noruega, e no Mevlana Garden, no Brasil, os dois lugares onde nos reunimos para celebrar a vida sob a orientação de um Mestre vivo e participamos dos retiros oferecidos por ele.



The second shelter is the commune.

Each awakened one creates a commune because, without it, a buddha cannot function. A commune means his energy field, his love field – the people who have joined with the Master. It is an alternative society to the ordinary, mundane society that goes after the comforts of the world. The commune is a small oasis in the desert of this world. This is what it is to be in the sangha created by an awakened one – a small oasis in which life is lived with a totally different gestalt, a totally different vision, a totally different goal, where life is lived with purpose, meaning.

O segundo abrigo é a comuna. Cada pessoa desperta cria uma comuna, porque não é possível um buda agir sem ela. Uma comuna significa seu campo de energia, seu campo de amor — as pessoas que se uniram ao Mestre. É uma sociedade alternativa à sociedade comum e mundana que busca os confortos do mundo. A comuna é um pequeno oásis no deserto deste mundo. Isso é o que significa estar na sangha criada por um ser desperto um pequeno oásis no qual a vida é vivida com uma gestalt totalmente diferente, uma visão totalmente diferente, um objetivo totalmente diferente, onde a vida é vivida com propósito, significado.

To an outsider, it may look like madness, but this madness has a method. In the commune, life is lived prayerfully, in an alert, friendly and awake way. Life is not just accidental – it's growing more and more in a certain direction, towards a certain destination, where you are no more just like a driftwood.

I'm reading you this because this is what's happening here. And nobody is saying it as beautifully as my Master."

Excerpt from Satsang, 18.10. 2021

Para alguém de fora, isso pode parecer loucura, mas essa loucura tem um método. Na comuna, a vida é vivida em espírito de oração, de forma atenta, amigável e desperta. A vida não é apenas acidental, ela cresce cada vez mais em determinada direção, rumo a determinado destino, onde você não é mais como uma madeira à deriva.

Estou lendo isso para vocês, porque é o que está acontecendo aqui. E ninguém diz isso de forma tão bela quanto meu Mestre."

Trecho de Satsang, 18.10.2021



From a letter to Swaha:

I feel that life is a gift by itself, and that everything changes all the time as a big play, and that the sangha is a booster for everything that needs to come up in all areas.

Swaha replies in Satsang:

If you are with me, then things will come up very quickly, like a booster.

Here, you can go through things very quickly. It just depends on your availability, on your readiness, but sooner or later everything will come up.

And if you really are a sannyasin, then you will get excited because you will grow very quickly. You have to cleanse yourself, see yourself in many different situations, so you gain trust in yourself.

From Satsang, 28.09.2015



De uma carta para Swaha:

Sinto que a vida, em si, é uma dádiva, e que tudo muda o tempo todo como uma grande brincadeira, e que a sangha incentiva tudo o que precisa vir à tona em todas as áreas.

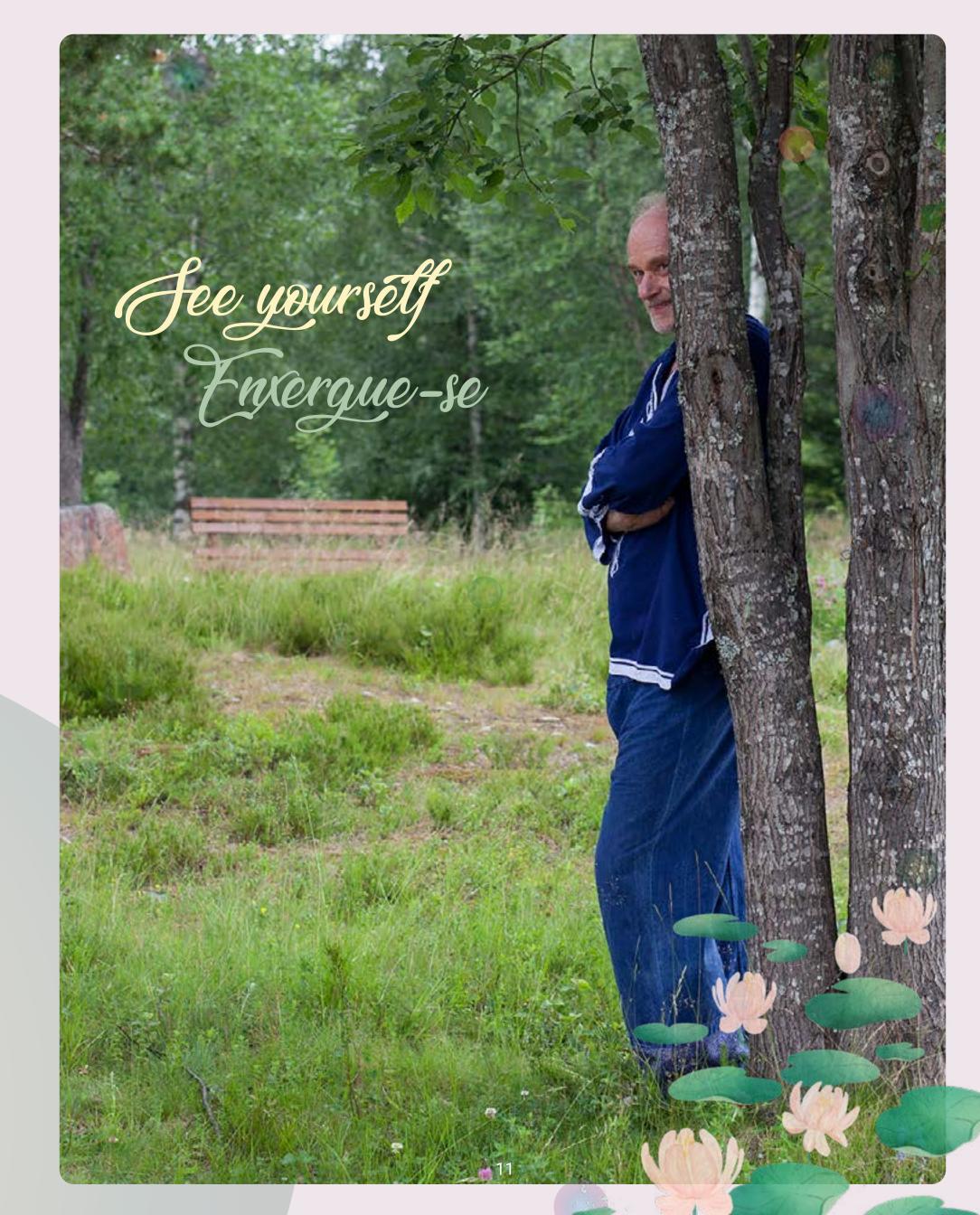
Swaha responde em Satsang:

Se você estiver comigo, as coisas virão à tona muito rapidamente, como um incentivador. Aqui é possível passar por tudo muito rapidamente.

Depende apenas de sua disponibilidade, de sua prontidão; entretanto, mais cedo ou mais tarde tudo virá à tona. E se você realmente for um sannyasin, ficará entusiasmado, porque crescerá muito rapidamente.

É preciso purificar-se, enxergar-se em muitas situações diferentes, para ganhar confiança em si mesmo.

Do Satsang de 28.09.2015



Friends Sharing about the Sangha Amigos e amigas compartitham sobre a sangha

"When I am not in the retreat, I often find it harder to stay connected with the sangha, to keep my practice. I'm so easily sucked back into the world. However, I always find myself seeing Babaji in everything; when I'm out in nature I can feel and connect with him so strongly. It's a constant reminder that something is moving in me, I am changing. The growing trust in him is a beautiful thing to see in myself. He gives me the courage to keep going deeper. And this is also supported by this beautiful community that is the sangha."

"Quando não estou no retiro, muitas vezes acho mais difícil ficar conectado com a sangha, manter minha prática. Sou facilmente sugado de volta para o mundo. Mas sempre me pego vendo Babaji em tudo; quando estou na natureza, consigo senti-lo e me conectar com ele de uma forma muito forte. É um lembrete constante de que algo está se movendo dentro de mim, que estou mudando. A crescente confiança nele é uma coisa linda de se ver em mim. Ele me dá coragem para continuar me aprofundando, e isso tem também o apoio dessa comunidade bonita que é a sangha."

"Practicing being part of the sangha happens through spontaneous or scheduled meetings and sharings.

I loved to garden, be with what happened there and used to touch and talk as if all that grew/grows is as conscious as we are.

Different forms, but same spirits. Now being in the sangha, I see the same energy happening in my actions and in meditation.

Reflecting on how I contribute has to do with care for the individual and the whole. It is an energetic process that happens."

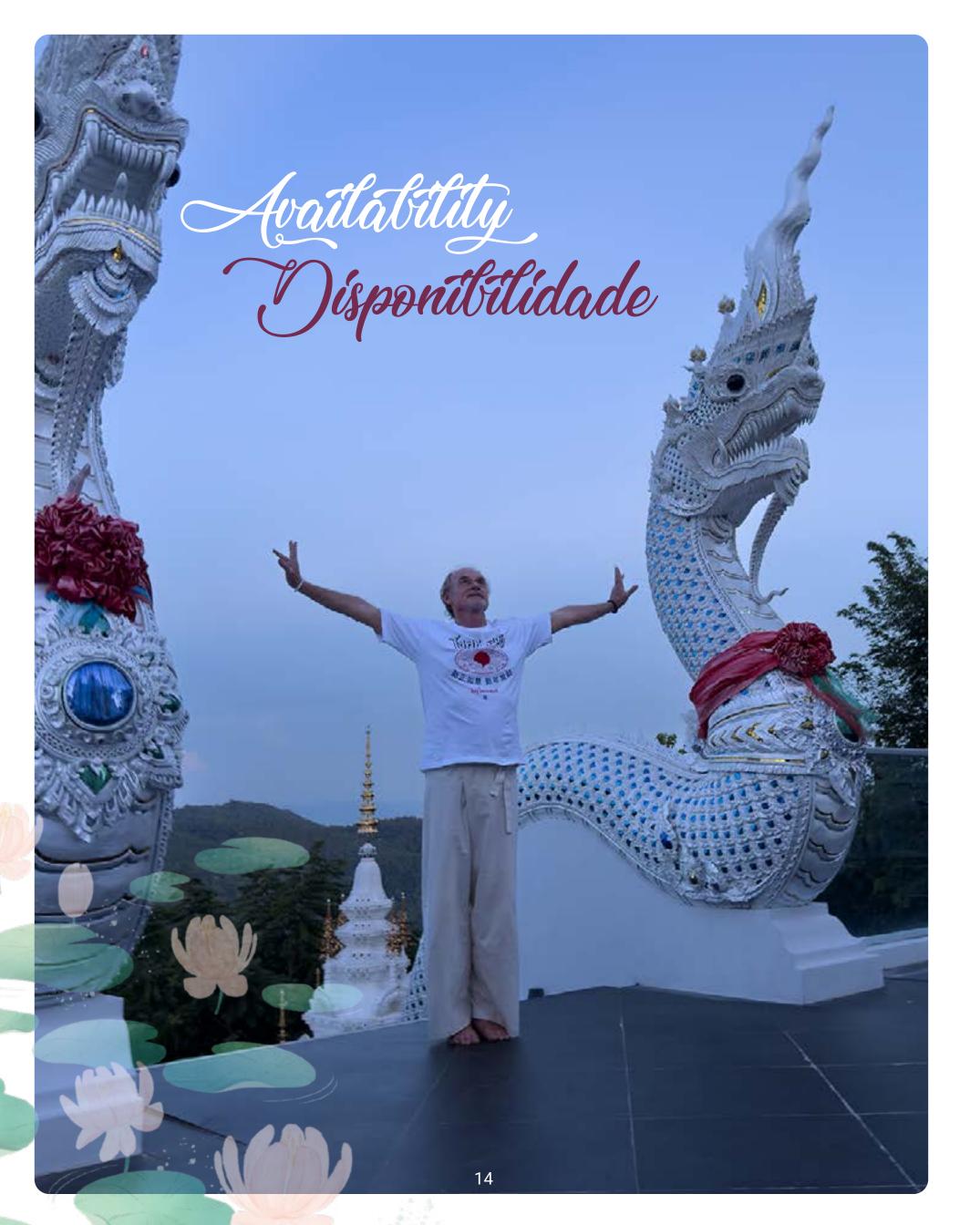
"A prática de fazer parte da sangha acontece por meio de reuniões e compartilhamentos espontâneos ou programados. Eu adorava jardinar, estar com o que acontecia lá e costumava tocar e conversar como se tudo o que crescia/ cresce fosse tão consciente quanto nós. Formas diferentes, mas os mesmos espíritos. Agora que estou na sangha, vejo a mesma energia acontecendo em minhas ações e na meditação. Refletir sobre como contribuo tem a ver com o cuidado com o indivíduo e com o todo. É um processo energético que acontece."

"For me the sangha is a living organism and, as such, it is constantly changing. I feel connected with this, and this allows me to transform and evolve together with it, collectively. The more I open up, the more I feel that this belonging becomes more fluid, lighter, with more compassion and acceptance. And this can be very supportive when I'm between retreats.

The mirrors I see in friends, and the mirror I can be for them, allow me to get to know myself more deeply, to accept who I am and to remain steady – even when I felt like giving up."

"Para mim a sangha é um organismo vivo,
e como tal, está em constante transformação.
Sinto-me conectado a ela, e isso me permite transformar
e evoluir junto com ela, coletivamente. Quanto mais me abro,
mais sinto que esse pertencimento se torna mais fluido,
mais leve, com mais compaixão e aceitação. E isso pode ser
um grande apoio quando estou entre retiros.
Os espelhos que enxergo em meus amigos e o espelho
que posso ser para eles permitem que eu me conheça mais
profundamente, aceite quem sou e permaneça firme –
mesmo quando tive vontade de desistir."

12



It is impossible for people to transform if they don't have a common thing, which is the Master. Then, they all have the love, the focus, the essence in the Master. So, the more they are connected with that, understanding their own process, the more devoted they are and total they are. There will be less likes and dislikes. They will just be available to be in the service of the buddha, of truth, of love, creating more harmony, so new people can come.

This is what they say:

Buddham Sharanam Gacchami. Sangham Sharanam Gacchami. Dhammam Sharanam Gacchami.

First, you have to be available for the Master.

Then you have to go through the purification of the sangha.

Then, you can surrender to the ultimate, because now you have cleansed yourself.

Now you are devoted to the truth, to the formless...

From Satsang, 26.07.2015

É impossível as pessoas se transformarem quando não há algo em comum entre elas, que é o Mestre. Quando há, todos têm amor, foco e a essência no Mestre.

Assim, quanto mais estiverem conectadas a isso, compreendendo o próprio processo, mais devotadas e totais elas serão. Haverá menos gostos e desgostos.

Elas estarão simplesmente disponíveis para estar a serviço do buddha, da verdade, do amor, criando mais harmonia para que novas pessoas possam vir.

Isto é o que dizem:

Buddham Sharanam Gacchami, Sangham Sharanam Gacchami, Dhammam Sharanam Gacchami.

Primeiro, é preciso estar disponível para o Mestre.

Depois, é preciso passar pela purificação da sangha.

Então, você poderá se entregar ao definitivo, porque terá se purificado.

Agora você é devoto da verdade, daquilo que não tem forma...

Do Satsang de 26.07.2015

Friends Sharing about the Sangha

Amigos e amigas compartilham sobre a sangha

"As soon as I see the sign Dharma Mountain beside the road, I feel like I am going to the feet of the sangha. If I do things there, like painting, I contribute to making things more beautiful than they already are. I feel blessed that I can contribute to making it also an oasis for the others and for visitors. I often feel that I walk on holy ground because the footsteps of the Master are there."

"Assim que vejo a placa da Dharma Mountain na estrada, sinto que estou indo aos pés da Sangha. Se faço coisas lá, como pintar, contribuo para tornar as coisas mais bonitas do que já são. Sinto-me abençoado por poder contribuir para torná-la um oásis para os outros e para visitantes também. Muitas vezes sinto que caminho em solo sagrado, pois as pegadas do Mestre estão lá."

"I have realized that the connection with the sangha is related to the connection with myself. I cannot force this connection or force my contribution in the sangha. It depends on how foggy or clear I am, how much I see and connect with myself; it depends on my maturity, on how blind or open-eyed I am."

"Percebi que a conexão com a sangha está relacionada à conexão comigo mesma. Não é possível forçar essa conexão ou forçar minha contribuição na sangha. Depende, se estou enevoada ou se tenho clareza, se me enxergo e me conecto comigo mesma; depende da minha maturidade, se estou cega ou de olhos abertos."



"The time when I'm "in the world" is both an integration and a challenge to check how much I have understood from what I learn in the retreats with Swaha. This is the moment when I see how much I have changed, when I experience the strength and support the heart gives when I'm connected to it. So this period "on my own" pushes me into myself; I have to find love, peace, silence in me. I have to be a light unto myself, and that's so beautiful. I feel it's really the diamond that Swaha shares with us."

"O tempo em que estou "no mundo" é tanto uma integração quanto um desafio para verificar o quanto já entendi do que aprendo nos retiros com Swaha. Esse é o momento em que vejo o quanto mudei, é quando sinto a força e o apoio que o coração dá quando estou conectada a ele. Então esse período "sozinha" me empurra para dentro de mim mesma; tenho que encontrar amor, paz, silêncio em mim. Preciso ser uma luz para mim mesma, e isso é tão bonito. Sinto que esse é o diamante que Swaha compartilha conosco."

Sangham Sharanam Gacchami.

"You take shelter in the commune, in the sangha of the Buddha.

And not only in the sangha that is here, but the sangha that has been all through the history of the enlightened ones: in the truth, in those who are living the truth and who want to wake up. That is the cleansing. Then you have to function with others and that takes a lot of responsibility, awareness. It's easier just to surrender to the Buddha, but that may not be real surrender – you just have the Guru in your back pocket:

"I have surrendered". But you don't know anything about surrender, because surrender will burn all the impurities away.

The sangha means that now you have to go through it, you have to watch yourself, you have to get feedback, you have to see how you're functioning with the others."

From Satsang, 31.07.2013

Sangham Sharanam Gacchami.

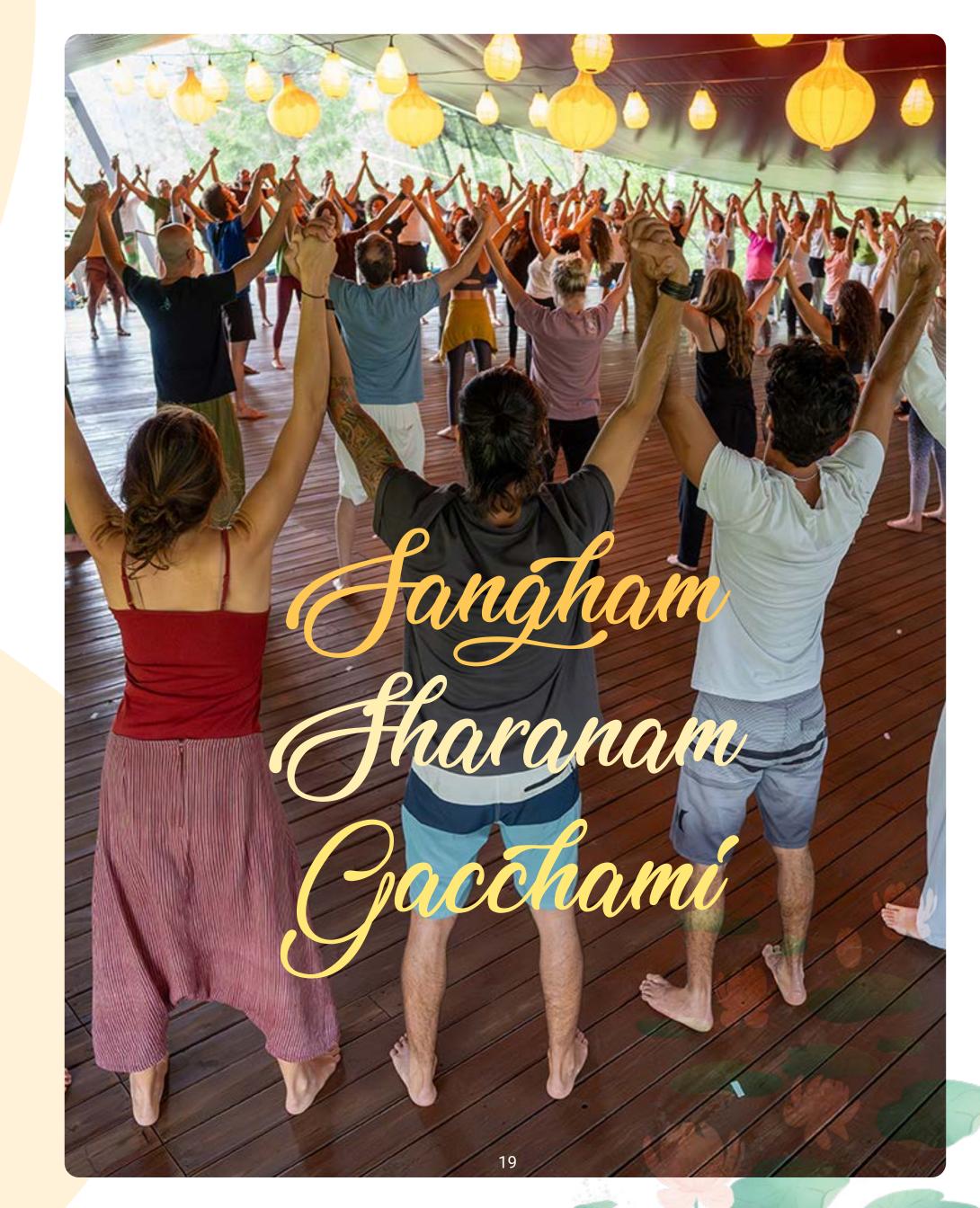
"Você se refugia na comuna, na sangha do Buda.

E não apenas na sangha que está aqui, mas na sangha que existiu em toda a história dos iluminados: na verdade, naqueles que estão vivendo a verdade e que querem despertar. Essa é a limpeza. Então você precisa trabalhar com os outros e isso exige muita responsabilidade e consciência. É mais fácil simplesmente se entregar ao Buda, mas isso pode não ser uma entrega real, você só mantém o Guru em seu bolso de trás:

"Eu me entreguei". Mas você não sabe nada sobre entrega, porque a entrega queimará todas as impurezas.

A sangha significa que agora é preciso passar por ela, é preciso observar-se, é preciso receber feedback, é preciso enxergar como você está funcionando com os outros".

Do Satsang de 31.07.2013



Friends Sharing about Feedback

Amigos e amigas compartitham sobre feedback

"For me, it is sharing how I see things and defining my boundaries. When people are very outgoing during periods of silence, I remind them of the program. I also got feedback that I wasn't silent during the silence period, which was a good reminder. At first, it caused a defensive reaction in me, but shortly after I recognized these games, feedback became more of a support. I don't integrate something; it integrates by itself. Living here in Hedalen, being connected with Dharma Mountain and the sangha immediately reminds me again and again of being with a Master, and through Swaha, also with Osho, Jesus, the Masters."

"Para mim, é compartilhar como vejo as coisas e definir meus limites. Quando as pessoas estão muito extrovertidas durante os períodos de silêncio, eu as lembro do programa. Também recebi feedback de que não estava em silêncio durante o período de silêncio, o que foi um bom lembrete. No início, isso causou uma reação defensiva em mim, mas logo que reconheci esses jogos, o feedback tornou-se mais apoio. Eu não integro algo; as coisas integram-se sozinhas. Viver aqui em Hedalen, estar conectado com a Dharma Mountain e com a sangha me faz lembrar imediatamente, de novo e de novo, que estou com um Mestre e, por meio de Swaha, também com Osho, Jesus e os Mestres."

"When I perceive the feedback as negative, my ego still gets hurt, but I feel it's important to watch this defensiveness in myself. Long after receiving feedback, I catch myself noticing my actions or thoughts really lining up with what I had received. I'm being able to watch again and again the habits that no longer serve me and remind myself that it's up to me to change and to only point the finger inward."

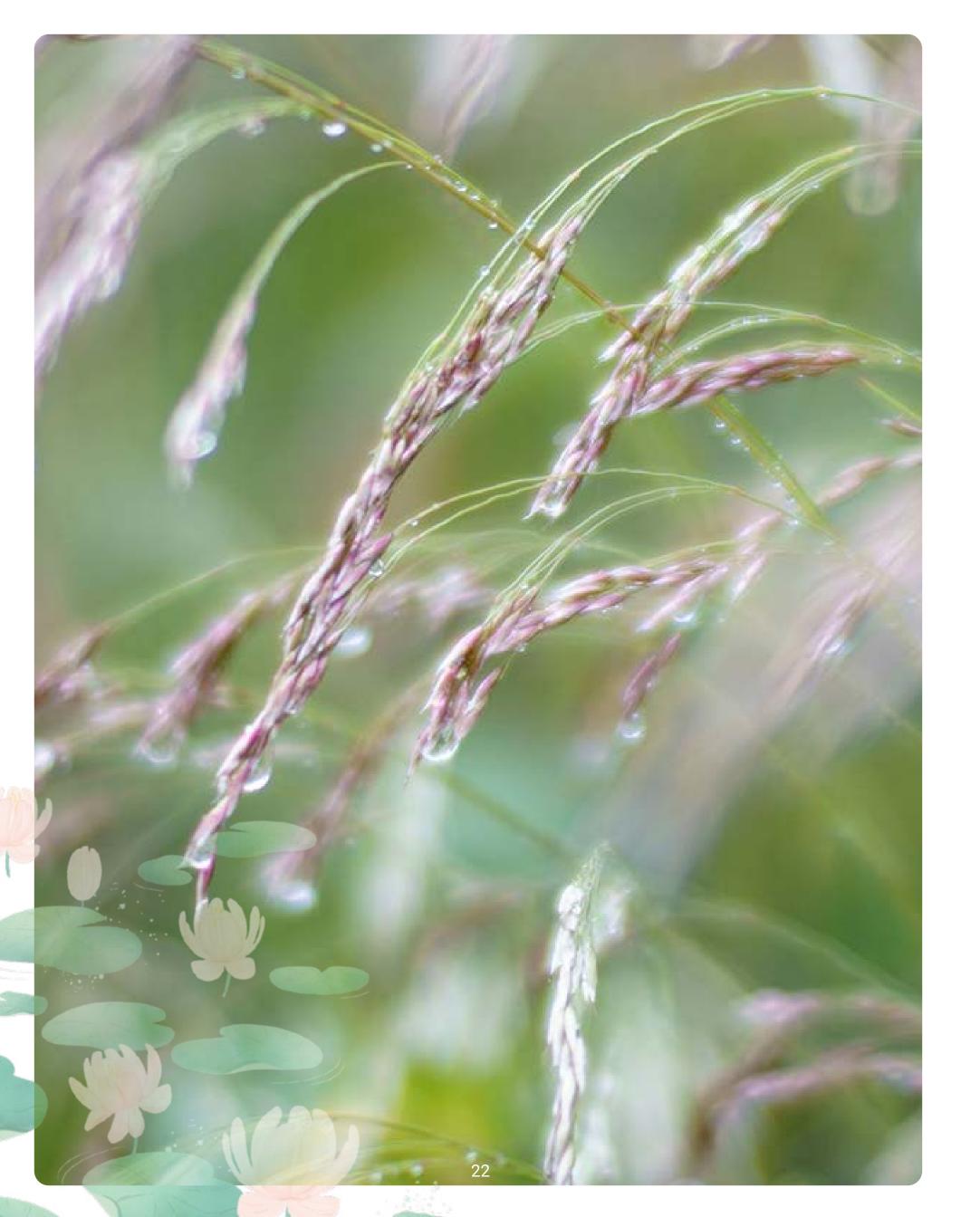
"Quando percebo o feedback como negativo, meu ego ainda se machuca, mas sinto que é importante observar essa defensividade em mim mesmo.

Muito tempo depois de receber o feedback, percebo que minhas ações ou pensamentos estão de acordo com o que recebi. Com frequência, estou conseguindo observar os hábitos que não me servem mais, lembrar-me de que cabe a mim mudar e apontar o dedo apenas para dentro."

"I try to take it in and take the responsibility on myself. The span is becoming shorter: earlier the mind-fucking would have been longer. But being here in the sangha really helps to see myself and to stop my reactive self quicker and quicker and take the responsibility. It's all connected, I feel that this practice of giving and receiving feedback is really applicable to when I go back home. I really try to take that with me, for a lot of the work (in myself) is in between the retreats."

"Tento absorver tudo e assumir a responsabilidade. A duração está diminuindo: antes, a confusão da mente estendia-se por mais tempo. Mas estar aqui na sangha me ajuda muito a me enxergar, a impedir meu eu reativo cada vez mais rapidamente e a assumir a responsabilidade. Sinto que essa prática de dar e receber feedback de fato é aplicável quando volto para casa. Eu me esforço para levar isso comigo, pois muito do trabalho (em mim mesmo) é feito entre os retiros."

20





From a letter to Swaha:

Should one bow down and accept all feedbacks and decisions that come from the sangha, even when it feels like there is an ego involved in them? Is that part of the surrender, Sangham Sharanam Gacchami?

Swaha replies in Satsang:

Yes, you should accept and bow down to any decision that comes from the people who have that role in the sangha. That's the whole thing with this Sangham Sharanam Gacchami, Dhammam Sharanam Gacchami, Buddham Sharanam Gacchami.

"I go to the feet of the Master." That's why you are here. You go to the feet of the Guru, you have felt something. Then the next is the sangha – you have to be involved with the sangha, that is the purification. It is much more difficult to surrender to the sangha because they are just like you, or much worse. For some people, it's hard enough to surrender to the Master. So, to surrender to somebody who is just an ego like you is tough. But that's how it is. Answering your question, "should one bow down and accept?": I don't know if you need to bow down, but you should accept.

You are here to grow, and you only grow when you let go.

From Satsang, 09.02.2024

Curvando-se

De uma carta para Swaha:

Devemos nos curvar e aceitar todos os feedbacks e todas as decisões que vêm da sangha, mesmo quando parece que há um ego envolvido? Isso faz parte da entrega, Sangham Sharanam Gacchami?

Swaha responde em Satsang:

Sim, você deve aceitar e se curvar a qualquer decisão que venha das pessoas que têm esse papel na sangha. É isso o que significa Sangham Sharanam Gacchami, Dhammam Sharanam Gacchami, Buddham Sharanam Gacchami. "Vou aos pés do Mestre".

É por isso que você está aqui. Você vai aos pés do Guru, você sentiu algo. Em seguida, a sangha; essa é a purificação. É muito mais difícil entregar-se à sangha, porque eles são como você, ou muito pior. Para algumas pessoas já é difícil entregar-se ao Mestre.

Então, entregar-se a alguém que é apenas um ego como você é difícil.

Mas é assim. Respondendo à sua pergunta, "devemos aceitar e nos curvar?":

não sei se você precisa curvar-se, mas deve aceitar.

Você está aqui para crescer, e cresce apenas quando se solta.

Do Satsang de 09.02.2024



"It's not easy because it demands that I come out and express what is happening inside or what I see. So, it is a challenge because it makes me stand up for myself, which means I have to be clear enough inside to be real. It's a learning process. I tend to react and protect myself at the moment it comes, even if deep inside I know it is needed. I see there is something inside of me that is free, that understands I am not this ego that wants to protect itself. Yet, it's not always that I manage to trust this something inside and let go, receive. But it's like growing up, it's an ongoing learning; and I see the changes happening."

"Não é fácil, pois isso exige que eu vá para fora e expresse o que está acontecendo dentro ou o que enxergo. Portanto, é um desafio, porque isso faz com que eu me assuma - o que significa que preciso ter clareza suficiente dentro para ser real. É um processo de aprendizado. Minha tendência é reagir e me proteger no momento em que acontece, ainda que, no fundo, eu saiba que é necessário. Vejo que tem algo dentro de mim que é livre, que entende que não sou este ego que quer se proteger. Ainda assim, não é sempre que consigo confiar neste algo dentro, deixar ir e receber. Mas é como crescer, é um processo contínuo; e enxergo as mudanças acontecendo."

"Feedback for me means nourishment for our spiritual growth. When we meet, it is because I want to discover the part of me that I don't know yet; it is not about the work, about daily stuff, schedules, plans and ideas. And valuing the actions of myself and others is rooted in "walk your talk", not in believing what we say." "Feedback para mim significa nutrição para nosso crescimento espiritual. Quando nos encontramos é porque quero descobrir a parte de mim que ainda não conheço; não tem a ver com trabalho, com coisas cotidianas, com programações, com planos e ideias. E valorizar minhas ações e as dos outros fundamenta-se em "faça o que você diz", não em acreditar no que dizemos."





From a letter to Swaha:

Some friends have already given me feedback. I relaxed for a while, and then I noticed I was acting the same way again.

Swaha replies in Satsang:

Just take more and more notice. That is already a great sign that you are noticing how you function. Most people don't. We're functioning in a totally automatic mode. And if you say something to people, they get very upset, hurt. "I thought you were my friend, and you are telling me this. It hurts me. You are not my friend." But the real friend will give feedback.

Most people don't like to give feedback. "Because me... I am such a goody-goody,
I cannot give feedback." To give feedback in a constructive, loving way is an art.

And you can only do that if you come from your heart, from your love, from understanding.

People don't like to receive feedback, and they also don't want to give feedback.

That's one of the reasons why people don't grow.

The more you open up, trust yourself, and take notice of your own blind spots, the happier you will be to get feedback.

From Satsang, 16.10.2021

De uma carta para Swaha:

Alguns amigos já me deram feedback. Relaxei por um tempo, depois percebi que estava agindo da mesma maneira novamente.

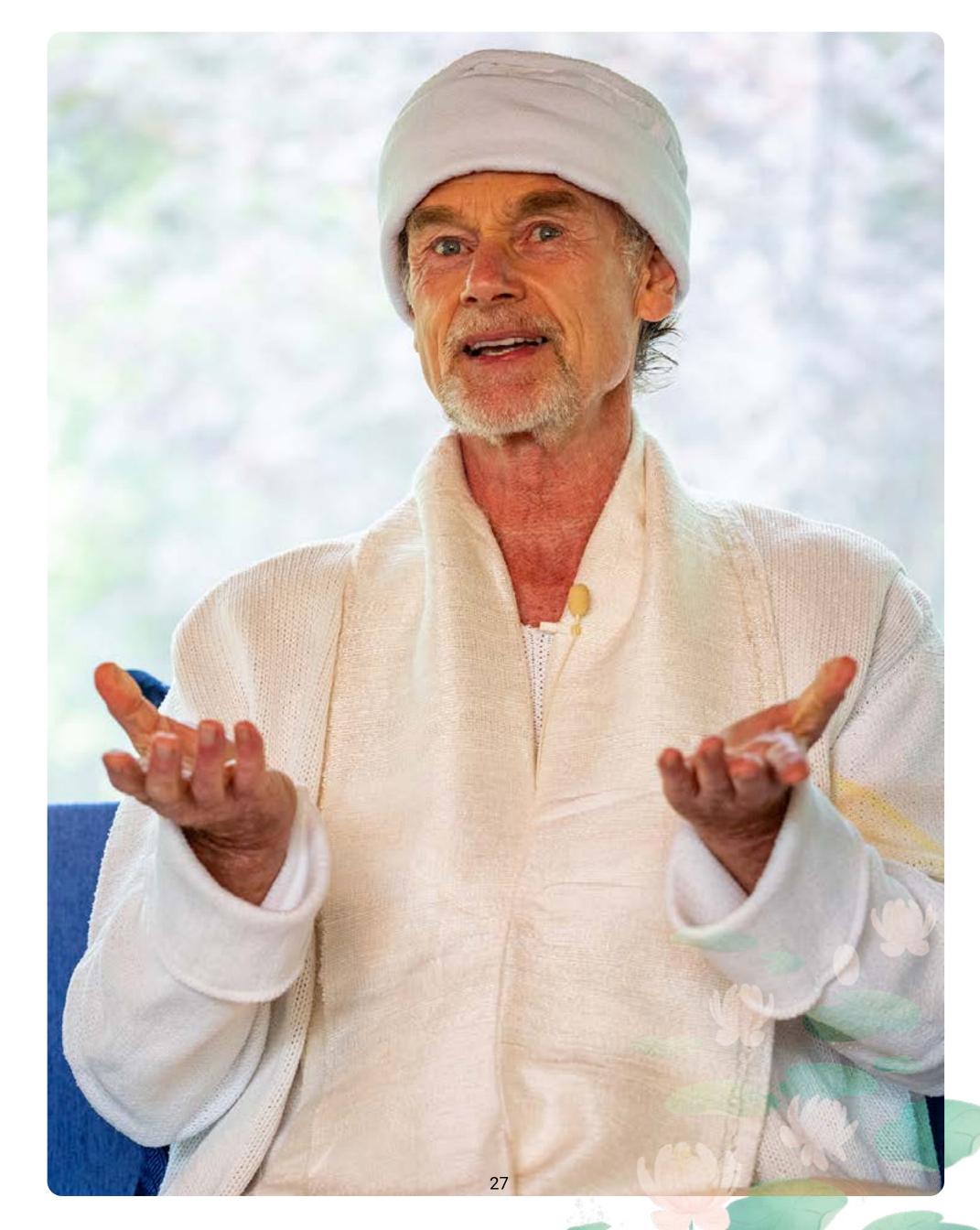
Swaha responde em Satsang:

Apenas preste mais e mais atenção. Isso já é um ótimo sinal de que está percebendo como você funciona; a maioria das pessoas não está. Funcionamos de maneira totalmente automática, e se você diz algo às pessoas, elas ficam muito chateadas, magoadas.

"Achei que você fosse meu amigo e agora me diz isso. Isso me magoa. Você não é meu amigo." Mas um verdadeiro amigo vai te dar feedback.

A maioria das pessoas não gosta de dar feedback. "Porque eu... Sou tão bonzinho, não posso dar feedback." Dar feedback de forma construtiva e amorosa é uma arte. E só é possível fazer isso se vier do coração, do amor, da compreensão. As pessoas não gostam de receber feedback e também não querem dar feedback. Esse é um dos motivos pelos quais as pessoas não crescem. Quanto mais você se abrir, confiar em si mesmo e perceber seus próprios pontos cegos, mais feliz ficará em receber feedback.

Do Satsang de 16.10.2021



Friends Sharing about Feedback

Amigos e amigas compartilham sobre feedback

"Giving feedback is still a little challenging. It's still new to me to give feedback at all, especially in a loving way. I haven't really done this much before with loved ones, often keeping these things I notice inside. I'm used to only doing this at work in the heat of the moment, not really noticing how it comes out. But since being here, I really see the great opportunity to help others (and myself) to see all these games we have, to really feel and look after each other when expressing the things we see. It's creating a trust in myself and almost a duty to see and speak truthfully about how I'm feeling in the moment, not only to help myself grow but also whoever I'm sharing with."



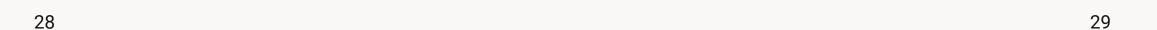
"Dar feedback ainda é um pouco desafiador. Dar qualquer forma de feedback ainda é novo para mim, principalmente de maneira amorosa. Na verdade, não fui muito de fazer isso com entes queridos, frequentemente quardei dentro de mim as coisas que percebia. Estou acostumada a só fazer isso no trabalho, no calor do momento, sem dar muita atenção a como sai. Mas desde que chequei aqui enxergo mesmo a grande oportunidade de ajudar os outros (e a mim mesma) a ver todos esses jogos que jogamos e a sentir e cuidar uns dos outros ao expressar as coisas que vemos. Isso está criando uma confiança em mim mesma e quase que um dever de enxergar e expressar honestamente como estou me sentindo no momento, não somente para me ajudar a crescer, mas também para auxiliar a pessoa com quem estou compartilhando."

"Giving feedback has been the keynote of the last few retreats for me. I have no problem giving feedback, but I've learnt a lot about **how** to give feedback in a constructive and loving way. I still have a lot to learn and the opportunities are becoming more and more available. I'm very grateful for that. In the latest retreats I also started to receive feedback; it has been a great help. I feel it's like a course correction, showing more clearly the way forward. Feedback shows me other sides that I'm not able to see yet."



"Dar feedback tem sido a coisa principal dos últimos retiros para mim. Não tenho problema em dar feedback, mas aprendi muito sobre **como** dar feedback de forma construtiva e amorosa. Ainda tenho muito a aprender e as oportunidades estão ficando cada vez mais disponíveis. Sou muito grato por isso.

Nos últimos retiros também comecei a receber feedback; isso tem me ajudado muito. Sinto que é como uma correção de curso, mostrando mais claramente o caminho a seguir. Feedbacks me mostram outros lados que ainda não sou capaz de enxergar."



Prercoming Lesistance

From a letter to Swaha:

When I received the feedback about my mental and immature attitude, I still argued trying to explain things from the same point where I was, from my arrogance that tried to cover the insecurity, trying to minimize what was happening.



Juperando a resistência

De uma carta para Swaha:

Quando recebi o feedback sobre minha atitude mental e imatura, ainda argumentei tentando explicar as coisas do mesmo ponto em que eu estava, com minha arrogância, que tentava encobrir a insegurança, tentando minimizar o que estava acontecendo.

Swaha replies in Satsang:

That's how the lower self always responds because it's painful to see it.

If you don't really understand in your very being that this is to help you,
to lighten yourself, to become more conscious, then this old program will go on.

That is what you have to understand: that being with the Master, you get a glimpse of your potential, of your true Self, even of your God Self. But it's not yours yet – it is a possibility, you still have to do the homework. Then, it's even more painful when these shadows come up, when you see your arrogance, your ego, your greed, your desires, your immaturity. And you have to accept and know both sides.

Discomfort will be there as long as you have some shadows, but I can promise you that that is not you. You have something that has no shadows and that's what I'm tempting you with – to give you the courage, the trust, the hope to go through this dark night of the soul. And if that is understood, you are ready for anything. You don't resist the help, you don't become arrogant, you don't start complaining, you don't escape – you come running and putting your head and your body full flat on the floor. That's what they do in India, they come to the Master and they go full flat on the floor. It means "I had enough of myself, of this arrogant ego.

Please, teach me."

Swaha responde em Satsang:

É assim que o eu inferior sempre reage, porque é doloroso enxergá-lo. Se você não entender realmente, em seu próprio ser, que isso é para o ajudar, para o tornar mais leve, para que seja mais consciente, esse velho programa continuará.

Isto é o que você precisa entender: ao estar com o Mestre, você tem um vislumbre do seu potencial, do seu verdadeiro Eu, até mesmo do seu Eu Divino. Mas ele ainda não é seu, é uma possibilidade, e você ainda precisa fazer seu dever de casa.

Por isso, é ainda mais doloroso quando essas sombras aparecem, quando você vê sua arrogância, seu ego, sua ambição, seus desejos, sua imaturidade.

E você precisa aceitar e conhecer ambos os lados.

O desconforto estará presente enquanto você tiver algumas sombras, mas posso lhe garantir que esse não é você. Você tem algo que não tem sombras e é com isso que estou seduzindo você, para lhe dar coragem, confiança e esperança para atravessar essa noite escura da alma. E se isso for compreendido, você estará pronto para tudo. Você não resiste à ajuda, não se torna arrogante, não começa a reclamar, não foge. Você vem correndo e coloca sua cabeça e seu corpo totalmente no chão. Isso é o que fazem na Índia. Vão até o Mestre e se prostram até o chão. Isso significa "estou farto de mim mesmo, desse ego arrogante; por favor, ensina-me".

Do Satsang de 05.03.2024

Chimanity IS IN NEED OF PEOPLE WHO CAN CREATE NEW HOPE FOR A NEW DAWN

"For the new humanity, millions of changes are going to happen. One of the most major changes will be that the positive person has to become articulate. He has to say to the world what he is experiencing, without any fear, without any embarrassment...

The people in the world are in immense need of a few articulate, positive, assertive individuals. Not only their words will be helpful, but their presence – because their words can only be supported by their presence, by their actions, by their responses.

There is no other kind of evidence.

If people see that you are really living peace, that your life is a song of silence and each of your actions shows it, we can change the whole negative and sick psychology of man.

Otherwise... these negative people have been predominant all through history – because it is very easy to be negative, anybody can do it...

The most advanced nation, most powerful, most scientifically, technologically advanced, is going through the darkest period in the whole of human history.

Photo / Foto: Vecteezy.com & archive.org

... A new dawn for the whole human race, a new innocence, a new childhood, a new Satyuga – the age of truth – a new golden age is possible. But the positive people have to take the bold step of expressing themselves. They have not been doing that for the whole of history. They have enjoyed their experience, and they have thought their work was finished. I want you to remember always:

When you have something to share, don't stop there; share it. Humanity is in need, as it has never been in need, of people who can create new hope for a new dawn."

Excerpts from: Osho,
The New Dawn, Chapter 14

"Para a nova humanidade, milhões de mudanças acontecerão. Uma das principais mudanças será o fato de a pessoa positiva ter que se tornar articulada.
Ela tem que dizer ao mundo o que está vivenciando, sem medo, sem constrangimento...

As pessoas no mundo estão precisando muito de alguns indivíduos articulados, positivos e assertivos. Não apenas suas palavras serão úteis, mas também sua presença – afinal, as palavras só podem ser apoiadas pela presença, pelas ações, pelas reações. Não há outro tipo de evidência. Se as pessoas perceberem que você está realmente vivendo a paz, sua vida é uma canção de silêncio e cada uma de suas

Aumanidade PRECISA DE PESSOAS QUE POSSAM CRIAR NOVA ESPERANÇA PARA UM NOVO AMANHECER

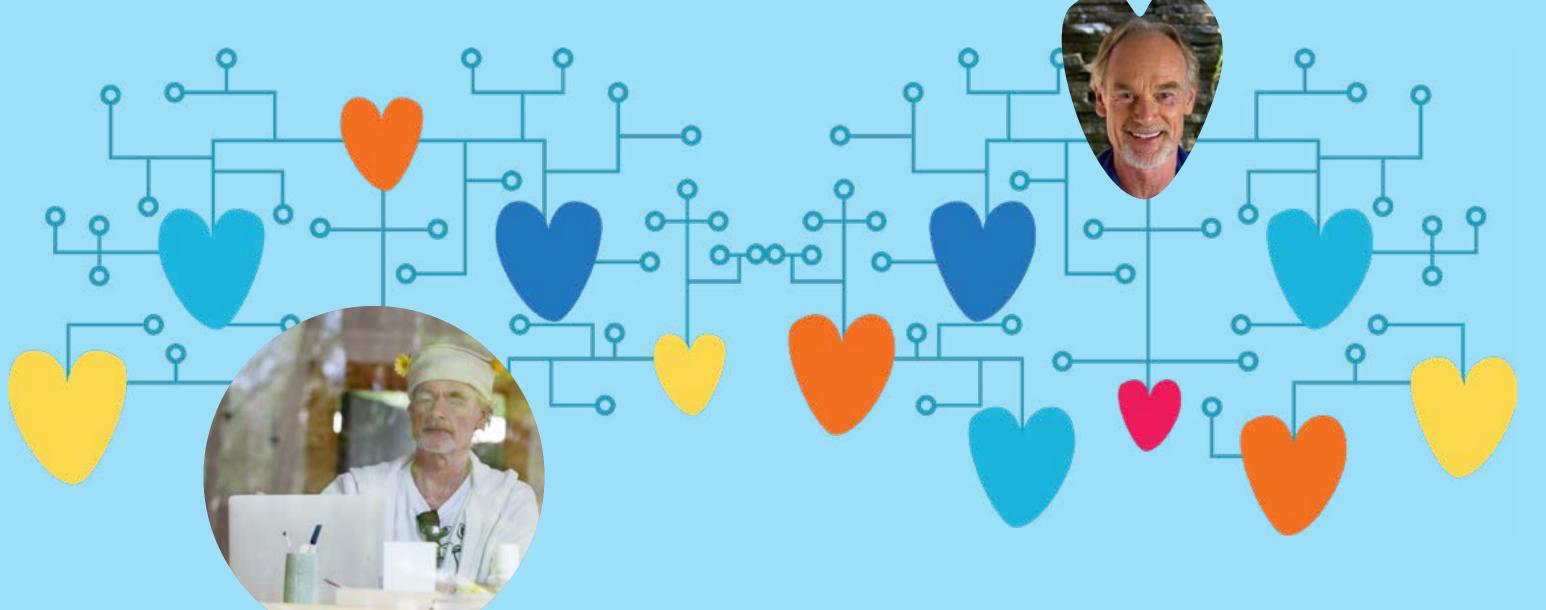
ações demonstra isso, poderemos alterar completamente a psicologia negativa e doentia do homem. Mas ao contrário disso... Essas pessoas negativas predominam ao longo da história, porque é muito fácil ser negativo, qualquer um pode ser...A nação mais avançada, mais poderosa, mais desenvolvida científica e tecnologicamente, está passando pelo período mais sombrio de toda a história humana.

... Um novo amanhecer para toda a raça humana, uma nova inocência, uma nova infância, uma nova Satyuga – a era da verdade – uma nova era de ouro é possível. Mas as pessoas positivas precisam dar o passo ousado de se expressar. Em toda a história, elas não fizeram isso. Desfrutaram de sua experiência e pensaram que o trabalho estivesse concluído. Quero que se lembre sempre disto: Quando tiver algo para compartilhar, não pare por aí; compartilhe. A humanidade está precisando, como nunca precisou, de pessoas com a capacidade de criar uma nova esperança para um novo amanhecer."

Tradução livre de trechos de: Osho, O Novo Amanhecer, Capítulo 14

Digital Sangha

Sangha digitat



For people living close to each other or when they meet in the retreats, the sangha can be experienced in the form of physical meetings and like a physical commune.

Some experience the sangha more as an online sangha community.

A digital portal will be an important way for everyone to be connected in a kind of commune. Not the kind of commune that happens when the sangha lives physically around the Master, as in Pune. But our kind of commune, allowing everyone to be connected to everything that happens around the Master, wherever he is.

Para pessoas que moram perto umas das outras ou quando se encontram nos retiros, a sangha pode ser vivenciada na forma de encontros físicos e como uma comunidade física. Alguns experimentam a sangha mais como uma comunidade de sangha online. Um portal digital será importante para todos estarem conectados em certa comunidade. Não o tipo de comuna que acontece quando a sangha vive fisicamente ao redor do Mestre, como em Puna. Mas o nosso tipo de comuna, que permite a todos estarem conectados com tudo o que acontece ao redor do Mestre, onde quer que ele esteja.

At the moment we have several such digital platforms — Slack, the webpage of Swaha, YouTube, different podcasts, platforms and Facebook pages. It is actually easy to be connected to what Swaha shares. To be connected with the sangha is not so easy yet.

The magazine is beautiful and gives connection in a beautiful way. It shows that there are so many things to share in this sangha and that we just need a way to connect and share also the feeling of togetherness as a sangha beyond borders, distances and economy... ♥

No momento, temos diversas plataformas desse tipo: Slack, o website de Swaha, YouTube, diferentes podcasts, plataformas e páginas do Facebook. Na verdade, é fácil estar conectado com o que Swaha compartilha. Estar conectado com a sangha ainda não é tão fácil.

A revista é linda e oferece conexão de uma forma linda. Mostra que existem muitas coisas para compartilhar nesta sangha e que só precisamos de uma forma de conectar e compartilhar também o sentimento de união, como uma sangha além das fronteiras, das distâncias e da economia... •

34





"Through love, bitter things become sweet.

Through love, copper is turned into gold.

Through love, agonies are a healing balm.

Through love, thorns become roses.

Through love, disasters become good fortune.

Through love, a prison becomes a rose garden.

Through love, the devil becomes an angel.

Through love, stones become soft as butter.

Through love, demons become servants of God.

Through love, lions are as harmless as mice.

Through love, all sickness is health.

Through love, even the dead are resurrected.

Through love, even the highest emperor becomes a slave.

I'm a slave of that.

A happy slave, at the service of my Master."

Poem by Rumi. Read by Swaha in Satsang, 11.04.2024 "Através do amor, o amargo é doce.
Através do amor, o cobre é ouro.
Através do amor, a agonia é bálsamo curativo.
Através do amor, espinhos tornam-se rosas.
Através do amor, o desastre é sorte.
Através do amor, a prisão é um jardim de rosas.
Através do amor, o diabo torna-se anjo.
Através do amor, pedras são macias como manteiga.
Através do amor, os demônios tornam-se servos de Deus.
Através do amor, leões são tão inofensivos quanto camundongos.
Através do amor, toda doença é saúde.
Através do amor, os mortos ressuscitam.
Através do amor, até mesmo o grande imperador torna-se escravo.

Sou escravo disso.
Um escravo feliz, a serviço de meu Mestre."

Poema de Rumi. Lido por Swaha em Satsang, 11.04.2024







Vasant Swaha

vasantswaha.net Videos:

YouTube Vasant Swaha Vimeo Timeless Teaching

Audio Satang:

Spotify • Google Podcast • Apple Podcasts

Dharma Mountain

dharmamountain.com

Mevlana Garden

mevlanagarden.com.br

The Dharma Adventure

Facebook: The Dharma Adventure Magazine magazine@vasantswaha.net

Join the Facebook group to download the magazine. You can read all editions as a flipbook on Swaha's website vasantswaha.net

Faça parte do grupo no Facebook para baixar a revista. É possível ler todas as edições como flipbook no site de Swaha vasantswaha.net

Photo/Foto: Pixabay