

Mais de 200 países já registraram casos de infecção pela covid-19, muitos por contágio em massa. Mas a imprecisão dos cenários permanece um dos pontos mais graves da crise sanitária mundial.

O momento atual não tem precedentes e é extraordinário por diversos motivos: desde algo imperceptível ter levado a população mundial a práticas cotidianas impensáveis de alimentação, higiene, relacionamento, consumo, formas de trabalho e uso de equipamentos de proteção individual, à situação econômica generalizada.

Uma das mudanças mais impactantes se refere à indústria audiovisual e aos meios de comunicação (cinema, teatro, televisão, internet, revistas, jornais, mídias sociais, etc.). Lives se tornaram as grandes produções, ao menos em quantidade. Os assuntos vão de médicos a domésticos, de armazenamento de itens a como entreter os filhos. Alguns profissionais viraram heróis devido aos riscos que correm.

O panorama global indica que estamos na primeira onda de possíveis quatro da pandemia, como num tsunami. É necessário um bote resistente para enfrentá-las.

Sabe-se que não há soluções mágicas contra a covid-19. As que se mostram mais eficientes exigem mudanças práticas cotidianas e esforço, disciplina e respeito às normas, aos outros e a si.

A Brahma Kumaris tem atuado intensamente, emanando as melhores energias e compartilhando sobre como a espiritualidade pode favorecer a autoimunização.

É tempo de refletir, fazer escolhas e tomar decisões. Passada a pandemia, o que fica? Quais as lições aprendidas com a covid-19?

Pratique a lembrança e fortaleça a esperança!



*É tempo
de refletir*

Brasil

Duas atividades nacionais levaram benefício e esperança a muitos neste momento de distanciamento social.



“A Jornada da Alma” – um show!

Inaugurada em 21 de junho, a exposição virtual de Raja Yoga da BK, “A Jornada da Alma”, surgiu da ideia de trazer ao público uma mistura de arte, conhecimento e meditação.

A organização ficou a cargo de um grupo harmônico formado pela designer gráfico Mariana Santos (BK São Paulo), que tem revitalizado as principais imagens originais de Raja Yoga; Márcia Medeiros (BK Porto Alegre) com os áudios; Erika Kague (BK Porto Seguro) na coordenação; e o apoio

de Rodrigo Ambros (diretor de TI da Brahma Kumaris) e Ricardo Skaf (responsável por Comunicação e TI na BK).

A mostra já foi visualizada por mais de 21.000 pessoas. A proposta é mantê-la virtualmente por tempo indeterminado, agregando novos elementos com o passar dos dias.

Para visitação e acompanhamento, acesse <https://brahmakumaris.org.br/rajayoga/>



A aplicação da Raja Yoga nas diversas áreas da vida – o primeiro congresso

Em 29, 30 e 31 de maio, a BK brasileira realizou o 1º Congresso Online de Meditação Raja Yoga. Nos três dias, 8 mil inscritos desfrutaram das apresentações de 11 professores, entre eles a Coordenadora Nacional, Luciana Ferraz; o Coordenador para a América do Sul, Ken O'Donnell; e o cientista e pesquisador indiano Sushil Chandra, nosso convidado internacional.

Os palestrantes compartilharam a sua prática diária da Raja Yoga e sobre como se apropriaram, experimentaram e usaram o conhecimento da meditação para triunfarem sobre as adversidades em suas vidas.

As palestras estão disponíveis na íntegra em <https://www.brahmakumaris.org.br/downloads/palestras/palestras-online#congresso>

Internacional

Na BK internacional, dois eventos em homenagem ao 75º da Carta da ONU, para o Dia Internacional do Yoga.

“Todos os seres humanos nascem livres e iguais em dignidade e em direitos. Dotados de razão e de consciência, devem agir uns para com os outros em espírito de fraternidade.”

Essas palavras, consagradas na Declaração Universal dos Direitos Humanos, são pedras angulares da filosofia Raja iogue da Brahma Kumaris. Quando respeitamos a vida, o mundo natural, a nós mesmos e uns aos outros, abrimos os corações à nossa humanidade compartilhada e à expansão da conexão, unidade, respeito, solidariedade, compaixão e paz.

Assim, podemos agir para eliminar nossos comportamentos nocivos e favorecer uma atmosfera de igualdade, inclusão e não violência.

Conectando Luzes Vivas, por:

Fórum Internacional da Juventude Brahma Kumaris

Pela primeira vez, o Dia Internacional do Yoga, em 21 de junho, foi celebrado pela web. Para marcar a data especial e honrar o 75º aniversário da Carta da ONU,

uma transmissão virtual, na forma de depoimentos, proporcionou meditações luminosas e inspiradoras de jovens raja-iogues da Brahma Kumaris, oriundos de 75 países.

Nick Abrams



Dois dos depoimentos são de brasileiros. Num deles, Raquel Rimoli e a filha Luna (5), de Campinas, falam sobre os benefícios da meditação desde que Luna estava na

barriga da mãe. No outro, a carioca Adriana Guedes Motta estabelece uma singela relação entre uma ilustração que fez do Pão de Açúcar e o redesenho de sua vida através da meditação.



O evento “Yogis – Linking Living Lights” (Conectando Luzes Vivas), em inglês e com duração de três horas, está disponível online em <https://youtu.be/Hy9zyne0dWo>.

Latina: <https://www.youtube.com/channel/UChHgalqpDD EDnVBwk9n5cHg>

Visite nosso Canal
Outros depoimentos deste evento serão publicados semanalmente e traduzidos ao português e espanhol, no canal no You Tube da Brahma Kumaris Joven América

Em vídeos reflexivos e cênicos, cada jovem compartilha a descoberta e experiência da sua singularidade no mundo, a fim de motivar outros na mesma jornada. Em breve, o canal também divulgará vídeos gravados por outros jovens da BK participantes do projeto.

8 posturas do coração | A MAIOR DE TODAS AS HISTÓRIAS ENTRE A ALMA E DEUS (8 Postures of the Heart | The Greatest Story of All between the Soul and God)

Para comemorar o Dia Internacional do Yoga, oficializado pela ONU em 2014, um grupo de oito meditadores da Brahma Kumaris de diferentes países, inspirados pelo Secretário-Geral Adjunto da BK Internacional, BK Brij Mohan Bhaisab, criaram um vídeo especial no qual compartilham suas jornadas pessoais e a construção do seu relacionamento com Deus.

Na obra, oito iogues e oito artistas narram o maior de todos os empenhos da humanidade - a procura das almas pelo seu Deus e por sua origem. São histórias atemporais e fascinantes, que estimulam no ouvinte o desejo de empreender a mesma busca.

21 Grandes Lições sobre a Nova Consciência (21 Masterclasses in New Consciousness)

Entre 7 e 27 de junho de 2020, o canal da Brahma Kumaris no Reino Unido transmitiu 21 palestras sobre a realidade do isolamento e a oportunidade de construção de uma relação fraterna entre os seres humanos e a natureza e seus modos de vida, com um debate sobre os possíveis próximos passos para um mundo em transição.

Depoimentos de pessoas comuns com experiências extraordinárias, que compartilharam suas perspectivas de conduta para as próximas ondas.

Na abertura, a coordenador da Brahma Kumaris na Europa, Sister Jayanti apresenta o tema - Mantendo a calma em tempos de crise, já a premiada Indiana Shivani aborda o tema - Karma ou destino. Nosso já conhecido australiano que adotou o Brasil, Ken O'Donnell esclarece como viver Mantendo a



Lançado em 28 de junho, o vídeo de pouco menos de uma hora está disponível com legendas em português em <https://youtu.be/4uBK4u24OmU>.

APRECIE!



realidade - sabedoria do coração.

Outros temas abordados foram “Abraçando a Aventura na Morte e no Morrer” (Thor Barddal, Islândia), “Desenvolvendo Resiliência à Sobrecarga de Informações” (Eric Le Reste, Canadá) e “Perspectivas Espirituais em Tempos Incertos” (Gayatri Naraine, EUA).

Estes encontros podem ser apreciados na íntegra através do link <https://www.youtube.com/watch?v=uDuKoHuksgA>

A Brahma Kumaris é uma rede de mais de 8.500 centros de meditação Raja Yoga estabelecidos em 110 países. Indivíduos de todas as idades e formação participam das atividades. O conhecimento espiritual que estudamos nutre o respeito por todas as tradições religiosas e explica de modo coerente a natureza da alma, Deus, o tempo e carma, e delineia um estilo de vida que incentiva a consideração por todas as formas de vida. Praticamos e ensinamos uma forma de meditação que mantém um equilíbrio saudável entre nossos mundos interno e externo. Prestamos serviço à comunidade, e através do estabelecimento de parcerias, buscamos promover a compreensão espiritual, a liderança com integridade e ações elevadas para a construção de um mundo melhor.

Mais informações: www.brahmakumaris.org.br • pontoaponto@br.brahmakumaris.org

EXPERIÊNCIAS DOS LEITORES

Compartilhe suas experiências sobre os temas tratados no Ponto a Ponto; poderão ser colocadas no site junto à publicação do Boletim (se necessário, sumarizadas).