

Boletim Dhamma Saraņa Agosto 2015

“Quando defrontada com as vicissitudes da vida,
nossa mente permanecendo inabalada,
livre de pesar, imaculada, segura;
este é o maior bem-estar”

Sutta Nipāta 2.271

Queridos amigos em Dhamma,

Estamos felizes em divulgar o primeiro boletim mensal do Centro de Meditação Dhamma Saraņa. A ideia é compartilhar com todos os alunos antigos as novidades do Vipassana em São Paulo e informar sobre as atividades que estão acontecendo no Centro de Meditação.

Leia as principais notícias do mês de Agosto:

Dhamma Sarana está recebendo servidores de longo período

O novo centro de meditação em São Paulo já iniciou suas atividades!

Com alegria, informamos que começaram as reformas, construções e também algumas atividades como cursos de 1 dia, curso de crianças, reuniões de comitês, encontros de alunos antigos, entre outros.

Localizado a 50 minutos da cidade de São Paulo, o Dhamma Sarana está rodeado por vegetação e áreas de preservação permanentes, rios, nascentes e cachoeiras, tornando o local um verdadeiro refúgio.

Contamos com dois gerentes e acomodações para receber alunos antigos que queiram meditar três vezes ao dia e servir por longo período.

Agora que a construção da sala de meditação vai começar, a demanda de atividades aumenta, assim como a possibilidade de servir.

Estamos felizes em receber servidores para auxiliar no estabelecimento deste novo Centro.

Para se inscrever clique aqui (<https://www.dhamma.org/pt-BR/schedules/noncenter/sao-paulo.br>)



Construção do Dhamma Sarana

Em agosto, será iniciada a construção dos alicerces da sala de meditação do novo centro. O projeto arquitetônico foi discutido em diversas reuniões do Comitê de Construção, e a ideia é avançar com as obras para iniciar os cursos de 10 dias o mais breve possível. Em breve, divulgaremos um site com todas as notícias da construção do Centro e as formas de doação.

A participação de alunos antigos é muito importante para o estabelecimento e expansão do Dhamma Sarana.

E as reformas já começaram. A oficina e mutirão de Bioconstrução aconteceu em dois encontros em junho e julho deste ano. Uma parede de pau a pique já está pronta. Agora, falta terminar a trama de bambu para construção de mais três paredes de barro no local que, no futuro breve, será um dormitório.

Em agosto, a Oficina de Bioconstrução acontece no dia 29 (sábado), antes de um Curso de 1 dia.

Inscrições: (link para formulário google docs)

<http://goo.gl/forms/uEVOJWWP31>

Clique aqui e veja como foi o primeiro mutirão, realizado no final de junho.

(<http://sarana.dhamma.org/maos-na-passa-e-pes-no-barro/>)



Cursos de 1 dia

Sentar com irmãos em Dhamma por 1 dia fortalece a prática diária e oferece a oportunidade de conhecer o novo centro de São Paulo. A partir de agosto, haverá três cursos de 1 dia no Dhamma Sarana (dias 2, 16 e 30).

Em Campinas, a atividade acontece uma vez por mês em local emprestado.

Clique aqui e saiba mais informações e detalhes sobre estes cursos.

<http://sarana.dhamma.org/cursos-de-1-dia/>

Atenção: para os cursos no Dhamma Sarana é necessário se inscrever (link para formulário no Google docs)



Curso de Crianças em Monteiro Lobato

No dia 2 de agosto haverá mais um curso de crianças em São Paulo. Desta vez, crianças de 8 a 12 anos vão aprender a técnica Anapana em Monteiro Lobato, logo após um curso de 10 dias.

Clique aqui para saber mais detalhes.

<http://sarana.dhamma.org/meditacao-criancas-monteiro-lobato-sp>



Meditações em Grupo

Os encontros de meditação em grupo acontecem uma vez por semana, aos domingos, em São Paulo, capital, e Campinas. Mais uma oportunidade para que os alunos antigos fortaleçam a prática diária pessoal.

As meditações em grupo no Espaço Rasa, em SP, serão realizadas normalmente nos dias que houver curso de 1 dia no Dhamma Sarana.

Para mais informações, clique aqui.

<http://sarana.dhamma.org/grupos-de-meditacao>

Cursos de 10 dias em Monteiro Lobato

Atualmente, está acontecendo um ciclo de cursos de 10 dias em sítio alugado na cidade de Monteiro Lobato, próxima a São José dos Campos, a 2 horas e meia da capital paulista. Os cursos serão realizados até setembro deste ano, e todos já estão com fila de espera para alunos. Mas servidores ainda são necessários.

Clique aqui e confira o calendário dos próximos cursos.

<https://www.dhamma.org/pt-BR/schedules/noncenter/sao-paulo.br>



Material de Leitura e Áudios

Na página de alunos antigos do site Dhamma Sarana você tem acesso a diversos materiais de leitura desta tradição. Também é possível fazer o download de áudios de meditação em grupo.

Clique aqui e veja como fazer.

<http://sarana.dhamma.org/livros-e-audios/>

Associação Vipassana de São Paulo

Dedicada somente à difusão e prática da meditação Vipassana como ensinada por S.N. Goenka na tradição de Sayagyi U Ba Khin, atualmente a Associação organiza cursos de 10 dias, 3 dias, 1 dia, cursos de Satipatthana e cursos de Anapana para Crianças e Adolescentes, além de meditações em grupo na capital paulista e outras cidades próximas.

A Associação é uma entidade sem fins lucrativos regida por um estatuto, regimento interno e uma diretoria, que representa legalmente um conselho de alunos antigos, denominado *Trust*.

Comitês de Serviço

Como aluno antigo, você é bem-vindo a participar dos comitês de serviço da Associação Vipassana de São Paulo. Há diversas frentes de trabalho, sobretudo neste momento de estabelecimento do Centro de Meditação em Santana de Parnaíba.

Para saber quais são os comitês e como fazer sua inscrição, clique aqui.
<http://sarana.dhamma.org/servico-ao-dhamma/>

Qual a finalidade do serviço ao Dhamma?

Goenkaji: Certamente não é receber alimentação e alojamento, nem passar o tempo em um ambiente confortável, nem escapar das responsabilidades da vida diária. Os servidores de Dhamma sabem disso muito bem. Essas pessoas têm praticado Vipassana e compreenderam através da experiência direta os benefícios que ela oferece. Eles viram o serviço altruísta dos professores, administradores e servidores de Dhamma - serviço que lhes permitiu provar o sabor incomparável do Dhamma. Eles começaram a dar passos no Nobre Caminho e, naturalmente, começaram a desenvolver a rara qualidade da gratidão, o desejo de retribuir essa dívida por tudo o que têm recebido.

Obviamente, o professor, a administração e os servidores de Dhamma prestaram serviço sem esperar nada em troca, nem jamais aceitariam qualquer remuneração material. A única maneira de quitar a dívida com eles é ajudar a manter a Roda do Dhamma girando, para prestar aos outros o mesmo serviço altruísta. Esta é a vontade nobre com a qual se deve prestar serviço de Dhamma.

À medida que meditadores de Vipassana progredem no caminho, emergirão do antigo padrão de hábito de egocentrismo e começarão a se preocupar com os outros. Percebem como em todos os lugares as pessoas estão sofrendo: jovens ou velhos, homens ou mulheres, negros ou brancos, ricos ou pobres, todos estão sofrendo. Os meditadores percebem que eles mesmos eram infelizes, até que encontraram Dhamma. Sabem que, assim como eles mesmos, outros começaram a usufruir a verdadeira felicidade e paz, seguindo o Caminho. Ver essa mudança estimula um sentimento de alegria solidária e reforça o desejo de ajudar as pessoas que sofrem a se libertar de seu sofrimento com Vipassana. A compaixão transborda e, com ela, a vontade de ajudar os outros a encontrar alívio para seus sofrimentos.

Há tanto sofrimento ao nosso redor. Se pudermos enxugar as lágrimas de até mesmo algumas poucas pessoas que estão sofrendo, teremos quitado um pouco da nossa dívida de gratidão para com o Buda e a Sangha, a linhagem de professores que mantiveram a tradição desde os tempos antigos.

Que todos vocês desenvolvam a força de Dhamma. Que todos continuem a crescer no Dhamma e ajudem os outros a crescer no Dhamma. Que cada vez mais pessoas se beneficiem através do seu serviço. Que a roda do Dhamma continue a girar. Que a luz do Dhamma se espalhe por todo o mundo. Que a escuridão da ignorância seja dissipada. Que cada vez mais pessoas saiam de seu sofrimento. Que todos os seres sejam felizes, estejam em paz, se libertem!

(retirado do “Livro de Consulta para o Serviço de Dhamma”. Para ler o livro na íntegra, clique aqui)

<https://drive.google.com/file/d/0B9NCPvntWLdudmFGVEZjb3BwdUU/view>

Contato:

info@sao-paulo.br.dhamma.org
www.facebook.com/groups/vipassanasaopaulo
(11) 94185-7289

Centro de Meditação Dhamma Sarana
Rua Nhambu, s/n, Fazenda Sta. Helena, Rancho Tucsons
Santana de Parnaíba - SP
Como Chegar: sarana.dhamma.org/como-chegar

Antes de ir ao Centro, certifique-se de que tenha lido o Código de Disciplina (clique aqui), que deve ser seguido durante toda sua estadia no local.

<https://drive.google.com/file/d/0B9NCPvntWLduZEQyQkFDbHhzUnM/view?pli=1>

Com Metta!

Associação Vipassana de São Paulo

* * *

Você está recebendo este e-mail porque realizou algum curso de Vipassana, como ensinada por S.N. Goenka, na tradição de Sayagyi U Ba Khin. Caso prefira não receber mensagens da Associação Vipassana de São Paulo, por favor envie um e-mail em branco para announce-unsubscribe@br.dhamma.org. Você receberá uma mensagem com os procedimentos seguintes para completar o cancelamento de sua assinatura. Você também pode enviar um e-mail para info@sao-paulo.br.dhamma.org pedindo para sair desta lista.