



SRINIVAS ARKA VISITA ESPAÑA MARZO - ABRIL 2017

"La espiritualidad nos inspira a experimentar nuestra más profunda conciencia y sentir más fuerte nuestra presencia en el mundo".

Srinivas Arka



25 de marzo de 2017

*Tema: La alegría de volver a uno Mismo
Segovia, España*

En esta conferencia, Srinivas Arka aconseja sobre cómo reducir el estrés, cargas, dolor y miseria para vivir una vida plena. "Podemos recibir maravillosos regalos al reconocer la conciencia de nuestra presencia espiritual en el mundo. Recordemos que a veces la naturaleza que culpamos también puede ser compasiva."

"Tenemos que sacar la felicidad de la vida, como el jugo de la caña"

"Depende de cuán profundamente queramos estar conectados con la conciencia de la vida. Es una invitación abierta."

"La vida es una ventana abierta"

"Generalmente no vemos este fenómeno metafísico porque siempre estamos ocupados. Debemos pasar más tiempo explorándonos a nosotros mismos. Cuando damos un paso adelante, entonces empezamos a descubrir que hay flores en nuestro camino."

Tenemos que decidir lo que queremos ser y a qué nivel queremos llegar. Nada es totalmente incorrecto; depende de la decisión de cada individuo."



“El poder de decidir por nosotros mismos nos da una enorme libertad y felicidad para que podamos elegir cómo vivir nuestras vidas.

Tenemos que reflexionar y decidir sobre lo que realmente queremos.

Tenemos que pensar, meditar, aceptar y pensar a dónde queremos llegar. Necesitamos medir la escala de nuestra inteligencia y reconocer nuestras propias experiencias.

Deberíamos guiarnos por nuestra inteligencia, pero sobre todo por nuestra intuición.

Debemos meditar en ‘ser lo que queremos ser’ para encontrar felicidad en uno mismo; esto sucede cuando se resuelve el conflicto interno.”

26 de marzo de 2017

Tema: Vivir el yoga con la conciencia del corazón

Manzanares el Real, España

Srinivas Arka explicó que debemos pensar del Yoga como un gran árbol de muchas ramas con la meditación como el corazón del Yoga. Explicó que las raíces son muy profundas y los textos antiguos y espirituales que están disponibles hoy en día son aproximadamente una décima parte de los textos originales.

Al completar su seminario, Srinivas Arka dio al público la oportunidad de participar en una sesión de preguntas y respuesta. Arka respondió a muchas preguntas de la audiencia durante esta charla. Algunos participantes querían orientación en relación a sus hijos y Arka explicó que uno debe intentar hacerse amigo de ellos y escucharlos, pero al final los niños crecerán y tendrán sus propias vidas.



Srinivas Arka habló de Patanjali, sabio que formalizó el Yoga basado en una profunda y amplia observación de la vida, explicó que el Yoga se compone de 8 ramas principales. El origen de estas posturas se originó de sensaciones de nuestros cuerpos y están relacionadas con las principales características de diferentes animales. Arka explicó que, a raíz de la sensación, los nombres se han dado, como la postura de un león, pavo real, etc. Para así adoptarse las posiciones principales del cuerpo de cada animal.



Arka informó que la definición de Yoga es 'aquello que une a las cosas'. Como tal, somos capaces de unir cada momento del día durante toda la vida ya que podemos llevar nuestra conciencia mental a nuestros cuerpos, uniendo el cuerpo con la mente y con nuestra espiritualidad. Esta práctica nos prepara para entrar en un Dhyana profundo. La sesión terminó con los asistentes haciendo diversos movimientos y diciendo "Yaha Yunjathe lthi Yogaha".



27 de marzo de 2017

Tema: La expansión de la conciencia a través del corazón

Madrid, España



En esta charla, le preguntaron a Srinivas Arka:

“¿Por qué, si el universo es perfecto, hay enfermedades, dolor, decrepitud y muerte? Si el deseo de los seres humanos es estar sanos y felices, ¿por qué esto ocurre?”

Srinivas Arka le contestó: “el propósito de la vida humana va más allá de lo que imaginamos.” Arka explicó que las cosas suceden para empujarnos a buscar la verdad, cambiar y crecer y en ocasiones para buscar el autoconocimiento y el del universo y sus secretos.

Muchos de nosotros buscamos respuestas.

Lo que sucede dentro de nosotros se refleja y afecta nuestro exterior y viceversa. Somos parte de la naturaleza y la naturaleza es parte de nosotros. La naturaleza es el todo, nosotros somos parte de ella. Cuando nos conectamos con La Naturaleza podemos extraer información necesaria para el avance de la humanidad. Podemos acceder a información valiosa e inspiradora; sin embargo, sólo puede suceder cuando nuestras intenciones son generosas y altruistas, para el bien de todos los seres.

El Universo guarda maravillosos secretos, a los que sólo un corazón humilde y receptivo puede acceder. Para un corazón humilde, muchas cosas son posibles.

“Un corazón humilde puede conquistar muchas cosas sin ser consciente de ello.”

01 de abril 2017

*Tema: La mente y el corazón que siente (diferentes maneras de saber).
Srinivas Arka se dirigía al retiro de fin de año en el Curso de Filosofía
2016/17 que tenía lugar en Navalgarmella, Madrid.*



06 de abril de 2017

*Tema: Vivir el Yoga de manera filosófica y práctica
Jardines de la Universidad Miguel Hernández, Elche, España*



Srinivas Arka fue invitado a dar una charla sobre Yoga en los jardines de la Universidad de Elche, donde los alumnos han practicado yoga desde hace siete años. Desde el comienzo, se podía sentir una rara sensación de elevación y paz profunda por parte del público.

Como experto en la lengua sánscrita, Arka les dio a los participantes su primera lección y compartió el significado de la palabra 'yoga' partiendo de su etimología y raíz. Explicó que, según los Rishis y antiguos sabios sánscritos, hace miles de años, la definición de la palabra Yoga era: YAHA – YUNJATE – ITI – YOGAHA "Quien unifica, hace Yoga". También comparó el Yoga a una flor, cuyo centro sería la meditación o Dhyana y sus pétalos son: Yama, Niyama, Asana, Pratyahara, Pranayama, Dharana y Samadhi (las 8 ramas del Yoga según Patanjali).



Srinivas Arka indicó que pasamos muy poco tiempo conscientemente presentes en nuestro cuerpo. Por eso las Asanas están pensadas para hacernos experimentar con nuestro cuerpo y luego, uniendo a nuestro esfuerzo consciente, los procesos inconscientes de las leyes de La Naturaleza trabajan en nosotros. Este es el primer propósito de las Asanas.

También ayudó a los asistentes a experimentar los efectos de ciertos Mudras como Jñana Mudra, demostrando que el Yoga es una ciencia que puede ser demostrada con experimentos prácticos.

Arka respondió a una pregunta explicando que el Yoga es necesario en nuestras vidas debido a la existencia de la dualidad. Tenemos que experimentar la unidad de vez en cuando.

Comentó que no debemos limitar el significado del Yoga al ver a alguien sentado o meditando. Se puede aplicar en la vida diaria. Conscientemente disponemos de algo de espacio para realizar cambios en nuestro cuerpo. Con la ayuda del Yoga, podemos ampliar nuestro espacio y, con la intención correcta, lograr muchas más cosas positivas.

Arka terminó explicando que cuando alguien practica yoga honestamente, ocurren algunas experiencias inspiradoras en diferentes niveles: físico, mental, emocional, místico y espiritual. Hay algunas personas que solo buscan beneficios físicos del Yoga, pero 'el objetivo final del Yoga es la unificación del alma individual con la conciencia cósmica'.

08 de abril de 2017

Tema: Viviendo en la conciencia del corazón

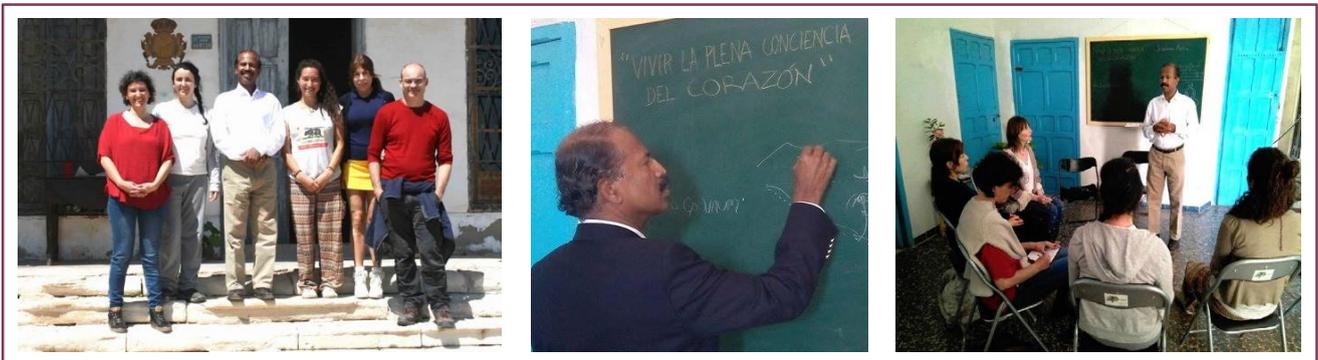
Cultiv'Arte, Elche, España

En una mañana soleada en el campo de Elche, se celebró un seminario. Arka guio al grupo hacia una nueva forma de vivir la vida, ya que la mayoría de las personas viven en sus mentes.

Como escribió en su libro, *Becoming Inspired* (Llegando a la inspiración):

“Al inicio del siglo XXI, la Época de la Mente material empieza a desaparecer, abriendo paso a la más avanzada Época de la Conciencia.”

Arka destacó la importancia de la meditación para lograr este objetivo y también para mantenernos enfocados y comprometidos. Describió cómo el comprender los aspectos involucrados en la meditación también puede ayudar al cuerpo y a la naturaleza de la mente a ser capaces de ver al Ser como un mar de conciencia y atemporalidad. Al final de la charla, Srinivas Arka dio una demostración de la meditación intuitiva Arka Dhyana.



23 de

abril de 2017

Tema: Conocer a tu Ser interior a través de la Arka Dhyana
Manzanares el Real, España



Se celebró un seminario de preguntas y respuestas con Srinivas Arka.

Arka ofreció respuestas profundas a las preguntas de la audiencia. Él habló acerca de cómo podemos conocer a nuestro Ser interior a través de la Arka Dhyana.

“Comprendiendo nuestra mente es el camino a la meditación y la meditación es tan importante

como el acto de respirar,” explicó. “Todos somos únicos y diferentes.”

“Los átomos, pétalos de flores, piedras y todo en nuestro planeta tiene una posición y un rol único. La primera tarea en la meditación es investigar y observarnos a nosotros mismos.”

Srinivas Arka explicó cada uno de los pilares de la Arka Dhyana – tacto, sonido y la respiración consciente, explicando el papel de cada uno en este método intuitivo.



www.srinivasarka.org
admin@srinivasarka.org

 /SrinivasArkaOfficial

 @SrinivasArka 

/srinivasarka

