



g a n g a
y o g a

Yoga e
mitologia

Realização



Editoração: Renata Semin | Sandra Iannarelli
Projeto gráfico e diagramação: Amábile Oliveira

São Paulo, 2022

Capítulo 1

Yoga e mitologia

Sumário

Apresentação	4
Ganga, nossa inspiração	6
Ganesha, aquele que abre caminhos	9
Shiva, a energia transformadora	12
Saraswati, a energia do conhecimento	14
Krishna, a energia do amor	17
Durga, a força da mulher	19
Brahma , a energia da criação	21
Kali, a força do tempo	24
Surya, o deus-sol	27
Parvati, protetora das mulheres	30
Vishnu, a energia da conservação	33
Lakshmi, a energia da prosperidade	36
Rama, símbolo da fraternidade	39
Hanuman, o altruísta	41
Buda, o iluminado	44
Fonte das imagens	47

Apresentação

O Ganga Yoga inicia a publicação de uma série de capítulos que vão aproximar você de temas relacionados ao Yoga, essa maravilhosa filosofia de vida, aberta a todas as pessoas.

“Yoga e mitologia” é o primeiro capítulo da série. Apresenta quinze das inúmeras divindades do hinduísmo e o simbolismo de cada uma delas, trazendo esse conhecimento para a jornada da vida.

As culturas antigas, na tentativa de enfrentar os problemas relacionados à existência e de entender o mundo, criaram deuses, semideuses, heróis, anjos, demônios, compreensíveis dentro do contexto geral de cada cultura em que foram criados.

E cada povo tem um conjunto de narrativas que ajuda a entender a realidade através dos símbolos. Cada povo tem, portanto, sua mitologia.

A mitologia hindu, expressada no seu imenso panteão, sempre vê no Cosmos uma unidade essencial, a Consciência Única, que é invariável e ilimitada:

“Armas não conseguem cortá-lo, fogo não pode queimá-lo, água não consegue molhá-lo, ventos não podem secá-lo. Ele é eterno e tudo permeia, sutil, imóvel e sempre o mesmo”. Bhagavadgita, II:23-24

O Yoga tem sua origem muito relacionada a religiões e culturas do Oriente, como o hinduísmo e o budismo, mas na vida contemporânea sua prática não está ligada à atividade religiosa.

O Yoga é um encontro com si mesmo e a busca pelo autoconhecimento.

A prática do Yoga e da meditação podem proporcionar uma conexão mais ampla com a espiritualidade, com a sutileza do nosso contato interior.

Os asanas (posturas), aliados aos pranayamas (técnicas de respiração), tecem esse caminho da experiência física, emocional e mental.

Muito além de uma atividade física, o yoga é a união entre corpo, mente e espírito que proporciona a sensação de bem-estar, autoconsciência e equilíbrio.

Para degustar e compartilhar.

Sandra Iannarelli e Renata Semin

Agosto de 2022

Ganga, nossa inspiração



Ganga pode ter dois ou quatro braços, é branca (muitos deuses e deusas são azuis ou negras).

Diversos mitos descrevem Ganga como tendo origens celestiais e ilustram sua descida à Terra de várias maneiras.

Uma delas é que Ganga tomou a forma de rio para devolver à Terra, água, fertilidade e harmonia.

Ela é frequentemente retratada como uma linda mulher com uma coroa na cabeça, montando Makara, que é uma criatura marítima mitológica hindu, representada como um animal semi-terrestre na parte frontal (veado, crocodilo ou elefante) e aquático na parte traseira (com uma barbatana de peixe ou de foca, embora por vezes tenha uma cauda de pavão ou até um arranjo floral).

As makaras são consideradas guardiãs dos portões e umbrais que protegem salas de trono e entradas de templos.

São a figura mais recorrente na iconografia de templos hindus e budistas e são também frequentemente usadas como bicas em fontes.

Ganga pode ter dois ou quatro braços, é branca (muitos deuses e deusas são azuis ou negras). Nesta representação, ela carrega um pote de água, simbolizando o rio (ou abundância) e duas flores de lótus (símbolo da pureza, pois nasce na lama e não fica manchada por ela).

Como uma saudação para a deusa, o Ganges é frequentemente chamado de Ma Ganga, ou Mãe Ganga.

As terras ao longo do rio Ganges são usadas para irrigação há mais de 2000 anos. Arroz e outros produtos agrícolas do vale do rio alimentam quase toda a Índia e Bangladesh.

Os hindus acreditam que banhar-se no Ganges traz a purificação dos pecados e a libertação dos ciclos de vida e morte.

Para eles, Ganga representa a mãe nutritiva, acolhedora e que sempre perdoa seus filhos.

Embora as águas sagradas estejam ligadas à pureza espiritual, o Ganges sofre com despejo de esgoto, dejetos industriais e por tudo mais que é depositado nele indiscriminadamente.

Persistente, o rio continua fluindo, trazendo vida e transmitindo a tradição viva.

Assim como a terra, o ar, o fogo, as águas cumprem sua missão neste mundo.

Só falta a humanidade despertar para a sua contribuição e cuidar dessas bênçãos divinas com as quais somos presenteados todos os dias.

Texto: Sandra Iannarelli

Ganesha, aquele que abre caminhos



Imagem 02

Seus quatro braços representam os atributos do corpo. Eles são: o intelecto, o ego, a consciência e a mente.

Ganesha é um dos deuses mais celebrados no hinduísmo. Ele é filho dos deuses Shiva e Parvati e representa o intelecto, a sabedoria, a fortuna e a prosperidade.

Descrito como uma figura com corpo de ser humano e cabeça de elefante, além de uma barriga proeminente, quatro braços, uma única presa e um rato aos seus pés, Ganesha também é conhecido como, Vinayaka, que, em sânscrito, significa “destruidor de obstáculos”.

Reverenciado ao início de cada novo desafio pelos seus devotos, seja quando as pessoas se mudam para uma nova casa, ou antes, de começar um novo empreendimento, este deus representa boa sorte em novas jornadas.

Quanto às suas características, a cabeça de elefante dessa divindade representa sua grande sabedoria e seu intelecto, a barriga simboliza sua paciência e sua capacidade de digerir o mal e o bem que a vida oferece.

Sua única presa é uma referência aos sacrifícios que devemos fazer para conquistar os nossos sonhos e objetivos, e o rato é uma referência a investigar as miudezas dos problemas e das situações que são consideradas difíceis.

Seus quatro braços representam os atributos do corpo. Eles são: o intelecto, o ego, a consciência e a mente.

Em cada uma de suas mãos encontramos objetos com outros simbolismos.

Um machado: com esta ferramenta, Ganesha pode repelir qualquer obstáculo.

A flor de lótus: que simboliza o maior objetivo da evolução humana, ou seja, o autoconhecimento e a realização do seu “eu interior”.

Corda: aparece na mesma mão em que Ganesha segura a flor de lótus. Ela é um símbolo da força que amarra o devoto à eterna bênção. Este objeto também simboliza que os apegos e desejos mundanos devem ser eliminados.

Modaka: é um doce feito de leite e arroz tostado colocado na tigela. Além de ser o quitute preferido do deus elefante, ele representa a satisfação, após a jornada de disciplina e autoconhecimento.

Mão voltada ao devoto: uma das mãos de Ganesha está sempre voltada para quem o cultua, simbolizando a bênção, a proteção e o refúgio que podemos encontrar nele.

Texto: Sandra Iannarelli

Shiva, a energia transformadora

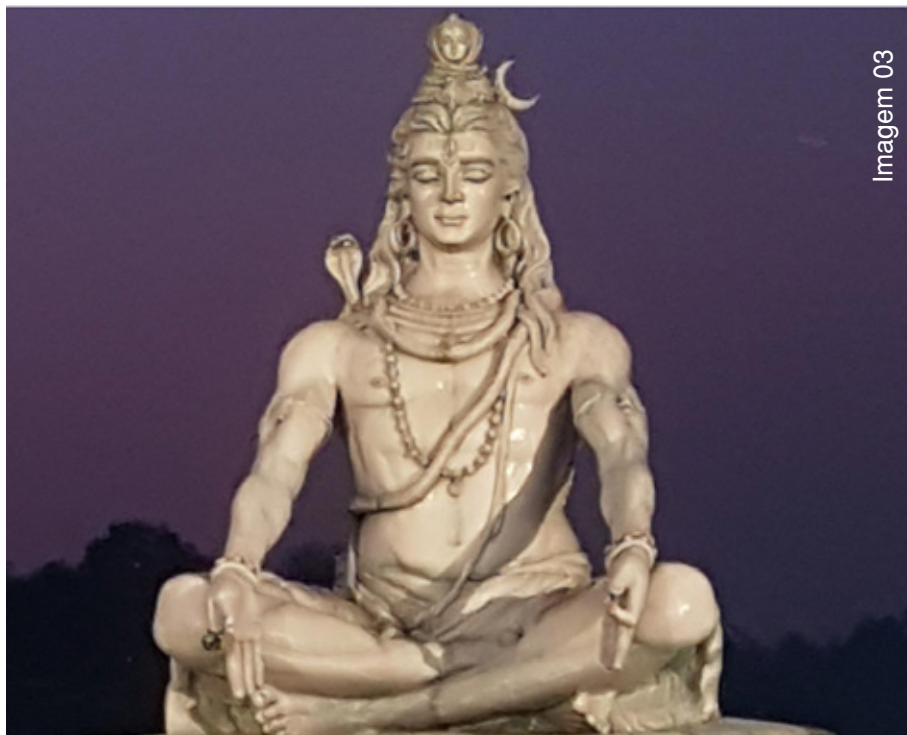


Imagem 03

O olho central ou “terceiro olho”, localizado na testa, tem o poder de converter em cinzas todo o universo.

As representações de Shiva na mitologia hindu são variadas, não só pela existência de inúmeras formas de contar uma história, mas também porque esse deus tem diversos símbolos associados à sua figura.

Em muitas formas de Shiva é comum a presença de uma lua crescente. Quando utilizada em seus cabelos, representa tudo aquilo que está em constante transformação no universo e que vai além das emoções.

O olho central ou “terceiro olho”, localizado na testa, tem o poder de converter em cinzas todo o universo.

A serpente enrolada em torno do seu pescoço traduz a misteriosa energia da kundalini e a pele de tigre sobre a qual ele se senta representa o poder (skakta).

Shiva é o aspecto transformador da trindade (trimurti), cujos dois outros membros são Vishnu (que representa o princípio preservador) e Brahma (que simboliza o princípio criador).

O rio Ganges que jorra do topo da cabeça de Shiva simboliza a descida da deusa Ganga para nutrir e salvar a Terra e é o meio que Shiva usa para conferir aos devotos a dádiva da libertação espiritual.

Texto: Sandra Iannarelli

Saraswati, a energia do conhecimento



O povo local cultuava Saraswati e seu poder de criar a vida por onde passava. A mesma habilidade do rio de fluir e criar seu próprio caminho são vistos nos atributos da deusa.

Deusa da sabedoria, das artes e da música. É a protetora dos artesãos, pintores, músicos, atores, escritores e artistas em geral. Ela também protege aqueles que buscam conhecimento como os estudantes e os professores.

Ela é a personificação do Rio Saraswati que faz parte do delta, chamado Triveni Sagan, que é a confluência de três rios sagrados: o Ganges, o Yamuna e o invisível Saraswati, entendido de maneira metafísica como um caminho “leitoso”, “lácteo” que é o caminho para a imortalidade.

Desde o início do século XXI, vários estudos geológicos e arqueológicos confirmam a preexistência da bacia Ghaggar-Hakra, onde estaria o rio Saraswati, descrito nos textos do Rig Veda. Local onde hoje estão as cidades históricas do Rajastão como Jaisalmer, Jaipur, Udaipur, Jodhpur entre outras.

O povo local cultuava Saraswati e seu poder de criar a vida por onde passava. A mesma habilidade do rio de fluir e criar seu próprio caminho são vistos nos atributos da deusa.

Ela geralmente é representada com quatro braços sentada sobre uma flor de lótus branca com um cisne e um pavão.

Em uma de suas mãos, Saraswati segura escrituras sagradas, enquanto em outra mão ela segura um rosário, símbolo de concentração e meditação. As outras duas mãos ela usa para tocar seu instrumento, o Veena, e deixar a música fluir e estabelecer a harmonia.

A deusa Saraswati está ligada à toda a manifestação de conhecimento e arte que possui fluidez. Todo o conhecimento deve seguir seu caminho, assim como o rio, e inundar outros seres com sua sabedoria. Krishna é um dos mais famosos e incríveis personagens da mitologia hindu.

Texto: Sandra Iannarelli e Renata Semin

Krishna, a energia do amor



Imagem 05

Ele é considerado o deus do amor, atende todos que são puros de coração, sempre abençoando o amor que sentimos pela vida.

Krishna é um dos mais famosos e incríveis personagens da mitologia hindu.

O nome Krishna significa o “todo atraente” e se refere ao aspecto mais atraente, íntimo e completo de Deus, a Verdade Absoluta, a fonte de tudo e a causa de todas as causas.

As histórias de Krishna o retratam de vários modos: um deus-criança, um brincalhão, um modelo de amante, um herói divino e um ser supremo.

Ele é considerado o deus do amor, atende todos que são puros de coração, sempre abençoando o amor que sentimos pela vida.

Ensina-nos a encarar o mundo e os problemas como uma excelente oportunidade para a evolução espiritual.

No contexto do Bhagavad Gita (A Canção do Divino Mestre), Krishna representa a personalidade divina encarnada para restabelecer o Dharma (a ordem social) e guiar a humanidade pelo caminho da descoberta do Eu Maior.

Texto: Sandra Iannarelli

Durga, a força da mulher



Imagem 06

Ela concentra energias positivas e qualquer traço de apatia ou inércia são dissolvidas na presença dela.

Durga é uma importante deusa do Hinduísmo, bastante popular e reverenciada.

Dentre as muitas versões sobre sua origem e seus feitos, a mais conhecida diz que o demônio Mahisha conseguiu a dádiva de tornar-se invencível frente a qualquer oponente masculino, mas não a uma mulher.

Furiosos diante da impossibilidade de vencê-lo, os deuses emitiram tanta energia que uma grande massa de luz e força condensou-se no corpo de uma mulher, cujo esplendor alastrou-se por todo o universo.

Durga recebeu de cada deus uma parte de seu corpo e uma arma, além de um leão, que ela cavalga e com o qual é frequentemente representada.

Ela é um depósito de energias positivas e qualquer traço de apatia ou inércia são dissolvidas na presença dela.

Destruidora do mal e protetora dos justos, sempre disposta a ajudar quem tiver bravura para enfrentar seus problemas, Durga revela a força da mulher.

Texto: Sandra Iannarelli

Brahma , a energia da criação



É considerado o criador do universo, dos deuses e do conhecimento.

Brahma é a divindade máxima na religião hindu.

É considerado o criador do universo, dos deuses e do conhecimento.

Brahma está presente em tudo, desde partículas até o universo, sendo o responsável pela criação de tudo que existe.

Brahma é o deus supremo da tríade hindu. Seus atributos são representados pelos três poderes que formam a trimurti ou trindade dos principais deuses: Brahma, Vishnu e Shiva, respectivamente, a criação, a conservação e a destruição.

Sobre a representação simbólica de Brahma, seus quatro rostos recitam cada um dos quatro Vedas.

Quando apresentado com quatro mãos, elas retratam a autoconfiança, o ego, a mente e o intelecto. Sua barba representa a sabedoria.

A flor de lótus que ele carrega em uma das mãos simboliza a natureza e a essência viva de todos os seres.

O livro que ele segura em outra das mãos representa o conhecimento.

Para a tradição védica, o criador da Terra e do homem é como uma aranha tecendo sua magistral teia. Ele possui inteligência, sabedoria e perspicácia para fazer o melhor.

Por ser a representação da força criadora ativa no Universo, Brahma também é a divindade protetora da música, das canções, dos artistas e dos artesãos.

Texto: Sandra Iannarelli e Renata Semin

Kali, a força do tempo



Seus dentes brancos mostram sua pureza interior.

Na sua forma usual, Kali é uma divindade terrível que inspira temor, que assusta a todos por sua aparência.

A forma feroz de Kali está repleta de símbolos impressionantes.

Sua pele escura simboliza sua natureza abrangente e transcendental.

A guirlanda de cinquenta cabeças humanas de Kali, que representa as cinquenta letras do alfabeto sânscrito, simboliza o conhecimento infinito.

Seu cinto de mãos humanas decepadas significa trabalho e liberação do ego e por conseguinte, do ciclo do carma.

Kali é representada com quatro, ou até dez braços, que seguram diferentes armas dos deuses, assim como sua criadora, a deusa Durga.

Seus dentes brancos mostram sua pureza interior.

Quando precisa lamber o sangue que cai do corpo de um demônio que foge, ela estica sua língua tanto quanto seja necessário e a gira mais depressa do que o vento, para qualquer direção em que o sangue caia.

Seus três olhos representam passado, presente e futuro – os três modos de tempo – um atributo que se encontra no próprio nome Kali ('Kala' em sânscrito significa tempo).

Shiva, reclinado e prostrado sob os pés de Kali, sugere que, sem o poder de Kali (Shakti), ele próprio é inerte.

Surya, o deus-sol



Imagem 09

Para o hinduísmo, ele seria considerado a face visível de deus, uma vez que o Sol pode ser visto todos os dias.

Surya na mitologia hindu, é o deus do Sol. É tido como criador do universo, fonte de toda vida, a alma que traz luz e calor ao mundo.

Viaja pelo céu numa carruagem de ouro puxada por sete cavalos e conduzida por Aruna vermelha, a personificação do alvorecer.

Seu templo mais conhecido fica em Konarak, Orissa, no noroeste da Índia, mas é adorado por todo o subcontinente indiano.

Também conhecido por sinônimos como Aditya, Ravi e Bhaskara, o deus do Sol é reverenciado como o sustentador da vida na literatura védica, datando de cerca de 1500 a 1000 a.C.

Para o hinduísmo, ele seria considerado a face visível de deus, uma vez que o Sol pode ser visto todos os dias.

Conforme os Vedas (escrituras sagradas do hinduísmo), Surya habita o próprio sol. Além disso, seu reino sagrado se estende por toda a extensão dos raios solares.

O deus do Sol está associado ainda com ideais de movimento e revolução.

Na mitologia hindu, Surya tem contraparte em outras duas culturas ancestrais: a grega e a egípcia.

Na mitologia grega, o deus-sol corresponde a Hélios, que circunda a terra no chamado carro do Sol, cavalgando o céu até o oceano para banhar os cavalos, dando início à noite.

Nada no universo escapa da vista de Hélios, motivo pelo qual os deuses o convocam para atuar como testemunha em importantes eventos.

Na mitologia do Antigo Egito é Rá, identificado primordialmente com o sol do meio-dia.

A forma mais comum da sua representação na mitologia egípcia é um homem com a cabeça de um falcão, um disco solar no topo e uma serpente enrolada ao redor do disco.

Ele desloca-se numa barca pelo céu e durante a noite enfrentava diversos ataques e conseguia sair sempre vitorioso, ajudado por outros deuses que viajavam com ele, renascendo todos os dias de manhã e trazendo a luz que os humanos tanto necessitavam.

Texto: Sandra Iannarelli e Renata Semin

Parvati, protetora das mulheres



Imagem 10

Parvati é plena de amor e muita tranquilidade sendo louvada também como deusa da devoção, da força divina e protetora das mulheres.

Parvati é uma deusa hindu que se destaca por sua gentileza e forte poder feminino, que lhe permite ajudar mulheres a conquistar um bom casamento, realizar o sonho de engravidar e resolver problemas amorosos.

Ela faz parte da tridevi, a trindade feminina, junto à Lakshmi, deusa da prosperidade e Sarasvati, deusa da arte e sabedoria.

Pode ressurgir também como diferentes manifestações, na forma de algumas divindades, como a deusa Durga ou a deusa Kali, enfrentando e derrotando demônios.

Parvati é a segunda esposa de Shiva, deus da destruição e transformação. Uma curiosidade sobre o casal é que a esposa anterior do deus, Sati, era uma encarnação de Parvati. Ou seja, ela sempre foi a única esposa de Shiva.

Juntos eles tiveram dois filhos: Ganesha, deus da sabedoria e Kartikeya, deus da guerra.

Seus devotos costumam procurá-la para pedir bons casamentos, atrair o amor e sobretudo, resolver alguns problemas de relacionamento.

Entre seus vários atributos, um dos mais conhecidos é a fertilidade. A deusa é considerada a força que gera a reprodução em todas as espécies de todo o mundo. Ela é chamada de shakti, ou seja, a própria geração da energia que tem o poder de criar.

Parvati é plena de amor e muita tranquilidade sendo louvada também como deusa da devoção, da força divina e protetora das mulheres.

Shiva, mesmo sendo uma asceta, foi levado ao casamento graças à determinação de Parvati, que representa a unidade entre homem e mulher.

Texto: Sandra Iannarelli

Vishnu, a energia da conservação



Imagem 11

Vishnu é o deus da proteção, da manutenção e da sustentação. Sendo assim, é ele o responsável por guiar o mundo e livrá-lo de todas as forças malignas.

De acordo com a mitologia hindu, Vishnu faz parte da trimurti, composta pelos três principais deuses do hinduísmo: Brahma, Vishnu e Shiva que simbolizam respectivamente a criação, a conservação e a destruição.

Vishnu é o deus da proteção, da manutenção e da sustentação. Sendo assim, é ele o responsável por guiar o mundo e livrá-lo de todas as forças malignas.

Suas quatro mãos simbolizam as quatro direções que ele é capaz de controlar. Além disso, elas indicam os quatro estágios da vida: a busca pelo conhecimento; a vida em família e sociedade; a convivência consigo mesmo; e a renúncia ao pecado.

As quatro mãos também carregam quatro objetos importantes: uma clava de combate, uma concha, um disco luminoso e uma flor de lótus.

Segundo o hinduísmo, sempre que um deus se manifesta corporalmente, ele assume a forma de um avatar. Vishnu já teve vários avatares e eles vieram quando era preciso restabelecer a ordem e a justiça no mundo.

Algumas representações colocam o deus ao lado de sua esposa, Lakshmi, e da serpente Sesha. Em outras, ele pode estar montado sobre sua águia, Garuda.

Garuda é o ser mitológico responsável pelo transporte do deus Vishnu. Em algumas histórias ele é descrito apenas como um pássaro, entretanto, em outras descrições, Garuda possui um corpo humano com asas e bico de águia.

Ele é tão associado à história de Vishnu que existe até uma postura clássica de yoga em sua homenagem, a Garudasana.

Texto: Sandra Iannarelli

Lakshmi, a energia da prosperidade



Imagem 12

Lakshmi é a deusa da abundância, mas não apenas da riqueza material como estamos acostumados a associar.

Lakshmi é esposa do deus Vishnu, e é considerada pelos hindus como a deusa da prosperidade, beleza, fartura material e espiritual. Para seus devotos, ela é a personificação da riqueza e da graça.

Normalmente homens de negócios e comerciantes mantêm imagens de Lakshmi nos cômodos de suas casas para que logo no começo do dia possam reverenciá-la, a fim de obter prosperidade financeira.

Ela também é vista por algumas comunidades campesinas como a deusa responsável pela boa produtividade agrícola.

Lakshmi é a deusa da abundância, mas não apenas da riqueza material como estamos acostumados a associar.

A abundância provida por Lakshmi está diretamente relacionada ao que desejamos, que podem ser desejos como paz, verdade, saúde e harmonia.

Também conhecida como Shri, ela pode ser entendida como aquela que confere capacidade, poder e meios habilidosos, que se manifestam como beleza, brilho, glória e posto elevado.

A mulher é a manifestação, na terra, da mãe Lakshmi, a deusa da prosperidade, por isso é tradição que ela guarde a chave do cofre.

Além disso, os indianos consideram importante a palavra da mulher em uma decisão financeira. Essa é uma sabedoria antiga que garante a segurança material da família, pois acredita - se que a mulher protege mais os interesses dos familiares que o homem.

A deusa Lakshmi é representada por uma forma feminina de quatro braços. Usa um sari vermelho com borda dourada e está sentada ou em pé sobre um lótus. Tem moedas de ouro e lótus em suas mãos.

Os dois elefantes, sempre próximos a ela, simbolizam o nome e a fama associados à riqueza mundana, representando a importância de um devoto verdadeiro não procurar ganhar a riqueza meramente para adquirir nome e fama, mas para partilhá-la com os outros e levar felicidade para todos.

Texto: Sandra Iannarelli

Rama, símbolo da fraternidade



Imagem 13

Rama, avatar de Vishnu, tem sua história escrita no Ramayana, o épico mais querido de toda a Índia.

Rama, avatar de Vishnu, tem sua história escrita no Ramayana, o épico mais querido de toda a Índia.

Essa encarnação, conhecida como Ramachandra, ou simplesmente Rama, veio à Terra há muito tempo.

Enquanto mostrava o comportamento de um rei ideal e santo, sua vida se deparou com grandes tribulações, atos de heroísmo e romance.

Rama foi exilado na floresta por muitos anos. Durante sua residência na selva, onde morou com seu irmão Lakshmana e sua esposa Sita, um demônio terrível, Ravana raptou sua amada consorte.

Para resgatá-la, Rama buscou auxílio de uma raça de macacos inteligentes e um grande embate aconteceu.

Ele foi ajudado por Hanuman, o deus-macaco, que tinha o rosto semelhante ao do animal e o corpo de um humano.

Hanuman viveu em função de lutar por Rama, abdicando de interesses pessoais. Suas glórias e vitórias sempre foram dirigidas ao seu rei.

Ambos são muito cultuados pelos indianos: Rama como símbolo da fraternidade e Hanuman pelo seu exemplo de altruísmo.

Texto: Sandra Iannarelli e Renata Semin

Hanuman, o altruísta



Imagem 14

Hanuman é conhecido também como um ser que traz força, sabedoria, coragem, determinação, renúncia e valentia.

Hanuman abriu mão de tudo para ser devoto a Rama, avatar de Vishnu. Sua alegria estava ligada ao do seu senhor. Suas glórias e vitórias foram cantadas para o seu rei.

Ele não possuía seguidores, reino próprio e outros luxos. Tornou-se o maior exemplo de altruísmo sendo adorado por muitos hindus.

Assim como vários outros deuses, Hanuman tem várias versões de sua história. Uma delas conta que Anjana – esposa do rei-macaco Keshari - foi uma ninfa amaldiçoada. Por isso, ela viveria como uma macaca.

Então, Anjana acabou engravidando de Hanuman após receber uma visita do deus do vento, Vayu.

Em contrapartida, outras versões falam que o deus é filho de Shiva, ou de alguma de suas encarnações.

Em sua infância, Hanuman tentou atacar o Sol ao confundi-lo com uma manga. O deus-sol buscou ajuda de Indra. A intenção era castigar a criança.

Indra lançou um raio que atingiu o deus-macaco na mandíbula. Seu pai, Vayu, decidiu, assim, punir os deuses pelo evento e começou a tirar todo o ar do universo.

As divindades correram atrás de Brahma pedindo por ajuda.

O criador universal disse que para acabar com a briga, todos deveriam pedir perdão a Vayu, além de concederem bênçãos a Hanuman.

Brahma fez com que ninguém fosse capaz de vencê-lo ou matá-lo, além da criança ter total conhecimento sobre ervas medicinais, raízes e frutos.

Surya, o deus-sol, ofereceu todo o conhecimento védico e imunidade a queimaduras.

Para manter a humildade do jovem deus, os sábios declararam que ele só teria consciência de suas habilidades quando elas lhe fossem necessárias.

Hanuman ofereceu seus serviços a Rama demonstrando sua força, coragem e poder em todas as suas conquistas, principalmente na recuperação de Sita, esposa de Rama, das mãos de Ravana, um grande demônio.

Histórias contam que o deus macaco tinha o poder de se tornar grande ou pequeno, sempre que lhe fosse necessário. Além disso, ele demonstrava possuir domínio de seus instintos, conseguindo sempre se superar e vencer seus inimigos.

Hanuman é conhecido também como um ser que traz força, sabedoria, coragem, determinação, renúncia e valentia.

Texto: Sandra Iannarelli

Buda, o iluminado



Imagem 15

Após ter criado sua doutrina, ele percorreu o país pelos 45 anos seguintes, difundindo-a.

Siddharta Gautama, um príncipe do clã Shakya, nasceu e cresceu em um palácio, no século VI a.C., na Índia, atualmente sul do Nepal.

O rei Suddhodana, seu pai, protegeu-o do mundo exterior, para que ele não convivesse com as aflições humanas, como a fome, a morte, as doenças e as injustiças sociais.

Porém, aos 29 anos, o príncipe saiu do castelo, fugido do pai, e conheceu o sofrimento humano de perto.

Assim, decidiu renunciar à sua vida luxuosa e ao trono, com o objetivo de descobrir uma maneira de aliviar a dor humana.

Nos primeiros 6 anos de sua peregrinação, ele acompanhou os ascetas. Através das práticas dessa filosofia, ele experienciou a renúncia do prazer e a mortificação.

Sem resultados para o seu objetivo, Siddhartha abandonou a vida asceta.

Aos 35 anos, sentado em profunda meditação, alcançou o nirvana, o estado mais alto da meditação, libertando-se das aflições físicas e emocionais deste mundo.

Foi, então, que escolheu o “caminho do meio” definido por ele, como aquele que leva o indivíduo à libertação, sem qualquer tipo de extremismo, o que conhecemos hoje como o Budismo.

Assim, Siddhartha tornou-se Buda, o iluminado, deixando claro que qualquer outro ser humano poderia se tornar buda ao atingir este mesmo estágio.

Após ter criado sua doutrina, ele percorreu o país pelos 45 anos seguintes, difundindo-a.

Siddhartha morreu aos oitenta anos de idade, na cidade de Kushinagar, no atual estado de Uttar Pradesh, na Índia.

Texto: Sandra Iannarelli

Fonte das imagens

Imagem 01 - Kelly K in SF em Flickr

Imagem 02 - Pinterest

Imagem 03 - Juliana Nunes

Imagem 04 - Pinterest

Imagem 05 - www.dollsofindia.com

Imagem 06 - Pinterest

Imagem 07 - Pinterest

Imagem 08 - Pinterest

Imagem 09 - Estátua de Konark Sun Temple of Sun God -
Wikipedia

Imagem 10 - Pinterest

Imagem 11 - Bernard Rermant

Imagem 12 - Pinterest

Imagem 13 - wallpapertip.com

Imagem 14 - Pinterest

Imagem 15 - Grande Buda de Lingshan, Wuxi, China -
Jonathan Lampel