



**TABAIBAAGNYAANATO BISWAM
TWAMEKAH PARAMAARTHATAH
TWATTO ANYO NAASTI SAMSAARI
NAA SAMSAAREE CH KASHCHANA**

(ASTAVAKRA SAMHITA; CH-15; V-16)

Allgemeine Bedeutung:

**ALLEIN AUFGRUND DEINER UNKENNTNIS EXISTIERT DAS
UNIVERSUM. IN REALITÄT BIST DU EINS UND NUR DAS EINE
ES GIBT KEIN EINZELNES SELBST ODER HÖCHSTES SELBST
AUSSER DIR.**

**EKA EBA BHABAA MBHODHAA
BAASIDASTI BHABISYATI
NA TEY BANDHOASTI MOKHYO
BAA KRUTA KRUTYAH SUKHAM CHARA**

(ASTAVAKRA SAMHITA; CH-15; V-18)

Allgemeine Bedeutung:

**IM OZEAN DER SCHÖPFUNG WAR, IST UND WIRD NUR DAS EINE
SEIN. WEDER SKLAVEREI NOCH BEFREIUNG BERÜHREN DICH.
LEBE, HANDELND UND GLÜCKLICH.**

ABSCHNITT 1

BOTSCHAFT VON PARAMAHANSA ATMANANDAJI

RICHTIGES VERSTÄNDNIS DER BHAGAVAD GITA—TEIL- 121.

Liebe göttliche Freunde,

Pranams. Grüße. Namaste.

Das Leben soll gelebt werden, d.h. glücklich, gesund, harmonisch, liebevoll, helfend und positiv. In den meisten Fällen geschieht dies nicht. Dadurch gibt es Leiden, Stress und Krankheiten, welche sich in die Qualität des Lebens hineinfressen. Die Hauptursache dafür ist die Unkenntnis über unsere wahre Identität. Diese Unkenntnis wird von Unruhe des Verstandes verursacht. Diese Unruhe des Verstandes, schafft Unkenntnis über die Wahrheit, verursacht Furcht, Verlangen, Reizbarkeit und Ärger. Ein Mangel an Vertrauen führt zu Unsicherheiten und die Chance zu Versagen wächst. Dies ist Ursache zu weiterem Stress, Verlangen, Schwachsinn und Depression. Wenn man dann nicht behandelt, kann dies bis zur Selbstzerstörung führen. Alle dies sind Infektionen wie physische Infektionskrankheiten. Die Freude des Lebens ist weg. Das Leben erscheint eine Last zu sein. Alle dies ist vermeidbar. Es gibt viele Methoden zur Vorbeugung. Jedoch ist die Beste unsere tägliche Übung des Kriya Yoga. Sie ist leicht, unkompliziert und wissenschaftlich. Kriya Yoga gibt Ruhe und Frieden und entfernt Unkenntnis. Es gibt direkte Wahrnehmung der ewigen Wahrheit. Dieses Wissen gibt Stärke- und Selbstvertrauen. Diese Stärke ist das Leben, das gesunde, glückliche Leben. Furcht, Ärger, Unruhe und Stress verschwinden. Vertrauen, positive Einstellung und Mut wachsen. Das Leben wird zur Segnung und freudvoll.

All dies wird wunderbar von Krishna in der Bhagavad Gita gelehrt, dem besten persönlichen und allgemeinen Handbuch über das Leben in Freude, den Schöpfers und die Schöpfung und die Beziehung zu Gott, dem Höchsten.

Wir erörterten in der vorherigen Ausgabe des Kriya Yoga Sandesh (Februar/März-Ausgabe) bis zum Ende des fünfzehnten Kapitels der Bhagavad Gita. In diesem Kapitel hat Krishna die Details über den Schöpfer, die Schöpfung und das Höchste gelehrt.

Am Schluss dieses Kapitels sagte Krishna: „Oh sündenfreier Arjuna, auf diese Art habe ich das mysteriöse und geheime Wissen beschrieben. Dieses realisierend, gelangt man zur Wissens- und Selbstverwirklichung. Das Leben wird freudig und lebenswert“.

Jetzt beginnen wir mit dem sechzehnten Kapitel. In diesem Kapitel lehrt Krishna über spirituelle Menschen, die Gott lieben und unspirituellen, unzivilisierten Menschen.

ABHAYAM SATTWA SAMSUDDHIR

GNYAANA YOGA BYABASTHITIH

DAANAM DAMASCHA JAGNYASCH

SWAADHYAAYA STAPAARJABAM

(B.G. CH-16; V-1)

Vers Analyse:

ABHAYAM-----	FURCHTLOSIGKEIT
SATTWA SAMSUDDHI-----	WAHRHEITSTREUE UND REINHEIT DES VERSTANDES
GNYAANA YOGA BYA BASTHITIH	SICHER IM YOGA-WISSEN
DAANAM-----	WOHLTÄTIGKEIT GEBEN
DAMAH-----	SINNE UND VERSTAND SCHULEN
CH-----	UND
JAGNYAH-----	OPFER
CH-----	UND
SWAADHYAAYAH-----	STUDIUM DER GEISTLICHEN HEILIGEN SCHRIFTEN
TAHAH-----	STRENGE
AARJABAM-----	DIREKT

Allgemeine Bedeutung:

Die Abwesenheit von Furcht, innere Reinheit und fest im Yoga der geistlichen Aufklärung gegründet, Almosen gebend, Verstand und Sinne schulend, opfernd, die heiligen Schriften studierend, streng und direkt.

Erklärende Notizen:

In diesem Eröffnungsvers des sechzehnten Kapitels beschreibt Krishna einige Qualitäten eines spirituellen Menschen. Diese sind: Freiheit von Furcht, Freiheit von Ego basierten Beschränkungen, die Freiheit, die tierische Natur und böse Qualitäten verhindert. Reinheit von Gedanken, Sprache und Handlungen, Direktheit, Praktizieren und Ausüben

von Wohltätigkeit, Sinnes- und Verstandeskontrolle, Schulung der Stärke und Meditation und Studium der heiligen Schriften.

AHIMSAA SATYAMAKRODHAH

STYAAGAH SHAANTIRA PAISHUNAM

DAYAA BHUTESWALOLUPTWAM

MAARDABAM HREERACHAAPALAM

(B.G. CH-16; V-2)

Vers Analyse:

AHIMSAA----- HARMLOSIGKEIT

SATYAM----- WAHRHEIT

AKRODHAH----- FREI VON ÄRGER

TYAAGAH----- VERZICHT

SHAANTIH----- FRIEDLICHKEIT

APAISHUNAM----- FREI VON UNEHRLICHKEIT

DAYAA----- MITLEID

BHUTESU----- FÜR ALLE WESEN

ALOLUPTWAM----- FREI VON GIER

MAARDABAM----- SANFTHEIT

HREEH----- BESCHEIDENHEIT

ACHAAPALAM----- FREI VON UNRUHE

Allgemeine Bedeutung:

Harmlosigkeit, Hingabe an die Wahrheit, Freiheit von Ärger, Geist des Verzichts, Friedlichkeit, Freiheit von Unehrllichkeit, Liebenswürdigkeit allen Wesen gegenüber, Freiheit von Gier, Sanftheit, Bescheidenheit, Freiheit von Unruhe.

Erläuternde Notizen:

Krishna fährt fort, die Qualitäten einer geistigen, großmütigen und zivilisierten Person zu beschreiben. Die geistige Person ist frei von Schlechtigkeit in Gedanken, Sprache und

Handlungen, ist wahrheitstreu auf eine nützliche Art, frei von Reizbarkeit und Ärger, frei von Unehrlichkeit, ruhig und friedlich, freundlich zu allen Wesen und frei von Gier und Geiz, bescheiden und höflich, frei von geistiger und physischer Unruhe.

Krishna fährt fort:

TEJAH KHYAMAA DHRUTIH SHOUCHAM

ADROHONAATI MAANITAA

BHABANTI SAMPADAM DAIBIM

ABHIJAATASYA BHAARATA

(B.G. CH-16; V-3)

Vers Analyse:

TEJAH----- KRAFT UND VITALITÄT

KHYAMAA----- VERGEBUNG

DHRUTIH----- MUT; STÄRKE

SHOUCAM----- REINLICHKEIT

ADROHAH----- ABWESENHEIT VON HASS UND FEINDSELIGKEIT

NA----- NICHT

ATIMAANITAA-----FANATISCHER STOLZ

BHABANTI-----GEHÖREN ZU

SAMPADAM----- REICHTUM

DAIBIM----- GOTTESDIENER

ABHIJAATASYA----- GEBOREN MIT

BHAARAT----- O'-NACHKOMME VON BHARAT

Allgemeine Bedeutung:

Vitalität und Kraft, Vergebung, Mut, Reinlichkeit, frei von Hass und Feindseligkeit, nicht fanatisch stolz, dies sind die Qualitäten, die die mit göttlicher Erbschaft geborenen Personen bereichern.

Erläuternde Notizen:

Krishna beschreibt das Verhalten und den Charakter einer geistigen Person, die göttlich begabt ist. Zusätzlich zu göttlichen und positiven Qualitäten, wie in den vorherigen zwei Eröffnungsversen beschrieben, fügt Krishna folgendes hinzu:

Eine strahlende, ruhige und nicht-egoistische Persönlichkeit mit Kraft und Gesundheit, höflich und demütig, die weder Feindseligkeit noch Hass hat, rein ist und vergebend, mutig und geduldig. Dies sind die Qualitäten einer mit göttlichen Eigenschaften geborenen Person.

Folgende sind Beispiele für einige dieser sattwisch, göttlich begabten Menschen.

- Lord Raam Chandra ji des Raamaayan Epos.
- Lord Krishna ji des Mahabhaarat Epos.
- Maha Muni Vyaas Dev ji des Mahabhaarat Epos.
- Kaiser Yudhisthir des Mahabhaarat Epos.
- Arjuna des Mahabhaarat Epos.
- Mutter Kunti des Mahabhaarat Epos.
- Sati Anusuyaa (Frau des Atri Muni, Guru von Sita).
- Lord Buddha
- Jesus Christ.
- Lahiri Mahaasaya.
- Ramana Maharsi
- Sri Yukteswar ji
- Dalai Lama.

Die Liste ist unerschöpflich. Diese wenige Namen kommen schnell ins Gedächtnis. In jedem Land und in jeder Zivilisation erscheinen sie als Menschen und Anführer. Sie sind Gottes Erscheinen und Segnung für die Schöpfung.

In den folgenden wenigen Versen beschreibt Krishna die Merkmale von unzivilisierten, bösen Menschen mit negativen und zerstörerischen Qualitäten.

DAMBHO DARPO ABHIMAANASCH

KRODHAH PAARUSYAMEBA CH

AGNYAANAM CHAABHIJAATASYA

PAARTH SAMPADAM AASURIM

(B.G. CH-16; V-4)

Vers Analyse:

DAMBHAH-----HEUCHELEI
DARPA----- ARROGANZ
ABHIMAANAH-----SELBSTEINBILDUNG
CH----- UND
KRODHAH----- ÄRGER
PAARUSYAM-----GROBHEIT
EBA----- SOGAR
CH----- UND
AGNYAANAM----- UNKENNTNIS
CH----- UND
ABHIJAATASYA----- GEBOREN MIT
PAARTH----- O' PAARTH (ARJUN)
SAMPADAM----- REICHTUM
AASURIM----- UNZIVILISIERT, ÜBEL

Allgemeine Bedeutung:

O'Arjun (Paarth), besessene und böses, unzivilisiertes Volk ist mit Eigenschaften von Heuchelei, Arroganz, Selbsteinbildung, Ärger, Grobheit, Unkenntnis geboren.

Erläuternde Notizen:

Krishna beschreibt die Qualitäten einer bösen, unzivilisierten Person. Leute, die Heuchelei, Arroganz, Selbsteinbildung, Ärger, Grobheit und Unkenntnis besitzen und sich dementsprechend benehmen, werden als unzivilisiert und böse beschrieben. Diese Leute sind überwiegend die untere Art von Raajik-Menschen. Ihnen fehlen hohe Ideale und Göttlichkeit und sie sind nie spirituell.

DAIBEE SAMPAD BIMOKHYAAYA

NIBANDHAAYAASUREE MATAA

MAA SHUCHAH SAMPADAM DAIBIM

ABHIJAATOASI PAANDABA

(B.G. CH-16; V-5)

Vers Analyse:

DAIBI-----	GÖTTLICH; SPIRITUELL
SAMPAT-----	REICHTUM; WOHLSTAND
BIMOKHYAAYA-----	ZUR BEFREIUNG
NIBANDHAAYA-----	ZUR ANHAFTUNG
AASUREE-----	DAS BÖSE, UNZIVILISIERTE
MATAA-----	WERDEN BETRACHTET
MAA-----	NICHT
SHUCHA-----	SICH SORGEN, BEKÜMMERN
SAMPADAM-----	WOHLSTAND, BESITZ
DAIBIM-----	DAS GÖTTLICHE, SPIRITUELLE
ABHIJAATAH-----	GEBOREN MIT
ASI-----	DU BIST
PAANDABA-----	OH PAANDAB (ARJUNA)

Allgemeine Bedeutung:

Die göttlichen Qualitäten werden so betrachtet, dass sie eine Person zur Befreiung führen während die bösen unzivilisierten Qualitäten zu Anhaftung führen. Bitte Paandab (Arjuna) mach dir keine Sorgen, du bist mit göttlichen Qualitäten geboren.

Erklärende Anmerkungen:

Die spirituellen und göttlichen Qualitäten führen eine Person zur Freiheit bzw. der Befreiung oder Selbstrealisation. Dies sind Krishnas Lehren über die spirituellen, positiven und noblen Qualitäten und die Bestimmung der Person, die diese besitzt. Es zeigt sich dies automatisch durch seine geistigen, physischen und wörtlichen Taten und sein Verhalten.

Andererseits, benimmt sich eine Person mit negativen, bösen und unzivilisierten Qualitäten auf entsprechende Weise. Dies führt sie zu Anhaftung an Zeit und Raum und bewirkt Effekte, die das Gegenteil von Befreiung und Selbstrealisation sind.

Um Arjunas Selbstzweifel an dessen eigenen angeborenen Qualitäten zu zerstreuen, versichert Krishna ihm, dass er mit göttlichen Qualitäten geboren wurde. Er, Arjuna soll sich nicht darum sorgen und kann sich der Freiheit, der Befreiung und der Selbstrealisation sicher sein.

DWAOU BHUTA SARGOU LOKEY ASMIN

DAIBA AASURA EBA CH

DAIBO BISTARASHAH PROKTA

AASURAM PAARTHA MEY SHRUNU

(B.G. Kapitel 16; Vers 6)

Vers Analyse:

DWAOU----- ZWEI

BHUTASARGOU----- ARTEN VON WESEN

LOKEY----- IN DER WELT

ASMIN----- IN DIESER

DAIBA-----DAS GÖTTLICHE, SPIRITUELLE

AASURAH----- DAS BÖSE, UNZIVILISIERTE

EBA-----SOGAR

CH----- UND

DAIBA-----DAS GÖTTLICHE

BISTARASHAH----- IM DETAIL

PROKTAH----- WURDE BESCHRIEBEN

AASURAM----- DAS BÖSE

PAARTH----- OH PAARTH

MEY----- VON MIR

SHRUNU-----HÖRE

Allgemeine Bedeutung:

In dieser Welt gibt es zwei Arten von Wesen: die göttlichen oder spirituellen und die nicht-göttlichen und nicht-spirituellen. Die Beschreibung der göttlichen hast du gehört, Nun bitte höre, was ich im Einzelnen über die nicht-göttlichen und nicht-spirituellen sage.

Erklärende Anmerkungen:

In den ersten fünf Versen des sechzehnten Kapitels der Bhagavad Gita, sprach Krishna detailliert über die Charakteristika und Qualitäten der Menschen mit göttlichen Qualitäten. Um das Wissen zu vervollständigen, beschreibt Krishna im Folgenden genau die Charakteristika der nicht-göttlichen und nicht-spirituellen oder bösen Wesen. Weil dieses Wissen Konzentration verlangt, rät Krishna Arjuna Ihm genau zuzuhören

PRABRUTTIM CH NIBRUTTIM CH

JANAA NA BIDURAASURAAH

NA SHOUCHAM NAAPI CHAACHAARO

NA SATYAM TEYSU BIDYATEY

(B.G. Kapitel 16; Vers 7)

Vers Analyse:

PRABRUTTIM----- POSITIVE UND NOBLE TATEN

CH----- UND

NIBRUTTIM----- NEGATIVE UND BÖSE TATEN

CH----- UND

JANAAH-----MENSCHEN

NA----- TUE ES NICHT

API----- AUCH

CH----- UND

AACHAARAH----- RICHTIGES VERHALTEN

NA----- NICHT

SATYAM----- WAHRHEIT

TEYSU----- IN IHNEN

BIDYATEY-----GEGENWÄRTIG

Allgemeine Bedeutung:

Was eine noble und positive Tat und was eine böse und negative Tat ist, die Unterscheidung kennen nicht-göttliche und böse Personen nicht. Sie haben keine Reinheit, sie haben kein richtiges moralisches Verhalten und auch keine Vorstellung von Wahrheit.

Erklärende Anmerkungen:

Menschen, die mit dominanten negativen und nicht-göttlichen, nicht-spirituellen Qualitäten geboren werden, haben keine Vorstellung und kein Unterscheidungsvermögen zwischen richtigem und falschem bzw. bösem Verhalten. Genauso wenig können Sie zwischen Wahrheit und Unwahrheit unterscheiden. Ebenso wenig können sie Reinheit und Unreinheit trennen.

Durch verschiedene Faktoren von Mutter Natur, die die Schöpfung bestimmt und reguliert, werden nicht alle Personen mit göttlichen und positiven Qualitäten geboren. Bestimmung und das Gesetz des Karmas spielen hier eine Rolle. In der Yoga-Vedanta Philosophie (Kriya Yoga ist ein angewandter Teil davon) wird die Bestimmung durch Taten definiert, sowohl durch Pravritti als auch durch Nivritti. Ein Mensch mit überwiegend negativen und nicht-göttlichen Qualitäten kann durch seine eigenen Taten positiv und göttlich werden. Diese Personen können ihre Bestimmung durch das Befolgen der Gesetze der sieben „W's“ und der 10 „P's“ ändern.

Dafür wird ein Guru oder Meister gebraucht. Die einfachste und beste Technik und Lebensweise, diesen lebenswichtigen kosmischen Wandel vom Negativen zum Positiven zu vollziehen, ist Kriya Yoga.

Nur wenige Menschen sind ausschließlich negativ und un-göttlich und noch weniger sind rein positiv und göttlich. Also gibt es für jedes Wesen Hoffnung. Die meisten sind Kombinationen aus negativ und positiv, wie auch göttlich und nicht-göttlich, alle jedoch haben die Chance das nichtgöttliche zu überwinden und göttlich zu werden und die Befreiung (Mokhya) zu erreichen.

Folge dem Guru mit Vertrauen, Ernsthaftigkeit und Liebe; praktiziere Kriya Yoga ernsthaft und korrekt, erfülle alle deine Pflichten mit allen deinen Möglichkeiten als Dienst an Gott und nichts kann dich mehr vom Erreichen der Selbstrealisation in diesem Leben abhalten.

Dies ist der Pfad, der uns von Krishna, Babaji, Lahiri Mahasaya, Sri Yukteswar ji, Paramahansa Yogananda, Swami Narayan Giri und Swami Satyananda Giri gezeigt wird.

Mögen Gott und die Gurus dich segnen, schützen und inspirieren.

Mit Liebe und den besten Wünschen für Euch

demütig,

Paramahansa Atmananda ji

TEIL2

INSPIRATIONEN AUS DER INNEREN UNSTERBLICHEN UNENDLICHKEIT

A) YOGA VEDANTA; WEISHEIT (VIGNYAAN):

a. DIE UPANISCHADEN:

INDRIYEBHYAH PARAM MANO

MANASAH SATTWAMUTTAMAM

SATTWAADADHI MAHAAN AATMAA

MAHATOABYAKTAMUTTANAM

(KATHOPNISAD; 2-3; 7)

Allgemeine Bedeutung:

Größer als die Sinnesorgane ist der Verstand, größer als der Verstand ist der Intellekt, größer als der Intellekt ist die Seele. Die Seele ist Meister und Besitzer all dieser.

Größer als die individuelle Seele ist die unmanifestierte Mutter Natur, die der kausale Körper ist. Dies ist Teil von Gottes Macht und Kraft, Maayaa, die in der Anhaftung verbleibt.

ABYAKTTAATTU PARAH PURUSO

BYAAPAKOALINGA EBA CH

JAM GNYAATWAA MUCHYATEY

JANTURAMRUTATWAM CH GACCHATI

(KATHOPANISAD; 2-3; 8)

Allgemeine Bedeutung:

Sogar noch größer als die Mutter Natur ist ihr Meister und Herr, ist das Höchste Wesen, die Höchste Seele (Paramaatmaa), die formlos und unbegreiflich ist, alles und jedes Wesen durchdringend. IHN zu erkennen, macht die individuelle Seele frei von den Anhaftungen der Maayaa oder Mutter Natur und bringt Unsterblichkeit und Höchste Freude.

Deshalb sollte es für jede vernünftige Person die erste Pflicht und höchste Priorität sein, sich von den verworrenen Anhaftungen der Mutter Natur zu befreien (Maayaa). Daher sollte man zu Gott beten, über IHN meditieren, und Zuflucht suchen beim Höchsten Param Brahmam, Paramaatma, Gott.

NAIBA VAACHAA NA MANASAA

PRAAPTUM SHAKYO NA CHAKHYUSAA

ASTEETI BRUBATOANYATRA

KATHAM TADUPALABHYATEY

(KATHOPANISAD; 2-3; 12)

Allgemeine Bedeutung:

Das Höchste Wesen, Gott kann nicht durch Sprache oder Handlungen, nicht durch den Verstand oder die Augen und die Vorstellungskraft erkannt werden, denn Gott ist jenseits der Erreichbarkeit unserer Wahrnehmung und Möglichkeiten.

Aber selbstverständlich, existiert es hier, jetzt und überall. Es ist erkannt von denen, die einen sehr starken Wunsch, Willen und Glauben haben.

Es kann niemals von denen erkannt werden, die nie an Es glauben, die kein Vertrauen haben. Wie soll es für jene möglich sein, die Es nicht akzeptieren?

b. ASTAAVAKRA SAMHITAA:-

NA NINDATI NA CH STOUTI

NA HRUSYATI NA KUPYATI

NA DADAATI NA GRUNHAATI

MUKTAH SARBATRA NEERASAH

(Kapitel 17; Vers 13)

Allgemeine Bedeutung:

Weder beschuldigt die gott-verwirklichte Person noch verleugnet sie, weder lobt sie noch ist sie vor Freude aufgeregt, noch ist sie wütend. Weder gibt sie, noch nimmt sie etwas an. Ein solcher Mensch ist frei von Anhaftungen an alle Objekte.

Erklärende Anmerkungen:

Ein gott-verwirklichter Mensch ist eins mit Gott. „Brahmavid Brahma iba Bhabati“. Seine Handlungen, Reaktionen, Sprache, Gedankenprozesse sind nicht mehr, wie die eines menschlichen Wesens. Er hat die Wahrheit erkannt, das „SARVAM KHALU IDAM BRAHMAM“, also dass, wenn nur der eine Gott existiert und nichts sonst, gibt es keine Dualität mehr. Der Sehende, das Gesehene, Subjekt und Objekt, Beschuldiger, Beschuldigte, Geber und Nehmer sind eins.

SAANURAAGAANG STRIYAM DRUSTWAA
MRUTYUM BAA SAMUPASTHITAM
ABIHWALA MANAAH SWASTHO
MUKTA EBA MAHAASHAYAH

Allgemeine Bedeutung:

Der selbstrealisierte Mensch, die große Seele bleibt ruhig, geistig bereit, ist nie angeregt oder gestört beim Anblick einer liebenden Frau oder beim bevorstehenden Tod. Er ist wirklich befreit.

Erklärende Anmerkungen:

Der selbstrealisierte Mensch wird auch Große Seele genannt. Er befindet sich jenseits des Einflusses von Mutter Natur, der Schöpfung der Dualität und jenseits der drei Gunas, also Sattwa, Rajah, Tamah. Nicht spirituelle Menschen können diesen bedingungslosen Zustand nie verstehen.

c. MUNDAKOPANISAD:-

ETASMAAJJAAYATEY PRAANO
MANAH SARBEY INDRIYAANI CH
KHANG BAAYURJYOTI RAAPAH
PRUTHIBEE BISHWASYA DHAARINEE

(MUNDAKA; Kapitel 2-1; Vers 3)

Allgemeine Bedeutung

Das höchste Wesen, Param Brahman ist formlos und jenseits von Verstand, Intellekt und Ego, Sinnesorganen usw. Es kann weder etwas tun, noch kann etwas mit ihm getan werden. Aus diesem allmächtigen höchsten Wesen entsprangen am Beginn der Schöpfung, Praan (UR-Lebensenergie), Verstand (Das innere Selbst), alle inneren Organe, der Raum, Luft, Feuer, Wasser, Erde - diese 5 grundlegenden großartigen Elemente - all dies und mehr.

B) DIE HEILIGE BIBEL:

1) WAHRLICH, WAHRLICH ICH SAGE EUCH: WER AN MICH GLAUBT, DER HAT DAS EWIGE LEBEN.

(JOHANNES; 6-47)

2) UND GOTT WIRD ABWISCHEN ALLE TRÄNEN VON IHREN AUGEN, UND DER TOD WIRD NICHT MEHR SEIN, NOCH LEID NOCH GESCHREI NOCH SCHMERZ WIRD MEHR SEIN; DENN DAS ERSTE IST VERGANGEN.

(OFFENBARUNG; 21-4)

FÜR ERFOLG; EFFIZIENZ UND EIN STRESSFREIES LEBEN:-

A) DIE REGELN DER W'S:

- | | |
|----------------------|-----------------------|
| 1) WISH IT | WÜNSCHE ES |
| 2) WILL IT | WILL ES / ES WOLLEN |
| 3) WORK FOR IT | WIRKE DAFÜR |
| 4) WATCH (GOD) | (GOTT) WAHRNEHMEN |
| 5) WAIT | WARTEN |
| 6) WINDOW (OF HEART) | FENSTER (DES HERZENS) |
| 7) WALK. | WANDERN / GEHEN |

B) DIE REGELN DER P'S:

- | | |
|----------------------|---------------------|
| 1) PURITY | REINHEIT |
| 2) PRACTICE | ÜBUNG |
| 3) PERSISTENCE | AUSDAUER |
| 4) PERSEVERENCE | BESTÄNDIGKEIT |
| 5) POSITIVE ATTITUDE | POSITIVE HALTUNG |
| 6) PRAYER | GEBET |
| 7) POLITENESS | HÖFLICHKEIT |
| 8) PLEASANTNESS | FREUNDLICHKEIT |
| 9) PUSH | STOSSE AN / BEGINNE |
| 10) PROMOTE | FÖRDERE |

ABSCHNITT 3

NACHRICHTEN AUS DEN ZENTREN

Die Kriya Yogabewegung und die praktische Spiritualität werden stärker und stärker. Ständig wächst die Anzahl der Menschen in aller Welt, auf allen Kontinenten, die sie lernt und übt.

Alle, die täglich Kriya üben, genießen ein stressfreies, gesundes Leben und führen ein bedeutungsvolles Leben. Dies ist der einzige Ausweg aus dieser zwieträchtigen, Stress entwickelnden Welt.

Es folgen die inspirierenden Nachrichten aus den Kriya Yogazentren überall auf der Welt. Am 10. Mai wurde die Geburtstagszeremonie mit Pravachans, Gebeten und Meditationen gefeiert.

KRIYA-YOGA DHYANA KENDRA, BHAWANIPATNA, KALAHANDI:

Wir beglückwünschen die Kendra-Mitglieder zur erfolgreichen Fertigstellung ihrer großartigen neuen Meditationshalle. Auch konnten die Umbauten, die Reparaturen und die Renovierungen der Ashram-Gebäude abgeschlossen werden.

Jeden Tag gehen Aktivitäten von den frühen Morgenstunden bis 21 Uhr. Es gibt Mangal Aarati, Seva und Pujanam von Gurus und Gott. Meditationsklassen, Aufnahmen und beratende Sitzungen. Es gibt häufige Besuche von Kriyabans und geistig Suchende.

Der Wirkungskreis des Ashram beträgt 100 km in alle Richtungen. Tausende von Menschen, Kriyabans und Nicht-Kriyabans, werden von diesem spirituellen Kriya Yogazentrum erreicht durch die Kriya-Yogaübungsstunden, das Studium der Bhagavad Gita und durch Sportaktivitäten für Kinder aus den Schulen.

Sri Yukteswars Geburtstag:

Wie in jedem Jahr wurde der Jahrestag des Geburtstag des Meisters Sri Yukteswarji am 10. Mai mit einem frühen Morgengebet, geführten Meditationsklassen, dem Studium der Heiligen Schrift sowie Einweihungen und kostenfreien Gesundheitsuntersuchungen gefeiert.

Nach den Abendsitzungen gab es Prasad Sevanam. Viele Kriyabans aus entfernten Orten waren anwesend.

KRIYA YOGA ACADEMY, MOHANGIRI, KALAHANDI:

In einem schönen natürlichen Tal, umgeben von Bergen, Hügel und Dschungel befindet sich am Ufer des Flusses Kaalindis dieser schöne Ashram der weiter wächst und von

sehr aktiven, aufrichtigen Kriyabans verwaltet wird; dieses Ashram hat eine große Zukunft zu erwarten. Sie feierten ihren Jahrestag, den Gründungstag in der Gegenwart von Pujya Gurudev, Paramahansa Atmanandaji und älteren Kriyabans aus Bhawanipatna, Balangir und vielen anderen entfernten Orten.

Es gab öffentliche Beratungen, Initiationen und Meditations- und Gebetsstunden.

Es gibt großen Enthusiasmus und viel Motivation, Kriya Yoga und praktische Spiritualität zu üben und diese befreiende Botschaft von Gott und Gurus zu verbreiten, um die mannigfaltigen Leiden der Menschen zu heilen und zu verhindern, damit das Leben lohnend und vergnüglich wird.

KRIYA YOGA KENDRA, DHARMAGARH, KALAHANDI, ODISHA, INDIA:

Die energischen und hingebungsvollen Kriyabans von Dharmagarh waren erfolgreich beim Verbessern des Ashramgebäudes und des Geländes. Neue Wände, moderne Toiletten und die Erweiterung der Meditationshalle ist dank der aufrichtigen und hingebungsvollen Arbeit des Vorstandes im Allgemeinen und der ganzen Kriyabans im Besonderen erreicht worden. Regelmäßige Meditationen und das Studium der Heiligen Schriften gehen weiter.

Der Jahres- und Gründungsfeiertag wurde im Beisein von Hunderten von Freunden aus nahe gelegenen Dörfern gefeiert. Pujya Gurudev, Paramahansa Atmanandaji war zu diesem Anlass anwesend und segnete das Fest.

KRIYA YOGA ASHRAM, DEOBHOG, CHATTISGARH, INDIA:

Die hingebungsvollen und aufrichtigen Kriyabans der Stadt Deobhog in Südchattisgarh, waren erfolgreich darin, einen dauerhaften Ashram an einem netten Standort zu bauen. Vor kurzem wurde der Gründungstag im Beisein von Pujya Gurudev, Paramahansa Atmanandaji mit Hunderten von Kriyabans und berühmten Bürgern und Gemeindevertretern gefeiert. Es gab Pravachans, Gebete, Aufnahmen, geführte Meditationen und Prasad Sevanam.

KRIYA YOGA DHYANA KENDRA, ROURKELA, ODISHA, INDIA:

Dies ist die Quelle von Inspiration, Motivation und Ausbildung von Kriya Yoga. Jeden Tag gibt es am frühen Morgen um 5:30 Uhr MANGAL AARATI, das Studium der Bhagavad Gita und von anderen alten heiligen Schriften über Yoga Vedanta, dem geführte Meditation und Kriya Yoga Übungen von 6:30 Uhr bis 8:30 Uhr folgen. Ansässige Yogacharyas helfen aktiv.

Aufnahmen werden von 10 Uhr bis zu 12 Uhr nach Terminabsprache gemacht.

Die Abendklassen von 18:30 bis 20:30 beginnen jeden Tag mit Gebeten, geführten Meditationen, Pravachans. Das Yogacharya Ausbildungsprogramm geht gleichzeitig weiter.

Von 8:30 Uhr bis 11:30 Uhr und 16 Uhr bis 18:30 ist Karma Yoga Programm.

Wohltätige medizinische Klinik:

Eine kostenfreie, medizinische Klinik wird jeden Sonntag von 9:30 Uhr bis 11:30 Uhr angeboten. Gratisuntersuchungen mit Ärzten, kostenlose Medizin und Rat werden gegeben. Viele Patienten sind anwesend und besonders die armen Patienten profitieren am meisten.

Zusätzlich dazu gibt es jedes Jahr eine Jahres- oder Gründungsfeier, Feiern aus Anlass der Geburtstage der Kriya Yoga Sat Gurus sowie der von Heiligen und Weisen. Hunderte von Menschen besuchen diese Feiern. Viele kommen aus der Nähe und auch von weit entfernten Orten.

Stipendien:

Armen und würdigen Studenten werden Stipendien gegeben, um ihre Studien fortzusetzen. Gratisunterkünfte werden auch armen Studenten angeboten.

25-jähriges Jubiläum des Ashrams:

Das 25-jährige Jubiläum des Ashrams wurde vor vier Jahren gefeiert. Es ist auch ein Meilenstein in der Geschichte des Ashram. Der Vorsitzende auf Lebenszeit, Paramahansa Atmanandaji wohnt hier und führt die Aktivitäten mit der Hilfe des Vorstands des Ashram, wenn er nicht auf Reisen ist.

KRIYA YOGA CENTER, AHMEDABAD, GUJARAT, INDIA:

Unter der Leitung von ansässigen Yogacharyas aus Ahmedabad (Gujarat) und den Segnungen von Gott und Gurus gab es fast ein halbes Dutzend Retreatseminare und Jahresfeiern in den letzten drei bis vier Jahren.

Regelmäßige Gruppenmeditationen von sowohl ersten als auch höheren Kriya finden wöchentlich statt. Die Mitglieder sind hochmotiviert und aufrichtig. Sie üben sich und helfen anderen, auch zu üben.

Dies ist gesegnetes Land, das Land Krishnas.

KRIYA YOGA CENTER, BANGALURU, KARNATAKA, INDIA:

Mit aufrichtigem Sadhana und viel Arbeit von ansässigen Yogacharyas und Kriyabans leistet dieses Kriya Yogazentrum immense Arbeit, übt Kriya Yoga und praktische

Spiritualität und verbreitet diese befreienden Techniken von Gott und Gurus. Dies ist sehr wichtiges Seva von Gott und Gurus und ein Dienst für den Schöpfer und die Schöpfung.

Bangaluru hat die höchsten Selbstmordraten und Scheidungen trotz seines Industrie- und IT-Erfolgs und trotz seines hohen Standards materiellen Wohlstands und Lebens. Aber es gibt keine Fröhlichkeit, es wachsen beständig Stress und Anspannung und psychosomatische Krankheiten. Nur die Kriya-Yogaübung und ein Lebensstil basierend auf praktischer Spiritualität können die Qualität und Menge des Lebens verbessern und Leiden reduzieren.

KRIYA YOGA CENTER, HYDERABAD, TELENGANA, INDIA:

Dies ist ein relativ neues, aber schnell aufkommendes und wichtiges Kriya Yoga Center. Das ansässige Yogacharya übt ernsthaft Kriya Yoga und seine ganze erweiterte Familie, und Verwandte üben auch Kriya Yoga. Es ist eine Quelle der Inspiration und Lehre über Kriya Yoga und eine große Hilfe dabei, die Nachricht von Gott und den Gurus zu verbreiten zu vielen Menschen auf der ganzen Welt. Dieses Zentrum hat eine große Familie.

INTERNATIONALE ZENTREN:

KRIYA YOGA KENDRA, JAKARTA, INDONESIA:

Die aufrichtigen und hingebungsvollen Mitglieder des Zentrums üben täglich individuell Kriya Yoga, und haben wöchentlich geführte Gruppenmeditationen. Die Gruppenmeditationen sind organisiert auf Rotationsbasis, so dass jede Kriyaban-Familie Gruppenmeditation genießen kann, denen Prasad Sevanam folgt.

Kriyabans aus Singapur und Malaysia verbinden oft Gruppenmeditationen und Satsangs und genießen sie mit Guru Deva, Paramahansa Atmanandaji und anderen Kriyabans dort. Die Kriya Yogagruppe dort ist eine glückliche, verbundene und hingebungsvolle Kriya-Familie und folgt der guten Mission der praktischen Spiritualität. Wir wünschen ihnen viel Erfolg, Freude, Gesundheit und Fitness.

Mögen Gott und Gurus alle Kriyabans überall auf der Welt segnen.

EUROPA:

KRIYA YOGAZENTRUM, DEUTSCHLAND:

An vorderster Stelle in Europa sind die fünf Zentren in Deutschland mit einem Hauptsitz im Gebiet Hamburg-Bremen. Die anderen wichtigen Zentren sind in Stolzenau in der Nähe von Hannover und Pfullendorf in der Nähe von Überlingen in Süddeutschland. Diese Zentren veranstalten regelmäßige Kriya Yogaklassen.

Die örtlichen Yogacharyas von Hamburg koordinieren und arbeiten zusammen, wenn spezielle Kriya Yogaprogramme im Jahr organisiert werden. Gurudev Paramahansa Atmanandaji, besucht diese Zentren zweimal jährlich und führt und hilft den aufrichtigen, fleißigen und hingebungsvollen Kriyabans. Jedes Jahr gibt es Aufnahmen, öffentliche Vorträge, Beratungen und geführte Meditationen.

KRIYA YOGAZENTRUM, HOLLAND:

Die ansässigen Yogacharyas im Gebiet Amsterdam und Rotterdam arbeiten und üben ernsthaft, um die Zentren zu verbessern. Diese Zentren sind auch eine Quelle der Inspiration für Kriya Yogazentren in Südamerika wie Surinam.

DAS NEUE KRIYA YOGAZENTRUM, WIEN, ÖSTERREICH:

Dieses jüngste Mitglied der Kriya Yogafamilie wurde vor kurzem von Gurudev Paramahansa Atmanandaji gegründet und eingeweiht. Das Zentrum ist vielleicht neu, jedoch sind die Kriyabans erfahrene Mitglieder.

Wir wünschen ihnen Erfolg.

Mögen Gott und Gurus all diese göttlichen Kriya Yogazentren und Mittelpunkte sowie alle Yogacharyas und Kriyabans segnen.

DIE VEREINIGTEN STAATEN VON AMERIKA:

NORTH CAROLINA KRIYA YOGA CENTER, RDU:

Dieses Kriya Yogazentrum ist relativ jung, aber es arbeitet, um die ganze vibrierende Energie und die Segnungen und die Weisheit, die göttliche Flamme des Kriya Yoga und praktischer Spiritualität aufrechtzuerhalten und der leidenden Menschheit Freude, Gesundheit, Fitness und Frieden zu bringen. Es hilft Gott und Gurus ihre Segnungen für alle aufrichtigen Suchenden verfügbar zu machen. Wir wünschen ihnen Freude und Erfolg.

Dieses gesegnete Zentrum wird soweit möglich von einem ausgezeichneten Zentrum der Nachbarstadt unterstützt und geholfen.

TENNESSEE KRIYA YOGA CENTER, NASHVILLE:

Dieses wichtigste Zentrum für Kriya Yoga und Spiritualität hat in den letzten fast 25 Jahren seinen höchsten Standard an Moral, positive Energie, reife Weisheit und Spiritualität aufrechterhalten. Es ist eine Quelle des Wissens und der Inspiration für alle, die die Arbeit und den Auftrag Gottes und der Gurus für ein echtes Wohl aller Wesen schätzen. Es ist ein praktisches Beispiel für die Lehren der heiligen Bhagavad Gita, die im täglichen Leben geübt werden. Wir wünschen ihm Erfolg, Freude, Gesundheit und Glück.

KRIYA YOGA CENTER, MICHIGAN, GREATER DETROIT:

Dieses Zentrum erlebt einen Neuanfang bezüglich der Organisation. Es wird jetzt von einem frischen, neuen, jugendlichen Team von jungen und energischen Yogacharyas und einer Leitung unter der Führung von Guruji. Es sollte bald vollständig betriebsbereit sein. Pujya Guruji, Paramahansa Atmanandaji fährt fort, für ihre Gesundheit, ihre Heilung, ihre Gesundheit, ihr Glück und ihren Erfolg zu beten. Die neuen Leiter sollten auch ihre Kriya Yogaübung, sowohl die erste Gruppe und die höheren Kriyas in der Privatsphäre ihrer Häuser intensivieren.

Nichts ist Gott und den Gurus unbekannt. Die Segnungen kommen zu den echten und aufrichtig Suchenden.

Die alte Aufstellung ist aufgrund falscher Prioritäten, Kommerzialisierung und einer negativen Einstellung sowie Lethargie und Trägheit geändert worden.

Wir wünschen dem neuen Team Glück, Erfolg und Freude und Segnungen von Gott und den Gurus.

KRIYA YOGA CENTER, GREATER ATLANTA:

Kriyabans wird geraten, die Kriya Yogatechniken täglich ernsthaft in der Privatsphäre ihrer Häuser zu üben. Erinnert die angewandte Philosophie der praktischen Spiritualität im täglichen Leben.

KURU PUNYAM AHORAATRAM

SHARA NITYA ANITYATAAM

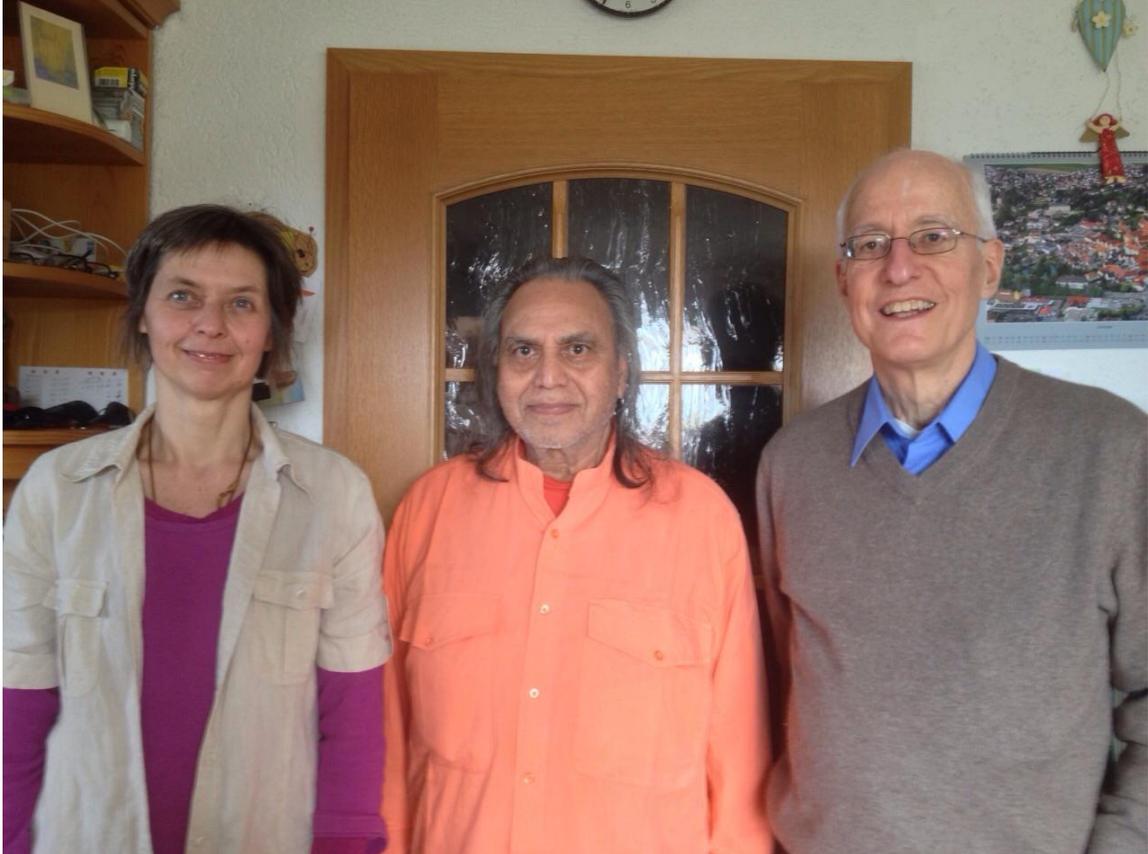
Übe Spiritualität, positive und gute Taten am Tag und in der Nacht und erinnere dich täglich an die Vergänglichkeit der Schöpfung (Welt).

„Wie du denkst, so wirst du.“ Dies ist sehr wichtiges Mantra, um das Schicksal zu ändern. Und so geschieht es. Dies allein gibt Glück, Freude, Selbstvertrauen und Freiheit von Ängsten und Sorgen.

Kriya Yoga ist des Übens wert. Langsam und vorsichtig gewinnt das Rennen.

PHOTO SECTION







OM TAT SAT OM
(That is the Absolute Truth)

© 2000 Swami Atmananda Paramahansa, Kriya Yog Dhyana Kendra, Rourkela
769042, Orissa, India.

Kriya Yog Sandesh was first published in May 2000. This monthly newsletter may be distributed by Kriyabans initiated by Paramahansa Atmanandaji and his authorized Yogacharya. To subscribe, unsubscribe or change your address, please contact: chandaditya@gmail.com

For different issues of Kriya Yog Sandesh: kriyayogasandesh.com

English website: kriyayogajagat.com

For communication please mail to chandaditya@gmail.com