



Newsletter (Sandesh) – APRIL-MAI 2018

***HIRANMAYE PARE KOSEY
BIRAJAM BRAHMAM NISKALAM
TAT CCHUNHRAM JYOTISAAM
JYOTUSTAD JADAATMABIDO BIDUH
(MUNDAKO UPANISAD; 2-2-9-41)***

ALLGEMEINE BEDEUTUNG:

Innerhalb der brillanten Hülle des goldenen Lichtes des Geistes, ist der reinste, ungeteilte Brahmam, der höchste Geist, ohne Makel. Er ist das strahlende Licht der Sonne und anderer himmlischer Körper. Es ist das, was durch die selbstverwirklichten Meister verwirklicht wird.

ERLÄUTERUNGEN:

Die initiierten Kriyabans können sich besser durch die Kriya Yoga-Technik von Jyoti oder Yoni Mudra erinnern.

Es erscheint wie eine brillant glänzende, beruhigende Masse von weißem Licht, in der Mitte ist eine tiefe blaue oder schwarze Mündung eines Tunnels mit einem brillanten winzigen Stern pulsierend in seiner Mitte. Diese himmlische Masse von weißem Licht ist von goldenem Licht umgeben.

ABSCHNITT - 1

BOTSCHAFT VON PARAMAHANSA ATMANANDAJI

RICHTIGES VERSTÄNDNIS DER BHAGAVAD GITA—

TEIL - 139

Liebe gottgleiche Freunde,

Pranams, demütige und liebevolle Grüße.

Die Zeit und Gezeiten warten auf niemanden. Daher nie aufhören zu arbeiten oder zu praktizieren, bis das Ziel erreicht ist oder bis die Wahrheit offenbart ist; die Wahrheit über das eigene Selbst oder die ultimative, ewige Identität. Dies ist auch bekannt als Selbstverwirklichung, die zur Verwirklichung Gottes führt.

Nur Selbstverwirklichung beantwortet unsere Fragen und entfernt alle Leiden. Diese Wahrheit oder die absolute Wahrheit ist eine, die einzige, d.h. jeder einzelne Mensch ist der unteilbare Teil Gottes, der höchste Geist oder Paramaatma oder Parambraham oder Parameshwara.

EKAM SA BIPRAABAHUDHAA VADANTI. Die Bedeutung ist, dass die absolute Wahrheit Eins ist, aber spirituelle Lehrer beschreiben oder lehren in verschiedenen Stilen. Dieses Wissen mit dem täglichen weltlichen Leben zu kombinieren, ist die Antwort auf die unendliche Zahl von Fragen und Problemen, denen eine Person in seinem Leben gegenübersteht. Dies bestimmt ihre Erfahrungen, Handlungen, Reaktionen und Interaktionen, die die Ursachen von momentanen Freuden und momentanen Sorgen sind.

Dies zieht sie in die kosmischen Gesetze des Karmas und Karma Phala, d.h. Schicksal.

Die ultimative Konsequenz daraus ist Stress, der zu Sorgen, Angst, Spannung und Depressionen führt, die zu psychosomatischen Krankheiten und Verschlechterung der Qualität und Quantität des Lebens führen.

Das einzige Gegenmittel dieser negativen schmerzhaften Erfahrungen ist ein Leben, entsprechend den Lehren der Bhagavad Gita. Der angewandte Teil dieser Lehren sind die Philosophie und Techniken des Kriya Yoga in der Bhagavad Gita, wie in den ersten sieben Kapiteln von Krishna gelehrt, d.h. die theoretischen, philosophischen Aspekte

des Lebens und der Lebensstile, die zur Beseitigung von Leiden und selbst Realisierung führen.

Dies ist als materielle und spirituelle Selbstverwirklichung bekannt.

Die grundlegende Qualifikation für den Erfolg im Anschluss an diese Lehren sind:

- a) unerschütterlicher Glaube an Gott.
- b) die Liebe zu Gott und zur Spiritualität.
- c) eine positive Einstellung unter allen Umständen.
- d) der Glaube an den Guru oder den individuellen spirituellen Lehrer, der die Initiation gegeben hat.
- e) die Bereitschaft und Fähigkeit, hart für längere Zeit zu arbeiten.
- f) enorme Geduld und Mut.
- g) die Haltung, das Selbst der Barmherzigkeit Gottes zu überlassen.

Die aufrichtige Praxis der Kriya Yoga Techniken gibt diese Qualitäten.

In der vorigen Ausgabe des Kriya Yoga Sandesh kamen wir bis zu Vers 68 des achtzehnten Kapitels der Bhagavad Gita.

Jetzt fahren wir mit Vers 69 aus Kapitel achtzehn der Bhagavad Gita fort.

Liebe Freunde, bitte lest und studiert diese Lehren und wendet sie in eurem täglichen Leben und Lebensstil an. Glück und Freiheit von Stress und tieferes Verständnis des Lebens wird das Ergebnis sein.

NA CH TASMAAN MANUSYESU

KASHCHIN ME PRIYA KRUTTAMAH

BHABITAA NA CH ME TASMAAT

ANYAH PRIYATARO BHUBI

(B.G. CH-18; V-69)

Vers Analyse:

NA-----NICHT

CH-----UND

TASMAAT-----DANN

MANUSYESU-----UNTER DEN MENSCHEN

KASHCHIT-----KEINE
ME----- VON MIR
PRIYA-KRUTTAMAH----- MAN DIENT MIR LIEBEVOLL
BHABITAA----- WIRD
NA----- NICHT
CH----- UND
ME----- VON MIR
TASMAAT----- ALS ER
ANYAH----- NIEMAND ANDERS
PRIYA-TARAH----- LIEBER
BHUBI----- AUF DIESER ERDE

Allgemeine Bedeutung:

Es gibt keine andere Person, unter den Menschen, die mehr Liebe und Dienst für mich ausführt.

Auch gibt es keine andere Person in der Welt, die mir lieber ist, als eine solch geweihte Person.

Erläuterungen:

In den vorhergehenden Versen sprach Krishna über die entscheidenden Techniken, um Gott zu verwirklichen und Vollkommenheit zu erreichen und diesen spirituellen Zustand zu erreichen, in dem es keine Ängste, Zweifel oder Leiden mehr gibt. Er hat auch versichert, dass eine solche Person ihm am liebsten ist.

Auch jede eingeweihte Person gibt diese himmlisch geheimsten, spirituellen Anweisungen an Andere weiter. Ebenso tut der qualifizierte Eingeweihte einen großen Dienst an Gott, der Gott der Liebste ist

Ebenso soll dieses geheimste, höchste spirituelle Wissen niemals Personen gelehrt werden, die nicht an Gott glauben oder ohne Glauben sind, die eine negative Haltung haben und ohne Selbstdisziplin sind.

Eine geweihte Person, die an diese Worte Gottes glaubt und ihnen freudig und gerne gehorcht und sie praktiziert und dabei selbst freudig die Herrlichkeit Gottes lobt, erfüllt alle Handlungen, die Gott lieb sind; sie ist Gott am liebsten.

ADHYESYATE CH JAH IMAM

DHARMYAM SAMBADMAABAYOH

GNYANA JAGNYENA TENAHAMISTAH

SYAAMITI ME MATIH

(B.G. CH-18; V-70)

Vers Analyse:

ADHYESYATE----- LERNEN WILL
CH----- UND
JAH----- WER
IMAM----- DIES
DHARMYAM----- GEOPFERT
SAMBAADAM----- UNTERHALTUNG
AABAYOH----- UNSERE
GNYAANA----- WEISHEIT
JAGNYENA----- OPFERN
TENA----- DURCH IHN
AHAM----- ICH
ISTAH----- ANBETEND
SYAAM----- SOLL ICH SEIN
ITI----- SO
ME----- VON MIR
MATIH----- MEINE MEINUNG

Allgemeine Bedeutung:

Und die, die dieses heilige Gespräch von uns studieren, werden ihn durch das Opfer der Weisheit anbeten. Dies ist meine feste Überzeugung.

Erläuterungen:

Hier betont Krisna den immensen Wert der höchsten spirituellen Lehren, die er persönlich an Arjuna gibt.

Das hat immense spirituelle Energie, so viel davon, dass auch diejenigen, die positive Haltung und Liebe und Glaube studieren, dieses persönlich gelehrt Geheimmnis, höchstes Wissen automatisch durchführen werden und die Opferzeremonie der Weisheit vollführen. Krishna betont, dass dies seine feste Überzeugung ist.

Jene Personen, die sie sogar von Anderen hören oder diese Schriften oder Lehrbücher studieren, erhalten unzerstörbare, spirituelle Vorteile von Frieden, Freude und Freiheit von Angst, Sorge, Angst Spannung und Stress.

SHRADDHAABAAN ANASOOYASCH

SHRUNUYAADATI JO NARAH

SOAPI MUKTAH SHUBHAANG LLOKAAN

PRAAPNUYAAT PUNYA KARMANAAM

(B.G. CH-18; V-71)

Vers Analyse:

SHRADDHAABAAN-----PERSON MIT VOLLEM GLAUBEN

ANASOOYAH----- FREI VON BOSHEIT

CH----- UND

SHRUNUYAAT----- HÖREN WILL

API----- ALSO

JAH----- WER

NARAH----- MANN

SAH----- ER

API----- AUCH

MUKTAH----- BEFREIT
SHUBHAANG----- GÜNSTIG
LOKHAAN----- WELTEN
PRAAPNUYAAT----- WIRD ERREICHEN
PUNYA KARMANAAM----- DURCH DIESE SPIRITUELLEN
HANDLUNGEN

Allgemeine Bedeutung:

Auch die Person von ungeheurem Glauben und ohne irgendeine negative Einstellung, die dies hört, wird befreit und kann die freudigen Welten jener verheißenden Tätigkeiten erreichen.

Erläuterungen:

Krishna erklärt, dass die befreienden Kräfte der Lehren so ungeheuer mächtig sind, dass selbst, wenn eine Person mit voller Konzentration und Glauben und Eifer zuhört, sie auch die leuchtende, freudige Welt des Geistes erlangt.

Auch der Zuhörer sollte keine Bosheit oder negative Einstellung zu den Lehren und dem Lehrer der Bhagavad Gita haben.

*KACCHIDETAT SHRUTAM PAARTH
TWAYAI KAAGRENA CHETASAA
KACCHID GYAAN SAMMOHAH
PRANASTASTE DHANANJAYA*

(B.G. CH-18; V-72)

Vers Analyse:

KACCHIT----- OB
ETAT----- DIES
SHRUTAM----- GEHÖRT
PAARTH----- O'PAARTH (ARJUNA)
TWAYAA----- DURCH DICH

EKAAGRENA----- AUF EINEN GERICHTET
CHETASAA----- MENTALE AUFMERKSAMKEIT
KACCHIT----- OB
AGYAAN SAMMOHAH----- DER WAHN DURCH UNWISSENHEIT
VERURSACHT
PRANASTAH----- WURDE ZERSTÖRT
TE----- DEINEM
DHANANJAYA----- O'DHANANJAYA (ARJUNA)

Allgemeine Bedeutung:

Hast du das gehört, O' Paarth, mit einem wachen Verstand? Ist der Wahn, der durch deine Ignoranz verursacht wurde, zerstört worden?

Erläuterungen:

Nach intensiver persönlicher Beratung und Lehre in den vorangegangenen Versen fragt Krishna Arjuna, ob er seinen geheimen, spirituellen Unterricht mit ganzer Aufmerksamkeit zugehört hat.

Ob seine mentalen Aufregungen und vorherigen Wahnvorstellungen, die durch seine Ignoranz der spirituellen Wahrheit verursacht wurden, zerstreut wurden.

Er bezieht sich auf die früheren Bedenken und Einwände Arjunas, seine Aufgaben wahrzunehmen, auch wenn sie unerfreulich und schwierig erscheinen.

ARJUN UBAACH:

NASTO MOHAN SMRUTIRLABDHAA

THAT PRASAADAAN MAYAACHYUTA

STHITOASMI GATA SANDEHAH

KARISYE BACHANAM TABA

(B.G. CH-18; V-73)

Vers Analyse:

NASTAH----- WIRD ZERSTÖRT

MOHAH-----	WAHN
SMRUTIH-----	ERINNERUNG
LABDHAA-----	WURDE GEWONNEN
TWAT-----	DURCH DICH
PRASAADAT-----	GRNADE; GUNST
MAYAA-----	DURCH MICH
ACHYUTA-----	O'ACHYUTA (KRISNA)
STHITAH-----	FEST
ASMI-----	ICH BIN
GATA SANDEHAH-----	ALLE ZWEIFEL VERSCHWUNDEN
KARISYE-----	ICH WERDE TUN
BACHANAM-----	WORTE
TABA-----	DEINE

Allgemeine Bedeutung: (Arjuna spricht)

Weg ist mein Wahn, ich bekomme mein Gedächtnis wieder, durch deine Gnade O ' Achyuta. Jetzt bin ich fest, meine Zweifel sind weg. Ich werde entsprechend deinen Anweisungen handeln.

Erläuterungen:

Im vorangegangenen Vers fragte Krishna Arjuna, ob er die Botschaft, die er ihm übermittelt hat, in Bezug auf die Kunst und Wissenschaft zur Erfüllung der eigenen Pflichten mit den eigenen besten Fähigkeiten verstanden hat und gleichzeitig Stress, Leiden und Sünden überwinden und gleichzeitig Selbstverwirklichung zu erreichen.

Krishna wollte sicherstellen, dass sein liebster Freund und Schüler dies vollständig versteht und seine Unwissenheit und Wahnvorstellungen entfernen und er voll motiviert sein sollte, seine Aufgaben zur Erfüllung der Missionen Gottes wahrzunehmen.

Als Antwort sagt Arjuna, dass seine Wahnvorstellungen zerstört wurden. Er hat die Botschaft des Herrn verstanden und alle seine Zweifel sind verschwunden. Er räumt ein, dass dies auf Krishnas Gunst und Gnade zurückzuführen ist. Er hat wieder sein Selbstvertrauen und Festigkeit in der Einstellung. Er ist bereit, den Befehlen Krishnas (seinem Guru) zu gehorchen.

SCHLUSSFOLGERUNG:

Liebe Freunde, die meisten Menschen stehen irgendwann vor einer Situation (konfrontiert mit einer Situation wie Arjuna) in Ihrem Leben. Solche Situationen führen zu Stress, Frustration und Depression, die die Freuden des Lebens und am Leben berauben. Arjuna war ein extrem intelligenter, brillanter und sehr mächtiger König und Militärkommandeur, doch er stand vor einer solchen Situation. Es ist sein bester Freund und Guru, der ihn mit unendlicher Geduld, Toleranz seiner Schwäche und Unwissenheit und mit freundlichem und extremem Mitgefühl, berät, ihn empfiehlt und stärkt. Im Ergebnis überwand Arjuna seine Wahnvorstellungen, Stress, Zweifel und Frustrationen und kam siegreich, erfolgreich und gefasst aus einer sehr komplizierten, herausfordernden und kritischen Situation im Leben.

Möge der Allmächtige, durch Krishna und Arjuna wirken, dich segnen, führen, schützen und inspirieren und deine Sorgen entfernen.

Mit Liebe und Segen für dich.

Demütig,

Paramahansa Atmananda ji

ABSCHNITT - 2

INSPIRATIONEN AUS DER INNEREN UNSTERBLICHEN UNENDLICHEN INTELLIGENZ

A) YOGA VEDANTA:

1) DIE UPANISCHADEN:

a)

JACCHHED BAANG MANASI PRAAGNYASTAD

JA CCHHEJ GYAANA AATMANI

GYAANAMAATMANI MAHATI NIJACCHED

JACCHHE CCHHAANTA AATMANI

(KATHOPANISAD; 1-3-67-13)

Allgemeine Bedeutung:

Weise Menschen sollen ihre Rede und Sinne unter Kontrolle des Geistes halten. Auch sollen sie den disziplinierten Geist unter der Kontrolle des Intellekts halten und den Intellekt unter der Kontrolle der Seele; und sie sollen das individuelle Selbst (Seele) unter der Kontrolle der völlig freien höchsten Seele halten.

b)

EKO BASHEE SARBA BHOOTAANTARAATMAA

EKAM ROOPAM BAHUDHAA JAH KAROTI

TAMAATMASTHAM JE ANUPSHYANTI DHEERA-

STESAAM SUKHAM SHAASHWATAM NETARESAAM

(KATHOPANISAD; 2-2-98-12)

Allgemeine Bedeutung:

Der höchste Geist, der nur einer ist, der der Beherrscher aller ist, der das innerste Selbst aller ist; er projiziert sich selbst (der einzige) in so vielen Formen wie es Menschen usw. gibt.

Jene spirituell Suchenden, die ihn in Ihrem eigenen Herzen wahrnehmen und sich daran erinnern, fühlen und genießen nur die unendliche Freude jeden Tag, nichts anderes.

c)

JADIDAM KIMCHA JAGAT SARBAM

PRAANA EJATI NIHSRUTAM

MAHAD BHAYAM BAJRAM UDYATAM

JAW ETAT BIDURMRUTASTE BHABANTI

(KATHOPANISAD; 2-3-103-2)

Allgemeine Bedeutung:

Alle diese Schöpfungen, die Gesamtheit der Schöpfung ist aus Prana gekommen, auch bekannt als Brahmam. Sie werden von Prana geleitet, sie überleben durch Prana. Es ist wie der markante Donnerschlag, extrem schrecklich.

Diejenigen, die es kennen und erkennen, werden frei von der Angst vor Krankheit, Verfall und Tod. Sie werden befreit.

d)

*NA BHAYAM SUKHA DUHKHAM CH
TATHAA MAANAAPAMAANAYOH
BRAHMAM TAT PARAM
TAD GRAAHYAM BRAHMAM TAT PARAM ITI
(TEJABINDUPANISAD; V-13)*

Allgemeine Bedeutung:

Diejenigen, die Ängste haben, empfinden Freude und Schmerz, Ehre und Schande, können Gott nicht kennen oder verwirklichen.

Gott (Brahmam) gibt sich denjenigen zu erkennen, die frei von allen Arten von Ängsten sind, die immun sind gegen Lust und Schmerz, Ehre und Schande und die sich Gott übergeben haben. Diesen offenbart sich Brahmam selbst, die über ihr Ego hinausgegangen sind und Selbstaufgabe erreicht haben.

d)

*OORNA NABHIRJATHAA
TANTUNSRUJATE SAMHA RATYAPI
JAAGRAT SWAPNE TATHAA JEEBO
GACCHATYAAGACCHATE PUNAH
(BRAHMOPANISAD)*

Allgemeine Bedeutung:

Wie die Spinne Ihr Netz webt und wieder zusammenzieht, so ähnlich kommt der Jeeva heraus und geht wieder zurück zu den Wach- und Traumzuständen.

Erläuterungen:

Alles kommt aus dem Gedächtnis und geht zurück ins Gedächtnis. Jedes Wesen projiziert seinen Geist und seine Sinne in der Schöpfung. Während des Schlafes zieht man den

inneren Geist zurück und nimmt die Traumerlebnisse wahr. Im Wachzustand wirken die Sinne vom Geist begleitet und man identifiziert sich dann damit. Durch das Gesetz der Konditionierung und dem konditionierten Reflex, wird man konditioniert d.h. gebunden. Die Jeevatma vergisst, dass sie ihre eigene Schöpfung ist. Um das zu verschärfen, kommt sie unter das kosmische Gesetz von Ursache und Wirkung, d.h. Karma oder Schicksal tritt ein. Dies macht die Dinge immer komplizierter.

Letztlich vergisst die Jeevatma ihre Vielfalt und Freiheit und stellt sich die Schöpfung als Dualität, positiv und negativ, Freude und Trauer und so weiter vor.

Die Lösung ist, die Unwissenheit durch die tägliche Praxis des Kriya Yoga unter der Anleitung eines verwirklichten Meisters zu entfernen.

Das Leben und seine Erfahrungen sind selbst zugefügte Wunden, die durch die tägliche Praxis des Kriya Yoga geheilt und verhindert werden können und ein Leben in SHREYA führen und die PREYA-Lebensweise aufgeben.

2) ASTABAKRA SAMHITA:

a) (DER WAHRE WISSENDE)

SAANURAAGAAM STRIYAM DRUSTWAA

MRUTYUM BAA SAMIPASTHITAM

ABIHWALA MANAAH SWASTHO

MUKTA EBA MAHAASHAYAH

(KAPITEL-17; V-14)

Allgemeine Bedeutung:

Ein selbstverwirklichter Meister wird nicht gestört oder aufgeregt durch die Wertschätzung einer liebenden Frau. Er bleibt fest in der Erkenntnis des Selbst. Er wird nicht gestört oder ängstlich durch die Annäherung an den Tod. Eine solche Person ist befreit.

b) ÜBER FRIEDEN

SAMASTAM KALPANAAMAATRAM

AATMAA MUKTAH SANAATANAH

ITI BIGYANYA DHEERO HI

KIMBHYASYATI BAALABAT

(KAPITEL- 18; V-7)

Allgemeine Bedeutung:

Wer das Selbst erkannt hat, weiß, dass alle (alles) nichts anderes ist als Phantasie und das Selbst ewig und frei ist. So ist der Weise, der sich unwissend wie ein Kind verhält.

3) VON VIVEKCHUDAMONI:

a)

*PATHANTU SHAASTRAANI JAJANTU DEBAAN
KURBANTU KARMAANI BHAJANTU DEBATAAH
AATMASKYA BODHENA NINAAPI MUKTIR
NA SIDHYATI BRAHMAA SHANTARE API*

(V-6)

Allgemeine Bedeutung:

Die Menschen können die heiligen Schriften studieren und rezitieren oder den Heiligen Geistern Opfer darbringen. Man kann Rituale durchführen und den Gottheiten Gottesdienste anbieten; aber bis eine Person erwacht und das Wissen ihrer Identität mit dem AATMAA (Seele) erkennt, kann sie keine Befreiung erreichen, nie, nicht einmal am Ende von vielen Hunderten von Brahma's Jahren.

b)

*DURLABHAM TRAYAME BAITADDEBAANU GRAHAHETUKAM
MANUSYATWAM MUMUKHYUTTWAM MAHAA PURUSA SAMSHRAYAH*

(V-3)

Allgemeine Bedeutung:

Nur durch die Gnade Gottes kann man diese drei seltenen Vorteile erreichen:

1. eine menschliche Geburt;
2. die Sehnsucht nach Befreiung;
3. die Nachfolge eines selbstverwirklichten Meisters.

4) ATMA VICHAARA (VON BHAGAWAN SRI RAMANA MAHARSI):

Selbsterforschung ist das eine unfehlbare Mittel, um das bedingungslose, absolute Wesen, das man wirklich ist zu realisieren.

Der Zweck der Selbsterforschung ist, den Verstand auf seine Quelle zu richten.

Jede Art von Sadhanaa außer Atma VICHARA, setzt die Beibehaltung des Geistes voraus.

Während das Ego verschiedene Formen annehmen kann, ist das Selbst nie zerstört.

Der Versuch, das Ego durch Sadhanaa zu zerstören, anders als durch Selbsterforschung, ist wie der Dieb, der die Gestalt eines Polizisten annimmt, um den Dieb zu fangen, das ist er selbst.

Anmerkung: das Parabastha des Kriya Yoga ist eine der Methoden der Selbsterforschung, Atmaana Sandhaan.

5) DIE HEILIGE BIBEL: (KOMMENTAR VON SRI YUKTESWAR)

Es ward ein Mensch von Gott gesandt, der hieß Johannes.

Dieser kam zum Zeugnis, dass er von dem Licht zeugte, auf dass sie alle durch ihn glaubten.

Er sprach: Ich bin eine Stimme eines Predigers in der Wüste.

(JOHANNES 1:6, 7, 23)

KOMMENTAR VON SRI YUKTESWAR:

Wenn der Mensch alle seine Sinnesorgane in Richtung ihres gemeinsamen Zentrums richtet, das SENSORIUM oder SUSHUMNA DWARA, die Tür der inneren Welt, dann nimmt er seinen von Gott gesandten Leuchtkörper von RADHA oder Johannes den Täufer war und hört das eigentümliche Klopfen, PRANAVA SHABDA, das Wort Gottes.

OM TAT SAT OM



OM TAT SAT OM

(Das ist die absolute Wahrheit)

**□ 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 Yogacharyas. To subscribe, unsubscribe or change your address, please contact:

chandaditya@gmail.com

For different issues of Kriya Yoga Sandesh: kriyayogasandesh.com

English website: kriyayogajagat.com

For communication please mail to chandaditya@gmail.com