



## Newsletter (Sandesh) – Mai 2013

---

- Kriya ist die einzige Wahrheit. Alles andere ist nicht wahr. Kriya zu praktizieren ist wirkliches Yagnya, das heilige Feuerritual. Alle sollten diese spirituelle Praxis üben.
- Ich bin immer in Eurem Seelenchakra.
- Niemand ist ein Sünder und niemand ist ein tugendhafter Mensch. Es gibt keine Sünde, solange Dein Geist auf die Seele konzentriert ist. Die Sünde ist gegenwärtig, wenn Dein Geist nicht im Seelenzentrum ruht.
- Niemand ist unkultiviert. Es ist nur der Verstand, der unkultiviert ist.
- In diesem Körper verweilt die Seele fortwährend im Seelenzentrum. Nur der Mensch ist blind, der nicht versucht, sie gemäß den Anleitungen der Gurus wahrzunehmen.
- Fahre fort, Kriya zu üben und bleibe im Paraabastha des Kriya. Es gibt nichts Grösseres als das.

-Lahiri Mahashaya's Lehren-

---

### NACHRICHT VON PARMAHANSA ATMANANDAJI - DAS RICHTIGE VERSTÄNDNIS DER BHAGAVAD GITA - ARTIKEL 109

Liebe göttliche Freunde,  
demütige und liebende Pranams,

Ich hoffe, es geht Euch gut und außerdem, dass das Leben Euch gut behandelt und ihr es gut behandelt. Die Wahrheit ist, dass Du es bist, der/die zählt. Du bist es, Du selbst bist es, die im Zentrum des Lebens steht. Der Zweck des Lebens ist es zu leben: glücklich, gesund, harmonisch, liebend, helfend und positiv zu leben. Es gibt zwei Arten von Glück: das materielle Glück und das spirituelle Glück.

Das materielle Glück ändert sich ständig und ist vorübergehend. Es verursacht Süchte und Begierden und ist auf lange Sicht gesehen die Quelle für Unglück und Leiden. Es führt ebenfalls zu psychosomatischen Krankheiten. Es basiert auf den Sinnesorganen und dem Verstand. Auf der anderen Seite ist das spirituelle Glück. Es basiert auf dem spirituellen Bewusstsein der Selbsterkenntnis. Es basiert nicht auf den Sinnesorganen und Sinnesfreuden. Es ist dauerhaft und unendlich. Beide sind verbunden durch den Geist und das Herz (welches den Verstand einbezieht). Das materielle Glück basiert auf einem unruhigen und nach außen gerichteten Geist. Das spirituelle Glück basiert auf einem ruhigen und seelenorientierten Geist.

Der ruhige, spirituell orientierte Geist reflektiert das innere Selbst, die Seele und ist erleuchtet durch das innere Selbst oder den Geist, dessen Essenz SAT, CHIT, ANANDA ist, d.h. die absolute Existenz, das absolute Wissen und die absolute Freude und Segen. Da diese nicht auf den Sinnesorganen beruhen, sind sie naturgemäß unendlich und ewig. Dieses innere Selbst oder die Seele, ist der einzige Meister, der die Quelle des Lebens aller anderen Organe ist, d. h. des physischen Körpers, des Geistes, des Intellekts und des Ichs/Egos. Über diesen Zusammenhang lehrt Krishna im 13. Kapitel der Bhagavad Gita. Im März-April-Sandesh sind wir bis zum 19. Vers des 13. Kapitels gekommen. Dies handelt vom Feld, dem Kenner des Feldes und dem Höchsten.



कार्यकरणकर्तृत्वे हेतुः प्रकृतिरुच्यते ।

पुरुषः सुखदुःखानां भोक्तृत्वे हेतुरुच्यते ॥१३-२०॥

Kaarya Kaarana Kartrutway Heytuh Prakrutiruchyatey  
Purusah Sukha Duhkhaa Naam Bhoktrutway Heyturuchyatey (13-20)

कार्यकरणकर्तृत्वे	Kaarya Kaarana Kartrutway	in der Ursache von Aktionen und ihrer Gründe
हेतुः	Heytuh	der Grund
प्रकृतिः	Prakutih	Mutter Natur
उच्यते	Uchyatey	wird beschrieben als
पुरुषः	Purusah	die Seele
सुखदुःखानां	Sukha Duhkhaa Naam	von Glück und Unglück
भोक्तृत्वे	Bhoktrutway	in der Erfahrung
हेतुः	Heytuh	der Grund
उच्यते	Uchyatey	wird beschrieben als

#### Die allgemeine Bedeutung:

Es wird gesagt, dass Prakruti oder Mutter Natur der Entstehungsgrund des Körpers, der Sinnesorgane und ihrer Handlungen ist, während Purusha oder Jeevaatma, die Seele, der Entstehungsgrund für Glück und Unglück ist.

#### Erklärung:

Die Karyas oder Aktivitäten, die auf den äußeren, physischen Körper bezogen sind, sind Raum (Aakash), Luft (Vayu), Feuer (Agni), Wasser (Jal) und Erde (Prithvi) und die dazugehörigen Eigenschaften sind Klang, Berührung, Form, Geschmack und Geruch. Die inneren Teile des Körpers sind der Verstand, das Ego, der Geist, die Augen, die Ohren, die Zunge, die Nase, die Haut, die Sprache, die Hände, die Füße, die Fortpflanzungsorgane, die Ausscheidungsorgane. All dies sind die auf den Körper gegründeten Teile des Feldes, geboren durch die Mutter Natur. Die auf die Erfahrungen der Freude und des Schmerzes, des Glücks und des Unglücks begründeten Erfahrungen, sind Purusha oder Jeetvaatma zugeordnet.



पुरुषः प्रकृतिस्थो हि भुङ्क्ते प्रकृतिजान्गुणान् ।

कारणं गुणसङ्गोऽस्य सदसद्योनिजन्मसु ॥१३-२१॥

Purushah Prakrutistho He Bhunktey Prakrutijaan Gunaan  
Karaanam Gunasangoasya Sad Sad Yoni Janmasu (13 -21)

पुरुषः	Purusah	Purusha, Jeevaatma,
प्रकृतिस्थः	Prakrutistha	verweilen in Prakruti
हि	He	tatsächlich
भुङ्क्ते	Bhunktey	Erfahrungen
प्रकृतिजान्	Prakrutijaan	geboren in Prakruti
गुणान्	Gunaan	die Gunas, Eigenschaften der Beschaffenheit der Natur (Tamas, Raya, Sattva)
करणम्	Kaarnam	der Grund, die Ursache
गुणसङ्गः	Gunasangah	Anhaftung von Gunas
अस्य	Asya	von seinem
सत असत योनि जन्मसु	Sat Asat Yoni Janmasu	von Geburt im guten oder bösen Schoß

**Allgemeine Bedeutung:**

Purusha oder Jeetvaatman, in Prakruti oder Mutter Natur ruhend/verweilend, erfährt die Gunas, die grundlegenden Qualitäten der Natur, die durch Prakruti / Mutter Natur geboren wurden. Die Anhaftung an die Gunas ist der Grund für die Geburt in einem guten oder einem bösen Schoß.

**Erklärung:**

Die Urenergie, Prana, auch Lebenskraft genannt, ist ebenfalls bekannt als Prakruti. Diese Prakruti ist die Urmaterie, die Ursubstanz (Urintelligenz). Der Geist oder Jeetvaatma verweilt in ihr und durchdringt sie. Die Gunas sind die Handlungsarten von Prakruti. Es sind drei an der Zahl, sie heißen: Sattwa, Rajas, Tamas. Die Wiedergeburt Jeevaatmas, die realen Erfahrungen hängen von der Anhaftung an diese drei Gunas ab. Auch die gute oder böse Geburt hängt davon ab. Das Ergebnis der Verbindung mit dem sattwischen Guna ist das Gute, das Licht, das Wissen, die Harmonie und die Spiritualität. Die Verbindung mit dem rajasischen Guna führt zu wahllosen Handlungen und Unruhe. Die Verbindung zu dem tamasischen Guna führt zu Abgestumpftheit, Dunkelheit, Nichtwissen, Lethargie und Negativität.



उपद्रष्टानुमन्ता च भर्ता भोक्ता महेश्वरः ।  
परमात्मेति चाप्युक्तो देहेऽस्मिन्पुरुषः परः ॥१३-२२॥

Upadrastaanumantaa Ch Bharta Bhoktaa Maheyshwarah  
Paramaatmeyti Chaapyukto Dehey Asmin Purusah Parah (13 - 22)

उपद्रष्टा	Upadrastaa	der Zeuge, der Beobachter
अनुमन्ता	Anumantaa	der Gestattende, die erlaubende Autorität
च	Ch	und
भर्ता	Bhartaa	der Unterstützer
भोक्ता	Bhoktaa	der Genießende
महेश्वरः	Maheyshwarah	der große Gott
परमात्मा	Paramaatmaa	das höchste Selbst
इति	Iti	auf diese Weise, so
च	Ch	und
अपि	Api	auch
उक्तः	Uktah	es wird gesagt, beschrieben
देहे	Dehey	im Körper
अस्मिन्	Asmin	in dem
पुरुषः	Purusah	Purusa; Jeevaatma
परः	Parah	das Höchste

**Allgemeine Bedeutung:**

Atma (Purusa), die Seele, der Geist wird auch als Zeuge, als der darauf Schauende und als der Zeuge beschrieben. Er erteilt die Erlaubnis. Er ist der Versorger und Unterstützer. Es ist dieser, der erfährt. Dieser wird auch Großer Gott oder höchstes Selbst genannt.

**Erklärung:**

Der höchste Geist, auch höchste Purusa oder Gott genannt, ist im Körper als Zeuge oder als ständiger Beobachter anwesend. Er wird als solcher angesprochen und ist der endgültige Versorger/Fürsorger, die innerste, garantierte Unterstützung. Er ist auch der letztendlich Erfahrende, ohne Anhaftung und emotionales, gefühlsmäßiges Verwickeltsein. Er ist also nicht an das Gesetz des Karma gebunden. Er ist es, der das kosmische Gesetz verwirklicht. Es ist also er, der durch alle Mäuler isst, durch die Augen aller Wesen sieht, ob klein oder groß oder unbedeutend. Er hört durch alle Ohren, denkt und erfährt mittels aller Gehirne. Er ist der letztendliche Esser,

Verdauer, Assimilator (Anpasser), Umwandler und Energie- und Kraftspender. Er ist derjenige, der den Schöpfungskreislauf ohne Unterbrechung erhält.



य एवं वेत्ति पुरुषं प्रकृतिं च गुणैः सह ।

सर्वथा वर्तमानोऽपि न स भूयोऽभिजायते ॥१३- २३॥

Ja Evam Vetti Purusam Prakrutim Ch Gunaih Saha  
Sarbathaa Bhartamaanoapi Na Sa Bhooyo Abhijaayatey (13 - 23)

यः	Yah	Der
एवं	Evam	auf diese Weise, so
वेत्ति	Vetti	weiß, erkennt
पुरुषम्	Purusam	Purusha, Seele, inneres Selbst
प्रकृतिम्	Prakrutim	Mutter Natur
च	Ch	und
गुणैः	Gunaih	Gunas oder innewohnende Eigenschaften
सः	Saha	mit
सर्वथा	Sarbathaa	in allen Wegen und an allen Orten
वर्तमानः	Bartamaanah	in der Gegenwart, lebendiger Zustand
अपि	Api	auch
न	Na	nicht
सः	Sah	er
भूयः	Bhooyah	wieder
अभिजायते	Abhijaayatey	ist geboren

#### Allgemeine Bedeutung:

Der Mensch, der Purusha und Prakruti und die Verbindung zu den Gunas in dieser Weise kennt, wird nie mehr wiedergeboren, in welcher Weise auch immer er lebt.

#### Erklärung:

Das Erkennen dieses Wissens macht den Menschen frei von den Bedingungen des Karmas. Er ist nicht mehr länger an das kosmische Gesetz von Geburt, Tod und Wiedergeburt gebunden. Was immer auch sein Lebensstil oder seine Handlungen oder sein Beruf sein mögen, er ist nicht mehr das Opfer seiner Handlungen, mögen sie physischer, geistiger oder verbaler Art sein.

Mit liebevollen Grüßen und den besten Wünschen  
Paramahansa Atmanandaji

## INSPIRATIONEN VON DER INNEREN UNSTERBLICHEN UNENDLICHKEIT

### YOG VEDANTA - UPANISHADS

#### KATHOPNISHAD

येन रूपं रसं गन्धं शब्दान् स्पर्शाश्च मैथुनान् ।  
एतेनैव विजानाति किमत्र परिशिष्यते ।  
एतद्वै तत् ॥ ३ ॥

Jeyna Roopam Rasam Gandham Shabdaan Sparshamsch Maithunaan  
Eteynaiba Vijaanaati Kimatra Pari Shisatey  
Eytadbai Tat (2-1-3)

Nur durch die Seele können die wahren Freuden der Wahrnehmung, die der Form, des Geschmacks, des Geruchs, des Tastsinns und sexuelle Freuden wahrgenommen werden. Wenn du die Seele erkennst oder sie realisiert hast, bleibt dir nichts mehr in dieser Welt unbekannt. Gerade in dem, was du suchen willst, liegt diese Seele, auch das Innere Selbst genannt, verborgen.

यदेवेह तदमुत्र यदमुत्र तदन्विह ।  
मृत्योः स मृत्युमाप्नोति य इह नानेव पश्यति ॥ १० ॥

Yadey Beyha Tadamutra Jadamutra Tadanwiha  
Mrutyoh Sa Mrutyumaapnoti Ja Iha Naaneyba Pashyati (2-1-10)

Das Selbst (die Seele) in dieser Welt und das Selbst (die Seele) in der anderen Welt (der Welt nach dem Tod) ist dieselbe Seele. Die Seele, die im Himmel ist, ist dieselbe Seele, die in dieser Welt ist. Ein Mensch, der diese EINE unsichtbare Seele als vielerlei Formen und Namen wahrnimmt kann keine Befreiung erlangen und wird wieder und wieder zum Opfer von Geburt und Tod.

#### MUNDAKOPANISAD

सत्येन लभ्यस्तपसा ह्येष आत्मा सम्यग्ज्ञानेन ब्रह्मचर्येण नित्यम् ।  
अन्तःशरीरे ज्योतिर्मयो हि शुभ्रो यं पश्यन्ति यतयः क्षीणदोषाः ॥ ३-१-५ ॥

Satyena Labhyastapasaa Hyesa Atmaa Samyag Gnyaaneyna Brahmacharjyena Nityam  
Antah Shareerey Jyotirmayo He Shubhrow Jam Pashyanti Jatayah Kshina Dosaah (3-1-5)

Das reine, leuchtend weiß scheinende Licht ist in diesem Körper so unvergänglich wie das Innere Selbst. Um dies wahrzunehmen, erreichen und realisieren die sündlosen Yogis das absolut Wahre durch spirituelle Praxis. In dem sie sich permanent an die absolute Wahrheit erinnern und alle Tätigkeiten in Hingabe an das absolut Höchste ausführen, werden sie frei von allen Sünden.

**Erklärung:** Diese spirituelle Erfahrung und deren Nutzen werden durch die tägliche und aufrichtige Praxis der Kriya Yoga Techniken auf leichte Weise gewonnen, besonders durch das Jyoti Mudra. Natürlich hilft das Praktizieren der anderen Kriya Yoga Techniken bei der Perfektionierung des Jyoti Mudra. Es segnet den aufrichtigen Yogi durch das perfekte Sehen des leuchtend weiß scheinenden Strahlenden, also des Inneren Selbst, das zur Zerstörung aller Sünden und zu Selbstrealisation führt.

#### ASTABAKRA SAMHITAA

##### Besondere Anweisungen

आचक्ष्व शृणु वा तात नानाशास्त्राण्यनेकशः ।  
तथापि न तव स्वास्थ्यं सर्वविस्मरणाद् ऋते ॥१६- १॥

Aachakhwa Srunu Waa Taata Nanashaastraanyanekashah  
Tathaapi Na Taba Swaasthyam Sarba Vismaranaad Rutey (16 - 1)

ASTAABAKRA LEHRT... Oh mein lieber Schüler, du mögest immer die verschiedenen Schriften diskutieren oder ihnen zuhören. Doch du kannst das Selbst nicht realisieren, ohne dass du hinter alle Relativität und Dualität gelangst, die durch die wissenschaftlichen, religiösen Schriften repräsentiert werden.

### Frieden

समस्तं कल्पनामात्रमात्मा मुक्तः सनातनः।  
इति विज्ञाय धीरो हि किमभ्यस्यति बालवत्॥१८- ७॥

Samastam Kalpanaa Maatramaatmaa Muktah Sanaatanah  
Iti Vignyaaya Dheero Hi Kimabhyasyati Baalabat (18 - 7)

Um die ganze Schöpfung als Vorstellungen und das Selbst (die Seele) als frei und ewig zu erkennen, benimmt sich ein weiser und selbstrealisierter Mensch gegenüber dieser Welt so ignorant wie ein Kind.

### DIE BIBEL

Die Psalmen (13:1-3 und 5)

Wie lange noch Herr, willst du mich dauernd vergessen? Wie lange noch dein Antlitz vor mir verbergen? Wie lange noch muss ich Sorgen in meiner Seele hegen, Kummer im Herzen jeden Tag? Wie lange noch darf mein Feind sich über mich erheben?

Blicke doch her, erhöre mich Du mein Gott! Erhelle meine Augen, damit ich nicht zum Tode entschlafe!

Ich aber vertraue deiner Gnade; es juble mein Herz ob Deiner Hilfe.

### SO SPRICHT RAMANA MAHARSHI

DAS SELBST - Du kannst dem Selbst unter keinen Umständen entrinnen. Willst du Gott in allem sehen, jedoch nicht in deinem Selbst? Wenn alles Gott ist, bist du nicht in diesem "Allen" enthalten? Gott zu sehen heißt, Gott zu sein. Es gibt kein "Alles" jenseits von Gott, weil ER alles durchdringt. "ER ALLEIN IST."

Gott ist immer die erste Person, das "ICH", ER ist immer schon da. Wenn du alles aufgibst und ausschließlich suchst, wird ER als "ICH" bleiben, als dein Selbst. Nur weil du den weltlichen Dingen den Vorrang gibst, scheint Gott im Hintergrund zurückzutreten.



OM TAT SAT OM  
(Das ist die Absolute Wahrheit)

## KRIYA YOGA ZENTREN NACHRICHTEN

### KRIYA YOGA ZENTRUM - STOLZENAU

Am Wochenende vom 26.-28. April 2013 wurde in Stolzenau ein internationaler Kriya Yoga Retreat gehalten.

Stolzenau ist ein kleiner, ländlicher, grüner Ort in der Nähe von Hannover in Norddeutschland. Das Kriya Yoga Zentrum in Stolzenau befindet sich in einem schönen, malerischen Gebiet in einem alten, großen ehemaligen Bauernhaus an einer kleinen Landstraße in der Mitte von Feldern und Wäldern. Yogacharya Bernhard Lohmann hat dieses Bauernhaus in ein freundliches und komfortables Zentrum für Kriya Yoga verwandelt.

Kriyabans und neue Interessenten kamen aus Nord-, Mittel-, und Süddeutschland, sowie aus Holland, um dieses Wochenende unter der Leitung von Gurudev Paramahansa Atmanandaji zu verbringen.

Guruji gab Vorträge, Kriya Yoga und Meditationen, Frage und Antwort Sequenzen und Initiationen. Frische und gesunde vegetarische Speisen wurden in der Küche von den Kriyabans zubereitet. Viele Kriyabans nutzen die Schlafräume im Zentrum, um das ganze Wochenende dort zu verweilen.

Eine Yogacharya-Konferenz unter der Leitung von Gurudev wurde von den Yogacharyas aus Nord- und Süddeutschland, sowie aus Holland abgehalten. Gurji kündigte an, dass er innerhalb der nächsten Jahre die Zahl seiner Reisen in die Zentren rund um die Welt reduzieren werde. Guruji bat die Yogacharyas das "Licht" in der Linie der Meister weiterzugeben. Die Yogacharyas sollen der Arbeit von Guruji und der Linie der Gurus folgen und sie fortsetzen.

Baba drängte die Yogacharyas dazu, die Bhagavad Gita und die Mahabarata zu studieren. Er gab Ratschläge und Ideen, um die Websites aktuell und informativ und attraktiv zu halten. Alle Yogacharyas wurden gebeten, ihre Beiträge zur Website und zum Kriya Yoga Sandesh über die Yogacharyas Nilesch Baba und Mihir Baba zu liefern.

Guruji bat die Yogacharyas und jeden, die Geburtstage aller Gurus, wie auch andere Feiertage zu erinnern und zu feiern.

Guruji erwähnte auch die Vorteile einer dezentralisierten Organisation, die nicht zu groß und nicht zu klein ist.

Am Ende der Konferenz gab Guruji allen Yogacharyas und allen Kriyabans seinen Segen und bat darum, sich daran zu erinnern, dass "... der Langsame und Stetige das Rennen gewinnt."

Am Sonntagnachmittag war der Retreat vorbei und alle Kriyabans kehrten voller Energie, Inspiration, Demut und Liebe für unseren Guru Paramahansa Atmanandaji, Gott und die Gurus nach Hause zurück.



## KRIYA YOGA IN DER UMGEBUNG VON ATLANTA, USA

Guruji traf am 3. Mai nach seinem Besuch in Europa in Atlanta ein. Alle Kriyabans warteten schon sehr auf Gurujis Besuch.

Unter Gurujis Gegenwart wurde mit Engagement der Geburtstag Shri Yukteshwars zelebriert. Yogacharya Nilesch Baba las einige Geschichten über Swami Yukteswarji aus der "Autobiographie eines Yogi". Der folgende Diskurs wurde von Guruji um weitere Geschichten über Gyanavatar Swami Shri Yukteswarji ergänzt. Er erwähnte auch das Buch "Die heilige Wissenschaft". Nach dem Satsang leitete Guruji eine spezielle Meditation über Swami Shri Yukteswar an, die von einem köstlichen Prasad (Essen von Opfergaben) abgeschlossen wurde, das von allen Kriyabans vorbereitet worden war.



Yogacharya Mihir Baba und Yogacharya Manju Ma kamen auch zu der Yogacharya-Konferenz in Atlanta. Yogacharya Nilesch Baba und Yogacharya Uday Tata Baba kamen aus Atlanta dazu. Viele Tagesordnungspunkte, wie Organisation, dezentralisierte Organisation und ihre Vorteile, höhere Kriya Yoga-Stufen und ihre Vorzüge sowie die Einheitlichkeit des Initiations-Prozesses in der Linie der Gurus wurden kreativ diskutiert.

Guruji initiierte auch neue Kriyabans. Reguläre Meditationen der ersten und fortgeschrittenen Kriya-Stufen wurden von Guruji geleitet.



## ATMANANDA INSTITUT FÜR HÖHERES KRIYA YOGA, DETROIT, USA

Das Institut organisierte die folgenden Veranstaltungen:

- Freier öffentlicher Diskurs - 2. März - Renaissance Bereich
- Freier öffentlicher Diskurs - 17. März - Parashakti Tempel
- Freier öffentlicher Diskurs - 24. März - Farmington Community Bücherei
- Vorbereitender Kriya Workshop - 30. März - Farmington Hills, Michigan
- Kriya Yoga Retreat - 5. bis 7. April - Farmington Hills, Michigan

Details dieser Veranstaltungen werden im kommenden Newsletter publiziert.

## AUFRUF

### EIN AUFRUF ZUM SPENDEN FÜR DEN BAU DER MEDITATIONSHALLE KRIYA YOGA DHYANA KENDRA (MEDITATIONSZENTRUM) KALAHANDI, BHAWANIPATNA

Das Kriya Yoga Zentrum (Dhyana Kendra), Kalahandi, Bhawanipatna mit der Reg. Nr. 249/6-86-87 wurde im Jahr 1986 gegründet. Dieses Dhyana Kendra (Meditationszentrum) ist der spirituellen Erhebung der gesamten Menschheit wie der physischen Gesundheit durch die reguläre Praxis des Yoga im Allgemeinen und KRIYA YOGA im Besonderen gewidmet. Dieses Zentrum ist eine der wichtigen Quellen der Inspiration für viele Kriya Yoga Zentren in Orissa, Indien, den USA, Deutschland, Indonesien und Kanada usw.

Durch der Gnade und unter der Führung seiner Heiligkeit Gurudev Paramahansa Atmanandaji, hat dieses Dhyana Kendra die Ehre viele Yogacharyas durch die Segnungen des Gurudev auszubilden. Bis jetzt wurden Tausende von Kriyabans in diesem Meditationszentrum initiiert, die KRIYA YOGA praktizieren und seine Botschaft über die ganze Welt verbreiteten.

DURCH DIE ERLAUBNIS VON GURUDEV, WIRD DIE MEDITATIONSHALLE EINE GRÖÖBE VON 85 MAL 35 FUSS HABEN. (26m x 10,5m). DIE GESCHÄTZTEN KOSTEN BELAUFEN SICH AUF CA. 1,5 MILLIONEN RUPIEN (CA. 20.250 €). DER BAU WIRD SO KONSTRUIERT, DAS ER DIE STEIGENDE ZAHL VON KRIYABANS AUFNEHMEN KANN.

Daher nehmen wir im Namen des Kriya Yoga Dhyana Kendra, Kalahandi, herzlich Eure wohlwollende und generöse Hilfe für den guten Zweck entgegen.

Mit Dank, in göttlicher Freundschaft  
Umesh Chandra Panda  
im Namen des Organisationskomitees



Spender innerhalb Indiens mögen via Scheck / Gutschrift zugunsten von "KRIYA YOGA DHYANA KENDRA, KALAHANDI" spenden und es an die folgende Adresse senden:  
"Kriya Yoga Dhyana Kendra, Bahadur Bagicha Para, Bhawanipatna 766001, Dist Kalahandi, Orissa"

Spender außerhalb Indiens mögen ihre Spenden via Scheck / Gutschrift zugunsten von "ATMANANDA INSTITUTE OF HIGHER KRIYA YOGA" spenden, mit der Adresse: "34600 Quaker Valley Rd, Farmington Hills, MI 48331".

Kontakt mit USA: 001-248.877.3740

Kontakt mit Indien: 094372 94398,094382 63331,094371 88297,094371 40653,094372 02084



## KINDERGESCHICHTEN

### YAYATI

Der Herrscher Yayati war ein berühmter Regent und einer der Gründer der Pandavas. Durch den Fluch seines Schwiegervaters, denn Yayati hatte seiner Gattin Deviant Unrecht angetan, alterte er frühzeitig.

Yayati sah sich selbst also plötzlich als alter Mann, hatte aber immer noch das Verlangen nach sinnlichen Lüsten. Er hatte fünf gut geratene Söhne, alle virtuos und vollendet. Yayati rief sie zusammen und appellierte kläglich an Ihre Zuneigung: „Der Fluch Eures Großvaters hat mich unerwartet schnell altern lassen. Ich habe noch nicht genug Freude am Leben gehabt. Einer von euch sollte die Belastung meines Alters tragen und mir die Kraft der Jugend zurückgeben. Wer dem zustimmt und mir seine Jugend überträgt, wird der zukünftige Herrscher meines Reiches sein.“

Er fragte zuerst seinen ältesten Sohn. Der Sohn antwortete: "Oh mein König, die Leute werden mich verspotten, daher kann ich Ihr Alter nicht übernehmen". Er fragte seinen zweiten Sohn. Dieser sprach: "Dies wird nicht nur meine Stärke und Schönheit zerstören, sondern auch meine Möglichkeit, die Weisheit zu erkennen. Ich bin nicht stark genug, um so etwas zu tun." Der dritte Sohn antwortete: "Ein alter Mann kann kein Pferd oder einen Elefanten reiten und seine Rede ist stotternd und schwach. Also kann ich dem nicht zustimmen." Der vierte Sohn antwortete: "Ein alter Mann muss für alles die Hilfe von anderen in Anspruch nehmen, also kann ich es nicht tun."

Puru, der jüngste Sohn aber, sagte bewegt von kindlicher Liebe: "Vater, ich gebe Ihnen gerne meine Jugend und entlaste Sie von der Trauer über das Alter und den Sorgen über den Staat". Diese Worte hörte Yayati tief berührt von Liebe und Glück. Sobald er seinen jüngsten Sohn berührte, wurde Yayati wieder jung. Puru hingegen nahm das Alter des Vaters auf sich und regierte nun das Reich.

Yayati jedoch genoss das Leben kaum und wurde nicht zufrieden. Nachdem er lange Jahren mit den vergeblichen Bemühungen, seinen Wunsch nach Genuss doch noch zu stillen, verbracht hatte, dämmerte ihm die Wahrheit. Er kehrte zu Puru zurück und sprach: "Lieber Sohn, mein sinnliches Verlangen wird auch durch deine Güte nicht besänftigt. Nichts kann jemals das Verlangen stillen. Frieden kann nur jenseits der Vorlieben und Abneigungen erreicht werden. Dies ist das Wesen des Brahman. Nimm deine Jugend wieder zurück und regiere das Reich klug." So nahm Yayati wieder sein Alter zurück und Puru regierte das Reich.

## ASHRAMS

### ROURKELA

#### KRIYA YOGA DHYANA KENDRA

Address:  
Jagda, Jhirpani, Rourkela,  
769 042, Orissa, India

Contact:  
Yogacharya Aditya Chand  
# +916612470956  
adityachand@yahoo.co.in,  
kriyayogarourkela.yolasite.com

### BHAWANIPATNA

#### KRIYA YOGA DHYANA KENDRA

Address:  
Bahadur Bagicha Pada  
PO Bhawanipatna  
District Kalahandi, Orissa India

Contact:  
Yogacharya Umesh Chandra panda  
+919437294398  
umesh.panda21@gmail.com,  
kriyayogkalahandi.blogspot.com

### MOHANGIRI

#### KRIYA YOGA ACADEMY

Address:  
Block M Rampur, Mohangiri , District  
Kalahandi Orissa India 766102

Contact:  
Yogacharya Janakdhari Sahu  
# 91-9439692024  
umesh.panda21@gmail.com,  
Dr Santanu Jena  
kysantanu@gmail.com

### DHARAMGARH

#### KRIYA YOGA KENDRA

Address:  
Radha Mohan Panda College Road  
at PO Dharamgarh District  
Kalahandi Odisha India 766015

Contact:  
Yogacharya Basanta Kumar Joshi  
# +91-9437427210  
adityachand@yahoo.co.in,  
gayatri.prasad08@gmail.com

### STOLZENAU

#### KRIYA YOGA CENTRE

Address:  
Ziegenbrink 4  
31592 Stolzenau  
Germany

Contact:  
Yogacharya Bernhard Lohman  
# +49-5764941963  
bernhard-lohmann@gmx.de

## CENTERS WORLDWIDE

Country	City	Contact	Email
India	Ahmedabad	Munjal Patel	munjal6100@hotmail.com
	Balangir	Dipak Pruseth	prusethdipak@gmail.com
		Achuta Mishra	Achuta.bgr@gmail.com
	Bangalore	Peetabasa Pati	ppati@lycos.com
	Baroda	J.K. Tripathy	joykrishna_t@hotmail.com
	Bhawanipatna	Umesh Panda	umesh.panda21@gmail.com
	Bhubaneswar	Aditya Chand	adityachand@rediffmail.com
	Brahmapur	Shanti Panigrahi	Panigrahi.shanti@gmail.com
	Chennai	K.H. Raman	kh_raman@yahoo.com
	Delhi	Ray Pratap Nath	raypratapnath@yahoo.com
	Delhi, Kanpur & Noida	Gaurav Jain	gaurav.jain.knp@gmail.com
	Dharmgarh	Kriya Yog Kendra	gayatri.prasad08@gmail.com
	Hyderabad	Sri Trinatha Das	trinathadas@ivrrinfra.com
	Kalahandi	Panchanan mund	licmund@rediffmail.com
	Mohangiri	Janakdhari Sahu	umesh.panda21@gmail.com
	Mumbai	Amitabh Mohanty	Amitabh.mohanty@relianceada.com
	Raurkela	Benudhar Tripathy	benudhar_rsp@rediffmail.com
Raipur	Ramesh Jaiswal	sarlaramesh@yahoo.com	
Sunaabeda	S C Chand	subaschand3786@yahoo.co.in	
USA	Atlanta	Nilesh Sharma	sharma.nilesh@gmail.com
	Chicago	Anjali Sane	kidability52@aol.com
	Detroit	Mihir Ray	raymihir@gmail.com
	Florida	Kalpana Kalahasthy	kalpana.kalahasthy@gmail.com
	Nashville	Surya kant Misra	suryakantmisra@gmail.com

	Raleigh	Manoj and Vidhya	vidhya_manoj@yahoo.com
<b>Canada</b>	Edmonton	Dr. J. P. Das	j.p.das@Ualberta.ca
	Fredericton	V Bhavsar	Bhavsar@unb.ca
	Toronto	Shraddhananda Mishra	d.mishra@csdcsystems.com
	Braunlage	C. Dittrich & E. Held	dittrich.haus-waldfrieden@t-online.de
<b>Germany</b>	Hamburg	O. Wendelken & Team	kriya@kriya-dhyana.de
	Lübeck	Dorothea Fehring	Fehring@bodelschwingh-luebeck.de
	Stolzenau	Bernhard Lohmann	bernhard-lohmann@gmx.de
	Überlingen	Rolf Munder	rolf.munder@kabelbw.de
<b>Netherlands</b>	Amsterdam	Ronald Moester	rmoester@xs4all.nl
	Rotterdam & Syndham	Prem Shankar, Roshni	e_p_shankar@yahoo.com
<b>Indonesia</b>	Jakarta	K.H. Sivasubramanian	shiva47@gmail.com
		L. J. Kumar	ljkumar@yahoo.com
<b>Singapore</b>	Singapore & Malayasia	Shrikanth Ramachandran & Mohna	srikanth.ram@gmail.com

© 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: kriya@kriya-dhyana.de (German Edition), kh\_raman@yahoo.com (Tamil Edition), sharma.nilesh@gmail.com (American Edition), sandesh.kriyayog@gmail.com, kriyayogsandesh@googlegroups.com

*Your donations support our work in Kriya Yog and practical spirituality, including the publication of this newsletter, and are highly appreciated. The aim is to improve the quality and quantity of life & Self Realization. Thank you.*

---

[www.kriyayog.org](http://www.kriyayog.org) | [www.kriya-dhyana.de](http://www.kriya-dhyana.de) | [kriya-yog.blogspot.com](http://kriya-yog.blogspot.com)  
[www.kriyayogarourkela.yolasite.com](http://www.kriyayogarourkela.yolasite.com) | [www.kriyayogkalahandi.blogspot.com](http://www.kriyayogkalahandi.blogspot.com)

---