



# Kriya Yog Sandesh

**Mai 2011**

तद्ब्रह्मणस्तदध्यात्मं तद्विष्णोस्तत्परायणम् ।  
अचिन्त्यं चिन्मयात्मानं यद्व्योम परमं स्थितम् ॥९॥

Tad Brahmaanam Tadhyaatmam Tannisthaa Tatparayanam ।  
Achitta Chittamaatmaanam Tadvyom Paramam Sthitam ॥9॥

Das Höchste ist Brahman. Es ist Brahman, das Adhyaatma ist (die innerste absolute Realität). Es ist Brahman, das die höchste (grenzenlose) Grenze ist. Das ist es, was der höchste Schutz ist, es ist Wissen, welches über den Verstand (Bewusstsein) geht. Es ist die Seele (der Geist). Äußerlich ähnelt es dem unendlichen Raum (aber der unendliche Raum ist innerhalb). Es wird durch alle Taten manifestiert.

-Tejavindupanisad

## Das richtige Verständnis der Bhagavad Gita - Teil 88

Nachricht von Paramahansa Atmanandaji

Liebe gottgleiche Freunde,  
Pranams, demütige und liebevolle Grüße,

ich hoffe, dass Du diese göttliche Kriya Yog Technik übst und die Nutzen eines stressfreien, vergnüglichen Lebens ableitest. Die Welt ist weder vollständig gut noch vollständig schlecht. Es ist eine Kombination von beiden. Die Wahrnehmungen, die Antworten und die Bewertungen sind im Verstand. Wenn der Verstand unruhig, schwach und nervös ist und ihm die Kraft zu verstehen fehlt, wird er Opfer der negativen Wirkungen der alltäglichen Erfahrungen. Es kann sein, dass diese alltäglichen Erfahrungen im Leben angenehm oder unangenehm, positiv oder negativ sind. Dies ist die Quelle von Leiden und Stress.

Wenn der Verstand unter allen Umständen ruhig ist, frei von Furcht und Sorge, dann wird er nie abhängig von Sorgen, Spannungen, Furcht und Stress sein. Dann wird das Leben vergnüglich sein. Dies kann durch die richtige Arbeitskultur und Übung von Kriya Yog Techniken erreicht werden.

Alles, in dieser Schöpfung ist die Manifestation von Prana, die undifferenzierte Energie Gottes. Durch das Schulen der kreativen Energie von Prana, kann man den Verstand schulen und seine unterschiedslosen Aktivitäten regulieren. Dies wird dadurch leicht erreicht, die wissenschaftlichen Kriya Yog Techniken zu üben und täglich eine kleine Dosis zu meditieren.

Man muss ein erfülltes, geschäftiges Leben führen. Mache die Kriya Yog Übungen zu einem integralen Bestandteil deines täglichen, geschäftigen Lebens. Erwähne dich an die Glorie Gottes in Allem. Dies wird wunderbar von Krishna im zehnten Kapitel der Bhagavad Gita beschrieben.

Wir erörterten bis zum siebenunddreißigsten Vers im Kriya Yog Sandesh vom März. Jetzt beginnen wir mit dem achtunddreißigsten Vers des zehnten Kapitels.



दण्डः दमयताम् अस्मि नीतिः अस्मि जिगीषताम् ।  
मौनम् च एव अस्मि गुह्यानाम् ज्ञानम् ज्ञानवताम् अहम् ॥१०-३८॥

**Dandah Damayataam Asmi Neetih Asmi Jigeesatam I**  
**Mounam Ch Eba Asmi Guhyaanaam Gnyaanam Gnyaanaavataam Aham II10-38II**

दण्डः	Dandah	Kraft zu führen
दमयताम्	Damayataam	Regierenden
अस्मि	Asmi	ich bin
नीतिः	Neetih	Politik; Staatskunst
अस्मि	Asmi	ich bin
जिगीषताम्	Jigeesatam	von Menschen, die nach Sieg verlangen
मौनम्	Mounam	Stille
च	Ch	und
एव	Eba	auch
अस्मि	Asmi	ich bin
गुह्यानाम्	Guhyaanaam	von allen Geheimnissen
ज्ञानम्	Gnyaanam	das Wissen
ज्ञानवताम्	Gnyaanaavataam	Gelehrte; Wissende
अहम्	Aham	ich bin

**Allgemeine Bedeutung:**

Von den Regierenden bin ich die Kraft zu führen. Ich bin die richtige Politik des nach Sieg verlangenden Volkes. Von all den Geheimnissen bin ich Stille und von all den Gelehrten bin ich Wissen.

**Erklärung:**

Die kreative Kraft Gottes ist als Schöpfer bekannt. Die Energie Gottes, die erhält und bewahrt wird als der Erhalter angesehen. Die Auflösungsenergie Gottes ist als der Zerstörer bekannt. Diese drei sind die Quelle aller Energien, egal ob klein oder groß. Der Ursprung und die Quelle aller Energien können zurück zum Einen verfolgt werden, zum Geist, zu Gott. Dies ist das, was Krishna in Detail in diesem und anderen Versen dieses Kapitels beschreibt. Es ist die reine, unverfälschte und gerechte Energie. Die Unterscheidungen kommen mit den verschiedenen Verwendungen derselben Kraft.

Nichts existiert, was nicht die Energie Gottes ist. Der gewöhnliche unruhige Verstand erkennt ihn nicht. Aufrichtige Yogis mit Vertrauen, das durch richtige Meditation gewonnen wird, realisieren dieses in ihrem Herzen und gehen über alle Leiden hinaus. Wenn man dieses realisieren kann, ist Gott immer und überall. Man fühlt die ganze Zeit Gott und man wird von Gott die ganze Zeit gefühlt.



यत् च अपि सर्वभूतानाम् बीजम् तत् अहम् अर्जुन ।  
न तत् अस्ति विना यत् स्यात् मया भूतम् चराचरम् ॥१०-३९॥

**Yat Ch Api Sarva Bhutaanaam Bijam Tat Aham Arjuna I**  
**Na Tat Asti Binaa Yat Syaata Mayaa Bhutam Charaacharam II10-39II**

यत्	Yat	Welches
च	Ch	und
अपि	Api	auch
सर्व	Sarva	alle
भूतानाम्	Bhutaanaam	unter Wesen
बीजम्	Bijam	Saat

तत्	Tat	das
अहम्	Aham	ich bin
अर्जुन	Arjuna	O' Arjuna
न	Na	nicht
तत्	Tat	das
अस्ति	Asti	ist
विना	Binaa	aussen
यत्	Yat	welches
स्यात्	Syaat	existieren sie
मया	Mayaa	von mir
भूतम्	Bhutam	Wesen
चराचरम्	Charaacharam	beweglich oder unbeweglich

**Allgemeine Bedeutung:**

O Arjuna, ich bin, das, was die Saat aller Wesen ist. Es gibt kein Wesen, das ohne mich existiert.

**Erklärung:**

Die Quelle der Schöpfung aller Wesen ist die Energie Gottes. Kein Wesen, ob beweglich oder unbeweglich, kann ohne Gott existieren.



न अन्तः अस्ति मम दिव्यानाम् विभूतीनाम् परंतप ।  
एषः तु उद्देशतः प्रोक्तः विभूतेः विस्तरः मया ॥१०-४०॥

Na Antah Asti Mama Divyaanaam Bibhutinaam Parantapa ।  
Esa Tu Uddesatah Proktah Bibhuteh Bistarah Mayaa ॥10-40॥

न	Na	Nicht
अन्तः	Antah	Ende
अस्ति	Asti	ist
मम	Mama	mein
दिव्यानाम्	Divyaanaam	von göttlicher
विभूतीनाम्	Bibhutinaam	göttliche Glorie
परंतप	Parantapa	Zerstörer der Feinde
एष	Esa	dies
तु	Tu	wirklich
उद्देशतः	Uddesatah	in Kürze
प्रोक्तः	Proktah	ist beschrieben worden
विभूतेः	Bibhuteh	von göttlicher Glorie
विस्तरः	Bistarah	weit gehend
मया	Mayaa	durch mich

**Allgemeine Bedeutung:**

Oh, Zerstörer der Feinde, es gibt kein Ende meiner göttlichen Herrlichkeiten. Dies ist nur eine kurze Beschreibung von dem Ausmaß meiner göttlichen Herrlichkeiten.

**Erklärung:**

Gott ist unendlich, stark, leistungsfähig, wissenschaftlich und gegenwärtig. Sein Ausmaß ist endlos und ohne Anfang. Es kann niemals komplett oder vollständig beschrieben oder diskutiert werden. Die Beschreibungen all seiner Herrlichkeiten in diesem Kapitel ist nur ein kurzer Auszug.



यत् यत् विभुतिमत् सत्वम् श्रीमत् ऊर्जितम् एव वा eeb ।  
तत् तत् एव अवगच्छ त्वम् मम तेजोऽशसम्भवम् ॥१०-४१॥

Yat Yat Bibhutim Sattwam Srimat Urjitam Eva Baa ।  
Tat Tat Eva Abagachha Twam Mama Tejah Ansa Sambhabam ॥10-41॥

यत् यत्	Yat Yat	Was immer
विभुतिमत्	Bibhutim	göttliche Glorie
सत्वम्	Sattwam	Existenz, Wesen und Objekte
श्रीमत्	Srimat	gedeihend
ऊर्जितम्	Urjitam	kraftvoll
एव	Eva	auch
वा	Baa	oder
तत् तत्	Tat Tat	das
एव	Eva	nur
अवगच्छ	Abagachha	erinnere dich, wisse
त्वम्	Twam	mein
मम	Mama	Energie
तेजो	Tejah	Teil
अंश	Ansa	Manifestation
सम्भवम्	Sambhabam	was immer

**Allgemeine Bedeutung:**

Was auch immer, Objekte oder Lebewesen, von außerordentlicher Energie, Leuchtkraft, Wohlstand und Glück ist, ist Manifestation von nur einem Teil meiner Energie und Herrlichkeit, erinnere dich daran.

**Erklärung:**

Die Quelle allen Wohlstands, Glücks, Erfolgs, leuchtender Persönlichkeit, Glanze und aller Errungenschaften ist ein Teil der Kraft Gottes. Wenn Menschen das vergessen, werden sie Opfer von Ärger, Ängstlichkeit, Spannung, Egoismus, Arroganz, Angst und Stress. Wenn sie sich daran erinnern, werden sie glücklich und Selbst bewusst



अथवा बहुना एतेन किम् ज्ञातेन tab tabतव अर्जुन ।  
विष्टभ्य अहम् इदम् कृत्स्नम् एकांशेन स्थितः जगत् ॥१०-४२॥

Athavaa Bahunaa Etena Kim Gnyaatena Taba Arjuna ।  
Bistabhya Aham Idam Kritsnam Ekaamsena Sthitah Jagat ॥10-42॥

अथवा	Athavaa	Oder
बहुना	Bahunaa	zu viele
एतेन	Etena	dies
किम्	Kim	was

ज्ञातेन	Gnyaatena	bekannt
तव	Taba	dein
अर्जुन	Arjuna	Arjuna
विष्टभ्य	Bistabhya	unterstützend
अहम्	Aham	ich bin
इदम्	Idam	dies
कृत्स्नम्	Kritsnam	alles, das Ganze
एकांशेन	Ekaamsena	durch einen Bruchteil meiner Teile
स्थितः	Sthitah	existiert
जगत्	Jagat	Universum

### Allgemeine Bedeutung:

Andererseits Arjuna, musst du nicht all diese Einzelheiten wissen. Ich bin absolut, unterhalte das ganze Universum, durch die Teile meines Selbst.

### Erklärung:

Niemand kann je zuviel wissen über die Herrlichkeiten Gottes, welcher endlos, ewig ist. So rät Krishna dem Arjuna nicht zu viel Zeit in theoretische Informationen zu vergeuden, denn es ist vergeblich. Denn nach den Yoga-Schriften Vedanta und Upanishaden ist Gott unbekannt und nicht erkennbar. Er kann im Herzen erreicht werden, nur durch Yoga-Meditation.

Iti Srimad Bhagabat Gitaasu Upanisatsu Brahma Vidyaayaam  
Yogshaastre Srikrisnaarjuna Sambaade Bibhuti Yogo Naama  
Dasamo Adhyaayah ||10||

So endet das 10. Kapitel der Yoga Schriften, Upanishaden, Bhagavad Gita, es handelt von der Erkenntnis Gottes und dem Yoga von Gottes Glorien.

Liebe göttliche Freunde,

macht es zur Gewohnheit dieses Kapitel täglich zu studieren und ihr werdet nie die Abwesenheit Gottes und seiner Segnungen fühlen und immer wissen, dass Gott über euch wacht. Mögen Gott und die Kriya Yoga Meister euch segnen, führen, schützen und inspirieren und eure Sorgen entfernen.

In Liebe und Ergebenheit  
Paramahansa Atmanandaji

## INSPIRATIONEN AUS DER UNSTERBLICHEN INNEREN UNENDLICHKEIT

### DIE UPANISCHADEN

#### KENOPNISAD

इह चेदवेदीदथ सत्यमस्ति न चेदिहावेदीन्महती विनष्टिः ।  
भूतेषु भूतेषु विचित्य धीराः प्रेत्यास्माल्लोकादमृता भवन्ति ॥५॥

Iha Chedvedidatha Satyamasti Na Chediha Vedinmahati Binastih ।  
Bhutesu Bhutesu Vichitya Dheeraah Pretyaas Maallokaadmritaa Bhabanti ॥5॥

Wenn ein menschliches Wesen das Selbst (Brahmam) in diesem Leben verwirklichen kann,  
dann ist die Geburt lohnend. Wenn er das Selbst in diesem Leben nicht erkennt,  
dann erlebt er viele Leiden.

Deshalb erkennen die weisen Heiligen das Selbst in jedem Wesen und werden zum Selbst,  
nachdem sie den Körper verlassen haben.

~\*~

### ASTAABAKRA SAMHITAA

न मुक्तो विषयद्वेष्टा न वा विषयलोलुपः।  
असंसक्तमना नित्यं प्राप्ताप्राप्तमुपाशनुते ॥१७- १७॥

Na Mukto Visayadwestaa Na Vaa Visayalolupah ।  
Asamsakttamanaa Nityam Praaptam Praaptamupaasnute ॥17-17॥

Das befreite (gottverwirklichte) Wesen meidet die Sinnesobjekte nicht, noch verlangt es danach. Es hat stets ein Verständnis innerer Distanziertheit und erlebt alles so, wie es ihm widerfährt.

~\*~

### DIE HEILIGE BIBEL

JESUS erwiderte ihnen: Heißt es nicht in eurem Gesetz: Ich habe gesagt: Ihr seid Götter? Ich habe gesagt: Ihr seid Götter; und ihr alle seid Kinder des Allerhöchsten.  
(Johannes 10,34; Psalm 82,6)

~\*~

### KABIR DOHAVALI

जागन में सोवन करे साधन में लौ लाय ।  
सुरत डोर लागी रहे तार टट नहिं जाये ॥

Jaagan Me Sowan Kare Saadhan Me Lou Laaya ।  
Surat Dor Laagi Rahe Taar Tut Nahin Jaaya ॥

In der Welt, in Wachheit wie im Schlaf, halte Verbindung zu Gott. Gib acht, dass der Faden fortgesetzter Erinnerung Gottes nicht zerreißt. Man sollte sich Gottes zu allen Zeiten erinnern.

~\*~



### **KRIYA YOGA CENTER NEWS**

#### ATMANANDA INSTITUT FÜR HÖHEREN KRIYA YOGA

Ein monatelanges Kriya Yoga-Programm wurde in Farmington Hills, im Gebiet um Detroit, in zwei Phasen durchgeführt. Phase I und II wurden abgeschlossen mit der Geburtstagsfeier von SATGURU Swami Sri Yukteswar Ji, am 10. Mai 2011.

Es fanden öffentliche Lesungen, Workshops, Einweihungen, geführte Meditationen und Beratungsstunden statt. Das Programm wurde entsprechend gewürdigt, besonders die Workshops für Yoga und praktische Spiritualität.

Phase III des Kriya Yoga Programms wird am 2. Juni 2011 beginnen.

Yogacharya Mihir Baba und Manju Ma; Raghu Baba, Rahul Baba, Ravi Baba, Khajendra Baba, Sunitha Ma und Familie, Cathie Ma und Bob Baba, Diana Ma, Laura Ma, Suresh Baba, Vanajyothi Ma, Tilagamma und viele andere waren beteiligt und halfen.

Swami Sri Yukteswar Ji's Geburtstag wurde mit Liebe und großem Enthusiasmus weltweit von Kriyabans gefeiert.

### KRIYA YOGA DHYANA KENDRA, BHAWANI PATNA, KALAHANDI, ORISSA, INDIEN

Der Bau der neuen Meditationshalle geht wie geplant weiter. Mehr finanzielle Hilfe wird benötigt. Yogacharya Umesh Baba, der Präsident, hat diesbezügliche Appelle gesandt. Die regelmäßigen Aktivitäten wie tägliche Meditation und Gebet gehen gut voran. Die wöchentliche wohltätige Klinik verläuft effizient durch Dr. Jena Baba. Yogacharya Rao Baba und Familie, Yogacharya Sunil Baba, Bijaya Baba und Familie und viele andere Kriyabans arbeiten hart, um die Projekte rechtzeitig zu vollenden.

### KRIYA YOGA DHYANA KENDRA, ROURKELA

Reguläre Meditationen, Gebete, Studien der heiligen Schriften, tägliche wohltätige medizinische Versorgung und andere karitative Arbeit werden effizient organisiert von Yogacharya Benu Baba, Sahu Baba, Saha Baba, Jena Baba, Panda Baba, Ramesh Baba, Premananda Baba, Shankar Baba, Surya Baba. Sri Yuktेशwarji's Geburtstag wurde am 10. Mai schön gefeiert.

## AUFRUF

### EIN AUFRUF ANLÄSSLICH DER FEIERLICHKEITEN DES SILBERNEN JUBILÄUMS DES KRIYA YOGA DHYANA KENDRA (MEDITATIONSZENTRUMS) KALAHANDI, BHAWANIPATNA

Das Kriya Yoga Dhyana Kendra, Kalahandi, Bhawanipatna, Reg.Nr. 249/6-86-87, wurde im Jahr 1986 gegründet. Dieses Dhyana Kendra (Meditationszentrum) ist der spirituellen Erhöhung der gesamten Menschheit, zusammen mit physischer Fitness durch regelmäßiges Ausüben von Yoga, insbesondere Kriya Yoga, gewidmet. Dieses Zentrum ist eines der wichtigsten Inspirationsquellen einer ganzen Anzahl von Kriya Yoga Kendra's in Orissa, Indien, den U.S.A, Deutschland, Indonesien, Kanada usw., mit der Gnade und Führung seiner Heiligkeit Gurudev Paramahansa Atmanandaji's. Dieses Dhyana Kendra hat die Ehre, viele Yogacharyas mit dem Segen Gurudev's auszubilden. Bis heute gibt es tausende Kriyabans, die in diesem Meditationszentrum eingeweiht wurden und die Botschaft des KRIYA YOGA rund um den Globus verbreiten.

Am 15. August 2010, am Abend des Unabhängigkeitstages, fand ein besonderes Treffen der ausführenden Organe dieses Dhyana Kendra in Anwesenheit von Gurudev Paramahansa Atmanandaji statt. Das Komitee beschloss einstimmig, die Feierlichkeiten zum Silbernen Jubiläum vom 11.-13. November 2011 durchzuführen. **Mit Erlaubnis von GURUDEV wird vor dem Silber Jubiläum eine dauerhafte Meditationshalle von 85\*35 Fuß, deren geschätzte Kosten etwa 15000 Rupien betragen, errichtet werden, um die steigende Anzahl von Kriyabans unterzubringen.**

Das Hauptanliegen der Stiftung ist es, die Botschaft des Kriya Yoga zur Verbesserung der Lebensqualität der ganzen Menschheit zu verbreiten. Deshalb ersuchen wir im Namen des Kriya Yoga Dhyana Kendra, Kalahandi, herzlich um eure wohlwollende und großzügige Hilfe für das edle Anliegen.

Dankend,

in göttlicher Freundschaft

**Umesh Chandra Panda**

Für das SILBER-JUBILÄUMS-ORGANISATIONSKOMITEE

Spenden innerhalb Indiens können durch Scheck/Wechsel zu Gunsten des "KRIYA YOGA DHYANA KENDRA, KALAHANDI" an die Adresse "Kriya Yoga Dhyana Kendra, Bahadur Bagicha Para, Bhawanipatna 766001, Dist Kalahandi, Orissa" gesendet werden.

Spenden von außerhalb Indiens können per Scheck an "ATMANANDA INSTITUTE OF HIGHER KRIYA YOGA", Adresse: "34600 Quaker Valley Rd, Farmington Hills, MI 48331" gesendet werden.

Contact within USA: 001-248.877.3740

Contact within India: 094372 94398,094382 63331,094371 88297,094371 40653,094372 02084

## Other Centers and Contact Information

Country	City	Contact	Email
India	Ahmedabad	Munjal Patel	munjal6100@hotmail.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	
	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	
	Hyderabad	Sri Trinatha Das	trinathadas@ivrrinfra.com
	Kalahandi	Panchanan mund	licmund@rediffmail.com
	Mohangiri	Janakdhari Sahu	
	Mumbai	Amitabh Mohanty	Amitabh.mohanty@relianceada.com
	Raurkela	Benudhar tripathy	benudhar_rsp@rediffmail.com
Raipur	Ramesh Jaiswal	sarlamesh@yahoo.com	
Sunaabeda	S C Chand	subaschand3786@yahoo.co.in	
USA	Atlanta	Nilesh Sharma	sharma.nilesh@gmail.com
	Chicago	Anjali Sane	kidability52@aol.com
		Ashok and Sarita Parida	bobparida@ameritech.net
	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	
Canada	Edmonton	Dr. J. P. Das	j.p.das@Ualberta.ca
	Fredericton	V Bhavsar	Bhavsar@unb.ca
	Toronto	Shraddhananda Mishra	d.mishra@csdcsystems.com
Germany	Braunlage	C. Dittrich & E. Held	dittrich.haus-waldfrieden@t-online.de
	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@online.de
Netherlands	Amsterdam	Ronald Moester	rmoester@xs4all.nl
Indonesia	Jakarta	K.H. Sivasubramanian	shiva47@gmail.com
		L. J. Kumar	lj कुमार@yahoo.com
Singapore	Singapore & Malayasia	Shrikanth Ramachandran & Mohna	srikanth.ram@gmail.com

**Kriya Yog Meditation Center (Kriya Yog Dhyana Kendra)**  
**Jagda, Jhirpani, Rourkela 769 042, Orissa, India**  
**Phone: 91-(0) 661-2470956, E-Mail: adityachand@yahoo.co.in**  
**www.kriya-dhyana.de | www.kriyayog.org | kriya-yog.blogspot.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 Paramahansaji 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.**