



Newsletter (Sandesh) – Feb-Mar,2016

**EKODEVAH SARVA BHUTESU GUDAH
SARVA VYAAPI SARVA BHUTAANTARAATMAA
KARMAA DHYAKHYAH SARVA BHUTAADHIVAASAH
SAAKHI CHETAA KEVALO NIRGUNASCHA
(SWETASWAATARO UPANISAD; VI-11)**

GENERELLE BEDEUTUNG:

**DER HÖCHSTE GEIST, GOTT, DER IN ALLEN WESEN EXISTIERT,
TIEF VERBORGEN IN UNS, ER DURCHDRINGT ALLES; ER IST DIE INNERE
SEELE JEDES SEINS; ER IST DER VORGESETZTE ALLER AKTIVITÄTEN;
ER VERWEILT IN JEDER SPEZIES DES LEBENS; ER IST DER EWIGE ZEUGE.**

**DAS ABSOLUTE BEWUSSTSEIN IM INNEREN; ER EXISTIERT UNABHÄNGIG VON
DER FORM WELCHE ES DURCHDRINGT UND DARÜBER HINAUS SOWIE ÜBER
JEDE EIGENSCHAFT**

ABSCHNITT 1

BOTSCHAFT VON PARAMAHANSA ATMANANDAJI

RICHTIGES VERSTÄNDNIS DER BHAGAVAD GITA—TEIL - 126.

Liebe Göttliche Freunde,

bescheidene Pranams, liebevolle Grüße

TAT TWAM ASI - DU BIST DAS. Die ewige Wahrheit, das Absolute - Existenz (SAT), Bewusstsein (Chit), Aanandam (Glückseligkeit), ist eure absolute Identität. Aufgrund des unruhigen Geistes, ist das individuelle Selbst durch die Relativität oder Maya bedeckt, der leitende Flügel der Mutter Natur. Dies wird durch die Gesetze des Karmas verewigt, das heißt die Gunas - Sattwas, Rajah, Tamah. Dies schafft die Illusion des Werdens, Erhaltung und Vergehens. Dies wird durch Taten genährt und erhalten, welche durch die Konzepte von Belohnung und Bestrafung beeinflusst sind. Diese insgesamt sind als Schicksal bekannt, welche selbst Ausdruck der Relativität oder Maya ist.

Nur durch die tägliche aufrichtige Praxis von Kriya Yoga kann man den scheinbar unbesiegbaren, unruhigen Geist bezwingen. Sobald der Geist ruhig ist, kann er sich mit dem reinen Bewusstsein in der Meditation vereinen. Zur fälligen Zeit wird Samadhi erreicht. Dann ist Jeevan Mukta oder der Super- kosmische Zustand erreicht.

Was ist Kriya Yoga? Kriya Yoga ist der Name für die Yoga -Technik, welche Arjuna durch Lord Krishna in der Bhagavad Gita gelehrt wurde. Dazu gehört auch die praktische Spiritualität im täglichen Leben, welche zu einer besseren Gesundheit, Fitness, geistige Ruhe und schließlich zur Selbstverwirklichung führt. Mahavatar Babaji gab diesem Yoga den Namen Kriya.

Der Autor und Meister des Raja Yoga, Patanjali hat Kriya Yoga in seinem maßgebenden Buch, Patanjali Raja Yoga oder den Yoga Sutren, behandelt.

Patanjali beschreibt Kriya Yoga als

—TAPAH SWAADHYAAYA, ISHWARA PRANIDHAANANI KRIYA YOGAHII.

TAPAH Selbst Disziplin- Asketentum

SWAADHYAAYA Studium, der Ansatz sich selbst oder die Seele zu erkennen

ISHWARA PRANIDHAANANI Gott realisieren oder wahrnehmen

Jedoch gibt Patanjali keine Details des Tapah oder der Übungen des Tapah, Swaadjaaya und Iswara Pranidhaanah.

Die Antwort wird in der Bhagavad Gita gelehrt. Die Auslegung und Umsetzung wird von dem Guru oder Meister gelehrt.

In der letzten Ausgabe des Kriya Yoga Sandesh diskutierten wir bis zu Vers 13 des 17. Kapitels der Bhagavad Gita. Jetzt machen wir weiter.

(TAPAH): DEVA DWIJA GURU PRAAGNYA PUJANAM

SHOUCHAM AARJABAM

BRAHMACHARYAM AHIMSAA CH

SHAARIRAM TAPA UCHYATEY

(B.G. CH-17; V-14)

Vers Analyse:

DEVA----- VON GOTT

DWIJA----- VON SPIRITUALITÄT UND GELEHRTE MENSCHEN

GURU----- DER LEHRER

PRAAGNYA----- DER WEISE; HEILIGE

SHOUCHAM----- REINHEIT; SAUBERKEIT

AARJABAM----- GERADLINIGKEIT

BRAHMACHARYAM----- ZÖLIBAT

AHIMSA----- UNVERLETZT

CH----- UND

SHARIRAM----- VOM KÖRPER

TAPAH----- ENTHALTSAMKEIT

UCHYATEY----- IST BEKANNT ALS

Generelle Bedeutung

Die Anbetung Gottes, spirituelle Menschen, Lehrer, die Weisen und Heiligen, Sauberkeit, Geradlinigkeit, Zölibat, Unverletzlichkeit werden als Enthaltbarkeit des Körpers betrachtet.

Erklärende Bemerkung

In diesem Vers und den folgenden Versen spricht Krishna über die physischen Aspekte des Tapah oder der Enthaltbarkeit. Dies sind klare und definierte Techniken oder Schritte, die man als physikalische Aspekte der Tapah üben sollte.

Der Begriff Dwija bedeutet zweimal geboren, das heißt einmal aus dem Mutterleib (biologische Wesenheit) und ein zweites Mal geboren, spirituell, nach der Initiation durch den spirituellen Lehrer (Guru). Eine spirituelle Einweihung und einen Guru zu haben, ist der erste beständige Schritt um sich über das tierische Dasein und den biologischen Egoismus zu erheben.

Jede Person die eine persönliche Initiation hatte und spirituell orientiert ist, nennt man Djiwas.

Shaucha bedeutet Sauberkeit und Reinheit. Brahmacharya bedeutet vollständige Ausrichtung auf Gott als höhere Bedeutung. Die tiefere Bedeutung ist das Zölibat. Der Zölibat bedeutet sexuelle Aktivitäten allein für verheiratete Personen und das auch nicht mehr als nötig. Sexuelle Aktivitäten sind die Dominanz von Apana Prana, das in der Natur degenerativ ist. Also verbessert die Selbstdisziplin die Energie, Langlebigkeit und den geistigen Fortschritt.

Ahimsa bedeutet Schadslosigkeit im Körper, im Geist und in der Sprache. Es hilft die Einheit allen Lebens zu verwirklichen. Aarjavam bedeutet Harmonie in Gedanken, Worten und Aktivitäten. Mit einem Wort, es bedeutet Geradlinigkeit.

ANUDBEGAMKARAM VAAKYAM

SATYAM PRIYAHITAM CH JAT

SWAADHYAAYAA BHYASANAM CHAIVA

VAANGMAYAM TAPA UCHYATEY

(B.G. CH-17; V-15)

Vers Analyse:

ANUDBEGAMKARAM ----- NICHT ANGST VERURSACHEND
VAAKYAM ----- SPRACHE
SATYAM ----- WAHRHAFIG
PRIYAHITAM ----- ANGENEHM UND NUTZBRINGEND
CH ----- UND
YAT ----- WELCHES
SWAADHYAAYAABHYASANAM--STUDIUM SPIRITUELLER TEXTE
CH----- UND
EVA----- AUCH
VAANGMAYAM----- DER SPRACHE
TAPAH----- ENTHALTSAMKEIT
UCHYATEY----- IST BESCHRIEBEN ALS

Generelle Bedeutung

Sprechen was keine Angst verursacht und der Wahrheit entspricht, ist angenehm und nützlich und die Praxis des regelmäßigen Studierens der spirituellen Schriften wird als Tapah oder Enthaltbarkeit der Sprache beschrieben.

Erklärung

Die Sprache ist eine sehr wichtige und hochentwickelte Funktion des Gehirns, der Mechanismus der Artikulation und Klang erzeugt. Es vermittelt die Gedanken, Ideen, Emotionen, Gefühle und Wissen des Sprechers. Ihre Wirkung ist weitreichend und dauerhaft. Sie agiert auch unter den kosmischen Gesetzen von Karma und bringt die unvermeidlichen Folgen.

Die Sprache sollte ehrlich (kosmische Harmonie), positiv und in einem angenehmen Stil gesprochen werden. Es sollte nicht Angst oder negative Gefühle hervorrufen.

Wenn der Sprecher wissentlich und absichtlich die Wahrheit ignoriert und sie verzerrt, arbeitet das Ego und wird stärker. Das Selbst oder das Seelenbewusstsein wird umgangen und es entwickelt sich weiter zurück.

Das Studieren und Nachdenken über spirituelle Texte oder Yoga- Schriften, hält die negativen und üblichen tierisch- oder biologischen Gedanken und Sprache weg. Diese müssen täglich durchgeführt werden, so dass spirituelle Gewohnheiten gebildet werden.

GEWOHNHEITEN UND CHARAKTER: Wiederholte Aktionen machen Gewohnheit; wiederholte Gewohnheiten machen einen Charakter; wiederholter Charakter macht eine Persönlichkeit; wiederholte Persönlichkeit macht ein Schicksal.

Man muss das eigene Schicksal wählen und dann richtig handeln, richtig reden und richtig denken, um das Schicksal zu erreichen, entweder spirituell und befreit, oder materiell und gefangen. Du hast die Wahl. Der Guru hilft euch, das Schicksal zu erreichen.

MANAH PRASAADAH SOUMYATWAM

MOUNAMAATMA VINIGRAHAH

BHAABA SAMSUDDHIRITYETATTA PO

MAA-+NAMUCHYATEY

(B.G. CH-17; V-16)

Vers Analyse:

MANAH PRASAADAH----- FRIEDLICHER UND RUHIGER GEIST

SOUMYATWAM----- GUTHERZIGKEIT

MOUNAM----- STILLE

AATMAVINIGRAHAH-----SELBST KONTROLLE

BHAABA SAMSUDDHIH----- REINHEIT DER GEDANKEN UND

EMOTIONEN

ITI----- SOMIT

ETAT----- DIESE

TAPAH----- ENTHALTSAMKEIT

MAANASAM----- MENTAL

UCHYATEY----- WIRD ALS GENERELL BEZEICHNET

Bedeutung:

Ruhe, gute Laune, Herzlichkeit, Stille, Selbstbeherrschung, Reinheit der Gedanken und Emotionen - diese werden als gedankliche Enthaltbarkeit beschrieben.

Erläuternder Vermerk:

Ruhe bedeutet die Abwesenheit von psychischer Unruhe und Reizbarkeit in einer positiven Art und Weise. Das Fehlen von negativen Gedanken und eine hoffnungsvolle, inhärente, hilfreiche und positive Art, die Immunität von spontanen und reaktionären geistigen und verbalen Reaktionen (Stille) bedeuten Selbstbeherrschung und Selbstdisziplin. Dies bedeutet notwendigerweise die spontane, biologische Unruhe des Geistes zu steuern, die eine gemeinsame Eigenschaft von Tieren und Menschen ist. Spiritualität kommt, wenn allmählich diese biologischen Eigenschaften überwunden werden und man sich geistig orientiert. Die Harmonie von Gedanken, Reden und Handeln gibt innere Reinheit. Diese sind nicht mehr verschmutzt oder gefärbt durch Egoismus, Eigennutz und Animalität

SHRADDHAYAA PARAYAA TAPTAM

TAPASTAT TRIBIDHAM NARAIH

APHALAA KAANGKHI BHIRJUKTEIH

SAATTWIKAM PARICHAKHYATEY

(B.G. CH-17; V-17)

Vers Analyse:

SHRADDHAYAA ----- MIT GLAUBEN UND EIFER

PARAYAA ----- DER OBERSTE

TAPTAM ----- PRAKTIZIERT

TAPAH ----- ENTHALTSAMKEIT; SELBSTDISZIPLIN

TAT ----- DASS

TRIBIDHAM ----- DREIFACH

NARAIH ----- VON MENSCHEN

APHALAA KAANGKHIBHIH ----- OHNE WUNSCH NACH FRÜCHTEN

JUKTEIH ----- GEWIDMETER

SAATTWIKAM ----- SAATTWIG

PARICHAKHYATEY ----- ERKENNEN ALS

Allgemeine Bedeutung:

Geübte mit höchsten Glauben und Eifer, engagierte Menschen, ohne Verlangen nach Früchten, widmen sich diese drei Arten von Tapah als Saattwik Tapah (Enthaltsamkeit).

Erläuternder Vermerk:

Sattwik Tapah beinhaltet körperliche, verbale und psychische Selbstdisziplin mit einer festen, positiven Einstellung, geübt in höchstem Glauben an einen engagierten Einsatz und ohne das Verlangen nach den Früchten der Bemühungen.

Für die meisten Menschen scheint Tapah eine so große Herausforderung zu sein. Doch für die Selbst-Verwirklichung und als Teil der Kriya Yoga Praxis ist es ein Muss.

Es ist die beste Politik und Strategie, denn langsam und stetig gewinnt das Rennen. Man sollte so viel wie möglich in einem langsamen, stetigen, einer lebenslangen Handlungskultur, mit unerschütterlichem Glauben an Gott und Gurus, praktizieren.

SATKAARA MAANA POOJARTHAM TAPO

DAMBHENA CHAIVA JAT

KRIYATEY TADIHA PROKTAM

RAAJASAM CHALA MADHRUVAM

(B.G. CH-17; V-18)

Vers Analyse:

SATKAARA MAAN PUJAARTHAM ----- MIT DER ABSICHT ZU ERLANGEN

(SATKAAR + MAAN + PUJAARTHAM) --RESPEKTVOLL EMPFANG, EHRE,
GOTTESDIENST

TAPAH ----- ENTHALTSAMKEIT

DAMBHENA ----- MIT ARROGANZ

CH----- UND

EVA ----- SOGAR

YAT (JAT) ----- WELCHES

KRIYATEY ----- PRAKTIZIERT
TAT ----- DASS
IHA ----- HIER
PROKTAM ----- BESCHRIEBEN
RAAJASAM ----- RAAJASIK
CHALAM ----- INSTABIL
ADHRUVAM ----- VORÜBERGEHEND

Allgemeine Bedeutung:

Die Enthaltbarkeit (Tapa), mit der Absicht, immer gut empfangen zu werden, Ehre und Anbetung zu erlangen und die mit Arroganz durchgeführt wird, wird als Raajasik beschrieben. Seine Verdienste sind instabil und vorübergehend.

Erläuternder Vermerk:

Menschen mit anderer Mentalität und Gunas führen Tapa mit rein materiellen Vorteilen aus. Einige Leute führen Tapa mit der Absicht aus, immer die soziale Anerkennung, Ehre und Einfluss zu erlangen. Einige andere führen Tapa hochmütig und mit Heuchelei aus. Einige Leute handeln Tapa, um verehrt und geehrt zu werden. Solche Tapa sind als Raajasik Tapa bekannt. Die Vorteile einer solchen Tapa sind instabil und vorübergehend. Es hat keinen kosmischen oder geistigen Wert. Es bringt weder Fortschritt oder Perfektion oder Befreiung.

MOODHA GRAAHENAATMANO YAT

PEEDAYAA KRIYATEY TAPAH

PARASYOTSAADANAARTHAM VA

TATTAAMASAM UDAHRUTAM

(B.G. CH-17; V- 19)

Vers Analyse:

MOODHA GRAAHENA ----- ALS FOLGE DER DUMMEN IDEEN
AATMANAH ----- DES SELBST
YAT ----- WELCHES

PEEDAYAA ----- MIT FOLTER
KRIYATEY ----- PRAKTIZIERT
Tapah ----- ENTHALTSAMKEIT
PARASYA ----- VON EINEM ANDEREN
UTSAADANAARTHAM ----- MIT DER ABSICHT ZU ZERSTÖREN
VAA ----- ODER
TAT ----- DASS
TAAMASAM ----- TAAMASIK
UDAHRUTAM ----- WIRD WIE FOLGT BESCHRIEBEN

Allgemeine Bedeutung:

Die Enthaltensamkeit, die auf Basis von dummen Ideen praktiziert wird, mit Selbst-Folter und zum Zwecke der Zerstörung Anderer wird als Taamaasik beschrieben.

Erläuternder Vermerk:

Die Menschen denken, handeln und verhalten sich entsprechend ihren Gunas. Taamasige Menschen handeln Tapah (Strenge/Enthaltensamkeit) aus fehlerhaften Ideen und Vorstellungen. Sie foltern ihren Körper, Geist und Intellekt, nicht für die Selbsterkenntnis oder Befreiung, nicht für Gewinn oder Profit, sondern um Anderen zu schaden, um Andere zu zerstören. Solche Tapah (Strenge) wird als Taamasik Tapah beschrieben.

Es wird gesagt, dass, wie du denkst, so wirst du handeln, wie du handelst, so wirst du. Nichts geschieht ohne Anstrengung. Anstrengung ist nur möglich durch Strenge (Tapah). Tapah bedeutet Konzentration, Entschlossenheit, feste Entschlossenheit, enorme Anstrengungen und Anstrengung, ohne Angst vor Schmerzen und Leiden. Dies sind nur die äußere oder materielle Bedeutung. Die wirkliche Bedeutung übt Kriya Yoga, wie durch den Guru gelehrt. Kriya Yoga bedeutet Gunaateeta Zustand, über Saattwik, Raajasik und Taamasik. Das gepflegte Ziel der Befreiung oder Selbst-Erkenntnis wird automatisch ohne Folter oder Leiden erreicht.

So übe täglich Kriya Yoga, lebe ein normales Leben, wo immer dich dein Schicksal hingebracht hat. Nur dies bringt dir Gesundheit, Glück, Fitness, Harmonie und Wissen.

Mit Liebe und Segen, Paramahansa Atmananda ji

ABSCHNITT - 2

INSPIRATIONEN AUS DER INNEREN; UNSTERBLICHEN UNENDLICHKEIT— DER SEELE

A) YOGA VEDANTA:

1) DIE UPANISADEN:

a)

*PUSANNEKARSEY YAMA SURYA PRAAJAAPATYA
BEUHARASMINNSAMUHATEJAH
YATTEY ROOPAM KALYAAN TAMAM TATTEY PASHYAAMI
YO ASAAWASAU PURUSAH SO AHAMASMI
(ISAAVAASYO UPANISAD; V-16))*

Allgemeine Bedeutung:

O 'Sonne, einsame Wanderin, du bist unser Ernährer, Wissensgeberin, Spenderin der Gerechtigkeit, Gebende des Lichts und der Aufklärung, Inkarnation des Schöpfers, ziehe deine schillernden Strahlen zurück, so dass ich in der Lage sein kann, deine wohlthätige und heilige Form wahrzunehmen. Ich (meine Seele) ist dieselbe Person, die in dir vorhanden ist, wie deine eigene Seele.

Erläuternder Vermerk:

Dieser Vers von einem selbstverwirklichten Meister hat zwei Bedeutungen:

- 1) Für eine nicht gottrealisierte Person - ist es an die Sonne im Himmel gerichtet.
- 2) Für eine gottrealisierte Person – spricht es die eigene Aatma Surya (Sonnenseele) an.

Um seine Wichtigkeit zu erkennen, sollte man auf seine Bedeutung meditieren, um sich zu erkennen.

b)

*NA TATRA SURYO BHAATI NA CHANDRA TAARAKAM
NE MAA VIDYUTO BHAANTI KUTOAYAMAGNIH
TAMEVA BHAANTAM NU BHAANTI SARVAM
TASYA BHAASAA SARVAMIDAM BIBHAATI
(KATHOPANISAD; 5-15)*

Allgemeine Bedeutung:

Die Seele oder der Geist ist das Wesen des göttlichen Lichts; aber es ist anders und über die Lichter der Sonne, des Mondes, der Sterne und Planeten, die Beleuchtung und die Opferfeuer und den heiligen Flammen.

Weder die Sonne im Himmel kann das Licht erschaffen, noch der Mond, noch die Sterne und Planeten, noch das schillernde Blitzen des Blitzschlags, nicht einmal die Lichter und Flammen dieser heiligen Opferfeuer.

Die Seele (Geist) scheint und leuchtet aus sich selbst und erleuchtet alles Andere. Alles in der Schöpfung reflektiert nur das Licht.

c)

*VEDAANTEY PARAMAM GUHYAM
PURAAKALPEY PRACHODITAM
NA APRASHANTAAYA DAATABYAM
NAAPUTRA AYAASHISYAAYA VA PUNAH*

(SWETAASWAATAROPANISAD; VI-22)

Allgemeine Bedeutung:

Die direkte Lehre eines Vaters oder Gurus ist von wesentlicher Bedeutung. Ohne dieses würde Wissen aus Büchern nicht von großem Erfolg sein. Aber wichtiger als all das ist die vorherige Reinigung des Charakters und der Schulung des Geistes und der Sinne, die für das Wissen und die Erkenntnis der höchsten Wahrheit notwendig sind.

Andernfalls führt Wissen zu Schaden, nicht zu Gutem. - Ich bin Gott, würde ohne Reinheit des Charakters, Zurückhaltung und Demut und die persönliche Führung des Vaters oder des verehrten Lehrers zu Arroganz und Atheismus führen.

Daher dieser Vers des scheinbaren Verbotes, der in keiner Weise, anders als die oben angegebenen Warnungen missverstanden werden sollte.

(ZITIERT VON C. RAJAGOPALACHARI)

2) ASTAAVAKRA SAMHITAA:

a)

*MATTO VINIRGATAM VISHWAM
MAYEBA LAYAMESYATI
MRUDI KUMBHO JALEY BICHIHI
KANAKE KATAKAM YATHYAA*

(Kapitel 2; Vers 10)

Allgemeine Bedeutung:

Wie ein irdener Krug wieder in Lehm aufgeht und eine Welle wieder zu Wasser wird und ein Goldbarren wieder zu Gold, so wird das Universum, das von mir projiziert wurde wieder allein zu mir.

b)

ANTASTYAKTA KASAAYASYA
NIRDWANDWASYA NIRAASHISAH
YDRUCCHAYAA GATO BHOGO
NA DUHKHAAYA NA TUSTAYEY

(Kapitel 3; Vers 14)

Allgemeine Bedeutung:

Eine Person, die weltliche Anhaftungen geistig aufgegeben hat und von Gegensatzpaaren nicht mehr beeinflusst wird und frei ist von Sehnsüchten und Verlangen, solch eine Person wird selbstverständlich nicht mehr von Erfahrungen der Materie beeinflusst und ist frei von Freude und Leid.

c) WEISHEIT:

CHINTAYAA JAAYATEY DUHKHAM
NAA NYATHEHETI NISCHAYEE
TAYAA HEENAH SUKHI SHAANTAH
SARVATRA GALITA SPRUHAH

(Kapitel 11; Vers 5)

Allgemeine Bedeutung:

Wer realisiert hat, dass es Sorge und Anspannung und nichts Anderes ist, das Leiden und Übel in der Welt erschafft wird davon frei. Er genießt Freude und Frieden. Allezeit und überall ist er frei von Sehnsüchten und Verlangen.

B) DIE HEILIGE BIBEL:

„Sei stark und mutig. Fürchte dich nicht und habe keine Angst vor Ihnen, denn es ist dein HERR und Gott, der mit dir ist. Er wird dich nicht verlassen, noch vergessen.“

(Deuteronomium 31:6)

Der Gott, der mich mit Kraft ausstattete und meinen Weg tadellos machte. Er machte meine Füße wie die Füße eines Hirsches und sicherte meinen Tritt auf den Höhen. Er

trainiert meine Hände für den Krieg, so dass meine Arme den bronzenen Bogen spannen können.

(Psalm 18:32-34)

C) DIE FREUDEN DER NICHT-DUALITÄT (ADWAITA):

Wenn du das Selbst als von dir verschieden betrachtest (Die Seele und nur die Seele), ist dies Dwaita oder Dualität oder Dualismus.

Diese Dualität ist die Quelle aller Leiden. Es gibt keine andere Abhilfe, als im Paraabasthaa des Kriya Yoga zu verbleiben (Überbewußter Zustand oder Jaagrat Samadhi).

Folgt man der Zweiheit anstelle der Einheit, ist dies Einbildung.

Die Wahrnehmung als Körper, Himmel, Hölle, Befreiung, Angst, Verlangen, Sehnsucht, all diese sind Einbildungen und Gewohnheiten. Wenn du all diesen Vorstellungen entsagst und im Dynamischen Samadhi Zustand verharrst (Paraabasthaa des Kriya Yoga), dem Nicht-Dualen-Zustand, dann gibt es kein Verlangen und keine Wünsche, dann gibt es weder Ablehnung noch Zustimmung, kein Gebundenen und keine Befreiung, dann gibt es wirklichen Frieden und Freiheit.

(Yogiraj Lahiri Mahasaya)

D) VON RAMANA MAHARSI:

Wenn Frauen, die im Selbst verbleiben auf Schwierigkeiten stoßen, wird Saastras Ihnen verweigern, das Haus zu verlassen und Asket zu werden?

ANTWORT:

Da es kein solches Verbot im Saastra, gibt, ist nichts falsch daran, im Nebst zu verharren und wenn die Zeit reif ist, Asket zu werden.

(Ramana Maharsi)

a) Ohne das „Ich“ kann die zweite und dritte Person nicht existieren.

Wenn sich das „Ich“ durch die Untersuchung seiner Quelle auflöst – verschwinden die zweiten und dritten Personen ebenfalls. Unser eigener originärer (natürlicher) Zustand leuchtet weiterhin.

(Ramana Maharsi)

VERSCHIEDENES

BERNHARD LOHMANN'S ERFAHRUNG

Liebe Freunde, liebe Kriyabans,

Ich möchte euch über die wunderbare Reise erzählen, die ich zusammen mit meinem geliebten Lehrer Swamiji Atmananda machen durfte.

Wir waren in einer kleinen Gruppe und besuchten die heiligen Tempel am Fuße der weißen Berge der Himalayas. Swamijis Bruder, Baba Tuns Babu hatte alles sehr liebevoll geplant, vorbereitet und organisiert, so dass wir alle ganz in die Erfahrung dieser spirituellen Reise eintauchen konnten.

Nachdem wir in Delhi angekommen und uns dort getroffen hatten, nahmen wir den Zug nach Haridwar. Wer wollte, konnte in den heiligen Wassern des Ganges baden. Am nächsten Tag mieteten wir einen Kleinbus mit einem sehr freundlichen und stillen Fahrer.

Unser erster Halt war Yamunotri. Von unserer einfachen Herberge gingen wir zu Fuß bzw. auf dem Rücken eines Maultiers hoch zu den Tempeln. Nach einer rituellen Waschung in einer heißen Quelle, wurden Pujas geopfert um die Göttliche Mutter zu ehren und zu feiern.

Nach zwei Tagen Fahrt über enge Bergstraßen, umgeben von der atemberaubenden Bergwelt, erreichten wir unsere zweite Station: Gangotri, die Hauptquelle des Flusses Ganges. Dort hatte ich die Gelegenheit zu meiner ersten langen Wanderung entlang des noch schmalen Ganges. Die weißen Berge um mich herum waren kraftvoll und von majestätischer Schönheit und erfüllten mein Herz mit einem großartigen Glücksgefühl.

Der dritte Halt war Kedarnath. Weil die Straße dort durch einen großen Bergrutsch vor drei Jahren zerstört worden war, mussten wir den Hubschrauber zum großen Shiva Tempel nehmen. Nie zuvor in meinem Leben habe ich eine kraftvollere spirituelle Energie gespürt, als im Zentrum dieses Tempels.

Die letzte Station war Badrinath. Die Geschichte dieses Ortes geht bis auf die Zeit vor Krishna zurück. Hier gibt es den zentralen Tempel des Gottes Vishnu. Seit undenklichen Zeiten haben zahllose Heilige und Yogis, Männer und Frauen in diesen Bergen gebetet und meditiert. Die Berge und Täler, die Felsen, das Wasser, die Luft und die Pflanzen, alle Schöpfung ist mit spiritueller Energie aufgeladen um den Menschen zu helfen ihre göttliche Natur zu entwickeln. Es ist mir unmöglich in diesem kurzen Bericht, alle Eindrücke und Lektionen, die ich auf dieser Pilgerfahrt erfahren habe voll und ganz zu beschreiben.

Nachdem unsere eng verbundene Gruppe sich in Delhi getrennt hatte, begann der zweite Teil meiner Reise: Ich hatte die Gelegenheit 11 Tage zusammen mit Swamiji in seinem Ashram in Rourkela zu verbringen. Eingebettet in das tägliche Leben im Ashram, hatte ich Zeit meine Erfahrungen verdauen und meine Yoga Techniken zu vertiefen.

Nun sind Wochen seit meiner Rückkehr vergangen und ich fühle mich unendlich gesegnet. Mein Herz ist voller Freude und Dankbarkeit, darüber auf dem Pfad des Kriya Yoga zu sein und die Gnade zu empfangen, einen Lehrer wie Swamiji Atmananda an meiner Seite zu wissen.

Voller Liebe und Dankbarkeit!

Bernhard Lohmann

Kriya Yoga Zentrum

Stolzenau / Deutschland



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 Yog Sandesh: kriyayogasandesh.com

English website: kriyayogajagat.com

For communication please mail to chandaditya@gmail.com