



Kriya Yog Sandesh

September 2012

श्रोत्रस्य श्रोत्रं मनसो मनो यद्वाचो ह वाचं

स उ प्राणस्य प्राणः चक्षुषश्चक्षुः ।

अतिमुच्य धीराःप्रेत्यास्माल्लोकादमृता भवन्ति ॥ १-२ ॥

Shrotrasya Shrotram Manaso Mano Yadvaachoha Vaacham

Sa Oo Praanasya Praanah Chakshyusachchakshyuh |

Atimuchya Dheeraah Preytyaasmaa Llokaadmrutta Bhabanti ॥ 1-2 ॥

ER, welcher das Ohr der Ohren, der Geist des Geistes und die Kraft der Sprache ist, ist auch die Energie des Lebens und das Auge des Auges. Jene, welche dies erkennen, die weisen Suchenden, geben ihre Selbst-Identifikation mit dem Verstand und den Sinnesorganen auf und werden unsterblich.

-Kenopnishad

Das richtige Verstehen der BHAGAVAD GITA -Teil 104

BOTSCHAFT VON PARAMAHANSA ATMANANDAJI

Liebe göttliche Freunde,
Pranams, ergebene und liebevolle Grüße.

Ich hoffe, ihr lebt euer Leben im richtigen Geiste und in der Gegenwart, jeden Moment davon. Das Leben soll gesund, glücklich, harmonisch, liebevoll und hilfreich gelebt werden, aber die tägliche Erfahrung zeigt, dass dies nicht so einfach ist. Trotz eurer besten Absichten geschehen die Dinge nicht immer so, wie ihr es geplant habt oder es erwartet habt. Wir sind den Aktionen, Interaktionen und Reaktionen unterworfen. Wir sind keine isolierte Einheit. Jedes Wesen, alles in der Schöpfung, ist ein Teil des kosmischen Ganzen. Das kosmische Ganze selbst wird von den kosmischen Löchern beeinflusst, allgemein bekannt als Schwarze Löcher. Diese Schwarzen Löcher sind direkte Instrumente von Zeit und Raum. Zeit und Raum, ewig wechselnd, sind ein anderer Ausdruck für Paraa Shakti oder Mutter Natur oder Paraa Praan oder Brahmam. Aber diese Zeit und Raum, die sich ewig zu verändern scheinen, sind selbst unter der Kontrolle des Höchsten, des Absoluten, des Ewigen, aus dem Inneren. Dieses absolute Ewige ist den Yogis als Sat Chit Ananda bekannt, Dieses Sat Chit Ananda ist das innere Selbst, die Seele, der Geist aller Wesen. Dieses persönliche Innere ist in Wahrheit das Eine, der innere Kontrolleur von allen Wesen und von Zeit und Raum.

Obwohl Es in jedem sterblichen Wesen wohnt, ist es selbst formlos, unsterblich und Alles durchdringend. Der spirituelle Suchende (Yogi) der dies erkennt, begibt sich jenseits allen Leides. Dies ist die wirkliche Kunst, das Leben auf die richtige Art und Weise zu leben und zu genießen. Um diesen Zustand zu erreichen, benötigt man drei Qualifikationen:

1. Einen gewissen Grad an Loslösung vom materiellen Leben.
2. Einen beachtlichen Grad von Selbstdisziplin und Kontrolle des Denkes und der Sinne.
3. Ernsthaftes Interesse und Liebe für das Innere Selbst.

In diesem 12. Kapitel der Bhagavad Gita, bekannt als Bhakti Yoga oder Yoga der göttlichen Liebe (innere Einheit) spricht Krishna über die nicht sinnliche, spirituelle Liebe, welche dem spirituellen Sucher Selbst- oder Gottesverwirklichung gibt und ein stressfreies, harmonisches Leben.

Qualitäten die Gott liebt: In den folgenden Versen spricht Krishna über Qualitäten, welche einen Anhänger zu Gottes Liebling machen.



अद्वेष्टा सर्वभूतानां मैत्रः करुण एव च ।
निर्ममो निरहंकारः समदुःखसुखः क्षमी ॥१२- १३॥

Adwaystaa Sarba Bhutaanaam Maitrah Karuna Eba Ch ।
Nirmamo Nirahankaarah Sama Duhkha Sukhah Khyami ॥12-13॥

अद्वेष्टा	Adwaystaa	Unvermögen zu hassen
सर्वभूतानां	Sarba Bhutaanaam	für alle Wesen, die ganze Schöpfung
मैत्रः	Maitrah	freundlich
करुणः	Karunah	mitfühlend
एव	Eba	sogar
च	Ch	und
निर्ममः	Nirmamah	ohne Gemeinheit
निरहंकारः	Nirahankaarah	ohne Egoismus
सम दुःख सुखः	Sama Duhkha Sukhah	gleichmütig in Sorge und Glück
क्षमी	Khyami	vergebend

Allgemeine Bedeutung:

Der, welcher nichts hasst, freundlich zu allen Wesen ist, der mitfühlend ist und der frei von dem Gefühl von Mein und Ich ist, gleichmütig in Sorge und Glück und vergebend.

Erklärung:

In diesem Vers spricht Krishna über die Qualitäten eines spirituellen Suchers, welche ihn zu Gottes Liebling machen.



संतुष्टः सततं योगी यतात्मा दृढनिश्चयः ।
मय्यर्पितमनोबुद्धिर्यो मद्भक्तः स मे प्रियः ॥१२- १४॥

Santustah Satatam Yogi Jataatmaa Dridha Nischayah ।
Majyarpita Manobudhirjyo Madbhaktah Sa May Priyah ॥12-14॥

संतुष्टः	Santustah	gesättigt, zufrieden
सततं	Satatam	immer, konstant
योगी	Yogi	Yoga Praktizierender
यतात्मा	Yataatmaa	selbst beherrscht, selbstkontrolliert
दृढ	Dridha	fest, stark

निश्चयः	Nischayah	Entschlossenheit, innere Überzeugung
मयि	Mayi	für mich
अर्पित	Arpita	hingebend, verehrend
मनोबुद्धि	ManoBuddhih	Vernunft, Intellekt
यः	Yah	welcher
मद्भक्तः	Madbhaktah	mein Verehrer, mein Anhänger
सः	Sah	er, jener
मे	May	für mich
प्रियः	Priyah	lieb

Allgemeine Bedeutung:

So ein Anhänger von mir, welcher immer zufrieden ist, fest eingefügt durch Yoga Meditation, mit voller Selbstkontrolle, starker Entschlossenheit und einem mir gewidmeten Geist und Intellekt, dieser Anhänger ist mir lieb.

Erklärung:

In diesen beiden Versen 13 und 14 des 12. Kapitels beschreibt Krishna die Qualitäten eines ernsthaften Yogis, Anhängers, welcher Gott lieb ist. Die höchste Form ist Einssein. Der Yogi Anhänger, mit diesen Qualitäten steigt über sein Ego und realisiert sein Einssein mit Gott. Solche Qualitäten können ohne volles Vertrauen, positive Einstellung, Weisheit und Liebe nicht erreicht werden. Tägliches, ernsthaftes und korrektes Üben von Kriya Yoga, unter der Leitung eines verwirklichten Meisters, hilft dem Anhänger diese Qualitäten und das Einsein mit Gott oder Selbstverwirklichung zu erreichen



यस्मान्नोद्विजते लोको लोकान्नोद्विजते च यः ।
हर्षामर्षभयोद्वेगैर्मुक्तो यः स च मे प्रियः ॥१२-१५॥

Yasmaanno Dwijatey Loko Lokaanno Dwijatey Ch Yah ।
Harsaamarsa Bhayodbeygairmukto Yah Sa Ch Mey Priyah ॥12-15॥

यस्मात्	Yasmaat	von welchem
न	Na	nicht
उद्विजते	Udwijatey	wird geplagt
लोकः	Lokah	die Welt, Leute
लोकत्	Lokaat	durch die Welt
न	Na	nicht
उद्विजते	Udwijatey	wird gestört
च	Ch	und
यः	Yah	welcher
हर्ष	Harsa	von Freude
अमर्ष	Amarsa	Sehnsucht
भय	Bhaya	Angst
उद्वेगै	Udbeygaih	Furcht
मुक्तः	Muktah	befreit

यः	Yah	welcher
सः	Sah	diese Person
च	Ch	und
मे	Mey	für mich
प्रियः	Priyah	liebste

Allgemeine Bedeutung:

Jene Person welche nie irgendjemanden in der Welt stört und welche sich nie von der Welt geplagt fühlt, und solch eine Person, die frei ist von den Reizen der Freude, frei von Sehnsucht, frei von Angst und Ärger, solch eine Person ist mir lieb.

Erklärung:

Krishna beschreibt die Qualitäten, die eine Person zu Gottes Liebling machen. Diese Person sollte frei sein von den Bindungen des Egoismus, welcher die Quelle vieler Übel ist, so wie mentale Aufregung, Eifersucht, Angst und Ärger.



अनपेक्षः शुचिर्दक्ष उदासीनो गतव्यथः ।

सर्वारम्भपरित्यागी यो मद्भक्तः स मे प्रियः ॥१२- १६॥

Anapey Khyah Shuchirdakhya Udaasino Gata Byathah ।

Sarbaarambha Parityaagi Yo Madbhaktah Sa Mey Priyah ॥12-16॥

अनपेक्षः	Anapeykhyah	der welcher gar keinen Mangel empfindet
शुचि	Shuchih	rein
दक्षः	Dakhyah	sachkundig
उदासीनः	Udaasinah	unabhängig
गतव्यथः	Gatabyathah	unbesorgt
सर्वारम्भ	Sarbaarambha	Sich als der Handelnde fühlen
परित्यागी	Parityaagi	Verzichter
यः	Yah	welcher
मद्भक्तः	Madbhaktah	mein Anhänger
सः	Sah	er
मे	Mey	für mich
प्रियः	Priyah	lieb

Allgemeine Bedeutung:

Wer nicht den Mangel von irgendetwas empfindet, welcher rein ist und sachkundig in seiner Arbeit, welcher unabhängig und unbesorgt ist, welcher frei ist von dem Gefühl in allem Tun der Handelnde zu sein, solch eine Person ist mir zugetan, ist mir lieb.

Erklärung:

In diesem Vers beschreibt Krishna einen Anhänger, der Gott lieb ist. Es ist interessant zu bemerken, dass Gott eine Person bevorzugt und mag, welche aktiv, energetisch, rein und sauber, innerlich und äußerlich, fröhlich, überhaupt nicht besorgt ist, die kein Verlangen nach Etwas hat aber ein Experte für seine Aufgaben ist und frei von persönlichem Egoismus.

Das Bild eines Anhängers, der nichts tut, gelegentlich und öffentlich Gottes Namen besingt mit vielen konfessionsbedingten Zeichnungen auf seinem Körper, oft mit besonderer Kleidung, das ist das bevorzugte Bild

der meisten Menschen. Solch eine Person mag gar nicht Gottes Liebling entsprechen. Dies ist klar nach diesem Vers, den vorherigen und den folgenden.



यो न हृष्यति न द्वेष्टि न शोचति न काङ्क्षति ।
शुभाशुभपरित्यागी भक्तिमान्यः स मे प्रियः ॥१२- १७॥

Yo Na Hrusyati Nadwesti Na Shochati Na Kaankhyati ।
Shubhaashubha Parityaagi Bhaktimaan Yah Sa Mey Priyah ॥12-17॥

यः	Yah	welcher
न	Na	nicht
हृष्यति	Hrusyati	jubeln vor Freude
न	Na	nicht
द्वेष्टि	Dwesti	hasst
न	Na	nicht
शोचति	Shochati	Sorgen
न	Na	nicht
काङ्क्षति	Kaankhyati	Sehnsucht
शुभ	Shubh	günstig gut
अशुभ	Ashubh	schlecht
परित्यागी	Parityaagi	Verzichter
भक्तिमान्	Bhaktimaan	voller Liebe
यः	Yah	welcher
सः	Sah	er
मे	Mey	für mich
प्रियः	Priyah	lieb

Allgemeine Bedeutung:

Die Person, welche sich bei Freude nicht zu sehr aufregt, nicht hasst, die kein Opfer von Angst oder Ärger ist, und nicht beeinflusst wird von Betrachtungen von Gut und Böse, die voller Liebe und Hingabe für Gott ist, solch eine Person ist mir lieb.

Erklärung:

Hier beschreibt Krishna noch einige Qualitäten einer Person, die sie Gott lieb machen. Die Person sollte frei von den emotionalen Exzessen sein, die für unspirituelle, weltliche Menschen natürlich sind, so wie starke Aufregung, Überreaktion, wie biologische, tierische Qualitäten wie Ärger, Feindseligkeit, Gier, ein Wertesystem basierend auf glücklich und unglücklich und ein Mangel an Verehrung und Hingabe an Gott. Die geistigen Menschen sollten Egoismus, Gedanken von „Ich und Mein“ überwinden und sich auf die Gnade Gottes verlassen.



समः शत्रौ च मित्रे च तथा मानापमानयोः ।
शीतोष्णसुखदुःखेषु समः सङ्गविवर्जितः ॥१२- १८॥

Samah Shatrou Ch Mitrey Ch Tathaa Maanaapamaanayoh ।

She Etosna Sukhaduhkhesu Samah Sanga Bibarjitah ||12-18||

समः	Samah	Ebenso
शत्रौ	Shatrou	zu Feinden
च	Ch	und
मित्रे	Mitrey	zu Freunden
च	Ch	und
तथा	Tathaa	auch
मानापमानयोः	Maanapamaanayoh	in Ehre und Schande
शीतोष्ण	Sheeta Usna	in Kälte und Hitze
सुखदुःखेषु	Sukhaduhkheysu	in Glück und Unglück
समः	Samah	so
सङ्गविवर्जितः	Sanga bibarjitah	Bindungen vermeiden

Allgemeine Bedeutung:

Diejenigen, die gleichmütig sind zu Feinden und Freunden und ebenso in Ehre und Schande, in Kälte und Hitze, in Glück und Unglück, die frei sind von Bindungen.

Erklärung:

In diesem Vers beschreibt Krishna noch einige Qualitäten, die eine Person Gott lieb machen.



तुल्यनिन्दास्तुतिर्मौनी सन्तुष्टो येन केनचित् ।
अनिकेतः स्थिरमतिर्भक्तिमान्मे प्रियो नरः ॥१२- १९॥

Tulyanindaastutirmouni Santusto Yeyna Kenachit । Aniketah Sthiramatih Bhaktimaan Mey Priyo Narah ||12-19||

तुल्यनिन्दास्तुतिः	TulyaNindaaStutih	Gleichmütig in Kritik und Lob
मौनी	Mouni	wer Stille übt
सन्तुष्टः	Santustah	die Zufriedenen
येन केनचित्	Yeyna Keyna Chit	ohne jedes Getue
अनिकेतः	Anikeytah	mit wenig Besitz, ohne Besitzgier
स्थिरमतिः	Sthiramatih	mit kühlem Verstand, feste innere Überzeugung
भक्तिमान्	Bhaktimaan	voller Hingabe
मे	Mey	zu mir
प्रियः	Priyah	teuer
नरः	Narah	Person, Mensch

Allgemeine Bedeutung:

Die Person, die gleichmütig ist in Kritik und Lob, die die innere Stille genießt, ohne jedes Getue ist, die keine Sinn der Besitzgier hat, die fest zu ihren inneren Überzeugungen steht und voller Hingabe ist, solch eine Person ist Mir lieb.

Erklärung:

In diesem Vers spricht Krishna über noch einige weitere Qualitäten einer Person, die Gott liebt. Die Person sollte ausgeglichen sein, von kühlem Verstand und Temperament, kein Verlangen nach irgendetwas haben, sie sollte frei sein von dem Denken an „Ich und Mein“, die unerschütterliches Vertrauen zu ihrer Beziehung zu Gott hat und frei von der Gewohnheit klatschsüchtiger und unnötiger Rede sein sollte, solch eine Person ist Gott lieb.



ये तु धर्म्यामृतमिदं यथोक्तं पर्युपासते ।
श्रद्धधाना मत्परमा भक्तास्तेऽतीव मे प्रियाः ॥१२-२०॥

**Yey Tu Dharmyaamritamidam Yathoktam Parjyupaasatey I
Shraddhadhaanha Matparamaa Bhaktaasteyatiba Mey Priyah ॥12-20॥**

ये	Yey	Wer immer
तु	Tu	wirklich
धर्म्यामृतम्	Dharmyaamritam	unsterbliche Verhaltenskodizes
इदम्	Idam	dies
यथा उक्तम्	Jathaa Uktam	wie unterrichtet
पर्युपासते	Parjyupaasatey	Übungen, Folgen
श्रद्धधानाः	Shraddhadhaanaa	mit Vertrauen und positiver Einstellung
मत्परमाः	Matparamaa	das Betrachten von mir als das Oberste
भक्ताः	Bhaktaah	Liebhaber
ते	Tey	sie
अतीव	Ateeba	sehr
मे	Mey	mir
प्रियाः	Priyah	teuer

Allgemeine Bedeutung:

Jene, die diesen ewigen, unsterblichen Verhaltens-Kodex mit positiver Einstellung und Vertrauen folgen und mich als das oberste Ziel und den höchsten Schutz betrachten und mir zugewandt sind, die sind mir am liebsten.

In diesen Versen beschreibt Krishna die Qualitäten und das Verhalten der Yogis, die Gott nahe und ihm lieb sind. Diese ganze Schöpfung folgt der Einheit und dem Einklang des kosmischen Lebens, folgt den kosmischen Gesetzen, wie vom höchsten Geist, Gott, bestimmt. Jene, die ihm ernsthaft folgen, werden eins mit dem kosmischen Geist, erheben sich über das biologische Ego, sie erkennen ihren Einklang mit den Höchsten und gehen über alle Relativität (Maayah) und alle Leiden hinaus.

ॐ तत्सदिति श्रीमद्भगवद्गीतासूपनिषत्सु ब्रह्मविद्यायां योगशास्त्रे
श्रीकृष्णार्जुनसंवादे भक्तियोगो नाम द्वादशोऽध्यायः ॥ १२ ॥

Om Tat Sat, Iti Srimadbhagbad Gitaasu Upanisadsu Brahma Vidyaayaam Yoga Shaastrey, Sri
Krisnaarjuna Sambaadey, Bhakti Yogo Naama Dwaadaso Addhyaah ॥ 12 ॥

OM, DAS IST EINZIGE WAHRHEIT. Auf diese Art enden die personalisierten geistlichen Lehren des Krishnas an Arjuna, die in der heiligen Yogaschrift berichtet werden, die als Yoga der göttlichen Liebe oder Bhakti bekannt sind.

Liebe göttliche Freunde,

Das Lesen und Nachdenken dieses spirituellen, erzieherischen Gesprächs zwischen Krishna und Arjuna, erhebt dich zu einem höheren, freudigeren Leben. Jedoch über seine Bedeutung zu meditieren, bringt dich näher zu Gott und hilft dir, deine Vollkommenheit zu erkennen, wenn du den obersten Geist oder Gott in dir und überall erkennst.

NAANYA PANTHAA BIDYATEY AYANAAYA

Es gibt keinen anderen Weg zu ewiger Freude und das höchste Licht des Wissens. Möge der höchste, freudige und liebende Geist dich segnen, leiten, schützen und inspirieren und alle deine Schwierigkeiten entfernen, die von der Unkenntnis über dein inneres, unendliches, unsterbliches Selbst kommen.

Demütig,
Paramahansa Atmanandaji

INSPIRATIONEN VON DER INNEREN, UNSTERBLICHEN UNENDLICHKEIT

YOG VEDANTA - UPANISHADS

KATHOPNISHAD

नाविरतो दुश्चरितान्नाशान्तो नासमाहितः ।
नाशान्तमानसो वाऽपि प्रज्ञानेनैवमाप्नुयात् ॥ १-२-२४ ॥

Naabirato Duscharitaannaashaanto Naasamaahitah ।
Naashaanta Maanaso Baapi Pragnyaaneyayina Maapnuyaat ॥ 1-2-24 ॥

Man kann die Seele nicht durch den Intellekt alleine erkennen, wenn man keine Kontrolle über seine Sinne hat, das Denken nicht geschult ist und nicht von schlechtem Verhalten abgesehen hat und keine Kontrolle über das Verlangen von Sinnesgenüssen hat.

Erklärung: Um den Geist oder die Seele zu realisieren, muss der Suchende üben, den Verstand zu schulen, das Verlangen nach Sinnesgenüssen überwinden, die Emotionen und die Sinne kontrollieren, muss sich Luxus und unmoralischer Führung und Tätigkeiten enthalten. Allein durch den Intellekt und Gelehrsamkeit kann man keine Selbsterkenntnis erreichen.

~*~

ASTABAKRA SAMHITA

कृतं न कति जन्मानि कायेन मनसा गिरा ।
दुःखमायासदं कर्म तदद्याप्युपरम्यताम् ॥१०-८॥

Krutam Na Kati Janmaani Kaayena Manasaa Giraa ।
Duhkhmaayaasadam Karma Tadaddyaa Pyuparamyataam ॥10-8॥

Seit sehr vielen früheren Geburten hast du schwere und unangenehme Pflichten und Arbeiten mit deinem Körper, deinem Verstand und deiner Sprache gemacht. Nimm dir eine Pause und reflektiere deshalb, zumindest heute (in dieser Geburt).

भावाभावविकारश्च स्वभावादिति निश्चयी ।
निर्विकारो गतक्लेशः सुखेनैवोपशाम्यति ॥११-१॥

Bhaabaa Bhaaba Bikaarascha Swabhaa Baaditi Nischayi I
Nirbikaaro Gatakleyshah Sukheynaibopa Shaamyati ||11-1||

Die Änderungen und Modifizierungen in den Formen von Existenz und Zerstörung sind die natürlichen Grundlagen der Dinge. Die Person, die dieses erkannt hat, genießt leicht Frieden und Ruhe. Sie ist nicht mehr gestört und besorgt. Sie wird von Leiden frei.

~*~

DIE BIBEL

Die Liebe hört niemals auf, wo doch das prophetische Reden aufhören wird und das Zungenreden aufhören wird und die Erkenntnis aufhören wird. Denn unser Wissen ist Stückwerk und unser prophetisches Reden ist Stückwerk. Wenn aber kommen wird das Vollkommene, so wird das Stückwerk aufhören. (1. Korinther 13, 8-10)

~*~

SANTH KABEER

Phooti Aankh Vivek Kilakhey Naa Sant Asant I
Jaakey Sang Dus Bis Haintaako Naam Mahant II

Die Person, deren Auge der Weisheit nicht offen ist, kann Heilige oder Unheilige nicht erkennen. Aufgrund ihrer Unkenntnis, sieht sie Personen, die immer zehn oder zwanzig Jünger haben, die sie als geistigen Meister betrachten.

Erklärung: Eine Person, die keine Weisheit oder unterscheidendes Wissen hat, ist leicht zu täuschen von jeder Person, die wenige Anhänger und Jünger hat und annimmt, dass sie ein geistiger Heiliger ist.

Kabeeraa Yah Tan Jaat Hai Sakey Tow Thour Lagaa I
Kai Seyvaa Kar Saadhuki Kai Govind Goonaa Gaa II

O' lieber Freund Kabeer, dieser Körper von dir geht beständig. Platziere ihn in die richtige Spur. Sonst wird dein ganzes Leben vergeudet. Mache richtige Verwendung dieses degenerierenden Körpers durch das Dienen von Heiligen und Seligen und das Singen des Namen Gottes und das Meditieren über ihn.



KRIYA YOG CENTER NEWS

Hamburg and Braunlage (Harz), Germany, Europe:

Vom 16.8. bis 26.8.2012 besuchte Paramahansa Swami Atmananda die Kriya Yoga Gruppen in Hamburg und Braunlage in Deutschland. Die Yogalehrer Christa Dittrich und Olaf Wendelken organisierten mit ihren Teams Workshops mit Einweihungen, Gruppenmeditationen und leckerem Essen an den beiden Wochenenden. Es fanden täglich Meditationen für den 1. Kriya und für höheren Kriya statt, so dass viele ihr Versprechen der Einweihung erfüllen und zweimal täglich Kriya üben und die Segnungen und Energetisierung des Meisters erleben konnten.

Mit den Spenden der Mitglieder ist es möglich, einen Beitrag zu den Reisekosten unseres Lehrers zu leisten. Was darüber hinausgeht, unterstützt die Arbeit in Indien und kommt seinen sozialen Projekten zugute. Damit wird

auch das zweite Versprechen, täglich Wohltätiges zu praktizieren ermöglicht. Hierfür danken wir allen Spendern und Teilnehmenden sehr herzlich, denn es ermöglicht auch, dass Paramahansa Swami Atmananda voraussichtlich in der 2. Aprilhälfte 2013 wieder nach Deutschland kommt, um uns zu inspirieren, um uns die Techniken zu lehren und um uns zu Spiritualität und Gottesverwirklichung zu leiten.

Wir haben in der Initiation weiterhin versprochen, dass wir die persönlich tradierten Techniken nicht weitergeben dürfen. Wir können aber darüber reden, dass uns Kriya Yoga gut tut, wir uns gelassener und fröhlicher fühlen und mit den Schwierigkeiten und Sorgen des Lebens leichter umgehen können. Wir werden innerlich ruhiger und erkennen die Wundertaten und Hilfen Gottes besser, da sich unsere Intuition weiter entwickelt. All dies konnte in den gemeinsamen Meditationsstunden erfahren und ausgedrückt werden. Viele Fragen an den Meister zu Yoga im Allgemeinen und Kriya Yoga im Besonderen wurden gestellt und beantwortet.

Kriyabans aus Deutschland, Friesland, Österreich, Niederlande und China machten die Kriya-Yoga-Tage international. Sie kamen um praktische und spirituelle Führung durch Paramahansa Swami Atmananda zu erhalten. Soweit erforderlich wurden die Meditationen aus dem Englischen ins Deutsche übersetzt, dafür danken wir den Übersetzern, wie auch allen Anderen, die zum Gelingen und Erfolg der Programme beigetragen haben.

Für seine weitere Reise wünschen wir Paramahansa Swami Atmananda Gesundheit, ein langes Leben und alles Gute.

KRIYA YOG DHYANA KENDRA, ROURKELA, ODISHA INDIA:

Kriya Yoga Dhyana Kendra, Rourkela is situated at the tribal belt of Jagda, Jhirpani, Rourkela. The Kendra is functioning very sincerely with utmost serenity. Regular morning prayers starts at 5.30 AM followed by Bhagbat Gita path & Purana Purusha read by Yogacharyas and disciples followed by guided group meditation, guided by Yogacharyas. After meditation, special worship of God and Gurus is done. In the evening, the same routine is followed by group meditation guided by Yogacharyas.

Free medical Clinic is done twice in a week (Sundays and Wednesdays). Renowned doctors from Rourkela like Dr. Bansal Baba, Dr. Sanjeeb Das Baba, Dr. Niyati Swain Ma and Dr. Santanu Jena Baba from Bhawanipatna and many other Doctors give their free service for this charitable medical clinic, catering to the dire health needs of thousands to tribal people who come from nearby villages walking many a mile. Many visitors from far and near came to visit ashram and also contact for initiations. The Kendra is being ably managed by all Kriyabans specially Benu Baba, Rout Baba, Saha Baba, Jena Baba, Sahoo Baba and Ma, Praharaj Baba and Ma, Pujari Baba and Ma, Bansal Baba and Ma, Ramesh Baba, Shankar Baba, Panda Baba, Pradhan Baba, Tripathi Baba and many other Kriyabans.

KRIYA YOG DHYANA KENDRA, BHAWANIPATNA, ODISHA INDIA:

Kriya Yog Dhyana Kendra Bhawanipatna, in the district of Kalahandi, in the State of Odisha is in the process of growing leaps and bounds as a nodal point of spiritual development, social development and Kriya Yog practice, preaching and propagation for the entire region with the able management of Umesh Baba and Ma, Rao Baba and Ma, Panchanan Baba and Ma, Sunil Baba, Dr. Jena Baba, Kamala Kanta Baba and many other Kriyabans.

Daily Guided Group Meditation with prayers morning and evening is being religiously practiced. Dr. Jena Baba and Kamala Kanta Baba take special care to conduct it. Kriyabans from nearby places also come and join frequently.

Construction of the New Meditation Hall is in its final stages. Except for the flooring and fittings, all other works are almost complete. With the blessings of God and Gurus, in all likelihood the Annual Function of the center will be held in the New Meditation Hall, on the 10th and 11th of November, 2012.

All are requested to donate generously for this benevolent work. We further appeal to all KRIYABANS to give their helping hand for the noble cause

ATMANANDA INSTITUTE FOR HIGHER KRIYA YOGA, DETROIT, USA:

During the month of August, the institute organized two guided meditation sessions - one in the city of Rochester Hills and another in the city of Novi.

GREATER ATLANTA KRIYA YOG, ATLANTA, USA:

Regular group meditations are followed by Bhagavad Geeta readings every Sunday 5 PM.

APPEAL

AN APPEAL FOR THE DONATION FOR THE CONSUTRUCION OF MEDITATION HALL KRIYA YOGA DHYANA KENDRA (MEDITATION CENTRE) KALAHANDI, BHAWANIPATNA

Kriya yoga Dhyana Kendra, Kalahandi, Bhawanipatna having Regd. No. 249/6-86-87 came into existence in the year 1986. This Dhyana Kendra (Meditation Centre) is dedicated to the spiritual upliftment of the whole mankind along with physical fitness through regular practice of Yoga in general and KRIYA YOGA in particular . This centre is one of the important sources of inspiration of a number of Kriya yoga Kendra's of Orissa, India, U.S.A, Germany, Indonesia and Canada etc. With the grace and guidance of His Holiness Gurudev Paramahansa Atmanandaji, this Dhyana Kendra has the honor of training many Yogacharyas with the blessings of Gurudev. By now, there are thousands of Kriyabans initiated from this meditation Centre who are practicing and spreading the message of KRIYA YOGA throughout the length and breadth of the world.

WITH DUE PERMISSION OF GURUDEV, A PERMANENT MEDITATION HALL HAVING SIZE OF 85'X35' WITH AN ESTIMATED COST OF APPROXIMATELY RUPEES FIFTEEN LAKHS HAS TO BE CONSTRUCTED TO ACCOMMODATE THE INCREASING NUMBER OF KRIYABANS.

Hence, on behalf of the Kriya Yoga Dhyana Kendra, Kalahandi, we are cordially awaiting for your benevolent and generous help for the noble cause.

Thanking you, yours in divine friendship
Umesh Chandra Panda
For ORGANISING COMMITTEE

Donors within India may donate through Cheque/Draft in favor of "KRIYA YOGA DHYANA KENDRA, KALAHANDI" and send to the address "Kriya Yoga Dhyana Kendra, Bahadur Bagicha Para, Bhawanipatna 766001, Dist Kalahandi, Orissa"

Donors from outside India may send their donations through Cheque/Draft in favor of "ATMANANDA INSTITUTE OF HIGHER KRIYA YOGA" and the address is "34600 Quaker Valley Rd, Farmington Hills, MI 48331".

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
	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	
	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@ivrinfra.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@csdcscsystems.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@kabelbw.de
Netherlands	Amsterdam	Ronald Moester	rmoester@xs4all.nl
	Rotterdam & Syndham	Prem Shankar, Roshni	e_p_shankar@yahoo.com
Indonesia	Jakarta	K.H. Sivasubramanian	shiva47@gmail.com
		L. J. Kumar	ljkumar@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.