



b a b a j i ' s k r i y a y o g a j o u r n a l

Deutsche Ausgabe

In dieser Ausgabe

1. Leitartikel: Unsere innerliche Öffnung für das Göttliche von M. G. Satchidananda
2. Liebst du Gott? oder wie man verhindert, dass die eigene Yogap von M. G. Satchidananda
3. Acharya Skandavel (Ed Nichols): Ein Profil
4. News und Notizen

erscheint einmal pro Quartal

Herausgeber:
Babaji's Kriya Yoga
and Publications, Inc.
196 Mountain Road · P.O.Box 90
Eastman Quebec Canada J0E 1 P0
tel +1-888-252-9642
oder +1-450-297-0258
fax +1-450-297-3957
www.babaji.ca · journal@babaji.ca

Deutsche Ausgabe:
Babaji's Kriya Yoga Deutschland
www.babaji.de · info@babaji.de

1. Leitartikel: Unsere innerliche Öffnung für das Göttliche von M. G. Satchidananda

Wie können wir uns im Alltag für die richtige Handlungsweise entscheiden? Wie können wir das Drängen unseres Egos von dem unseres höheren Selbst unterscheiden? Wie können wir die Klarheit des Geistes entwickeln, die es uns erlauben wird, von dem Geliebten, dem Herrn, dem Göttlichen geführt zu werden?

Als Yoga Sadhaks, die sich einer Sadhana widmen, einer vorgegebenen Reihe an Übun-

gen, die uns zu Selbsterkenntnis führen wird, werden wir oft mit Fragen wie den obigen konfrontiert, besonders wenn wir vor Problemen und Herausforderungen stehen, für die es keine offensichtlichen Lösungen gibt. Wir werden uns des Durcheinanders an Emotionen und Wünschen in unserem vitalen Körper bewusst und, wie sie unser Denken und unsere Entscheidungen lenken, nicht auf intelligente Art und Weise, sondern gesteuert durch

tiefsitzende Gewohnheiten. Was machen Sadhaks deshalb? Wer wird uns an unser Ziel führen?

Hierin liegt die wichtige Rolle, die der *Vijnana Maya Kosha* oder intellektuelle Körper spielt und insbesondere dessen höherer Anteil, der als das "seelische Wesen" bezeichnet wird, welcher vermittelt oder unserer Seele eine Stimme verleiht, dem *Ananda Maya Kosha* oder spirituellen Körper. Die Wissenschaft des Yoga bezieht sich von alters her auf die fünf Koshas oder Körper: physisch, vital, mental, intellektuell und spirituell. Sie sind wie Energiehüllen, eine jede mit ihrer eigenen Frequenz, Dichte und charakteristischen Regungen. Das seelische Wesen ist dieser leuchtende Vertreter des Göttlichen in jedermanns Herzen, der uns in jeder Situation versucht zu führen und zu warnen, aber gewöhnlich hinter den dicken Schleieren der unwissenden und dichteren Hüllen unserer subtilen Anatomie verborgen ist. Folglich kann es die Person nicht führen, bis und außer wenn es in den Vordergrund des Bewusstseins des Sadhaks gelangt, wo es zu dem ständigen Wegweiser werden kann.

Bis oder außer wenn das seelische Wesen in dem Sadhak erwacht, ist sein Einfluss durch die Unwissenheit unserer niederen, menschlichen Natur begrenzt. Gelegentlich kann es auf Entscheidungen in niedriger, nützlicher Dosis einwirken, agiert aber immer hinter den dicken Schleieren unserer unwissenden, gewohnheitsgesteuerten, menschlichen Natur. Aber wenn im Verlauf die zunehmende Hingabe des Willens und Wesens des Sadhaks an das Göttliche einen gewissen Punkt erreicht hat, tritt es in den Vordergrund des eigenen Bewusstseins und führt den Sadhak direkt und ohne Fehler hin zu der Wahrheit, dem Guten und Schönen. Es spricht jedes Mal Warnungen aus, was gemieden werden sollte, und Führung, was getan werden sollte. Das seelische Erwachen ist ein entscheidender Schritt in dem Leben eines jeden Sadhaks, da es dem heilsamen Einfluss des inneren Gurus, Babaji erlaubt, sich zu manifestieren.

Als Kriya Yoga Sadhaks sind wir bei jeder Einweihung in verschiedene Techniken eingeführt worden, die uns dabei helfen, dieses

seelische Erwachen und eine Verbindung mit unserem geliebten Satguru Babaji zu entwickeln: in der ersten Einweihung gibt es *Babaji Samyama Kriya*, das siebte Dhyana Kriya; in der zweiten Einweihung sind es die Mantras, besonders jene unseres *Ishtadevata* oder unserer favorisierten Vorstellung des Herrn, sowie das Mantra Yagna selbst; in der dritten Einweihung gibt es gegen Ende der Serie der 144 Kriyas das *Shivalinga Veerashiva Dhyana Kriya*, und das *Vijnana Babaji Darshan Kriya*, und die 18 Siddha Dhyana Kriyas. Alle diese beinhalten das Hören auf die Stimme des seelischen Wesens.

Durch die Praxis einer Yoga Sadhana beginnt ein langer Prozess der Reinigung, wodurch dieses Erwachen des seelischen Wesens sich in unserem Inneren ereignen kann. Die verschiedenen Kriyas, die in Babaji's Kriya Yoga gelehrt werden, haben als ihre initialen Ziele: (a) die Heilung und Entspannung des physischen Körpers, (b) die Öffnung der feinen Energiekanäle und das allmähliche Erwachen der Kundalini Energie in dem vitalen Körper, (c) die Beruhigung des vitalen und mentalen Körpers und die Reinigung des Unterbewusstseins. Damit einhergehend muss eine zunehmende Fähigkeit der Konzentration und der Ausübung der eigenen bewussten Willenskraft entwickelt werden. Außerdem werden die Öffnung des eigenen Herzens für bedingungslose Liebe und die fortschreitende Hinwendung zu dem Göttlichen als wesentliche Bestandteile der Kriya Yoga Praxis gefördert.

Man sollte verstehen, dass wir als Kriya Yoga Sadhaks nicht nach übersinnlichen Kräften streben. Die Erweckung des seelischen Wesens hat einen weitaus erhabeneren Sinn: vollkommene Hingabe an das Göttliche. Um diesen höchsten Sinn in der Erweckung des seelischen Wesens zu verstehen, ist es vielleicht am besten, die Stufen dieses Prozesses in umgekehrter Reihenfolge, beginnend mit der Endstufe, die das Ziel eines integralen Yogas, wie Babaji's Kriya Yoga, darstellt, zu beschreiben.

1. *Soruba Samadhi*, oder in den Worten Sri Aurobindos die supramentale Transformation des Wesens und des Naturells ist das höchste Ziel.

2. diesem muss eine lange Phase der Transformation vorausgehen, die (a) damit beginnt, dass die gewöhnlichen, egoistischen Sichtweisen der Dinge und Motive durch ein inneres yogisches Bewusstsein ersetzt werden, und sich dann (b) vertieft durch die Aufdeckung unseres verschleierten seelischen Wesens und seines Lichts und durch seine Führung, unter der unsere inneren und äußereren Anteile beseelt werden, indem alle Regungen des physischen, vitalen und mentalen Körpers in bewusste Werkzeuge der Seele verwandelt werden; und schließlich (c) unser Wesen mit einem göttlichen Licht, einer göttlichen Kraft, Reinheit und einem göttlichen Wissen erfüllt, wodurch sich das Ego auflösen, das Selbst verwirklichen und man einen Geist, ein Herz, eine Lebenskraft und ein physisches Wesen von universaler, spiritueller Qualität erlangen wird.
3. dies kann aber nur geschehen, nachdem das seelische Wesen erweckt worden ist und in dem äußerlichen Feld des Lebens und Bewusstseins des Sadhaks aktiv geworden ist:
4. dieser seelischen Erweckung muss jedoch eine Sadhana vorausgehen, die das Bewusstsein des Sadhaks nach innen auf sich selbst wendet, wo man das innere Zentrum, die Stimme der eigenen Seele findet und mit ihr kommuniziert;
5. und diese innerliche Sadhana kann nicht stattfinden, bis die mentalen und vitalen Regungen des Sadhaks beruhigt, besänftigt und von den Erscheinungsformen des Egos gereinigt worden sind.

Dieser lange, schwierige Weg der Transformation unserer menschlichen Natur ist voller Hindernisse und Fallen, die einem das Ego stellt, und deshalb muss der Sadhak wachsam sein und sich ununterbrochen in Urteils- und Willenskraft üben. Als Sadhaks von Babaji's Kriya Yoga streben wir nicht danach, der Welt und unserer menschlichen Natur zu entfliehen, noch danach, die Augen davor zu verschließen, und auch nicht danach, sie als Illusion abzutun. Andere spirituelle Zweige machen dies vielleicht, besonders wenn ihr Ziel auf die Befreiung aus dem Kreislauf von Geburt und Tod oder das Errei-

chen einer Art Himmel beschränkt ist. Dabei wird gewöhnlich eine Kluft zwischen dem Leben in der materiellen Welt und in der spirituellen Dimension erzeugt. Dies führt in den meisten Fällen zu einer Abkehr von einer Beteiligung an der Welt.

Aber durch das Streben nach der Erweckung des seelischen Wesens erhält der Sadhak auf folgende Art und Weisen Unterstützung:

1. reine Liebe und die Hingabe an das Göttliche nehmen zu;
2. man spürt die unentwegte Präsenz des Göttlichen, formlos oder in der Form des eigenen *Istadevata*;
3. man empfängt mit Gewissheit die inneren Ahnungen und äußerlichen Zeichen dafür, was zu tun ist;
4. eine Beruhigung, Stillwerdung und Reiningung des Geistes und vitalen Körpers;
5. die niederen Anteile der eigenen Natur wenden sich von ihren ehemaligen Beschäftigungen ab und hin zu einem höheren, spirituellen Bewusstsein und den erhabenden Qualitäten der Liebe, Schönheit, Wahrheit, Weisheit;
6. man erfährt die liebliche Freude der Seele in mitten der disziplinierten Praktiken;
7. man wird gewarnt vor unerwünschten, egoistischen Impulsen und erkennt diese als fremde Eindringlinge und nicht als Teile von einem selbst; folglich wird es für einen verhältnismäßig einfach, sie abzuweisen.

Die Bedeutung dieser Unterstützung ist nicht zu unterschätzen. In den Worten Sri Aurobindos:

„Jemand kann Yoga praktizieren und Erhellungen des Geistes und des Verstandes erfahren; jemand kann Stärke erlangen und in aller Art von Erfahrungen des vitalen Körpers schwelgen; man kann sogar überraschende physische Siddhis ausbilden; wenn sich aber die wahrhafte Kraft der Seele dahinter nicht manifestiert, wenn die Natur der Seele nicht in den Vordergrund tritt, hat man nichts Echtes geschaffen.“ (*Letters on Yoga*, S. 1095)

Genauso wie die Seele und ihr Instrument, das seelische Wesen, die Vertreter des Göttli-

chen in uns sind, sind sie auch die Instrumente der Göttlichen Gnade, die immer dazu bereit sind, uns zu führen und zu unterstützen. Ob wir ihre Unterstützung und Führung empfangen, hängt ganz von uns selbst ab, von unserer vorhandenen oder fehlenden Resonanz. Die große Tragödie der Menschheit ist, das wir es normalerweise versäumen, darauf einzugehen. Sogar wenn man es tut, z.B. durch ein Gebet, verdrängen für gewöhnlich Zweifel und persönliche Vorlieben das Vertrauen darauf, dass das Göttliche es am besten weiß und für das Ergebnis sorgen wird, welches für unser Wachstum als verkörperte Seelen wirklich erforderlich ist.

Um die Techniken von Babaji's Kriya Yoga geschickt für die Aufdeckung des seelischen Wesens und sein Hervortreten als Lenker unserer Natur anzuwenden, müssen wir verstehen und anerkennen, von welcher Wichtigkeit es

ist, die mentalen und vitalen Regungen zu beruhigen, sowie den Verstand zu benutzen, der danach strebt, die Wahrheit zu verstehen und den Göttlichen Willen zu erkennen. Wir können nicht erwarten, die Andeutungen unserer Seele durch ihren Vertreter, das seelische Wesen, wahrzunehmen, wenn unser Geist und unsere Emotionen in Aufruhr sind. Die Vorlieben und Gewohnheiten des Geistes, der vitalen und physischen Natur verzerrn für gewöhnlich den Einfluss des Seelischen und bewirken, dass er verloren geht. Das Licht des Seelischen in dem Zentrum unseres Wesens wird verdeckt durch eine Flut an Wolken, die von unserer niederen menschlichen Natur erzeugt wird. Die Techniken, die in der ersten Einweihung gelehrt werden, werden allmählich das Hervortreten des seelischen Wesens ermöglichen, wenn man sie regelmäßig und mit vollem Verständnis dieser

Ziele praktiziert. Sie erzeugen Ruhe, Entspannung, vermehrte Energie und gesteigertes Wohlbefinden in den physischen, vitalen und mentalen Dimensionen unserer Existenz. Wenn wir das vierte Dhyana Kriya, Arupa Dhyana Kriya auf Fragen, Probleme oder Belange anwenden, wird unser Intellekt, der *Vijnana Maya Kosha*, zu einem großartigen Instrument unseres wahren Selbst, unserer Seele, und die Führung, nach der wir suchen, wird sich einstellen. Zusammen helfen all diese Kriyas dabei, die Aufregung des Geistes zu beruhigen und den Einfluss seiner gewohnheitsmäßigen Regungen und Vorlieben aufzuheben.

„Reinheit, schlichte Aufrichtigkeit und die Fähigkeit zu einer egolosen, unverfälschten Selbstingabe ohne Anspruch oder Verlangen sind die Bedingung für eine vollständige Öffnung des seelischen Wesens“

Shri Aurobindo: Letters on Yoga, S. 1099

Sobald diese verwirrten Regungen neutralisiert sind, wenn unsere Vorlieben und Abneigungen nachlassen, wird man beginnen, zu erkennen, dass das Seelische viele Hinweise, was zu tun und was zu vermeiden ist, an das äußere Bewusstsein des Sadhaks aussendet. Dies sind

nicht lediglich die Erinnerungen bestimmter moralischer Ermahnungen. Sie sind das Ergebnis einer Sensibilität für alles, was gut, wahr, schön, freundlich und erhebend ist. Man beginnt nach diesen Dingen zu dürsten und wendet sich von allem ab, was ihre Gegenwart beschränkt oder verwehrt.

Man muss es vermeiden, den Fluss der Botschaften von dem Seelischen durch Zweifel, Fragen und Debattieren und Angst zu unterbrechen. Wenn man keine Botschaften erhält, liegt es entweder daran, dass keine ausreichende geistige und vitale Stille vorhanden ist, oder daran, dass sie den Wünschen und Vorlieben zuwiderlaufen, an denen man noch festhält. Man muss sich das Göttliche um Seines selbst willen wünschen, und nicht aufgrund dessen, was es einem geben könnte. Man muss ausschließlich das wollen, was das Göttliche will. Man muss lediglich danach

streben, das zu wissen, von dem das Göttliche will, dass man es weiß. Nur dann kann man frei von Vorlieben, der Krankheit des Egos, sein. Außerdem können sich die Botschaften aufgrund der folgenden Mängel nicht einstellen: Egoismus, Begierde, Ehrgeiz oder irgendeiner anderen Schwäche, die zu stark ausgeprägt ist; mentale Verwirrung; ein Mangel an Lebenskraft oder ein fehlender ausgleichender Gebrauch von ihr; übertriebene Selbstsicherheit des Verstandes, in seinem eigenen, kleineren Licht zu handeln. Falls derartiges vorhanden ist, muss man sich zuerst darum bemühen, es zu beheben, mit aufrichtiger Selbsterforschung und der geschickten Anwendung von Babajis Kriya Yoga.

Kurz gesagt sind die positiven Charaktereigenschaften, die das Hervortreten des seelischen Wesens fördern werden, in den Worten Sri Aurobindos: „Reinheit, schlichte Aufrichtigkeit und die Fähigkeit zu einer egolosen, unverfälschten Selbstingabe ohne Anspruch oder Verlangen sind die Bedingung für eine vollständige Öffnung des seelischen Wesens (Letters on Yoga, S. 1099).“

Wenn man diese Voraussetzungen mit Streben nach dem Göttlichen, im Glauben an das Göttliche und seine Gnade erfüllt, anstatt sich einfach nur auf seine eigenen Anstrengungen zu verlassen, wird das seelische Wesen hervortreten. Man kann sein Hervortreten

anhand der folgenden Anzeichen erkennen: bedingungslose Freude, ein Gefühl, dass das eigene Leben fortwährend in Weisheit voranschreitet, Unterscheidungskraft, welche die Regungen des Geistes und des vitalen Körpers lenken kann, Vertreibung von Stimmungen wie Entmutigung, ein wachsendes Vertrauen in das Göttliche und seine Weitsicht, Liebe, die universell ist, Großzügigkeit gegenüber anderen, ein Verschwinden von Hass und Reizbarkeit; Schwierigkeiten werden zu Möglichkeiten, sich der Quelle innerer Führung zuzuwenden und Gnade zu empfangen.

Wenn das seelische Wesen, der Vertreter der Seele, in den Vordergrund des eigenen Bewusstseins tritt, ist es dazu fähig, uns alles an unserer Natur zu enthüllen, das der Wahrheit, dem Guten, dem Schönen widerstrebt, und uns hin zur Freude, dem Licht, der Liebe zu führen und sie für die anschließenden Stufen, wie oben beschrieben, vorzubreiten. Wie viel Zeit dies in Anspruch nehmen wird, ist abhängig davon, wie viel an Widerstand und Dunkelheit in uns vorhanden ist. Demnach wird die Erweckung des seelischen Wesens und die Erfüllung unseres spirituellen Potentials letztlich nicht dadurch bestimmt, wie viel wir wissen, noch dadurch, wie gut wir eine Asana ausführen oder gar, wie gut wir uns konzentrieren oder meditieren können. Mehr als alles andere ist es die Aufrichtigkeit unseres Strebens nach dem Göttlichen.

2. Liebst du Gott?

oder wie man verhindert, dass die eigene Yogapraxis zu einem Egotrip wird

von M. G. Satchidananda

Wenn ich in Babajis Kriya Yoga Eingeweihte frage: „Liebst du Gott?“, werden die meisten von ihnen dies bejahen, besonders wenn sie mit „Gott“ irgendeine persönliche oder nicht persönliche Vorstellung eines

Höchsten Wesens meinen. Die eigene Lieblingsvorstellung von „Gott“ wird in Indien *Ista devata* genannt. Zum Beispiel ersetzen viele Leute das Wort „Gott“ durch „Jesus“, „Buddha“, „Allah“, „Jehovah“, „Shiva“,

„Krishna“ oder einen Avatar wie Babaji. Andere haben die Vorstellung, dass Gott der unpersönliche Brahma oder „Höchstes Licht der Gnade“ oder absolute Sein-Bewusstsein-Glückseligkeit (Satchidananda) ist. Wenn ich dann frage, woher sie wissen, dass sie Gott lieben, werden sie zur Bestätigung ihre regelmäßigen Gebete nennen oder Pujas, Mantra Japa, Meditationen, yogische Sadhana, das Lesen spiritueller Bücher, die Freude an Diskussionen über das Göttliche und spirituelles Leben, die Bilder von Gott auf dem eigenen Altar oder das Chanten von Kirtans, allein oder in einer Gruppe.

Beweisen diese Aktivitäten, dass man Gott liebt? Nicht unbedingt. Wenn sie vom Schatten des Egos eingefärbt sind, als „meine“ Yoga Sadhana, „meine“ Verwirklichung, „meine“ Anstrengungen oder „meine“ spirituelle Entwicklung, dann kann man nicht in echter Liebe für das Göttliche wachsen. Man kann sich nicht hingeben, wenn persönliche Wünsche, Ehrgeiz, Angst, egoistische Forderungen und psychische Zwänge sich als anständige oder yogische Aktivitäten tarnen. Yoga zu üben und Gefühle von Schuld, Unzulänglichkeit, Alleinsein oder übertriebene Selbstkritik zu überwinden sind lediglich als hilfreiche Mittel zur persönlichen Entwicklung anzusehen. Dies wird oft, insbesondere in psychotherapeutischen Zirkeln als „Selbst-Liebe“ bezeichnet. In den Zirkeln der transpersonalen Psychotherapie gibt es den Spruch, dass man „bevor man sein Ego überwinden kann, dieses erst einmal aufbauen muss“. Das bedeutet, dass man ohne ein gewisses Maß an Selbstvertrauen nicht hoffen kann, die vielen Seiten des Egoismus zu meistern und letztlich zu überwinden. Deswegen sind Kurse zur „persönlichen Entwicklung“, die „Selbst-Liebe“, „persönliches Wachstum“ und das Überwinden negativen Denkens und negativer Gewohnheiten für viele Leute notwendige Vorbereitungen, bevor sie sie wirklich auf einen spirituellen Weg begeben können. Andernfalls kann man sich selbst täuschen und denken, dass die eigenen spirituellen Übungen tief sitzende Neurosen, schlechte Gewohnheiten und negatives Denken auflösen werden.

Also, wenn Methoden für „Selbst-Liebe“ oder „persönliches Wachstum“ dir vielleicht

helfen, als Person zu wachsen und dir vielleicht sogar das notwendige Selbstvertrauen und andere Charaktereigenschaften geben, um den spirituellen Weg einzuschlagen, wenn das Ego beteiligt ist, verschwindet die Liebe zum Göttlichen, unabhängig von der Aktivität. Denn wenn wir lieben, geben wir und wenn wir das Göttliche lieben, geben wir uns selbst, ganz und gar. Wenn nicht, wird die eigene Yoga-Praxis oder jede Methode für persönliches Wachstum zu einem Mittel, etwas Begrenztes zu erreichen, wie einen gesunderen, attraktiveren Körper oder einen ruhigeren, weniger neurotischen Geist. Schlimmstenfalls wird das Üben von Yoga zu einer Quelle von Stolz, der Rechtfertigung zu denken, man sei anderen überlegen, kurz gesagt ein weiterer Ego-Trip. Deshalb müssen wir einen Weg finden, die begrenzte Sichtweise zu überwinden, die das Ego vom Gebrauch von Yoga hat.

Wie kann man die Selbst-Liebe des Egos überwinden? In seinen „Briefen über Yoga“ schreibt Shri Aurobindo auf Seite 1372:

„Das Gegenmittel ist, ständig an das Göttliche zu denken, nicht an sich selbst, für das Göttliche zu arbeiten, zu handeln und Sadhana zu praktizieren; nichts zu fordern, sondern alles auf das Göttliche zu beziehen.“

Solange man denkt, dass der Grund für das eigene Leben hauptsächlich darin besteht, nach Freude zu streben und Schmerz zu vermeiden, oder den ständigen Hunger des Vitalkörpers nach der nächsten neuen Erfahrungen zu erfüllen, wird die magnetische Zugkraft des Egoismus hin zu den Objekten des Verlangens die besten Absichten überwinden. Selbst-Liebe manifestiert sich je Minute in vielfältiger Art und Weise mit großen und kleinen Vorlieben und Forderungen. Unser emotionales Wesen gelangt sehr leicht unter ihren Einfluss, was zu Täuschung und Fehlern führt. Nachdem sie unseren Verstand und unser Herz getäuscht hat, greift sie unseren Willen an, der sein wahres Ziel vergisst. Daraus können Zweifel entstehen, ob man auf seinem spirituellen Weg fortfahren kann und man denkt vielleicht, dass nur die Realitäten der materiellen Welt wirklich existieren. Unsere moderne Zivilisation bestärkt ständig diese Vorstellung, wie auch die Werte und

Urteile unserer Familie, unserer Freunde und Kollegen.

Aber wenn wir uns erinnern, dass der Hauptgrund unseres Lebens darin besteht, sich dem Göttlichen vollständig hinzugeben, und Seine perfekten Instrumente zu werden, werden wir bedingungslose Freude, Ananda, finden, die unabhängig ist von dem Auf und Ab des Vital- und Mentalkörpers. Mit den Worten der Mutter: „Nicht an sich selbst zu denken, nicht für sich selbst zu existieren, nichts auf sich selbst zu beziehen, nur an das zu denken, was in höchstem Maße schön, leuchtend, voller Freude und Kraft, mitführend und unendlich ist – darin liegt eine derartig tiefgründige Freude. Nichts ist damit vergleichbar.“ (Fragen und Antworten Teil 3, S. 269). Dann ersetzen wir die egoistische Sichtweise, die sich ständig um meinen Körper, meinen Verstand, meine Wünsche, meine Ängste, meine Erinnerungen und meine Erfahrung dreht, durch die Sichtweise des wahren Selbst, der Seele, dem Zeugen der ein winziger Teil des Göttlichen ist.

Für die meisten ist die einfachste Art, Liebe für das Göttliche zu entwickeln, es sich als Person mit welchem Namen auch immer vorzustellen. Dies ist der Weg des *Bhakti Yoga*. Liebe setzt zweierlei voraus: den Liebenden und den Geliebten. Deshalb ist es im Allgemeinen leichter Liebe zu geben, wenn der Geliebte der Herr, das Göttliche, Jesus, Krishna, Shiva oder wer auch immer ist, als wenn es sich um unpersönliche Wahrheit, Eins sein oder Licht handelt. Aber wenn man reifer wird, verschmelzen der Liebende und der Geliebte, wie es im *Tirumandiram* aus-

gedrückt wird: (die Seele und Gott...) „sie sind nicht zwei“ und man wird Das.

Dadurch dass wir Karma Yogis werden, können wir die gewöhnlichen, ego-basierten Motive unseres Handelns durch Liebe dem Göttlichen gegenüber ersetzen. Anstatt zu versuchen, etwas zu bekommen, gibt der Karma Yogi. Er handelt mit der Intention, das Göttliche in anderen zu sehen und ihm zu dienen. Er handelt geschickt, als eine Darbringung, ohne an den Ergebnissen der Handlungen zu hängen. Der Karma Yogi erkennt und entfernt die unaufrechten Motivationen des Egos, indem er fragt: „Habe ich eine Vorliebe?“ oder „Wer wünscht das?“. Sein Mantra ist „Nicht mein Wille, sondern deiner soll geschehen“.

Darüber hinaus, die Perspektive eines Karma Yogis einzunehmen, sind die wesentlichen Eigenschaften, mit denen ein Yoga Sadhak die Selbstliebe beseitigen kann, Furchtlosigkeit und absolutes Vertrauen in die Weisheit der Göttlichen Vorsehung. Unsere Leben sind voller Herausforderungen und man fragt sich, wie es ausgehen wird. Aber wenn man sich dem Göttlichen zuwendet und Gott um die Führung und Kraft bittet, die man braucht, um seinen Willen zu erfüllen, dann kommt Gnade herab und öffnet den Weg. Wir müssen in diesen Tugenden wachsen, nicht nur hin und wieder, sondern in jeder Situation unseres Lebens. Wir können uns von der Selbstliebe befreien, indem wir uns dem Göttlichen hingeben, indem wir den göttlichen Willen ergründen und ihm ohne Angst folgen, mit vollständigem Vertrauen in die göttliche Vorsehung.

3. Acharya Skandavel (Ed Nichols): Ein Profil

Solange ich mich erinnern kann, hat sich die menschliche Erfahrung ein wenig verworren und eher langweilig angefühlt. Versteht mich nicht falsch, ich bin immer ganz gut klargekommen, mit zufriedenstellendem Erfolg in schulischer und sozialer Hinsicht sowie im Spiel, aber mehr wegen der Abneigung gegen die Konsequenzen, die es hätte,

nicht mitzuspielen, als aufgrund eines anstrengungslosen Zugs der Inspiration.

Meine Familie ist so nett, liebevoll und weise, wie man es sich nur wünschen kann und ich bin mir ziemlich sicher, dass ich die besten Freunde in der Welt habe. Ich hatte bisher ein privilegiertes Leben voller Möglichkeiten und Fülle und doch spürte ich oft

Einsamkeit und Verlangen, doch nach was? Keiner meiner Freunde und Bekannten schien solch ein Problem zu haben. Deshalb fragte ich mich, ob mit mir etwas grundsätzlich nicht stimmt. Die schweren Gefühle verschwanden nie, sie wurden sogar stärker und brachten mich dazu, das Bewusstsein zu erforschen. Dieses Gefühl, das etwas fehlt und die Fernsehserie *Kung Fu* inspirierten mich und säten früh in meiner Jugend spirituelle Samen.

Als ich ein Kind war, so im frühen Grundschulalter, hatte meine Mutter eine tiefgehende, spirituelle Erweckung, die dem entsprach, was man vielleicht in vielen spirituellen Büchern lesen kann. Sie gab mir die Gelegenheit, aus der Sonntagschule auszuscheiden und bei ihr zuhause zu bleiben, um östliche Philosophie, Metaphysik und New Age Kram kennenzulernen und damit zu experimentieren. Manchmal saßen wir mit Karten in der Hand unter einer hölzernen Pyramidenkonstruktion mit einer

Kupferspitze, die nach den Sternen ausgerichtet war, und versuchten, die Gedanken des anderen zu lesen. Sie erzählte mir über die energetische Verschiebung, die in den nächsten Jahren passieren würde und die exponentielle Rate, mit der sich das menschliche Bewusstsein ausbreitet. Sie teilte vieler ihrer heiligen Erfahrungen über frühere Leben, Hellsichtigkeit und Unterhaltungen mit astralen Wesen mit mir und erklärte mir, wie wich-

tig es wäre, dass meiner Generation und die folgenden Generationen vom Traum erwachen. Die coolste Mutter aller Zeiten!

Als ich in der Mittelstufe der Schule war, schien es, als ob sich die Sterne so ausrichteten, dass ich wirklich aus einer Quelle von Mut und Stärke schöpfen konnte. Ich fühlte mich herausgefordert, das Beste aus mir zu machen, das ich konnte. Zum ersten Mal bekam ich jede Menge Einsen in der Schule, wurde geehrt und hatte Erfolg im Sport und auch in der Kunst des Flirtens. Jeden Montag forderte ich mich selbst heraus, im Laufe der Woche nur tadellose Dinge zu sagen und eine positive Einstellung zu haben und andere so zu behandeln, wie ich selbst behandelt werden möchte. Gute Zeiten!

Gerade als ich richtig in Schwung kam, holte mich meine Mutter von der Schule ab und ging mit mir zu einem Fastfood-Restaurant (was in unserer Familie sehr selten vorkam). Obwohl

meine Intuition mir sagte, dass irgendwas Seltsames passieren würde, war ich ausreichend abgelenkt von den Pommes Frites und dem Rindfleisch und dem Käsesandwich. Ich war total geschockt als meine Mutter sagte: „Edmund, dein Vater und ich lassen sich scheiden.“ Erst dachte ich, es wäre ein Witz, meine Eltern hatten sich nie gestritten. Als nächstes fuhr ich mit meinem Vater an die Ostküste und ging dann ironischer weise auf die Schule, auf der sich meine Eltern getrof-



Skandavel (Ed Nichols)

fen hatten. Die Vibration der Ostküste war ganz schön hart für meine Westküsten-Empfindsamkeit.

Nach einem Jahr in dieser Schule erreichte ich meine Toleranzgrenze für all die Negativität und die verwöhnten Kinder reicher Eltern dort und zog zurück, um bei meiner Mutter zu wohnen und hoffentlich wieder so zu leben, wie ein Jahr vorher. Was für eine Überraschung! Die Schule, auf die ich dann kam, war wie ein Gefängnis - Schusswaffen, Messer, Drogen, Gewalt – eine nicht-akademische Umgebung, könnte man sagen. In den folgenden drei Jahren Schule lernte ich sehr wenig.

Erst nach der Schule, als ich nach Boulder, Colorado fuhr, um einen Freund zu besuchen, der dort an der Universität von Colorado Football spielte, verliebte ich mich wieder in eine Stadt und eine Kultur. Der Frieden, die Natur, der Spaß und der Live Reggae von Boulder erinnerten mich an die schönsten Zeiten meiner Kindheit.

Mit einem nicht gerade blendendem Abschlusszeugnis ging ich als Vollzeitstudent auf die Universität und wählte Biologie als Hauptfach. Zu der Zeit war mir nicht bewusst, dass meine Universität eine der besten im medizinischen Bereich im ganzen Land war, und so fand ich mich umgeben von Studenten, die das akademische Studium sehr ernst nahmen. Mit meiner geringen Disziplin von der Schule fiel es mir ganz schön schwer, den hohen Anforderungen gerecht zu werden.

1998, als ich mitten im Studium war, wies mich ein Freund auf ein Buch namens *Autobiographie eines Yogis* hin. Als ich den Einband sah, wusste ich, dass ich es schon einmal gesehen hatte. Es hatte bei meiner Mutter im Bücherregal gestanden und war all die Jahre für mich verfügbar gewesen. Die *Autobiographie eines Yogis* holte mich aus meiner verlängerten Teenagerphase und erweckte wieder meine Beziehung zu meinem „höheren Selbst“. Derselbe Freund, der mir das Buch gab, fand eine Anzeige von Satchidananda in einem Yoga-Magazin und wurde kurz darauf eingeweiht. Als ich dies hörte, ließ ich mich auch einweihen.

Bei dieser ersten Einweihung spürte ich diese emotionale Empfindungen, die, wie meine Mutter mir beigebracht hatte, Anzei-

chen für die Wahrheit sind, und schrieb in mein Notizbuch: Das ist es. Vermassel es nicht. Drei Hauptpunkte von Satchidananda überzeugten mich wirklich:

1. Wir träumen mit offenen Augen
2. Die Menge an Freude, die wir im Leben erfahren, ist direkt proportional zur eigenen Disziplin
3. Wenn du nicht aufgibst, wirst du es schaffen

Ich kam mit der festen Absicht nach Hause, durch kontinuierliche Praxis des Gelernten nicht wieder einzuschlafen. War meine Praxis immer perfekt? Nein. Bin ich „vom Pferd gefallen“? Ratet mal. Aber ich nutzte Arupa Dhyana Kriya zur Analyse und um den Wert von Disziplin zu verstehen (Einsicht Nr. 2) und hielt mich an Einsicht Nr. 3, als würde mein Leben davon abhängen.

Im Herbstsemester 1999, kurz nachdem ich an der zweiten Einweihung teilgenommen hatte, lud mich derselbe Freund, den ich damals in Boulder, Colorado besucht hatte, ein, zusammen mit ihm und seiner neuen brasilianischen Freundin und einigen anderen Freunden Brasilien zu erkunden. Obwohl ich wusste, dass diese Reise intensiv werden würde, denn er neigte dazu, mich aus meiner Komfortzone herauszuholen, wusste ich auch, dass es ein Fehler wäre, eine Neujahrsparty in Brasilien zu verpassen, auch wenn es so viel einfacher wäre, die Zeit mit Snowboarden in den Bergen von Colorado zu verbringen.

Ich kam am Flughafen an und da waren mein Freund und seine Freundin und niemand sonst. Er erklärte, dass nur wir drei einen Monat lang durch Brasilien reisen würden. Also würde ich das „dritte Rad“ sein. Nach einem Tag erkannte ich, dass was auch immer ich beitragen würde, nicht geschätzt war und dass ich mich am Besten unsichtbar machen sollte. Da ich kein Portugiesisch sprach, verbrachte ich die meiste Zeit des Tages mit Schweigen (Mauna Yoga) und wiederholte ständig das Mantra, das ich bei der zweiten Einweihung erhalten hatte (Shiva).

Da war ich also in Brasilien, und dem verliebten Pärchen eher lästig. Trotz der Schönheit des Landes und der eindrucksvollen Orte,

die wir besuchten, war die Reise ein ganz schöner Alptraum. Zwischen der ständigen Übung des fünffachen Pfades von Babajis Kriya Yoga, Mauna Yoga, Shiva Mantra und Tapas und der negativen Energie von Seiten des Paars wurde mein Ego auf eine Weise zerlegt, die ich noch nicht erlebt hatte.

Aber dann passierte es. Während mein Freund und seine Freundin sich am Strand vergnügten, kaufte ein neuer Bekannter mir eine Schüssel mit einem merkwürdig aussehenden violetten Brei, der mit Granola und Bananenscheiben garniert und mit Honig übergossen war. Ich probierte. Ich wusste sofort, dass das mehr war als eine leckere Süßspeise. Ich brachte meinem Freund etwas mit und auch er verliebte sich sofort in Acai (sprich Aßai).

Zwei Tage später, als ich auf einer Insel in einem Naturreservat

meine voraussichtlich letzte Schüssel Acai aß, hatte ich die Erleuchtung. Wir, mein Freund und ich sollten diese Frucht importieren und unsere eigenen Acai

Cafés in den Vereinigten Staaten aufmachen. Ich sah meinen Freund an und erzählte ihm von der Idee und er stimmte sofort zu. Als wir uns später für getrennte Rückflüge trennten, schüttelten mein Freund und ich uns die Hände und ich sagte: „Lass uns nicht aufgeben, bevor wir Erfolg haben.“

Nachdem ich das Frühjahrssemester beendet hatte, verbrachte ich den Sommer in Boulder damit, zusammen mit meinem Freund (und baldigen Geschäftspartner) einen Businessplan zu schreiben. Mein Freund, von Natur aus ein Geschäftsmann, der als Hauptfach Finanzwesen studiert hatte, arbeitete mit meinem Vater, einem Entwickler, der gerade zu Besuch in Boulder war, an den Finanzplänen und ich untersuchte auf wissenschaft-

liche Weise, warum Acai als die kraftvollste Frucht des Amazonas angesehen wurde.

Dann erhielt ich eine Nachricht, dass mein Freund und ich aufgerufen waren, für einen Freund vom College auszusagen, mit dem ich Skifahren war und der sich das Rückgrat brach, als er versuchte, aus einem Sessellift zu springen, um dem Erfrierungstod zu entgehen. Eine lange Geschichte. Ich erzählte meine Geschichte über Acai als ich mit dem Vater des Freundes, für den wir aussagten, beim Mittagessen saß. Er fragte mich, was der nächste Schritt sein würde. Ich sagte, dass wir den Amazonas besuchen müssten, um weitere Forschung durchzuführen, und ein wenig Kontrolle über die Bezugsquellen für die Frucht zu bekommen. Er antwortete: „Wann fliegt ihr?“ Und erzählte ihm, sobald wir genug Geld für die Tickets beisammen hätten.

Darauf antwortete er: „Geht! Das Geld könnt ihr mir später zurückzahlen.“

Wir ließen einen Vertrag schreiben, machten viele Kopien und fanden uns Detektiv spielend in

der Amazonasstadt Belem wieder. Viele verrückte Dinge passierten, zu viele um alle zu erzählen, aber die beeindruckendste Sache passierte auf einer Tour durch den Urwald. Wir erfuhren, dass die im Wald lebenden Menschen mehr Geld damit verdienten, Acai zu verkaufen, als damit, Holz oder andere weniger nachhaltige Güter zu verkaufen. SAMBAZON war geboren und 14 Jahre später ist aus einer Idee der Anbau auf 2,5 Millionen Hektar geworden. Es funktionierte.

Babajis Kriya Yoga war notwendig, um mir die Kraft, Konzentrationsfähigkeit und Disziplin und was am wichtigsten war, die Vision zu geben, um in meinem Leben erfolgreich zu sein. Ich habe jetzt seit vier Jahren in allen möglichen Orten und für die verschie-



Quelle: www.sambazon.com

densten Leute Einweihungen gegeben. Das Leben geht weiter und alte Vorstellungen lösen sich auf und ich klammere mich nicht mehr an viel, aber das Leben ist nicht mehr

langweilig. Ich habe volles Vertrauen in Babaji's Kriya Yoga und ich bin entschlossen, die Techniken mit allen ernsthaft Suchenden zu teilen.

News und Notizen

Der Babaji Tempel in Katirgama in Sri Lanka bekommt ein Mandapam. Vor dem Babaji Koil Tempel in Katirgama in Sri Lanka, der sich dort befindet, wo Babaji Tapas machte und erleuchtet wurde, wurde ein Mandapam Portiko errichtet, um den Besuchern und Meditierenden dort Schatten zu spenden. Für den Bau eine Gemeinschaftshalle neben dem Ashram werden Spenden erbeten. Kriya Yoga Sadhaks aus der ganzen Welt spenden dafür. Wenn du dazu beitragen möchtest, geh zu <http://www.babajiskriyayoga.net/english/kriya-yoga-contribution.htm>



1



2

Pilgerfahrt nach Südindien vom 15. Februar bis 4. März 2013. Begleite uns auf einer weiteren Pilgerreise mit neuer Reiseroute und täglicher Yoga- und Meditations-

Gruppenpraxis an einigen der kraftvollsten spirituellen Orte Südindiens. Wir werden Ashrams und heilige Schreine in Bangalore, Nandi Hills (Tapaswiji), Gudiyattam (Maha Ananda Siddha), Tiruvannamalai, Pondicherry, Tanjore, Palani, Coimbatore und Mysore besuchen. Jeder ist willkommen. Für Details besuche unsere Website.

Kriya Yoga Pilgerreise nach Badrinath im Himalaya vom 27. September bis 14. Oktober 2013. Begleite uns auf einer weiteren Pilgerreise in den Himalaya zu den Plätzen, wo Babji Soruba Samadhi, die Vollsiedlung der Erleuchtung, erreichte. Gestartet wird von New Delhi mit Bus, mit Zwischenstationen in Rishikesh, Rudraprayaga, Joshimutt, Badrinath, und Haridwar. Yoga- und Meditations-Gruppenpraxis zweimal täglich. Wir besuchen den im Bau befindlichen Ashram in Badrinath und dort ein Mantra Yagna machen. Sehr komfortable Hotel-Unterkünfte.

Für weiterführende Infos:
www.babajiskriyayoga.net

Kriya Yoga Einweihungen

Basisseminar

mit Satyananda

Murau, Österreich 26.10. - 28.10.2012

Heilbronn 16.11. - 18.11.2012

Kapellenhof bei Frankfurt/Main 06.09. - 08.09.2013

mit Nandi Devar

Basel 26.10. - 28.10.2012

Düsseldorf 09.11. - 11.11.2012

Aufbauseminar

mit Satyananda

Kapellenhof bei Frankfurt/Main 24.05. -
26.05.2013

Vertiefungsseminar

mit Satchidananda

Kapellenhof bei Frankfurt/Main 17.05. -
24.05.2013

Überregionales Satsang-Treffen

Frankfurt 24. - 26.05.2013

Kriya-Hatha-Yoga Teachertraining

mit Durga Ahlund und Satchidananda

Quebec, Kanada 27.06. - 10.07.2013

Eine Möglichkeit, ins Buch zu schauen, wurde jetzt dem Büchershop unserer Website hinzugefügt. Man kann jetzt Abschnitte der meisten Veröffentlichungen lesen.

Alle elf europäischen Acharya wie auch die Acharyas M.G. Satchidananda und Durga Ahlund haben ihre Teilnahme für den europäischen Satsang vom 24.-26.Mai 2012 im Kapellenhof in der Nähe von Frankfurt zugesagt.

Besuche unsere elektronische Handelsseite www.babajiskriyayoga.net, um über VISA, American Express oder Mastercard alle Bücher und andere Produkte von Babaji's Kriya Yoga Publications zu beziehen, oder für Spenden an den Order of Acharyas. Deine Kreditkarten-Information wird verschlüsselt und geheim gehalten.

Büchershop: Viele Bücher in deutsch oder englisch sowie einige weitere Artikel, wie etwa die Hatha Yoga DVD können bei Dorit Jaeger, die in den deutschsprachigen Ländern für den Vertrieb zuständig ist, bezogen werden. Das vollständige Angebot findet ihr unter <http://www.babajiskriyayoga.net/german/shop.php> Die Kontaktdaten sind per Mail savitri@babaji.de und per Telefon 02104/73141. Ihr könnt ihr auch schreiben: Dorit Jäger, Innstr. 1, 40822 Mettmann.

Die meisten Artikel früherer Ausgaben des Babaji's Kriya Yoga Journals sind jetzt auf unserer Webseite zu finden: <http://www.babajiskriyayoga.net/german/articles.php>

Wir bitten alle Abonnenten des Kriya Yoga Journals um die jährliche Zahlung von 12 Euro auf das deutsche Konto von M.G. Satchidananda für das Abonnement.

Die Kontodaten:

Kontoinhaber: M. Govindan

Kontonummer: 0723106

*Bank: Deutsche Bank International,
Frankfurt*

BLZ: 500 700 24

IBAN DE09500700240072310600

BIC/Swift code DEUTDEDDBFRA