



# babaji's kriya yoga journal

---

Deutsche Ausgabe

## In dieser Ausgabe

1. Lasst uns die Liberalität von Yoga Siddhantham feiern und ehren  
von M. G. Satchidananda
2. Ich Bin, weil du mich liebst  
von Durga Ahlund
3. Wie kann man sich wieder mit dem Guru verbinden?  
von M. G. Satchidananda
4. Yoga ist ein Weg der Weisheit und der Liebe  
von Dr. T. N. Ganapathy
5. Acharya Chandra Devi, ein neues Mitglied des Ordens der Acharyas
6. 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. Lasst uns die Liberalität von Yoga Siddhantham feiern und ehren

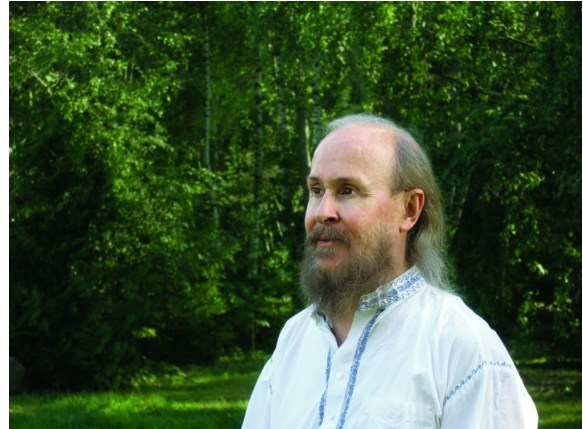
von M. G. Satchidananda

Wir leben in einer Zeit des tiefgreifenden Wandels, der durch neue Technologien, soziale Medien, die Globalisierung der Wirtschaft und die Klimaerwärmung hervorgerufen wird. Es gibt Kräfte und Glaubenssysteme, die uns mehr denn je entzweien, je nachdem, ob wir uns den Veränderungen stellen, oder uns ihnen widersetzen.

Yoga Siddhantham, die zutiefst liberalen Weisheitslehren der Siddhas können uns allen helfen, Veränderungen anzunehmen, um unser göttliches Potential als Menschen zu verwirklichen. Bevor ich näher darauf eingehe, ist es hilfreich, etwas abzuschweifen, um zu würdigen, wie sich das „liberale“ ethische Fundament der westlichen Zivilisation und Kultur entwickelt hat und wie es die Werte der meisten unserer Leser beeinflusst. Dies wird auch helfen, zu verstehen, warum Liberalität den Yoga prägt.

## Liberalität

Der Begriff Liberalität leitet sich von dem lateinischen Wort „liber“ ab, das sowohl „frei als auch großzügig“ bedeutet. Cicero in seinem „*De Officiis (Über die Pflichten)*“, 44 v.Chr., und später Seneca in „*De Beneficiis (Über die Wohltaten)*“ haben die dafür erforderliche Haltung näher beschrieben: „eine selbstlose, großzügige und dankbare Gesinnung.“ Der Zweck einer geisteswissenschaftlichen Ausbildung war es, auf ein aktives, tugendhaftes Leben als Anführer vorbereitet zu werden, der vernünftig denken und gut sprechen konnte, und nicht für einen Beruf



ausgebildet zu werden, oder Reichtum zu erwerben. Das Gegenteil davon war „Selbstbezogenheit“, die als „sklavisches Verhalten“ bezeichnet wurde und beinhaltete, nur für den eigenen Vorteil bzw. das eigene Vergnügen zu denken oder zu handeln.

Im Mittelalter wurde die „Liberalität“ von den christlichen Werten der Liebe, des Mitgefühls und allem voran der Nächstenliebe überlagert. Gott war in seiner Barmherzigkeit großzügig, wie es auch Jesus mit seiner Liebe gewesen ist und daher sollten die Christen Gott nachahmen, indem sie im Gegenzug lieben und geben.

Während der Renaissance trugen die protestantischen Bibeln dazu dabei, die Vorstellung zu verbreiten, dass „Liberalität“ ein universeller christlicher Imperativ sei. Die King James Bibel gebrauchte den Begriff „liberal“ in dem Sinne, dass man Armen nicht nur Reichtum geben, sondern auch Wissen und Weisheit, und sich von Missgunst gegenüber anderen befreien sollte.

Während des Zeitalters der Aufklärung im 17. Jahrhundert schrieb John Locke in „*Zwei Abhandlungen über die Regierung*“, dass, weil die Menschen zur Liberalität fähig seien und daher ethisch handeln könnten, sie keinen absoluten Monarchen benötigten, der sie beherrschte, Selbstverwaltung sei möglich. Aber das Allgemeinwohl im Auge zu behalten, wäre eine wichtige Pflicht. Liberalität förderte auch religiöse Toleranz. Locke machte sie 1685 zu einer christlichen Pflicht in seinem „*Brief über die Toleranz*“ und nicht nur untereinander, sondern gegenüber „Heiden“, „Juden“ und „Muslimen“. Im Jahr 1772 wurde der Begriff „liberal“ im *Oxford Dictionary* als „frei von Voreingenommenheit, Vorurteilen, Bigotterie, aufgeschlossen, tolerant“ definiert.

Der liberale protestantische deutsche Gelehrte Johann Salomo Semler prägte den Begriff der „liberalen Theologie“ als eine „religiöse Perspektive und eine Lesart der Bibel, die erleuchtet und gelehrt, frei von dogmatischen Zwängen und offen für kritische Nachforschung ist.“ Dogma und auch die angeborene Sündhaftigkeit des Menschen sowie das Übernatürliche wurden abgelehnt. Diese Theologie betonte moralisches Verhalten und den Glauben an die Fähigkeit des Menschen, sich selbst zu verbessern. Er schlussfolgerte, dass die Essenz des Christentums nicht dogmatisch, sondern moralisch war. Die liberale Theologie wurde bis zum Ende des 18. Jahrhunderts zu der vorherrschenden theologischen Strömung. Sie überquerte den Atlantik, wo sie von einer Gruppe engagierter protestantischer Kleriker, angeführt von William Ellery Channing, weiterentwickelt und schließlich als „Unitarismus“ bekannt wurde. Ihre Entdeckung der englischen Übersetzung der *Bhagavad Gita* und der *Upanishaden* in den ersten Jahrzehnten

des 19. Jahrhunderts war die Geburtsstunde der „Transzendentalismus-Bewegung“ und der Essays, Gedichte und Bücher von Ralph Waldo Emerson und Henry David Thoreau. Diese wiederum öffneten die Herzen und den Verstand der folgenden Generationen von Amerikanern, die ab 1874 die theosophische Bewegung und 1894 Swami Vivekananda als ersten indischen Yoga-Lehrer in Amerika willkommen hießen.

Im Laufe seiner Geschichte waren die meisten Liberalen auch Moralisten, zumindest bis in das 20. Jahrhundert, als der Liberalismus hauptsächlich mit den Menschenrechten in Verbindung gebracht wurde. Sie hatten ein ethisches Projekt. Es war erstrebenswert, ein Ziel, das es zu erreichen galt, während die Menschheit sich bemühte, ihr Potenzial und ihre Freiheit zu verwirklichen. Dies hatte nichts mit dem atomistischen Individualismus zu tun, der heute unter jenen, die auf Menschenrechten beharren, so verbreitet ist, ohne jeden Bezug auf Pflichten. Bis in das 20. Jahrhundert glaubten die meisten Liberalen, dass sie Rechte haben, weil sie Pflichten hatten. Sie warnten immerfort vor den Gefahren der Selbstsucht und betonten die Notwendigkeit von Großzügigkeit, moralischer Rechtschaffenheit und bürgerlichen Werten. Nahezu zweitausend Jahre lang bedeutete Liberalismus, die Tugenden eines Bürgers an den Tag zu legen, sich für das Gemeinwohl einzusetzen und die Bedeutung der gegenseitigen Verbundenheit zu respektieren.

## Opposition

Der Liberalismus kann auch besser verstanden und gewürdigt werden mit Bezug auf die Kräfte, die sich ihm widersetzen. Diese kamen von der katholi-

schen Kirche im Verbund mit Monarchien sowie von einflussreichen Schriftstellern wie Thomas Hobbes, der den Liberalismus ablehnte, weil die Menschen so sehr von Angst und einer brutalen Natur angetrieben würden, dass sie ohne einen absoluten Monarch nicht in der Lage wären, sich selbst zu regieren. Sie sagten, dass der Liberalismus unvereinbar mit der katholischen Lehre wäre. Im Frankreich des 19. Jahrhunderts als „Cäsarismus“ bekannt, profitierten sie von der Unwissenheit der Massen und förderten sie zugleich.

Während des 20. Jahrhunderts formierte sich diese Opposition nicht nur in der organisierten Religion, sondern auch im Kommunismus und Faschismus. Adolf Hitler erklärte, es wäre das Hauptziel des Nationalsozialismus, „die liberalistische Auffassung vom Individuum abzuschaffen.“ Diese Worte finden heutzutage Wiederhall in China, Russland und anderen totalitären Staaten. Diese Kräfte sind konservativ, reaktionär, sexistisch, rassistisch, antidemokratisch und primär an Machterhalt interessiert, um andere zu kontrollieren.

Anti-demokratische, autoritäre Anführer gewinnen Anhänger, indem sie behaupten, dass Liberalität eine Lizenz für Unmoralität und Drogenmissbrauch darstelle und für die Dekadenz, die Gier, den Globalismus und den Materialismus der modernen Gesellschaft verantwortlich sei und daher unterdrückt werden müsse. Durch das Schüren von Angst und mithilfe emotionaler Appelle an die religiös Gesinnten oder jene, die sich durch patriotische Slogans oder Anschuldigungen gegen korrupte Eliten animieren lassen, fällt es ihren Befürwortern leicht, Liberale zu verurteilen und säkulare Institutionen fälschlicherweise als religionsfeindlich zu bezeichnen.

Liberale sind einfache Ziele, wenn sie nur über ihre Rechte sprechen und nicht wohlätig, tugendhaft und pflichtbewusst handeln, um dem Gemeinwohl zu dienen und wenn sie sich mit den legitimen Ängsten der Konservativen nicht auseinandersetzen. Man muss nicht religiös sein, um moralisch zu sein. (Siehe den Verweis auf meinen Journal-Artikel über dieses Thema und Säkularismus am Ende dieses Beitrags.)

Illiberale Kräfte stellen sich auch gegen die Wissenschaft, wenn sie nicht mit religiösen Überzeugungen übereinstimmt, wie zum Beispiel die Skepsis fundamentalistischer Christen gegenüber dem Klimawandel. Sie verleumden und untergraben den Liberalismus bis heute durch autoritäre, populistische und antidemokratische Bewegungen sowie durch fundamentalistische, sektiererische und konservative Elemente in allen organisierten Religionen.

### **Ich bin denjenigen zu großem Dank verpflichtet, die sich von liberalen Werten leiten lassen**

Von Kindheit an und insbesondere während meiner Jugend hatte ich viele existentielle Fragen. Meine Suche nach Antworten führte mich von den religiösen Dogmen meiner Familie zu der liberalen Erziehung an der Universität. Ich bin zwei meiner Professoren besonders dankbar, Mitgliedern des Augustiner- und Jesuitenordens, die klassische Ethik bzw. vergleichende Religionswissenschaft unterrichteten und die in ihren persönlichen Leben jene liberalen Tugenden verwirklichten, die ich oben beschrieben habe. Sie unterstützten meine Vorbereitung auf das Gelübde, mich lebenslang der Praxis von Babaji's Kriya Yoga zu widmen, das ich 1970 ablegte, und die Literatur der Yoga



Siddhas in den folgenden Jahrzehnten zu erforschen und zu veröffentlichen. Ich bin Dr. T.N. Ganapathy, dem Direktor unseres Yoga-Forschungsprojekts, für seine wissenschaftlichen Leistungen und seine klaren Niederschriften dankbar, er war es auch, der mich lehrte, wie man über „Toleranz“ hinaus gehen und „Wertschätzung“ entwickeln kann, indem man die gegensätzlichen Standpunkte zu verstehen versucht. Ich bin auch Generationen von Bürgerrechtlern zu tiefem Dank verpflichtet, die für die liberalen Verfassungen verantwortlich sind, welche die Bürgerrechte wahren und die mich und andere Yoga-Lehrer vor den Versuchen geschützt haben, unsere Aktivitäten durch die Allianz von Regierung und organisierter Religion zu unterdrücken, wie z.B. in Frankreich während der 1990er.

### **Yoga Siddhantham, die liberale Weisheitslehre der Siddhas**

Mein Lehrer Yogi Ramaiah bezeichnete Yoga oft als „die wissenschaftliche Kunst der perfekten Einheit von Gott und Wahrheit“ und die „praktische Seite aller Religionen“, die einen „Christen zu einem besseren Christen“ oder einen „Hindu zu einem besseren Hindu“ bzw. einen „Muslim zu einem besseren Muslim“ machen würde. Dies sind die liberalen Eigenschaften, die in den vorangegangenen Abschnitten beschrieben wurden. Sie sind liberal, insofern sie sich auf das Streben beziehen, darauf abzielen, das menschliche Potential zu perfektionieren, moralisch, undogmatisch und nicht sektierisch sind und weil sie die eigene Erfahrung anstatt einer heiligen Schrift zu der höchsten Instanz der Wahrheit machen. Darüber hinaus organisierte er jedes Jahr ab 1954 in verschiedenen Ländern eine internationale ökumenische Konferenz, „die Parlamente der Weltreligionen und

des Yoga“. Diese dienten dazu, liberale Werte zu fördern, als Gegenmittel für religiösen Fanatismus, die Krankheit der Religion.

Während ich die *Yoga Sutren* studierte, lernte ich auch die anderen, oben erwähnten liberalen Werte zu schätzen:

**Freiheit:** *Kaivalya* bzw. absolute Freiheit, ist das endgültige Ziel und der Titel des letzten Kapitels der Yoga Sutren und bezieht sich auf die Freiheit von dem Einfluss durch die *Gunas*, den Modalitäten der Natur, und von den Quellen des Leidens, *Kleshas* genannt: Unwissenheit, Egoismus, Anhaftung, Abneigung und Angst vor dem Tod.

**Moralische Disziplin:** die *Yamas* oder sozialen Beschränkungen in den Yoga Sutren, das erste Glied des achtgliedrigen Pfades, das Gegenteil der menschlichen Natur zu tun, wie Nicht-Schaden, Wahrhaftigkeit, Bewusstheit des Absoluten, Nicht-Stehlen, Begierdelosigkeit. (Siehe mein E-Book: „*Das Gegenteil tun*“, auf das am Ende dieses Artikels verwiesen wird.) Die Siddhas haben die Welt nicht als illusionär abgelehnt. Alle von ihnen leisteten einen bedeutenden gesellschaftlichen Beitrag, z.B. in der Medizin, Wissenschaft und im Yoga. Sie sahen den physischen Körper als Tempel Gottes und entwickelten daher Methoden, um sein göttliches Potential zu verwirklichen. Krankheit entsteht laut Tirumular, wenn man die *Yamas* und *Niyamas* ignoriert. Ihre Einhaltung heilt Krankheit.

**Liebe, Großzügigkeit und Wohltätigkeit:** „Liebe ist Gott“, *Anbu Shivam* gemäß Tirumular im *Tirumandiram*. Dies inspiriert uns, Gottes Liebe in Gedanken, Worten und Taten zu erwidern. Der große

Siddha Ramalingam machte im 19. Jahrhundert die Nächstenliebe zu einer seiner wichtigsten Lehren. Siehe den Artikel, „Das soziale Anliegen der Siddhas“, in den am Ende aufgelisteten Referenzen. Das Konzept der Siddhas von *Arrupadai*, „anderen den Weg zu zeigen“, umfasste, was man tun und auch was man unterlassen sollte, um Leiden zu vermeiden und die eigene Liebe zu anderen zum Ausdruck zu bringen. Laut Dr. Ganapathy wird dies in dem Siddha Mantra, *Sivayanama*, deutlich, weil „Siva“ Glückseligkeit, „Nama“ Opfer und „Aya“ Ergebnis bedeutet, steht das Mantra für „das Ergebnis des Opfers ist Glückseligkeit“.

**Streben:** Yoga und Tantra sind fortschreitende Wege, die anerkennen und darauf abzielen, die menschliche Natur durch yogische *Sadhana* zu transformieren, indem man sich daran erinnert „Wer bin ich?“ und die falschen, vom Egoismus herrührenden Identitäten „loslässt“.

**Widerspruch gegen Kaste, Orthodoxie, Dogmatismus, die Macht der institutionellen Religion, welche die Gedankenfreiheit, die Redefreiheit, die Freiheit des Schreibens und die Versammlungsfreiheit einschränken.** Die Siddhas waren gläubige Rebellen, welche die Manifestationen der organisierten Religion kritisierten, insbesondere die Macht der Priester, die Diskriminierung zwischen den Kasten, Tempelverehrung und Abhängigkeit von heiligen Schriften, da diese Suchende entmachteten und in die Irre führten und soziale Spaltung erzeugten. Ihre Weltanschauung kam in diesen oft wiederholten Aussagen zum Ausdruck: „Alle Länder sind meine Heimat, alle Rassen sind meine Verwandten, “ und „Einheit in der Vielfalt.“

## Lasst uns die Liberalität von Yoga Siddhantham feiern und ehren.

Wir durchlaufen eine Phase der Geschichte, in der liberale Werte durch jene ersetzt werden, die Materialismus, Individualismus und Konsumismus fördern. Obgleich der Liberalismus nicht länger durch die Inquisition der Kirche gefährdet ist, wird er durch autoritäre Regime bedroht, welche die unabhängige Berichterstattung, die Redefreiheit, die Versammlungsfreiheit und eine liberale Erziehung unterdrücken oder unterlaufen. Dies geschieht nicht nur in China, Russland und der arabischen Welt, sondern auch durch bestimmte politische Bewegungen in den USA, Indien und Europa. Die zukünftige Existenz liberaler Werte ist so zweifelhaft und fragil wie unsere eigene. Regierungen können den Liberalismus beschützen oder zerstören. Lasst uns nicht selbstgefällig sein! Lasst uns daran denken, dass einen Preis dafür zu zahlen gibt, unsere Freiheiten zu schützen, wozu auch die Verpflichtung gehört, unsere moralischen und bürgerlichen Aufgaben zu erfüllen. Lasst uns die liberalen Werte feiern, die es uns ermöglicht haben, die Weisheitslehren und Techniken des Yoga zu empfangen und von ihnen zu profitieren. Lasst uns diese ehren, indem wir sie in unseren eigenen Leben manifestieren, eine Politik und Regierungen unterstützen, die liberale Werte fördern und indem wir sie teilen und für zukünftige Generationen in allen Sprachen erhalten. Verpflichten wir uns zu Handlungen, die sowohl moralisch als auch wohltätig sind, in dem Bewusstsein, dass wir Gott lieben, wenn wir andere lieben.

Weiterführende Lektüre:

Das Gegenteil tun: Die fünf Yogischen Schlüssel zu guten Beziehungen – E-Book,

von Marshall Govindan;  
[www.babajiskriyayoga.net/german/shop.php#opposite doing ebook](http://www.babajiskriyayoga.net/german/shop.php#opposite%20doing%20ebook)

The Lost History of Liberalism, from Ancient Rome to the 21<sup>st</sup> Century, von Helena Rosenblatt

„The Social Concern of the Siddhas“, The Yoga of Tirumular: Essays on the Tirumandiram, von Dr. T. N. Ganapathy, Ph.D und Dr. KRA Arumugam, Ph.D;  
[www.babajiskriyayoga.net/german/shop.php#yoga tirumular book](http://www.babajiskriyayoga.net/german/shop.php#yoga%20tirumular%20book)

„Anderen den Weg zeigen: Arrupadai“, [Kriya Yoga Journal, Herbst 2017](#)

„Ist unsere Moral von unserem Glauben an die Existenz Gottes abhängig?“, [Kriya Yoga Journal, Winter 2018/19](#)

Jesus und die Yoga Siddhas, von Marshall Govindan;  
[www.babajiskriyayoga.net/german/shop.php#wisdom jesus de](http://www.babajiskriyayoga.net/german/shop.php#wisdom%20jesus%20de)

## 2. Ich Bin, weil du mich liebst

von Durga Ahlund

Ich fahre alleine mit dem Auto durch die Berge, wobei das Babaji-Mantra still mit meinem Atem fließt. Die Fenster sind heruntergelassen, das Schiebedach ist geöffnet, der Wind auf meiner Haut fühlt sich kühl und frisch an. Das von den intensiv gefärbten Herbstblättern reflektierte Sonnenlicht verschlägt mir vorübergehend den Atem. Mein Herz öffnet sich weit und ich erfahre Freude in solch einer Fülle, wie ich sie seit einer Weile nicht mehr gespürt habe. Eine Botschaft erwartet mich in diesem Moment, „ICH BIN, weil du mich liebst!“ Ich spreche die Botschaft laut aus. Ich halte am nächsten Rastplatz an, um sie aufzuschreiben, weil ich weiß, dass ich darüber tief und vollständig kontemplieren soll.



Was sich in der Stille offenbart, ist kein intellektuelles Wissen, sondern eine Art direkte Erfahrung; die Verwirklichung einer Wahrheit, dadurch dass man sie im Moment lebt, eine Antwort auf eine unausgesprochene Frage. Das „ICH BIN“ in mir, selbst-erhaltend, stärkend und heilend, manifestiert sich in meinem Geist und Körper. Es wird als Verbindung empfunden. Es ist ein Gefühl der freudigen Begeisterung der Liebe.

Mir wird klar, dass diese *Ich Bin*-Präsenz der innere Guru ist, die bzw. der alle Dinge langsam klärt bzw. auflöst, alle Zweifel beantwortet und nur das offenbart, was enthüllt werden soll und das auch nur zum richtigen Zeitpunkt. Ich bin zuversichtlich genug, das

Leben so zu akzeptieren, wie es ist, geduldig genug, abwarten zu können, was als nächstes passiert, bereit, die Arbeit zu tun, die mir aufgetragen wird und kann darauf vertrauen, dass alles so ist, wie es sein soll. Aber wie kann ich wissen, ob diese Präsenz hierfür verantwortlich ist?

Ich habe mich tief nach innen fallen lassen und bin jenseits der Grenzen meines Geistes gereist, um mich in meinem Herzen wandernd wiederzufinden. Dort habe ich ein von Gnade erfülltes Licht erfahren und gespürt, aber ich weiß nichts von jener Präsenz, die ich als tröstenden Begleiter beanspruche. Ich spüre, dass die Liebe möglicherweise das Tor ist, um unseren tiefsten, wahrhaftigsten Zustand des *Ich Bin* zu erkennen.

Ich beginne zu fühlen, dass das göttliche *Ich Bin* sich in allen Wesen, in allen Ereignissen und Verhaltensweisen ausdrückt, unabhängig von jeder Empörung oder Verwirrung, die das Ego diesbezüglich empfinden mag. Also versuche ich, auf jeden Umstand, angenehm wie unangenehm, mit Gleichmut zu reagieren. Ich lerne, Enttäuschungen anzunehmen und mich von ihnen weniger beeindrucken zu lassen. Ich stelle fest, dass ich mich besser dagegen wehren kann, von herausfordernden Gedanken und sich mir darbietenden Situationen ausgehebelt zu werden. Und ich verlasse mich regelmäßig auf ein Gefühl der Geistesgegenwart, das mich leitet.

### **Fragende Präsenz**

Obwohl ich die Existenz dieser Präsenz, dieser inneren Führung in mir, nicht bezweifle, frage ich mich, wie man von jemanden erwarten kann, einen unerschütterlichen Glauben in die Gegenwart Gottes bzw. des Gurus oder eines weiten, bewussten göttlichen Gnadenlichts zu

entwickeln, die einen leitet und unterstützt? Meinen eigenen Kindern habe ich nur erklärt, dass sie, wenn sie still sind und ihrem *Herzen* vertrauen, vielleicht die Stimme und Führung einer Gegenwärtigkeit des Seins in sich erfahren. Ich weise sie auf die Gelegenheiten hin, bei denen sie Synchronizität, Intuition oder Inspiration erfahren haben und sich richtig entschieden bzw. gehandelt haben oder einfach dieses Gefühl hatten, dass das Glück auf ihrer Seite ist. Sie erinnern mich daran, dass sie diesen Erfahrungen im Allgemeinen nicht mehr vertrauen als dem Zufall, ob gut oder schlecht, und dem Intellekt, und wenn eine solche kosmische Energie existiert, dann sollte sie nachweisbar sein. Gewiss sagen sie, dass der Intellekt vertrauenswürdiger ist als das Herz, was auch immer das sein mag?

Ich empfehle, dass man, um eine Verbindung zum *Herzen* herzustellen, empfänglich sein und lernen sollte, tief nach innen zu hören, innig zu fühlen und sich zu erlauben, den Augenblick exakt so zu erfahren, wie er ist. Der emotionale Körper muss weicher werden, um die Stimme des Herzens zu hören. Der geistige Lärm muss zur Ruhe kommen, damit man sich mit dem Intellekt verbinden kann. Der Intellekt fixiert sich, während er versucht, zu unterscheiden und zu verstehen. Ausgehend von dieser Fixierung analysieren, schlussfolgern und denken wir. Durch den Intellekt reflektieren wir und unterscheiden zwischen richtig und falsch. Im Intellekt drängt uns die Bewusstheit dazu, unser Verhalten zu ändern. Der Intellekt befindet sich in unmittelbarer Nähe zu einer höheren Intelligenz, zur Gegenwärtigkeit. Durch den Intellekt fließen Inspiration und Einsicht, allerdings transzendiert Inspiration gewöhnliche intellektuelle Klugheit. Sie ist von einer höheren Ordnung. Diese höhere Intelligenz über-

steigt Vernunft und Denken, sie gehört dem *Bereich des Gewissens* an. Sie fixiert sich nicht. Sie ist der Bereich des *Zeugen*, welcher der stets gegenwärtige Beobachter ist.

Die Qualität des Geistes wird dadurch bestimmt, wohin und wie die eigene Aufmerksamkeit gelenkt wird. Man muss *gegenwärtig* sein, um die Aufmerksamkeit in den Zustand der Bewusstheit zu versetzen. Ein mit Gedanken und Wünschen gefüllter Geist wird nicht über die Bandbreite verfügen, die Inspiration, Einsicht und den Frieden zu empfangen, die der höhere Geist bietet. Es ist nicht notwendig, dass der Geist vollkommen gedankenleer ist, aber Bewusstheit erfordert, dass man keinen der Gedanken für sich beansprucht. Gedanken mögen einfach aufkommen, allerdings sollten sie ebenso leicht wieder gehen. Gedanken reisen sanft und unberührt durch den Raum des Geistes. Ich habe festgestellt, dass wahrhaftige Aufrichtigkeit, Streben und Hingabe an eine Meditationspraxis notwendig sind, um eine starke Verbindung aufrecht zu erhalten.

Was mir auf meinem Weg am meisten geholfen hat, war, dass ich schon in jungen Jahren Zeit damit verbracht habe, zu erforschen und festzustellen, dass das, was ich bin, in meinem Herzen und nicht in meinem Kopf zu finden ist. Außerdem erkannte ich aus meinen frühesten Erinnerungen eine Quelle der inneren Führung und des Trosts, die mich schützt. Tatsächlich wandte ich mich in Zeiten emotionalen Aufruhrs nicht an meine Mutter, sondern an etwas in meinem eigenen Wesen. Ich wandte mich sowohl zum Trost und zur Erklärung als auch zum Verstehen nach innen. Es handelte sich dabei eher um ein Gefühl, als ob ich mich in fluffigen Wolken niederließe, als um eine Visualisierung, aber die Führung

zeigte sich gelegentlich in meinem Geist als wogende Wellen in Graustufen, oder stellte sich einfach als ein einzelnes Wort ein, das sofort Ängste beruhigte, Dinge erklärte oder mich in den Schlaf wiegte. Ich habe diesem tröstenden, inspirationsreichen Geisteszustand in sehr jungen Jahren die Rolle meines allerbesten Freundes zugeordnet. Anders als ein imaginärer Freund führte mich mein allerbestester Freund nie in Versuchung, oder beschwor Konflikte herauf. Und als ich älter wurde und der Egoismus mich in Schwierigkeiten brachte, ließ mich mein allerbestester Freund niemals damit allein. Ich verspüre für meinen allerbesten Freund eine tiefe und beständige Liebe und Verehrung. Und ich wusste, dass mein vertrautes Selbst, *Ich Bin*, mich ebenso bedingungslos liebte und für mich sorgte.

Die Herausforderung für uns alle besteht darin, die Verbindung aufzulösen, die wir zu der normalen menschlichen Verfassung haben und an die wir unauslöschlich gebunden zu sein scheinen. Wir alle akzeptieren und glauben, dass wir als Individuen geboren werden, durch bestimmte Umstände eingeschränkt sind, dazu verpflichtet sind, innerhalb dieser Begrenzungen, so gut wir können, zu leben und wir dann sterben. Um auf etwas jenseits der menschlichen Konditionierung und des menschlichen Verstehens vertrauen zu können, muss man nach einer Verbindung zu/m *Gott/Guru/Selbst* streben. Zur Erschaffung neuer Schaltkreise, welche die Verbindung zwischen dem denkenden Geist und dem höheren, reineren Seinszustand stärken, muss man sich der mentalen Stille und dem bezeugenden Gewahrsein zuwenden.

## **Neue Verbindungen durch Gewahrsein erschaffen**

Wie können wir neue Verbindungen, neue Verknüpfungen, herstellen, sodass wir uns bewusst jener göttlichen Präsenz, die bereits in uns ist, nähern und von ihr beeinflusst werden können? Wir werden diese Verbindungen durch die Ausbildung von *Gewahrsein* erschaffen. Was ist *Gewahrsein*? *Gewahrsein* ist der reine, unverfälschte Bewusstseinszustand, wenn keine Gedanken vorhanden sind. *Gewahrsein* ist das Geheimnis des Glücks. Im *Gewahrsein* lässt du von allen Ansprüchen an den Moment ab. Im Zustand des *Gewahrseins* strebst du nicht länger nach einer anderen Erfahrung, als der, die du gerade erlebst. Wenn du also gegenwärtig sein und wunschlos bleiben kannst, ohne etwas bekommen oder loswerden zu wollen und den Augenblick einfach beobachtest, befindest du dich in einem Zustand des Bezeugens.

Verbindungen entstehen, wenn wir immer mehr bezeugen. Falls wir anfangen, uns zum Verstehen an das bezeugende *Gewahrsein* zu wenden, wird diese Verbindung verstärkt. Um zu lernen, uns mehr auf das *Gewahrsein* als auf das Denken zu verlassen, müssen wir uns dafür entscheiden, von dem Zynismus und den mentalen Übungen abzulassen, die wir normalerweise dazu benutzen, uns unserer inneren Führung entweder zu widersetzen oder sie zu beweisen bzw. zu widerlegen. Wir müssen lernen, unsere Widerstände und die Quelle dessen zu erkennen, warum wir uns gegen die Integrität und den Einfluss der Seele wehren. Wir müssen damit beginnen, die außerordentliche Wichtigkeit, die wir der Aneignung von Wissen bzw. unserer eigenen Klugheit und unserer persönlichen Geschichte beimessen, aufzugeben. In jenen Phasen mentaler und emotionaler Stille, in denen wir über unserer angesammeltes Wissen hinaus gehen können,

wird das *Gewahrsein* weiter und durchdringender. Wenn wir die Welt regelmäßig in dem Zustand des *Gewahrseins* erforschen, können mentale Konflikte aufgelöst werden, da Angst, Zweifel und Unsicherheit durch Frieden ersetzt werden. Wir fühlen uns leichter und klarer und mehr verbunden mit unserem liebevollen Selbst.

### **Als Empfänger von Kriya Yoga können wir uns glücklich schätzen**

*Kriya Yoga Sadhana* bzw. jede integrale Praxis von *Asana*, *Pranayama*, stiller Meditation und *Gewahrsein* kann das Nervensystem stärken, Stress reduzieren und dazu beitragen, Emotionen zu harmonisieren, aber zusätzlich bietet uns Kriya Yoga den *Sat Guru* Kriya Babaji, in den wir uns verlieben können. Denn ohne Liebe gibt es keine Wahrheit. Ohne Wahrheit gibt keinen Fortschritt.

Babaji kann uns eine Liebe bieten, die alle Erfahrungen und Emotionen transzendiert. Es handelt sich dabei um eine Liebe, die bestehen bleibt, selbst wenn man sich nicht in einem Gefühlszustand befindet, der allgemein als „Liebe“ bezeichnet wird. Eine Mutter kennt diese Art von Liebe. Unabhängig von den Herausforderungen, Enttäuschungen oder der Erschöpfung, die mit der Erziehung der eigenen Kinder verbunden sind, wird die Liebe stärker, reicher, weiter und dehnt sich weit über unsere eigene Familie hinaus aus.

Die Liebe zum *Guru* ist genauso. Sie bietet uns die gleiche Art von seltener, wahrer, sich ausdehnender Liebe. Und daher muss man, genauso wie eine Mutter, bedingungslos lieben. Reine Liebe beruht nicht auf Leistung und Gegenleistung. Sie ist nicht erfüllt von Leidenschaft oder Drama. Diese Liebe ist reine, tiefe,

wahre Verbindung und Verbundenheit. Sie wird durch Gewahrsein, Sanftheit und Mitgefühl gespeist. Diese Form der Liebe wächst mit uns, wobei sie uns und unsere Beziehungen stärkt. Sie ist zeitlos und unbegrenzt. Diese Form der Liebe fließt durch dich, über dich hinweg und in die Welt hinaus. Sie ist transformierend, da sie einen Funken der Wahrheit enthält.

Wenn die Liebe und das Gewahrsein stark genug werden, entzündet sich der Funken und haucht einem Feuer Leben ein, das alles vor deinen Augen transformiert. Der Guru ist Liebe, der Guru ist Wahrheit, der Guru ist im Inneren und wahre Transformation geschieht dann, wenn du es am wenigsten erwartest. Es ist reine Magie.

### 3. Wie kann man sich wieder mit dem Guru verbinden?

von M. G. Satchidananda

Vor kurzem erhielt ich eine E-Mail von jemandem aus Moskau (Russland) mit dieser Frage: „Wie kann man sich wieder mit dem Guru verbinden?“ Als ich darüber nachdachte, wie ich diese Frage beantworten sollte, wurde mir klar, wie viele Möglichkeiten es gibt, sie zu erwidern, und dass jede von einer anderen Perspektive abhängt. Es richtet sich danach, wie man die Frage „Was ist ein Guru?“ beantworten würde. Es hängt auch davon ab, ob man von der westlichen oder der indischen Kultur geprägt ist. Das Wort ist zu einem viel missbrauchten und missverstandenen Begriff geworden, vor allem im Westen, wo es mit indischen Lehrern in Verbindung gebracht wird, die nicht praktiziert haben, was sie predigten! Aber auch in Indien zeigen die Menschen, wenn sie Dinge wie „mein Guru“ sagen, einen Mangel an Verständnis und Wertschätzung für seine Bedeutung. Eine andere Frage ist, ob das Bedürfnis, sich wieder mit dem Guru zu verbinden, in erster Linie physischer, emotionaler, mentaler, psychischer oder spiritueller Natur ist.

Ich habe seit dem Sommer 2004 nicht mehr über dieses Thema im Kriya Yoga Journal geschrieben. In dieser Ausgabe hatte ich ein Kapitel mit dem Titel

„Gurupurnima“ aus meinem Buch *„Kriya Yoga – Erkenntnisse auf dem Weg“* aufgenommen. Darin hatte ich die verschiedenen traditionellen Rollen oder Tätigkeiten des Gurus als Person beschrieben, weil diese für die meisten Menschen leichter zu verstehen sind als die Bedeutung und der wahre Sinn des Wortes „Guru“. Besonders heute, wo es so wenige Personen gibt, die sich als Guru präsentieren, ist das Ansehen dieses Begriffs seit den Jahren, in denen so viele Gurus in den Westen kamen, Schüler sammelten und in einen Skandal verwickelt wurden, so tief gesunken. Ihr persönliches Scheitern war die Geburtsstunde des weitverbreiteten *Yoga Journals*, das zugegebenermaßen „gurufindlich“ war und dazu beitrug, eine „amerikanische Yoga-Studioindustrie“ zu schaffen. Die beiden Begriffe „Yoga“ und „Guru“ wurden zu Homographen mit vielschichtigen Bedeutungen, die sich in der darauf folgenden Welle der kommerziellen Massenvermarktung völlig voneinander gelöst haben. Daher werde ich hier nicht wiederholen, was in diesem früheren Artikel über die Rolle, die Tätigkeit und die Person des Gurus sowie die Beziehung zu ihm geschrieben wurde. Dieser Artikel wird sich

mit der Frage befassen, wie man sich wieder mit dem Guru verbinden kann. Insbesondere, wie man sich mit dem inneren Guru verbindet.

Während der ersten Kriya Yoga Einweihungszeremonie erkläre ich allerdings, dass das Wort „Guru“ am besten als ein „*Tattva*“ zu verstehen ist, ein bestimmtes Prinzip der Natur bzw. von *Shakti*, das die Wirkung hat, göttliche Qualitäten zu offenbaren, insbesondere „das Wahre, das Gute, das Schöne und die bedingungslose Liebe“.

Daher kann alles, was diese zum Ausdruck bringt, sei es ein Buch, ein Sonnenaufgang oder die Augen eines Babys, als eine Manifestation des „*Guru-Tattva*“ betrachtet werden. Wenn eine Person diese ständig manifestiert, neigen andere dazu, diese Person als „Guru“ zu bezeichnen. Aber es ist nicht die Person, die ein „Guru“ ist. Der Guru ist die Lehre und die Praktiken, die dem Schüler vermittelt werden, geboren aus einem höheren Bewusstsein. Es ist das, was durch diese Person kommt, ob sie nun lehrt oder schweigt, was das Herz eines anderen auf tiefe Weise berührt und diese göttlichen Qualitäten offenbart oder manifestiert. Trotz der persönlichen Begrenzungen der Person manifestiert sich das *Guru-Tattva*.

### **Wie kann man sich wieder mit dem Guru verbinden?**

Wie bereits erwähnt, hängt die Antwort auf diese Frage davon ab, ob das Bedürfnis nach einer „Wiederverbindung“ in erster Linie körperlicher, emotionaler, mentaler, psychischer oder spiritueller Natur ist.

Diese Perspektiven begrenzen jeweils die Erfahrung des Gurus. Wie Schleier können sie verdunkeln oder einschränken, was durchscheint. Das Begriff „Guru“

leitet sich von dem Wort „*Guna*“ ab, das sich auf die drei Eigenschaften der Natur bezieht: Aktivität, Trägheit und Gleichgewicht (*Rajas*, *Tamas* und *Sattva*). Das gesamte letzte Kapitel der *Yoga Sutras* von Patanjali ist der Frage gewidmet, wie man ihren Einfluss überwindet und das ultimative Ziel des Yoga erreicht, das als *Kaivalya* oder absolute Freiheit vom Einfluss der *Gunas* bezeichnet wird. Der Guru ist also derjenige, der einen zu diesem Ziel führt. Die Yogapraxis wird in dem Maße zum Guru, in dem sie das eigene energetische Bewusstseinsniveau über die egoistische Perspektive hinaus anhebt. Die Praxis wird auch insoweit zum Guru, wie man aus persönlicher Erfahrung lernt. Yogische *Sadhana* oder Praxis, wenn sie regelmäßig und geschickt praktiziert wird, erlaubt es der eigenen Wahrnehmung, geistige Täuschungen zu durchdringen, die als die Wirkkräfte von *Maya* bekannt sind, dem Naturprinzip, welches das Bewusstsein durch Zeit, Raum, Leidenschaft, Karma und Unwissenheit über die eigene wahre Identität begrenzt. Daher erfordert die Überwindung jedes dieser Prinzipien unterschiedliche yogische Praktiken. Weisheit ist die Frucht ihrer Praxis.

### **Physisch:**

Überlege einmal, wie viel deiner Zeit und Mühe du jeden Tag den Bedürfnissen oder Ansprüchen des physischen Körpers in Bezug auf Nahrung, Unterkunft, Überleben, Müdigkeit, Wohlbefinden, Schmerzvermeidung, Sinneslust und Anspannung widmest. Das regelmäßige Praktizieren der Yoga-*Asanas* oder Körperhaltungen und der Diätvorschriften ist das Hauptmittel zur Beseitigung dieser Quellen der Ablenkung. Wenn die Körperhaltungen mit dem Schwerpunkt auf ihrer entspannenden und therapeutischen



Wirkung anstatt auf Leistung ausgeführt werden, beruhigen sie auch die emotionalen/vitalen und mentalen Körper. Die sich daraus ergebende Ruhe schafft die notwendige Voraussetzung dafür, dass sich das Bewusstsein nach innen wenden und den inneren Guru, das Selbst, erkennen kann. Das Sprichwort, „Guru, Gott und Selbst sind eins“ kann dann verwirklicht werden.

Die Verbindung mit dem *Guru-Tattva* kann auf körperlicher Ebene auch dann erfolgen, wenn man sich in der physischen Gegenwart jemandes befindet, der es manifestiert. Die bloße Anwesenheit einer solchen Person erhebt das Bewusstsein anderer. Antworten auf Fragen können spontan im Geist anderer auftauchen, bevor sie überhaupt gestellt werden.

Die Betrachtung des Bildes eines Lehrers, den man mit dem „*Guru-Tattva*“ identifiziert, kann ebenfalls wirksam sein, um sich wieder zu verbinden. Auch das hingebungsvolle Praktizieren der 1., 2. und 18. Haltung der Babaji's-Kriya-Hatha-Yoga-Serie und das Chanten des Guru-Mantras sind effektiv.

### **Emotional/Vital:**

Der Vitalkörper ist der Sitz aller Emotionen. Die meisten davon sind negativ. Zu den negativen Emotionen gehören Langeweile, Depression, Traurigkeit, Stolz, Angst und Ärger. Er ist auch der Sitz aller Begierden, einschließlich kleiner Vorlieben und Abneigungen. Er durchdringt sowohl den physischen als auch den mentalen Körper, die in ihrer Schwingungsfrequenz benachbart sind. Da er sowohl unsere Gefühle als auch unsere Gedanken beherrscht, versucht der Yogi, seine Auswirkungen zu neutralisieren.

Die Praxis von Bhakti-Yoga bewirkt dies direkt, indem sie die eigenen Ener-

gien auf die positive Emotion der reinen, bedingungslosen Liebe lenkt. Das Objekt der Liebe ist ein göttliches Wesen oder eine Persönlichkeit, ein Heiliger, ein Gott oder eine Göttin. Chanten, Singen von Liedern oder Hymnen, Gruppen- oder Einzelanbetung und Zeremonien sind die häufigsten Ausdrucksformen des Bhakti-Yoga. Im Gegensatz zum Gebet stellt er keine Forderungen, er ist nicht bittstellerisch. Er ist feierlich und bedingungslos. Er vermittelt uns die Erfahrung von Freude oder Glückseligkeit. Freude bzw. Glückseligkeit ist im Unterschied zu Glück bedingungslos. Yoga lehrt, dass die ultimative Realität *Satchidananda* oder Absolutes Sein, Absolutes Bewusstsein und Absolute Glückseligkeit ist. Da Bhakti-Yoga jedoch in erster Linie von Emotionen gespeist wird, ist er in der Regel instabil, und daher kann man leicht in negative emotionale Tendenzen oder mentale Gewohnheiten zurückfallen, bis diese auf mentaler Ebene durch die Praxis von Meditation ausreichend gereinigt worden sind.

### **Mental:**

Der Mentalkörper umfasst die fünf Sinne, das Gedächtnis und die Fähigkeit, Lernen, körperliche Aktivitäten, Visualisierung, Planung, Organisation und Sprechen zu koordinieren. Diese werden in der Regel durch Gewohnheiten gesteuert. Viele Erinnerungen sind durch positive oder negative Emotionen konditioniert, an denen man festhält. Sie sind eine große Quelle der Verschleierung. Folglich kann man die zugrunde liegende Realität nicht sehen, die eigentlich das *Guru-Tattva* ist.

Die yogische Methode, sich mit dem Guru aus der mentalen Perspektive zu verbinden, beinhaltet das Loslösen von den Bewegungen des Geistes. Patanjali

bezeichnet dies als „Kriya Yoga“. Im Yoga Sutra II.1 sagt er, dass es aus ständiger Übungs-Praxis, Selbststudium und Hingabe an *Ishvara* besteht. Im Yoga Sutra I. 24 schreibt er: *„Ishvara ist das besondere Selbst, unberührt von allen Belastungen, Handlungen, deren Auswirkungen oder irgendwelchen unterschwelligem Eindrücken von Wünschen.“* Im Yoga Sutra I.26 erklärt er weiter: *„Unberührt durch die Zeit ist er der Lehrer selbst der ältesten Lehrmeister.“* In I.27 und 28 sagt er uns, dass *„das Wort, das Ishvara offenbart, der mystische Laut OM ist“*, und dass man *„deshalb diese heilige Silbe OM immer wiederholen sollte, während man mit Hingabe über ihren Sinn nachdenkt.“*

Im Yoga Sutra I.12, sagt er uns, dass man durch die ständige Praxis des Losgelöstseins aufhört, sich mit den Fluktuationen des Bewusstseins zu identifizieren. Im Yoga Sutra II.11 führt er dies weiter aus: *„Im aktiven Stadium werden diese Fluktuationen des Bewusstseins durch Meditation beseitigt.“*

Eine andere Möglichkeit, sich mit dem Guru zu verbinden, besteht darin, während der Meditation die Form der Person des Gurus zu visualisieren und ein Mantra zu wiederholen, das sich auf den Guru bezieht, wie z.B. *„Om Kriya Babaji Nama Aum“*. Babaji, der Ursprung und die lebendige Quelle des Kriya Yoga, hat gesagt, dass man seinen Segen und seine Unterstützung erhält, wenn man seinen Namen mit Liebe wiederholt. Eine der einfachsten, aber unpersönlichen Möglichkeiten, sich geistig mit dem Guru zu verbinden, ist der Gedanke *„Babaji ist Liebe und Liebe ist Babaji“*. Dann wird jede Aktivität, die mit Liebe ausgeführt wird, zu einem Mittel, sich mit dem Guru zu verbinden! Siehe dazu den Link zu dem Artikel „Liebe, Gnade und der Guru“ am Ende.

## Intellektuell:

Der intellektuelle Körper ist die Dimension, in der sich Ideen, Worte und Lehren befinden. Anders als die Bewegungen im Mentalkörper haben sie keine visuelle Form. Sie sind abstrakt, auch wenn sie schriftlich oder mit der Stimme ausgedrückt werden können.

Yoga bietet Weisheitslehren als Mittel, um den Menschen durch die Grenzen der intellektuellen Perspektive zu führen. Anders als in der Philosophie besteht der Zweck der Weisheitslehren darin, Anleitung zu geben, wie man Leiden vermeidet und wie man Gott, das Selbst und den Guru verwirklicht. Ein Lehrer, der konsequent Weisheit lehrt, ist ein Guru, ein Träger des *Guru-Tattva*. Meditation über die Lehren, die mit einem Guru in Verbindung stehen; Rezitation des Kriya Yoga Gelöbnisses: *„Ich akzeptiere Satguru Kriya Babaji als mein Ideal und werde über diesen kontemplieren ....“*. Wie in der ersten Einweihung gelehrt, sind dies Möglichkeiten der Hingabe an *Ishvara*, der, wie oben erwähnt, das Selbst und der Guru ist.

## Seelisch:

**Was ist das seelische Wesen?** Man kann es sich als den inneren Guru vorstellen, die Stimme unserer Seele. Sri Aurobindo bezeichnet es meist metaphorisch als einen „Funken, der vom Göttlichen kommt“:

*„Das Seelische ist ein Funke, der vom Göttlichen kommt, der in allen Dingen vorhanden ist, und während sich das Individuum entwickelt, wächst er in ihm und manifestiert sich als das seelische Wesen, die Seele, die immer nach dem Göttlichen und der Wahrheit sucht und dem Göttlichen und der Wahrheit antwortet, wann und wo immer sie ihm begegnet.“* (Aurobindo 2012: 105)

*„Es gibt Individualität im seelischen Wesen, aber keinen Egoismus. Der Egoismus verschwindet, wenn sich das Individuum mit dem Göttlichen vereinigt, oder sich dem Göttlichen völlig hingibt.“*

*Das innerste seelische Wesen ersetzt das Ego. Durch Liebe und Hingabe an das Göttliche wird das seelische Wesen stark und manifest, so dass es das Ego ersetzen kann.“ (Aurobindo 1972: 124).*

*„Es kann als ein mystisches Licht hinter dem Herzzentrum wahrgenommen werden. Man kann vom Seelischen sagen, dass es dies [der leuchtende Teil unseres Wesens] ist, denn das Seelische ist in Kontakt mit dem Göttlichen und eine Projektion des Göttlichen in die niedere Natur. Das Seelische befindet sich tief im inneren Herzzentrum hinter dem emotionalen Wesen. Von dort aus dehnt es sich nach oben aus, um den seelischen Verstand zu bilden, und nach unten, um das seelische Vitale und das seelische Physische zu formen, aber normalerweise wird man sich dessen erst bewusst, nachdem der Verstand, das Vitale und das Physische unterworfen und unter den seelischen Einfluss gebracht wurden.“ (Aurobindo 2012: 122-123)*

Man kann den inneren Guru in dem Maße verwirklichen, in dem auch das seelische Wesen aus dem Hintergrund in den Vordergrund des eigenen Bewusstseins tritt. Solange die egoistische Sichtweise, die aus der falschen Identifikation mit dem physischen Körper, den Emotionen und den Bewegungen des Geistes entstanden ist, durch die reinigende Praxis von Kriya-, Bhakti- und Karma-Yoga nicht ausreichend zur Ruhe gebracht wird, hat man nur gelegentliche Kontakte mit dem seelischen Wesen. Es kann Warnungen, kraftvolle Einsichten und Antworten auf wichtige Fragen geben.

In der ersten Einweihung von Babaji's Kriya Yoga wird das *Babaji Samyama Kriya*, die siebte Meditationstechnik, gelehrt, um mit Babaji zu kommunizieren.

Wenn wir uns des seelischen Wesens im Innern bewusst werden, leitet es die *Sadhana* (die Praxis, durch die Vollkommenheit, *Siddhi*, erlangt wird).

Wir können sagen, dass das seelische Wesen die Seele in der Natur ist, wobei es sich durch sie entwickelt, sie unterstützt und manchmal, wenn es eine Öffnung für ihren Einfluss gibt, unsere Person im Drama des Lebens führt.

Es gibt klare Hinweise für seinen Einfluss auf das innere Wesen, den inneren Geist, das innere Vitale und das innere Physische.

*„Diese Dinge – Liebe, Mitgefühl, Güte, Bhakti, Ananda – sind die Natur des seelischen Wesens, denn das seelische Wesen ist aus dem göttlichen Bewusstsein entstanden, es ist der göttliche Teil in dir. Aber die niederen Anteile sind es noch nicht gewohnt, dem Einfluss und der Kontrolle des Seelischen zu gehorchen oder sie zu schätzen, denn beim Menschen handeln die vitalen und physischen Anteile üblicherweise für sich selbst und interessieren sich nicht dafür, was die Seele will. Wenn sie sich um das Seelische kümmern und ihm gehorchen, ist das ihre Bekehrung – sie beginnen, die seelische oder göttliche Natur auf sich selbst zu übertragen.“ (Aurobindo 2012: 122)*

### **Spirituell:**

Der spirituelle oder Glückseligkeitskörper hat keine Form. Er ist der subtilste aller fünf Körper. Er lässt sich am leichtesten in tiefer Meditation erfahren, wenn die anderen Körper still und ruhig werden. Dieser Zustand wird in den Yoga Sutras als *Samadhi* bezeichnet. In ihm

erkennt man die Identität mit allem. Er transzendiert Worte. Wenn man *Das* ist, verbindet man sich mit dem Guru. Man kann ihn auch erahnen, indem man sich auf große Aussagen wie „*Babaji ist Liebe*“ oder „*Anbu Shivam*“ (Liebe ist Gott), „*Sei still und wisse, dass ich Gott bin*“, „*Ich bin das*“ oder „*Das bin ich*“ konzentriert. Lies mein Buch „*Erleuchtung ist anders als du denkst*“, um mehr darüber zu erfahren.

#### Referenzen:

„Das seelische Wesen: Unsere Öffnung für das Göttliche“, Teil 1, [↑Kriya Yoga Journal, Teil 1, Herbst 2019](#)

Teil 2, [↑Kriya Yoga Journal Winter 2019/20](#)

„*Babaji Samyama Kriya* erfordert Offenheit und Empfänglichkeit“, [↑Kriya Yoga Journal, Winter 2014/15](#)

„Liebe, Gnade und der Guru“, [↑Kriya Yoga Journal, Herbst 2015:](#)

„*Guru Purnima*“, [↑Kriya Yoga Journal, Sommer 2004](#)

Die Kriya Yoga Sutras des Patanjali und der Siddhas, von M. Govindan:

[www.babajiskriyayoga.net/german/shop.php#Patanjali](http://www.babajiskriyayoga.net/german/shop.php#Patanjali)

Aurobindo, Sri. *Briefe über Yoga*, Jubiläumsausgabe. Pondicherry: Sri Aurobindo Ashram Verlag, 1972

Aurobindo, Sri. „*Briefe über Yoga*“ im Gesamtwerk von Sri Aurobindo, Band 28. Pondicherry: Sri Aurobindo Ashram Verlag, 2012

## 4. Yoga ist ein Weg der Weisheit und der Liebe

von Dr. T. N. Ganapathy

(Anmerkung des Herausgebers: Dies ist eine deutsche Übersetzung eines Auszugs aus: „*The Yoga of Tirumalar: Essays on the Tirumandiram*“, Seiten 148-149)

„Yoga mag mit Religion an sich in Verbindung gebracht werden, aber er lässt sich klar von Religion und religiösen Praktiken unterscheiden. Während die Religion von Gottesverwirklichung spricht, bezieht sich Yoga auf Selbst-Verwirklichung. Um Selbst-Verwirklichung zu erreichen, wird im Yoga die Methode des *Jnana* (Weisheit) angewandt. Die tamilischen Yoga Siddhas bestanden auf der äußersten Wichtigkeit von *Jnana* und betonten nicht *Bhakti* als Methode zur Verwirklichung. Beim *Bhakti* weint das Herz dem nach, was verloren

ist, während sich bei *Jnana* der Geist an dem erfreut, was er gefunden hat. Daher stehen die tamilischen Yoga Siddhas der Götzenverehrung und religiösen Praktiken kritisch gegenüber. Sie sind gegen die fundamentalistische Haltung der Religion. In ihrer Literatur fehlen lokale Kulte oder Gottheiten fast vollkommen. Kein echter Siddha hat in der tamilischen Literatur ein Loblied auf irgendeine lokale Gottheit gesungen. Eine der Hauptcharakteristiken, die Differenzierung, um einen echten Siddha zu bestimmen, ist herauszufinden, ob er/sie ein Loblied auf irgendeinen lokalen Gott oder eine lokale Gottheit verfasst hat. Nach *Siva-Vakkiyar* verehrt ein Siddha niemals eine Gottheit in einem Tempel (Anmerkung 1). Dies ist ein



Merkmal, das Siddhas von anderen Heiligen, insbesondere *Alvaren* und *Nyanmaren* unterscheidet. Aber die Siddhas glaubten an das höchste Abstrakte und nannten es „Das“ oder „Es“ oder „Soheit“ bzw. „*Paraparam*“ auf Tamil. Die Siddhas sind gegen jede institutionalisierte Religion, die Gewohnheiten, Bräuche und rituelle Praktiken hervorbringt, die einen daran hindern, spirituell wachsam und vollkommen bewusst zu sein. Formalitäten drohen wichtiger zu werden, als die eigene innere Natur bzw. das Selbst zu erkennen und somit werden Rituale und Heilige Schriften nur zu Fesseln. Jemand, der an Erleuchtung interessiert ist, sollte sich vor Stolpersteinen wie Ritualen, Schriften, Tempeln, Kirchen, Moscheen etc. in Acht nehmen, die den spirituellen Weg und Fortschritt behindern. Gemäß der Siddhas ist die Ursache für das Vorherrschen von Verblendung in unseren Leben eher institutioneller als persönlicher Natur.

In dem Vorwort zu diesem Buch, Seiten XVII bis XVIII, schreibt Dr. Ganapathy auch:

„... im Falle von Tirumular findet man im *Tirumandiram* keinen einzigen Hinweis darauf, dass er die einzelnen Gottheiten in irgendeinem bestimmten Tempel verehrt hätte. Laut Tirumular ist die beste Form der Verehrung nicht Blumenhuldigung, sondern das Nichttöten auch nur eines Atoms des Lebens und der beste Ort der Verehrung ist das Herz, wo die Seele wohnt (Vers 197)..... die Siddhas waren keine Gläubigen im Sinne von Götzenanbetern ... Sie glaubten an eine höchste Abstraktion. Die wiederholte Verwendung des Wortes *Civam* (ein abstraktes Nomen, das für „Güte“, „Glück“ und den höchsten Zustand Gottes steht, in dem Er als reine Intelligenz existiert) anstelle des gebräuchlichen Begriffs *Civan* (der Siva bedeutet) macht diesen Punkt sehr deutlich. Anders formuliert, sie glaubten an eine abstrakte Idee der Gottheit anstatt an einen persönlichen Gott.“

Er schreibt weiter: „Tirumular bezieht sich auf *Siva* als Liebe. Seine Grundphilosophie ist Liebe – eine unverfälschte, reine, spirituelle Liebe – die keine Gegenleistungen oder Ergebnisse erwartet. Sein Kehrreim ist Liebe, was sich in vielen seiner Verse widerspiegelt (270, 272-274, 276, 279, 280-282, 286, 287, 416, 1005, 1456 und 2980). Die drei großen Aussagen Tirumulars sind: (i) Liebe ist Gott (*anbe civam*, Vers 270); (ii) Möge die gesamte Welt jene Glückseligkeit erlangen, die ich empfangen habe (*yan perra inban peruga i-v-vaiyam*, Vers 85) und (iii) Die Menschheit ist eine Familie und Gott ist einer (*onre kuamum oruvane tevanum*, Vers 2104). All diese *Maha-Vakyas* des *Tirumandirams* drücken auf unterschiedliche Art und Weise aus, dass das Höchste

die Liebe und nur die Liebe ist. Liebe ist Glückseligkeit, die von jedem erlangt werden kann und daher ist die Menschheit, ja sogar die Welt, eine Familie mit Liebe (Gott) als Basis. Um den Ausbruch von Egoismus, welcher die Antithese der Liebe ist, zu vermeiden, hat Tirumular der Welt die *Sastra* (Abhandlung) des *Tirumandirams* geschenkt (Vers 87).

Die Basis von Yoga oder Einheit ist Liebe. Nur durch Liebe erreicht man die Vereinigung mit *Sivam*."

Anmerkung 1: Truth Speaks, *Civavakkyam*, Vers 21; [www.babajiskriyayoga.net/german/shop.php#civavakkiyam\\_book](http://www.babajiskriyayoga.net/german/shop.php#civavakkiyam_book)

Für weitere Lektüre zu diesem Thema: *The Yoga of Tirumular: Essays on the Tirumandiram* (nur in englischer Sprache) und *Jesus und die Yoga Siddhas – Lehren der Weisheit* (erhältlich in 6 Sprachen) auf unserer Buchladen-Seite unter: [www.babajiskriyayoga.net/german/shop.php](http://www.babajiskriyayoga.net/german/shop.php)

## 5. Acharya Chandra Devi, ein neues Mitglied des Ordens der Acharyas

Wir freuen uns, unseren Lesern ein neues Mitglied des Babaji's Kriya Yoga Ordens der Acharyas vorstellen zu können, das am Sonntag, den 17. April 2022, in Italien in den Orden aufgenommen wurde, und zwar im Rahmen einer Zeremonie, in der ihre Erfüllung der Mitgliedschaftsvoraussetzungen und ihr öffentliches Engagement für den Dienst an der Öffentlichkeit durch die Weitergabe der Lehren Babajis und Seines Kriya Yoga gefeiert wurden.

Chiara Strani erhielt den Namen Chandra Devi. Sie praktiziert Babaji's Kriya Yoga seit 2010. Folgendes sagt sie über sich selbst:

„Ich habe viele Leben geführt und hatte viele Jobs in einem kleinen Teil Norditaliens, bevor ich mich in den letzten 15 Jahren der Internetagentur meiner Familie gewidmet habe.

Ich habe immer nach dem Sinn des Leidens gesucht, sowohl im Leiden selbst als auch bei der Überwindung von Leid. 1997 fand ich mich in einem Seminar wieder, bei dem ich meine ersten Meditationen praktizierte und einen kurzen Eindruck von etwas Unbekanntem erhielt, das mich von einem sehr alten Gefühl der Schuld befreite. Es war klar, dass ich nach etwas suchen musste und ich begann damit, die Wirklichkeit jenseits der Erscheinungswelt zu erforschen.



Ich hatte Babajis Namen als Teenager von einem einheimischen, befreundeten Sadhu gehört, der mir die Geschichte von seiner Begegnung mit Babaji in den Bergen Nordindiens erzählte. Die *Autobiographie eines Yogi* stand immer im Regal. Ich hatte das Buch zwar aufgeschlagen, aber nie gelesen.

2003 hielt mich Yoga buchstäblich auf der Straße an, und so begann ich, Hatha Yoga zu praktizieren und mehr über Raja Yoga zu lernen. 2008 brachten mich einige scheinbar zufällige Ereignisse zu Babaji's Kriya Yoga und das Wenige, was ich über Yoga wusste, machte aus einer neuen und weiteren Perspektive Sinn. Irgendetwas gab mir das Gefühl, zu Hause zu sein.

Es kam dazu, dass ich zehn Jahre lang Yoga studierte und lehrte, eine Marke von Rudraksha Malas vertrieb, Acharya Arjuna mehr als ein Jahrzehnt lang bei Einweihungsseminaren unterstützte, einige Bücher über Kriya Yoga übersetzte und deren Vertrieb über Babaji's Kriya Yoga Publications organisierte, ich zog sogar um, wobei ich immer erst im Nachhinein realisierte, wie dies alles mit Visionen aus Meditationen zusammenhing, mit der kreativen Kraft, die wir uns zu Nutze machen können.

Nach dem Geschenk der dritten Einweihung in Indien zog ich mich von den

Yoga-Kursen zurück, um mein Studium und meine persönliche Praxis zu integrieren und zu vertiefen und vielleicht auch, um aus einer Rolle hervorzutreten. Ich begann, die Art und Weise, wie große Veränderungen und Herausforderungen auftreten und wie man mit ihnen umgeht, als yogische *Sadhana* in Aktion zu sehen. Die Idee der Trennung von Praxis und Leben fing an, zu verblassen.

Einer der vielen Schätze, die ich beim Kriya Yoga gefunden habe, ist ein gewisser Grad an Losgelöstheit. Ich akzeptiere Freude und Kummer gleichermaßen, in

dem Wissen, das sie kommen und gehen. Ich sehe den Raum, in dem sich die Dinge von selbst formen, ich versuche, den Zeichen zu folgen, verfügbar zu sein, ohne mich einzumischen und einem größeren Willen zu erlauben, das Spiel des Lebens zu lenken.

Diesem Willen vertraue ich mich an und verneige mich vor der Kraft des

Kriya Yoga, die Wahrnehmung und den Sinn der Lebenserfahrung zu transformieren. Was ich um mich herum und bei anderen Praktizierenden geschehen sehe, inspiriert mich zu der moralischen Verpflichtung, der sozialen und globalen Mission des Gurus zu dienen.

Jai Babaji! Om Sharavana Bhava!"



## 6. News und Notizen

**Kriya-Hatha-Yoga-Lehrgang: 03. bis 18. August 2023.** Lerne, wie du deine Praxis von Babaji's Kriya Hatha Yoga zutiefst spirituell gestalten kannst. Entwickle das Selbstvertrauen und die Kompetenz, ihn mit anderen zu teilen. Details unter (in englischer Sprache):

[www.babajiskriyayoga.net/english/pdfs/events/hytt quebec 2023.pdf](http://www.babajiskriyayoga.net/english/pdfs/events/hytt quebec 2023.pdf)

**Erhalte unsere neuen Babaji-Grußkarten!** Sie inspirieren und erinnern dich an Kriya Babaji und die Weisheit unserer Tradition. Wir senden sie dir über Whatsapp 2-3x pro Woche in sechs verschiedenen, wählbaren Sprachen. Gleichzeitig werden wir sie in englischer Sprache auf Instagram veröffentlichen ([instagram.com/babajiskriyayoga](https://www.instagram.com/babajiskriyayoga) bzw. [www.babajiskriyayoga.net/german/weekly-message.php](http://www.babajiskriyayoga.net/german/weekly-message.php)).

Weiterführende Information: [Hier klicken](#), zum Download der zugehörigen PDF-Datei.

**Neues Podcast-Interview mit M. G. Satchidananda.** „Light Conversation with Bhaskar Goswami“ zu einer Vielzahl von Themen (eine Stunde in englischer Sprache); Details unter: [www.babajiskriyayoga.net/email/bky-monthly-promo/english/bky-bhaskar-podcast-2022.html](http://www.babajiskriyayoga.net/email/bky-monthly-promo/english/bky-bhaskar-podcast-2022.html)

**Online-Satsang-Treffen, Yoga-Kurse, Fragen und Antworten.** Viele unserer Acharyas bieten Eingeweihten und Nicht-Eingeweihten ihre Unterstützung durch Online-Streaming von Hatha-Yoga-Unterricht sowie Satsang-Treffen über

Cyberspace-Kommunikationsplattformen wie Zoom an. Andere Kriya Yoga-Techniken, die während der Einweihungsseminare gelehrt werden, können jedoch dabei nicht weitergegeben werden. Ihr Zweck ist es, die Teilnehmer zur Meditation zu ermutigen und in zweiter Linie eine gewisse Inspiration zu geben. Fragen von Eingeweihten zu den Kriya-Yoga-Techniken werden nur *in einem individuell abgestimmten Gespräch beantwortet, bei dem Vertraulichkeit gewährleistet ist, entweder per E-Mail oder Telefon bzw. persönlich.*

**Nutze Zoom, um an online Kriya Hatha Yoga Kursen, Meditationen und Satsang-Treffen teilzunehmen.**

**Babaji's Kriya Yoga Online-Satsangs:**

**Tägliche Gruppen-Sadhana:**

Montag bis Samstag, 13:30 Uhr (MESZ);

Persönliche Anmeldung ist erforderlich per E-Mail an unser Sadhana Team, auf Deutsch bei Nathalie ([nathalie.kriya@gmx.de](mailto:nathalie.kriya@gmx.de)) mit folgenden Angaben:

- Ort, Jahr und Acharya der eigenen Einweihung in Babaji's Kriya Yoga

**Internationaler Sonntags-Satsang:**

15:30 Uhr (MESZ), am ersten Sonntag im Monat (auf Englisch)  
Dauer: 60 bis 120 Minuten, mit wechselnden Acharyas; Details unter:

[https://kriyababaji.it/babajiskriyayoga\\_online\\_satsang/](https://kriyababaji.it/babajiskriyayoga_online_satsang/) bzw.

[www.babajiskriyayoga.net/german/satsang.php](http://www.babajiskriyayoga.net/german/satsang.php)



## Kriya Yoga Einweihungen und Veranstaltungen

### Erste Einweihung

mit Satyananda

**Bretten** (DE) 30.09. – 03.10.2022

Veranstaltungsort: Indra Yoga

[Zweitere Details und Programm](#)

Kontakt: info@babaji.de

mit Brahmananda

**Attersee** (AT) 23. – 25.09.2022

Veranstaltungsort: Kriya Loka »home of yoga«

[Zweitere Details und Programm](#)

Kontakt: info@babaji.at

Telefon: 0043 (0)664 5362309

mit Chaitanya

**Wieselburg** (AT) 12. – 14.08.2022

Veranstaltungsort: KriyaMandiram

[Zweitere Details und Programm](#)

**Wieselburg** (AT) 25. – 27.11.2022

Veranstaltungsort: KriyaMandiram

[Zweitere Details und Programm](#)

Kontakt: connect@rajayoga.at

Telefon: 0043 (0)664 4180940

### Zweite Einweihung

(Anthar Kriya Yoga)

mit Satyananda

**Bad Griesbach** (DE) 16. – 19.06.2022

Veranstaltungsort: Alter Pilgerhof

[Zweitere Details und Programm](#)

**Burgdorf** (CH) 08. – 11.09.2022

*vorläufiger Termin*

Veranstaltungsort: Purna Haus

*Zweitere Details und Programm folgen*

Kontakt: info@babaji.de

### Dritte Einweihung

(Fortgeschrittenentraining)

mit Satyananda

**Bad Griesbach** (DE) 28.07. – 07.08.2022

Veranstaltungsort: Alter Pilgerhof

[Zweitere Details und Programm](#)

Kontakt: info@babaji.de

### **Besuche die Seite unseres Internetver- sandhandels**

www.babajiskriyayoga.net, um per VISA, American Express oder Mastercard alle Bücher und andere Produkte von Babaji's Kriya Yoga Publications zu beziehen, oder für Spenden an den Orden der Acharyas. Deine Kreditkarten-Informationen werden verschlüsselt und geheim gehalten.

**Abonniere den Fernstudienkurs „The Grace of Babaji“ von Babaji's Kriya Yoga.** Wir laden dich ein, uns bei diesem Abenteuer der Selbsterkundung und –entdeckung zu begleiten, das auf den Büchern beruht, die von Babaji 1952 und 1953 diktiert worden sind. Erhalte per Post jeden Monat eine Lektion von 24-30 Seiten zu einem bestimmten Thema mit praktischen Übungen. Details unter:

[www.babajiskriyayoga.net/german/shop.php#GraceCourse](http://www.babajiskriyayoga.net/german/shop.php#GraceCourse)

**Wir bitten alle Abonnenten des Kriya Yoga Journals – falls noch nicht geschehen – um die jährliche Zahlung von 13 Euro auf das deutsche Konto von M.G. Satchidananda für das Abonnement.**

*Die Kontodaten:*

*Kontoinhaber: M. Govindan, 196 Mountain Road, P.O.Box 90, Eastman, Quebec, JOE 1P0 Canada*

*Kontonummer: 0723106*

*Bank: Deutsche Bank Privat und Geschäftskunden, Rossmarkt 18, 60254 Frankfurt*

*BLZ: 500 700 24*

*IBAN DE09500700240072310600*

*BIC/Swift code DEUTDEDBFRA*

**Anmerkung für Abonnenten des Kriya Yoga Journals:** Das Journal wird vierteljährlich per E-Mail an alle diejenigen versendet, die über eine E-Mail Adresse verfügen. Wir bitten euch darum, uns mitzuteilen, an welche E-Mail Adresse das Journal verschickt werden soll und, dass ihr, falls ihr einen Anti-Spam Blocker benutzt, unsere E-Mail Adresse [info@babajiskriyayoga.net](mailto:info@babajiskriyayoga.net) auf die Ausnahmeliste setzt. Das Journal wird als ein formatierter pdf-Anhang mit Bildern verschickt. Diesen kann man mithilfe des Adobe Acrobat Readers öffnen. Andernfalls können wir es auf Anfrage nochmals als unformatiertes Worddokument ohne Bilder verschicken. Falls du dein Abonnement nicht bis zum 30. September 2022 verlängerst, kann es sein, dass du die nächste Ausgabe nicht erhältst.