



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. Mögen und Nicht-Mögen ist eine Krankheit des Geistes von M. G. Satchidananda
2. Das oft ungenutzte Potential der Hingabe von Durga Ahlund
3. Kriya Yoga: Einstimmung, Sadhana und Dienst von Acharya Nityananda
4. Warum sollte man über die Verse der Yoga Siddhas meditieren? Buchkritik von M. G. Satchidananda
5. 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. Mögen und Nicht-Mögen ist eine Krankheit des Geistes

von M. G. Satchidananda

Der Weg zu einem Zustand der Selbstverwirklichung oder Erleuchtung kann durch das Erinnern und mentale Wiederholen von kurzen Aussagen erleichtert

werden, wobei die Bewegungen des Geistes und des emotionalen/vitalen Körpers kurzgeschlossen, gestoppt oder zumindest geschwächt werden können. Im

Folgenden sind einige Beispiele aufgeführt, die hilfreich sein können:

Mögen und Nicht-Mögen ist eine Krankheit des Geistes.

Erklärung: Mögen und Nicht-Mögen ist Ausdruck von Anhaftung bzw. Abneigung. Diese gehören zu den subtileren Formen des Begehrens. Wegen ihrer Subtilität ignoriert man oft ihre Wirkung. Patanjali identifiziert „Anhaftung“ und „Abneigung“ als zwei der fünf *Kleshas* oder Ursachen des Leidens, die das Produkt von zwei anderen sind: Unwissenheit über die eigene Identität (*Avidya*) und Egoismus (*Ahamkara*), die Gewohnheit, sich mit dem zu identifizieren, was man nicht ist, dem Körper, dem Geist und den Gefühlen. Die fünfte Ursache des Leidens ist die Angst vor dem Tod.

Mögen und Nicht-Mögen manifestiert sich am häufigsten in Form von Impulsen im Vitalkörper, die von Erinnerungen (*Vasanas*) oder Gewohnheiten (*Samskaras*) ausgelöst werden. Der Geist schafft ständig Assoziationen zwischen aktuellen Empfindungen, Dingen, die er sieht, hört, riecht, schmeckt oder berührt, und Erinnerungen. Ihre Interaktion erzeugt dann augenblicklich Impulse des Begehrens im Vitalkörper, dem Sitz der Emotionen und Wünsche.

Begehrten ist eine Falle.

Erklärung: Jeder Mensch hat Begierden. Die Weisen jedoch lassen sich nicht von ihnen hinreißen, indem sie sich mit ihnen beschäftigen. Sie vermeiden es, darüber zu phantasieren, wie glücklich man wäre, wenn sich das begehrte Objekt manifestieren würde. Sie haben erkannt, dass man leidet, wenn man sich erlaubt, bei einem Wunsch zu verweilen, bis dieser verwirklicht ist und dies einem eine

vorübergehende Erleichterung vom Begehrten verschafft, bis der nächste Wunsch in den Geist eintritt. Sie erinnern sich einfach daran, die Wünsche „loszulassen“, anstatt sich an sie zu hängen. Das bedeutet nicht, dass die Weisen sinnliches Vergnügen meiden. Sie finden Freude daran, vor, während und nach jeder Erfahrung der Zeuge zu sein.

Wer bin ich? Wer ist es, der dieses Begehrten verspürt?

Erklärung: Wenn man sich solche Fragen stellt, wechselt man automatisch in die Perspektive des Zeugen. Die einzige wahre Antwort auf solche Fragen ist „Ich bin Das“, was beobachtet und ein Zeuge der Bewegungen des Geistes, der Sinne und der Emotionen ist.

Habe ich eine Vorliebe?

Erklärung: Immer wenn du wissen willst, ob eine Entscheidung oder Wahl, die du getroffen hast oder treffen wirst, von deinem Ego stammt, stelle dir diese Frage. Nur das Ego hat Vorlieben. Das, was du wirklich bist, ist zufrieden, 24 Stunden am Tag und 7 Tage die Woche. Es ist allem gegenüber gleich gesinnt. Die Weisen sehen, wie sich ihr Karma, die Folgen vergangener Gedanken, Worte und Handlungen, in ihrem täglichen Leben auswirkt, und um nicht noch mehr Karma zu erzeugen, beobachten sie es einfach ohne Vorlieben. Das bedeutet nicht, dass sie gleichgültig sind. Während sie immer weniger von ihrem Karma beeinflusst werden, entdecken sie ihren *Dharma*, ihren Weg zur Selbstverwirklichung, der sie dazu motiviert, mit Liebe und Güte zu handeln, ihre Pflichten, *Svadharma*, erfüllen und ihre einzigartigen Qualitäten, ihr *Svabhava*, zum Ausdruck zu bringen. Vergleiche hierzu den yogischen Text, die

Bhagavad Gita, in der Krishna den Heerführer Arjuna ermutigt, ein Krieger zu sein und seine Verwandten im Bürgerkrieg auf dem Schlachtfeld von Kurushetra zu bekämpfen.

Loslassen und Gott gewähren lassen.

Erklärung: Wenn wir „lass' los“ wiederholen, hören wir auf, den Gedanken, das Gefühl, den Wunsch oder die Angst festzuhalten, die sich gerade in unserem Geist bewegen. Das Bewusstsein weitet sich aus. Wir hören auf, unter dem Bedürfnis nach Kontrolle zu leiden. Die Quelle aller Emotionen ist das „Kontrollieren-Wollen“ und das „Geliebt-Werden-Wollen“. Wenn wir uns daran erinnern, „loszulassen und Gott gewähren zu lassen“, entspannen wir uns und gehen mit dem Fluss des Lebens, wie jemand, der einen Fluss voller Felsbrocken „kontrolliert unkontrolliert“ hinuntergespült wird. Ohne es genau zu erfassen, werden wir von unserer höheren Intelligenz geleitet, ohne den Einfluss von Angst oder Begehrten.

Auch dies geht vorbei.

Erklärung: Indem wir gelassen aktiv und aktiv gelassen sind, schaffen wir die idealen Bedingungen, unter denen sich die Zeugenperspektive etablieren kann. Wenn die Dinge in deinem Leben schlecht laufen, erinnere dich, anstatt Enttäuschung, Wut oder Frustration zu empfinden, daran: „Auch dies geht vorbei.“ Wenn die Dinge gut laufen, wenn du bekommst, was du willst, vermeide es, dich zu sehr zu freuen, indem du dich daran erinnerst: „Auch dies geht vorbei.“ Alle Zustände sind vorübergehend. Alles verändert sich. Betrachte die Veränderungen der Umstände als Gelegenheit, die gleichmütige Perspektive des Zeugen beizubehalten.

Sei still.

Erklärung: Dieser berühmte Spruch von Paambatti Siddha, der in der tamischen Sprache durch das Wort *Summa* ausgedrückt wird, war das erste, worüber mein Lehrer Yogi Ramaiah mich 1970 meditieren lehrte. Damals sagte er auch, dass dies in der Bibel, in den Psalmen Davids, als „*Sei still und wisse, dass ich Gott bin*“ ausgedrückt wird. Yoga als direkter Weg beinhaltet die wiederholte Erinnerung an die absolute Realität dessen, was wir sind, nachdem wir dies vergessen haben. Zu den bevorzugten Verweisen der Siddhas auf das, was wir wirklich sind, gehören der Seher, im Unterschied zum Gesehenen, allem anderen, *Vettivel*, der weite leuchtende Raum, *Shiva Shakti*, „bewusste Energie“, Das, *Shivam*, das Gute. Indem ich die Stille suche, besonders im physischen Körper, kann ich in die *bezeugende Gegenwärtigkeit* eintreten und aufhören, mich mit irgendeinem Gedanken, einer Spannung oder Emotion zu identifizieren, die eine Trennung vom strahlenden Selbstbewusstsein verursacht. In der Stille kann ich fragen: „Warum fühle ich mich nicht gut?“ Oder wenn ich den Körper gedanklich abtaste: „Warum spüre ich diese Spannung?“ Indem ich meine Aufmerksamkeit genau auf die Stelle im Körper richte, an der ich eine Spannung spüre, und *still* bin, kann ich sie loslassen.

Shivas kosmischer Tanz umfasst Schöpfung, Erhaltung, Auflösung, Verschleierung und Gnade. Verschleierung entsteht, wenn wir unsere Identität vergessen, wenn wir uns von *Das* getrennt fühlen. Gnade stellt sich ein, wenn wir uns an *Das* erinnern und uns damit identifizieren. Lerne es zu schätzen, dass alle Ablenkungen als Erinnerung daran dienen können, wo und wie Trennung entsteht, und dass alles ein Ausdruck des göttlichen Tanzes

ist. Möge die Wiederholung der obigen Aussagen dir helfen, dich zu erinnern!

Zur weiteren Lektüre: *The Yoga of the 18 Siddhas: An Anthology;*

www.babajiiskriyayoga.net/german/shop.php#18 sid anth book

2. Das oft ungenutzte Potential der Hingabe

von Durga Ahlund

Die Tantras sagen uns, dass *Gott im Inneren existiert, aber sich nicht in allen Wesen gleichermaßen manifestiert. Die Berührung Gottes wird unaufgefordert erfahren.*

Die Siddhas sagen, dass es diesen verborgenen Juwel im Inneren gibt, der nur durch Selbsterforschung gefunden werden kann. Dieser Juwel strahlt auf uns als ein Fluss dynamischer Energie, ein Strom des Erkenntnisses von vorher

Unbekanntem, eine Steigerung von Einsicht, Intuition, Verständnis und Hingabe zurück. Diese dynamische Energie kommt manchmal als eine Ausdehnung des Lichts der Liebe zum Ausdruck, die gewiss mehr als menschlich ist. Dieses Licht der Liebe ist Hingabe. Und dieses Licht der Liebe kann uns in einen Zustand großer Erlösung und Leere versetzen. Diese große Erlösung kann uns in das *Gelobte Land* führen ... die Selbstverwirklichung.

Wir beginnen unsere Yoga-Praxis aus unzähligen Gründen. Nicht zwei von uns haben den gleichen Weg zur gleichen Zeit aus dem gleichen Grund eingeschlagen. Du bist vielleicht bei dem Weg geblieben,

den du begonnen hast, oder bist umhergewandert und hast diesen und jenen Weg ausprobiert. Es mag sein, dass du Yoga für deine Gesundheit und dein Glück regelmäßig und sehr ernsthaft praktizierst, oder dir selber sagst, dass es einfach nur ein Hobby ist, aber wenn du bei einem Yoga-Weg geblieben oder immer wieder dazu zurückgekehrt bist, meine ich, dass du etwas in den

Asanas, Pranayamas, Meditationen und Mantras,

suchst, das du noch nicht erfahren hast. Ich vermute, dass du dich nach jener Brücke sehnst, die dich tiefer in den Frieden deines Seins bringen wird. Ich denke, dass du den geheimen Schlüssel suchst, um dein allerinnerstes Selbst zu berühren.

Und daher führe ich dich in die Praxis von Hingabe bzw. *Bhakti Yoga* ein, als eine sanfte Methode, um einen seltenen und schönen Vorgeschmack deines eigenen Seins zu bekommen. Kriya Yoga beinhaltet *Bhakti Yoga*, allerdings ist Hingabe nicht einfach nur Chanten oder *Mantra*-Praxis und auch nicht rituelle Verehrung oder



Acharya Kriyanandamayi unterrichtet Yoga für Kinder in Sri Lanka

Gebet. Hingabe ist ein Zustand der Gnade, der sich durch eine hingebungsvolle und aufrichtige Praxis der *Suche nach dem Selbst* einstellt.

Für mich ging es bei Hingabe nie um Verehrung. Vielmehr ist sie das Suchen nach einem heiligen Zustand von Geist und Herz. Sie ist eine Energie der Ruhe und Bewusstheit, die einen in den Energiefluss bei den *Asanas* hineinzieht, oder die Erfahrung von Freudentränen bei der Rezitation von *Mantras* bzw. tiefste Zustände von Bewusstsein während der Meditation hervorruft. Hingabe kann eine stärkere Verbindung zwischen Körper, Geist, Herz und *Prana* erzeugen, als eine Praxis ohne sie. Hingabe ruft Stille und ein Gefühl für das eigene Sein hervor, selbst bei den *Asanas*. Hingabe zentriert und fokussiert den Geist. Hingabe verwandelt Meditation in Gebet. Je stärker deine Hingabe ist, desto tiefer und lebendiger werden deine Meditationen sein. Hingabe kann ein *Mantra* zur Entfaltung bringen und dadurch deine *Mantra*-Praxis von etwas, das deine rastlosen Gedanken beruhigt, zu etwas machen, das wahrhaft transformativ ist. Hingabe kann den Geist und das Herz reinigen und die Essenz deines Wesens befreien. Hingabe ist das Gefühl, das du erfährst, sobald die göttliche *Shakti* ungehindert in dir fließt.

Zur Hingabe erwachen

Hingabe ist nicht erforderlich, um *Asanas* zu perfektionieren, oder hohe Meditationszustände zu erreichen. Beim Kriya Yoga gibt es keine Empfehlung, dass man seinem Gründer, Kriya Babaji, als eigenem Guru treu ergeben sein muss, oder überhaupt Hingabe praktizieren muss. Aber *Bhakti Yoga* ist sowohl eine Methode als auch eine Entwicklungsstufe des Yoga. Ich denke, dass ein Zustand der

Hingabe aufkommen wird, wenn man seine Kriya Yoga Techniken regelmäßig praktiziert.

Denn die Kriya-Techniken und Praktiken von *Asana*, *Pranayama*, *Mantras* und Meditationen wurden nicht nur dazu entwickelt, Bewusstheit und dynamische Kraft zu steigern, sondern auch, um uns für den Einfluss des inneren Wesens zu öffnen. Viele Schüler erkennen, dass Sicherheit bei den Techniken und Zuversicht in die Lehren der Abstammungslinie der Yoga Meister sie anfangen lassen, sich jenseits oberflächlicher Yoga-Praktizierender zu bewegen und zu wahren Suchenden zu werden. Hingabe hilft uns, in den Prozess zu vertrauen und Vertrauen in die Techniken öffnet uns für Hingabe.

Wie entwickelt sich also Hingabe?

Vermutlich verschleiert nichts so sehr das Konzept von „Hingabe“ wie der Versuch, es zu erfassen. Am besten lässt man Hingabe einfach so sein, wie sie ist, ohne zu versuchen, sie zu verstehen. Vielleicht weißt du, dass du über sie verfügst, aber nicht, wann sie sich eingestellt hat, oder was sie freigesetzt hat. Möglicherweise bezeichnest du Hingabe lieber als Streben. Was ich sagen kann, ist, dass Hingabe oder Streben sich beim Kriya Yoga zunächst als ein Zustand der *Einstimmung* zu entwickeln scheint. Einstimmung ist etwas, dass in uns aufkommt, wenn unsere Bewusstheit wächst. Dafür bedarf es nicht des denkenden Verstandes. Einstimmung ist ein Zustand der *Interozeption*, d.h. unserer Fähigkeit, unserem physischen Körper, unseren Gefühlen, unserem inneren Wissen und sogar unserer Essenz zuzuhören, sich auf sie einzustimmen und uns damit zu befassten. Einstimmung befreit den Geist von

Ablenkungen und ermöglicht so, dass die Konzentration und der Fokus gestärkt werden. Wir entwickeln diese Fähigkeit der Interozeption, wenn wir unsere *Asana*-Haltungen mit Bewusstheit für das, was im Körper geschieht, während wir sie ausführen, üben. Wir entwickeln diese Fähigkeit auch durch Praxis von *Kriya Kundalini Pranayama* und bei unserer *Mantra*-Rezitation, während wir ihre Wirkung auf uns erfahren. Irgendwann verwandelt sich Einstimmung jedoch in eine schöne neue Qualität und dabei entsteht unsere hingebungsvolle Natur, die uns zum Heiligen hinzieht. Hingabe erzeugt einen Zustand stiller Sehnsucht, einer Sehnsucht nach dem Heiligen im Inneren. Das Heilige wird für uns in vielerlei Hinsicht sichtbar, in unserem Körper, unserem Atem, unseren Meditationen und in unserer Essenz.

Während sich Hingabe bzw. Streben ausbildet, sind wir dazu aufgefordert, unsere Integrität zu vertiefen und unsere Bereitschaft zur Gegenseitigkeit zu aktivieren. Wir beginnen, spirituelle Qualitäten wie Freundlichkeit und Mitgefühl, Wahrhaftigkeit und Demut zu entwickeln. Empathie gegenüber „den Anderen“ und ein Sinn für Freundlichkeit werden zu unserer Art des Seins. Die Liebe vergrößert sich in unserer Welt. Und wir fangen an, aus unserer eignen wahren gesegneten Natur heraus zu leben.

Ohne Hingabe kann selbst ein äußerst tiefgründig Meditierender ziemlich egozentrisch werden. Man kann so stolz und egoistisch werden, dass man dabei hängen bleibt, spirituelle Erfahrungen zu sammeln. Selbstgefälligkeit ermutigt einen nicht, in der Einfachheit der eigenen Seligkeit zu verweilen. Spirituelle Erfahrungen können sehr verführerisch sein. Wenn man an spirituellen Erfahrungen oder an Glaubenssätzen und Nicht-

Glaubenssätzen festhält, werden der mentale und emotionale Geist das Potential jenes gesegneten Raums übersehen, auch wenn man ihn von Zeit zu Zeit erfährt.

Folglich ist Hingabe nicht einfach nur eine äußerliche Praxis. Es geht dabei nicht um eine äußere Zurschaustellung von Gesang oder *Puja* und Ritualen. Stattdessen ist Hingabe innere Verehrung von und tiefe Demut gegenüber dem, was heilig ist, ein Sich-Hingeben an die Seligkeit unseres eigenen inneren Selbst. Diese verborgene Seligkeit ist unsere wahre Natur und das, wonach wir suchen.

Wie kann mir meine Kriya Yoga Praxis dabei helfen, Hingabe zu entwickeln?

Dass du dich auf die Kriya Yoga Praktiken einstimmst, kannst du bemerken oder auch nicht. Yogische Einstimmung ist das, was deine Aufmerksamkeit nach innen gelenkt hat. Einstimmung bereitet dich darauf vor, das Erwachen der göttlichen *Shakti* zu erkennen. Indem du dich darauf fokussierst, was in deinem Körper während deiner Praxis geschieht, wirst du dir der Energie und physischer Empfindungen bewusst werden. Durch die innere Einstimmung wirst du bald ein Stillwerden des Geistes und eine Fülle im Herzen erfahren. Einstimmung reinigt den Geist von Ablenkungen und ermöglicht dir, die Gedanken auf ihrer Reise durch den Raum des Geistes zu beobachten. Körper, Geist und Herz werden lernen, in ruhiger Zufriedenheit zu verweilen, ohne nach anderen Erfahrungen zu suchen. Einstimmung ist ein langsames Reinigen und Vereinigen von Geist und *Prana*. Du wirst feststellen, dass du viel öfter genau dort bist, wo du sein möchtest. Du entdeckst, dass du gegenüber anderen und dir selbst gegenwärtiger und geduldiger sein kannst.

Wenn die Einstimmung das *Herz-Chakra* erweckt, wirst du dir bewusst, dass deine Liebe sich ausdehnt. Sie weitet sich aus und beginnt zu deiner Überraschung, andere zu umfassen, sogar Fremde.

Du magst erkennen oder auch nicht, wann Einstimmung und Bewusstheit zu einer demütigeren, hingebungsvolleren Energie werden, die von der göttlichen *Shakti* ausgeht. Aber irgendwann wirst du ein spontanes Aufsteigen bzw. Einströmen von Energie in deinen physischen und feinstofflichen Körper bemerken. Und in deinem Leben wird eine Kombination aus Zufällen, Gelegenheiten und Herausforderungen die notwendige Veränderung hervorbringen, damit du das Leben führen kannst, dass du führen sollst. Du wirst bei deinen Entscheidungen zuversichtlicher sein, manchmal sogar feststellen, dass es keine Wahl gibt, außer der richtigen für dich und diejenigen in deinem Leben. Du erkennst, dass du gegenüber Herausforderungen offener und kreativer bist, und dich freudiger mit der Natur und anderen verbunden fühlst. Das Leben mag nicht viel leichter werden, aber Konflikte werden dich nicht länger motivieren. Es kann sein, dass du dich mehr nach Gott sehnst oder feststellst, dass dein Sehnen komplett aufhört. Du lässt die Fassade dessen, was spirituell ist und was nicht, fallen. Du siehst überall Gelegenheiten.

Warum sträuben wir uns gegen Hingabe?

Die meisten Menschen setzen hingebungsvolle Praktiken mit Religion gleich und wehren sich daher gegen die Idee der Hingabe im Yoga. Hingabe scheint ein dualistisches System der Verehrung von, der Treue gegenüber und der Abhängigkeit von einer religiösen Doktrin, einem Dogma oder einer einzelnen Person bzw.

einem Wesen zu sein. Dahingegen ist Yoga eine nicht-dualistische, wissenschaftliche Kunst der Einheit von Körper, Verstand, *Prana* und höherem Geist, die zu Verständnis, Ganzheit und Einssein führt. Obgleich Yoga alle Teile unseres Wesens vereinen soll, ist dies nur möglich, wenn wir uns von der Ebene des denkenden Geistes herabfallen lassen und uns vollkommen in das Herz hinein begeben. Es ist ein gewisser Grad an Intimität erforderlich, um einen Zustand von Yoga zu erreichen. Und dafür bedarf es Hingabe.

Viele Yogaschüler lehnen die Idee der Hingabe rundweg ab. Auch ich fühlte mich nicht von vornherein zu hingebungsvollen Praktiken hingezogen. Aber ich war sehr aufrichtig und engagiert bei meiner Praxis und meinem Studium von Yoga, östlicher Philosophie und Mystik. *Gott ist Liebe* und *Liebe ist Gott* – diesem Ideal verschrieb ich mich und auch der Vorstellung, dass Gott im Inneren und in Allem ist. Ich konnte von frühester Kindheit an Gott in meinem inneren Wesen als Liebe und Trost spüren und sogar mit ihm kommunizieren. Es fiel mir leicht, darauf zu vertrauen, dass Gott in einer bestimmten Form all der Vielfalt der Schöpfung im Universum zugrundeliegt, sie eint und durchdringt. Ich glaube, dass die wichtigste Voraussetzung für Hingabe die Fähigkeit ist, bedingungslos zu akzeptieren, dass Gott Liebe ist und Liebe Gott ist. Denn Hingabe erzeugt Sehnsucht, die Sehnsucht, eines Tages diesen gesegneten Raum im Inneren als das zu erkennen, was man wirklich ist.

Hingabe als ein Ausdruck der Liebe und Gnade

Aber mehr noch als ein Streben nach diesem gesegneten Raum ist Hingabe ein Ausdruck der durch uns strömenden

göttlichen *Shakti*. Göttliche *Shakti* ist eine spontane energetische Kraft. Sie gewährt uns einen immer wiederkehrenden Zustand der Bewusstheit, Freundlichkeit und Liebe. Sie ist ein Zustand der Gnade. Liebe entsteht aus unserer Hingabe und erlaubt uns, offen zu bleiben für den Strom des Lebens, der von der Energie der göttlichen *Shakti* beeinflusst wird. Gnade mag uns nicht immer zur Verfügung stehen, aber Hingabe ermöglicht uns, sie zu erkennen, wenn sie da ist.

Hingabe ist eine schützende Hand, die uns auf unserer Reise sanft führt. Hingabe hilft uns, das Leben so zu akzeptieren, wie es ist. Wir akzeptieren die Erfahrungen, die die Seele anzieht, ob sie nun dem entsprechen, was wir wollen oder nicht. Wir erkennen, dass wir die *Shakti* niemals anzweifeln oder von der Gnade verlangen können, uns zu geben, was wir wollen. Durch Hingabe und Demut lernt der Schüler, einfach als Zeuge zu beobachten und zu akzeptieren, was im Leben geschieht und die *Shakti* als Ursache aller Dinge zu erkennen, des Wundervollen und des Guten, aber auch der Hindernisse und sogar der unüberwindbaren Widerstände. Hingabe gibt uns die Werkzeuge, um den Einfluss von Stolz, Selbstbezogenheit und mentalem wie emotionalem Leiden zu lösen, die sich dem göttlichen Fluss der Gnade widersetzen.

Ein paar Erfahrungsberichte

Meine erste bewusste und ziemlich großartige Erfahrung von *Kundalini Shakti* machte ich während einer zweitägigen intensiven *Kundalini-Yoga*-Praxis. Aber diese unterschied sich deutlich von meiner ersten Erfahrung hingebungsvoller Glückseligkeit. Hingebungsvolle, ekstatische Glückseligkeit kam in mir auf, während ich ein einzelnes *Mantra* mit großem

Zeugenbewusstsein und viel Gefühl stundenlang chantete und bei anderen Gelegenheiten, als ich lange und tief mediterte. Sie kann jedoch auch ganz spontan, plötzlich, von einem Moment auf den anderen auftreten. Ich machte einmal in mitten hundert Fremden im Ashram von Ramana Maharshi in Tiruvanamalai (Indien) eine solche Erfahrung. Ich kam zufällig recht früh im Ashram an, während der verheißungsvollen Zeit des Geburtstags des Gurus. Ich wunderte mich, dass hunderte seiner Anhänger durch die Tore strömten. Ich fragte, warum damals so viele Menschen dort waren und erfuhr, dass sie zur Feier von Ramanas Geburtstag kamen. Es herrschte allgemeine Fröhlichkeit und die Gruppe war ziemlich redselig. Ich bemerkte, dass mich der Lärm der Menge ein wenig aufwühlte. Wir stellten uns zum Mittagessen an und sollten auf dem Boden der Speisehalle Platz nehmen, ziemlich nah beieinander, in Reihen, die auch recht eng waren. Ein einzelner Anhänger gab jedem, der Platz genommen hatte, ein Blatt Papier.

Ich setzte mich. Und schnell kam der junge Mann zu mir und überreichte mir ein Blatt Papier. Ich nahm es dankend an. Ich blickte auf das bedruckte Papier und erlebte zu meinem absoluten Erstaunen den Segen reiner Gegenwärtigkeit. Denn dieses dünne Blatt Papier war nicht nur eine Kopie eines berühmten Fotos des großen Heiligen, sondern Er kam aus dem Inneren des Fotos heraus. Es war ein sofortiger, inniger Moment von *Darshan*. Ramana Maharshi erschien vor meinen offenen Augen und segnete mich mit Stille und einem Zustand der Gnade, der mich den ganzen Tag begleitete und etwas in mir aufschloss, das offen geblieben ist. Tränen der Freude, nur durch die Erinnerung an diesen Tag, an diesen Augenblick, im Jahr 1997. Ich kann immer noch nicht

erklären, was geschehen ist, aber ich halte an dem Gefühl der unermesslichen Liebe und dieser kleinen Ahnung einer Erkenntnis von etwas fest, von dem ich weiß, dass es wahr ist ... seiner bleibenden Präsenz in der Welt. Ich trage diese Erinnerung mit mir und teile sie nun mit großer Sorgfalt. Ich habe diese Erfahrung bis jetzt mit niemandem geteilt. Aber sie ist ein wunderbarer Ausdruck dessen, was ich als Hingabe bezeichne.

Hingabe ist transformierend

Hingabe ist eine beruhigende Präsenz, die für die Seele sorgt. Hingabe kommt nicht nur in der Gegenwart großer Weisen auf, sondern dann, wenn Liebe berührt und geweckt wird. *Gott ist Liebe. Liebe ist Gott.* Hingabe ist eine Energie, die den eigenen Eifer und die eigene Entschlossenheit, auf dem Weg der Liebe zu bleiben, immer weiter antreiben wird. Man muss kein Yoga praktizieren, um einem Weg der Liebe zu folgen. Liebe ist eine transformierende Kraft, die die eigene Fähigkeit, zu akzeptieren, inniger zuzuhö-

ren, ganzheitlicher zu verstehen und auf das Leben in all seinen Ausprägungen mit Liebe zu reagieren, neu ausformen kann. Es gibt keinen Weg der Liebe, der ohne Hingabe möglich ist.

Wenn die Liebe erwacht ist, werden wir für die Schönheit der alltäglichen Wunder und Momente der Vollkommenheit in der natürlichen Welt sensibilisiert, die uns in Staunen und Ehrfurcht versetzen. Liebe hilft uns, die Gegenwart in Reinheit und Unschuld zu sehen und zieht uns zum Heiligen und Gesegneten hin. Hingabe ist die Schönheit der tiefen Liebe und der Fürsorge für das, was ist. Das Heilige umgibt uns überall, Hingabe ermöglicht uns, es zu erkennen und darin einzutauchen. Hingabe verlagert unseren Fokus von unserer Trennung auf unsere Verbundenheit und erfüllt uns mit Dankbarkeit für das, dem wir begegnen, was wir empfangen und dafür, wie wir anderen dienen können. Hingabe ist ein wunderbares Geschenk, das du dir selber machen kannst.

3. Kriya Yoga: Einstimmung, Sadhana und Dienst

von Acharya Nityananda

Die Erfahrung mit Babaji's Kriya Yoga ist für jede Person, die ihn praktiziert, anders, da dieser Weg so viele Aspekte hat. Für mich kann die tägliche Erfahrung von Kriya Yoga in drei Punkte gegliedert werden: Einstimmung, *Sadhana* und Dienst.

Einstimmung

Einstimmung ist die Verbindung mit der Quelle, dem *Satguru*. Einstimmung ist

ein energetischer Kanal, den man zu Kriya Babaji aufrecht erhält. Dieses beständige Erinnern an Ihn (dies ist nicht etwas Mentales, sondern eher etwas Energetisches und Intuitives) bringt Freude und kann einen dazu inspirieren, Dinge zu tun (Dienst). Diese Erinnerung ist eine Quelle der Lebensfreude und in Wirklichkeit eine beständige Verbindung mit dem Göttlichen.

Einstimmung kommt durch die siebte Meditationstechnik zum Ausdruck, bei der wir lernen, uns energetisch auf Babaji einzustimmen, um seine Führung zu empfangen. Dies kann man auf unterschiedliche Weise wahrnehmen, vielleicht als „Impuls“ im Herzen oder als innere Stimme oder auf andere Art – diese Erfahrung unterscheidet sich bei den Praktizierenden.

Wenn du diese Einstimmung mit der Zeit aufgrund von Wünschen oder Problemen verlierst oder vergisst, bemerkst du, dass dir etwas fehlt, dass das Leben seinen Schwung verliert und du dich in der Ungewissheit des Lebens, in den allgemeinen Sorgen und Ängsten unserer Gesellschaft verfängst.

Ein anderer eher punktueller und meditativer Weg, um sich eingestimmt zu fühlen, ist, sich auf das Kronen-Chakra, den Sitz des Gurus, zu konzentrieren und dabei den Geist und die Emotionen zur Ruhe zu bringen und so göttliche Inspiration und Energie von dort herabfließen zu lassen. Manchmal kannst du (insbesondere, wenn du sehr viel praktizierst) ein inneres Leuchten dort spüren.

Einstimmung ist eine Quelle der Inspiration und Freude und das Leben gewinnt an Bedeutung und Richtung, einem Fluss, wenn du dabei verweilst.

Sadhana

Sadhana bzw. spirituelle Praxis bedeutet allem voran, Gegenwärtigkeit und Liebe (*Nityananda Kriya*) beständig zu üben. Babaji ist absolute Gegenwärtigkeit und Liebe. In diesem Zustand nimmt man

die Dinge auf andere Art und Weise wahr, man ist präsenter und viel empfänglicher für höhere Inspiration und die Freude des Augenblicks, die das Leben in jedem Moment bietet.

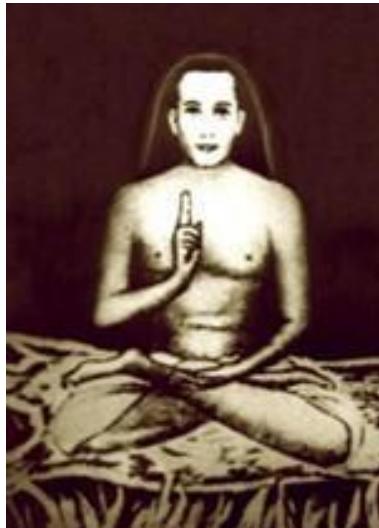
Durch das Praktizieren von Gegenwärtigkeit und Liebe fühlt man manchmal die Gegenwärtigkeit in allem, insbesondere in der Natur und im Licht.

Gegenwärtigkeit und Liebe werden sich v.a. auf deinen emotionalen Körper auswirken, bis er transparent wird. Bei intensiver yogischer Praxis werden die Emotionen und unterbewussten Muster freigesetzt, um gereinigt zu werden. Diese lösen sich schließlich auf, wenn du Gegenwärtigkeit und Liebe vorsichtig auf sie anwendest. Ein sehr großer Teil der Arbeit des *Sadhana* besteht darin.

Kriya Yoga Sadhana wird geübt, um unsere Körper (physisch, emotional, mental, intellektuell, spirituell) auf die Herabkunft des Göttlichen, sozusagen, in sie hinein vorzubereiten. Zuerst werden die Körper durch die *Kriyas* vorbereitet. Und später wird die *Herabkunft* göttlicher Inspiration, Energie, Lichts und Bewusstseins zum Ausdruck gebracht.

Wir bereiten die Körper durch Praktiken vor, wie beispielsweise:

- *Asanas* und *Bandhas* – reinigen die *Nadis* und die *Physis*, aktivieren die *Chakras*.
- *Pranayamas* – reinigen die *Nadis*, aktivieren die *Kundalini* und die *Chakras*.
- *Mantras* – reinigen den Geist und die *Nadis*, aktivieren die *Chakras*.



- Meditation der Losgelöstheit.
- Direktes Arbeiten mit den *Chakras*.
- Loslassen von widersprüchlichen Emotionen.

All diese Praktiken reinigen und läutern uns.

Und wir haben Praktiken, die dafür sorgen, dass höhere Energie und Bewusstsein in unsere Körper „hinabsteigen“.

- Mithilfe der 3., 4., 5., 6. und 7. Meditationstechnik der ersten Einweihung können wir Inspiration vom Selbst empfangen, um unser Leben und das Leben anderer zu verbessern.
- Hingebungsvolles Singen und Rezitieren des *Mantras OM KRIYA BABAJI NAMA AUM*.
- Die Wiederholung des *Mantras* mit hingebungsvollem Streben.
- Das erste und zweite *Asana*.
- Die fortgeschrittenen *Samadhi*-Techniken.
- Die Verbindung mit den *Siddhas*.
- Die Invokation der Herabkunft des göttlichen Lichts (bei den fortgeschrittenen *Kriyas*; das Buch „*The Light of the Siddhas*“ thematisiert dies ebenso).

- Meditation und Invokation der Herabkunft von göttlichem Bewusstsein und göttlicher Energie vom siebten *Chakra* (siehe auch das Buch „*Advancing in Yoga*“). Dies ist zugleich eine Praxis der Einstimmung als auch ein *Sadhana*.

Einstimmung und *Sadhana* verstärken sich gegenseitig.

Dienst

Einstimmung und *Sadhana* machen den Dienst für andere möglich und leichter. Unser Leben kann ein dem Göttlichen – das unser wahres Selbst ist – gewidmete Akt der Hingabe und des Dienens sein. Dienst ist das Ventil, das wir all der Energie und Inspiration geben, die wir empfangen und verwandelt das Ego, die Quelle des Leidens, in einen Kanal und ein Instrument für die göttliche Energie.

Dienst verbindet uns wieder mit dem freudvollen Selbst in Allem.

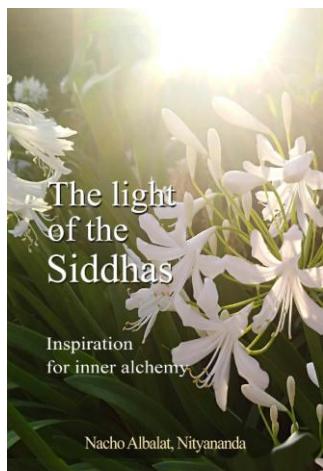
Einstimmung, *Sadhana* und Dienst verwandeln somit das Leben in eine Praxis von Kriya Yoga, in einen Weg der Transformation, der zu glückseliger Einheit führt.

4. Warum sollte man über die Verse der Yoga Siddhas meditieren?

von M. G. Satchidananda

Buchkritik von M. G. Satchidananda zu „*The Light of the Siddhas: Inspiration for inner alchemy*“, von Nacho Albalat, Nityananda, 131 Seiten, veröffentlicht von Babaji's Kriya Yoga and Publications. Leseprobe oder Bestellung unter:

www.babajiskriyayoga.net/english/bookstore.htm#light of the siddhas book



Die Frucht seiner jahrelangen Praxis des siebten *Dhyana Kriyas*, *Babaji Samyama Kriya*, über die Verse der 18 Siddhas.

Eingeweihte in Babaji's Kriya Yoga werden sich daran erinnern, dass sie während der Einweihung in dieses *Kriya* dazu angeleitet wurden, es nicht nur zu praktizieren, um eine Orientierungshilfe bei persönlichen Fragen einzuholen, sondern auch, um die innere esoterische Bedeutung der Weisheitsverse Patanjalis und anderer Siddhas zu ergründen.

Mein Lehrer, Yoga S.A.A. Ramaiah, empfahl oft, dass Eingeweihte als Teil ihres morgendlichen *Sadhana* jeden Tag einen Vers der Siddhas lesen und darüber reflektieren sollten.

Bei den monatlichen Treffen von Eingeweihten im Ashram in Quebec wird jeder Teilnehmende dazu ermutigt, dieses *Kriya* zu praktizieren und dabei über einen Vers aus den *Yoga Sutren* des Patanjali zu meditieren und anschließend die eigene Inspiration in Worte zu fassen.

Der Autor schreibt:

„Nahrung wird genossen, wenn man sie schmeckt, allerdings nährt sie uns erst, während wir sie verdauen und aufnehmen. Gleichermassen kann uns das Lesen dieser Botschaften intellektuell anregen, aber sie werden uns erst bei der Transformation helfen, wenn wir sie in uns und unser Leben integrieren.“

Die folgenden Texte sind Botschaften, die meinen Meditationen über die Verse der 18 tamilischen Yoga-Siddhas entstammen. Diese Verse wurden erstmals in verschiedenen Büchern von *Babaji's Kriya Yoga and Publications* veröffentlicht. Ich habe weder die Verse noch die Titel der Bücher angegeben. Falls Interesse besteht, lade ich die Leser ein, die Verse der Siddhas in diesen Publikationen nachzulesen (siehe Bibliographie). Es ist ratsam, ohne Eile über diese Texte zu meditieren und zu erkennen, inwiefern sie auf unser *Sadhana* und unser Leben anwendbar sind...

Die Meditationen sind nach Thema geordnet und müssen nicht unbedingt in der dargebotenen Reihenfolge gelesen werden.

Sie sollen dazu dienen, unser *Sadhana* zu inspirieren und uns zu dem höchsten Ziel zu führen.“

Auszüge:

Erkenntnis über einen Vers von Siddha Dhanvantri:

„Bewusstsein wird alles heilen. Du musst darin verweilen, nicht in den Phänomenen, nicht im Vital. Ein glückseliges, empathisches und mitfühlendes Gewahrsein.“

Erkenntnis über einen Vers von Siddha Sundarandar:

„Fühle, befreie dich im glückseligen Gewahrsein; nur deine Anhaftungen, bewusste und unbewusste, binden dich. Der Zeuge ist *Shiva*, das freie Selbst. Deine Freiheit liegt im Zeugen, in der Hingabe der Dinge. Gib deine Anhaftungen auf – du musst nicht die Dinge selbst, sondern die Anhaftungen aufgeben.“

Der Guru, Babaji, auf den du dich einstimmst, ist die Personifikation dieses Zustands und die Tür, um ihn zu erreichen. *Karma* bindet dich. Bewusstsein befreit dich von *Karma*.“

Erkenntnis über einen Vers von Kudambai Siddha:

„Das Göttliche ist die unvergleichliche Perle. Du musst dein Leben nach deinem *Sadhana* ausrichten und nicht umgekehrt. Alles Erinnern an das Göttliche ist *Sadhana*. Das Göttliche ist ebenso Bewusstsein. Nähere dich dem Göttlichen, sodass Es dein Leben durchflutet. Babaji ist *Shiva*. *Shiva* ist Liebe.“

Erkenntnis über einen Vers von Siddha Konkanavar:

„Empfänglichkeit gegenüber den Siddhas bedeutet, nicht nur ihre verbalen Anweisungen zu empfangen, sondern auch ihre Energie. Erfülle dein Inneres

mit dem Licht der Siddhas. Und lass' es seine Arbeit tun. Dies ist das Geheimnis.“

Erkenntnis über einen Vers von Siddha Agastyar:

„Was du fürchtest ist niemals die Welt, sondern ein Konstrukt deines Geistes – nur eine Schöpfung deines Geistes, wie in deinen Träumen.“

Erkenntnis über einen Vers von Siddha Patanjali:

„Halte dich an den Zeugen. Alles andere vergeht. Der Zeuge ist perfekte, strahlende Selbst-Bewusstheit, nicht kalt, sondern Frieden und Freude am Sein. Die Herausforderung besteht darin, ihn auf all deine Zustände auszudehnen, sobald du ihn erfahren hast. Du brauchst die Gedanken nicht; das Selbst geht allseits über sie hinaus.“

Erkenntnis über einen Vers von Siddha Boganathar:

„Wenn du dich von den Fesseln des Auf und Ab des Emotionalkörpers befreist, wirst du anfangen, die Freude Gottes, die Freude des Seins, überall zu spüren, ganz natürlich.“

Ohne Liebe gibt es keinen Gott. Erzeuge diesen Raum, sodass sich das Göttliche einstellen kann. *Mantras*, Gesänge, all das hilft, und anregende Lektüre, die eine inspirierende Spur in deinem Unterbewusstsein hinterlässt.“

Ich möchte, dass unsere Leser verstehen, wie wichtig Yogi Ramaiah die Meditation über die Siddha-Verser war. Er begann all seine Vorträge und *Satsang*-Treffen, indem er eine „Hommage an die 18 Siddhas“ (deren Wortlaut in diesem Buch wiedergegeben wird) sang und trug dann

einen Vers vor, den er aus ihren Schriften ausgewählt hatte. Er forderte uns auf, ihn in tamilischer Originalsprache zu chanten und ihn uns anschließend in englischer Übersetzung einzuprägen und darüber mithilfe des oben genannten *Kriyas* zu meditieren. Hinterher sollten wir jegliche Inspiration, die wir über seine Bedeutung empfangen hatten, in unseren Meditationsnotizbüchern festhalten. Schließlich forderte er jeden von uns auf, ihm mitzuteilen, was wir aufgeschrieben hatten. Er bewertete dies dann von 1 bis 10, dies sollte andeuten, dass wir 10 bis 100% der Bedeutung verstanden hatten. Nur selten bekam jemand eine Bewertung höher als „3“. Nachdem er die Aufzeichnungen aller durchgesehen hatte, hielt er einen Vortrag über die Bedeutung des Verses, der üblicherweise ca. 90 Minuten dauerte.

Ich kenne den Autor, einen professionellen Journalisten, Nacho Albalat, seit 1996, als wir begannen, per Brief zu korrespondieren, noch ehe E-Mails verfügbar

waren, und kurz darauf das erste der vielen von mir und anderen Acharyas in Spanien abgehaltenen Einweihungsseminare organisierten. Seit damals hat er unser *Kriya Yoga Journal*, unsere Webseite und viele unserer Veröffentlichungen, u.a. das Buch *Yoga of the 18 Siddhas: An Anthology* ins Spanische übersetzt. Er ist Autor folgender Bücher: *The Yoga of Jesus, Recovering the Being, Advancing in Yoga: The Path of Kundalini, the Chakras and the Siddhas*, (alle in englischer und spanischer Sprache erhältlich), *Teachings of Sri Aurobindo and the Mother, Teachings of the Mother*. Seit 2006 ist er Mitglied des Ordens der Acharyas.

Ich lobe den Autor dafür, dass er seine Meditationen über die Siddha-Verse teilt, von denen wir glauben, dass sie unsere Leser sicherlich dazu inspirieren werden, ihre eigene Inspiration und Führung durch die Werke der Siddhas zu suchen.

5. 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):

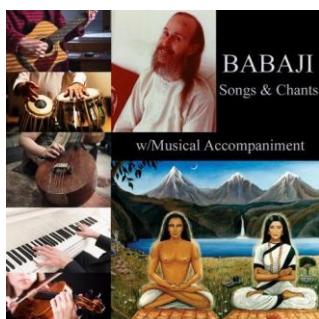
www.babajiskriyayoga.net/english/pdfs/events/hytt quebec 2023.pdf

Neue Veröffentlichungen in indischer Sprache. Wir freuen uns, die Veröffentlichung der folgenden Titel in den indischen Landessprachen ankündigen zu können: Auf Hindi *Kailash* und später dieses Jahr die dritte Auflage von *Die Stimme Babaji's* auf Hindi. In Indien ansässige Personen können diese und viele andere Publikationen auf unserer indischen E-Commerce-Website bestellen: [https://babajiskriyayogastore.in](http://babajiskriyayogastore.in)

Neu! MP3 Aufzeichnung *Lieder der Hingabe und Gesänge der Kriya-Yoga-Tradition mit musikalischer Untermalung.* Dieses Musikprojekt entstand aus

dem Wunsch einiger Satchidananda nahestehender Eingeweihter heraus, A cappella-Aufnahmen von Babaji-Chants zu

vertonen, die ursprünglich von Satchidananda 1993 aufgezeichnet wurden. Nun ist es gemacht und zwar gut gemacht mit einer Überarbeitung des Gesangs, einer gelungenen Harmonisierung und einer



verfeinerten Instrumentation von hoher Qualität, ausgeführt mit größter Sorgfalt.

Um Hörproben der einzelnen Lieder anzuhören oder sie gegen eine Spende beliebiger Höhe herunterzuladen, klicke auf folgenden Link:

www.babajiskriyayoga.net/german/shop.php#devot_chants_w_accompaniment_audio

Willst du in einer neuen nachhaltigen Gemeinschaft in der Natur leben? Kriyabans haben eine für dich geschaffen. Die Webadresse von Sustaino.Live lautet: <https://sustaino.life/>.

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 bzw. www.babajiskriyayoga.net/german/weekly-message.php).

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

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.

Entsprechende Aufzeichnungen aus den Jahren 2020-2022 kannst du dir ansehen unter: patreon.com/babajiskriyayoga.

Babaji's Kriya Yoga Online-Satsangs:

Tägliche Gruppen-Sadhana:

Montag bis Samstag, 12:30 Uhr (MEZ);

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

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

Internationaler Sonntags-Satsang:

14:30 Uhr (MEZ), am ersten Sonntag im Monat (auf Englisch)
Dauer: 60 bis 120 Minuten, mit wechselnden Acharyas; Details unter:

https://kriyababaji.it/babajiskriyayoga_online_satsang/ bzw.

www.babajiskriyayoga.net/german/satsang.php

Kriya Yoga Einweihungen und Veranstaltungen

Erste Einweihung

mit Satyananda

Burgdorf (CH) 11. – 14.05.2023
 Veranstaltungsort: Begegnungszentrum
 PURNACHANDRA
[↗weitere Details und Programm](#)
 Kontakt: info@babaji.ch

Bad Griesbach (DE) 01. – 04.06.2023
 Veranstaltungsort: Alter Pilgerhof
[↗weitere Details und Programm](#)
 Kontakt: info@babaji.de

mit Brahmananda

Attersee (AT) 24. – 26.03.2023
 Veranstaltungsort: Kriya Loka »home of yoga«
[↗weitere Details und Programm](#)

Aigen (AT) 14. – 16.07.2023
 Veranstaltungsort: Sallaberg am Kulm 1,
 A-8943 Aigen/Ennstal
[↗weitere Details und Programm](#)

Kontakt: brahmananda@babaji.at
 Telefon: 0043 (0)664 5362309

mit Chaitanya

Wieselburg (AT) 22. – 25.06.2023
 Veranstaltungsort: KriyaMandiram
[↗weitere Details und Programm](#)

Wieselburg (AT) 25. – 27.11.2023
 Veranstaltungsort: KriyaMandiram
[↗weitere Details und Programm](#)

Kontakt: chaitanya@babaji.at
 Telefon: 0043 (0)664 4180940

Zweite Einweihung

(Anthar Kriya Yoga)

mit Satyananda

Bad Griesbach (DE) 08. – 11.06.2023
 Veranstaltungsort: Alter Pilgerhof
[↗weitere Details und Programm](#)
 Kontakt: info@babaji.de

Burgdorf (CH) 20. – 23.07.2023
 Veranstaltungsort: Begegnungszentrum
 PURNACHANDRA
[↗weitere Details und Programm](#)
 Kontakt: info@babaji.ch

mit Brahmananda

Wieselburg (AT) 15. – 17.09.2023
 Veranstaltungsort: KriyaMandiram
[↗weitere Details und Programm](#)
 Kontakt: brahmananda@babaji.at

Dritte Einweihung

(Fortgeschrittenentraining)

mit Satyananda

Bad Griesbach (DE) geplant für Sommer 2024

Veranstaltungsort: Alter Pilgerhof

[↗weitere Details und Programm](#)

Kontakt: info@babaji.de

Besuche die Seite unseres Internetver-
sandhandels unter
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 wer-
 den verschlüsselt und geheim gehalten.

Abonniere den Fernstudienkurs *Die Gnade 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

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 1PO Canada

Kontonummer: 0723106

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

BLZ: 500 700 24

IBAN DE09500700240072310600

BIC/Swift code DEUTDEDDBFRA

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 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. Juni 2023 verlängerst, kann es sein, dass du die nächste Ausgabe nicht erhältst.