



# babaji's kriya yoga journal

---

Deutsche Ausgabe

## In dieser Ausgabe

1. Karma Yoga oder Freiheit von Konsequenzen  
von M.G. Satchidananda
2. Die Schönheit der Bhagavad Gita  
von Durga Ahlund
3. Aufrichtigkeit, globale politische Ökonomie und Gier  
von M.G. Satchidananda
4. Gurudasan wird Mitglied des Babaji's Kriya Yoga Orden der Acharyas
5. Veröffentlichung von *The treasure Trove of Tamil Yoga Siddha Manuscripts*
6. Babaji's Kriya Hatha Yoga: 18 Körperübungen der Entspannung
7. Aus dem Leben des Siddhas Nandi Devar
8. 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

# Karma Yoga oder Freiheit von Konsequenzen

von M.G. Satchidananda

Gedanken, Worte, Handlungen – alles hat Konsequenzen. Diese Konsequenzen sind Karma. Wenn du an ihnen festhältst, werden sie zu *Vasanas* oder Neigungen. Wenn sich die Neigungen anhäufen und du vergisst, sie „loszulassen“, werden sie zu Gewohnheiten oder *Samskaras*. Dein Karma ist einzigartig, weil es die Summe der Neigungen und Gewohnheiten darstellt, die du entwickelt hast. Karma meint Handlungen, Gedanken und Worte mit Konsequenzen. Jede Willensanstrengung ist eine Handlung. Somit entsprechen alle deine Gedanken, Gefühle, Absichten und Vorstellungen so vielen von dir ausgeführten Handlungen oder Karmas. Wir sind alle *Karmis*. Wie können wir aber zu Karma-Yogis werden?

Das Wort „Kriya“ bedeutet „Handeln mit Bewusstheit“. Dies ist das Gegenmittel für Karma. Bewusstheit stellt sich immer dann ein, wenn du die Perspektive des Zeugens einnimmst. Der Zeuge tut nichts. Der Zeuge beobachtet alles, was passiert. Der Zeuge empfindet keine Emotionen und macht keine Sinneserfahrungen. Der Zeuge sieht zu, wie Emotionen im Vitalkörper aufkommen und wieder nachlassen. Der Zeuge beobachtet Klänge, Gerüche, Geschmäcker, Hautempfindungen. Der Zeuge hat keine Vorlieben. Er ist gleichmütig und den Ergebnissen von Handlungen weder zugetan noch davon enttäuscht. Der Zeuge befindet sich in einem Zustand der bedingungslosen Freude, 24 Stunden am Tag.

Alle Praktiken von Babaji's Kriya Yoga zielen darauf ab, einen Zustand der Ruhe bzw. Gleichmut – *Sattva* genannt – auszubilden. (Vergleiche den Artikel „Gleichmut: Ruhe bewahren, wenn das Leben Störungen mit sich bringt“ in der Winter 2015/16 Aus-

gabe des Kriya Yoga Journals.) Dies ist die Grundvoraussetzung, der Ausgangspunkt für die Zeugenperspektive. Damit geht die Erfahrung des Selbst einher. Wenn sich diese vertieft und dauerhaft wird, erreicht man das Ziel der Selbst-Verwirklichung. Das Selbst ist der Zeuge, reines Bewusstsein und es ist stets selig.

Es gibt spezielle Techniken, die dir dabei helfen können, die Zeugenperspektive auszubilden. Dazu zählen die Praxis der 18 Haltungen auf meditative Art und Weise (vgl. das Buch: *Babaji's Kriya Yoga: Deepening your Practice*), das Üben von *Shuddhi Dhyana Kriya*, welches bei der ersten Eiweiheung gelehrt wird, und von *Nityananda Kriya*, das bei der zweiten Einweihung unterrichtet wird. Dies alles wird dazu beitragen, dass du das entwickeln kannst, was Patanjali als *Vairagya* oder Loslassen bezeichnet. Indem du lernst, Neigungen und Gewohnheiten systematisch und ununterbrochen in der Zeugenperspektive loszulassen, wirst du aufhören, dich mit den geistigen Regungen und der falschen Identität gleichzusetzen: „Ich bin der Körper ... Ich bin meine Gedanken ... Ich entspreche meinen Gefühlen und Emotionen.“ Du wirst die energetischen Blocken und Gewohnheiten beseitigen, die im Moment alles in deinem Leben steuern.

Patanjali sagt uns:

*Durch ständiges Üben und durch Loslassen kommt es zum Aufhören der Identifizierung mit den Fluktuationen des Bewusstseins. – Yoga Sutras Vers I.12*

## Karma Yoga

Ich bin Yogi S.A.A. Ramaiah, meinem Lehrer, auf ewig dankbar, dass er mir ermöglichte, eines der bestgehüteten Geheimnisse von Babaji's Kriya Yoga kennenzulernen: den enormen spirituellen Nutzen von Karma Yoga. Die Beteiligung an Karma Yoga Aktivitäten war ein fester Bestandteil meines Lebens während der mehr als 19 Jahre zwischen 1970 und 1989, die ich sein Schüler gewesen war. Dazu zählten die Verwaltung unserer Yoga Ashrams in Kalifornien, New York, Washington D.C., Arizona, Chicago und Indien, besonders an Wochenenden, wenn viele seiner Schüler sich zu diesem Zweck versammelten, einjährige Einsätze in Indien und auch alljährliche Veranstaltungen, bei denen wir während zwei intensiver Wochen als seine Assistenten eingesetzt wurden. Bei den letztgenannten gab es so viel mit ihm zu erledigen, dass die Zeit zum Schlafen auf ca. drei Stunden pro Nacht begrenzt war. Wir spürten, dass wir in seiner Gegenwart an eine hochgeladene Energiequelle angeschlossen waren. Als wir nach Hause zurückkehrten, wurde diese energetische Verbindung unterbrochen. Aber was blieb, war eine Freiheit von persönlichen Begierden und eine gesteigerte Leistungsfähigkeit für jegliche Aufgabe, die es als Sein Instrument zu erledigen galt.

Die letzten 27 Jahre, seitdem ich seine Organisation verlassen habe, waren für mich wie ununterbrochene Karma Yoga Praxis mit Yogi Ramaiah. Mit Babajis Gnade und Führung habe ich die Zeugenperspektive beibehalten, während ich unterrichtet und geschrieben habe, gereist bin, als Mentor und Supervisor gearbeitet habe und mich den Details der Buchhaltung, Steuerrückzahlungen, der E-Mail Korrespondenz, und dem Verlagswesen gewidmet habe – alles im Geiste von Karma Yoga.

Was Karma Yoga von Arbeit bzw. irgendeiner Bemühung oder Aufgabe unterscheidet, ist kein äußerlich sichtbares

Merkmal. Er ist vollkommen durch die Haltung und die Perspektive gekennzeichnet, in dem man ihn ausführt - wie im nächsten Abschnitt weiter unten erläutert wird. Anders als das, was gewöhnlich eintritt, wenn du einen Dienst oder *Seva* verrichtest, lernst du beim Karma Yoga, die Sichtweise „Ich tue einen Dienst ...“ bzw. „Ich diene dir“ zu vergessen. Es gibt keine Identifikation mit dem kleinen „Ich“ mehr. Diese neue Perspektive wird sich allmählich ausbilden, während dein spirituelles Streben zunimmt und du die gewöhnlichen Motivationsquellen loslässt: die Suche nach Vergnügen, neuen Erfahrungen und Quellen der Freude bzw. die Vermeidung dessen, was dir missfallen könnte, Langeweile genauso wie Angst, Schuld und Stolz.

Ich habe die spirituellen Effekte von Karma Yoga bei jedem beobachtet, der die Einladung angenommen hat, seine Zeit, Talente und Bemühungen im Dienst für Babajis Auftrag freiwillig zur Verfügung zu stellen. Unsere Organisation besteht aus einem Netzwerk von Freiwilligen, die Karma Yoga verrichten. Dazu gehören die Organisatoren von Satsangs und Seminaren, Kriya Hatha Yoga Lehrer, diejenigen, die das Kriya Yoga Journal in vier Sprachen übersetzen, es editieren und formatieren, die Übersetzer der Website in fünfzehn Sprachen, diejenigen, die den Versand unserer Publikationen in zwölf Sprachen betreuen, die Acharyas, diejenigen, die unsere Ashrams in verschiedenen Ländern instand halten oder helfen, Aktivitäten dort zu organisieren.

Ich lade alle unsere Leser dazu ein, alle ihre Handlungen in Karma Yoga zu transformieren. Beginne jeden Tag damit, deine tägliche Kriya Praxis dem Wohlergehen deiner Familie und Freunde zu widmen. Übe Kriya Yoga täglich als Karma Yoga: auch wenn du keine Lust hast, zu praktizieren, tue es trotzdem. Deine Familie und Freunde werden dich viel umgänglicher erleben,

wenn du mit der Praxis von Kriya Yoga in den Tag gestartet bist! Mache die Yoga-Sadhana zu deiner Priorität, indem du deinen Tag damit beginnst. Dadurch wird alles in deinem Leben einen Sinn bekommen und dich unterstützen. Verwandle deine Arbeit in Karma Yoga, indem du die Perspektive eines Karma Yogis ausbildest.

Suche nach Gelegenheiten, dich ehrenamtlich zu engagieren, denn dabei kann es einfacher sein, der Idee von Karma Yoga gerecht zu werden. Versuche beispielweise, mit anderen Personen Kontakt aufzunehmen, die in Babaji's Kriya Yoga eingeweiht sind. Unterstütze andere Eingeweihte, indem du dich an örtlichen Satsang-Treffen beteiligst. Biete an, diese bei dir zu Hause auszurichten; oder erkläre dich dazu bereit, die Personen deiner lokalen Satsang-Gruppe per E-Mail zu kontaktieren und zum nächsten Treffen einzuladen. Biete anderen an, ihnen einige der 18 Haltungen zu unterrichten, wenn du sie gut beherrschst. Erkläre dich dazu bereit, bei der Organisation eines Einweihungsseminars in deiner Stadt mitzuhelfen und dieses entsprechend zu bewerben. Biete deine Dienste an, wenn du ein fähiger Übersetzer oder Lektor bist. Nimm an *Seva*-Aktivitäten in einem Kriya Yoga Ashram teil.

### Selbst-Weihung

Am Anfang von Karma Yoga steht die Selbst-Weihung. Beginne deinen Morgen mit einem Gebet: „*Nicht mein Wille, sondern Dein Wille geschehe*“, spricht der Karma-Yogi. Im gewöhnlichen Bewusstseinszustand wirst du lediglich durch die Anhaftungen und Aversionen bzw. die Vorlieben und Abneigungen des Egos motiviert. Der „Ich“-Gedanke ist nicht nur präsent, sondern bestimmend, wie bei: „Ich brauche ... ich will ... ich befürchte. *„Möge ich nur gemäß Deinem Willen denken, sprechen und handeln*“, sagt der Karma Yogi. Das Ego begehrt. Dein wahres Selbst strebt ... da-

nach, sich von den Manifestationen des Egos zu befreien, wozu Wut, Stolz und Lust gehören und will sich mit dem Einen verbinden. Der Karma Yogi beginnt, alle seine Handlungen und deren Ergebnisse dem Göttlichen zu weihen mit den Worten: „*Om tat sat*, dies widme ich Dir, dem unbegrenzt und ewig Einen.“ Der Karma Yogi lernt, das Göttliche in jedem Objekt und Wesen und hinter jedem Ereignis bzw. jeder Situation im Leben zu sehen, und alle seine Handlungen als Dienst an Seiner Manifestation auszuführen. Der Karma Yogi entwickelt absolute Gleichheit im eigenen Herzen und Geist angesichts aller Belastungen und Anstrengungen des Lebens.

Wenn du dich als Karma Yogi weiterentwickelst, wirst du dich nicht einmal mehr als den Handelnden betrachten. Trotzdem wird alles getan. Du bist der ewige Zeuge in der Form eines individuellen menschlichen Instrumentes. Durch die Ausdehnung deines Bewusstseins wirst du zum ewigen Zeugen von allem. Dies ist ein langer Reinigungsprozess, der viel an Introspektion und Selbststudium erfordert, ehe man solch eine Reife und solch ein Potential erreicht.

Wie weiß man, was *Dein Wille* ist? Sprich, wie erkennt man den Willen Gottes? Wenn man Karma Yoga praktizieren möchte, muss man, bevor man eine Handlung beginnt, zunächst den eigenen Geist und Vitalkörper so leer wie ein unbeschriebenes Blatt Papier machen, frei von jeglichen persönlichen Vorlieben oder Abneigungen. Du musst dir fest vornehmen, nur auf ruhige und abgeklärte Art und Weise gemäß dem „besten Licht“, das dir in diesem Moment zur Verfügung steht, und mit so viel Aufrichtigkeit, wie du aufbringen kannst, zu handeln. Obwohl es eventuell nicht das „beste Licht“ ist, wird das Göttliche, wenn du sehr ehrlich bist, dein inneres Licht wachsen lassen und ebenso wird auch deine Fähigkeit zunehmen, deine Pflicht zu erkennen und diese auf das Göttliche abzustimmen. Wenn du nicht

an einem bestimmten Handlungsablauf festhältst, sondern dazu bereit bist, ihn zu verändern, sobald deutlich wird, dass diese Handlung nicht dem göttlichen Willen entspricht, bleibst du dem Prinzip von Karma Yoga treu.

Das „beste Licht“ kann geprägt sein durch dein Pflichtbewusstsein, was für andere bzw. die Welt am besten ist, oder durch die Führung von jemanden, den du als einen Meister ansiehst, der weiser ist als du, einen würdigen Stellvertreter Gottes, an den du glaubst, aber den du bislang noch nicht kennst.

Sobald die Handlung ausgewählt ist, musst du sie so ausführen, als ob das Göttliche dabei stehen und dich beobachten würde – weil Es das tatsächlich tut. Bleibe dir der Gegenwart Gottes stets bewusst. Auf diese Weise werden sogar kleine, untergeordnete Aufgaben heilig. Führe sie also mit Detailgenauigkeit und Geschick und so perfekt wie möglich als eine Gabe an das Göttliche aus.

Als Karma Yogi musst du auch auf die Früchte der jeweiligen Handlung verzichten und zwar in allen subtilen Formen, in denen sich das Ego zu zeigen versucht. Dazu zählen persönliche Belohnung, Vergnügen, Rang, Ehre, der Stolz in Verbindung mit der Erreichung eines angestrebten Zieles, kleine Genugtuungen. Sieh sie als das an, was sie sind: Auswüchse blinder Begierde. Dein einziges Ziel beim Handeln sollte sein, dem Göttlichen als Instrument bei Seinen Werken zu dienen.

Wie kannst du erkennen, ob du auf die Früchte der Handlung verzichtet hast? Sri Aurobindo sagt uns: *„Die Überprüfung ... ist eine absolute Gleichheit im Geist und im Herzen angesichts aller Ergebnisse, Reaktionen, Ereignisse ... Die kleinste Reaktion ist ein Beweis dafür, dass die Disziplin unvollkommen ist und irgendein Teil von uns Unwissenheit und*

*Knechtschaft als seine Gesetze akzeptiert und immer noch an der alten Natur festhält.“ – The Synthesis of Yoga, Seite 95.*

Die Mutter ist darauf näher eingegangen: *„Es gibt eine sehr einfache Methode, dies zu erkennen. Man muss sich nur vorstellen, dass das, was man tun will, nicht getan wird und falls diese Idee das kleinste Unbehagen auslöst, dann kann man sicher sein, dass persönliche Begierde vorhanden ist.“ – Some Answers from the Mother, Band 16, S. 343.*

### **Durch spirituelle Inspiration initiiertes Handeln**

Sobald du in der Zeugenperspektive gefestigt bist, kann dich göttliche Inspiration gelegentlich zu einem bestimmten Vorgehen veranlassen. Wenn dies immer häufiger passiert, während du frei wirst von Ego und Begierde und voller Hingabe alle deine Handlungen dem Göttlichen weihst, wirst du dich immer mehr als Instrument des göttlichen Willens sehen. Du wirst dich nur konzentrieren und alles in die Hand Gottes legen müssen, um Seine Führung, direkte Anweisung oder Anregung zu empfangen bzw. ein sicheres Anzeichen für das zu erhalten, was, auf welche Weise und mit welchem Ergebnis getan werden soll. Das Gefühl „Ich bin der Handelnde“ wird aus deinem Bewusstsein entfernt werden. Du fühlst die im Inneren wirkende Präsenz und bleibst der selige Zeuge des göttlichen Spieles.

Im endgültigen Zustand der Perfektion von Karma Yoga wirst du dich selber nicht länger als getrenntes Wesen oder Instrument, Diener oder Arbeiter sehen, sondern als ein ewiger Teil des göttlichen Bewusstseins und seiner Kraft. Wenn dieser Zustand vollkommen ist, wirst du dich damit identifizieren und alle deine Werke werden denen des Göttlichen entsprechen - natürlich, einfach, leuchtend und perfekt. Babaji hat dies prä-

nant formuliert, als er sagte: „Alle Missionen sind meine Mission.“ Lasst uns nun alle danach streben, Seine Mission zu unserer

eigenen Mission zu machen, jetzt und für immer.

## Die Schönheit der Bhagavad Gita

von Durga Ahlund

Man benötigt spirituelle Entschlossenheit, *Sankalpa Shakti*, wenn man sein Interesse am spirituellen Pfad aufrechterhalten will. Diese Entschlossenheit wird durch deine spirituellen Übungen gefördert. Kriya Yoga wird deine Energie und deinen Geist reinigen und verfeinern, wenn es mit Hingabe praktiziert wird. Du wirst durch alles in deiner Umgebung beeinträchtigt, durch alles, was deine Sinne anzieht und auf sie einstürmt. Es geschieht leicht, dass man abgelenkt wird oder sich keine Zeit zum Praktizieren nimmt bzw. das Interesse daran verliert. Der daraus entstehende Mangel an spirituellen Erfahrungen oder Fortschritten kann dann zu Zweifel und sogar Zynismus in Bezug auf die Effizienz von Yoga führen.

Das Studieren gewisser spiritueller Texte kann deine spirituelle Entschlossenheit, dein Herz und deinen Geist stärken und inspirieren. Die *Bhagavad Gita*, ungefähr 500 vor Christus geschrieben, ist solch ein Text. Sie legt dir die höchste Erkenntnis in die Hände und führt dich über den Intellekt hinaus zu ihrer Quelle. Sie ist mehr als nur ein lesenswerter Text, sie stellt Mittel der Selbst-Erkennntnis zur Verfügung und ist ein Spiegel dessen, was du wirklich bist. Sie ist eine Reise zur höchsten Quelle der Entzückung durch mentale Reinigung. Die Lektüre kann zu einer Reise zur eigenen innersten Essenz, dem Selbst, dem Sehenden, dem transzendentalen Göttlichen werden.

Die *Bhagavad Gita*, oder der „Gesang des Herrn“, ist ein grundlegender Text, den jeder Yoga-Schüler studieren sollte. Sie

besteht aus einem Dialog zwischen Arjuna, dem Anführer einer Armee, und seinem Wagenlenker, Krishna, der auf dem Schlachtfeld von Kurushetra während eines Bürgerkriegs stattfindet. Unter anderem beschreibt sie vier yogische Wege: *Karma* (Handlung), *Bhakti* (Liebe und Hingabe), *Raja* (Meditation), und *Jnana* (Weisheit). In Babaji's Kriya Yoga finden wir Elemente von all diesen Wegen.

Die *Bhagavad Gita* beschreibt eine der höchsten aller Unterhaltungen. Arjuna fragt den Herrn nach der höchsten Wahrheit. Und Krishna vermittelt die höchste Erkenntnis: das Sehen des „Einen Selbst“ überall und in allem. Dies überwältigt Arjuna jedoch so sehr, dass er die Weisheits-Lehren übersieht. Diese Lehren der *Gita* kann zwar jeder lesen, doch für viele sind sie nicht leicht zu verstehen. Sie mögen sogar widersprüchlich erscheinen, wie es oft bei spirituellem Wissen der Fall ist. Dieses Wissen wird erst klar, konkret und ersichtlich, wenn der Geist und das Herz offen und ausreichend gereinigt sind und man gewisse spirituelle Eigenschaften erworben hat. Es erfordert spirituelle Reife, um Wissen über die letztendliche Wahrheit verstehen und aufnehmen zu können.

Das Praktizieren von Babaji's Kriya Yoga reinigt die feinstofflichen Energien, leitet sie zu den höheren Zentren und entfaltet *Sankalpa Shakti* (spirituelle Entschlossenheit). Wissen erfordert Glauben, Konzentration und Anstrengung sowie den Willen, Begierden mit all den zugehörigen Verhaf-

tungen und Aversionen, Vorlieben und Abneigungen zu meistern. Ehrerbietiges Studieren der *Bhagavad Gita* ist nötig, um ihre Schönheit als Lohn von tiefem Verständnis, Selbsterkenntnis und spirituellem Wachstum zu erkennen.

Die *Bhagavad Gita* erklärt, dass die zum wahrhaften Verständnis erforderlichen Eigenschaften folgendes beinhalten: Demut, Rechtschaffenheit, Gewaltlosigkeit, Geduld, Aufrichtigkeit, Reinheit, Standhaftigkeit, Selbstkontrolle, Gleichgültigkeit gegenüber Sinnesempfindungen, Zurückhaltung, Nicht-Anhaftung, Abwesenheit von Vorlieben und Abneigungen und eine innere Haltung des Dienens. Ernsthaftes Studieren der *Gita* wird dir helfen, diese Eigenschaften zu entwickeln, bis schließlich all deine Handlungen durch die innere Haltung „*Dein Wille geschehe, nicht meiner.*“ motiviert sind.

### **Was genau bedeutet es, zu sagen „Dein Wille geschehe, nicht meiner“?**

Die *Bhagavad Gita* ist eine Erzählung über das Handeln. Sie lehrt uns, dass wir uns an den Herrn erinnern und als Diener des *Einen in Allem* in Aktion treten sollen. Sie fordert weder einen Rückzug von den weltlichen Aktivitäten noch eine physische Entsagung. Auch verlangt „*Dein Wille geschehe, nicht meiner*“ nicht, dass wir unseren freien Willen aufgeben müssen. Es bedeutet, dass wir uns dafür entscheiden, einfach und recht zu handeln. Und das erfordert eine innere Abkehr von Egoismus und Selbstsucht. Wir müssen die Sinne überwinden und uns weigern, gemäß Instinkt und Trieb zu handeln. Wir müssen bewusst wählen, persönliche Harmonie und Welt-Solidarität im Sinn zu haben und danach zu handeln.

Die *Bhagavad Gita* hilft uns zu verstehen, dass Gerechtigkeit und Ungerechtigkeit davon abhängen, was jeder von uns wählt, zu manifestieren. Die Menschen verfügen

über das einzigartige Geschenk des freien Willens, welches jeder von uns neben Geist und Bewusstsein als höhere evolutionäre Manifestation des Pranas erhalten hat. Wir können zu einem Zustand erwachen, in dem wir aus diesem höheren Bewusstsein heraus unsere Handlungen wählen, anstatt gemäß unseren Instinkten und Trieben zu handeln. Ungerechtigkeit erzeugt immer Chaos, Leid und Schmerz. Gerechtigkeit führt letztendlich zu Harmonie und Frieden. Die *Gita* vermittelt uns *Dharma*, redliches Verhalten. Sie lehrt uns außerdem, unseren eigenen *Svabhava*, unsere einzigartige natürliche Pflicht, unseren angeborenen Lebens-Sinn oder die Lebensaufgabe zu erkennen und wie man sie wirksam und redlich erfüllt. Sie lehrt uns, nicht impulsiv sondern gemäß der Einsicht zu handeln. Jeder von uns sollte sein Selbst und seine ureigenen Gaben und Talente, sein *Svabhava*, entdecken und diesen treu sein. Zu oft werden unsere Handlungen nicht vom Pflichtbewusstsein unserer Seele geleitet, sondern von unseren Anhaftungen und Abneigungen oder davon, was andere uns vorschreiben, zu tun. Wir handeln zu oft gemäß unseren Vorlieben und unterlassen Handlungen, die mit Abneigung einhergehen. Dies ist es, was uns an Karma bindet. Die *Bhagavad Gita* lehrt uns, aus Pflichtbewusstsein zu handeln und zu tun, was nötig ist, um Chaos zu vermeiden.

Um dich weiter zu entwickeln, musst du dein Herz und deinen Geist reinigen. Es liegt an dir, zu entscheiden, wann du Gerechtigkeit walten lassen, Ungerechtigkeit zunichtemachen und das Gebot des gerechten *Dharma* für dich einführen willst. Die *Gita* verkündet in ergreifender Weise, dass der einzige Weg, unredliches Handeln auszulöschen, darin besteht, sicherzustellen, dass Falsch-Handelnden genügend Möglichkeiten gegeben werden, sich zu bessern. Dies ist ein Grund, warum du einen freien Willen erhalten hast. Es wird dir genügend Zeit und Möglichkeit geschenkt, dich zu

bessern, bevor es nötig oder dharmisch wird, dass andere dir Korrekturmaßnahmen auferlegen, um Ordnung und Gerechtigkeit herzustellen. So unterbreitet Krishna Arjuna seine endgültigen Lehren auf dem Feld von *Dharmakshetra* (das heilige Schlachtfeld der Gerechtigkeit).

### Der Kampf deiner Seele in der Welt

Viele Leser der *Gita* sind durch die Annahme verwirrt, dass Krieg in gewisser Weise edel ist. Sie haben gefühlsmäßig ein Problem damit, dass Krishna Arjuna in den Kampf gegen seine Angehörigen führt. Der in der *Gita* beschriebene Krieg ist jedoch eine Analogie zu deinem eigenen moralischen Kampf in dieser Welt, wo du lernen musst, dich deinem Karma, den Folgen deiner vergangenen Gedanken, Worte und Taten zu stellen und außerdem den Zweck der Seeleninkarnation zu erfüllen: Selbst-Verwirklichung. *Dharma*, oder richtiges Handeln und richtige Einstellung, kommt mehr und mehr zum Ausdruck, sobald du Selbstkontrolle und Gleichmut angesichts der Herausforderungen des Lebens erlernst. Der Krieg veranschaulicht den anhaltenden Konflikt zwischen deinem Verstand und deiner Seele in Bezug auf deine Entscheidungen, Glaubenssätze, Anhaftungen, Begierden und Ängste. Es herrscht eine ständige Spannung zwischen zwei miteinander unvereinbaren gegensätzlichen Glaubenssystemen, Meinungen und Sehnsüchten. Durch mentale Disziplin kannst du alle Dualitäten transzendieren, auch Vorlieben und Abneigungen, Gewinn und Verlust, Ruhm und Schande.

Dies ist ein schmerzhafter und schwieriger Kampf und wie Arjuna musst du dich dafür entscheiden, ihn aufzunehmen, um spirituell zu wachsen und Leiden zu verhindern. Um den Schmerz und Kummer des Lebens zu beseitigen, musst du das Problem der Angst angehen. Und die intensivste

Angst und Sorge, die jeder Mensch im Leben aushalten muss, betrifft den Tod, deinen eigenen und den von geliebten anderen. Du gewinnst deine Freiheit von dieser Angst, indem du deinen Willen in Gottes Hände legst. *Dein Wille geschehe*. Die Bhagavad Gita kommt zu dem Schluss, dass es keinen Grund gibt, den Tod zu fürchten.

### Dharma versus Karma

Die *Gita* definiert all die Dinge, die du loslassen musst, um dein Karma zu verringern und deinem *Svabhava* Raum zum Wachsen zu geben. Aber Leben für Leben tendierst du dazu, deinen Begierden und Emotionen zum Opfer zu fallen und erzeugst so mehr Konflikte und Karma. Der Verstand wird aufgewühlt unabhängig vom Ergebnis einer Handlung. Du handelst aus Angst vor Verlust und Verlangen nach Gewinn, wobei ständig jeder Aktion eine Reaktion folgt. Weil du vergisst, die Vergangenheit loszulassen, sammelst du mehr und mehr Blockaden in deinem Vitalkörper und Samenkörner in deinem karmischen Koffer an.

Als Folge bestimmen Illusion, Verwirrung und Verlangen dieses Leben und werden dir in jede neue Verkörperung folgen. Des Weiteren sagt uns die *Gita*, dass sich dein einzigartiges Karma unter dem Einfluss der *Gunas* entfaltet, den drei Eigenschaften oder Kräften, durch welche die Natur sich manifestiert: *Rajas* (Aktivität, Ruhelosigkeit), *Tamas* (Trägheit, Zweifel, Verwirrung) und *Sattva* (Ausgeglichenheit, klares Verständnis). Aufgrund der Kombination dieser natürlichen Kräfte bist du dazu konditioniert, die Erfüllung deiner Wünsche durch wiederholte Handlungen anzustreben. Nur durch das Ansammeln von Weisheit, welche aus Erfahrung stammt, lernst du langsam, dass der Zweck des Lebens nicht Wunscherfüllung ist, sondern Erkenntnis des Höchsten Selbst. Wie lange das dauern wird, hängt von dir ab.

## Die drei *Gunas*, die Eigenschaften der Natur, transzendieren

Die *Gita* lehrt, dass höchste Erkenntnis mit dem Verständnis einhergeht, dass der Sehende, der Herr, das Selbst, Gott Eins – Ewig - Unveränderlich ist, nicht-manifestierte Intelligenz, welche die *Gunas*, die Eigenschaften der Natur, übersteigt. Die ganze manifestierte Schöpfung entsteht aus der nicht-manifestierten Intelligenz als eine bestimmte Mischung der drei Eigenschaften der Natur: *Sattva* (in Form von Gerechtigkeit, Kontemplation, Mäßigung, Reinheit, Gleichmut) und *Rajas* (in Form von Tapferkeit, Leistung, Ehrgeiz, Erfolgsdrang, weltliche Begierden) und *Tamas* (in Form von Stumpfsinnigkeit, Inaktivität, Faulheit, Depression).

Aus diesen drei Eigenschaften oder Kräften entspringt die Mannigfaltigkeit und Vielfalt aller Wesen. Diese Qualitäten oder Kräfte, die in jedem von uns in einzigartigen Kombinationen und Abstufungen vorhanden sind, bestimmen die Veranlagungen, mit denen jeder von uns geboren wird. Eine Person, die mit höchsten Konzentrationen und Anteilen an *Sattva* geboren wird, würde eine ruhige und reine Gesinnung haben, eine andere Person mit höchsten Konzentrationen an *Rajas* und auch hohem Anteil an *Sattva* wäre vielleicht weltlich, aber sehr tugendhaft. Eine Person mit höchsten Konzentrationen und Anteilen an *Tamas* mit etwas *Rajas* aber ohne *Sattva* würde mit einer Neigung zur Grausamkeit geboren werden. Die speziellen Konzentrationen und Anteile der *Gunas* begleiten die Seele in jedes Leben gemäß der Qualität der *Karmas* aus den vorhergehenden Leben.

Jede Seele wird im Leben durch ihre vorherrschenden *Guna*-Kombinationen gesteuert, aber auch aufgrund ihrer Einstellungen und Handlungen. Indem man zu jeder Zeit mit einer Haltung des Dienens handelt, kann man den Geist von Konflikten, Selbstsucht, Arroganz, Vorurteil und Bewertung befreien

und das eigene Karma positiv beeinflussen. Alle Handlungen im Leben resultieren in Karma, einige sichtbar und unmittelbar, andere unsichtbar. Und sie werden als Rest mitgenommen und beeinflussen die Konzentrationen und Anteile der *Gunas* in einem anderen Leben. Diese Konzentration an Qualitäten oder Kräften bedingen die Motivation und Situation der Geburt und Erfahrung einer Seele. Die spezielle Motivation hinter jeder Handlung, die durch das Individuum ausgeführt wird, bestimmt, wie das neue Karma sich manifestieren wird. Wir können uns in jedem Augenblick korrigieren, wenn wir uns entscheiden, zu handeln, ohne an den Früchten der Handlung zu hängen. Die *Gita* sagt, dass man mit Ruhe, Gleichmut und emotionaler Ausgeglichenheit in der Welt handeln soll, ohne die Früchte seiner Handlungen zu beachten. Solch ausgeglichene Handlungen werden dein Herz für Mitgefühl öffnen und bewirken, dass deine angeborenen Qualitäten in der nachfolgenden Inkarnation anders sein werden.

## Selbst-Erkenntnis durch Karma Yoga

Erkenntnis des Herrn ist jedem von uns zugänglich, unabhängig davon, welche *Gunas* vorherrschen. Aber sie ist nicht für diejenigen erreichbar, deren Geist an Wunsch-orientierten Handlungen hängt. Ein Geist, der sich durch bedingungslose Liebe gereinigt hat, ist ruhig und losgelöst und in der Lage, die Wahrheit zu erkennen. Wenn diese Liebe im Dienen zum Ausdruck kommt, wird dies laut der *Bhagavad Gita* zum Weg des *Karma Yoga*. Dieser Weg kann allerdings unabhängig von deiner sonstigen *Sadhana* beschrritten werden. Er ist besonders für diejenigen geeignet, bei denen *Rajas Guna* (Aktivität, wie oben beschrieben) vorherrschend ist. Ob du dich als *Jnani* oder *Bhakti* oder *Raja Yogi* fühlst, deine Handlungen sollten als Dienst an dem Herrn in *Allem* ausgeführt und alle Früchte deiner

Handlungen sollten dem *Herrn in Allem* dargebracht werden.

Die Haltung von wunschlosem Handeln und Nicht-Anhaften an den Ergebnissen der Handlungen reinigt den Geist und entwickelt die erforderlichen Qualitäten, um die höchste Erkenntnis zu empfangen. Das geheime Wissen besteht darin, dass es Liebe, eine Essenz im Herzen aller Herzen gibt, welche die Wahrheit kennt und uns alle miteinander verbindet. Im Herzen ist eine potentielle Energie vorhanden, welche als höheres Bewusstsein und reine Liebe tätig wird, wenn der Geist frei von allen Verstrickungen und Konflikten ist und wir die instinktiven Triebe des Überlebens loslassen. Das Ergebnis ist, dass du alle Wesen wert zu schätzen lernst und du dich sorgsam um das Glück aller Wesen kümmerst.

Die *Bhagavad Gita* vermittelt behutsam Wissen, indem sie redliches und unredliches Handeln untersucht. Jedes Mal, wenn du sie studierst, wird sich eine neue Einsicht ergeben und in deinem Leben Anwendung finden. Der Geist und das Herz sind der Schlüssel zu unserer Entwicklung. Und

unsere Entwicklung zur vollständigen Entfaltung unseres göttlichen Potentials, Perfektion, ist der Zweck unseres Lebens. Wir müssen über unsere aus der unvollständigen menschlichen Natur geborenen Triebe, die durch den niederen, instinktiven oder konditionierten Verstand angespornt werden, hinauswachsen. Wir müssen uns bewusst dafür entscheiden, die sozialen, kulturellen und sogar religiösen Konditionierungen loszulassen, welche in uns Verhaltensmuster erschaffen haben, die sich nicht im Einklang mit Harmonie und höherer Evolution befinden. Tugendhaftes Handeln öffnet das Herz für das Licht und die Freude, welche vom Zustand des Zeugenbewusstseins, des Sehenden, des Selbst ausgehen. Wenn du dem Sehenden erst einmal erlaubst, dein Leben und deine Handlungen zu durchströmen, wird jede Tat Liebe, Mitgefühl, Energie und Freude vermitteln und all deine Handlungen werden spirituellen Fortschritt fördern.

*Om Tat Sat – Es gibt nur einen Herrn und nur eine Wahrheit.*

## Aufrichtigkeit, globale politische Ökonomie und Gier

von M.G. Satchidananda

Generell vermeide ich es, über politische Ökonomie zu schreiben, obwohl ich einen Master Abschluss in internationaler Wirtschaftslehre besitze und mich bis zum heutigen Tag weiterhin damit beschäftige. Vor kurzem bin ich jedoch von einem Acharya darum gebeten worden, mich zu den Auswirkungen von globaler politischer Ökonomie auf unser Leben zu äußern; und dabei insbesondere auf das Bankwesen, Fiatgeld

(Papiergeld ohne Edelmetalldeckung) und die Bedrohung, die der allgemeine Überfluss für unser eigenes Wohlergehen und sogar unser Überleben darstellt, einzugehen. Da dies unser kollektives Karma betrifft – die Konsequenzen der modernen materialistischen Kultur – lassen sich diese Themen aus der Perspektive des Yoga behandeln.

Ehe ich Yoga entdeckte, hatte ich eine Ausbildung zum Diplomaten im Auslands-

dienst für die USA absolviert. Ich machte meinen Abschluss an der Schule für Auswärtigen Dienst an der Georgetown Universität in Washington D.C. und legte 1970 die schriftlichen und mündlichen Abschlussprüfungen des US-Auslandsdienstes mitten während des Vietnam-Krieges ab. Aber als ich begann, den Zweck von authentischem Yoga so zu verstehen, wie er in Indien ausgelegt wurde, erkannte ich, dass der Weg des Yoga Vorrang vor jeglicher Karriere haben musste. Ich begriff auch, dass ich zunächst mich selbst ändern musste, wenn ich die Welt dort draußen verbessern wollte. Und folglich muss alles, was ich tun kann, um der Welt zu einer Veränderung zu verhelfen, durch die Praxis von Yoga nach und nach, von Person zu Person erfolgen.

**„In Babaji’s Kriya Yoga ist Aufrichtigkeit die einzig wahre Währung von irgendeinem Wert.“** – Yoga S.A. Ramaiah

Yogi Ramaiah wiederholte diese Aussage während seiner Vorträge oft. Aufrichtigkeit bedeutet, das zu tun, von dem sagt, dass man es tun will ... bzw. zu tun, wozu man sich verpflichtet hat. Wenn du einen *Sankalpa*, eine Absicht, formulierst, setzt du den Prozess der yogischen Reinigung und Transformation der menschlichen Natur in Gang. Dies kann der Vorsatz sein, regelmäßig zu praktizieren, oder bestimmte schlechte Verhaltensweisen zu vermeiden bzw. einen Tag lang zu schweigen oder zu fasten. Diese Aussage Yogi Ramaiahs stellt auch eine Zusammenfassung meiner Reaktion auf die unzähligen Fragen und Zweifel dar, die aufkommen können, wenn man beginnt, sich mit den Schnittpunkten von globalen ökonomischen Angelegenheiten und persönlichen Werten zu beschäftigen. Sie bietet eine Alternative zu den Werten der modernen materiellen Kultur, zu Konsummaximierung, angstbasiertem Wettkampf und Individualismus. Sie erinnert uns daran, dass Aufrichtigkeit – das auch tatsächlich zu tun, von

dem man sagt, es tun zu wollen – die Methode ist, sich durch die eigene Willenskraft über die begrenzenden Verhaltensweisen der menschlichen Natur hinwegzusetzen.

Wirtschaftswissenschaftliche Studien behaupten, dass man die menschliche Natur nicht verändern kann, dass sie festgelegt ist. Die moderne Wirtschaftslehre betont zudem, dass Wertvorstellungen eine Angelegenheit persönlichen Geschmacks sind und, dass daher die Ökonomie hinsichtlich der Moral bzw. dessen, was sein sollte, neutral ist und sich somit auf das beschränkt, was ist. Die Ökonomie beschäftigt sich damit, wie knappe Ressourcen verteilt werden müssen, um unendliche Bedürfnisse zu stillen. Sie untersucht Vorlieben und, wie wir Entscheidungen treffen (Mikroökonomie), postuliert ökonomische Prinzipien oder Gesetze als Verhaltenswissenschaft und trifft kollektive (Makroökonomie) Aussagen anhand statistikbasierter mathematischer Modelle. Die Makroökonomie nutzt Systeme zur großflächigen Datenerfassung über bestimmte Zeiträume hinweg und versucht dadurch, statistisch relevante Wechselbeziehungen zwischen ökonomischen Größen in mathematischen Modellen zu finden, um diese dann dafür zu verwenden, die Auswirkungen von Veränderungen auf die Wirtschaftspolitik vorherzusagen.

Man hat eine enorme Menge an Wissen hinzugewonnen, seitdem Adam Smiths *Der Wohlstand der Nationen* 1776 veröffentlicht worden ist, welches für die Ökonomie so wegweisend war wie Newtons Erkenntnisse für die Physik oder Darwins für die Biologie. Darin wurden die überholten, allgemein akzeptierten Weisheiten über Gewerbe, Handel und öffentliche Politik gemäß vollkommen neuartiger Prinzipien umformuliert, auf die wir heute noch erfolgreich zurückgreifen. Smith führte das Prinzip des Bruttoinlandsprodukts als Maß für das Volkvermögen an; er identifizierte die enorme Produktivitätszunahme, die durch Spezialisie-

nung ermöglicht worden ist; er erkannte, dass beide Seiten vom Handel profitierten, nicht nur der Verkäufer; er stellte fest, dass der Markt ein automatischer Mechanismus war, der Ressourcen äußerst effizient verteilte; er verstand die weitreichende und ertragreiche Zusammenarbeit zwischen verschiedenen Produzenten, die dieser Mechanismus ermöglichte. All diese Konzepte sind auch heute noch, mehr als zwei Jahrhunderte später, ein wesentlicher Bestandteil der Wirtschaftswissenschaften.

Ich erwähne all dies, weil heute eine große Menge an Fehlinformationen und Verschwörungstheorien von Personen mit wenig bis gar keinem ökonomischen Wissen insbesondere über die sozialen Medien in Umlauf gebracht werden. Dies alles ist zum großen Teil mitverantwortlich für die weitverbreitete Angst und die Zunahme von Populismus und Demagogie. Angst beginnt immer mit der Furcht vor dem Unbekannten. Daher wird dir ein Basiswissen und Grundverständnis von bzw. für Ökonomie helfen, die Fallstricke von Verschwörungstheorien, sensationsgierigen Medienberichten und Politikern zu umgehen, die sich ihren Weg zur Macht durch Lügen und Manipulation erschwindeln, indem sie auf die niedrigsten Formen emotionaler Reaktionen und Fehlinformationen zurückgreifen. Ich empfehle daher, dass man sich selbst wappnet, indem man sich über dieses Thema besser informiert und die mit der Wirtschaftsgeschichte verbundenen Tatsachen sorgfältig untersucht. Ich kann dafür das Magazin *The Economist* als einen Anfang empfehlen; die darin enthaltenen Artikel und Statistiken bedeutender ökonomischer Größen einzelner Länder, wie z.B. Wachstum, Beschäftigung, Inflation, Handel und Haushaltsdefizite, kann man auf [www.economist.com](http://www.economist.com) herunterladen. Indem du dich informierst, kannst du vermeiden, jene Politik und Politiker zu unterstützen, die uns dazu bringen würden, die Fehler der Vergangenheit zu wiederho-

len, was zum Verlust von persönlicher Freiheit und Wohlstand führen würde.

### **Die Schnittpunkte von Ökonomie und persönlichen Wertvorstellungen**

Gordon Gekko, der fiktive Charakter in dem Filmklassiker *Wall Street*, sagte bekanntermaßen: „Gier ist gut.“ Diese Aussage spiegelte die Wertvorstellung wieder, die charakteristisch für die Dotcom-Spekulationsblase der 1990er und die Immobilienblase war, die zu dem Börsen-Crash 2008 führte. Obwohl es Gier gibt, seitdem die Menschen in Höhlen gelebt und um Essen oder andere knappe Ressourcen zu kämpfen begonnen haben, war neu an dieser Aussage, dass sie die klassische Tugend der Großzügigkeit bzw. Güte auf den Kopf stellte, die von den Denkern der Aufklärung und den Gründern der amerikanischen und französischen Demokratien verfochten wurde. Dies steht auch im Widerstreit zu der sozialen Beschränkung bzw. dem *Yama*, die bzw. der von Patanjali vorgeschrieben wird: *Begierdelosigkeit* als ein Mittel, die Unreinheiten des Geistes zu beseitigen und Unterscheidungsfähigkeit zu entwickeln. (Yoga Sutras II.30, II.39).

Das Wort „Kultur“ leitet sich von dem lateinischen Begriff *cultus* ab, was „Verehrung“ bedeutet. In einer materialistischen Kultur verehren die Menschen materielle Dinge und die Einkaufszentren sind zu ihren Tempeln geworden. Obgleich die meisten Wissenschaftler es vorziehen, die Ökonomie als moralisch neutral bzw. wertfrei zu betrachten, ist es offensichtlich, dass es alles andere als neutral wirkt, wenn der Erwerb von materiellen Besitztümern und deren Konsum an erster Stelle stehen. Das Verschwinden indigener Kulturen und des natürlichen Lebensraumes überall auf der Welt ist das Resultat dieser kurzsichtigen wertfreien Betrachtung der Ökonomie. Heute befinden wir uns inmitten einer aus-

geprägten kulturellen Spannungslage bzw. eines Krieges zwischen der modernen materialistischen Kultur und den alternativen Kulturformen. Für Yogaschüler, die in einer modernen materialistischen Kultur leben, gibt die Yogaweisheit vor, dass sie das Gegenteil von Gier, sprich Großzügigkeit genauso wie auch die anderen *Yamas* bzw. sozialen Beschränkungen ausbilden sollen: *Ahimsa* (Nicht-Schaden), *Satya* (Wahrhaftigkeit), *Brahmacharya* (Keuschheit), *Asteya* (Nicht-Stehlen) und *Aparigraha* (Begierdelosigkeit). Je mehr man diese fundamentalen Prinzipien des klassischen Yoga ignoriert, desto eindeutiger hat die materialistische Kultur den Kulturkrieg bereits gewonnen. Die modernen Yogahaltungen, wie sie im Westen verbreitet werden, sind nahezu vollkommen an die Bedürfnisse einer materialistischen Kultur angepasst worden: Gewichtsverlust, gutes Aussehen, Stressabbau, individueller Wettkampf und das Konsumieren von Produkten.

Dies stellt eine erhebliche Verzerrung der Yogalehren dar und ist ein Beispiel für den immensen Einfluss der modernen materiell geprägten Kultur. Begegne diesem mit der Yoga-Lehre: Einfaches Leben und hohes Denken. Um den Kampf deiner Seele in diesem kulturellen Krieg besser zu verstehen, solltest du die Bhagavad Gita lesen.

Die yogische Weisheit, wie sie in dem Tirumandiram, den Gedichten der Siddhas, den Aussagen Jesu („Möget ihr vollkommen sein, so wie euer Vater im Himmel vollkommen ist.“) und der Gita zum Ausdruck kommt, erinnert uns daran, dass die menschliche Natur transformiert werden muss und kann, um ihr göttliches Potential, *Siddhi* bzw. Vollkommenheit zu erreichen. Sie erinnern uns auch daran, dass Aufrichtigkeit – das tatsächlich zu tun, von dem man sagt, es tun zu wollen– die Methode ist, sich durch die eigene Willenskraft über die begrenzenden Verhaltensweisen der menschlichen Natur hinwegzusetzen.

## Gurudasan wird Mitglied des Babaji's Kriya Yoga Ordens der Acharyas

Wir freuen uns, mitteilen zu können, dass Gowri Varadharan als neues Mitglied des Babaji's Kriya Yoga Ordens der Acharyas am 6. März 2016 in Bangalore - mit dem Segen seiner Mutter, seines Vaters, seines Bruders und seiner Ehefrau Kiran sowie der 59 Teilnehmer des Kriya Yoga Retreats und der zweiten Einweihung - von Babaji den neuen

Namen *Gurudasan* (Diener des Guru) erhalten hat. Er hat sich selbst dazu verpflichtet, die Aufgaben eines Acharyas zu erfüllen und ist nun dazu berechtigt, erste Einweihungen zu geben. Fotos der Zeremonie kann man unter folgendem Link ansehen: <https://plus.google.com/u/0/102316518201804498547/posts/dxzGUffstEC>

Gowri Varadhan wurde in Salem (Tamil Nadu, Indien) geboren, erwarb einen Bachelor-Abschluss in Ingenieurwesen und Informationstechnologie und arbeitet derzeit als investigativer Datenanalyst. Sein Studium der Spiritualität begann in seinen Jugendjahren, als er in die Schriften von Swami Vivekananda eingeführt wurde und er sich im Weiteren besonders zu den Lehren Ramana Maharshis und Seshadri Swamigals von Tiruvannamalai hingezogen fühlte.

Aufgrund seines tamilischen kulturellen Hintergrundes schätzt Gowri die verschiedenen tamilischen Siddha Traditionen und deren langfristige Potentiale im Zusammenhang mit Gotteserkenntnis sehr. Er ist ebenso in *Sri Vidya Sadhana* initiiert. Da er Advaita von Ramana Maharshis Standpunkt aus sah, konnte er auch andere philosophische Schulen wie *Dvaita* und *Vishisht Advaita* als unterschiedliche Sichtweisen der gleichen Wahrheit schätzen und begreifen.

Um 2000 stieß Gowri auf die „*Autobiographie eines Yogi*“ von Paramahansa Yogananda, wodurch er Mahavatar Babaji und den Kriya Yoga kennenlernte. Dies überzeugte ihn zusammen mit „*Babaji - Kriya Yoga und die 18 Siddhas*“ von Mars-



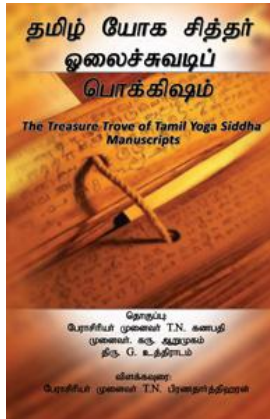
Acharya Gurudasan

hall Govindan davon, dass Kriya Yoga eine vollendete, wissenschaftliche und authentische Linie an Lehren der Yoga Siddhas ist, welche der Menschheit zur Erreichung von Selbst-Verwirklichung zur Verfügung steht. 2008 wurde er von Marshall Govindan Satchidananda in Babaji's Kriya Yoga eingeweiht (sowohl in die erste als auch die zweite Einweihung) und praktiziert ihn seither kontinuierlich.

2011 wurde er in Bangalore in alle 144 Kriyas eingeführt, welche in drei Einweihungen gelehrt wurden und nahm ebenso an der intensiven Babaji's Kriya Hatha Yoga Lehrer Ausbildung im Ashram in Quebec teil. Gurudasan hat viele Jahre lang studiert, praktiziert und trainiert, um ein Acharya zu werden. Er wirkte als Übersetzer an einigen Kriya Yoga Einweihungen in Indien mit - zum Nutzen jenes Teils der Tamil sprechenden Bevölkerung, der Englisch nicht ausreichend gut versteht. 2014 heiratete er und lebt zusammen mit seiner Frau Kiran derzeit in Kuala Lumpur (Malaysia). Er bietet dort kostenlose, wöchentliche Kriya Hatha Yoga Kurse an und hält Kriya Yoga Satsangs ab, bei denen eine Gruppensadhana praktiziert wird und anschließend Diskussionen über spirituelle Themen stattfinden.

## The treasure Trove of Tamil Yoga Siddha Manuscripts

Wir freuen uns, die Veröffentlichung der abschließenden Publikation des Yoga Siddha Forschungsprojekts bekannt zu geben, das von dem Babaji's Kriya Yoga Orden der Acharyas in Kanada gesponsert wurde. Dieses startete 2000 mit der Unterstützung des verstorbenen Dr. Georg Feuerstein und wurde von einem Team angesehener Wissenschaftler unter der Leitung von Dr. T.N. Ganapathy durchgeführt. Die Veröffentlichung der **tamilischen** Ausgabe von *The Treasure Trove of Tamil Yoga Siddha*



*Manuscripts* wurde am 6. Februar 2016 bei einer speziellen „Buchvernissage“ in Chennai (Indien) gefeiert. Daran nahmen viele Gelehrte und Liebhaber der Dichtungen der tamilischen Yoga Siddhas teil, u.a. Dr. T.N.

Pranatharthihran, der dieses Handbuch verfasst hat, Ph.D. Prof. Dr. Bhaskaran, der Vizekanzler der tamilischen Universität, Acharya Kriyanandamayi aus Sri Lanka als Reprä-

sentantin des Sponsors Babaji's Kriya Yoga Orden der Acharyas, Dr. K.R. Arumagam, welcher die Suche nach den Manuskripten leitete und Prof. Aranga Ramalingam, (emeritierter) Direktor der Abteilung für Tamilstudien an der Universität von Madras.

*The Treasure Trove of Tamil Yoga Siddha Manuscripts* ist ein Handbuch zu einer großen Sammlung von Versen, die von den tamilischen Yoga Siddhas während des mittelalterlichen Sangam-Zeitalters verfasst wurden. Diese Verse, die nur als Palmblattmanuskripte zu finden waren, wurden von einem angesehenen Team von Wissenschaftlern und Manuskript-Forschern in den letzten 15 Jahren gesammelt, eingescannt, in modernes Tamil transkribiert und editiert. Das Handbuch ist eine wertvolle Ressource, nicht nur für Liebhaber der Siddha Dichtung, sondern auch für Wissenschaftler, Übersetzer und Forscher auf dem Gebiet von Yoga und Tantra.

Alle 13 276 Verse auf 1677 Seiten sind auch auf einer beiliegenden CD zu finden, die im hinteren Buchdeckel eingesteckt ist.

Weitere Informationen unter:

[http://www.babajiskriyayoga.net/english/News-Notes.htm#treasure\\_trove\\_press\\_release](http://www.babajiskriyayoga.net/english/News-Notes.htm#treasure_trove_press_release)

## Babaji's Kriya Hatha Yoga: 18 Körperübungen der Entspannung

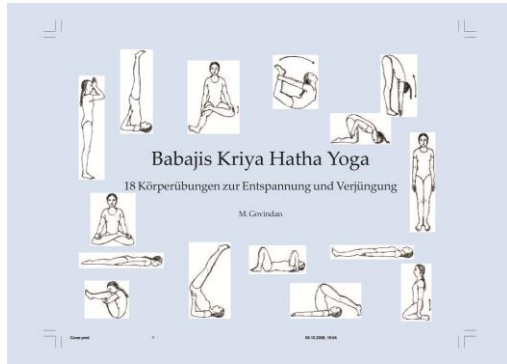
Eine gedruckte deutsche Ausgabe des Buches *Babaji's Kriya Hatha Yoga 18 Körperübungen der Entspannung* von Marshall Govindan wurde nun zum ersten Mal im Mai 2016 in Berlin veröffentlicht.

30 Seiten, ISBN: 978-1-895383-47-8  
Preis 6,00 €

Versandkosten für die Druckversion

Deutschland: 2,00 €

EU und Schweiz: 4,50 €



Buchcover

Diese 18 Körperübungen wurden von Babaji unter den tausenden, die es gibt, ausgewählt, um ein wirksames System zur Verjüngung des physischen Körpers zu bilden, und diesen auf die feineren Phasen des Kriya Yoga vorzubereiten. Der unsterbliche Meister aus dem Himalaya ist der lebende Beweis für ihre Wirksamkeit. Jede der Übungen ist aufgeteilt in mehrere Stu-

fen, und somit passend sowohl für Anfänger als auch für fortgeschrittene Schüler. Auch sind die Übungen in Paaren angeordnet, sodass jeder Übung eine entspannende Gegenhaltung folgt. Dieser Führer ist als ein Handbuch gestaltet, in dem jede Stufe von jeder Übung einzeln vorgestellt wird, und mit leicht verständlichen Erklärungen versehen ist. Die vielen Vorteile der Übungen für die Vorbeugung und Heilung von verschiedenen Funktionsstörungen werden ebenfalls erläutert. Ein einleitendes Kapitel erklärt die Regeln, die man während des Übens befolgen sollte. Der Inhalt dieses Buches ist in der deutschen Ausgabe des Babaji-Buches komplett enthalten.

Zum Bestellen bitte auf folgenden Link klicken:

<http://www.babajiskriyayoga.net/german/shop.php#KriyaHathaYoga>

## Aus dem Leben des Siddhas Nandi Devar sowie eine Übersetzung seiner Verse plus Kommentar

**Ein Ausschnitt aus dem Buch „The Yoga of the Eighteen Siddhas: An Anthology“:**

Üblicherweise legten die Siddhas ihr erworbenes Wissen nicht offen dar. Sie verbargen ihre Lehren durch deren verschleierte Sprache – die „Zwielicht-Sprache“. *Nandi Devar* aber verkündete all sein Wissen offen. Der Schatz der Siddhas wurde all jenen, die bereit waren, seine Werke zu studieren, zugänglich gemacht. Diese Entscheidung *Nandi Devars* stimmte andere Siddhas wütend. Sie stritten mit ihm und beschwerten sich bei *Shiva* über ihn, der dessen Entscheidung

ebenso verurteilte. Als er erkannte, dass *Shiva* seinetwegen verärgert war, nahm



Siddha Nandi Devar

*Nandi Devar* die Gestalt eines Stieres an und kauerte sich in eine abgeschiedene Ecke, um dort den rechten Zeitpunkt abzuwarten, sich dem großen *Shiva* voller Demut anzunähern. Der allwissende und allmächtige *Shiva* erblickte den in sich gekehrten, kauernenden *Nandi Devar*. Aus einem Akt lieblichster Gnade, näherte er sich diesem an und sprach:

“Oh! *Nandi!* Herbei!“ *Nandi Devar*, der noch immer in der Gestalt eines Stieres war, kniete sich vor ihm in einer salutierenden Haltung nieder, so dass sich niemand zwischen den knieenden *Nandi* und den großen *Shiva* wagte. Es ist diese Haltung *Nandi Devars*, die in Form großer Statuen in allen *Shiva*-Tempeln abgebildet ist. Gemäß der

Tradition sollte niemand in diese *Shiva*-Tempel zwischen *Shiva* und *Nandi* eintreten. Diesem wird bis zum heutigen Tage Folge geleistet.

Fortsetzung unter:

<http://www.babajiskriyayoga.net/german/WebPDF/Nandi-Devar-German.pdf>

## News und Notizen

**Pilgerreise zu dem neuen Badrinath Ashram mit M. G. Satchidananda und Durga Ahlund** vom 22. September bis 10. Oktober 2016. Begleite uns bei einer lebensverändernden, unvergesslichen Pilgerreise zu dem Ort, an dem Babaji *Soruba Samadhi* erreicht hat, den höchsten Zustand der Erleuchtung. Zum ersten Mal werden wir in den elf Appartements des neuen Ashrams wohnen und seine Anlagen voll nutzen können. Details unter:

<http://www.babajiskriyayoga.net/german/WebPDF/India-Pilgrimage-Badrinath-2016-German.pdf>

Oder mit den Acharyas Amman, Nityananda und Brahmananda vom 01.-17. September 2016

**Zweite Einweihungen** mit M.G. Satchidananda werden in Quebec vom 17.-19. Juni und vom 21.-23. Oktober 2016 stattfinden.

**Dritte Einweihungen** mit M. Govindan Satchidananda werden in Quebec vom 15.-24. Juli 2016, in der Nähe von Blois (Frankreich) vom 14.-21. August 2016, in Estland vom 23. August – 01. September 2016 und in Brasilien vom 13.-22. November 2016 angeboten werden. Erreiche das Ziel der Selbst-Verwirklichung mit kraftvollen

Kriyas zur Erweckung der Chakras und trete in den atemlosen Zustand von Samadhi ein.

**Der Bau des Badrinath Ashrams ist beinahe abgeschlossen. Wir brauchen eure Hilfe!**

Unsere eingetragene, gemeinnützige Bildungsorganisation, Babaji's Kriya Yoga Orden der Acharyas, benötigt eure Spenden, um den Bau des Ashrams in Badrinath abzuschließen. Aktuelle Fotos und Berichte bezüglich des Baufortschritts sind zu finden unter:

<http://www.babajiskriyayoga.net/german/ashram-badrinath.php>



Der im Bau befindliche Ashram in Badrinath

Außerdem sind wir auf eure Hilfe angewiesen, um das für 2016 geplante Programm an geförderten Aktivitäten des Ordens zu realisieren. Ihr könnt online spenden und euch unseren Jahresbericht und unsere Pläne im Detail unter folgendem Link ansehen:

<http://www.babajiskriyayoga.net/german/contributions.php>



## Kriya Yoga Einweihungen und Seminare

### Basisseminar

mit Satyananda

**Bad Griesbach (BY)** 27.-29.05.2016  
Seminarhaus: "Alter Pilgerhof",  
[www.alterpilgerhof.de](http://www.alterpilgerhof.de)

Kontakt: [prem@babaji.de](mailto:prem@babaji.de)

**Klagenfurt (Österreich)** 24.-26.06.2016

Ort: Yogaschule Kärnten  
[yogaschulekaernten.at](http://yogaschulekaernten.at)  
Email: [kontakt@yogaschulekaernten.at](mailto:kontakt@yogaschulekaernten.at)  
Telefon: +43/0 463240210

**Bretten (nahe Karlsruhe),** 30.09.-02.10.2016

Ort: Karuna Yogazentrum Bretten  
[www.karuna-bretten.de](http://www.karuna-bretten.de)  
Kontakt: Manuela König, [www.indrayoga.de](http://www.indrayoga.de)  
Telefon: +49/0171-3011440

mit Nandi Devar:

**Luzern (Schweiz)** 28. – 30.10.2016

Kontakt: [nandidevar@babaji.de](mailto:nandidevar@babaji.de)

mit Kailash

**Zürich** 03.-05.06.2016

**Bern** 19.-21.08.2016

Email: [info@babaji.ch](mailto:info@babaji.ch)

Telefon: 0041 (0)52 366 32 92

mit Brahmananda

**Traunsee** 10.-12.06.2016

Email: [info@babaji.at](mailto:info@babaji.at)

Telefon: 0043 (0)664 5362309

### Aufbauseminar

mit Satyananda

**Speicher/AR** (Schweiz, Bodensee, Dreiländereck), 25.-27.11.2016

Seminarort: Ferienhotel am Schönenbühl

[www.amschoenenbuehl.ch](http://www.amschoenenbuehl.ch)

Kontakt: Kailash, [info@babaji.ch](mailto:info@babaji.ch);

[www.free-mind.ch](http://www.free-mind.ch)

Telefon: +41/0 52 366 32 92

### Vertiefungsseminar

mit Satyananda

**Bad Griesbach (BY):** geplant für 2018

Seminarhaus: Alter Pilgerhof

[www.alterpilgerhof.de](http://www.alterpilgerhof.de)

Kontakt: [prem@babaji.de](mailto:prem@babaji.de)

### Kriya Hatha Yoga Lehrer Ausbildung

mit Satyananda und Kailash

**Speicher/AR** (Schweiz, Bodensee, Dreiländereck) 13.-25.11.2016

Seminarort: Ferienhotel am Schönenbühl

[www.amschoenenbuehl.ch](http://www.amschoenenbuehl.ch)

Kontakt: Kailash, [info@babaji.ch](mailto:info@babaji.ch);  
[www.free-mind.ch](http://www.free-mind.ch)

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

[www.babajiskriyayoga.net](http://www.babajiskriyayoga.net), um über VISA, American Express oder Mastercard alle Bücher und andere Produkte von Babaji's Kriya Yoga Publications zu beziehen, oder für Spenden an den 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:

<http://www.babajiskriyayoga.net/german/sho p.php#GraceCourse>

**Besuche** **Durgas** **Blog:**  
[www.seekingtheself.com](http://www.seekingtheself.com)

**Wir bitten alle Abonnenten des Kriya Yoga Journals – falls noch nicht geschehen - um die jährliche Zahlung von 12 Euro auf das deutsche Konto von M.G. Satchidananda für das Abonnement.**

*Die Kontodaten:*

*Kontoinhaber: M. Govindan*

*Kontonummer: 0723106*

*Bank: Deutsche Bank International, Frankfurt*

*BLZ: 500 700 24*

*IBAN DE09500700240072310600*

*BIC/Swift code DEUTDE33HAN*

**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 Ende Juni 2016 verlängerst, kann es sein, dass du die nächste Ausgabe nicht erhältst.