



Inhaltsangabe

<i>Vorwort</i>	3
<i>Kriya Yoga Nachrichten</i>	4
<i>'Der Traum'</i> <i>von Paramahansa Prajnanananda</i>	7
<i>'Die ewige Wissenschaft'</i> <i>von Paramahansa Hariharananda</i>	17
<i>Programm mit Swami Atmavidyananda in Sterksel</i>	26
<i>Programme im Kriya Yoga Zentrum unter der Leitung von</i> <i>Peter van Breukelen, Claudia Cremers und Petra Helwig</i>	28
<i>Wie komme ich nach Sterksel</i>	30
<i>Hausregeln in Sterksel</i>	31
<i>Über Kriya Yoga</i>	33
<i>Publikationen</i>	34
<i>Das Kriya Yoga Zentrum in Sterksel</i>	37
<i>Kontaktadressen der Kriya Yoga Zentren</i>	39



Paramahansa Hariharananda und Paramahansa Prajnanananda am Strand von Puri



Vorwort

In diesem Rundschreiben findest du alle Informationen über die Programme des Kriya Yoga Zentrums für das Jahr 2015.

Auch in diesem Jahr sind wieder zahlreiche Veranstaltungen geplant und wir freuen uns besonders, daß Swami Atmavidyananda in diesem Jahr vom 28. August bis einschließlich zum 1. September wieder in Sterksel sein wird.

Wir laden dich herzlich dazu ein, an den Programmen teilzunehmen.

Paramahansa Hariharananda sagt:

“Gott ist überall und jenseits von allem. Das bedeutet, wenn du Gott verwirklichen willst, dann mußt du Ihn in jedem Atom, in der ganzen Materie, in allen Körperfunktionen und in jedem Menschen wahrnehmen. Das ist Selbstverwirklichung.”

Auf Wiedersehen in der Meditation.

Peter van Breukelen

Kriya Yoga Zentrum
Heezerweg 7
NL - 6029 PP Sterksel
Tel.: 0031-40-2265576



Kriya Yoga Nachrichten

Besondere Aktivitäten in Sterksel

Im vergangenen Jahr feierten wir, daß Gurudev Baba Hariharanandaji im Alter von 67 Jahren in den Westen kam. Mit seinem unermüdlichen Pioniergeist, seiner sehr großen Aufopferungsbereitschaft, war er uns ein Vorbild an göttlicher Liebe, Hilfsbereitschaft, Demut und Hingabe. In seinem Leben, das von Meditation und spirituellen Übungen erfüllt war, fand er immerzu Zeit für all jene, die nicht auf der Sonnenseite des Lebens standen: Ältere Menschen, Waisen und Kranke. Er diente seiner Familie, seinen Dorfmitbewohnern, seinen Lehrern, Freunden und Menschen in Not. Gurudev sagte hierzu einmal: "Ihr müßt anderen mit Liebe, Freude und Hingabe dienen." Häufig zitierte er in diesem Zusammenhang einen Sanskritvers:

*deyo kshudhature annam deyo vidyarthino vidya
deyo rogature pathyam deyo bhittebhyo abhayam*

"Gib Nahrung denen, die Hunger haben, Unterricht den Schülern, Versorgung den Kranken und Trost denen, die entmutigt sind."

Kurz vor dem Weihnachtsfest organisierten wir in den Niederlanden in Zusammenarbeit mit 'Hand in Hand Nederland' für die Tafel 'Isaak en de Schittering' in Rotterdam 1680 Pakete 'Pappardelle Pasta' sowie 240 Flaschen reinen Apfelsaft.

Auf unserem eigenen Youtube-Kanal kann man eine Filmdokumentation über die Verteilung der Nahrungsmittel, eine Begegnung mit 'Isaak en de



Schittering' anschauen. Gehe nach www.youtube.com mit dem Suchwort: **Foodproject Rotterdam**.

Powerweek 2015

Wie bereits 2014 soll auch in diesem Jahr im Sommer wiederum eine **'Jugend-Powerweek'** in den belgischen Ardennen vom **10.** bis zum **15. August** organisiert werden. In dieser Zeit möchten wir jungen Menschen zwischen dem 18. und dem 23. Lebensjahr die Möglichkeit bieten, ein grösseres spirituelles Bewusstsein zu entwickeln. Hierbei soll der Schwerpunkt auf individuelle Stärkung der positiven Kraft jedes einzelnen Teilnehmers gelegt werden. Neben sportlichen Aktivitäten werden auch 'body balance' Übungen, einfache Meditationen sowie workshops zur Unterstützung der Kreativität angeboten. In einem 'Powercircle' werden die eigenen positiven Eigenschaften verstärkt. Das alles wird von einigen Kriyabans organisiert und mit Hilfe der Einnahmen aus speziellen Kriya Yoga Sonntagen in Sterksel finanziert. 2015 finden am 15. Februar und am 5. Juli, jeweils zwischen 10:30 und 14:30 Uhr, besondere Meditationssonntage statt. Kostenbeitrag: € 20,00 zwecks Unterstützung der 'Powerweek 2015'. Weitere Informationen findet man auf der Internetseite des Kriya Yoga Zentrums oder man ruft einfach dort an.

Aktuelle Informationen

Auf der Webadresse der Hilfsorganisation 'Hand in Hand' lassen sich jederzeit alle Hilfsprojekte in Indien nachverfolgen. Siehe unter www.handinhand..at.



Kriya Yoga Webseite

Um jederzeit gut über alle aktuellen Kriya Yoga Programme und Aktivitäten informiert zu sein, besuche die neue Webseite:

www.kriyayogameditatie.nl

Hand in Hand

Das Kriya Yoga Zentrum unterstützt die Projekte von 'Hand in Hand' mit 10% der Einnahmen aus den Kriya Yoga Programmen. Für weitere Informationen über die verschiedenen Projekte von 'Hand in Hand', siehe unter:

www.handinhand.at





Der Traum

von Paramahansa Prajnanananda

Es war im Monat April, als sich etwas Seltsames ereignete. Ich verrichtete meine Gebete und meine Meditation wie gewohnt. Doch an einem Mittwoch morgen, kurz vor Sonnenaufgang hatte ich einen Traum, der mein Leben veränderte. Ich träumte von Gurudev – es war mein erster Traum von ihm – an einem Ort, den ich vorher noch nicht gesehen hatte. Es war nicht der Puri Ashram, jedoch erinnere ich mich an einen Meditationsaal, umgeben von einem wunderschönen Garten. Im Saal befanden sich acht bis zehn Personen und Baba weihte mich ein. Bis zu diesem Zeitpunkt war meine Vorstellung von einer Einweihung dergestalt: Der Guru spricht vor dem Ohr des Schülers ein Mantra aus, das der Schüler singen oder als Meditationshilfe gebrauchen kann. In jenem Traum aber, sah die Einweihung völlig anders aus. In dieser Einweihung berührte er meine ganze Wirbelsäule, die verschiedenen Chakren und brachte eine vibrierende Wahrnehmung in mich hinein – eine wunderbare innere Erfahrung. Ich nahm dies alles sehr realistisch wahr, obschon es nur ein Traum war. Verwundert wachte ich auf und sann über die Bedeutung des Traumes nach. Vernunftgemäß deutete ich den Traum als die Folge meiner unablässigen Gedanken an Baba und der Hoffnung auf ein eindeutiges Zeichen, wer mein Guru sein wird. Die sich ständig wiederholenden Gedanken hatten sich miteinander verbunden und diesen besonderen Traum kreiert. Ich verbrachte den Tag in einem sehr glücklichen Zustand inneren Friedens, innerer Ruhe, aber maß dem Traum keine weitere Bedeutung zu. Das ist das Spiel des Verstandes, der sich nicht leicht überzeugen lässt. In der nächsten Nacht, etwa zur gleichen Zeit, erlebte ich denselben Traum: Vor meinen Augen erschien derselbe Ort mit derselben Halle, diesselben Personen saßen dort und Baba weihte mich erneut ein. Es war eine genaue Wiederholung der vorhergegangenen Einweihung. Ich wachte auf und dachte: “Warum sehe ich immer und immer wieder denselben Traum?” Mein rationeller Verstand gab das Analysieren auf und ich entschied mich, mich Baba zu



nähern, um ihn direkt zu fragen, ob er mein Guru sei und ob er mich als seinen Schüler akzeptieren würde. Ich hatte bereits viele heilige Bücher gelesen, in denen geschrieben stand, daß die Guru-Schüler Beziehung vorbestimmt sei. Wenn ich also dazu vorbestimmt bin, sein Schüler zu sein, so wird er mich als solchen akzeptieren.

Die Reise nach Puri

An diesem Donnerstag morgen machte ich mich gleich auf den Weg nach Puri zusammen mit zwei Freunden, Indra Bhushan und Shakti Brata, die mit mir an der gleichen Universität studierten. Sie beabsichtigten nach Puri zu reisen, um Gott Jagannath zu sehen und den Ashram zu besuchen. Ich ging als erstes zum Karar Ashram, um herauszufinden, wo sich Baba zur Zeit aufhielt und zu meiner großen Überraschung war er noch dort. Gewöhnlich reiste er Ende März in den Westen. Es war um die Mittagszeit. Baba hatte sein Mittagmahl beendet und ruhte. Die Türe zu seinem Zimmer war nur angelehnt. Ich betrat das Ashram Gelände und suchte zu allererst Shri Yukteswars Tempel auf. Hingebungsvoll verbeugte ich mich vor diesem großen Yogi und huldigte ihm mit ganzem Herzen im Gebet. Dann näherte ich mich dem bewohnten Teil des Ashrams und setzte mich wartend in den Schatten eines großen 'bilwa' Baumes, auch bekannt als 'Holzapfelbaum'. Er wird als sehr heilig angesehen. Seine Blätter werden im Tempel zur Verehrung von Shiva, Kali und Durga verwandt. Seine Frucht ist eßbar, nahrhaft und gesund. Sowohl seine Rinde als auch seine Blätter werden in der ayurvedischen Medizin verwendet. Selbst sein Holz wird für besondere hinduistische Rituale gebraucht. Die Brahmacharis kannten mich von meinen ersten Besuchen. Einer von ihnen näherte sich mir und fragte nach dem Grund meines Kommens. Ich sprach über meinen Wunsch, Gurudev zu sehen und ihn privat zu sprechen. Er erklärte mir, daß der heutige Tag Gurudevs Schweigetag sei. Wenn ich jedoch bis zum Ende der Abendmeditation warten könnte, hätte ich sicherlich die Gelegenheit, ihn zu sprechen. Ich war etwas enttäuscht, da ich nicht darauf vorbereitet war, so lange in Puri zu bleiben. Und wenn ich bis zum Abend warten müsste, könnte ich nicht mehr



am selben Tag zurück nach Cuttack reisen. Ich war nicht alleine gekommen, nicht sicher, was ich tun sollte, so saß ich einfach dort und betete zu Gott. Nach einer Weile erschien ein anderer Brahmachari und fragte, ob er mir helfen könne. Als er meine Bitte hörte, ging er in Babas Zimmer und nach einiger Zeit kehrte er zurück und teilte mir mit, ich könne eintreten. Gurudev lag entspannt auf seinem Bett. Niemand war anwesend. Ich trat ein und er gab mir schweigend zu verstehen, die Türe von innen zu verschliessen. Dann brach er zu meiner großen Überraschung sein Schweigen. Ich verbeugte mich vor ihm und er fragte mich: "Baba (hier liebevoll gemeint als 'kleiner Vater') was ist geschehen, was möchtest du?" Ich antwortete: "Baba, du weißt, was ich möchte." Er erwiderte: "Ja, ich weiß. Sage mir in deinen eigenen Worten, was du brauchst." Ich sprach von meinem Wunsch, eingeweiht zu werden und fragte: "Bin ich reif für die Einweihung?" Daraufhin sagte er: "Du bist bereits eingeweiht. Was brauchst du mehr?" Ich sagte: "Wie? Ich möchte von dir persönlich eingeweiht werden." Dann wurde Baba sehr froh und sagte: "Ich weiß, daß du etwas zögerst, eingeweiht zu werden, da du ganz sicher sein wolltest, wer dein wirklicher Guru ist." Zweitens fürchtestest du dich, dass andere Mönche, die dich mögen, dir in Zukunft, nachdem ich dich eingeweiht haben werde, nicht mehr zugetan sind. Merke dir jedoch, bist du einmal von mir eingeweiht, so werden dich alle lieben. Ist der unauslöschliche Stempel Hariharanandas deinem Herzen einmal aufgedrückt worden, so wird ihn niemand mehr auslöschen können. Du wirst eine allumfassende Entwicklung und Gottesverwirklichung erhalten. "Ich war erleichtert, eine solche Zusicherung von Gurudev zu hören. Dann sagte er: "Ich werde dich heute nicht einweihen. Am nächsten Donnerstag wirst du zum Bhubaneshwar Ashram kommen. Dann werde ich dich einweihen. Kannst du kommen, um mit mir dort zusammen eine Woche zu bleiben?" Ich versicherte ihm, dass ich dies könne. "Wird dies nicht deine Ausbildung behindern, deine regulären Vorlesungen an der Universität?" Ich verneinte und er gab mir die Anweisung: "Komme mit einem Moskitonetz. Du wirst sieben Tage bleiben, mit mir meditieren und die Meditation sorgfältig erlernen." Meine Freude kannte keine Grenzen. Mit großer Freude, meinen Guru schließlich gefunden zu haben, verbeugte ich mich vor Baba. Mein Herz und mein Verstand strömten vor



Liebe und Dankbarkeit über angesichts dieser seltensten Vollendung des Lebens – vom Guru angenommen zu werden. Bevor wir gingen, bat ich Baba um seinen Darshan für meine beiden Freunde.

Wenn du dir in der Schöpfung Gottes etwas wünschst und dafür aufrichtig betest, so wird Gott dein Gebet beantworten. Kein ernsthaftes Gebet bleibt unerfüllt. Gott hatte mein Gebet beantwortet. Nun war es eindeutig, wer mein Guru und geistiger Lehrer ist. Jedoch mußte ich noch eine Woche warten, um die Einweihung zu empfangen. Mit meinen zwei Freunden ging ich zum Jagannath Tempel um Gott zu danken und am selben Abend fuhren wir zurück nach Cuttack. Hier erzählte ich einem anderen Freund namens Manoranjan von meinen Plänen, der, obschon er nichts über Gurudev oder Kriya Yoga wußte, seinem Wunsch Ausdruck verlieh, mit mir zu fahren, um Einweihung zu nehmen. Die Woche schien sich in die Länge zu ziehen. Da von uns niemand wußte, wo der Ashram in Bhubaneshwar lag, sammelten wir Reiseinformationen aus verschiedenen Quellen. Als wir uns jedoch auf die Reise machten, stellte sich heraus, daß die Wegbeschreibungen falsch waren.

Der Traum wird wahr

Wir stiegen an der falschen Zugstation aus und mußten erkennen, daß der nächste Zug erst wieder am Abend fuhr. So gingen wir unter der sengenden Nachmittagssonne Kilometer um Kilometer, bis wir schließlich den Ashram fanden. Als wir die Eingangstüre öffneten um einzutreten, war ich wahrhaftig verblüfft, denselben Ort mit dem Garten und Meditationsraum vorzufinden, den ich im Traum zuvor gesehen hatte. Dort lebte ein Mönch, den ich bereits von der Gründungsfeier des Karar Ashrams her kannte. Nach der traditionellen Begrüßung erzählte ich ihm von meiner Verabredung mit Gurudev im Zusammenhang mit der morgigen Einweihung und von meiner Absicht, in der kommenden Woche im Ashram zu bleiben. Er zeigte uns einen Platz für unser Gepäck und machte es uns angenehm.

Es war am frühen Abend. Viele Schüler, etwa 20 bis 30, warteten auf Baba, der aus Puri anreiste. Es wurde bereits dunkel,



als schließlich ein Wagen in den Ashram fuhr. Gurudev saß hinten im Wagen. Sobald er aus dem Wagen ausgestiegen war, umringten ihn alle seine Schüler und begannen, sich vor ihm zu verbeugen. Ich stand im Hintergrund und hörte ihn mit dem verantwortlichen Mönch sprechen. Seine allerersten Worte zu diesem Mönch galten mir. Baba sagte: "Zwei Universitätsstudenten kommen aus Cuttack und werden morgen eingeweiht. Einer von ihnen wird länger bleiben, um mit mir zu meditieren." Während ich zuhörte, überraschten mich zwei Dinge. Erstens, dass sich so ein großer, vielbeschäftigter Yogi meiner erinnerte und zweitens, dass er vorausgesehen hatte, dass wir zu zweit gekommen sind. Vor einer Woche sprachen wir nur über eine Einweihung. Wieder einmal war ich davon betroffen, wie leicht Gurudev meine Gedanken und Schritte voraussehen konnte. Der verantwortliche Mönch regelte alles für unsere Unterkunft und unser Essen.

Am nächsten Morgen fand die Einweihung statt. Am Tage meiner Einweihung trug ich einen weißen *dhoti* im traditionellen indischen Stil. Ich saß unter sechs oder sieben Personen, die eingeweiht werden wollten. Es waren ebenfalls einige ältere Schüler anwesend. Meine Aufmerksamkeit und mein Gedanke waren unablässig auf Gott gerichtet. Gurudev und der andere Mönch weihten die neuen Schüler der Reihe nach ein. Als ich an der Reihe war, rief mich der andere Mönch: "Komme zu mir für die Einweihung." Ich war wirklich schockiert. Wie konnte ich das ablehnen? Ich wollte doch von Shri Gurudev eingeweiht werden. Zu meiner großen Erleichterung unterbrach Gurudev und sagte: "Nein, bitte komme zu mir." Er schaute zu dem anderen Swami und erklärte ihm freundlich: "Er kommt zu mir." Ich ging zu Shri Gurudev und verbeugte mich vor seinen Füßen und er begann mit der Zeremonie. Die Einweihung war ein Spiegel meines früheren Traumes. Ich fühlte die gleiche Freude, die gleiche Entzücken. Was etwas ungewöhnlich, war dass Gurudev einige Bemerkungen zu meinem Leben machte, insbesondere im Hinblick auf meine Zukunft, die sich später bewahrheiten sollten. Meine Wirbelsäule, mein Gehirn, mein Verstand und mein Herz wurden mit Liebe aufgeladen, als ich die drei göttlichen Eigenschaften deutlich wahrnahm.



Als die Einweihung beendet war, verliessen alle die Halle. Ich blieb jedoch alleine sitzen und fuhr fort, dem wunderschönen göttlichen Ton zu lauschen, denn ich war nicht sicher, von wo er kam. Nach einiger Zeit begann ich, überall nach dem Grund für diesen Ton zu suchen. Doch es gab nirgendwo die Spur einer Maschine. So ging ich nach draußen. Draußen konnte ich auch den Ton hören. Da verstand ich, dass der Ton in mir war. Ich war überrascht, wie es möglich war, dass ich diesen Ton am Tage der Einweihung so deutlich hören konnte. Ich ging in Gurudevs Zimmer und als hätte er von meinen Zweifeln gewußt, fragte er mich: "Hörst du den Ton?" Ich antwortete: "Ja Baba, ich höre den Ton ununterbrochen, ohne meine Ohren zu verschliessen." Baba lächelte zufrieden und fügte hinzu: "Du bist vom Glück begünstigt, am Tage deiner Einweihung den Ton beständig zu hören. Ich segne dich. Du wirst sicherlich rasch voranschreiten in deinem spirituellen Leben."

Die glückverheißende Vision

Am selben Tag trug sich ein anderes denkwürdiges und bezeichnendes Ereignis zu. Seit meiner Kindheit haben die Schriften und das Leben einiger spiritueller Meister eine starke Wirkung auf mein Leben ausgeübt. Ich empfand Respekt und tiefste Liebe zu Paramahansa Ramakrishna, zu Swami Sivananda von der 'Divine Life Society' in Rishikesh, zu Swami Nigamananda und zu Paramahansa Swarupananda. Swami Nigamananda ist im Westen nicht sehr bekannt. Aber er war ein großer Yogi und spiritueller Führer im östlichen Teil Indiens. Er lebte eine geraume Zeit in Puri und verließ seinen Körper in den vierziger Jahren des letzten Jahrhunderts. Oft habe ich seinen Ashram besucht, der in der Nähe meines Elternhauses liegt, nahe meines Geburtsortes. Von diesem Yogi habe ich eine Reihe faszinierende Bücher von hohem, spirituellem Rang gelesen. Ich empfand eine derart tiefe Dankbarkeit und Verehrung für ihn, daß ich in meinem Inneren stets für einen solchen Guru betete, der mich auf dem spirituellen Weg leitet.

Zur Mittagszeit am Tag meiner Einweihung saß Baba mit zehn bis zwölf Schülern beim Mittagmahl. Gurudev saß am



Boden. Alle saßen in einem Rechteck, das Essen wurde serviert und nach dem Gebet, fingen wir an zu essen. Gurudev und ich saßen uns gegenüber in einem Abstand von etwa zwei Metern. Während ich aß, war meine Aufmerksamkeit nicht auf das Essen gerichtet. Sowie ich Gurudev anschaute, war mein Geist voll der Freude. Sein Haar war auf seinem Kopf zu einem Knoten gebunden sowie es bei vielen indischen Mönchen üblich ist. Seine linke Hand lag auf dem Boden und mit der rechten nahm er sein Mahl zu sich. Als ich ihn anschaute, sah ich zu meiner großen Überraschung Swami Nigamananda vor mir auf Gurudevs Platz sitzen. Man mag hier von einer Halluzination sprechen, aber ich schaute drei Mal hin, um sicher zu gehen: Ich sah Swami Nigamananda vor mir auf Gurudevs Platz sitzen. Schließlich, am Ende dieses Spieles, fing die orange gekleidete Gestalt an zu lächeln. Sogleich sah ich, daß es Baba war. Ich hatte den starken Eindruck, Baba wollte mir zu verstehen geben, daß in ihm derselbe Geist wohnt wie in Paramahansa Ramakrishna und Swami Nigamananda. Er war nur eine Verkörperung, um mich in meinem spirituellen Leben zu unterrichten und zu führen. Ich blieb sieben Tage bei Shri Gurudev. Jeden Morgen und Abend meditierten wir. Die übrige Zeit saß ich in seinem Raum, um seinen spirituellen Instruktionen zu lauschen. Gelegentlich half ich ihm im Garten des Ashrams oder in der Küche. Er zitierte immer direkt aus den Schriften, mit den genauen Bezugsquellen. So begann meine Unterweisung.

Als Baba im Begriff war, Bhubaneshwar zu verlassen, um nach Cuttack zu fahren, ließ er das Auto anhalten, stieg aus, nahm mich beiseite und fragte mich im Flüsterton: "Hast du Geld, um von Bhubaneshwar nach Cuttack zu reisen?" Ich bejahte seine Frage, worauf er fortfuhr: "Ich habe den starken Wunsch, dich mitzunehmen, aber in dem Auto hier sitzen bereits mein Gastgeber und seine Familie. Es ist kein Platz mehr frei für dich. Ich werde aber in Cuttack auf dich warten. Erst wenn du anwesend bist, werde ich die Abendmeditation leiten."

Dieser Zwischenfall hinterließ einen starken Eindruck in meinem Herzen und meinem Verstand. Er war ein Guru, der für meinen spirituellen Fortschritt *und* für mein Wohlergehen sorgte. Baba Hariharananda ist ein fürsorglicher und liebender Guru, der



jeden Bereich des Lebens berührt. Als Universitätsstudent hätte ich nach der Einweihung und einer Woche Ashramaufenthalt knapp bei Kasse sein können. Gurudev brachte seine Liebe und Sorge zum Ausdruck, indem er mir sagte, er wolle mich im Auto mitnehmen. Seine besondere Rücksichtnahme war der Anfang eines starken Bandes zwischen uns. Er war interessiert an meinem Wohlergehen, meiner allumfassenden Entwicklung und ich wiederum wollte von seinem spirituellen Erbe lernen und ihm treu dienen.

In Cuttack wohnte Gurudev im Haus von Doktor Pradham. Hier sind wir uns zum ersten Mal physisch begegnet. Er blieb hier für eine Woche. Jeden Tag besuchte ich ihn morgens und abends und meditierte in seiner Nähe. In diesem Jahr gab Gott mir eine gute Gelegenheit, unmittelbar nach meiner Einweihung, fünfzehn Tage lang hintereinander mit ihm zusammen zu sein. Unter seiner liebenden Führung versuchte ich zu meditieren, aufrichtig Kriya zu üben, tiefer und tiefer in die Meditation hineinzugehen.

Dies war der Anfang meiner spirituellen Reise und Gurudev war mein Führer, der Meister, für den ich gebetet hatte. Im Kriya Yoga fand ich alle Elemente, die ich für meine spirituelle Entwicklung benötigte. Von dieser Zeit an, liess ich keine einzige Gelegenheit aus, immer wenn Shri Gurudev in Cuttack, Puri oder Bhubaneshwar weilte, in seiner Nähe zu sein, ihm zuzuhören und mit seiner direkten Anleitung zu meditieren. Aus meiner Sicht ist Gurudev eine lebendige Enzyklopädie heiliger Bücher und Schriften. Er hat ein bemerkenswertes, erstaunliches Gedächtnis. Jedes Mal, wenn er die Schriften zitiert, zitiert er mit direkter und genauer Quellenangabe. So oft ich konnte, saß ich mit einem Notizbuch neben ihm und schrieb seine Lehren nieder. Indem ich ihm nur zuhörte, wurde jedes Ego, das ich zu diesem Thema haben konnte, aufgegeben. Zu dieser Zeit war er schon ziemlich alt, doch selbst im Alter von siebzig Jahren war seine Geisteskraft noch sehr stark. Er war ein ausgezeichnete Lehrer und vieles von dem was ich gelernt habe, verdanke ich unmittelbar ihm, und den vorangegangenen Gurus. *(Aus: 'My time with the master' von Paramahansa Prajnananda)*







Paramahansa Prainananda und sein Meister



Das Kultivieren der Seele – die ewige Wissenschaft von Paramahansa Hariharananda

*om vanme manasi pratisthita manome bachi
pratisthitam abirabirma edhi*

” **O**h Herr, vor meinem Verstand hieltest du meine Rede verborgen; befreie sie jetzt. Du bist die Macht, die allgegenwärtig ist. Du bist es, der aus jedem Menschen spricht. Daher bitte ich Dich, mache mein Reden demütig, göttlich und sanft, daß alle, die mich hören, Verwirklichung erlangen können. Ich verneige mich vor Dir.”

*apyayantu mama angani vak pranaschakshu
shrotram atha balam indriyani cha sarvani sarvam
brahmopanishadam astu*

“Oh Schöpfer, Du warst allein. Es war Dein Wunsch, viele zu sein. Daher schufst Du Mann und Frau als Dein Ebenbild. Du sprichst durch alle Menschen. Du siehst mit den Augen aller. Kein Mensch kann irgend etwas tun, wenn Du nicht in ihm atmest.”

atha balam

“Ohne Dich gibt es keine Kraft.”

indriyani cha sarvani

“Die fünf Sinnesorgane können nicht arbeiten, wenn die Kraft Gottes nicht im Menschen atmet.”

Es ist der eine Gott, der in allen Menschen gegenwärtig ist. Daher verneige ich mich in Liebe vor allen Menschen und hoffe auf Befreiung. Auch ihr werdet Gottesverwirklichung erlangen, wenn ihr dem Meister und Gott selbst folgt.

Der Ursprung

Jedes Land trägt auf unterschiedliche Weise zur Kultivierung der Welt bei. Amerika spezialisierte sich auf die industrielle Entwicklung, Deutschland auf den



Maschinenbau, Großbritannien auf Politikwissenschaft, Frankreich auf die Kunst, Italien auf die Musik. Indien aber beschäftigt sich seit undenklichen Zeiten mit der Wissenschaft der Seele. Seit Jahrtausenden lehren die Inder, wie man das Selbst verwirklicht.

Es gibt vier Zeitalter: *Satya, Treta, Dwapara* und *Kali*.

Im Ur-Zeitalter der Wahrheit (*satya yuga*) gab es weder Rama noch Krishna, noch Chaitanya Mahaprabu oder Ramakrishna, auch nicht Jesus, Moses und Mohammed. Es gab keine heiligen Schriften wie die Gita, die Bibel, die Torah oder den Koran. Die Menschen praktizierten lediglich die ursprüngliche Technik des Kriya Yoga. Er wird der viergliedrige Yoga genannt – *chaturanga yoga*. Seine vier Teile sind: *pratyahara, dharana, dhyana* und *samadhi*. Kriya Yoga ist der integrale Yoga der Unsterblichkeit und wahre transzendente Meditation. Transzendental bedeutet über Körper, Geist, Intellekt und Ego hinausgehend, göttliches Licht, göttlichen Ton und göttliche Schwingung wahrzunehmen. Kriya Yoga ist deshalb integraler Yoga, weil er Karma Yoga, Jnana Yoga und Bhakti Yoga in sich vereinigt: Handeln, Wissen und Liebe zu Gott.

Für mich ist entscheidend, daß es möglich ist, Körper, Geist, Intellekt und Seele durch die wissenschaftliche Technik des Kriya Yoga gleichzeitig zu entwickeln.

Was ist Kriya Yoga? Zwei Begriffe sind zu erläutern: *Kriya* und *Yoga*. *Kri* bedeutet Arbeit und *ya* bedeutet Seele. Die Seele hat ihren Platz in deinem Kopf, aber letztlich ist Gott es, der tätig ist. Du verdienst Geld, aber du könntest es nicht, wenn Er nicht in dir einatmen würde. *Kriya* heißt zu arbeiten und gleichzeitig wahrzunehmen, daß es Gott selbst ist, der arbeitet.

Du hast Verlangen nach Sex. Wenn Er, die Seele, der höchste Geist nicht in dir atmet, bist du tot. Wenn deine Frau nicht atmet, wirst du sie nicht berühren. Gott ist ununterbrochen mit dir verbunden. Dir kommt es vor, als hättest du Appetit und würdest essen - aber es ist Gott, der dir Appetit gibt und dein Essen verdaut.

In der Bibel steht geschrieben: *Gott schuf den Menschen nach seinem Bilde und er schuf ihn als Mann und Frau* (vgl. Genesis 1,27).



Jeder Mensch ist das Ebenbild Gottes. Im Menschen ist die Kraft Gottes. Er blies dem Menschen **Seinen** Atem ein. Es ist nicht dein Atem, es ist Gottes Atem. Ein Toter kann nicht atmen. Gott atmet. *Ayur vayu*: "Dein Atem ist dein Leben." *Balam vayu*: "Deine Kraft ist dein Atem." *Chale vate chale chittam nischale nischalo bhabet*. Wenn du voller Leidenschaft bist, atmest du schnell. Das Herz schlägt schnell, du bist ruhelos. Wenn du ärgerlich bist, schlägt dein Herz schneller und schneller. Wenn dein Atem rastlos ist, ist dein Geist rastlos. Aber, wenn du schläfst, atmest du in langen, tiefen Zügen. Währenddessen ist dir dein Geist nicht bewußt. Du hast keine Gedanken, keine Ego Wahrnehmungen, kein Körpergefühl. Du bist ohne Leidenschaft, Ärger und Sorgen. Du bist im Zustand des Friedens und erneuerst deine Energie. Folglich ist Atemkontrolle, Selbstkontrolle.

Ihr alle seid religiös. Viele von euch haben von verschiedenen Gurus Einweihungen bekommen. Ihr singt Mantras, vollzieht Rituale, lest Schriften und Bücher und verbringt viel Zeit, um Gott zu verwirklichen. Wenn ihr aber euer Gewissen aufrichtig prüft, werdet ihr zugeben müssen, daß keine Veränderung zu spüren ist – weder Reinheit, noch Vollkommenheit, noch Liebe zu den Menschen oder gar Liebe zu Gott. Ihr seid diesselben wie zuvor. Ihr habt denselben Zorn und Stolz, diesselbe Bosheit und Selbstsucht. Acharya Shankar sagte:

balah tavat krida shaktah

tarunah tavat taruni raktah

briddah tavat chinta magna

parambrahmani kopi no lagnah

Jungen und Mädchen sind als Kinder mit ihren Spielen beschäftigt. In ihrer Jugend sehnen sie sich nach sexueller Freude. Sie kümmern sich nicht um Gott. Erwachsene werden von den Bedürfnissen der Familie in Anspruch genommen und denken ebenfalls nicht an Gott. Alte Menschen beschäftigen sich mit ihren Leiden. Sie fühlen sich einsam, niedergeschlagen und traurig. Niemand strebt zu Gott.



Die spirituelle Ernte

Jetzt ist die Zeit, Gott kennenzulernen. Der Mensch ist, von seiner gesamten Struktur her, nur für die Gottesverwirklichung erschaffen worden. Der Mensch besteht aus zwei Seiten: Der grobstoffliche Körper voller Einbildung, Täuschung und Irrtum einerseits und andererseits das inwendige Selbst, der unsichtbare Körper. Dieser Körper ist die Seele, der wahre Körper, rein, vollkommen, sanftmütig, freundlich und liebevoll. Deine fünf Sinnesorgane sind deine Feinde. Durch sie, ständig in die materielle Welt eingebunden, fühlst du nicht die Kraft Gottes in dir. Du hast ein Mantra bekommen und singst es. Singe nur und liebe deinen Guru, aber denke an das, was in den Schriften geschrieben steht: Wenn du deinen Körper nicht wie einen Acker kultivierst und keinen Samen säest, kannst du keine spirituelle Ernte erwarten. In der Archanadikam heißt es:

*mulampadme kundalini yabat nidrayita prabhu
tavat kinchit na siddheta tantra mantra,
archanadikam*

Solange du die Kraft nicht vom Steißbein zum verlängerten Mark emporziehst, kannst du Gott nicht erkennen. Aus diesem Grunde sagt Jesus: *Was vom Fleisch geboren ist, das ist Fleisch* (Joh. 3,6). Ihr denkt immer an Geld, Sex und Essen. Nur über diese äußerlichen Dinge wißt ihr Bescheid und verbringt mit ihnen eure Tage. Aber essen, schlafen, Geld und Sex sind keineswegs die wichtigsten Dinge im menschlichen Leben. Deshalb sagt Jesus auch: Durch Wasser und Geist müßt ihr von neuem von oben geboren werden (vgl. Joh. 3,5-7).

Wasser bedeutet Liebe zu Gott, Geist bedeutet die Kraft Gottes in dir. Jesus sagt auch: *Sehet das Reich Gottes ist inwendig in euch* (Lukas 17,21). Deine Befreiung liegt in deinen eigenen Händen. Wenn du meditierst, wirst du Befreiung finden. Du solltest dein Leben nicht lediglich mit essen, schlafen, Arbeit und Sex verbracht haben, wenn du dich ins Grab legst.



In den Schriften steht: *yoga kamasu kausalam*. Die Technik des Kriya Yoga wird dir dazu verhelfen, das göttliche Ziel schnell zu erreichen. Der Pilot lenkt das Flugzeug mit Schnelligkeit nach oben und legt dann eine lange Strecke in kürzester Zeit zurück. In gleicher Weise kannst du durch das Üben des authentischen Kriya Yoga innerhalb weniger Minuten deinen Geist, deine Gedanken, deinen Intellekt und dein Ego in Wissen, Bewußtsein und Weisheit verwandeln. Dies ist keine Halluzination, es geschieht nicht durch Suggestion oder Einbildung, sondern alleine durch das Eindringen in das Atom, durch Gottesverwirklichung.

Die göttliche Sucht

Kriya Yoga enthält vier Techniken. Mit Hilfe der ersten Technik kann man die Wirbelsäule in zwei Minuten magnetisieren. Die Lebenskraft wird in eine strahlende, alles durchdringende göttliche Kraft verwandelt, was wiederum physische, geistige, intellektuelle und auch spirituelle Erneuerung und Verjüngung bewirkt. Der Körper wird erneuert, man nimmt göttlichen Ton vom kausalen Körper her wahr, göttliches Licht vom grobstofflichen Körper und göttliche Schwingung vom Astralkörper. Man erfährt Frieden, fühlt etwas Übernatürliches und spürt, daß die Kraft der Mutter Natur selbst in einem arbeitet.

Mit Hilfe der zweiten Technik wird man von allen Leiden frei. Zorn wird vergehen und sich in Liebe verwandeln. Stolz wird verschwinden und zu Hingabe und Demut werden. Wir atmen durch zwei Nasenlöcher. Um meditieren zu können, ist es notwendig, den Atem gleich stark in beide Nasenlöcher einströmen zu lassen. Durch das Üben dieser zweiten Technik wird die Nase frei und der Druck des Atems gleichmäßig verteilt. Die Kraft des Gehirns wird gestärkt, die Auffassungsgabe und das Gedächtnis werden verbessert. Man wird geschickter, umsichtiger und erfolgreicher im täglichen Leben. Man wird zunehmend fähig, schlechte Angewohnheiten abzulegen und zwischen richtig und falsch zu unterscheiden. Viele Menschen nehmen Drogen und schädigen ihr Hirn durch Gifte. Durch Kriya Yoga wird man gottessüchtig werden und voll göttlicher Liebe sein. Man wird äußerste Ruhe erfahren – und dies ist Göttlichkeit. Im Evangelium



des Matthäus steht geschrieben: *Wenn dich deine Hand oder dein Fuß zum Bösen verführen, dann hau sie ab und wirf sie weg. Und wenn dich dein Auge zum Bösen verführt, dann reiß es aus.* (Matthäus 18,8) Der Apostel Paulus sagt im ersten Brief an die Gemeinde in Korinth: *Wißt ihr nicht, daß ihr Gottes Tempel seid und der Geist Gottes in euch wohnt?* (1. Korinther, 3,16) und Jesus sagt: *Der Mensch lebt nicht nur vom Brot allein, sondern von jedem Wort, das aus dem Munde Gottes kommt.* (Matthäus 4,4). Ihr lest die Bibel, aber ihr richtet euch in eurem täglichen Leben nicht nach ihr. Ihr solltet die Bibel und ebenso auch den Koran, die Gita und die Torah in eurem täglichen Leben befolgen.

Erkenne Gott, denn ohne Gott bist du nichts. Der Zweck deines Lebens ist Gottesverwirklichung. Mache deine schlechten Angewohnheiten zu guten. Verwandele Unehrlichkeit in Ehrlichkeit, Unwissen in Wissen, Unreinheit in Reinheit, Unvollkommenheit in Vollkommenheit, Gefangenschaft in Freiheit.

Wenn du die Wirbelsäule magnetisierst, wird sich die zuvor verschlossene Wirbelsäule zu einem hohlen Rohr öffnen. In deinem ganzen Körper wirst du göttliche Wahrnehmungen haben. In deiner Wirbelsäule befindet sich die Landkarte deiner Astrologie. Die zwölf Monate, zwölf Sternzeichen, neun Planeten und siebenundzwanzig Sterne sind dort abgebildet. Entsprechend ihrem Wirken kannst du Schwierigkeiten in deinem Leben bekommen. Durch das Üben der letzten Kriya Yoga Technik werden in jedem einzelnen Zentrum der Wirbelsäule Schwingungen hervorgerufen und die negativen Auswirkungen der astrologischen Konstellationen beseitigt. Ungünstige Schicksalswendungen können abgewandt werden. Wenn du Kriya Yoga übst, singst du keine Mantren, aber du hörst ununterbrochen den nie endenden göttlichen Ton, sogar während du mit anderen Dingen beschäftigt bist.

Du kennst dich und du nimmst deine Veränderung wahr. Wenn die Mango unreif ist, ist sie grün und sauer. Aber sie bleibt es nicht. Schritt für Schritt reift sie. Die grüne Farbe und die Säure vergehen, die Mango wird orangefarben und süß. Denke an die Mango und prüfe dich. Finde heraus, ob deine Bosheit und Unaufrichtigkeit, dein Zorn, dein Stolz und deine



Rücksichtslosigkeit schon in Liebe verwandelt sind. Wissen, Bewußtsein, Überbewußtsein werden es dir nach und nach ermöglichen, dich vom Negativen zum Positiven zu verändern. Ein verwirklichter Kriya Yogi, der den blendenden Schleier der Natur und auch den Schleier aller Religionen durchdrungen hat, kann seine Kraft weitergeben und den Körper seines Schülers in kurzer Zeit reinigen. Diese Chance sollte man nicht versäumen, weil sie vielleicht niemals wiederkehrt. In den Schriften steht dazu:

pindam kundalini shakti hamsa iti udalitam

rupam bindu iti jneyam rupatita niranjan

Dein Körper ist vollständig in Einbildung, Täuschung und Irrtum gehüllt, was *kundalini shakti* genannt wird. Es ist keine 'Schlange', die sich unten in der Wirbelsäule befindet. Wäre dem so, hätten Ärzte sie sicher schon operativ entfernt. Diejenigen, die nicht Yoga üben, können über diese Kraft nichts sagen. *Hamsa iti udaritam* – alle Kraft befindet sich zunächst unten. Deine Aufgabe ist es, die Kraft nach oben zu bringen. *Rupam bindum* – dann mußt du deine Aufmerksamkeit auf den Kernpunkt richten, in dem die Kraft Gottes weilt. *Rupatita nirjanam* – so wirst du das Stadium der Göttlichkeit erreichen. Die Kraft Gottes ist formlos. Dies zu erfahren, zu erkennen und zu verwirklichen ist deine Aufgabe.

Tiere und Menschen haben vieles gemeinsam. Sie essen, trinken, schlafen, erleben Sexualität und haben Nachkommen. Aber es gibt einen wesentlichen Unterschied zwischen Mensch und Tier. Es heißt:

dharmohi tesam adhiko visuesah

dharmena binah pashubhi samanah

Der Mensch hat nicht vier Beine wie das Tier, sondern zwei Beine und zwei Arme mit Händen zum arbeiten. Arbeit ist Gottesdienst. Die Menschen im Westen wissen gut darüber Bescheid, wie man wissenschaftlich arbeitet, aber sie erkennen nicht, daß es die Kraft Gottes ist, die mit Hilfe des menschlichen Gehirns arbeitet.

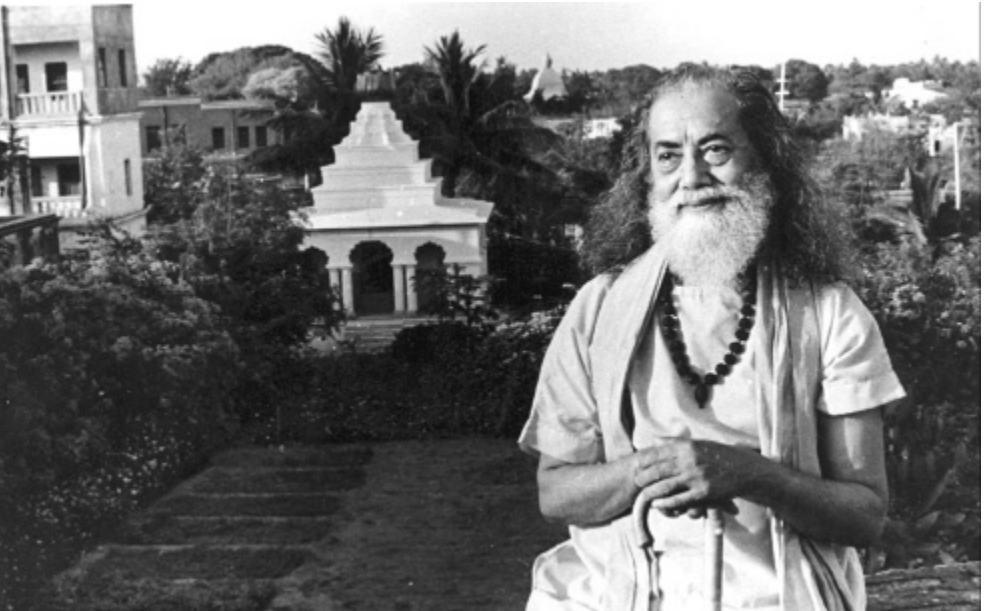
In der Isha Upanishad (sloka 3) steht geschrieben:



*asurya nama te lokah
andhena tamasaavrtah
tams te pretyabhogacchanti
ye ke chatma-hano janah*

Der Mensch ist nur für die Gottesverwirklichung geboren worden. Die Seele entspricht der Sonne. Wenn der Mensch nicht danach trachtet, seine Seele zu finden, wird er in Dunkelheit bleiben und wie ein Blinder, nichts sehen. Sein Leben ist das eines Tieres, bestimmt durch Unwissenheit. Menschen, die nicht nach ihrer eigenen Göttlichkeit suchen, vergeuden ihr Menschendasein. Diese Menschen sind bereits in der Hölle.

Ich bete zu dem allmächtigen Vater und bitte ihn, alle Menschen auf den Weg der Gottesverwirklichung zu führen. Gottes Kraft ist in dir anwesend. Ich verneige mich vor jedem Menschen, weil jeder Mensch die lebende Kraft Gottes ist.





Paramahansa Hariharananda



Programme im Kriya Yoga Zentrum unter der Leitung von

Swami Atmavidyananda

von

bis einschliesslich

Ort

Freitag 28. August

Dienstag 01. September

Sterksel*

*Programmeinteilung:

Tag	Zeit	Programm
28.08. Freitag	20:00 Uhr	Einführungsvortrag über Kriya Yoga
29.08. Samstag	07:00 Uhr	Meditation
	10:30 Uhr	Einweihung
	16:00 Uhr	Erläuterung der Kriya Yoga Technik
	17:00 Uhr	Meditation
	19:00 Uhr	Meditation
30.08. Sonntag	07:00 Uhr	Meditation
	10:00 Uhr	Frage und Antwort
	11:30 Uhr	Meditation
	12:30 Uhr	II. Kriya Meditation
	17:00 Uhr	Meditation
31.08. Montag	19:00 Uhr	Meditation
	07:00 Uhr	Meditation
	10:00 Uhr	Frage und Antwort
	11:30 Uhr	Meditation
	17:00 Uhr	Vortrag über Kriya Yoga
01.09. Dienstag	19:00 Uhr	Meditation
	07:00 Uhr	Meditation
	10:00 Uhr	Frage und Antwort
	11:30 Uhr	Meditation
	16:00 Uhr	Meditation (Ende des Programms)



Swami Atmavidyananda



*Programme im Kriya Yoga Zentrum unter der Leitung von
Peter van Breukelen, Claudia Cremers &
Petra Helwig*

<i>von</i>	<i>bis einschliesslich</i>	<i>Programm</i>
Freitag 30. Jan.	Sonntag 01. Febr.	Niederländisch
Freitag 06. März	Sonntag 08. März.	Wochenende nur für II. Kriya (Englisch)
Donnerstag 02. April	Montag 06. April	Deutsch
Dienstag 07. April	Sonntag 12. April	Arbeitswoche
Freitag 22. Mai	Montag 25. Mai	Englisch
Mittwoch 05. Aug.	Sonntag 09. Aug.	Englisch
Freitag 28. Aug.	Dienstag 01. Sept.	Swami Atmavidyananda (Englisch)
Freitag 16. Okt.	Sonntag 18. Okt.	Wochenende nur für II. Kriya (Englisch)
Montag 19. Okt.	Sonntag 25. Okt.	Arbeitswoche (Engl.)
Freitag 20. Nov.	Sonntag 22. Nov.	Niederländisch
Dienstag 23. Dez.	Donnerstag 01. Jan. 2016	Englisch

- Während der Arbeitswochen vom 07. April bis zum 12. April 2015 sowie vom 19. Oktober bis zum 25. Oktober 2015 ist um 07.30 Uhr und um 19.00 Uhr Meditation. Tagsüber wird im Gebäude und im Garten gearbeitet.
Während der Arbeitswochen ist der Aufenthalt gratis!
- Die Wochenenden vom 06. bis einschliesslich zum 08. März sowie vom 16. Oktober bis einschliesslich zum 18. Oktober sind nur zugänglich für Eingeweihte der II. Kriya Yoga Technik.



Programmeinteilung:

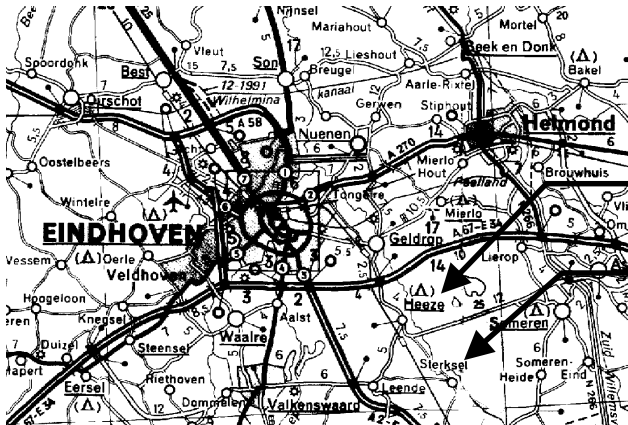
<i>Tag</i>	<i>Zeit</i>	<i>Programm</i>
Freitag (bei Programmbeginn)	20:00 Uhr	Vortrag - niederländische Programme
	20:00 Uhr/ 21:30 Uhr	Meditation - deutsche Programme/ Meditation - niederländische Programme
Samstag	07:30 Uhr	Meditation für Eingeweihte
	10:30 Uhr	Einweihung
	16:00 Uhr	Erklärung der Kriya Yoga Technik
	17:00 Uhr	Meditation
	21:00 Uhr	Meditation
Sonntag	07:30 Uhr	Meditation
	11:30 Uhr	Meditation
	13:00 Uhr	Meditation Eingeweihte 2. Kriya
	16:00 Uhr	Meditation
Montag bis einschl.	07:30 Uhr	Meditation
	11:30 Uhr	Erläuterungen zur Kriya Yoga Technik und Meditation
	17:00 Uhr	Meditation
Donnerstag	19:00 Uhr	Meditation
Freitag (bei längeren Programmen)	07:30 Uhr	Meditation
	11:30 Uhr	Meditation
	17:00 Uhr	Meditation



Wie komme ich nach Sterksel?

Die Adresse des Kriya Yoga Zentrums lautet:

Heezerweg 7
6029 PP Sterksel
Niederlande
Tel. (0031) 40 22 65576
Fax (0031) 40 22 65612



Bahnhof
Heeze

Kriya Yoga
Zentrum

Anreise mit dem Auto

1. A 67 Richtung Venlo-Eindhoven
2. Abfahrt Geldrop/Heeze
3. Von Heeze aus ist Sterksel ausgeschildert.

oder:

1. A2 Richtung Maastricht-Eindhoven
2. Abfahrt Leende

Von Leende aus ist zuerst Heeze, dann Sterksel
ausgeschildert.



Anreise mit dem Zug

Von Eindhoven Hauptbahnhof, Gleis 4, Richtung Weert, bis Bahnhof Heeze. Abfahrt 2 Mal stündlich; um XX:05 und um XX:35. Sonntags sowie Werktags ab 20:00 fährt der Zug nur einmal stündlich um XX:35. Fahrtzeit: 10 Min. Von Heeze aus mit dem Bus nach Sterksel. Abfahrt stündlich um XX:48 zwischen 8.00 und 18.00 Uhr ausser Samstags und Sonntags. In den Sommermonaten variieren die Abfahrtszeiten. Es ist auch möglich, vom Bahnhof Heeze aus abgeholt zu werden, nach telefonischer Absprache 1 Tag vor dem Tag der Anreise.

Hausregeln in Sterksel

- Kosten: € 100,- für ein Wochenende in einem 4-6 Personen Schlafzimmer; inkl. vegetarische Mahlzeiten. Jeder zusätzliche Tag kostet € 50,- mehr.
- Kissenbezüge, Bettlaken und Bettdeckenbezüge müssen mitgebracht werden.
- Der Genuss von Zigaretten und Alkohol ist nicht erlaubt.
- Es dürfen keine Haustiere mitgebracht werden.
- Die Anmeldung erfolgt mit dem beiliegenden Anmeldebogen (dieser befindet sich im weiteren Verlauf des Rundschreibens).
- Diejenigen, die für eine Kriya Yoga Einweihung kommen, müssen folgendes mitbringen:
 - ◇ 5 Blumen als Symbol der Opferung ihrer 5 Sinnesorgane
 - ◇ 5 Früchte als Symbol der Opferung aller Erfahrungen

Eine Spende von € 150,- als Symbol der Opferung des grobstofflichen Körpers.



*Yogacharya Claudia Cremers, Yogacharya Petra Helwig und Rajarshi Peter van Breukelen
im Meditationssaal des Kriya Yoga Zentrums Sterksel*



Über Kriya Yoga

- ❖ Dieser Kriya Yoga ist die authentische Meditationstechnik, die durch Babaji Maharaj, Lahiri Mahasaya, Swami Sri Yukteswar und Paramahansa Hariharananda weitergegeben worden ist.
- ❖ Paramahansa Hariharananda ist ein Schüler von Swami Sri Yukteswar und Paramahansa Yogananda. Er hat das Stadium des Nirvikalpa Samadhi, einen Zustand vollkommener Körperbeherrschung erreicht. Er ist 95 Jahre alt geworden.
- ❖ Die Kriya Yoga Meditation ist eine wissenschaftliche Meditations-technik, die gleichzeitig Körper, Geist und Seele entwickelt.
- ❖ Kriya Yoga verbindet verschiedene Yogaformen zu einer konzentrierten, effektiven Technik, um über Körper, Sinnesorgane und Gedanken hinauszusteigen.
- ❖ Der Kriya Yoga beinhaltet einige Atem-, Körper- und Konzentrationsübungen, die die Lebensenergie in kosmisches Bewusstsein transformieren.
- ❖ Das Üben dieser Kriya Yoga Meditation bewirkt die Wahrnehmungen von göttlichem Licht, Ton, Schwingung und das Wissen vom göttlichen Zustand der Seele.
- ❖ 'Kri' bedeutet 'handeln', 'Ya' bedeutet 'Seele'. Kriya ist das Wahrnehmen der Göttlichkeit in allen Wesen, Dingen und Vorgängen.
- ❖ Kriya Yoga ist nicht sektiererisch oder dogmatisch. Kriya Yoga ist die Essenz aller Religionen.
- ❖ Um Kriya Yoga üben zu können, erhält man zuerst eine Einweihung. Während der Einweihung werden Körper und Geist gereinigt, damit man die göttlichen Erfahrungen, Licht, Ton und Schwingung wahrnehmen kann.
- ❖ Jeder, der eine Kriya Yoga Einweihung erhalten hat, kann, gegen einen Spendenbeitrag von mindestens € 7,- pro Meditation, an den Kriya Yoga Programmen teilnehmen.
- ❖ Paramahansa Prajnanananda, Swami Shuddhananda, Swami Mangalananda, Yogacharya Christine Jacobsen, Rajarshi Peter van Breukelen sowie Yogacharya Claudia Cremers, Yogacharya Petra Helwig und Yogacharya Uschi Schmidtke geben an vielen Plätzen Europas Einweihungen und Begleitung in der Meditation.



Publikationen

Kriya Yoga von Paramahansa Hariharananda

Einführung in die große yogische Philosophie und ein praktisches Handbuch zur Selbstverwirklichung. (Ausgaben in niederländisch, englisch und deutsch). Niederländische Ausgabe € 18,-, englische Ausgabe € 15,-, deutsche Ausgabe € 14,-

Bhagavad Gita Teil I, II und III von Paramahansa

Hariharananda Interpretation der Bhagavad Gita aus Sicht des Kriya Yoga. Eine spezielle, metaphorische Erklärung der Gottesverwirklichung. Englische Ausgabe in drei Teilen. Preise € 12,- pro Teil.

Isha Upanishad von Paramahansa Hariharananda

The ever new metaphorical Interpretation for Soul Culture

Eine tiefgründige Erläuterung der in jedem Vers verborgenen Weisheit und deren Bedeutung für die spirituelle Entwicklung. Einfache englische Ausgabe € 4,- niederländische Ausgabe € 13,- (gebunden).

Mahavatar Babaji von Paramahansa Prajnanananda

The eternal Light of God Engl. Ausg. € 7,- deutsche Ausg. € 7,-

Lahiri Mahasaya von Paramahansa Prajnanananda

Biographie und göttliche Botschaft des großen Yogi, der während er das Leben eines weltlichen Mannes führte, das Königreich Gottes erlangte und die Wissenschaft des Kriya Yoga einer breiten Öffentlichkeit zugänglich machte. Englische Ausgabe € 7,-

Swami Sri Yukteswar von Paramahansa Prajnanananda

Leben und Lehren eines großen Gurus, dessen Disziplin und rigoroses Training das Leben vieler prominenter Schüler wie Paramahansa Yogananda und Paramahansa Hariharananda formte und transformierte. Englische Ausgabe € 7,-

Paramahansa Hariharananda, River of Compassion von Paramahansa Prajnanananda

Die faszinierende Erzählung eines liebenden Schülers und eine Zusammenstellung vieler ergreifender Zeugnisse von Personen, deren Leben von Paramahansa Hariharananda transformiert wurde. Eine Biographie voller Details über Leben und Lehren dieses erleuchteten Meisters. Englische Ausgabe € 15,-

The Bible, the Torah and Kriya Yoga von Paramahansa

Prajnanananda Metaphorical Explanation of the Torah and the new Testament in the light of Kriya Yoga, von Paramahansa Prajnanananda und Paramahansa Hariharananda. Bespricht die Essenz jeder dieser Schriften, wobei der Mensch als lebendige Bibel dargestellt wird. Englische Ausgabe € 15,-



***Words of Wisdom* von Paramahansa Prajnanananda**

Stories and Parables of Paramahansa Hariharananda, zusammengestellt von Paramahansa Prajnanananda. Tiefe Einsichten und Weisheiten eines verwirklichten Meisters in Form von bedeutungsvollen Geschichten und Parabeln. Englische Ausgabe € 7.-

***Nectar Drops* von Paramahansa Prajnanananda**

Sayings of Paramahansa Hariharananda, zusammengestellt von Paramahansa Prajnanananda. Worte und Aphorismen eines Meisters, die hohe spirituelle Wahrheiten beinhalten und dazu inspirieren, ein moralisches und spirituelles Leben zu führen. Englische Ausgabe € 5.-

***Discourses on the Bhagavad Gita* von Paramahansa Hariharananda / Paramahansa Prajnanananda**

Mit Kriya Yoga als Bezugspunkt und Werkzeug zur Interpretation enthüllt der Autor die verborgene Wahrheit, die in den äußerst komplexen Passagen dieses heiligen Textes enthalten ist. Englische Ausgabe € 7.-

***Yoga - Pathway to the Divine* von Paramahansa**

Prajnanananda Lectures and lessons given during seminars. Practical guidance in how to live a spiritual life in this material world. Deutsche Ausgabe 'Der Göttliche Weg' € 9,- Englische Ausgabe € 10.-

***Path of Love* von Paramahansa Prajnanananda**

Englische Ausgabe € 9.-

***Life and Values* von Paramahansa Prajnanananda**

Englische Ausgabe € 9.-

The Universe Within

von Paramahansa Prajnanananda Englische Ausgabe € 9,-

Deutsche Ausgabe '*Das innere Universum*' € 9,-

My Time with the Master

von Paramahansa Prajnanananda Englische Ausgabe € 15,-

Divine Blossoms – The Lineage of the Kriya Yoga Masters

von Paramahansa Prajnanananda Englische Ausgabe € 9,- ***Yoga, Der Göttliche Weg***

von Paramahansa Prajnanananda Deutsche Ausgabe € 9,-

Mahavatar Babaji, Das Ewige Licht Gottes

von Paramahansa Prajnanananda Deutsche Ausgabe € 9,-

Die Kriya Yoga Meister - Kurzbiographien und Lehrsätze

von Paramahansa Prajnanananda Deutsche Ausgabe € 9,-



Jnana Sankalini Tantra

von Paramahansa Prajnanananda Englische Ausgabe € 15,-

Daily Reflections

von Paramahansa Prajnanananda Englische Ausgabe € 12,-

Gautama Buddha

von Paramahansa Prajnanananda Englische Ausgabe € 3,-

The Complete Works of Paramahansa Hariharananda

Soft Cover € 120,-



*Paramahansa Hariharananda,
1994 im Kriya Yoga Zentrum Sterksel*



Das Kriya Yoga Zentrum in Sterksel

Das Kriya Yoga Zentrum hat sich seit der Gründung im Jahre 1993 zu einem internationalen Zentrum entwickelt. Seit dieser Zeit haben bereits tausende Besucher den Weg zu unserem Zentrum gefunden. Wir freuen uns über dieses Interesse und werden weiterhin mit Herz und Seele Programme organisieren um die Segnungen der Kriya Yoga Meditation an viele Menschen weiter geben zu können.

Im vergangenen Jahr konnten wir wiederum das Gebäude in einigen Punkten u. a. mittels einer Kerndämmung verbessern.

Es ist unser Wunsch den Meditationssaal zu vergrößern. Hierfür steht noch nicht genügend Geld zur Verfügung.

Wir bitten dich freundlich, für dieses Vorhaben einen Beitrag zu leisten.

Deine Spende kannst du auf die folgenden Konten überweisen:

ABN-Amro Bank	ING Bank
IBAN: NL 19ABNA0412514931 BIC: ABNANL2A <i>Adresse:</i> ABN-AMRO Bank Postbus 28 NL - 5590 AA Heeze Niederlande	IBAN : NL58INGB0004147957 BIC: INGBNL2A <i>Adresse:</i> ING Bank Niederlande
Zugunsten der Stiftung "Stichting KYM", Heezerweg 7, NL - 6029 PP Sterksel, Niederlande	

😊 **Im Voraus vielen herzlichen Dank für Deinen Beitrag** 😊







Kontaktadressen der Kriya Yoga Zentren

Niederlande	Sterksel Rajarshi Peter van Breukelen	Kriya Yoga Centrum Heezerweg 7 6029 PP Sterksel Tel. 0031 40 2265576 Fax 0031 40 2265612 E-Mail: info@kriyayogameditatie.nl Web: www.kriyayogameditatie.nl
Österreich	Tattendorf Paramahansa Prajnanananda Swami Mangalananda	Kriya Yoga Zentrum Pottendorferstr. 69 A-2523 Tattendorf Tel. 0043 2253 81491 Fax 0043 2253 80462 E-Mail: kyc@eu Web: www.kriya.eu
USA	Kriya Yoga Ashram	24757 SW 167 Ave. Homestead FL 33031 – 1364 Tel. 001 305 2471960 Fax 001 305 2481951 E-Mail: institute@kriya.org Web: www.kriya.org
Indien	Balighai Ashram Cuttack	Hariharananda Gurukulam Balighai Post. Chaittanna Puri – 2 Orissa Tel. 0091-6752 24644 E-mail: seva@prajnanamission.org Kriya Yoga Ashram Nimapur p.o. Jagatpur Cuttack 754021 Tel. 0091 671 2491724 E-mail: pmission@sify.com



Peter van Breukelen im Balighai Ashram, Indien