



Inhaltsangabe

<i>Vorwort</i>	3
<i>Kriya Yoga Neuigkeiten</i>	4
<i>Das Kultivieren der Seele – die ewige Wissenschaft</i>	6
<i>Programme im Kriya Yoga Zentrum unter der Leitung von Swami Shuddhananda</i>	164
<i>Programme im Kriya Yoga Zentrum unter der Leitung von Paramahansa Prajnanananda</i>	146
<i>Programme im Kriya Yoga Zentrum unter der Leitung von Peter van Breukelen</i>	18
<i>Wie komme ich nach Sterksel?</i>	20
<i>Hausregeln in Sterksel</i>	21
<i>Programme im Kriya Yoga Zentrum Tattendorf</i>	22
<i>Kriya Yoga Programme von Peter van Breukelen in Europa</i>	23
<i>Kriya Yoga Programme von Swami Shuddhananda in Europa</i>	23
<i>Kriya Yoga Programme von Paramahansa Prajnanananda in Europa</i>	24
<i>"Der Traum" aus dem Buch "My Time with the Master" von Paramahansa Prajnanananda</i>	26
<i>Über Kriya Yoga</i>	34
<i>Publikationen</i>	36
<i>Kriya Yoga Zentrum in Sterksel</i>	39
<i>Kontaktadressen Kriya Yoga Gruppen</i>	40



Peter van Breukelen



Vorwort

Dieses Kriya Yoga Rundschreiben informiert Dich über alle Programme, die 2002 im Kriya Yoga Zentrum in Sterksel stattfinden werden.

Dieses Jahr werden fünfzehn Programme in verschiedenen Sprachen angeboten. Ganz besonders freuen wir uns über den Besuch von Swami Shuddhananda vom 1. bis einschl. zum 5. März und von Paramahansa Prajnanananda vom 13. bis einschl. zum 23. Juni.

Wir heißen jeden herzlich willkommen, hier in unserem Meditationszentrum die Segnungen des Kriya Yoga zu erfahren.

Paramahansa Hariharananda sagt: „Alle Religionen lehren, wie man zu Gott gelangt. Kriya Yoga lehrt jedoch die gleichzeitige Entwicklung von Körper, Intellekt und Seele. Durch das Üben von Kriya Yoga findet eine allumfassende Entwicklung statt. Du wirst ein ununterbrochenes Bewußtsein vom inneren Selbst erlangen. Dein Geist wird immer in Ruhe sein. Durch diese geistige Ruhe wirst Du Gott verwirklichen. Ruhe ist Göttlichkeit.“

Auf Wiedersehen bei der nächsten Meditation,

Peter van Breukelen

Kriya Yoga Zentrum
Heezerweg 7
NL - 6029 PP Sterksel
Tel.: 0031-40-2265576
Fax: 0031-40-2265612



Kriya Yoga Neuigkeiten

Neuer Anbau im Kriya Yoga Zentrum

Die Genehmigung für den Anbau von vier Gästezimmern wurde eingereicht. Wir hoffen, im Februar 2002 mit dem Bau beginnen zu können.

Wenn alles klappt, können wir schon im Juni, bei Paramahansa Prajnananandas Besuch, die Zimmer benutzen.

Hand in Hand

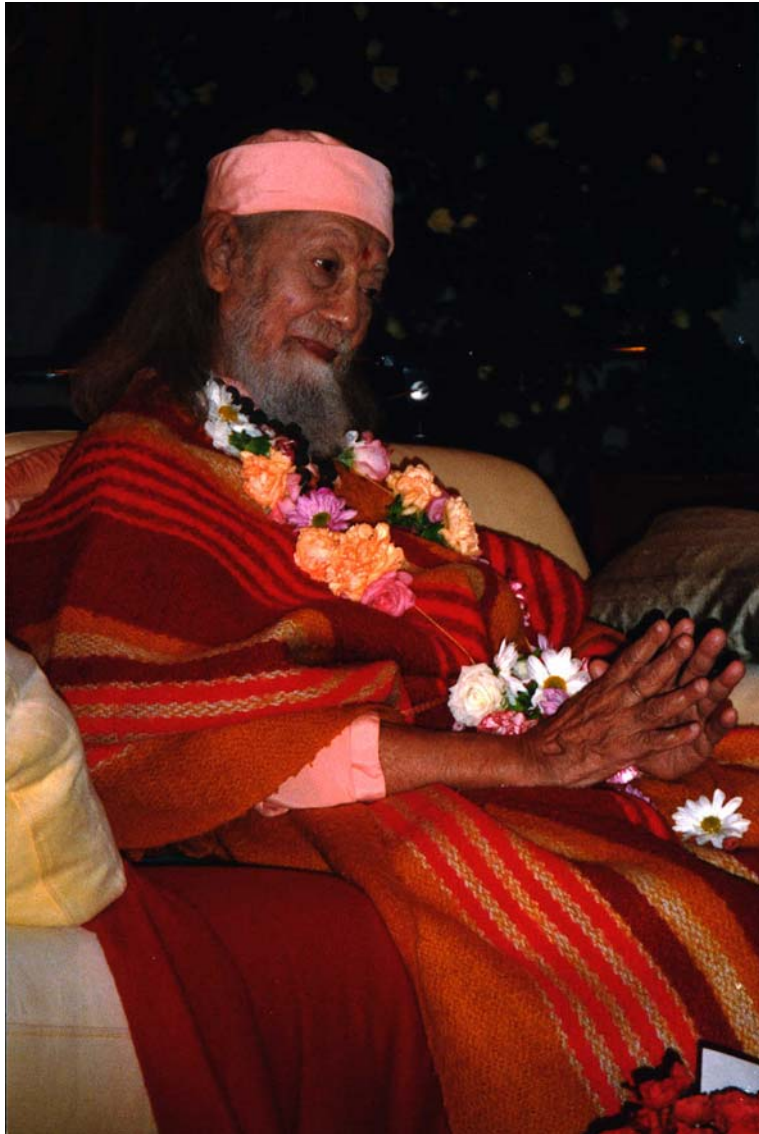
Letztes Jahr haben wir im Zusammenhang mit der Überschwemmung in Orissa, Indien zu Spenden für die wohltätige Organisation 'Hand in Hand' aufgerufen.

Wir haben viele Spenden erhalten. Insgesamt konnten wir hfl. 53.160,- an 'Hand in Hand' überweisen. Allen freigebigen Spendern herzlichen Dank. Ein Bericht dieser Organisation ist beigelegt.

Gurudev Paramahansa Hariharananda

Die Gesundheit unseres geliebten Gurus ist noch gut. Er ist inzwischen 94 Jahre!

Am 27. Mai d.J. hofft er seinen 95. Geburtstag im Homestead Ashram bei Miami in U.S.A. feiern zu können. Es wird ein großes Programm mit vielen Swamis und Lehrern stattfinden. Wenn du noch teilnehmen möchtest, ist es ratsam, sich wegen der eingeschränkten Unterkunftsmöglichkeiten, schnell anzumelden. Die Adresse des Ashrams findest du am Ende des Rundschreibens bei den Kontaktadressen. Auch auf der Website kannst Du Informationen hierüber erhalten.



Paramahansa Hariharananda



Das Kultivieren der Seele – die ewige Wissenschaft

von Paramahansa Hariharananda

om vanme manasi pratisthita manome bachi

pratisthitam abirabirma edbi

“Oh 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 vake pranaschaksbu

shrotram attha 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.”

attha 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.

Am Anfang ...

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 den 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:

balab tavat krida shaktah

tarunab tavat taruni raktah

briddab tavat chinta magna

parambrahmani kopi no lagnab



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 allein zum Zwecke der Gottesverwirklichung erschaffen worden. Zweierlei findet sich in ihm: 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 siddbeta 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 allein durch das Eindringen in den Kern, 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 strahlende, vollendet 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 haue sie ab und wirf sie weg. Und wenn dich dein Auge zum Bösen verführt, dann reiße 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 Unehrllichkeit 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 Mantras, 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 rupaṭita niraṅgaṅa

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. *Rupaṭita niraṅgaṅam* – 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 pretyabhigacchanti

ye ke chatma-hano janah

Der Mensch ist allein zum Zwecke der Gottesverwirklichung geboren. 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.



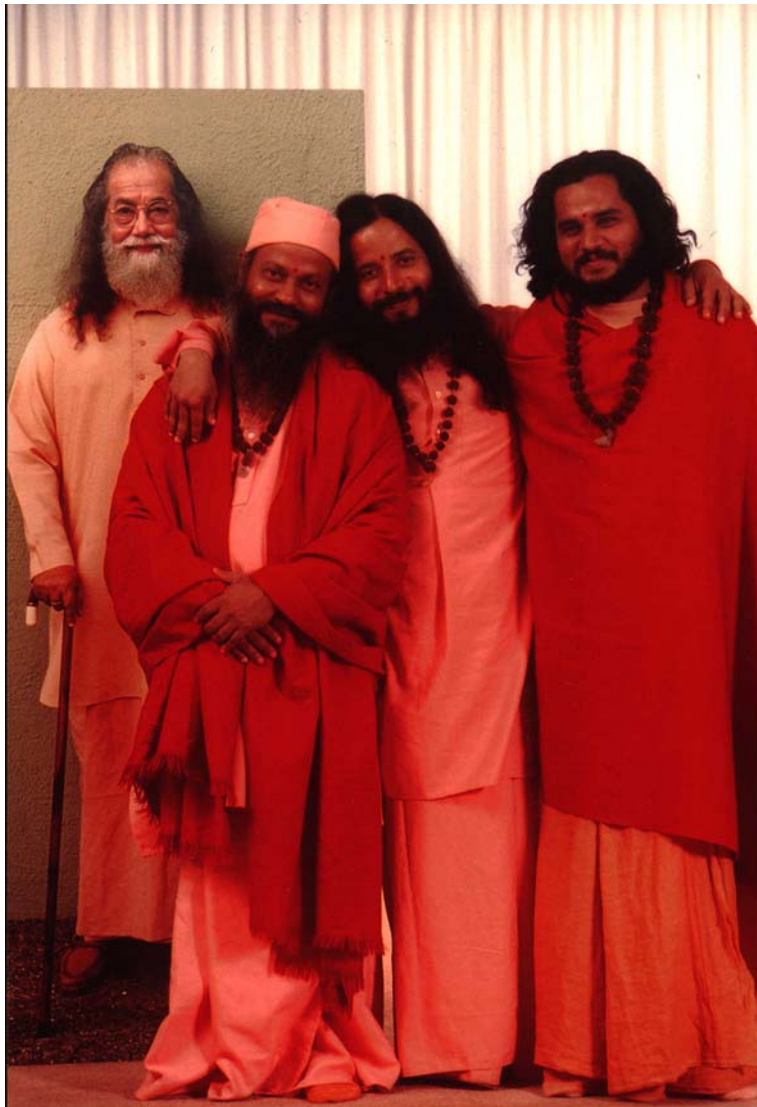


**Programme im Kriya Yoga Zentrum unter der
Leitung von
Swami Shuddhananda**

<i>von</i>		<i>bis einschließlich</i>	<i>Übersetzung</i>	
Freitag	1. März	Sonntag	3. März	niederländisch
Montag	4. März	Dienstag	5. März	englisch

Programmeinteilung

Tag	Zeit	Programm
Freitag	20.00 Uhr	Vortrag
Samstag	07.30 Uhr	Meditation
	10.30 Uhr	Einweihung
	17.00 Uhr	Meditation
	21.00 Uhr	Meditation
Sonntag	07.30 Uhr	Meditation
	11.30 Uhr	Erläuterungen zur Kriya Yoga Technik
	13.00 Uhr	2. Kriya Meditation
	17.00 Uhr	Meditation
	21.00 Uhr	Meditation
Montag. bis einschl. Dienstag	07.30 Uhr	Meditation
	11.30 Uhr	Fragen, Antworten und Meditation
	17.00 Uhr	Vortrag
	19.00 Uhr	Meditation



Gruppenbild mit dem Meister:

Von l.n.r. Swami Brahmananda, Swami Prajnanananda, Swami Shuddhananda



**Programme im Kriya Yoga Zentrum unter der
Leitung von
Paramahansa Prajnanananda**

<i>von</i>	<i>bis einschließlich</i>	<i>Übersetzung</i>
Freitag 14. Juni	Sonntag 16. Juni	niederländisch
Montag 17. Juni	Donnerstag 20. Juni	englisch
Freitag 21. Juni	Sonntag 23. Juni	deutsch

Vortrag nur am Freitag, den 14. Juni.

Am Freitag, den 21. Juni, Meditation um 20.00 Uhr.

Programmeinteilung

Tag	Zeit	Programm
Freitag	20.00 Uhr	Vortrag/Meditation
Samstag	07.30 Uhr	Meditation
	10.30 Uhr	Einweihung
	17.00 Uhr	Meditation
	21.00 Uhr	Meditation
Sonntag	07.30 Uhr	Meditation
	11.30 Uhr	Erläuterungen zur Kriya Yoga Technik
	13.00 Uhr	2. Kriya Meditation
	17.00 Uhr	Meditation
	21.00 Uhr	Meditation
Montag. bis einschl. Donnerstag	07.30 Uhr	Meditation
	11.30 Uhr	Fragen, Antworten und Meditation
	17.00 Uhr	Vortrag
	19.00 Uhr (20.00 Uhr)	Meditation (nur am Donnerstag)



Paramahansa Prajnanananda



**Programme im Kriya Yoga Zentrum unter der
Leitung von
Peter van Breukelen**

<i>von</i>	<i>bis einschließlich</i>	<i>Programm</i>
Freitag 25. Januar	Sonntag 27. Januar	niederländisch
Freitag 15. Februar	Sonntag 17. Februar	Wochenende nur für 2. Kriya Eingeweihte
Donnerstag 28. März	Montag 1. April	deutsch
Dienstag 2. April	Sonntag 7. April	Arbeitswoche
Freitag 19. April	Sonntag 21. April	niederländisch
Freitag 9. August	Sonntag 18. August	deutsch
Dienstag 20. August	Sonntag 25. August	französisch
Freitag 13. September	Sonntag 15. September	niederländisch
Freitag 11. Oktober	Montag 14. Oktober	deutsch
Dienstag 15. Oktober	Sonntag 20. Oktober	Arbeitswoche
Freitag 1. November	Sonntag 3. November	Wochenende nur für 2. Kriya Eingeweihte
Freitag 29. November	Sonntag 1. Dezember	niederländisch
Freitag 20. Dezember	Mittwoch 1. Januar	deutsch

Während der Arbeitswochen vom 2. bis 7. April und vom 15. bis
20. Oktober 2002 ist um 7.30 Uhr um 19.00 Uhr
Meditation. Tagsüber wird im Gebäude und im Garten gearbeitet.
Während der Arbeitswochen ist der Aufenthalt gratis!
Die Wochenenden vom 15. Februar bis zum 17. Februar und vom
1. November bis zum 3. November sind nur zugänglich für
Eingeweihte in den 2. Kriya.



Programmeinteilung

<i>Tag</i>	<i>Zeit</i>	<i>Programm</i>
Freitag	20.00 Uhr	Vortrag Niederländische Programme
	20.00 Uhr/ 21.30 Uhr	Meditation Deutsche Programme/ Meditation Niederländische Progr.
Samstag	07.30 Uhr	Meditation für Eingeweihte
	10.30 Uhr	Einweihung
	17.00 Uhr	Meditation
	21.00 Uhr	Meditation
Sonntag	07.30 Uhr	Meditation
	11.30 Uhr	Meditation
	13.00 Uhr	Meditation Eingeweihte 2. Kriya
	16.30 Uhr	Meditation
Montag bis einschl.	07.30 Uhr	Meditation
	11.30 Uhr	Meditation
	17.00 Uhr	Erläuterungen zur Kriya Yoga Technik und Meditation
Donnerstag	19.00 Uhr (20.00 Uhr)	Meditation (nur am Donnerstag)
Freitag	07.30 Uhr	Meditation
	11.30 Uhr	Meditation



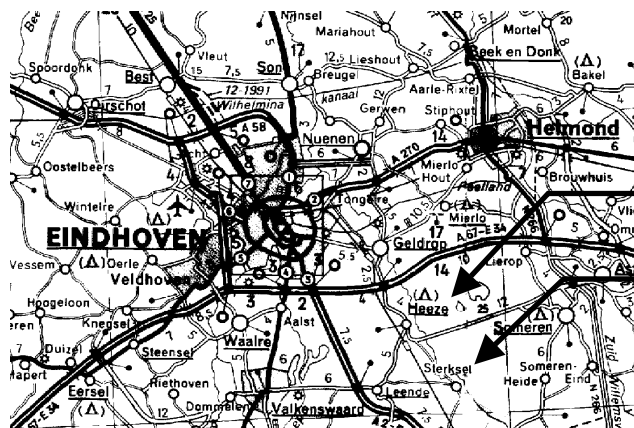
Wie komme ich nach Sterksel?

Die Adresse des Kriya Yoga Zentrums lautet:

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

Wenn jemand dich in Sterksel anrufen will:

Tel. (0031) 40 22 65681 (Münztelefon)



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
 3. Von Leende aus ist zuerst Heeze, dann Sterksel ausgeschildert



Anreise mit dem Zug

Von Eindhoven, Richtung Weert. Abfahrt 2 mal stündlich; um 5 Min nach halb und nach voll. Fahrtzeit: 10 min. Aussteigen in Heeze.

Von Heeze aus, mit dem Bus nach Sterksel. Abfahrt jede 1½ Std. zwischen 8.00 und 18.00 Uhr außer Sonntags. 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: € 60,- für ein Wochenende in einem 4-6 Personen Schlafzimmer; inkl. vegetarische Mahlzeiten. Jeder zusätzliche Tag kostet € 30,- 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 mittels des beiliegenden Anmeldebogens (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 € 100,- als Symbol der Opferung des grobstofflichen Körpers.



**Programme im
Kriya Yoga Zentrum Tattendorf**

<i>von</i>	<i>bis einschließlich</i>	<i>Programm von</i>
Freitag 1. Februar	Dienstag 5. Februar	Paramahansa Prajnanananda Swami Mangalananda
Freitag 1. März	Montag 4. März	Paramahansa Prajnanananda Swami Mangalananda
Freitag 29. März	Montag 4. April	Swami Shuddhananda
Freitag 3. Mai	Montag 6. Mai	Swami Brahmananda
Freitag 7. Juni	Montag 10. Juni	Paramahansa Prajnanananda Swami Mangalananda
Dienstag 23. Juli	Sonntag 28. Juli	Swami Vidyadhishananda
Donnerstag 5. September	Sonntag 8. September	Peter v. Breukelen Christine Jacobsen
Freitag 18. Oktober	Sonntag 20. Oktober	Swami Mangalananda Christine Jacobsen
Freitag 8. November	Montag 11. November	Paramahansa Prajnanananda Peter v. Breukelen Swami Mangalananda
Dienstag 24. Dezember 2002	Mittwoch 1. Januar 2003	Paramahansa Prajnanananda Swami Mangalananda



**Kriya Yoga Programme von
Peter van Breukelen in Europa**

Wann	Wo*
1. 2. bis einschl. 3. 2.	<i>London, Großbritannien</i>
8. 2. bis einschl. 10. 2.	<i>Paris, Frankreich</i>
22. 2. bis einschl. 24. 2.	<i>Bremen Deutschland</i>
15. 3. bis einschl. 17. 3.	<i>Zürich, Schweiz</i>
22. 3. bis einschl. 24. 3.	<i>Kortrijk, Belgien</i>
8. 5. bis einschl. 12. 5.	<i>Nice, Frankreich Seminar Tel. 0033-493802595</i>
17. 5. bis einschl. 20. 5.	<i>Blomberg, Deutschland Seminar Tel. (0049) 5601-86466</i>
7. 6. bis einschl. 9. 6	<i>Berlin, Deutschland</i>
30. 8. bis einschl. 1. 9.	<i>Hamburg, Deutschland</i>
4. 9. bis einschl. 9. 9.	<i>Tattendorf, Österreich</i>
20. 9. bis einschl. 22. 9.	<i>München, Deutschland</i>
27. 9. bis einschl. 1.10	<i>Island</i>
3.10. bis einschl. 5.10	<i>Köln, Deutschland</i>
24.10. bis einschl. 26.10	<i>Luxemburg Seminar Tel. 0035-263-8182</i>
7.11. bis einschl. 11.11.	<i>Tattendorf, Österreich</i>
15.11. bis einschl. 17.11.	<i>Frankfurt, Deutschland</i>
22.11. bis einschl. 24.11.	<i>Stuttgart, Deutschland</i>
13.12. bis einschl. 15.12.	<i>Duisburg, Deutschland</i>

**Kriya Yoga Programme von
Swami Shuddhananda in Europa**

Wann	Wo*
1.3. bis einschl. 5.3.	<i>Sterksel, Niederlande</i>
8.3. bis einschl. 10.3	<i>Warschau, Polen</i>
11.3. bis einschl. 13.3.	<i>Gdansk, Polen</i>
15.3. bis einschl. 17.3	<i>Katowice, Polen</i>
18.3. bis einschl. 20.3.	<i>Pozna, Polen</i>
21.3. bis einschl. 25.3	<i>Krakau, Polen</i>
29.3. bis einschl. 3.4.	<i>Tattendorf, Österreich</i>



(Fortsetzung)

**Kriya Yoga Programme von
Swami Shuddhananda in Europa**

Wann	Wo*
4.4. bis einschl. 8.4	Hamburg, Deutschland
9.4. bis einschl. 11.4.	Budapest, Ungarn
12.4. bis einschl. 14.4.	Zagreb, Kroatien
18.4. bis einschl. 22.4.	München, Deutschland
26.4. bis einschl. 29.4	Paris, Frankreich
2.5. bis einschl. 7.5.	Zürich, Schweiz
8.5. bis einschl. 12.5.	London, GB
13.5. bis einschl. 19.5. 'Retreat'	London GB

**Kriya Yoga Programme von
Paramahansa Prajnanananda
in Europa**

Wann	Wo*
1. 2. bis einschl. 5. 2.	Tattendorf Österreich
13. 2. bis einschl. 19. 2.	Malmö, Schweden
20. 2. bis einschl. 26. 2.	Kopenhagen, Dänemark
1. 3. bis einschl. 4. 3.	Tattendorf, Österreich
7. 3. bis einschl. 11. 3.	Frankfurt, Deutschland
12. 3. bis einschl. 17. 3.	Köln, Deutschland
7. 6. bis einschl. 10. 6.	Tattendorf, Österreich
13. 6 bis einschl. 23. 6.	Sterksel, Niederlande
30.10 bis einschl. 5.11. 'Retreat'	Frankfurt, Deutschland
8.11. bis einschl 11.11.	Tattendorf, Österreich
14.11. bis einschl. 18.11.	Paris, Frankreich
20.11. bis einschl. 26.11.	London, GB
28.11 bis einschl. 2.12	Zürich, Schweiz
5.12. bis einschl. 11.12	München, Deutschland
12.12. bis einschl. 16.12.	Berlin, Deutschland
17.12. bis einschl. 22.12.	Hamburg, Deutschland
24.12. bis einschl. 1. 1.2003	Tattendorf, Österreich

* Nähere Auskünfte siehe Kontakadressen (S.40).



Paramahansa Prajnanananda und Rajarshi Peter van Breukelen



Der Traum

(Aus dem Buch „My Time with the Master“)

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 Meditationssaal, 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 fürchtetest 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 fahren 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" by Paramahansa Prajnanananda)



*Paramahansa Hariharananda und
Paramahansa Prajnanananda*



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 momentan der wichtigste lebende Kriya Yoga Meister. Er ist Schüler von Swami Sri Yukteswar und Paramahansa Yogananda. Er hat das Stadium des Nirvikalpa Samadhi, einen Zustand vollkommener Körperbeherrschung erreicht. Sein Alter beträgt 94 Jahre, aber er ist noch sehr kraftvoll und leitet selbst die Meditationen.
- ❖ Die Kriya Yoga Meditation ist eine wissenschaftliche Meditationstechnik, 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, göttlicher Schwingung und göttlichem Wissen.
- ❖ '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 € 5,- pro Meditation, an den Kriya Yoga Programmen teilnehmen.
- ❖ Paramahansa Hariharananda, Paramahansa Prajnanananda und Rajarshi Peter van Breukelen 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 bald auch in deutsch).
Niederländische Ausgabe € 9,-, englische Ausgabe € 18,-

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 € 14,- 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 € 5,- niederländische Ausgabe € 14,- (gebunden).

Mahavatar Babaji von Paramahansa

Prajnanananda *The eternal Light of God* Englische Ausgabe € 9,- deutsche Ausgabe € 9,-

Lahiri Mahasaya von Paramahansa Prajnanananda

Biographie und göttliche Botschaft des großen Yogi, der während er das Leben eines weltlichen Mannes führte, das Königreich Gottes erreichte und die Wissenschaft des Kriya Yoga einer breiten Öffentlichkeit zugänglich machte.
Englische Ausgabe € 9,-



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 € 9,-

Paramahansa Hariharananda, River of Compassion von Paramahansa Prajnanananda

Eine 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 € 18,-

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 € 16,-

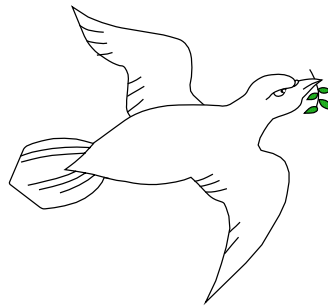
Words of Wisdom von Paramahansa Prajnanananda Stories and Parables of Paramahansa Hariharananda, zusammengestellt von Paramahansa Prajnanananda. Tiefe Einsichten und Weisheiten eines verwirklichten Meisters in Form von bedeutungsvollen Geschichten und Parabeln. Englische Ausgabe € 8,-

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 € 8,-



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 € 9,-.

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' € 12,- Englische Ausgabe € 9,-





Kriya Yoga Zentrum in Sterksel

Seit seiner Gründung im Jahre 1993 hat sich der Kriya Yoga Ashram zu einem internationalen Zentrum entwickelt. Tausende haben inzwischen den Weg zu unserem Zentrum gefunden.

Über dieses Interesse freuen wir uns und werden mit Herz und Seele weiterhin Programme organisieren, um die Segnungen der Kriya Yoga Meditation an viele Menschen weiterzugeben.

Für die geplante Erweiterung des Zentrums mit vier Gästezimmern fehlt noch ein Betrag von ungefähr € 20.000,- für deren Inneneinrichtung. Wir bitten jeden mitzuhelfen, diesen Betrag zusammen zu bekommen. Wenn Paramahansa Prajnananda dann im Juni nach Sterksel kommt, können wir ihm ein schönes Zimmer anbieten und mehrere Gäste komfortabel unterbringen.

Spenden können auf folgende Konten überwiesen werden:

ABN-Amro Bank		Postbank	
Konto-Nr.	41.25.14.931	Konto-Nr.	4147957
Swift Code	ABN-ANL2A	Swift Code	ING-BNL2A
<i>Adresse:</i>		<i>Adresse:</i>	
ABN-AMRO Bank		Postbank	
Postbus 28		Niederlande	
NL - 5590 AA Heeze			
Niederlande			
Zugunsten der Stiftung "Stichting KYM", Heezerweg 7, NL - 6029 PP Sterksel, Niederlande			

Allen Spendern herzlichen Dank für Ihre Beiträge!

a



Kontaktadressen Kriya Yoga Gruppen

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: www.kriyayoga@worldonline.nl web: www.kriyayoga-europe.org
Österreich	Tattendorf: Paramahansa Prajnanananda	Kriya Yoga Zentrum Pottendorferstr. 69 A-2523 Tattendorf Tel. 0043 2253 81491 Fax 0043 2253 80462 e-mail: kriyayogacentre@aon.at web: www.kriyayoga-europe.org
USA	Kriya Yoga Ashram Paramahansa Hariharananda	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



Kontaktadressen Kriya Yoga Gruppen

Belgien	Kortrijk: Jos Ide	Tulpenlaan 2 8500 Kortrijk Tel. 0032 56 216719
Dänemark	Kopenhagen: Hjoerleif Chaldea	Tel. 0045 43 737121
Deutschland	Augsburg: Kathrin Stadtmann und Reinhold Berger Berlin: Gisela Lehmann	Deubacherstraße44 86500 Rommelsried Tel. 08294 1740 Nymphenburgstraße 9 10825 Berlin Tel. 030 8544577
	Bremen: Karola Müller	Am Wall 80/81 28195 Bremen Tel. 0421 7948668
	Duisburg: Georg Bergendahl	Am Weißenstein 6 47178 Duisburg Tel. 0203 475071
	Frankfurt: Wolfgang Lang	Zeppelinallee 42 60487 Frankfurt Tel. 069 97074524 (abends)
	Hamburg: Wolfgang Degner	Moorwisch 14 22547 Hamburg Tel. 040 847996
	Hannover: Christa Willeck	Sallstraße 56 30171 Hannover Tel. 0511 882905
	Köln: Elke Streck	Martinsthallerstr. 19 65345 Rauenthal-Elvelle Tel. 061 23703621
	Kassel: Christiane Panthel- Weber	Kampfeld 11 34225 Baunatal Tel. 05601 86466
	Lahr: Domenikus Wirth	Burgbühlstr. 3b 77933 Lahr Tel. 07821 26189



	München: Gerti en Michael Rieser Neurenberg: Jörg Mitsdörffer	Sailerstr. 10 80809 München Tel. 089 3083939 Torwartstraße 21 90480 Neurenberg Tel. 0911 404051
	Stuttgart: Helga Mitsdörffer	Kremmlerstr. 66a 70597 Stuttgart-Sonnenberg Tel. 0711 7194403
	Ulm: Ulrich Weyer	Elbestr. 1 89231 Neu Ulm Tel. 0731 88690
England	London: David Green	Flat 1 7 Rosecraft Avenue Hampstead NW 3 72 A London Tel. 0044 207 4357360
Frankreich	Nice: Philip Paillé	7 Rue du Chateau 06300 Nice Tel. 0033 493802595
Frankreich	Parijs: Marie Eluere	24 Avenue Beaucite' 92310 Serves Tel. 0033 145079780
Ungarn	Budapest Charlotte Fallier	Fürj u. 15A 1124 Budapest Tel. 0036 3198213
Indien	Cuttack: Swami Brahmananda Giri	Kriya Yoga Ashram Nimapur p.o. Jagatpur Cuttack 754021 Tel. 0091 671 682724
Kroatien	Zagreb: Edina & Miljenko Smrekar Zagreb: Helena & Darko Konforta	Gregorciceva 8 10000 Zagreb Tel. 00385 1 3776 995 1000 Zagreb Tel. 00385 1 3820 170
Luxemburg	Luxemburg: Solange Schwinninger	14, Rue de Boevange L-7433 Grevenknapp Tel. 0035 2638182



Polen	Warszaw: Cezary Mistewicz	Ul. Wyspowa 4/1 03-687 Warszawa Tel. 0048 22 6786648
	Krakow: Elzbieta Btazewska	Ul. Spodzielcow 4/36 30-682 Krakow Tel. 0048 501 181855
	Katowice: Joachim Piszczan	Ul. Wiosenna 8/8 41-605 Swistochtowice Tel. 0048 327 706734
Island	Reykjavik: Sigurósk Svanhólm	Skrúoás 10 210 Garoabae Tel. 00354 5653471
Schweiz	Zürich: Andrea Thamar	Sophie-Guyerstraße 3 8330 Pfaffikon Tel. 0041 1 9511431
Schweden	Malmö: Peter Strinnö	Tel. 0046 46 203042