

## **Botschaft 53**

Ananda Sanga, Somerset West (South Africa), 17. Dezember 2002

### **Die Quintessenz des Einführungsvortrags vor der Kriya Yoga Einweihung.**

#### **Was Kriya Yoga nicht ist:**

Es ist kein körperliches Fitness-Programm; kein Programm zur Selbst Hypnose; keine Franchise-Kette von Pseudo-Heilern; kein Tantra-, Mantra- oder Yantra- Hokuspokus; nicht die listige und berechnende Gehirnwäsche eines fantastischen und fanatischen Glaubenssystems; nicht die Suche nach einem Beruhigungsmittel, Sicherheit und Trost durch Geschichten, Hypothesen und Wunder versprechende Betrüger; keine moralischen Garantien und auch keine dummen Predigten; keine großspurigen Phrasen, kein "heiliges" Streben oder Paradoxien; kein philosophisches Wissen, noch psychologische Techniken; kein Glauben und auch keine Sekte oder Kult; kein Vorwand für Ansprüche jeglicher Art; keine Selbstanbetung, Selbstaudehnung oder Eigenwerbung unter dem Deckmantel der Selbstverwirklichung; keine ermutigende Aufwallung bedingter Reflexe, die von der Erziehung oder Verpflichtungen herühren; nicht das Weglaufen aus Beziehungen und von der Verantwortung; keine besonderen Bräuche, Haartrachten oder Titel; keine Gewalt, keine Bosheit, keine Abhängigkeit, auch keine Anhaftung. Es ist kein Bündel frommer oder schöner Lügen; kein Ehrgeiz, keine Furcht, kein Neid, keine Abhängigkeit in irgendeiner Form; es ist keine psychologische Bestechung oder eine Erpressung von Astrologen, Wahrsagern oder eines Mediums.

#### **Was ist Kriya Yoga:**

Es ist ein Sein in Gelassenheit und Zufriedenheit ohne ständiges Denken, das nur auf ein dumpfes Bewusstsein hindeutet. In diesem Yoga-Leben erscheinen Gedanken diskontinuierlich, wann und wie immer man sie braucht, in angemessener Antwort auf einen Stimulus oder ein Problem und fällt dann von Zeit zu Zeit zur Stille (Nicht-Denken) zurück. Das Leben mit seinen Überlebensinstinkten und seiner kreativen Intelligenz (nicht der beschränkte Intellekt) leiten den Körper, der somit nicht mehr der Dominanz und der Voreingenommenheit des getrennten Bewusstseins (Verstand und Ego) ausgeliefert ist. Der Körper ist dann dem Anstand und der Schicklichkeit eines gegensatzfreien, scharfen Himmel-Bewusstseins zugänglich und nicht der verzerrten, verblendeten und bedrückenden Enge des ICH-Bewusstseins. Das Leben ist dann einfach und nüchtern, voller Liebe und Mitgefühl, gegründet auf Sinneswahrnehmung und nicht auf Sinnlichkeit; gegründet nur auf Bedürfnisse, nicht auf Begierden und deren Befriedigung. Das Leben wird dann durch die Kriyas des Frenulums geregelt, durch die Neutralisierung der Einatmung durch die Ausatmung, durch die Schwingung des kosmischen Klangs am Nabel und durch das Leugnen der Sexualität, ohne mit der sexuellen Energie in Konflikt zu geraten, durch das Aufgeben von Hemmungen und Besessenheit sowie Spannungen und Verdrängungen aus dem Körper durch fast mühelose Prozesse und Übungen. Die Beendigung von Abhängigkeiten und Konflikten ist dann etwas Natürliches. Meditation geschieht dann ohne den mutwillig Meditierenden (Intellekt/Ego). Samadhi ist dann nicht ein diabetisches oder von Müdigkeit generiertes Koma, sondern macht dem Meditierenden die enorme Energie von Gleichmut, die tiefe Weisheit des Nicht-Handelns, die reinen Handlungen der Wahrnehmung verfügbar und setzt ihn nicht mehr den trennenden Tätigkeiten aus, die durch Konditionierung, Schlussfolgerungen, Mutmaßungen und Konflikte eines schäbigen kleinen "ICH" entstehen. Im Samadhi ist das Leben ein "bedeutungsloser" Tanz der sich auflösenden Energie von Shiva, nicht die "bedeutungsvollen"

Entwürfe eines kleinen Geistes, die zu allen Arten vorgetäuschter Probleme führen. Samadhi ist All-Ein-Sein ohne Einsiedler zu sein, allein ohne einsam zu sein. Man steht inmitten der Alltäglichkeit unserer weltlichen Existenz in Verbindung mit der Heiligkeit. Im Swadhyaya des Kriya Yoga lesen wir keine heiligen Schriften; vielmehr versuchen wir das Buch des "ICH-Seins", das Drehbuch des Ego-Selbst zu lesen. Die Menschen haben sich Bilder/Vorstellungen und psychologische Einbettungen religiöser, politischer und persönlicher Natur erschaffen, die ihnen als Sicherheitszäune und Trost dienen. Diese manifestieren sich als Symbole, Ideen und Glaubenssysteme. Die Belastung, Fessel, Scheinheiligkeit und Kämpfe, die durch diese Vorstellungen, das Aufwallen unserer Gehirnwäsche, von unserer dummen Erziehung und von unseren Verpflichtungen erzeugt werden, herrschen leider über unser Denken, unsere Beziehungen und unser tägliches Leben. Die Vorstellungen und Eindrücke sind die Ursachen unserer Probleme, weil sie alle Arten von Spaltungen und Zwistigkeiten, Korruption und Konflikte fördern. Swadhyaya und Tapas des Kriya Yoga können eine Revolution und Offenbarung, eine Verschmelzung und Fülle, eine alchemistische Veränderung im Körper und einen veränderten Bewusstseinszustand erzeugen, der vollkommen und heilig ist. Die Einzigartigkeit des Menschen liegt nicht in den oberflächlichen und trennenden Titeln und Identifikationen, sondern in der völligen Freiheit vom Würgegriff der "Gunas", d.h. des psychologischen Netzwerks des Ego-Selbst. Swadhyaya beginnt damit, dass man alles ohne Vorlieben und Abneigungen, ohne Richtung und Verzerrung, ohne Angst vor Strafe oder Hoffnung auf Belohnung, ohne jegliches Motiv betrachtet. Swadhyaya prüft unsere Beziehung zu Menschen, indem es Fragen wie die Folgenden stellt:

1. Sind wir Mitarbeiter           oder einfach nur heimliche Konkurrenten?
2. Sind wir Freunde             oder einfach nur subtile Feinde?
3. Sind wir Mitstreiter         oder nur Mit-Feinde?
4. Lieben wir                     oder sehnen wir uns einfach nur nach Ego-Befriedigung,  
Abhängigkeit, Dominanz, Anhaftung, Empfindung, Gefühl?

Swadhyaya untersucht auch unser Verhältnis zu Ideen, Wissen, Büchern, heiligen Schriften, Prinzipien, Lehren und alle Arten von theokratischer Gaunerei. Im Swadhyaya sondieren wir auch unser Verhältnis zu Traditionen, Nationalität, Anhaftung an Orte, sprachliche Verbundenheit, Zugehörigkeiten zu Eigentum, Besitz, Positionen, besonderen Geschmäckern, Status, Ruhm, Kasten, Hautfarbe, Glaubensbekenntnissen, Rasse, Sekte, Kult, Guru, Priester, Meister und den ganzen Rest davon. Außerdem versuchen wir, direkt durch und für uns selbst, den Inhalt und die Bestandteile unseres Geistes zu verstehen; nicht aber mithilfe von Psychologen, Büchern aus der Bestsellerliste, toten Begriffe, großen Sprüche und "heiligen" Männer oder Frauen. Im natürlichen Zustand, der sich aus den Kriya-Übungen ergibt, existiert der Geist wie Honig, nicht wie Wasser. Wird der Honig gestört, kehrt er schnell zur Unbeweglichkeit zurück, wohingegen Wasser durch eine Störung chaotisch wird. Wir widersetzen uns Gedanken nicht, sondern bleiben nur uninteressiert an der endlosen Fortsetzung der Gedanken. Im natürlichen Zustand erscheint und verschwindet alles im Rhythmus; wir meditieren nicht, wir hindern die Meditation nur nicht daran, dass sie geschieht. Kriya Yoga ist nicht der Yoga des Bekommens, der nur versklavt. Kriya Yoga ist der Yoga des Aufgebens, der befreit und uns mit Liebe erfüllt. Dann gehört uns aller Frieden, Schutz und Wohlstand. Der Gott der Religionen ist das Produkt des Intellekts. Der Gott des Kriya Yoga ist die Poesie des nicht-mentalenen Bewusstseins ('No-Mind'). Gehört man einer Religion an, schleppt man Ideen und Überzeugungen mit sich umher. Ein Kriya Yogi tanzt in der Erkenntnis und Glückseligkeit. Im Kriya Yoga hören wir auf zu glauben, dass wir etwas sind. Wir gelangen

zur Überzeugung, dass wir Nichts sind! Im Kriya Yoga hört alles Wünschen auf, sogar die "Wunschlosigkeit" ist kein Wunschobjekt mehr! Die hinduistische Theorie der Reinkarnation ist nur eine Taktik, Angst und den Wunsch des kleinen 'Ich', sich Kontinuität zu geben, zu bemänteln. Im Kriya Yoga reinkarniert man sich und wird jeden Morgen wiedergeboren. Leben stirbt nie, es ist der materielle Körper-Intellekt, der stirbt. Im Kriya Yoga ist die Freiheit weder banaler Ausdruck von Willkür noch Mangel an Zurückhaltung. Es ist große Demut, da es die Freiheit von Unwissenheit und Arroganz und von den Vorstellungen und Einflüssen bedeutet. Die Torheit der Menschen ist es, zu denken, sie seien frei, bloß weil sie Wahlmöglichkeiten haben. Das Wählen bindet nur und verursacht Verwirrung und Chaos. Es gibt keinen "freien Willen", es gibt nur die Freiheit vom "Willen". »Wille« ist nur ein bequemes Wort für das "Ego".

In Swadhyaya verstehen wir unter dem, was bindet und was uns befreit, Folgendes:

<b>Bindet</b>	<b>Befreit</b>
1. Utopie	Verstehen
2. Gedanke	Wahrheit
3. Postulat	Wahrnehmung
4. Analyse	Bewusstsein
5. Idee	Erkenntnis
6. Besessenheit	Offenheit
7. Emotion	Leere
8. Sehnsucht	Liebe
9. Intellekt	Intelligenz
10. Unwissenheit	Unschuld
11. Sentimentalitäten	Sinn für Proportion und Vernunft
12. Jähzorn	Demut
13. Gebete	Tiefe Meditation
14. Suche	Sehen
15. Selbstsucht	Selbstlosigkeit
16. Sinnlichkeit	Sinneswahrnehmung
17. Sexualität	Sexuelle Energie
18. Intellekt	'no-mind' (Intuition, Leben)

Swadhyaya offenbart auch die Natur des konzeptionellen Selbst und des wirklichen Selbst wie folgt:

<b>Konzeptionelles Selbst</b>	<b>Wirkliches Selbst</b>
1. Fragmentierung	Vollständigkeit
2. Korruption	Mitgefühl
3. Dunkelheit	Allwissenheit
4. Gier	Gott
5. Mythos	Das Heiligste
6. Wissen	Erkenntnis
7. Begriffe	Nichtigkeit
8. Aufruhr	Ekstase
9. Eitelkeit	Wahrhaftigkeit

10. Laster	Tugend
11. Wort	Weisheit
12. Ansammlungen	Aufstieg
13. Täuschung	Göttlichkeit
14. Werden	Sein
15. Hoffnung	Heilig
16. Glaube	Segen
17. Erfahrung	Existenz (Leben)
18. Erwartung	Leere
19. Rhetorik	Verwirklichung
20. Logik	Analogie
21. Maske	Melodie
22. Verbrechen	Wahrheit

Kriya Yoga führt zu Sat-Chit-Ananda. Wir leben wie ein Gast in dieser Welt. Wir sind im Bewusstsein ruhig und wahlfrei. Wir meiden Vergnügen, um Zugang zu der Freude zu finden, die nicht das kultivierte Gegenteil von Leid ist.

Historisch gesehen ist Kriya Yoga sehr alt. Er findet Erwähnung im Patanjalis Yoga-Sutra. Auch die Bhagawad-Gita soll auf dieses tief greifende Phänomen hindeuten. Es ist die Reise von Duryodhana zu Arjuna und schließlich zu Krishna. Das heißt, von der Gedankenlosigkeit (Dummheit) zum Intellekt/Gedanken und dann zum 'No-Mind' (nicht mentales Bewusstsein höchsten Intelligenz). Der Familienvater aus dem neunzehnten Jahrhundert, der Heilige Lahiri Mahashaya (1828 - 1895), weckte den Kriya Yoga nach seiner zufälligen und wunderbaren Begegnung mit einem geheimnisvollen Himalaya Heiligen, den er Babaji nannte, wieder zum Leben. (Es ist üblich in Indien heilige Männer mit Babaji und heilige Frauen mit Mataji anzusprechen). Diese Lehren wurden durch diese dynastische Linie wie auch über einige Schülerlinien weitergegeben. Einer der Enkelschüler von Lahiri Mahashaya, weithin als Paramahansa Yogananda (1893-1952) bekannt, gibt in seinem berühmten Buch "Autobiografie eines Yogi" eine Schilderung von Lahiri Mahashaya als gewaltige spirituelle Kraft, die diesen Planeten getroffen hat und als Familienvater-Yogi fast inkognito und anonym in Varanasi lebte. Ein weiterer Enkelschüler von Lahiri Mahashaya, Paramahansa Hariharananda, verstarb vor nur zwei Wochen im Alter von 96 Jahren. Shibendu Lahiri, geboren 1939, Urenkel von Lahiri Mahashaya und der Lehrer der jetzigen dynastischen Linie, reist auf Einladung seiner Studenten ohne formale Organisation oder Institution in der ganzen Welt umher. Lahiri Mahashaya hatte von Organisationen für spirituelle Fragen abgeraten und bekräftigte, dass die Wahrheit in Tod und heuchlerische Reden degeneriert, wenn in Einrichtungen das Ego der Hierarchie listig genährt wird. Die dynastische Linie erhält nur einen privaten Tempel ohne irgendeine Form der Hierarchie. Kriya Yoga wurde von Hindus entdeckt, aber es ist nicht ihr Monopol. Er gehört der ganzen Menschheit.

Lasst Lahiri Mahashaya den Liebling der Menschheit sein.

Jai Sadguru