

Die Kriya Yoga-Tradition

Von weisen Gurus und ihren Schülern



Yogananda

Guru Swami* Shriyukteshwar lebte von 1855 bis 1936. Gleich drei seiner vielen Schüler sind in der ganzen Welt bekannt: Paramahansa Yogananda, Swami Satyananda und Paramahansa Hariharananda. Während Swami Satyanandaji sein Leben lang in Indien blieb, verließen die beiden anderen das Land, um die Tradition des Kriya Yoga zu vermitteln. Yogananda ging 1920 nach Amerika und gilt als einer der Initiatoren, die diese Yoga-Tradition im Westen bekannt machten. In seiner „Autobiografie eines Yogi“ erhält man bereits einen Eindruck von seinem Lehrer Shriyukteshwar. Jetzt hat der Aquamarin-Verlag eine zweite überarbeitete Auflage der Biographie „Shriyukteshwar – Der Meister von Yogananda“ von Paramahansa Prajnanananda herausgebracht, die das Leben und Wirken des großen Gurus beleuchtet.**

*Swami („Meister“)

**Paramahansa (vedischer Ehrentitel)

Shriyukteshwar's Leben umfasste alle vier in den Veden aufgeführten Stufen des spirituellen Pfades. Zuerst war er ein zölibatär lebender Schüler, dann Familienvater, später ein unvoreingenommener Beobachter und schließlich ein völlig Entsagender, ein Mönch. Er durchlief also alle vier *ashramas* (Stufen) eines Hindu. Shriyukteshwar galt als disziplinierter, strenger Lehrer, der aber gleichzeitig viel Liebe und Ruhe ausströmte. In eine wohlhabende aristokratische Familie hineingeboren, befasste er sich schon früh mit den Naturwissenschaften, mit Sprachen und

„Ziel des Kriya Yoga ist es, sein Selbst in der Weisheit für immer zu verankern. Seine Ausübung bedarf keiner besonderen Intelligenz. Fortwährende Aufmerksamkeit des inneren Selbst (Seele) genügt und beseitigt Schwierigkeiten. Kein Aspekt des Kriya ist vergebens oder schlägt fehl. Wie Regenwasser spült die geringste Übung alle Ängste und Schmerzen aus dem Geist und überschüttet den sadhaka (Praktizierenden) mit einer Flut dauerhaften Friedens und bleibender Freude. Die Manifestation der Weisheit bedeutet Frieden. Dies ist der einzige Weg. Ohne inneren Frieden rücken ewige Freude und Glückseligkeit in weite Ferne. Seine Wünsche führen den Menschen immer wieder in die irdische Welt zurück. Erst nachdem er alle Bindungen, Illusionen und Irrtümer ausgemerzt hat, erreicht er schließlich kaivalyam (die Vereinigung des Selbst mit der ewigen Substanz, Gott).“

religiösen Themen. Er betrieb Astrologie, studierte das Christentum und die Bibel und schrieb später über östliche und westliche Philosophie und Metaphysik, um westlichen Menschen zu helfen, auf dem geistigen Pfad voranzuschreiten. Er wollte den Kern, der allen Religionen zugrunde liegt, erkennen und freilegen. In seinem Buch „Die Heilige Wissenschaft“ legte er dar, was die verschiedenen Philosophieschulen Indiens miteinander und mit den Lehren der Bibel verbindet.

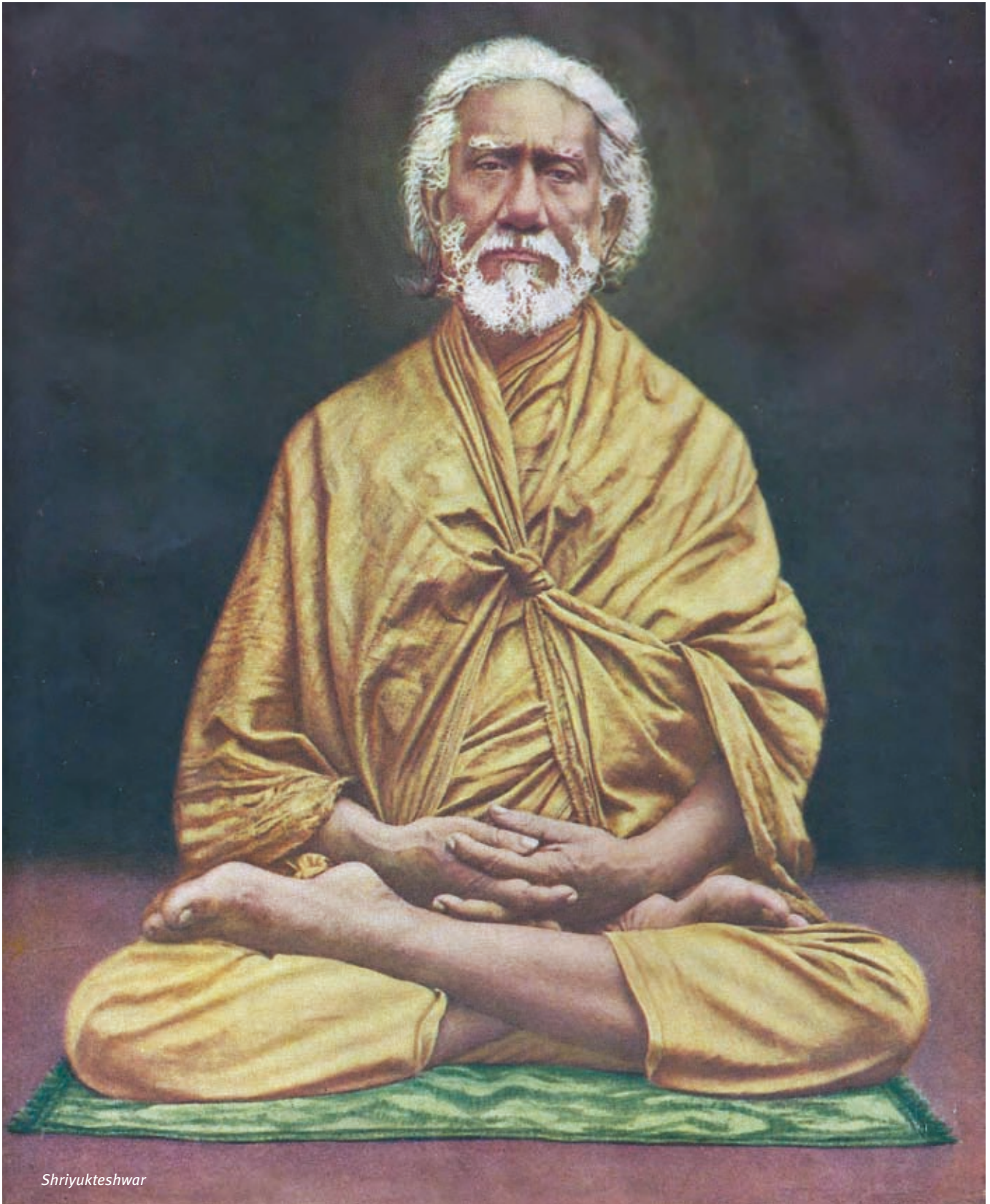
Der hinduistischen Sichtweise zufolge haben wir als Menschheit gerade erst das Kali-Yuga, ein Zeitalter, in dem die größte Entfernung des Menschen zum Göttlichen herrscht, durchlaufen. Deshalb war es Shriyukteshwar ein Anliegen, das spirituelle Licht in die Welt zu tragen. Der Meister Yukteshwar, Shri Lahiri Mahasaya (Lahiri Baba), der auch als „Urquell des Kriya Yoga“ gilt, inspirierte seinen Schüler zu dieser Aufgabe. Shriyukteshwar erlangte *nirvikalpa samadhi* (den Gipfel der Verwirklichung) und trug als neues Oberhaupt die Flamme des Kriya Yoga weiter – so wie seine Schüler in der nächsten Generation.

Lesen Sie im Anschluss einen Ausschnitt aus der Biografie über Shriyukteshwar von Prajnanananda, in dem die erste Begegnung zwischen Shriyukteshwar und Yogananda beschrieben wird.

Im Jahre 1910 lebte Swami Shriyukteshwar in Ranamahala, an den Ufern des heiligen Ganges, in Kashi. Eines Tages ging er durch eine kleine Straße im Bengali Tolla Viertel. Da bemerkte er auf der anderen Straßenseite einen jungen Mann, der ihn unverwandt anschaute. Als sich ihre Blicke trafen, berührte etwas das Herz des jungen Mannes, das ihm das Gefühl gab,

als kenne er diesen Mann schon lange. Er regt erkannte er in ihm seinen Meister und warf sich vor ihm nieder. Shriyukteshwar umarmte ihn wie einen geliebten Freund, den er lange nicht mehr gesehen hatte, und nahm ihn mit nach Ranamahala.

Es handelte sich nicht um einen gewöhnlichen jungen Mann. Mukunda Lal war der Sohn von Bhagawati Charan Ghosh und Prabhavati Devi, fortgeschrittene Schüler von Shri Lahiri Mahasaya. Mukunda war von seinem Lehrer, Hamsa Swami Kabanandaji, einem bekannten Schüler von Shri Lahiri Mahasaya, in den Kriya Yoga eingeführt worden. Nach bestandener Aufnahmeprüfung besuchte Mukunda Lal die Universität, aber sein Herz hing mehr an den geistigen Dingen und weniger an dem Lehrplan. Den Studien schenkte er kaum Aufmerksamkeit und verbrachte die meiste Zeit zurückgezogen mit geistigen Übungen. Schließlich verließ er die Universität und ging nach Kashi. Dort wohnte er in Bharata Dharma Mahamandala, einem der Ashrams zu Verbreitung des *sanatana dharma*. Er unterzog sich strengen geistigen Übungen und übernahm einige Pflichten, wie den Einkauf für den Ashram.



Shriyukteshwar

Nach seiner Begegnung mit Swami Shriyukteshwar hatte seine Suche nach einem Meister ein Ende. Mukunda Lal verlor sich in tiefer Kontemplation und vergaß die Welt. Er unterwarf sich seinem Meister und akzeptierte ihn als seinen geistigen Führer. Der Lehrer Babaji Maharaj hatte Swami Shriyukteshwar seinerzeit den Auftrag erteilt, den Kriya Yoga in der westlichen Welt

zu verbreiten, und auf dessen Erstaunen geantwortet: „Zur gegebenen Zeit werde ich dir fähige Schüler schicken, an die du die Kriya-Technik weiterreichen und die du zur Verbreitung dieses altherwürdigen Yoga in den Westen entsenden wirst. Er wird den Menschen in allen Lebensaspekten von Nutzen sein.“ Mukunda Lal war der erste Schüler, den er entsandte.

„Weisheit tötet alle Wünsche. Ist man gefestigt in Meditation, Weisheit und Entsagung, kehrt sich chitta (der Gedächtnispekt des Geistes) nach innen in die sushumna (Energiekanal innerhalb der Wirbelsäule), ein Beweis für inneren Frieden. Die sushumna ist ein Hafen für diesen Frieden. Sobald chitta zur Ruhe gekommen ist,

DIE FASZINIERENDE GESCHICHTE EINER AUßERGEWÖHNLICHEN HEILUNG

Nazan Gül

Und ich beweg mich doch

Die Geschichte
einer geistigen Heilung



240 Seiten | Klappenbroschur
€ 16,99 (D) | € 17,50 (A)
ISBN 978-3-941837-88-1

Geistheilung ist oft die letzte Hoffnung von Menschen, die von der Schulmedizin für „austherapiert“ erklärt werden.

Nazan Gül war selbst als aussichtsloser Fall abgeschrieben und hatte sich schon aufgegeben. Da begegnet sie einem Mann, der das Unmögliche möglich zu machen verspricht ...

manifestiert sich das alles durchdringende ewige chaitanya (Bewusstsein). Hat man atma chaitanya (Bewusstsein des inneren Selbst) verwirklicht und chitta durch unerschütterliche Hingabe und Liebe gezähmt, wird man das alles durchdringende grenzenlose chaitanya als eine leuchtende Sonne in chitta erkennen. Aus zehn Zentimetern Tiefe zwischen den Augenbrauen, direkt an der Öffnung der sushumna, strahlt es aus dem Seelenzentrum auf die Menschen. Es durchflutet alle Zentren in sushumna, die Nervenbahnen und den gesamten Körper mit seinem strahlenden Glanz.“

Als Mukunda Lal noch ein kleines Kind war, brachten ihn seine Eltern zu ihrem Guru, Shri Lahiri Mahasaya, damit er ihn segne. Der Meister weissagte: „Dies ist kein gewöhnliches Kind. Eines Tages wird seine geistige Kraft viele suchende Seelen tragen, damit sie das Göttliche erreichen.“ Beide Aussagen sollten sich in dem Moment bewahrheiten, in dem sich Mukunda Lal und Shriyukteshwar begegneten. Letzterer unterrichtete seinen Schüler unter Verwendung einfacher, allgemein logischer Begriffe. Bei seinen Worten durchpulste ein göttliches Vibrieren Herz und Geist des jungen Mannes. In der Gesellschaft des Meisters erlebte Mukunda Lal Glückseligkeit und Ekstase. Manchmal wurde er in einen Zustand erhoben, in dem es keine Gedanken gab und in dem er Shriyukteshwar als die Verkörperung des Göttlichen erkannte, fest verankert im Geist, den einzigen *sadguru* (den Meisterpropheten).

Nach einiger Zeit forderte Shriyukteshwar Mukunda Lal auf, nach Hause zurückzukehren. Dieser reagierte unwillig, da er bei seinem Meister bleiben wollte. Daraufhin gab Shriyukteshwar ihm unmissverständlich zu verstehen: „Wenn du nicht nach Hause zurückkehrst, werde ich dich nicht mehr als meinen Schüler akzeptieren.“ Beim Abschied fügte er hinzu: „Vergiss nicht, mich in einem Monat im Ashram in Serampore aufzusuchen.“ Mukunda Lal verließ Kashi, kehrte aber nicht nach Kolkata zurück. Gemeinsam mit seinem Freund Jitin Majumdar besuchte er Brindavan, eine heilige, Krishna geweihte Stadt, sowie andere Orte. Innerlich unruhig, sehnte er sich nach Serampore. Schließlich stattete er seiner Familie in Kolkata einen Besuch ab, um dann unverzüglich nach Serampore weiterzureisen. Erst als er dem Meister erneut begegnete, fiel die Unruhe von ihm ab. Er war erleichtert.

Der Guru ist der einzige spirituelle Führer im Leben eines Schülers. Der erhabene Shriyukteshwar akzeptierte die-

sen liebevollen Schüler und damit die Verantwortung für dessen spirituelle Entwicklung. Auf Anweisung seines Meisters nahm Mukunda Lal seine Studien an der Universität wieder auf. Serampore lag nur vierzig Kilometer von Kolkata entfernt, was ihm die Möglichkeit gab, viel Zeit im Ashram zu verbringen. Er widmete sich intensiv der Ausübung der Kriya-Techniken. Shriyukteshwar lehrte ihn zahlreiche verborgene spirituelle Wahrheiten und sorgte für sein rasches Voranschreiten auf dem geistigen Pfad. Nach bestandener Zwischenprüfung besuchte Mukunda Lal die Universität in Serampore, um zum Bachelor zu graduierten.

Da ihm der Weg nach Kolkata erspart blieb, konnte er mehr Zeit in der Nähe des Meisters verbringen. Er lebte zwar in dem Wohnheim der Universität, hielt sich aber meistens im Ashram auf, weshalb er einen Großteil des Unterrichts versäumte. Nur durch die Gnade seines Meisters konnte er seine Studien erfolgreich zum Abschluss bringen. Sein inbrünstiges Verlangen und die regelmäßig ausgeführten Übungen erschlossen ihm neue Höhen auf dem Kriya-Pfad. Nachdem er 1915 das Staatsexamen bestanden hatte, weihte ihn Shriyukteshwar offiziell zum *sannyasi* (Mönch) und gab ihm den Namen Swami Yogananda Giri.

„Das höchste Ziel im Leben eines Menschen ist es, Liebe, Frieden, Glückseligkeit und Freude zu erfahren und den Zweck seines Erdendaseins zu erfüllen. Der Sinn, in dieser Welt zu leben, besteht nicht darin, materielle Güter anzuhäufen, sondern seine geistigen Schätze zu mehren, Liebe, Mitgefühl, Güte und Gott zu verwirklichen. ... Viele Menschen vergessen das Lebensziel und verstricken sich in weltliche Dinge. Man sollte wachsam sein und keine kostbare Zeit vergeuden.“

Text: Gina Janosch
Fotos: © www.kriya-yoga.dk;
www.srf-philadelphia.org

Buchtipps:

**Paramahansa
Prajnanananda
Shriyukteshwar –
Der Meister von
Yogananda**

180 Seiten, € 17,95
ISBN 978-3-89427-621-8

Aquamarin Verlag

