

Über Kriya Yoga und Acharya Satyananda – aus der Perspektive einer Teilnehmerin

von Marina Kapur

London, Dezember 2012

Von Zeit zu Zeit fragen wir uns, warum bin ich hier, was wäre das Beste für mich, wie kann ich glücklich, gesund, erfolgreich, zufrieden, ein besserer Mensch sein, und doch meine Verantwortung gegenüber mir selber, meiner Familie, meiner Arbeit und der Welt erfüllen?

Da ich Führungskräfte, ihre Unternehmen und ihre Familien begleite, durch Wirtschaft, Gesellschaft und das Leben in einer Weise zu steuern, die ihrer Leidenschaft, ihren Zielen und Prioritäten entspricht, ist dies eine Frage, die mir oft gestellt wird. Meine Antwort ist, „mit deiner Wahrheit beginnen.“ Um in Wahrheit zu leben, braucht es Verständnis darüber, Wer Ich Bin. Ausgangspunkt ist Selbsterkenntnis und Selbstgewahrsein, auf die aus Achtsamkeit und Selbstmeisterung heraus bewusste Schöpfung aufbaut. Wenn ich mich selbst kenne, kann ich mich führen, und dann kann ich einen Unterschied herbeiführen. Ich praktiziere *Hatha-Yoga* seit 1995. Bei der Lektüre der *Autobiographie eines Yogi* vor vielen Jahren erkannte ich Mahavatar Kriya Babaji und wollte den ursprünglichen alten Kriya Yoga erleben. Dieser Traum (wie so viele andere) ist wahr geworden – ich habe meine Einweihung in Babaji's Kriya Yoga mit Yogacharya Satyananda im Jahr 2011 erhalten.

Was für ein Geschenk! *Babaji's Kriya Yoga* umfasste all mein Studium, *Raja Yoga* mit *Brahma Kumaris*, *Sudarshan Kriya* und *Padmasadhana* mit *Art of Living*, *Isha Yoga* der *Isha Foundation*, Schulung in *Power to Create* mit *Landmark Education* and *Self Management Leadership* mit *Oxford Leadership Academy*, sowie *Kundalini Yoga* und tibetische Yoga-Übungen, welche alle aus eigener Berechtigung effektiv sind, doch *Kriya Yoga* ist machtvoll – jenseits von Worten. Das Empfangen der ersten „*Einweihung*“ hat mich inspiriert, das zweite Einweihungsseminar unmittelbar anzuschließen, und ich freue mich jetzt auf die fortgeschrittene dritte Einweihung, um die Reise noch tiefer fortzusetzen, um mich Selbst und meinen Schöpfer zu treffen.

Wie andere Freiwillige auch, helfe ich Einweihungsprogramme zu organisieren und habe an Programmen in Singapur, Mumbai, Delhi, München und London teilgenommen. Jedes Mal war die Erfahrung schön und anders. Jetzt verstehe ich, warum darüber nicht ausführlich geschrieben wurde – denn „*Worte erfassen nicht diese Magie.*“

Viele Kriyaeingeweihte erfahren und beschreiben „*tiefe Heilung*“ und Reinigung auf physischer, emotionaler, mentaler und spiritueller Ebene. Liebe und Gewißheit und achtsames Handeln aus Bewusstsein heraus ersetzen Angst, Gier und unbewusste automatische Reaktion des Verhaltens. Wir gewinnen Vertrauen, Kraft und Mut, um tapfere Lebensentscheidungen zu treffen, durch ein erhöhtes Maß an Bewusstheit, vitaler Energie, Inspiration und innerer Führung, Kreativität, Zugehörigkeitsgefühl und ein neues Gefühl von Wohlbefinden, das uns sicher fühlen lässt, dass egal was passiert, „*alles gut ist.*“

Gab es einen Konflikt zwischen Kriya Yoga und anderen spirituellen Praktiken? Nein, überhaupt nicht. Babaji's Kriya Yoga ist ein ganzheitlicher, integraler Ansatz, ohne einem eine Konfession aufzuzwingen, eine „*wissenschaftliche Kunst*“ und eine rein spirituelle Praxis, die uns die uralte geheime Lehre der *Yoga Siddhas* im modernen Alltag offenbart und heilige Rituale enthüllt über Körperhaltungen (*Hatha Yoga*), bewusste Atmung (*Pranayama*), Meditation (*Dhyana*), Chanten von Mantras (*Bhakti Yoga*), Schweigen (*Mauna*), Erkenntnis der Wahrheit (*Jnana Yoga*), und Realisierung des Selbst (*samadhi*).

Gab es einen Konflikt zwischen Gurus (spirituelle persönliche Lehrer, Meister)? Nein, überhaupt nicht! Eigentlich glaube ich, dass meine früheren Lehrer mich zu Mahavatar Kriya Babaji gebracht haben, und Babaji bereitet mich vor, mich an meinem Schöpfer auszurichten. Niemand wird gebeten, von einem persönlichen Guru oder einer Tradition, an die man angebunden ist, zurückzutreten, es ist nicht erforderlich, Kriya Babaji als „seinen einzigen“ Guru anzuerkennen. Vielmehr werden wir gelehrt und angeleitet, Guru / Den Höchsten Lehrer in uns zu erkennen, zu verwirklichen und mit Ihm eins zu werden.

Gab es einen Konflikt zwischen körperlichen Voraussetzungen und meinem Gesundheitszustand? Nein, überhaupt nicht, jeder macht so viel wie individuell möglich in diesem Moment.

Wie meine Mitstudenten auch habe ich das Glück gehabt, Yogacharya Satyananda als Person zur Anleitung für einen Moment meiner Reise nach Hause zu haben. Allerdings als ich ihn im ersten Moment sah, und einen recht jugendlichen, jedoch eher gewöhnlich-europäisch aussehenden Mann sah ohne Züge, die man „erwarten“ würde, wenn man einen spirituellen Lehrer einer traditionellen Guru-Linie aus Indien trifft: kein langer weißer Bart, keine orange Robe, keine Girlanden, nur eine traditionelle Acharya-Kleidung, und keinesfalls ein sogenanntes „Guru-Gehabe,“ fragte ich mich daher, wie effektiv seine Lehre wohl für mich sein könne. Doch wie viele andere auch war ich angenehm überrascht, dass meine Befürchtungen gar nicht gerechtfertigt waren. Im Gegenteil, viele von uns haben anschließend gedacht, „*wir hätten nicht um einen besseren Lehrer bitten*“

können.“ Wir sahen, wie sein sorgfältiges, präzises und geduldiges „*Lehren ganzheitlich und umfassend ist.*“ An der Art, wie er „*sein Wissen über die alten indischen Traditionen, andere Glaubenssysteme und moderne westliche metaphysische Wissenschaft verbindet, merkt man, dass der Kriya Yoga Weg wirklich eine universelle Praxis darstellt,*“ nicht begrenzt auf eine Religion, eine Sekte, einen „Ismus,“ nicht bloß eine modische Zeiterscheinung. Mit *frischer, lebendiger Klarheit und Einfachheit* verbindet und illustriert er Konzepte, Praxismethoden, hintergründige Philosophie und Yoga-Wissenschaft, Zweck und Nutzen, Unterschiede und Gemeinsamkeiten zu anderen Traditionen, so dass „*die ganzheitliche Weise, in der er das Was, Wie und Warum integriert, Zweifel löscht und sogar ungefragte Fragen beantwortet.*“ Satyanandas Offenheit, seine Weisheit in einer „*echten, ernsthaften, und demütig bescheidenen*“ Haltung großzügig zu teilen, macht Kriya Yoga für alle „*ansprechend, leicht zugänglich und anwendbar,*“ sein „*feiner Humor macht die Reise leichter.*“ Und diese Leichtigkeit macht es uns möglich, noch tiefer zu gehen. Ich glaube, das ist deshalb so, weil er einen authentischen Raum für starke innere Erfahrung bietet – falls wir es denn zulassen, und weil er nicht an Ergebnissen haftet, da er erkennt, jeder von uns wird den eigenen Weg zur persönlichen Wahrheit in eigener Geschwindigkeit und Zeit finden, aber auch jeder von uns wird ohne Zweifel ein Geschenk erhalten: eine Berührung im Herzen, ein Einblick in Wahrheit, ein Funke, ein Gefühl der Hoffnung.

Das geistige Licht erweckt Seelen zu ihrer eigenen inneren Schönheit.

Für mich ist Satyananda ein praktisches Beispiel und eine Inspiration, wie unser geistiges Licht durch uns alle hindurch wirkt. Seine Gegenwart, Haltung und Botschaft spiegeln sich in folgenden Zitaten, welche er häufig verwendet: „*Was Angst enthält, kann nie Wahrheit sein,*“ und „*Nichts Wirkliches kann bedroht werden – Nichts Unwirkliches existiert.*“ Sie haben zutiefst meinen Einblick in Wahrheit, Wirklichkeit, Vertrauen und inneren Frieden beeinflusst.

Bei der Organisation seiner Programme habe ich Satyanandas Haltung von Mitgefühl und Dankbarkeit erlebt. Während ich wütend und verärgert war über schlechte Lehrbedingungen, die er außerhalb Europas tolerieren muss, blieb er nicht-wertend und akzeptierend. Dennoch frage ich mich, wie wir, die Teilnehmer und Freiwilligen, seine Hingabe und Engagement für uns erwidern können? Wenn er seinen privilegierten Berufsstatus als zertifizierter Psychotherapeut und Diplom-Psychologe aufgeben kann, um uns zu dienen, warum können wir nicht bewusster und verantwortlicher darin sein, wie wir die besten Lernbedingungen für uns garantieren können? Babaji wählt Leute aus, unsere Begleiter zu sein – diese Wesen sind Geschenke an die Menschheit. Daher bin ich wie meine mitstreitenden

Freiwilligen dankbar für die Gelegenheit, Babaji dienen zu können, auch durch Unterstützung auch von Satyananda, so wie Karthik in Singapur sagt: „*Freiwilliger Helfer zu sein gibt mir ungeheure Befriedigung und vertieft meine Sadhana durch Karma Yoga.*“ Diese Leidenschaft zu dienen teilen zum Beispiel Adya, Ashish, Bala, Celia, Jayanth, Joy, Narayani, Narsimhan, Neel, Neschay, Sandeep, Sanjay, Subbiah, Sunil, Tarun, Vimala, Vinod, die ich persönlich kenne, sowie viele andere Freiwillige weltweit.

Während ich dies schreibe, verstehe ich, warum Satyananda es nicht für wichtig hält, Geschichten über sich und sein Leben zu schreiben. Er strebt keinen Prominenten-, Guru- oder Sonderstatus an – Wege, sich leicht in Egospiele zu verfangen, obwohl sein Wissen, seine Einsicht und Weisheit tief sind. Seine Art zu sprechen zeigt, er ist sich bewusst als Kanal und Botschafter für die höchste Lehre zu dienen und für den Höchsten Lehrer. Seine Liebe zur Einsamkeit und inneren Stille (obwohl er konstant sprechen muss) erinnert mich an eins seiner Lieblingszitate von Kabir:

„Ich habe nach mir selbst gesucht. Und ich fand kein Selbst. Mich gibt es nicht mehr. Der Tautropfen verschwindet im Ozean.“

Ich weiß, dass wir viel mehr lernen können. Doch ich werde an Satyanandas Worte erinnert, „*Glaubt mir nicht, findet selbst heraus, dass es wahr ist, erlebt es selbst in euch.*“ Danke, Satyananda – wir werden! Marina.

(Zitate von anderen Studenten in kursiv gesetzt)

M.D. Satyananda ist Mitglied von Babaji's Kriya Yoga Order of Acharya und gibt seit 2005 in zahlreichen Ländern Seminare mit Einweihung in Babaji's Kriya Yoga. Als zertifizierter Dipl.-Psychologe und Psychotherapeut war er sowohl im klinischen Feld als auch in Organisationsberatung tätig. Seit seiner Kindheit hat er die spirituelle Weisheit der Welt studiert, und nach über einem Jahrzehnt Studium der Vedanta-Philosophie und Yoga in Indien sowie im Westen, widmet er sich seit mehreren Jahren ausschließlich dem intensiven Erforschen und Praktizieren von Babaji's Kriya Yoga und dem weltweiten Netzwerk der Studenten von Babaji's Kriya Yoga durch Karma-Yoga Tätigkeit. Er hat bereits zahlreiche Pilgerfahrten zu den heiligen Stätten Indiens und seinen Heiligen durchgeführt.

Während des ersten Quartals 2013 wird Satyananda wieder Einweihungsseminare in verschiedenen Städten in Indien und Sri Lanka geben.