

"Es gibt nur einen Guru im Kriya Yoga, und das ist Babaji".

Durga Ahlund

Nach den Lehren von Babaji's Kriya Yoga verwandelt sich Gott zu keiner Zeit in den Menschen, noch verwandelt sich der Mensch in Gott selbst. Gott wohnt in uns allen und kann in jedem Menschen in reinen Ausdrucksformen der Liebe, des Mitgefühls, der Freundlichkeit oder der Furchtlosigkeit (nicht des Mutes, sondern der wahren Furchtlosigkeit) erfahren werden. Ein Mensch hat das Potenzial, so verfeinert und veredelt zu werden, dass er oder sie reine Leere und Bewusstsein von einem einzigen Punkt ausstrahlt, vom Zentrum aus. Diese Person kann absolut alles verändern, ohne etwas verändern zu wollen.

In Babaji's Kriya Yoga wird kein "menschlicher Guru" benötigt oder gewünscht. Fortgeschrittene Praktizierende, die mit göttlichen Qualitäten gesegnet sind, sind die besten Lehrer, wenn sie Einfachheit, Freundlichkeit und Demut zum Ausdruck bringen und akzeptieren, dass sie einfach neu geborene heilige Wesen sind, die das heilige neu geborene Wesen in anderen sehen können.

Man kann sich nicht in einem hohen Zustand spirituellen Bewusstseins befinden, wenn man sich entscheidet, nur die Dunkelheit und nicht das Licht in anderen zu sehen. Bewusstheit bedeutet aber auch, dass man sieht, was direkt vor einem ist, und anerkennt, was in einem ist, auch wenn das etwas ist, das noch gereinigt werden muss.

Seinen Anhängern zu versprechen, ein Guru zu sein, ist kontraproduktiv, weil es dazu führt, dass die Schüler denken, sie könnten auf dem Pfad nicht weit kommen ohne eine starke Beziehung zu einem anderen Menschen, der entscheidet, was richtig oder falsch, gut oder schlecht ist. So entsteht ein Zustand der Überabhängigkeit, der die Fähigkeit, stark, selbstbewusst und spirituell unabhängig zu werden und den inneren Guru in sich selbst zu finden, behindert.

In Babaji's Kriya Yoga gibt es kein menschliches Wesen, das benötigt wird, um einen Schüler zu erwecken, zu kontrollieren oder zu prüfen. Es braucht keinen menschlichen Guru, damit Babaji's Kriya Yoga für den Schüler, der die Techniken aufrichtig praktiziert, gut funktioniert. Kein Mensch ist nötig, um "Egos" zu konfrontieren oder zu brechen oder Situationen zu schaffen, um karmische Rückzahlung zu erzwingen. Die Lebenssituationen sind völlig ausreichend. Je mehr Sadhana wir machen, desto schneller wird das Karma aufgelöst.

In Babaji's Kriya Yoga sind wir Haushaltsführende, die in der Welt leben und arbeiten, und wir werden gelehrt, uns unserer eigenen Schwächen und Begrenzungen bewusst zu werden und darauf zu vertrauen, dass unser Lebenspartner und unsere Kinder uns einen sehr guten, sehr ehrlichen Spiegel vorhalten werden.

In Babaji's Kriya Yoga braucht es keinen Menschen, der angebetet wird oder von dem man abhängig ist. In Babaji's Kriya Yoga werden wir gelehrt, uns vor Gott im Inneren zu verneigen, in der wundersamen Form von Babaji. Warum ist das so? Die Praxis der inneren Verehrung ist eine kraftvolle Praxis. Und es gibt flüchtige Momente, in denen die Maske der Dualität fällt; im einen Moment bist du dieses fühlende Wesen, das Babaji verehrt, im nächsten bist du Babaji, der verehrt wird.

Babaji ist die Quelle, die ewige Quelle und die Gegenwart, die durch die Praxis von Babaji's Kriya Yoga erfahren werden kann. Die Einstimmung auf Babaji kann fast sofort, in einem Bruchteil einer Sekunde, geschehen. Diese Einstimmung kann sehr kraftvoll und bedeutsam sein. In jedem Studierenden wird eine Einstimmung stattfinden und eine spirituelle Einweihung wird mit der Praxis des Sadhana stattfinden. Dies ist der Weg des Kriya Yoga von Babaji.

"Es gibt nur einen Guru im Kriya Yoga, und das ist Babaji" - Yogi S.A.A. Ramaiah

Die Lehren und die Praxis der Techniken vermitteln ein Verständnis dafür, warum wir bestimmte Techniken anwenden und wie die Techniken funktionieren, um ihre Wirksamkeit zu entfalten. Die Praxis der integrierten Systeme von Techniken stimuliert das sanfte Shaktipat, das Erwachen der Prana-Kundalini, und die Entfaltung des Bewusstseins. Das Kriya Kundalini Pranayama ist in diesem Prozess sehr wirksam, aber die Asanas, Meditationen, Mantras und die Hingabe bereiten den Prozess vor und beschleunigen ihn dann.

Die Verwirklichung der Göttlichkeit, von Babaji, ist eine Gegenwart, die im Herzen erfahren wird. Während die Eingeweihten an spirituellem Verständnis und spiritueller Erfahrung wachsen, entfaltet sich ihre wahre Natur, und das Bewusstsein erweitert sich. Wir Kriyabans streben danach, unsere eigene wahre Natur zu erkennen, die bedingungslose Liebe und dynamische kreative Energie ist.

Und Babaji bleibt bei uns in Form von ruhiger, vertrauensvoller Präsenz. Wir entwickeln tiefste Demut und Mitgefühl, denn Babaji ist universell. Er ist niemals nur für uns da. Er ist das Zentrum des Einsseins in mir, das seine Gegenwart in dir erkennt. Babaji ist derjenige, der nichts zu verändern sucht, aber absolut alles verändern kann.

Die Gegenwart von Kriya Babaji ist etwas, auf das sich aufrichtige Studierende des Kriya Yoga ganz leicht einstimmen können. Es braucht Zeit und Aufrichtigkeit, aber diese kleinen Samen werden, wenn sie durch die Praxis genährt werden, Wurzeln schlagen; und so wird die Magie der Transformation beginnen. Die Transformation geschieht sanft, aber offenkundig für sich selbst und für andere.

Babaji's Kriya Yoga ist nicht phantasievoll und zielt auch nicht darauf ab, übermenschliche Fähigkeiten oder übersinnliche Kräfte zu erlangen, auch nicht die Unsterblichkeit. Es ist eine wissenschaftliche Kunst der Selbstbeherrschung, die sich mit Erfahrung in den Praktiken weiterentwickelt. Direkte Erfahrung entwickelt Vertrauen und Glauben in den Pfad, sobald man erkennt, dass man sich von alten wahrgenommenen Begrenzungen befreit und von alten Konditionierungen, alten Verhaltensweisen und Überemotionalität befreit. Die eigene Kreativität und Liebe weiten sich.

Eine der wichtigsten Gaben, die ein Lehrer des Babaji Kriya Yoga jedem Schüler vermitteln kann, ist die Entwicklung von Vertrauen, Glauben und Liebe zu seiner Kriya Yoga-Praxis und Vertrauen in seine eigene innere Führung. Durch die Techniken können die Studierenden ihren eigenen inneren Guru erkennen, der sie auf ihrer Reise in diesem Leben führt und geführt hat.

Die Praxis der Kriya Asana Vanekom, der ersten Haltung der Hatha-Yoga-Serie von 18 Haltungen, hilft uns, dieses Verständnis zu verwirklichen. Sie beinhaltet die Anrufung von Babaji, "Om Kriya Babaji Nama Aum". Dieses Mantra ist ein Ruf an Gott im Inneren. Es wird mit dem

Scheitel des Kopfes (dem Sitz des Guru tattva) auf dem Boden ausgeführt, die Knie sind gesenkt, die Handflächen über dem Kopf zusammengelegt, die Unterschenkel angehoben, um sicherzustellen, dass alle drei bandhas aktiviert sind, gefolgt vom Sonnengruß, wiederum mit Babajis Mantra "Om Kriya Babaji Nama Aum" und dem Lied der Sonnenanbetung. Diese werden den Geist nach innen kehren, den Geist aus dem Körper herausziehen, die Entspannung fördern und die Ausrichtung unterstützen. Alle Asanas sind dazu gedacht, Gleichgewicht zu schaffen und Bewusstsein zu entwickeln, damit wir die Praxis mit vollem Einsatz, aber ohne den denkenden, grübelnden Geist ausführen.