



Babaji's Kriya Yoga®

Neues Buch:

"Kriya Yoga: Insights along the path" (Erkenntnisse auf dem Weg) von M. Govindan and Durga Ahlund

Wir freuen uns, das Erscheinen eines neuen Buchs mit dem Titel "Kriya Yoga: Insights along the path," (Erkenntnisse auf dem Weg) von M. Govindan and Durga Ahlund im Mai 2008 bekannt geben zu können. ISBN: 978-1-895383-49-2. Das Buch besteht aus einer Reihe von über 30 Essays, die jeder am spirituellen Leben und insbesondere an Yoga Interessierte sowohl anregend als auch hilfreich finden wird. Die „Erkenntnisse“ sind das Ergebnis von insgesamt 80 Jahren Yogaerfahrung der Autoren. Einige der Essays sind Überarbeitungen von Artikeln früherer Ausgaben dieses Journals. Andere wurden in den letzten 2 Jahren im amerikanischen Magazin "Pure Inspiration" veröffentlicht. Der mit 55 Seiten längste Essay „Was ist Babajis Kriya Yoga?“ ist ganz neu und wird von besonderem Interesse für Leute sein, die Kriya Yoga praktizieren oder mehr darüber wissen wollen. Die Inhaltsangabe ist hier wiedergegeben:

Teil 1: Das Dilemma der menschlichen Existenz: Dauerhaftes Glück finden in Dingen, die nicht beständig sind.

1. Warum praktizieren wir Yoga?
2. Karma: Ursache oder Wirkung
3. Mögen oder nicht mögen: Die Krankheit des Geistes
4. Zweifel
5. Ernsthaftigkeit
6. Das ewige Lächeln

Teil 2: Den spirituellen Weg finden

1. Guru Purnima
2. Streben, Zurückweisung und Hingabe
3. Die Gnade unseres Satgurus Kriya Babaji empfangen
4. Schüler oder Verehrer

5. Die Bedeutung der Einweihung
6. Was ist Babajis Kriya Yoga?
7. Stell dir vor
8. Es bekommen und behalten
9. Die Kunst der Meditation
10. Durch Zufriedenheit kann man höchste Freude erlangen
11. Das Heim eines Menschen ist sein Ashram
12. Satsang
13. Heiliger Raum

Teil 3:

1. Bewegung in Richtung des Gleichgewichts
2. Was die Welt jetzt braucht ist Liebe und Mitgefühl
3. Urteilen oder wie man es vermeidet, andere zu verletzen als soziale Bewegung
4. Alle Länder sind mein Heimatland und alle Menschen meine Familie
5. Es bekommen und behalten
6. Heilige Verrücktheit, Kundalini, Shaktipat, und Brechen des Egos
7. Wie können wir erkennen, ob wir spirituelle Fortschritte machen ?
8. Der Yoga des 21. Jahrhunderts
9. Tapas: Sich freiwillig selbst herausfordern
10. Samadhi
11. Kaivalyam: Absolute Freiheit
12. Sadhana des Lebens
13. Fragen und Antworten
 - Wie übt man Mantras
 - Wie hält man das Gleichgewicht zwischen innerer und äußerer Aufmerksamkeit
 - Im Advaita Vedanta konzentriert man sich auf das Selbst. Warum haben wir in Babajis Kriya Yoga andere Dinge, auf die wir uns konzentrieren?
 - Vergleiche bitte Babajis Kriya Yoga mit dem von Yogananda und seinen Nachfolgern vertretenen Kriya Yoga