

SIDDHA YOGA (MAHA YOGA)

(Ein weg zu Selbstverwirklichung durch
eigenartige, erstaunliche, geistliche Erfahrung).



Autor: Narayan Yashwant Dhekne
Verlag:P.P. Shree Loknath Tirth Swami Maharaj Maha Yog Trust

Verlag:

P.P. Shree Narayan Kaka Dhekhane

Haupt Treuhänder

P.P. Shree Loknath Tirth Swamo Maharaj Mha Yoga Trust, Shreerang Nagar,

Neben Pumping station, Ganagapur Strasse, Nasik-422005

Erste Ausgabe 3000 copien

(c) Urheberrechtlich geschützt

Datum von Ausgeben: 15 Mai 2000

Geburtsjahrestag von **H.H. Shri Loknath Tith Swami Maharaj**

DTP von : Herr Pratap Trivedi

Hasmukh Printing press

Jambubet , Dandiya Bazar

Vadodara – 390 001

Gedruckt von : Herr Yagneshbhai Pandye

Print vision

City Mill Compound

Kankaria –Strasse

Ahmedabad – 380 022

Bestellungsmöglichkeit bei

- 1) P.P. Shree Loknath Tirth Swami Maharaj Maha yoga trust, Shreerang Nagar,
Neben Pumping station, Ganagapur Strasse, Nasik-422005, Tel-(0253) 311676
- 2) Herr Prabhakar Ramchandra Argade, Ashirwad 6 , Zavernagar Soc., Waghodia
Strasse, Vadoara – 390019, Tel : (0265) 510582

Madhav Tirth Stiftung

Lambhvel Strasse,
Anand – 388 001,
Gujrat,
Tel. 091 (2692) 51574 / 44304
Fax.: 091-2692-36584

Registrationsnummer : E / 3184 / Kheda Datum 16-5-1992

Segnungen von H.H. Shri Madhav Tirth Swami

Es ist eine Freude, Ihnen dieses kleines und wertvolles Buch zu vorstellen, das eigentlich jetzt dringend notwendig ist. Das ist eine deutsche Verfassung von “ Siddha Yoag”, das auf ‘Marathi’ von Herrn Narayankaka Dhekne, der, einer der führenden spirituellen Experten von heute, geschrieben worden ist.

Ich bin sicher , dass das Buch den spirituellen Aspiranten innerhalb des Landes und den Ausländern, ohne Sprachliche Beschränkungen, sehr nützlich sein kann.

Das ‘Siddhi yoga’ ist ein eigenartiges yogisches Verfahren, das durch die Gnade des spirituellen Meisters veranlasst wird. Der Weg von Siddha Yoga umfasst verschiedene Zweige von Yoga, die den Aspiranten zu dem Ziel von Gott-Erkennung führen. Das Buch behandelt fast alle Eigenschaften von Siddha Yoga. Dieses kleine Buch is fähig, die Sehnsucht des spiritualismus , des echten Apsirants.

Ich bete meinen Meistern, dass das Buch behilflich für die begeisterten Verfolgern sein soll, und ihnen zu dem einfachsten, unmittelbar Erfahrungsreichen Weg zu Gott-Erkennung ,dem Weg von Siddha Yoga, führt. Ich gratuliere denjenigen, die bemüht haben, das Buch in fremden Sprachen zu übersetzen.

Swami Madhav Tirth

Vorwort

Als Herr H.H.Gulavani Maharaj Nareshwar besucht hat, habe ich ihn viel über Kundalini Yoga gefragt. Damals hat Dr.Herr A.N. Jani darüber mit den Leuten, die da gesammelt hatten, gesprochen. Nach dem Ich den Vortrag gehört habe, sind alle meine Fragen über die Thema klar geworden. Danach habe ich Bücher über diese Thema gelesen. Das Buch 'Siddha Yoga' auf Gujrati, das eine Übersetzung von einem Buch auf 'Marathi' ist, hat mir viele Information über 'Shaktipat Yoga' im Kern gegeben. Ich bedanke mich Prof. Shahaporkar, der mich zu einigen Programmen, die von 'Siddha Yoga Zentrum' in Vadodara organisiert wurden, geschleppt hat. Diese Programmen haben mir ein Verständnis über diese Thema gelehrt und meine Interesse dafür wurde vergrössert.

Die Geheimnisse, die notwendig für Erwachen der SerpantKraft (Kundalini) sind, sind viele Jahrhundert verdeckt geblieben. Seit Altertum, wurde das Techik diese SerpantKraft von dem Meister zu den Verfolgern übergeben. Herr P.P.Swami Shri Narayan Tirthdeo Maharaj, Swami Shankar Purshottam Tirth Maharaj, Swami Shri Loknath Tirth Maharaj. P.P. Shri Gulavni Maharaj, P.P. Shri Datta Maharaj Kavishwar, H.H. Shri Muktanand Baba (Ganeshpuri), H.H. Swami Shri Krupalvanand Maharaj (Malva Gujrat) P.P. Shri Madhusudan Maharaj und viele andere haben in der letzten Zeiten versucht den Meschen von der Einfachheit dieses Wegs von Siddha Yoga für eigene Nützlichkeit und Erbauen der Menschheit zu erklären. H.H. Shri Narayankaka Dhekne Maharaj, hat durch Schreiben dieses Buch, eine grosse Leistung für die spirituale Erbauen der Aspiraten erreicht.

Das Buch enthält einfache und einleuchtende Interpretation von Siddha Yoga und Rechtlie für verschiedene einfache Weise der Gott-Erkennung.

Das Erste Kapitel ist Einführung. Das zweite Kapital handelt sich um 'Die Wichtigkeit der LebensKraft (Prana)'. Das dritte untersucht einige Eigenschaften des erwachte Kundalini und weise der Einleitung. Das vierte Kapital informiert über den Umfang und die wichtigste Eigenschaften von Siddha Yoga.

Einfachheit dieses Wegs wird in dem letzten und fünfteh Kapital klar gemacht.

Eine echte Kundalini Erfahrung ist eine, die eine permanente Wirkung mit positive Änderungen in dem Leben von einem macht Bestimmte Zeichnungen von erwachten Kundalini werden im dritten Kapital in diesem Buch erwähnt. Spirituale Erfahrungen spielen eine wichtige Rolle auf dem Weg von Realisierung der Wahrheit. Eigene spirituelle Gefühle werden durch irgend eine Art von persönlichen Erfahrung erregt. Das gibt einem den Impuls auf diesen Weg weiter zu gehen. Man hat solche Erfahrungen, wenn das Kundalini erweckt wird und das beschreibt P.P.Shri Narayankaka Dhekane Maharaj ausführlich in diesem kleinen Buch. Er erhärt seine Behauptung durch verschiedene Zitate aus 'Shrimad Bhagwad Geet' "Yoga, Vashishtha" 'Jnaneshwari, Dasbodh, Patanjali yoga sutra, Upanishads, Hatha yoga Pradipika" Er Betont die Not des Kundalini Erweckens, denn das ist den Weg zur Zufriedenheit und Seligkeit Die Aspiranten, die den ewigen Frieden wünschen, sollen dieses Buch über Siddha Yoga mit höchster Ernsthaftigkeit lesen. Sie sollen versuchen, die Prinzipien von Siddha Yoga zu verstehen und die Einfache Methode der Meditation(das in diesem Buch beschreiben worden ist) verfolgen und üben, das zum spirituellen Ziel der Selbst-Realisierung führt. Das 'Siddha Yoga' ist einfach in dem Sinne, dass der Aspirant nicht viel zu tun hat. Er soll nur die geistlichen Erfahrungen spüren, die während der Meditation vorkommen.

Der spirituelle Meister ist das höchste Wesen und er leitet die Einlieteneten auf den spiritualen Weg bis das ziel der Gott-Erkennung erreicht wird.

Die hervorstehende Eigenschaft von Siddha Yoga ist, dass es universal ist. Jeder kann es verfolgen und ein Pilger auf dem Weg von Gotteserkennung werden. In dem vierten Kapital dieses Buchs wird das sekulare Charakter von Siddha Yoga klar gemacht. Herr H.H.Dhekane Maharaj will, dass jeder das versteht, dass Sidhha Yoga keinen Diskrimination auf dem Basis von Kasten, Rasen, Religion oder Geschlechte macht. Keine Beschränkungen hat der Verfolger. Siddha Yoga ist gültig für alle.

Die Übersetzung des Buches aus Marathi hat das Ziel, das Wiedergebens von Sinn und Kern des Originales, zu vermitteln.

Ich bete vor meinen Meister Herr Ranga Avadhoot Maharaj, dass viele Leute durch Lesen dieses Buches nützen sollten und das ewige Frieden durch Verfolgen den Weg von 'Siddha Yoga' erreichen sollten.

H. S. Joshi

Vorwort

Jeder Mensch wünscht Freude im Leben und bemüht sich viel das zu erreichen. Aber weiss nicht den richtigen und einfachen Weg zu dem Ziel und man bemüht sich unermüdlich das zu suchen und sehnt nach ihm. Siddha Yoga stellt der Welt ein System von spirituellen Weg, der zur Erkennung des Ewigen , drch die einfachste Weise anpassend zur Zeit und Fähigkeit der allgemeinen Menschen führt, dar.

Wie es in 'Shrimad Bhagwad Geeta erwähnt wird und in Jnaneshwari erläutert wird, ist dieser Weg von Siddha Yoga sehr einfach und zeigt unmittelbare Erfahrungen.

Wegen der bestimmten Asanas , Mudras, Bandhas und Pranayam haben Leute normalerweise Angst von Hath yoga und sind widerwillig. Dehalb eine Methode, die von allen geübt werden kann, ist notwendig. Der Weg von Sidhha Yoga führt zu selbst. Realisierung durch grosszügische, ewige Erfahrungen und trotzdem ist einfach zu verstehen.

Der haupt Zweck von Schreiben dieses Buches ist eine allgemeine Bewusstsein unten Menschen für diesen nectarinlichen Weg zu schaffen und ein Neugierung für Lesern zu erzeugen. Ich habe es versucht auf das System dieses Wegs, seine wichtigsten Eigenschaften, die Weise des Erregens und Wichtigkeit der LebensKraft.(Prana) Licht zu werfen.

Ich bedanke mich herzlich die zahlreiche Verfolgern, die mir bei Schreiben dieses Buches geholfen haben. Ich bedanke mich auch Dr. Prof. H.S.Joshi (Dhirubhai) herzlich (Pensonierter Professor von Sanskrit und Treuhändler und Verwalter von Avadhoot Nivas Stiftung, Nareshwar). Er hat mir zeit gegeben, das Buch durchzulesen und das Vorwort für das Buch mit seiner wertvollen Meinungen geschrieben.

Ich drucke hier mit auch Dankbarkeit gegenüber meinem Bruder verfolgern Herr Nilkanth Vatasaraj aus, der mir bei Erstellung des Buches geholfen hat ,obwohl er krank ist. Ich bedank mich auch Dr. Herr.A.N. Jani, Herr. Dr. Harshadbhai Trivedi aus Vadodara herzlich für ihre Meinungen. Ich bedanke mich auch herzlich Herr R.G.Sawardekar , Herrn S.Y. Bhide Herrn M.S. Kasture und Herrn P.Y. Deota von Vadodara , die über dieses Buch mitgearbeitet haben.

Ich bete meinen Meistern um die Lesern dieses Buches zu segeln und auf dem Weg von Realisierung der Echten Wahrheit zu führen.

N.Y. Dhekane

Lebensgeschichte von verehrten Herrn Narayankaka Dhekane Maharaj

Das Geistliche Traditionale System von Siddha Yoga wurde in Maharashtra von P.P. Shri Loknath Tirth Swami Maharaj eingeleitet. Swamiji führt seinen begeisterten Lehrling, den verehrten Herren Narayankaka Dhekane Maharaj zu dem heiligen Wunsch, die Tradition des spirituellen Weges lebendig zu halten und den Leuten von seinen wertvollen Eigenschaften bekannt zu machen. 'Herr Loknath Tirth Maharaj Maha Yoga' ist eine Stiftung in Nasik, auf dem Ufer von dem Fluss Godavari, der ein heiliger Platz des Pilgers ist, weil Göttlichkeit Rama hier gekommen war. Herr Narayankaka Dhekane Maharaj ist der Haupt Leiter und haupt Treuhänder.

P.P. Shri Narayankaka Dhekane Maharaj war in einer religiös Familie am dritten Julie 1927 in Dhule geboren. Er ist Bakkalaures von Naturwissenschaft und war später Bauingenieur geworden und dann Magister mit Hochbau von Kolkotta universität gemacht. Er arbeitete als Leiter Ingenieur in Mumbai. Davor arbeitete er bei Maharashtra Regierung bei 'Wasserversorgung Abteilung' und bei vielen anderen Abteilungen. In Nasik arbeitete er bei 'MERI' (Maharashtra Institut für Technische Forschung) bei dem, er eine höhere Stelle hat. Er hat das Goldmedaille von dem 'Insitute von Maschinenbau' für seine Forschung in dem Feld von Wasser Analyse bekommen.

Seit seiner Kindheit hat Herr Narayankaka eine grosse Interesse für Sanskrit Sprache, Indien Philosophie und yoga. Als er an der Universität in 1950 war, wurde er in Siddha Yoga von P.P. Brahmalin Lokanath Tirth Swami Maharaj , der aus Bengal gekommen war, eingeweiht. Herr Narayankaka hat Zölibat angenommen und übt den Weg von Siddha Yoga fromm und hat die einzigartige Stellung von spirituellen Meister erreicht.

Die studenten von P.P. Shri Lokanath Tirth Swami Maharaj sind viel und verbreitet. Einige von ihnen sind Gulawani Maharaj und Narayan kaka Dhekane Maharaj, die vielen Aspiranten auf den Weg von Erwecken von Serpant Kraft (Kundalini) in einer grossen Menge geführt haben. Dank diesem enormen Aufgabe, wohnen ihre zahlreiche Studenten in ganzen Indien und im Ausland. Einige von ihnen haben in vielen Orten Zentrum aufgemacht. Mit einem Wunsch, dass jeder Siddha Yoga verfolgt, bemüht Narayankaka unaufhörlich um die Kenntniss und Information über diesen Weg zu verbreiten. Er hat Vorträge über Siddha Yoga in den internationalen spritualen Konferenzen in Bangalore, Pondichery, Mumbai, Pune und in vielen Orten gehalten, wo die Zuhörern von dem Weg von Siddhayoga hoch beeinflusst wurden.

Herr P.P.Narayankaka ist der Haupt Treuhämder von 'Vasudev Nivas Stiftung' von P.P. Brahmalin Gulavani Maharaj. Er wurde auch von Brahmalin Datta Maharaj Kavishwar gesegnet. Die Aspisanen von allen Kasten, Gemeinschaften, Älter, Geschlechter könnten von Narayankaka, nur wenn Sie brereit sind die Regeln von diesem Weg zu folgen, eingeweiht werden. Jader in der Welt kann die Führung von ihm durch Schicken des 'Gebet Briefes' bekommen. Herr Narayankaka lehrt die Kenntnis der Übertragung der Kraft (shakti path) den allen Student und Verfolgern in Maha Yoga Niwas in Nasik, wo eine Meditaitionshalle zur Verfügung für Schülern jeden Tag zu meditien, steht. Am Sonntag haben die Studenten den Vorteil an eine Gruppenmeditation mit Herrn Narayankaka Teil zu nehmen.

Nilkantha Vatsaraj

**An
Meinen heiligen spiritualen Meister
H.H.Loknath Tith Swami Maharaj
An ihm
ist diese Lotus Blütenblatt von
Siddha Yoga geweiht**

N. Y. Dhekane

|| Shree Shree Gurave Namaha ||

SIDDHA YOGA (MAHA YOGA)

(Der Weg von Selbstrealisierung durch seltsame göttliche Erfahrung)

Inhalt

- a) Segeln
- b) Vorwort
- c) Vorwort
- d) Lebensgeschichte des Autors

Kapitel

- 1) Allgemeiner Grundriss von Siddha Yoga
- 2) Bedeutung von Prana
- 3) Die Einleitung von Siddha Yoga
- 4) Die unterscheidende Merkmale von Siddha Yoga
- 5) Der einfache Weg

॥ Shree Shree Gurave Namaha ॥
(Ich verbeuge dem Meistern)

Kapitel I

Allgemeiner Grundriss von Siddha Yoga

(A) Einführung

In der ganzen Welt wurde nur in Indien die Wissenschaft von Yogas ausführlich studiert und praktisch demonstriert. Die vier haupt zweige der Wissenschaft von Yoga, die bekannt sind, sind Hath Yoga, Mantra Yoga, Laya Yoga und Raj Yoga. Aber der Weg von Siddha Yoga (Maha Yoga oder Yoga für Erwecken der Serpant Kraft, Kundalini Shakti Jagran), der Oberste Weg des Indischen Ursprung wird nur erst bekant.

Diese Einführung is hier geschrieben worden den einfachen Menschen von Wichtigkeit von Siddha Yoga bekannt zu machen.

In der heutigen Welt mit unerträgliches Stress und Spannungen, die in unseren Häusern, Ländern existieren, ist es schwer ein Gleichgewicht der Gedanken zu halten. Mit dem Weg von Siddha Yoga wird es einfacher für jeden, das geistliche Gleichgewicht zu erhalten.

(B) Srimad Bhagavad Geeta kann man als authentisches Buch über Siddha Yoga betrachten Jedes Kapitel dieses göttlichen Liedes (Geeta) schliesst mit dem Refrain

इति श्रीमद्भगवद्गीतासु उपनिषत्सु ब्रह्मविद्यायां योगशास्त्रे...

(Bedeutung : In dieser Weise, wurde in dem Upanishad von Srimad Bhagavad Geeta, die Wissenschaft der echte Wahrheit (Brahma Vidya) und in heiligen Schriften von Yoga)

Auch auf dem Schlachtfeld bestand Gott Krishna darauf, dass Arjuna ein Yogi und nicht ein Asket ode rein Jnani (Ein Verfolger der Kenntnis) oder Karmayogi (Ein mann, der ritualen oder Tatigkeiten in selbstloser Weise unternimmt) werder soll.

तपस्विभ्योऽधिको योगी, ज्ञानिभ्योऽपि मतोऽधिकः ।

कर्मिभ्यश्चाधिको योगी, तस्माद्योगी भवार्जुन ॥ (गीता ६-४६)

In Bhagavad Geeta, riet Gott den Menschen durch Arjuna als Medim, dieses Geheimnis von Raja Vidya zu verfolgen und üben. Dieses Raj-Vidya ist das höchste spirituale Kenntniss. Gott wünscht, dass die Menschen die Kenntniss, das in Vedas beigebracht wird, beschaffen. Herr Jnaneshwar Maharaj, der beliebste Heiliger, hat Geeta durch seine Kommentar 'Jnaneshwari' so klar erklärt, dass eine einfachste Person sie verstehen kann. Er beginnt seine Jnaneshwari mit

ॐ नमोजी आद्या । वेद प्रतिपाद्या । जय जय स्वसंवेद्या । आत्मरूपा ॥

(Bedeutung : Ich verbeuge der ewigen Macht; OM (Pranava) , das in Vedas beschrieben wurde. Heil die ewige Seele, die selbst realisiert werden soll.

C) In der Jugend von Gott Rama, als er in verwiert wurde, zeigte der Heilige Weiser Vasishta(der grosse spirituale Meister) den Weg von Siddha Yoga Einleitung , wegen dessen Macht, seine Zweifel schnell gelöst wurde. Herr RamaKrishna Paramhans hat

Herrn Vivekanand durch Antassen diese spirituelle Macht weiter geliefert, die ihm geführt hat, das höchste Ziel des Lebens von Selbstrealisierung zu erreichen.

Um das höchste Ziel des Lebens (Selbst Realisierung) zu erreichen, ist es wichtig sich an Siddha Yoga für eine spirituale Entwicklung zu wenden. Der Anhänger von diesem Weg kann ein Gleichgewicht seines Körpers und Geistes während Stress und spannenden Zeiten erhalten. Er kann diese Stufe von der Person mit einem beruhigten Geist, wie Gott Krishna in seinem Lied Bhagavad Geeta vorgestellt hat, ohne Schwierigkeiten erreichen.

2) Was ist Siddha Yoga

In diesem System von Siddha Yoga braucht der Eingelietener ohne Bemühen sein Ziel erreichen. Deshalb heisst das System als Siddha Yoga. Der Anhänger von diesem Weg beginnt unbeabsichtlich verschiedene Bewegung des Geistes und Körpers wegen der Willenskraft von dem spirituellen Meister. Die Tendenz des Geistes zu den ausser weltlichen Vergnügen anzuziehen, wird langsam zu den inneren Freude der Seele gelenkt. Der extravertierte Aspirant wird allmählich intravertiert durch den Segeln des spirituellen Meisters. Durch 'Sushumna' von dem Stützpunkte der Wirbelsäule (Mooldhara) fühlt der Anhänger die Strömung der Lebenskraft, die oben zu Sahasrang steigt und somit beginnen seine verschieden erstaunliche zahlreiche spirituale Erfahrungen. Einige dieser Erfahrungen von dieser Weise werden in dem Kapitel-III unter dem Absatz 8 für Information erwähnt. Man muss im Kopf halten, dass nicht jeder Aspirant alle diese erfährt, sondern nur das, was notwendig für eigene Perfektion sei.

3) Siddha Yoga bedeutet Shaktipata Yoga

Übertragung der Kraft nach (Maha Vakya) grossen Zitat im Vedas, wenn man eine Kommunikation mit Gott erlebt (Brahma), wird das als Kenntnis genannt. Wegen des Gotteswillen und positiven Einstellung des spirituellen Meisters kann ein verdienstvoller Anhänger diese 'Kenntnis' durch Übertragung der spirituellen Kraft erreichen.

4) Ahaktipat (Übertragung von spirituellen Kraft, Anliederung der Spirituellen Energie an den Aspiranten).

Obwohl die Serpant Kraft (Kundalini Shakti) ewig und ganz durchdringend ist, bleibt sie gefangen in den sündigen Tätigkeiten der vielen letzten Geburten. Wegen den spirituellen Meistern werden die Sünde der Eingelietener entwurzelt und verborgene Serpant Kraft wird aktiv. Die Schichte auf der gründlichen Kraft (Moola Shakti) werden entfernt und sie fügt ihre originalen Form der göttlichen Wesen durch die Übertragung der spirituellen Macht zusammen. Wegen des Erwecken der Serpant Kraft, steigt die vitale Lebenskräfte (Prana) oben und eventuell fügen Geist und Lebenskraft (Prana) als ein zusammen. Deshalb heisst dieser Weg Siddha Yoga oder Maha yoga.

Dieser Weg ist ein Typ von "चित्तवृत्तिनिरोधः" [Beschränkung der Tendenz des Geists], erwähnt Patanjali 'Yoga darshan'. Dieser Geisteszustand kann spontan und schnell durch die Gnade des spirituellen Meisters erreicht werden. Der wichtige Unterschied zwischen Siddha Yoga und andere Yogischen Wegen ist, dass der Anhänger von anderen yogischen System viel bemühen muss um das entgeltliche Ziel zu erreichen aber die Anhänger von Siddha Yoga erfahren die automatischen physischen Bewegungen von allen vier Yoga – Hatha, Mantra, Laya und Raja nach den Bedürfnissen des Körpers, Geistes und gesamten Eindrücke der vergangenen Tätigkeiten. Wenn ein Aspirant

Bandha, Mantra, Pranayam (Atmen Kontrolle) braucht, um sein Geist, Prana und Sinn zu reinigen, erfolgen diese yogische Bewegungen automatisch. Wenn ein Aspirant 'Mantra' braucht, Träumt er davon oder durch göttliche Äusserung . usw. Es wird auch beobachtet, dass die spirituale Entwicklung des Anhängers, der sich in Gottes Beten angenommen worden ist, erhöht wird und er erreicht die höheren Stufen wie Manoman und A-manaska (höherer gedankenloser Geisteszustand) mit der Hilfe von Serpant Kraft.

Es wird damit Klar gemacht, dass für eine ausführliche Reinigung des Körpers und Geist des Aspirants, die Serpant Kraft(Kundalini) selbst einen oder alle vier Wege von Yoga einsetzt.

5) Information über Serpant Kraft (Kundalini)

Die Serpant Kraft (Kundalini) schlängelt sich in drei und halben Kreisen an der Stützung der Wirbelsäule (in dem Mooladhara). Ihre Originale Eigenschaft ist mächtig wie milliarden von Lampen. Nach dem Erwecken , fühlt der Anhänger die Wesenheit der Serpant Kraft in der Form der vitalen LebenKraft (Prana) durch das automatische Prozess von Atem-Kontrollen (Pranayam).

Weil die Kraft untätig an der Stützung der Wirbelsäule bleibt, spürt der Aspirant gar nicht davon.

Obwohl der Aspirant eine Form von Shiva ist, bleibt die Ewige Macht gedeckt. Die Ewige Macht erzeugt LebensKraft (Prana) Vitale Luft), Atem, Feuer (Agni), Lebendigkeit (Bindu) und Schall (Nad), um die Kenntnisse von dieser Kraft (Serpant Kraft) zu erreichen, soll man sich vollmächtig dem spiritualen Meister für seine positive Gnade ergeben. Einige Leute nennen diese als die Energie (Shakti) als die Ursprüngliche- grundsätzliche Kraft, einige als Sushumma , einige als Kundalini (Serpant Kraft) und einige als Saraswati, Götttheit der Ausbildung. Ihre andere Namen sind Mahamaya. Mahalakshmi, Mahadevi, Saraswati und unsichtbare grundsätzliche Macht. Durch ihre Anwesenheit werden der Körper, das Geist und Atem von einem lebendig. Die Quelle der allen Tätigkeiten den Welt ist diese ewige Macht. Die Aspiranten, die nicht eingelieten worden sind, bekommen keine richtige Vorteile aus ihren Bemühen durch Meditation , Kenntniss von heiligen Schriften, yogische Übungen, Wiederholen von Gottesnamen, Gottesdienst, Busse oder religiosdienst. Deshalb ist es notwendig für einen Aspirant eingelieten zu werden.

Unser Geburt ist durch unsere Mutter aber unnsere spirituales Geburt ist durch Einleitung unseres spiritualen Meisters. Wenn die Serpant Kraft erweckt wird, Yogische Übungen, Wiederholen des Gottesnamen (Mantra) , Gottesdienst, Lesen der heilige Bücher, oder irgendandere Weise bringen nur gute Ergäbnisse. Das Leben der eingelietenen Person ist voll von spiritualen Freude.

6.Guru Tattva (Die Macht des spiritualen Meisters)

Ein Aspirant soll sich dem spiritualen Meister völlig ergeben, ihn persönlich durch den Betensbrief beten damit der Meister durch seine Gnade, die Kundalini des Aspirants erweckt. Genau wie eine Lampe eine andere beleuchtet, erweckt der spirituale Meister die Serpant Kraft des Aspirants, der sich ihm vollmächtig mit vollen Glauben und Devotion ergibt. Allmählig werden alle seine Sünde abwischen und der Anhänger beginnt das Gefühl der Anwesenheit von der ewigen Macht zu haben.

In dieser Weise funktionierte Guru Tattva. Nach Spiritual-Wissenschaft, heisst das Prinzip, das den Anhängern eine direkte Erfahrung der Übertragung der Kraft erlaubt, als Guru-Prinzip.

Präzeptoren des Vedas nennen diese spirituelle Macht als Chiti-Shakti, Yogis als Serpant Kraft (Kundalini) und Mantra –Yogis als Mantra –Chaitanya

7) Respekt für die Familie des spirituellen Meisters

Weil der spirituelle Meister eine Gottes Inkarnation ist (Gott selbst) entspricht die Entwicklung des Aspiranten der Menge des Respekts, das, der Aspirant für seinen Meister hat. Der Anhänger darf keine schlechte Gefühle für seinen Meister oder andere Mit-Anhängern haben. Das ist gefährlich für seine Entwicklung. Wenn eine gute freundliche Beziehung und Bruderschaft unter den Anhängern des spirituellen Meisters gibt, ist die Entwicklung schnell. Sie ist auch vorteilhaft. Ein gutes Gefühl von Wohl unter allen Anhängern Brüdern, das in den Rigveda zitiert wird, erhöht die spirituelle Entwicklung von allen und bringt weltliche, göttliche, spirituelle Frieden für alle.

सर्वेऽपि सुखिनः सन्तु सर्वे सन्तु निरामयाः ।

सर्वे भद्राणि पश्यन्तु मा कश्चिद्दुःखमाप्नुयात् ॥

(Bedeutung : Bete Gott an, lass alle zufrieden, Gesund und Wohlhabend sein, wir hoffen, Niemand bleibt untröstlich)

8) Herr Jnaneshwar Maharaj lobt Siddha Yoga:

Der Weg von Siddha Yoga kann mit dem Weg des Vögels im Himmel (Vihangam Marg) verglichen werden, bei dem der Aspirant die Ergebnisse (spirituelle Entwicklung) wegen der von Göttern verschenkten Macht, genießt. Der Heilige Herr Jnaneshwar Maharaj wurde auf den Weg von Siddha Yoga durch seinen spirituellen Meister and Herrn Nivrattinath Maharaj eingelieten. Er hat diese Yogische Erfahrungen in vielen Zittaten in Jnaneshwari für das Nutzen von anderen Pilgern des spirituellen Wegs dargestellt. Besonders in dem sechsten Kapitel von Jnaneshwari, als Segen seines spirituellen Meisters, erzählt er ausführlich einige von seinen Erfahrungen, die er selbst ohne viel Bemühen gehabt hat.

Wenn Man die Beschreibung dieses Wegs in Jnaneshwari liest, hat man vielleicht das Gefühl, dass diesen Weg zu verfolgen nicht einfach sei. Aber durch Gnade des spirituellen Meisters beginnt der Aspirant automatisch, ohne viel Bemühen viel zu erfahren. Deshalb braucht man keine Angst zu haben. Die eingelietene Person soll nur fühlen, was während der Meditation erfolgt (spirituelle Übung) Herr Jnaneshwar Maharaj war gegen andere Typen von Yoga und andere Yogische Übungen, die besondere Bemühen brauchen. In dem fünften ‘Abhang’(kleingedicht) seines Buches ‘Hari path’ zitiert er.

योगयागविधि येणे नोहे सिद्धि । वायाधि उपाधि दंभ धर्म (हरिपाठ)

(Bedeutung : Verschiedene Yogische Übungen und heilige Opfern brächte keine gute Ergebnisse für das höchste Ziel. Sie sind Verlust der Energie und schaffen die Sperre wie Egoismus auf dem spirituellen Weg). Er hat indirect andere anstrengende Wege von Yoga kritisiert. Das Siddha Yoga, das von seinem spirituellen Meister, Herrn Nivrattinath Maharaj übertragen wurde, und von ihm geübt und erfahren wurde, soll allen allgemeinen bekannt werden, weil er so einfach zu verfolgen ist.

Deshalb hat er diesen Weg in seinem Werk Jnaneshwari vorgeschlagen .

एन्हवी सोपे (ह्या) योगासारिखे । काही आहे? (ज्ञाने. ६-३६३)

(gibt es so was einfaches wie dieses Yoga)

9) Das Siddha Yoga, Das schenken von Ewigen Freude

Weltliche Vergnügen sind nur von äusseren Sachen abhängig. Zum B. Eine gute Frau ein berühmter Sohn, Beförderung im Büro. Usw. Vergnügen wie diese bekommt man von draussen und sie sind kurzlebig. Aber spirituale Freude ist erreichbar ohne Lobensworte, augenhaftige Sicht oder guten Geruch. Das ist eine Freude der Seele. Der unparallele Weg von Siddha Yoga bringt diese ewige Freude.

Kapitel II

Wichtigkeit des Prana (Die LebensKraft)

1) Prana (Chaitanya) Der Hauptgott von Siddha Yoga

Die LebensKraft mit dem Wunsch des spiritualen Meister ist der Haupthott für Siddha Yoga Übung.

Wenn man diese Götttheit anbetet, bedeutet dass man bemüht, die Gnade des spiritualen Meisters zu bekommen. Um diese Gnade zu bekommen soll man die Wichtigkeit der LebensKraft (Prana) gut verstehen.

2) Prana – Der echte Freund im Leben.

Es gibt keinen Mensch der die LebensKraft (Prana) nicht kennt. Im praktischen Leben bedeutet Prana (LebensKraft) unabsichtliches Prozess des Atems. Wer weiss das nicht? Die Wichtigkeit von Gott ist einfach zu verstehen. Die LebensKraft ist das Hauptprinzip der Welt und jeder kann die bedeutung verstehen. Im praktischen Leben sagt man oft “ Er ist mein bester Freund und ich liebe ihn wie mein “Prana” (LebensKraft). Aber es könnte passiern, dass die Freundschaft, wegen Misverständnis gebrocken wird. Aber bleibt nur Prana von Beginn des Lebens bis zum Ende mit einem und erhält diese Beziehung und deshalb ist der echte Freund oder beste Freund. Wenn die LebensKraft (Prana) den Körper von einem verlässt, ist das Leben zu Ende. Nach der Philosophie von

Upnishadas प्राणो वै अमृतम् (Bedeutung : Die LebensKraft selbst ist Nektar) Der folgende Lehrsatz ist bekannt und Populär.

प्राणस्य वशे इदं सर्वं जगत् । (प्रश्नोपनिषद् २/१३)

(Übersetzung : Die ganze Welt wird in Prana verkörpert)

Atem kann man als bewegende Form von LebensKraft betrachten. Nur das Stille Atem enthält im Innersten die ergreifende Energie. Die Energie im Atem ist an Prana (LebensKraft) verpflichtet.

3) Wer ist starker- Das Prana oder Das Geist

Geist und Prana sind sehr eng verbunden und bei der Übung von Atem-Kontrolle (Pranayam) wird das Geist verstärkt

चले चित्ते चलो वायुः । (हठयोग प्रदीपिका २/२)

Wenn das Geist unruhig ist, beginnt das Atem zu pulsieren, gleichweisse wenn Prana (LebensKraft) unruhig wird, wird das Geist auch erregt.

Es wird bemerkt , dass die LebensKraft(Prana) stärker als Geist ist.

Zum Beispiel : Es gibt einen Wettbewerb unten Kinder zu sehen, wer am längsten Atem halten kann. Ein Versuch wird gemacht die LebensKraft zu unterdrücken und ihre Bedeutung wird nicht bemerkt. Was passiert, wenn ein kind durch die Stärke seines Geistes versucht, das Atem noch länger zu halten. Normales Atem kann man nur 20-bis 25 oder 30 Sekunden halten, aber wenn man das Atem noch länger halt, kommt die Hand, die die Nase fängt, automatisch , wegen der Kraft des Prana, weg und Prana tritt ein. Deshalb ist die LebensKraft stärker als Geist.

4) Beschaffenheit des Geists und Prana (LebensKraft)

Die Beziehung zwischen Geist und Prana wird in Purusha Sukta.

चंद्रमा मनसो जातश्चक्षोः सूर्योऽजायत । (पुरुषसूक्त)

(Bedeutung : Der Mond taucht von dem Geist auf und Sonne durch die Auge der kosmischen Person)

In diesem Besingen ist die Beschreibung, die der Heilige uns klar gemacht haben, sehr nützlich, ihre Dasein zu erfassen. In der Beziehung zu der Bildung des Universum ist das Vergleich zwischen Mond und Geist und Sonne und Prana ist sehr überzeugend. Es zeigt ihre Überlegenheit. Das Vergleich zwischen Mond und Geist ist sehr passend Genau wie der Mond voll-Mond und kein-mond als gegensätzlichen Phasen hat, hat auch das Geist die zwei Extreme. Es steigt manchmal zur höheren Ideen auf und steigt manchmal zu herunter lassenden geizigen Gedatken auch zu. Das Geist nimmt sich selbst als König an, und bleibt in guten Gedanken aber in einigen Sekunden sinkt in den garstigen Gedanken. Chaitanya Shakti, im Vergleich zu Sonne is ewig und ist eine Ursache von Erschaffung, Erhaltung und Vernichtung der Welt. Nach Besungen 'Saura Sukta' hat die Sonne die Seele des Universum und ist auch LebensKraft (Prana) des Universums

“सूर्य आत्मा जगतस्तस्थुषश्च ।”

Es ist klar dass 'Prana' ein ewiges Prinzip des universum ist. Eine andere merkwürdige Tatsache nach Astronomie ist, dass der Mond kein eigenes Licht hat. Er scheint wegen der widerspiegelten Strahlen der sonne, erleuchtet zu sein. Das heist, der Mond kann ohne die Sonne nicht erleuchten. Nach der oben genannten Analogie, ist es auch wahr, dass das Geist von dem Prana abhängig ist. Auch wenn das Geist nicht denken kann geht das Leben von einem weiter. Aber wenn Prana nicht mehr funktuniert , kann das Geist gar nicht existieren. Wenn die Seele den körper verlässt, kehrt die LebensKraft zu ihrer originalen Position in der äusseren Welt zurück.

Geist, das wie der Mond, zwischen Voll Mond und Kein Mond bewegt ist unruhig und flüchtig und deshalb kann nicht ein ideales Objekt der Meditation werden. Auf der anderen Seite , soll LebensKraft (Prana) ähnlich wie Sonne als ewiges Prinzip der Wahrheit akzeptiert werden. Ihr Beten ist vorteilhaft und akzeptiertbar. Deshalb, ist in Indien das Beten der Sonne als besseres betrachtet.

5) Die Universale Wichtigkeit der LebensKraft (Prana)

Von der Oben erwähnten Erklärung, haben Sie bemerkt ,dass das prinzip der LebenKraft (Pran Tattva) über dem Geist überlegend ist. Wenn es behauptet wird dass, 'das Prana die einzige Religion der Welt ist', soll das als Wahr akzeptiert werden. Die Heiligern haben Religion als

धारणात् धर्म इत्याहुः धर्मो धारयते प्रजाः ।

Definiert (Übersetzung : Das, was Leben unterstützt ist die Religion und die Religion unterstützt Menschen)

Wenn diese Definition akzeptiert wird, kann das weiter erläutert werden. Die Existenz von Körper, Geist und Intellekt ist nicht möglich ohne Prana. Ohne Chaitanya sind die Tätigkeiten (von Sinnesorganen wie) hören, sprechen , berühren, sehen, riechen, schmecken nicht möglich. Dehalb ist LebensKraft(Prana), die eine Ursprungskraft ist, die grundsätzliche Religion der Welt. Es ist eine unbestreitbare Tatsache, dass Chaitanya die einzige Religion des Uinversums ist. Man braucht kein Debatte mehr, weil diese Diskussion nutzlos ist. Wir müssen akzeptieren , dass Chaitanya (Prana Tattva) die

höchste Dactorin ist. Wenn ein Primärminister oder irgend eine Person mit höchster Position wie President der Nation oder eine Person mit weniger Intelligenz oder eine allgemeine Person kann mit Stolz sagen “ Diese Religion akzeptiere ich nicht-Ich folge sie nicht” was er sagt, hat keine Wert.

Ohne LebensKraft(Prana) oder Chaitanya kann man die Gefühle in Worten gar nicht ausdrücken. Prana ist die eimzige Religion der Welt. Man kann viele andere Namen dafür benutzen, wie selbst Bewusstsein (Atma Tattwa) Bewusstsein (Chaitanya) , höchste Bewusstsein (Brahma Tattwa) oder Kosmos Die Wahrheit ist aber, dass Chaitanya die einzige Religion ist.

6) Wie ist die LebensKraft (Prana) das Höchste?

Eine Geschichte aus Upanishada erzählt die Tatsache, dass, die LebensKraft das höchste ist.

Einmal haben alle Sinnesorganen untereinander über das Höchste sein gestritten. Die Augen sagten “ Man kann die Schönheit der Welt ohne Augen nicht genissen und dann hat die Welt keine Wert. Das Leben wird traurig. Deshalb sind wir unter allen Organen die Beste”. Die Ohren sagten ‘ wenn man die , Melodie von Pipser der Vögel oder süsses Geplapper der Kinder und schönes Musik nicht hören kann, vermisst man den ganzen Charme des Lebens’. “ Angenehmes Gefühl der Feinheit kann man ohne mich nicht genissen. Deshalb bin ich Wichtig” Sagte die Haut. Die Zunge meinte in einer entzückenden Weise “Um das Geschmack von verschiedenen Gerichten, Geschmackvolles essen und susses Nektor kann man nur durch mich genissen”. Am Ende sagte die Nasse “Nur mit meiner Hilfe kann mann das Geruch von verschiedenen Perfüm und Blumen geniessen. Man kann meine Wichtigkeit nicht ablehnen”.

Prana, der Herrscher von allen Sinnesorganen war auch dabei, als diese Diskussion geführt wurde. Damit die Sinnesorganen ihre eigene Wert einschätzen können, sagte die LabensKraft (Prana) “Sie können Ihre Diskussion über Höchstewert weiter führen. Ich gehe eine halbe Stunde aus “ damit tritt die LebensKraft die Höchste Macht (Pran-Nath) aus. Damit haben alle Sinnesorganen auch ihre imanente Kraft von sehen, hören, berühren, schmecken und geriechen verloren. Die Augen konnten nicht sehen, Ohren konnten nicht hören, die Haul konnte nicht fühlen. Die Zunge konnte nicht schmecken und die Nase konnte nicht richen. Alle sinnen Organen haben ihren Fehler erkannt und baten der LabensKraft, sie nicht zu verlassen. Mann kann von dieser Geschichte verstehen, dass die Doktrine von LebensKraft(Prana) das höchste Prinzip des Lebens ist.

7) Chaitanya ist die einzige Religion, Alle andern sind Arten von Beten

Jeder in der Welt besteht, dass nur Meine Religion besser sei. Wie kann man diese Behauptung wiederlegen? Hindus bestehen. darauf , dass Hinduismus die Beste ist, Muslimen ihre eigene, und Kristen propogieren Christentum als die Beste und Christ sei der Retter der Welt. In dieser Weise, prahlen alle Religionen ihre Überlegenheit. Wie kann man ihnen die Überlegenheit von Chaitanya Religion überzeugen. Eine anpassende Antwort dafür, nach unserer Meinung ist, dass das Bewusstsein die einzige Religion der Welt ist. Alle so genannte Religionen sind nur verschiedene Arten von Beten. Die Hindus glauben an verschiedenen Götten, was zur Bildung von verschiedenen Sekten geführt hat, die man auch als verschiedene Wege. (zu-slbst-Realisierung) wie Vaishnavismus, schaivaismus als zwei Arten von Beten betrachten. Alle diese sind verschiedenen Arten von Beten des Bewusstseins (Chaitanya) Shiya und Sunni sind zwei Sekte under

Muslimen. Sie sind auch zwei verschiedenen Wege auf Chaitanya zuzugeben. Auch Christentum hat zwei Sekte Katholiken und Protestanten. Sie auch beten Chaitanya. Alle Religionen folgen verschiedene Weise des Betens. Aber alle eigentlich beten Chaitanya Shakti. Wenn chaitanya Religion nicht akzeptiert wird, ist kein religiöses Beten im praktischen Leben möglich. Wenn Hindus Wünschen Bhagwadgeeta lesen, Muslimen Kuran und Kristen Bibel, müssen alle von LebensKraft (Prana) , chaitanya ab hängig sein. Beten irgendeiner Art ist ohne Prana nicht möglich.

Eigentlich beten alle Leute von verschiedenen Sekten (und Religionen) in ihrer eigenen Weise das Bewusstsein (chaitanya). In dieser Welt gibt es nur chaitanya. Deshalb ist irgendeine Art von Beten ohne chaitanya nicht nur ohne Geist sondern leblos und kann nicht existieren. Nach Siddha Yoga ist das Beten von Bewusstsein (Chaitanya) die LebensKraft (Prana) von allen Anhängern von verschiedenen Sekten genehmigt. Deshalb sind Leute von allen Religionen fähig und berechtigt, Siddha Yoga zu üben.

8) Singen von Gottesname ist Beten von LebensKraft (Prana)

Meiste Heilige und heilige Persönlichkeiten bestehen auf Singen von dem heiligen Namen von Gott. Das wird als haupt und einfachen weg zur Aktivierung der Serpant Kraft (Kundalini Shakti), Dann warum sind Sie zurückhaltend, den Weg von Prana-Sadhana zu verfolgen ? Einige Leute denken, dass es nicht wichtig ist, den Gottes Namen zu singen. Von Gottennamen zu verstehen nehmen wir in Beispiel aus praktischen Leben. Ein mann , der John heist, ist gestorben. Die ganze Familie ist traurig. "Oh! Jahn ist gestorben. Wer kümmert um uns? Was passiert mit uns? weinte die Familie. Ein kleiner Junge ist da gekommen und hat gefragt " warum weinen alle? Jahn liegt hier doch. "Alle erwachsene haben ihm erzählt. "Das ist nur Körper von John. Jahn ist schon gestorben. Jetzt ist die Frage wer heist John? Der Körper oder Chaitanya. Chaitanya in dem Körper hat den Körper schon verlassen. Der Name hier ist Bewusstsein (chaitanya) und Name John = LenbensKraft (Prana)

b) Unsere Namen sind in praktischen Leben wichtig einanderen zu kennen. Aber unser Körper ist nicht eigentlich unsere Form. Unsere echte Form ist chaitanya mit verschiedenen Namen.

Deshalb singen von Heiligen Namen ist wichtig für das Gebet von Chaitanya. Besingen des Gottesnamen, wenn möglich, ist eine einfachere Weise, chaitanya Freude zu bereiten. Besingen von dem Gottesnamen und Beten von Bewusstsein ist das gleiche.

c) Das ist aber auch wahr, dass Besingen des Gottesnamen is möglich bis LebensKraft (Prana Shakti) existiert. Auf einem yogischen Weg einatmen und ausatmen wird als grundsätzliche Form von spiritualen Übung (Soham Sadhana) betrachtet

हकारेण बहिर्याति । सकारेण विशेत् पुनः ॥ (हठयोग प्रदीपिका)

Wir atmen mit dem Geräuch "Ha" aus und atemen mit dem Geräuch 'Sa' ein. Das heisst, wenn wir einatmen hört man das Geräuch 'Sa' und wenn wir ausatmen, hört man 'Ha' wir wiederholen dieses Geräuch ohne die Worte zu sagen. In dieser yogischen Übung braucht man nicht diese Worten für die Übung des Wiederholen nicht auszusagen. Es ist nicht von Aussagen abhängig, denn das Wiederholen ist automatisch und natural.

d) Wenn man lange Yoga übt, braucht man die Worte nicht. Die Beschreibung von dem höchsten Bewusstsein (Brahma Shakti) kann durch Aussagen von Pranana oder Omkar erreicht werden.

तस्य वाचकः प्रणवः । (योग दर्शन स. २७)

(Übersetzung : Pranava oder Om ist Exponent von Gott)

जिज्ञासुरपि योगस्य शब्दब्रह्मातिवर्तते ॥ (गीता - ९/४४)

(Übersetzung : Der begeisterte Verfolger, der Gott kennenlernen will, transzendiert das Verrichten von Vedischen Ritualen. (Shabda Brahma)]

Wenn das Geist der LebensKraft (Chaitanya) eingespannt wird, wenn das Geist die natürliches und automatisches Atem fühlt, und weil das Geist völlig integriert worden ist, kann man den Gottesnamen nicht singen. Deshalb ist die Beschreibung von höchster Freunde in Worten gar nicht fassen.

यतो वाचो निवर्तन्ते अप्राप्य मनसा सह ॥ (तैत्तरीयोपनिषत् २/४)

Bei Übung von Yoga, werden Geist und das Sprechen in LebensKraft (Chaitanya) zusammen gefügt, deshalb ist ihr Existenz aufgelöscht.

Der heilige Eknath Maharaj hat klar gesagt, dass die Yogische Übung des Verfolgers beginnt, wenn Artikulation der Worte aufhört,

योगःश्चित्तवृत्तिनिरोधः । - (योगदर्शन, स.२)

Yoga bedeutet Ende von Tendenz des Geistes. Diese Definition von Yoga ist einfach zu verstehen und erleben. Es gibt einen Unterschied zwischen Ende und zuruckhalten von Tendenz des Geistes. Beim Üben von Siddha Yoga beenden die Tendenzen des Geistes automatisch. Sie werden nicht durch Bemühen zurückgehalten (unter Kontrolle gebracht). Wenn man Siddha Yoga gewissenhaft und unverwandt weiter übt, werden alle Tendenzen des Geistes in dem grundsätzlichen Vibration von der LebensKraft (Chaitanya) aufgelöscht.

(e) Vor der Einleitung, gibt es keinen besseren Weg von Erwecken der Serpant Kraft als Singen des Gottesnamen oder Aussagen des Namen von beliebten Gott, oder den, der von der spiritulanan Person gegeben wird. 'Singen von Gottesnamen ' Soll immer, und nicht nur während Meditation, angewendet und weitergeführt werden,

(f) In Maharashtra sind

दिगंबरा दिगंबरा श्रीपादवल्लभ दिगंबरा, गुरु महाराज गुरु जयजय परब्रह्म सदगुरु

oder viele verschiedene Besingen gut bekannt. Es ist wichtig dass man den Namen von eigenen beliebten Gott oder Gottesnamen, der von spiritualen Meister zugeschrieben wird, singt. Wie frührer erwähnt wird, ist die Übung von Singen von Gottesnamen (Nam-Sadhana) selbst Gebet von LebensKraft (Chaitanya Sadhana). Bei der Meditation ist alles erlaubt, was man automatisch erlebt, , deshalb ist 'singen von Gottesname unbewusst bevorzuglich als absichtlich. Wichtig sind alle Übungen, die mit der LebensKraft (Prana) verbunden sind. Bei Meditation muss man im Kopf halten dass eine friedliche und ruhige Körperhaltung ohne physicalische Bewegung ein wichtiger Teil der Übung ist.

गगनाहूनि नाम वाड आहे । (श्री ज्ञानेश्वर महाराज)

(Übersetzung : Singen von Gottesnamen ist grösser als Himmel) In dieser Weise, meint der Heilige Jnaneshwar Maharaj, dass Singen von Gottesnamen eine schüchtere und wirkende Weise der Übung ist. Deshalb muss man sich mit dieser Wirkung einrichten (Nam Smaran) um das Ozean der Materialistischen Welt zu überqueren. Nur dann ist es möglich Kenntnisse zu bekommen, das die Illusion der welt mit der Hilfe von Waffen der Distanz überwinden kann .

असंगशस्त्रेण दृढेन चित्त्वा ।

Die Süsse des automatischen Singen ist unparallele Erfahrung , unermüdet und Freude bringend. Das absichtliche Singen muss man weiten üben bis das automatische aus Innen kommt. Das ist sehr behilflich. Deshalb muss man die Wichtigkeit des Singens akzeptieren. Meiste Heilige stimmen dazu.

श्वासे श्वासे दत्तनाम स्मरात्मन् ।। (प.पू.श्री रंग अवधूत महाराज)

(Übersetzung : Sing den Namen von Gott Datta mit jedem Atem)

In diesem Gedicht behauptet Herr Rang Avadhoot Maharaj ,dass Singen von Gottesname vorteilhaft ist. Er hat es richtig gemeint. Beim Singen braucht man eine Worte des Singens(mantra) auszusprechen. Die vibrationen der Worten werden gefühlt und das ist das Gebet des Bewusstseins (Chaitanya), das, in anderen Worten, die höchste selbst opferende Devotion in Form von Kenntniss von Gott ist.

Devotion kann man in neun Weisen klassifizieren.

श्रवणं, कीर्तनं, विष्णोः स्मरणं पादसेवनम् ।

अचनं, वंदनं, दास्यं, सरव्यम्, आत्मनिवेदनम् ।।

Man will wissen, was die Stelle von Siddha Yoga unten diesen Klassifizierten Weise der Devotion ist.

Es ist die neunte Klasse der Devotion **आत्मनिवेदनम्** . Beten von Chaitanya mit Geist ohne Gedanken. In dieser Weise verrichten die Nachfolgern von Siddha Yoga die höchste Klasse der Devotion von **आत्मनिवेदनम्** automatisch Anders gesagt , Chaitanya in dem Gedankenlosen Zustand des Geistes, betet die höchste Macht. Das wird als **“सुधीनाम् आत्मपूजनम्”** betrachtet (Übersetzung : Der Weise betet eigene Seele)

Kapitel III

Einleitung von Siddha Yoga

Typen von Yoga

1) Es gibt 2 Arten von Yoga

- a) Abhava Yoga
- b) Maha Yoga

Bei dem Weg von Abhava Yoga kann man die Seele durch die Behauptung ,dass die Seele Formlose ist, nach der vedischen Philosophie, wahrnehmen.

Bei dem zweiten Weg von Maha Yoga, fügt sich der Sucher mit dem freudebringenden Zustand von Samadhi durch Meditation zusammen.

2 Die Wege der Einleitung

Erwecken der Serpant Kraft (Kundalini) des Aspirants heisst Einleitung oder Shaktipat Deeksha oder Vedha Deeksha. Die Einleitung (Shaktipath) bewirkt durch Übertragung des spiritualen Blicks, Berühren, Gottesname (Mantra) oder einfach durch Willen des spiritualen Meisters.

Der spirituale Meister überträgt seine spirituale Kraft zu dem Anhänger, der seinem Meister völlig glaubt. Bei allen diesen vier Wegen , ist die Übertragung des Willen des spiritualen Meisters das grundsatzliches Prinzip und die drei übrige sind die Mitteln der Übertragung. Der Spirituale Meister , nach seinem Wunsch, benutzt einen oder zwei oder alle drei Wege der Einleitung.

3 Ein Wunderbares Beispiel der Einleitung per Fax.

Die spirituale Aspiranten werden von dem spiriualen Meister durch Blick, Berühren, Worten oder durch seinen eigenen Willenkraft einleiten, Aber wenn ein Anhänger völlig dem Meister glaubt, aber ist Weit weg von dem Meister, und ihn persönlich nicht treffen kann, kann durch Willenkraft des Meisters eingelieten werden. Das ist möglich durch einen Termin der Einleitung oder per Brief oder Fax. Es gibt ein Beispiel , wo der spirituale Meister einen Aspiranten durch Fax eingelieten hat, und der Eingelietene diese wunderbare Erfahrung erlebt hat. Es wird auch beobachtet, dass einige Aspiranten nur durch spirituale Kongregation eingelieten werden, einige durch Lesen von Bücher über Siddha Yoga.

4) Typen der Anhängern

Es gibt drei Typen der Anhängern nach ihrer Begreifensfähigkeit

- (i) Die, die mehr Zeit für das Erwecken der Serpant Kraft brauchen (Kundalini Shakti) , sind langsame Lernendern
- (ii) Die, die Schnell am Anfang lernen , aber später wrd die Leistung langsam. Die sind am Mittlere stelle.
- (iii) Die, die so bald eingelieten werden, das Beste erleben , sind die Beste Verfolgern.

5) Einleitung: Drei Wege der Übertragung der spiritualen Kraft

Das kann man mit einem Beispiel erklären. Wir nehmen an, dass ein süßes und reifes Obst auf der Spitze eines Baums hängt. Um das Geschmack des Obstes zu genießen.

- (i) Eine Ameise kommt zu dem Stock des Baums, steigt langsam hoch und Geniesst das Obst. Das nennt man als 'Pipilika-Path' (Weg von Ameise)
- (ii) Ein Affe springt von einem Baum auf den anderen, kommt direct an der Spitze und genießt das Obst. Das nennt man als 'Markat Marg' (Affen Weg)
- (iii) Ein Vögel fliegt in Himmel, frisst das Obst direct. Das nennt man als 'Vihangam Marg' (Vögel Weg). Der Weg von Siddha Yoga, den Herr Jnaneshwar Maharaj erlebte und behauptete, ist diesen 'Vihangam Marg'

6. Bevollmächtigung für Einleitung (Samya und A-Samya Deeksha)

Wie frühere erwähnt wurde, gibt es 4 Methode der Einleitung durch Berühren, Blick, Worte, Wille. Jeder wird in Zwei Arten geteilte Dh Bevöllmächtigung für die Einleitung wird in Zwei Arten nach der Methode der Einleitung geteilt.

- (a) Samya – Diejenigen, die die Kraft an anderen Übertragen können, nach dem sie sie erlebt zu haben.
- (b) Asamay – Diejenigen, die die Kraft Selbst erlebt haben, aber haben diese Fähigkeit nicht an anderen zu übertragen.

(i) Einleitung durch 'Berühren'

Genau wie, nur einzige Öl Lampe irgendeine andere durch Berühren beleuchten kann, darf ein Anhänger, der die Vollmacht von dem Meister hat, die Kraft an den anderen Aspiranten zu Übertragen. Solche Anhängern können als Überträger der spiritualen Kraft betrachtet werden und sie dürfen die Tradition des spiritualen Meister weiterführen.

(b) Durch Berühren des Steins des Philosophers kann Eisen Gold werden. Aber dieser Gold hat die Fähigkeit nicht einen anderen Stein zu vergolden. Das heisst, ein Aspirant könnte durch einen spiritualen Meister das höchst Ziel der 'Gottes Realisierung' erreichen, aber Er selbst hat die Fähigkeit und die Kraft weder an anderen zu Übertragen noch kann er den anderen abheben.

(ii) Einleitung durch Worte

(a) Ein junger Kuckuck hört die Stimme der Mutter und entwickelt seine eigene Stimme, nach bestimmter Zeit hat der junger Kuckuck die Fähigkeit die gleiche Stimme seinen eigenem Jungen zu beibringen.

(b) Ein Pfau hat Freude, wenn er den Donner hört aber er selbst kann den anderen Pfauen diese Freude nicht bereiten.

Der Spirituale Meister leitet einen verdienstvollen Anhängern durch heilige Worte (Mantra) ein und macht ihm zufrieden, dass er sein Lebensziel erreicht hat und macht ihn durch besondere Segnen einem Einleiter, der die spirituale Kraft durch heilige Worte (Mantra) an anderen übertragen kann und damit die Tradition des spiritualen Meister weiter führen kann.

(iii) Einleitung durch Blick

Durch ein Beispiel von einem Schildkröte kann man das verstehen.

(a) Ein Schildkröte ernährt seine jüngere nur durch Blick (Konzentration) und die jüngere Schildkröte bekommen dadurch die gleiche Ernährungskraft, die später in ihm erweckt wird, damit er diese Kraft beim Gebrauch nutzen kann.

(b) Ein Rebhuhn haben Freude den Mond zu sehen aber es selbst kann diese Freude nicht weiter verbreiten.

(iv) Einleitung durch Willen

(a) Ein Fisch kann seine jungen durch Konzentration seines Willens ernähren. Der ältere Fisch überträgt diese Kraft an den Jungeren, damit sie auch ihre eigenen Junger ernähren können. Das kann nur durch Gott-segner Willenkraft erfolgen.

(b) Ein Jongleur beschafft, städte, Bäume, strassen und Brunnen aber diese Dinge haben keine Macht andere Objekte zu beschaffen.

Man muss im Kopf halten, dass nur durch Segnen von Gott oder des spiritualen Meisters die eingelierten die Macht haben , die spirituale Kraft an anderen zu Übertragen. Die Übertragung durch die unbevollmachte Person kann den Überträger oder den Empfängern beschädigen.

7. Idiale Ort der Einleitung

Idiale Orte, die als gut für Einleitung erkannt worden sind, sind Einsiedelei, Kuhstall, das Haus des spiritualen Meisters, Gebetplatz im eigenen Haus. Dickes Wald, ein heiliger Ort, ein Garten, oder Ufer des flusses. Einleitung kann auch unten 'Bilva' Baum Stattfinden oder auf dem Berg, in einem Höhlen, auf dem Ufer des Ganges oder irgend einen Ort und Termin, die von dem spiritualen Meister vorschlagen wird. Die Aussage des spiritualen Meister ist wie ein Wedischer Befehl.

8. Erstaunliche und automatische Erfahrung nach der Einleitung.

Einige Merkwürdige symptomen des Erweckens der Serpant Kraft werden unten erwähnt. Sie sind verdeutlichend und auf keinen Fall anstrengend.

(a) Wenn man Dröhnen (Vibration) am Fuss von Wirbelsäule fühlt, und der körper beginnt, ohne Kontrolle zu schüttern wenn man dringend, ohne Kontrolle ausatmet, Tief ein und aus atmen ohne sperre beginnt, ist die Bhagwati Kundalini (**भगवती कुंडलिनी**) erweckt worden. Man muss eigene Bestimmtheit aufgeben und nur die Ereignisse erfahren.

(b) wenn die Körperhaltung fest wird, Udayan Jalandhar und Moolbandhs unabsichtlich erfolgen, man so energitise fühlt, dass man nicht ruhig sitzen kann , heisst , dass 'Paramshakti Kundalini' (**परमाशक्ति कुंडलिनी**) erweckt worden ist.

(c) Wenn die Körperstellung ruhig wird, und den Blick zum Zentrum der Augenbrauen bleibt und man unabsichtlich Kumbhak übt(Abtretung des Atems erfolgt automatisch) Geist gedankenlos und ohne jegliche externe Kenntniss wird ,erweckt Mahamaya Adyashakti (**आदिशक्ति कुंडलिनी**) , (Grundsätzliche Kraft) , die Göttin Kundalini.

(d) Wenn man die Wellen der Lebenskraft (Prana), die von Mooladhara (Fuss von Wirbelsäule) oben zum Zerebrum steigt, man unabsichtlich 'Aum' wiederholt und Lebenskraft (Prana) hoch steigt und das Geist Wellen nach Wellen von Paradiesischen Freude erfährt, erweckt die universale Mutter (Jagdamba Kundalini) (**जगदम्बा कुंडलिनी**)

(e) wenn man die körperliche Existenz für eine bestimmte Zeit verliert , alles leer aussieht ,die Augen halbgeschlossen bleiben und auch durch Bemühen nicht öffnen, fließender Strom Freude bringt, erweckt die Mahamaya Kundalini. (**महामाया कुंडलिनी**)

(f) Wenn beim Augenschliessen den Körper auf die Erde fällt, man das Gefühl hat, dass das Leben entschläft, nerven gespannt werden, erweckt Yogamaya Kundalini. (**योगमाया कुंडलिनी**)

(g) Wenn das Geist spiritual beeinflusst wird, als ob ein anderes Geist eigenen Körper besitzt hat, und unter dessen Einfluss, verschiedene "Ansanas" (Körperhaltungen) unabsichtlich gemacht werden und verschiedene Atemübungen auch unabsichtlich gemacht werden, erweckt die ewige Macht von Kundalini, die Ishwariya Kundalini (ईश्वरीय कुंडलिनी) Shakti heisst.

(h) Wenn man die Augen zu macht und zur Meditation sitzt, und der Körper ein angenehmes Gefühl hat, erweckt die Rudrani Mahashakti (रुद्राणि कुंडलिनी) (serpant Kraft)

(i) Wenn man Vibrationen von Prana (Lebenskraft) in verschiedenen Teilen des Körpers fühlt, wie sie zum verschiedenen Teilen nach eigenen Konzentration fließt, und die Nerven die leichte Zuckung wie Schläge von Strom bekommen und ein angenehmes Gefühl erlebt, erweckt die Göttin Vidyut. (विद्युतशक्ति कुंडलिनी)

(j) Wenn man Tags und Nachts Bewegungen von Prana (Lebenskraft) im eigenen Körper fühlt und wenn man konzentriert, fühlt man Freude. Auch wenn man schläft, fühlt man die Strömungen des Prana (Lebenskraft), die zum Sahasrara steigen und man auch von der Bewegung von Prana (Life force) träumt, ist die Freude (Alhadini Kundalini) (आल्हादिनी कुंडलिनी) erweckt.

(k) Wenn man meditiert, erschreckt der Körper, und durch Freude, die man erlebt, sagt man die Worte und Sprache aus, die man selbst oder niemand kann, aber diese Schall einem Freude bereitet, erweckt die Göttlichkeit des Sprechens (Saraswati Kundalini) (सरस्वती कुंडलिनी).

(l) Wenn man das Gefühl von Rauch (ohne Rauchmittel) hat und man mit Göttlichkeit betrunken fühlt, erweckt Atma Shakti. (आत्मशक्ति)

(m) Beim Laufen, wenn das Geist den Wunsch hat schneller zu laufen und man nicht müde nach dem langen Laufen ist, sondern heiter und zufrieden fühlt, man im Traum auch nicht unzufrieden ist, und das Gleichgewicht des Geistes bei Höhen und Tiefen des Lebens nicht gestört wird, keine Arbeit schwer wird, erweckt Brahma Shakti Kundalini. (ब्रह्माशक्ति कुंडलिनी)

(n) Bei Meditation, wenn man Göttliche Kraft sieht, oder den göttlichen Duft riecht oder göttlichen Geschmack schmeckt, oder göttliche Schale hört, oder göttlichen Antassen fühlt und Lehre von Gott bekommt, erweckt die Daivi Shakti Kundalini. (दैवीशक्ति कुंडलिनी)

(o) Bei Meditation, wenn der Zukunft seine Geheimnisse öffnet, wenn man die Bedeutung von Vedas, Vedantas, heiligen Schriften klar wird, alle Zweifeln auflären, man ein Verständnis für Begriffe der Wissenschaft mit einem Blick hat, man eine Begabung zu Vorreden hat und braucht kein Kenntniss mehr auch von Brahma der Erschafer und sehr selbst bewusst ist, erweckt Siddha Shakti Kundalini. (सिध्दशक्ति कुंडलिनी)

(p) Gleich wenn man zu Meditieren sitzt zieht das Zentrum von Stirn die Sicht, Die Zunge wendet oben zum khechari, das Atem stoppt, das Geist das Gefühl von Seligkeit erlebt. Schambhavi Mudra gemacht wird, und man die Freude von Savikalpa Samadhi erlebt, erweckt Yogshakti Kundalini. (योगशक्ति कुंडलिनी)

(q) Bei der Meditation, wenn man an spiritualen Erfahrung denkt, man eigenen subtilen Körper sieht, man nicht Bewusst von Zeit wird, erweckt Chit Shakti Kundalini. (चित्शक्ति कुंडलिनी)

(r) Bei Meditation, konzentriert das Geist , und man kann mit Gott besprechen und Medikamente für Krankheit vorschlagen und Göttliche mantra zum Abschaffen von Schwierigkeiten geben und spirituellen Kenntniss oder Führung von einem Siddha bekommt, erweckt Siddhi Pradayini Kundalini. (सिद्धि प्रदायिनी कुडलिनी)

Besondere Anweisungen:

Was für eine Erfahrung und wenn die zugeschrieben werden, wird von der Serpant Kraft durch Willen des spirituellen Meisters entschieden. Man muss nur eigene Erfahrung fühlen.

Man bekommt diese spirituale Erfahrung an dem Tag der Einleitung oder nach einigen Tagen. **Der Eingelietener darf eigene Erfahrung nur dem eigenen spirituellen Meister und sonst niemandem sagen.**

Wie kann man wissen , was für eine spirituale Erfahrungen man bekommt, wenn man die Einleitung noch nicht bekommen hat. Eigentlich ist die oben erwähnten Erfahrungen zu haban, die grösste Wunder der Welt. In der Wissenschaft von Yogas is das das grösste Geheimnis.

9. Wenn ein Aspirant von einem anderen spirituellen Meister früher eingelieten wird

Nach der spirituellen Fach, darf ein Apirant, der einmal eingelieten wurde, von dem anderen Meister noch einmal nicht eingelieten werden. Aber wenn man das Erlaubnis von den früheren Meister bekommen hat , gibt es keine Schwierigkeit von dem anderen spirituellen Meister für eigene spirituale Entwicklung und das gewünschte Ziel noch einman eingelieten zu warden .Gott Dattatraya wurde von vier und Zwanzig Meistern beigebracht. Als er von jedem verschiedenes gelernt hat, hat er diese Tugend bekommen. Also , wenn man durch Einleitung von dem früheren spirituellen Meister eigene Ziele nicht erreichen kann, darf man wieder Einlieten werden lassen. Der nächste spirituale Meister soll das gleiche Respekt wie der Frühere in der neuen Form bekommen Identifizierung von dem Nächsten mit dem Früheren mit vollen Glauben wird behilflich sein. Die spirituale Übung die von dem früheren aufgegeben wird, darf nicht verlassen werden, sondern mit gleichen Ehre weitergeführt.

Die Einweigung von Erwecken von Chaitanya ist grundsätzlich und deshalb ist behilflich zur Erreichung von Perfektion in allen Sachen. Deshalb soll der Aspirant kein Problem für die Wieder Einleitung durch das Erlaubnis des früheren spirituale Meisters haben. Aber wenn ein Meister dem Aspirant, eine andere Einleitung nicht erlaubt, muss der Aspirant im Kopf halten, dass sein eigenes spirituale Ziel man nur durch seinen früheren spirituellen Meister erreichen kann. Das Soll man als das letzte Wort betrachten.

10 Siddha Yoga behilflich zu allen Sekten, Traditionen , Wegen, Organisationen und Idiologien

Die heutige Idiologien , die mit sozialen Erwecken beschäftigt sind, finden auch diesen Weg des spirituellen Erweckens behilflich. Herr Jnaneshwar Maharaj, der berühmteste Expert des traditionellen Wegs der devotion, der Warkari-Weg heist, hat die Lehre von Siddha-yoga weiter verbreitet.Nach dem seine Serpant Kraft (Kundalini) durch Segnen von Herr Nivruttinath erweckt wurde , hat er ausführlich den Weg von Siddha Yoga in seinem Werk ‘ Bhavarth-Deepika’ (Jnaneshwari), das eine Zusammendassung von Bhagwat Geeta ist, erklärt. Da er die höchste Leistung von Siddha Yoga erreicht hat, hat

Herr Jnaneshwar Maharaj sich als ideales Beispiel dargestellt, damit die andere die Tradition von Warkari Sekt folgen konnten. (Der Weg von Devotions Sekte in Maharashtra) Der Sechste Kapitel von Bhagwat Geeta drückt die Kenntniss von Siddha Yoga aus. Es wird beobachtet, dass es von den Folgern von 'Warkari-Sekt' behauptet wird, dass der weg von Siddha Yoga für sie nicht sei. Eigentlich wird er aber als der einfachsten Weg von Herrn Jnaneshwar Maharaj betrachtet und auch der einfachste Mensch in der Gesellschaft kann ihn verfolgen " Gibt es etwas, das so einfach wie dieses yoga ist? Segt Herr Jnaneshwar Maharaj. Er hat den Menschen hervorruft, diesen Weg durch Erklärung der Einfachheit dieses Wegs , zu verfolgen. Das ist meine echte Bitte an alle " Warkari-Brudern", die für mich Forme von Pandurang selbst sind , mit Devotion dh' Wederholung von dem Gottesnamen', auch diese einfachen weg von 'Vögel Weg'(vihangam Marg), als von dem Jnaneshwar Maharaj erfahren wurde, auch betrachten.

Ebenso ist das Grundsätzliche Beten von dem höchsten Bewusstsein (Chaitanya) auch zu den allen spirituellen Pilgern von verschiedenen Sekten, Traditionen und denjenigen , die mit nationalen Erwecken , als auch mit Aktivierung von eigenen Bewusstsein beschäftigt sind, behilflich und vorteilhaft.

11) Allgemeine Regeln, durch den Wunsch habenden Aspiranten, für die Einleitung zum Erwecken der Serpant Kraft zu verfolgen. (Kundalini Kraft oder Maha Yoga)

- (i) Der Aspirant soll ein brennendes Wunsch haben, eine direkte und Wirkliche, in 'Shrimad Bhagwad Geeta' beschriebte Erfahrung zu haben und ein implizites und unbezweifelbares Glauben an dem Rat von dem spirituellen Meister haben.
- 2) Der Aspirant soll Erlaubnis von den Eltern bekommen und eine Zustimmung von Mann oder Frau haben und eine feste Überzeugung haben, dass Man ein Teil von dem herrschenden Bewusstsein ist (Chaitanya).
- 3) Der Aspirant soll beschliessen, auf Alkohol , non-vegetarisches Essen und Drogen zu verzichten.
- 4) In dem Haus des Aspirants müssen die Frauen während ihrer Kreislauf weg von dem Haushalt und Kochen und Gottesdienst bleiben.
- 5) Der Aspirant soll eine Stude pro Tag mit der spirituale Übung (Meditation) verbringen.
- 6) Eine Einleitung dieses Wegs ist für alle unabhängig von Kasten, Sekten, Rassen, Gemeinschaft, Religion, Alter und Geschlechte offen.
- 7) Der Aspirant soll an die Gruppen Meditation, die in dem Zentrum durchgeführt werden, teilnehmen.

Diejenigen, die entschieden haben, die Oben genannten Regeln zu folgen, dürfen zum Beten für die Einleitung von Maha Yoga anfangen und einen kleinen Gebetsbrief in dem unter erwähnten Format Schicken oder den spirituellen Meister persönlich treffen (mit dem Gebetsbrief)

12) Ein Gebets Brief für Einleitung von Maha Yoga (Siddha Yoga)

Ich bete Ihnen an mich Ihre Gnade zu gewehren, und mich auf den Weg von Mahayoga einleiten, der von Uralten Heiligen gelobt und in Bhagawad Geeta als der Beste Weg erwähnt wird.

Ich habe alle Regeln im Bezug zu dem Weg gelesen und halte mich an sie ehrlich

Ich bitte ihre Gnade

Name:

Geburtsdatum:

Adresse

Tel:

unterschrift

Datum:

13. Berechtigung für Einleitung zu Siddha Yoga

Eine Berechtigungsprüfung wird geführt, um die Zulassung in einer Ausbildungsinstitution zu bekommen. Die Berechtigungskriterien den Weg von Siddha Yoga zu verfolgen sind-

Ein Aspirant

- a) Soll eine intensive Wunsch zum Beten von 'Lebenskraft' Prana Shakti haben
- b) Soll entscheiden, alle erwähnte Regel des Wegs zu halten.
- c) Soll ein ehrliches und bescheidenes Gebet an den spiritualen Meistern für Einleitung machen.

14. Die Rituale, die man an dem Tag von Einleitung machen Soll.

(i) An dem Tag der Einleitung, vor der verabredeten Zeit den Einleitung, soll der Aspirant früh aufstehen, routinmässig die Tätigkeiten wie Baden unternehmen, die tagtägliche Ritualen machen, eigenen Gott beten, Familie Gott beten.

(ii) Man soll sich den Eltern oder älterem Bruder beugen und ihre Segnen bekommen Eine Frau soll dem Mann beugen.

(iii) Blumen Kette soll man um die Gottsfigure legen, Gott ein Kokosnuss mit Wasser opfern und den Kokosnuss so auf die Erde legen, damit das harige Ende auf der Seite von Gottesfigure bleibt. Einbisschen Geld als Zeichnung von Opfer an den spiritualen Meister muss auch gelegt werden.

(iv) Man soll einen Tepisch aus Wolle oder einen Tepisch aus dicken Material öffnen und ihn mit einem weissen Tuch decken und soll allein in dem Zimmer bleiben.

(v) Man soll so weit wie möglich lochere Kleide umziehen, in der Mitte des Tepisches mit Gesicht nach Osten oder Norden sitzen. Man soll gleichen Platz auf beiden seite des Tepisches lassen.

Dieser Sitzplatz kann Links oder Rechts der Kapelle sein aber darf nicht hinter sein. Man soll die Auge um verabredete Zeit der Einleitung zu machen und über den spiritualen Meister nachdenken.

(vi) Am Anfang soll man schnell einatmen und langsam aus atmen.

(vii) Danach soll man den Körper ganz ausruhen lassen und automatisches Einatmen beobachten und darf keine freiwillige Bewegung fördern.

(viii) Man soll nur auf das automatisches Atem konzentrieren

(ix) Die körperliche Bewegungen, die von Innen geführt werden, soll man mit absoluten Freiheit unternehmen.

(x) In dieser Weise, mit geschlossenen Augen, soll man eine Stunde oder länger meditieren.

(xi) Nach der Meditation wenn die Auge automatisch auf werden, soll man vor Gott beugen, die Kokosnuss aufbrechen und allen Familienmitgliedern die Kokosnussteile verteilen.

Besondere Anweissangen

(i) Während der Meditation die Auge zu halten.

(ii) Man darf, während der Meditation , die Körperhaltung ,um bequem zu werden, ändern.

- (iii) In dieser Weise, nach dem man jeden Tag einen Monat lang meditiert hat, soll man dem spiritualen Meistern über eigene spirituelle Entwicklung berichten [man braucht nicht jeden Tag die Kokosnuss und Blumen zu opfern]
- (iv) Man darf eigene Erfahrung nur dem eigenen apiritualen Meistern und niemandem sonst erzählen.
- (v) Man darf mindestens eine Stunde nach dem Essen nicht zur Meditation sitzen.
- (vi) Türe und Fenstern des Meditationszimmers sollen geschlossen werden. Das Zimmer soll trub beleuchtet werden.
- (vii) Die spirituelle Entwicklung ist schneller, wenn man in dem Meditationszentrum von Maha Yoga meditiert.

15. Obligatorische Ritualen durch den Einweiher zu führen

Die ritualen die obligatorisch für die Folgern dieses Wegs sind, tagtägliche Routine wie Zwei (drei) mal Beten der Sonne (Sandhya), Tägliches Beten von Familiegott, Einhaltung von jährlichen Riten an dem Todestagen der Verstorbenen , irgendeine bestimmte tradionale, religiosische Zerimonie von Familiegott. Alle Solche Ritualen sollen nach eigenen Sitten Lebenslang verfolgt werden, bis der Aspirant die vierte yogische Stufe von Nishpatti, (die in dem vierten Abschnitt des Vierten Kapitel in diesem Buch beschrieben wird) erreicht hat. Man braucht nicht eigene beste Traditionen zu aufgeben , die seit Generationen verfolgt werden. Durch Erwecken der Serpant Kraft , wird das Beten von Gott. kontinuierlich in der Form von Seele-Beten (Atma Pooja) सुधीनाम् आत्मपूजनम् (Ein vernüfiftiges Beten der Seele) durchgeführt.

Fasten , an dem Tagen, die nach den heiligen Bücher als verheissende betrachtet werden, wie Ekadashi (elften Tag nach dem Neumond und Vollmond Tag), Shivratri, Ramnavami, Kokulahtami, darf man einhalten.

Einstellung der Tat(Karma) in der Laufe der Zeit Nach dem Erwecken von Serpant Kraft (Kundalini) , einige spirituelle Tätigkeiten wie Atem-Kundalini (Pranayam), Reinigung den Adern (Nadi), Leibsübungen wie Asnans , Bandha-Mudras usw. erfolgen automatisch durch Gnade von spiritualen Meister .Wenn der Aspirant almählich, mit der Hilfe von diesen yogischen Übungen , die höhere yogische Stufe erreicht, braucht er keine spirituale Ritus in Beziehung zu seiner Religion durchzuführen. Man braucht auch nich selbst beherrschung (Yama) und Einhaltungen zu verfolgen.

In der Laufe der Zeit beenden seine religiosische Tätigkeiten automatisch. Dann sind die Fesseln von welchen Ritus man tun soll und wechen nicht tun soll, nicht mehr gültig. Jedech soll man die religiosischen Wahrnehmungen verfolgen und das Geist mit spiritualen Übungen (meditation) beschäftigen, bis man höhere Yogische Stufe erreicht.

16. Lösungen für zweifeln und Scheirigkeiten des Einweihers

a) Nach der Einleitung hat der Aspirant einige Erfahrungen und die spirituale Entwicklung wird mit Begeisterung erreicht, Aber, nach eine Weile , hat amn das Gefühl, dass die eigene Entwicklung zurückgesetzt worden ist, und deshalb bemüht man nicht andauerend mit den täglichen spiritualen Tätigkeiten (Sadhana). Aber die Tatsache ist, dass die activierte Serpant Kraft (Kundalini) , Shiva-shakti) führt weiter in einer gesamnten oder feiner Weise, bis sie die Perfektion erreicht. Deshalb soll man, ohne Verzweifelung mit vollen Glauben an der Kraft, die von dem spiritualen Meistern. übertragen wird, und mit Vertrauen auf die frühere Erfahrungen als Aussage des Glaubens, die Meditation mit grosseren Geist und Begeisterung weiter machen.

b) Viele Aspiranten sagen wir meditieren, aber haben noch nichts erfahren, deshalb sind wir nicht begeistert. "Genau wie, die während des monsoons den Himmel bedeckenden Wolken, den Sonnenblick verhindern, in der selben Weise, behindern die einflussreichen Tätigkeiten in der Vergangenheit und heute, die spirituelle Entwicklung, und gesammte spirituelle Erfahrungen kommen nicht schnell. Man muss im Kopf halten, dass sobald die Himmel bedeckende Wolken verschwinden, Sonnenstrahlen der Bewusstheit (Atma – chaitanya) sichtbar sind und die Wesenheit der Serpant Kraft (Kundalini) wird in der gesammten und finer Form spürbar.

c) Noch eine eichte Sache ist, dass man das Gefühl hat, dass diese Lampe der Kenntniss, die durch die spiritualen Meister beleuchtet wird, wegen irgend einem Grund nicht erreichend genug sheint. Aber in der Laufe der zeit hat der Aspirant sicher die Erfahrungen, was Ziel seines Lebens ist. Man muss diese 'echte Wahrheit im Kopf halten. Manchmal ist der Aspirant enteucht, weil er seit langen Zeit keine Erfahrung hat.

'गुरुवाक्यं प्रमाणं' 'तत्र ज्योतिष्मती प्रवृत्तिरुत्पन्ना'

(Übersetzung : Alles was der spirituale Meister sagt ist das Letzte Wort und dieses Glauben heisst **ज्योतिष्मती** (Jyotishmati Beleuchtung)

Nach der Einleitung soll der Aspirant auch eine kleine Erfahrung, die er gehabt hat, als Hoffnungsschimmer betrachten, die Freude bringen soll, Diese Freudeschimmer soll man mit folgenden Gedanken im Kopf halten

याचि देही याचि डोळा पूर्तता बघेन ।

(Übersetzung : Ich möchte die Perfektion in diesem Geburt und mit meinen Augen sehen)

Die Hoffnung auf Erreichung der Selbst-Verwirklichung (Bewusstheit) soll man immer im Kopf halten. Man muss immer begeistert für die spirituelle Tätigkeit sein.

d) Es wird auch beobachtet , dass die Aspiranten ein vollständiges Kenntniss über die erwarteten Erfahrungen haben, deshalb können sie ihre eigene Erfahrungen nicht begreifen, die aus erweckten Serpant Kraft (Kundalini) stammen, die die Zeichnung von spiritualen Entwicklung sind. In einem Fall, stand der Aspirant nach einer halben Stunde während seiner Meditation auf, als ob er tief geschlafen hatte. Aber später hat er verstanden , dass das eine unbeabsichtigte Erfahrung von Yogischen Schlafen (yog Nidra) oder Stufe von Manonmani (**मनोन्मनी**) war. Deshalb muss der Aspirant vorher Kenntniss über die Art von Erfahrungen, die sie durch spiritualen Tätigkeiten bekommen haben und wenn man die anerkennt, ist er noch mehr mit der spiritualen Tätigkeit begeistert.

e) Hindernisse und Nachlässigkeit der spirituale Tätigkeit

Wenn es Hindernisse wegen irgendeines Grundes gibt oder wenn der Aspirant einen Fehler begeht hat, wird das durch Feuer von yoga (yogagni) und regelmässige spirituale Tätigkeit (meditation) beseitigt.

Die Beispiele von den Hindernissen und Fehlern sind unregelmässiges Essen, Indifferenz der meditation gegenüber wegen. Trägheit (Tomoguna) und ein Wunsch daran Teil zu nehmen, Zweifel an dem höchsten Ziel der Realisierung, unregelmässige Meditation, faul sein, übermässige sinnliche Vergnügen, verwirrendes Geist, Unzufriedenheit wegen der Zurücksetzung bei der spiritualen Tätigkeit (Sadhana) " Ich become keine guten spiritualen Erfahrungen jetzt, wie die früher." Diese Geisteszustand und alle diese Hindernisse könnten die spirituelle Entwicklung verhindern . Aber, wenn man den besten Weg (von Siddha Yoga) akzeptiert, soll man die spirituale Tätigkeit (meditation) mit Mut und grosse Überzeugung weiter machen.

देह जावो अथवा राहो पांडुरंगी दृढ भावो । - (श्री तुकाराम महाराज)

(Übersetzung : Ob der Körper verschwindet oder bleibt ,bleibt mein Galuben an Gott unverzagt)

Das ist eine gute Lösung alle Hindernisse zu überwinden. Ein Aspirant mit festen Glauben erreicht sein entgültiges Ziel.

पूर्ण होऊनि तिन्ही लोकी । भजी जो आदिपुरुखी अखंडित ।

(Übersetzung : Nach dem Erreichen der Perfektion, betet der Glaubiger Gott von allen drei welten , ohne Pause an). Man muss im Kopf halten, dass ein wichtiges Mittel, ein, oben beschriebenes Geisteszustand zu erreichen ist,dass der Aspirant für die Gnade von Gott oder von dem spiritualen Meistern anbeten soll, Dem spiritualen Meistern.

Vollständiges Beugen kann alle Hindernisse auf dem Weg von spiritualen Tätigkeiten überwinden und wenn man endlich die selbst-verwirklichung erreicht,kann man die spirituale Freude in der Ganzgen Welt mitteilen. **‘आनंदे भरीन तिन्ही लोक’**

f) Eine Einfache Weise der spirituale Tätigkeit

Vor der Meditation soll man tief atmen Däs ist behilflich für die spirituale Entwicklung. 8 bis 10 mal tief Atmen, wenn notwendig noch mehrere Mal (schnell einatmen ein par Sekunden halten und ausatmen)oder Bhasrika (schnell einatmen und ausatmen) hilft die spirituale Entwicklung.

g) Ausrottung der vergangenen Prägungen.

Die Prägungen der vergangenen Sünden könnten das Geist auch nach der Erfahrung des Erwecken der Serpant Kraft (Kundalini) bedeckt, da keine andere Massnahmen unternommen wurden, das Geist zu reinigen und diese vegangenen Taten oder Sünden verhindern die Entwicklung. Nach dem Erwecken von Serpant Kraft durch die Gnade des spiritualen Meisters werden diese Prägungen der Sünde durch eine langsame Reinigung des Geistes ausgelöscht Deshalb ist es sehr wichtig nach der Einleitung , regelmässige spirituale Tätigkeiten zu verfolgen.

h) Zusicherung des eindeutigen Erfolgs(Perfektion)

Herr Pandit M.M. gopinath Kaviraj hat diesen Weg genau geschrieben. Man kann es annehmen , dass ein Aspirant die Perfektion ohne die Gnade von Gott, weder erreichen kann noch auf den Weg der perfection stehen kann. Übertragung der Kraft erfolgt nach der Fähigkeit des Aspirants. Aber das ist auch Wahr, dass auch ein Mensch mit ganz wenig Fähigkeit, in dem Vergnügen verwickelten Mensch, einen Tag (früher oder später) das höchste Zustand der Perfektion erreichen kann, denn seine spirituale Kraft ist. (Kundalini shakti): erweckt worden Die Geschwindigkeit der spiritualen Entwicklung eines Aspirants könnte wegen seines Genuss des Vergnügens, verhindert werden, umsonst kann man eigenes Ziel in einer kurzen Zeit, abhängig von der Grat der spiritualen Kraft in einem normalen Lauf entsprechend der Fähigkeit des Aspirants erreichen. Aber, unabhängig von dem Grat der Kraft, wirkt dieÜbertragung (Shaktipath), der Einfluss der Göttlichen Kraft so, dass die Serpant Kraft / Kundalini shakti), die einmal erweckt worden ist, bis der Aspirant sein haupt Ziel erreicht, nicht ruhig bleibt. Aspirant muss immer dieses begeisterende Botschaft, die Erfolg bei dem Bemühen Verspricht, im Kopf halten. Die regularässige Meditation ist das einzige Mittel zum entgültigen Erfolg.

17. Die Regeln für eine Schnelle Entwicklung verfolgen

Obwoht es wahr ist, dass man nach der Einleitung Befreiung (Perfektion) erreicht, ist es auch notwendig, dass das Prozess der Meditation regelmässig unverzagt, weiter auch nach der Erfahrung der Befreiung weiter gemacht werden soll. Genau wie das Kind nicht gleich nach der Empfängnis geboren ist. Sonder verschieden zeichen und symptomen der Körperbewegung des Kindes von der Schwanger gefühlt werden, **in der selben Weise**

fühlt der Aspirant verschiedene Zeichen und symptomen der Körper Bewegung, die stellen fest, dass der Embryo der kenntniss empfangen worden ist. Eine Schwanger achtet auf alle Regeln und Beschränkungen um den Embryo bis das Geburt des Kindes zu schützen: In der selben Weise , ist es wichtig , dass der Aspirant den Embryo der Kenntniss schützt. Der Aspirant soll auf alle in den heiligen Bücher beschriebenen Regeln und Beschränkungen , als auch die Befehle des spiritualen Meisters achten. Wenn einige Regeln, den Embryo zu schützen wegen Unwissenheit nicht beachtet werden, könnte der Embryo abtrieben werden, in der selben Weise könnte der Embryo der Kenntnis, der in Form der Übertragung der Kraft (shakti pata) empfangen würde, abtrieben wird, wenn der Aspirant die Regel des spiritualen Meisters nicht einhält: Deshalb ist es notwendig, dass der Aspirant , bis sein Ziel der Verwirklichung erreicht wird, auf die Regeln und Beschränkungen achtet.

Wenn der spirituale Meister den Aspirant befohlen hat einige Regeln einzuhalten , ist es nicht mehr die Verantwortung des Meisters. Nach der Einleitung, wenn die Serpant Kraft erweckt worden ist, bildet der spirituale Meister eine Verbindung zwischen dem Aspirant und Gott in Form der universalen Mutter und die Verantwortung des Einhalten der Regeln wird von dem Aspirant übernommen. Jedoch erteilt der spirituale Meister dem Aspirant seine vorschläge die Regeln zu achten und für die Schutz. Die Ewige macht auch warnt den Aspirant in verschiedenen Weisen gegen Nichtbeachtung der Regeln und bestraft ihn manchmal , Deshalb, muss der Aspirant für sein eigenes Wohlsein die von dem Meister vorgeschlagenen Regeln achten. Wenn der Aspirant unter irgendeine folgerichtige Straffe leidet , muss er verstehen , dass das wegen der Ungehorsamkeit dem spiritualen Meister erfolgt. Ohne Verzweiflung soll der Aspirant Gott anbeten , eigene Schuld bekannt machen, um Verzeihung bitten und die spirituale Tätigkeit weiter machen.

Kapital IV Kennzeichen von Siddha Yoga

1) Das Erwecken von Serpant Kraft:

In allen Systemen des spiritualen Feldes, ist das Erwecken der Serpant Kraft die wichtigste, um die Perfektion zu erreichen. Alle Bemühen für Aktivierung der Serpant Kraft (Kundalini) sind anstrengend. Das kann man durch Hatha Yoga (**हठयोग**). Jedoch, sind Verschieden yogische Übungen in dieser Art, wie Atem Kontrolle (Pranayam) , Bandha, Mudra usw. unter der direkten Beratung des experten spiritualen Meisters durch zu führen. Ein Fehler bei dieser Tätigkeit könnte schädlich beweisen. Herr Swatmaram Yogi , der Autor von Hatha Yoga Pradipika zitiert in seinem letzten 'Shloka' in vierten Kapitel. dass alle Bemühen nutzlos sind , bis 'Sahjavastha' nicht erreicht wird und die Lebenskraft (Prana) in 'Sushumna Nadi' nicht eintritt.

यावन्नैव प्रविशति चरन्मारुतो मध्यमार्गं ।

यावद्विन्दुर्न भवति दृढः प्राणवातप्रबन्धात् ।

यावद्भयाने सहजसदृशं जायते नैव तत्त्वं ।

तावज्ज्ञानं वदति तदिदं दम्भमिथ्याप्रलापः ।। हठयोग प्रदीपिका [IV – 144]

(Übersetzung : Bis das 'Prana' auf den mittleren Weg von Sushumna nicht eintritt und bis 'Bindu'(Sperma) nicht fest durch Übung der Atemzurückhaltung bleibt, kann man Atmatattwa nicht einfach durch Meditation erreichen. Bis dann ist die Besprechung von Kenntnis nutzlos und prahlerich.

Auch in Mantra yoga, bis 'Mantra' mit der spiritualen Kraft (durch Gnade des Meisters) nicht aktiviert wird, sind alle Bemühen des Vortrags anstrengend

Auch in Laya Yoga und Raja Yoga , ist das Prozess des Erwecken der Serpant Kraft (Kundalini) für die spirituale Entwicklung wichtig. Die Aktivierung von Serpant Kraft (Kundalini) ist unvermeidbar, um die spirituale Erfahrung zu bekommen und Perfektion zu erreichen. Die Perfektion ist nicht möglich ohne das Erwecken. Dieser Weg von 'Siddha Yoga' der von Bhagwad Geeta', 'Vedas' zeigt unmittelbare und direkte Folgen. Weil er so einfach zu verfolgen ist, lohnt es.

2. Einige Erklärungen für die Aspiranten , die den Wunsch haben Siddha Yoga zu verfolgen

Um die oben beschriebene Stufe zu erreichen, werden einige vorbereitenden Tätigkeiten vollzogen , für die eine Erklärung wichtig ist.

Damit die Serpant Kraft in dem 'Sushumna' in dem Fuss von der Wirbelsäule, 'Mooladhara' eintritt, sind einige vorbereitende Tätigkeiten zu unternehmen. Mit geschlossenen Augen unten sitzen, der Körper muss ausgeruht werden und das Geist mit dem Beobachten von unbeabsichtigten Atem beschäftigt sein soll. Entfernung von allen Schichten , die das Bewusstsein bedecken, beginnt durch 'Sankalpa' Kraft, die von dem spiritualen Meister stammt . 'दीयते क्षालनार्थं ।' (Übersetzung: zur Reinigung vermittelt). Übertragung der Kraft, (Deeksha) in 'Siddha Yoga' ist ein kräftiges Heilmittel für die Reinigung von unseren Sünden in der Vergangenheit. Während der

Meditation, befiehlt man dem Geist nicht, Atem zu Kontrollieren (Pranayam) aber es ist wichtig automatisches Atem zu erlauben

Das soll unabsichtlich erfolgen. zB,

Nach dem der Körper ausgeruht hat und in einer festen Haltung geblieben ist, wenn der Atem von selbst eine lang Zeit aussen bleibt, (wird nicht absichtlich gehalten), bedeutet es, dass der aussen ;Kumbhaka' (**बहिर्कुम्भक**) erfolgt. Oder wenn der Atem in dem Körper durch Gnade von Serpant Kraft (Bhahwati Shakti) bleibt, bedeutet es, dass inneren Kumbhaka erfolgt. Das wird nicht absichtlich gemacht. Wenn man weiter meditiert, kann der Aspirant nicht erkennen ob man eigentlich atemt oder nicht. Das ist die Stufe von 'Kewal Kumbhak' (das wird nicht absichtlich gemacht)

न किं चिदपि चिन्तयेत् । (गीता ६/२५)

(Übersetzung : Man denkt an nichts)

Alles, was unabsichtlich erfolgt darf erfolgen. Man soll an nichts denken. 'Gott Krishna' hatte uns gesagt, an sein Standbild (Gesicht, Götzenbild) oder seine Füße zu denken, aber er hat uns gesagt ' an nichts zu denken'. Das unterstützt den Begriff von Meditation der von Kapil Muni **ध्यानं निर्विषयं मनः ।** (Übersetzung : Die Meditation ist ein gedankenloser Zustand des Geistes)

Betrachtung von einem aussen Objekt könnte bedeuten, dass man über die weltlichen Dinger nachdenkt. Um das Geist frei von den Weltlichen Dingen zu machen soll der Aspirant in der obo erwähnten Gruppenmeditation Teilnehmen. Während dieser Zeit, möchte den Aspirant seine Augen, wegen der herrlichen Erfahrung des automatischen kühler Strom des Atems der Bhagwati Shakti zu halten. Jeder Mensch , natürlich gerne , möchte langsam die Gelassenheit des Geistes erreichen. Auch wenn Art der Erfahrung drei bis zehn minuten dauert, bereitet sie den Aspirant Freude. Das ist die erste Stufe des Wegs zur höchsten Herrlichkeit.

Jede Person kann diese Art der Erfahrung abhängig von Alter erreichen.

3. Shrimad Bhagawad Geeta erläutert die Theorie und üben von Siddha Yoga

Die Theorie und Üben von Siddha Yoga wird in Shrimad Bhagwad Geeta in Folgenden artikuliert. Eine ausführliche Beschreibung muss hier gegeben werden.

शनैः शनैरुपरमेद् बुध्दया धृतिगृहीतया ।

आत्मसंस्थं मनः कृत्वा न किंचिदपि चिन्तयेत् । (गीता ६/२५)

Übersetzung: Mit Intellekt und Geduld soll man langsam die Wünsche von den Sinnen zurückziehen und eigenes Geist an die Seele, ohne über etwas nach zudenken, befestigen

(A) Die Worte **शनैः शनैः** zeigen ganz langsame Schritte der spiritualen Übung. Übermäßige Hast kann keine gewünschte Ergebnisse bereiten. In diesem Kontext sagt Tukaram Maharaj.

तुका म्हणे नाही चालत तातडी । प्राप्तकाल घडी आल्याविण ॥

(Übersetzung : Tukaram bestätigt, dass übermäßige Hast auf diesem Weg nicht funktionieren kann. Man muss auf richtige Zeit warten)

Die Entwicklung der spirituale Übung ist langsam. (Deshalb muss sie (Meditation) jeden Tag und unverwandt unternahmen werden soll)

Gott Shiva , der Begründer dieses Wegs der Meditation (Siddha Yoga) bleibt immer in diesem Zustand des Geistes.

जिये मार्गीचा कापडी । महेशु आझुनि । (ज्ञानेश्वरी ६-१५३)

(Übersetzung : Gott Shiva, Der Exponent von diesem Weg beharrt ihr
Man darf nicht faul zu meditieren sein.

Nach der Einleitung, wenn die Meditation nach einigen Jahren , keine Erfolg bringt , denkt man, wie lange man das weiter machen soll (Streben nach spirituale Entwicklung) Die oben erwähnte Beschreibung der Meditation von Shiva soll man immer hegen. Am Anfang, finden alle Tätigkeiten der Reinigung langsam statt. Aspirant soll geduldig mit einem unverwandten Zustand des Geistes die Wirkung , die automatisch durch den Einfluss von Serpant Kraft statt findet, beobachten. Man darf mit einer harten Brüste weiche Wäsche nicht waschen. In der selben Weisen übermässige Hast kann nicht behilflich sein. Man muss mit Geduld meditieren.

(B) Nachdenken über Seele oder Prana

आत्मसंस्थं मनः कृत्वा ।

man soll mit einer festen Überzeugung, dass die Seele in der Form von chaitanya allgegenwärtig ist, meditieren. Um das Worte **आत्मसंस्थं** zu begreifen und anzuerkennen , kann man die Erklärung des Worts in Yogavasistha nachschlagen. Nachdenken über eigene Seele und Prana (LebenKraft) sind die zwei Seite der Münze, die 'Bramha-Pada' heisst. Wenn man eine davon erreicht hat, hat man die Ganze. Nachdenken von Seele ist eine schwirige Sache, deshalb muss man über Prana (LebenKraft) konzentrieren. Die Wichtigkeit der Lebenskraft ist in dem Zweiten Kapitel schon erklärt worden.

Wenn das Wort **आत्मसंस्थं** (Meditation der Seele) mit dem Wort **'प्राणसंस्थं'** (Meditation der LebensKraft)ersetzt wird wird es behilflich für die Übung der Meditation sein. Dann ist Zittat **आत्मसंस्थं मनः कृत्वा ।** mit der Zittat. **'प्राणसंस्थं मनः कृत्वा'** ersetzt werden. Das ist nich gegen die Wissenschaft von yoga. **'मनसि कृ'** heisst Entscheidung. Das ist auch Nachdenken von (LebensKraft) Prana. Während der Meditation soll der Aspirant sein Geist mit automatischen Bewegung des Atems, die nach dem Wunsch von Gott erfolgt (chaitanya) beschäftigen. Der Aspirant darf über nichts anders nachdenken , bedeutet der nächsten Teil der Zittat. **न किंचिदपि चिंतयेत् ।**

एष योगस्य परमो विधिः । (गीता - शांकर भाष्य ६-२५)

(C)

(Übersetzung : Das ist das Beste Verlauf von Yoga)

Als comment über die fünfundzwanzigste Strophe (Shloka) von sechsten Kapitete von 'Bhagwad Geeta, erklärt Bhagavada Pujoyapada Shrimad Shankaracharya klar. ***** das heisst, dass es keinen besseren Weg von Yoga gibt als 'Siddha Yoga'.

(D) Wie kann man an diesem Weg glauben.

Man soll keine Wissenschaft glauben, und nicht denken, ob es wahr ist oder nicht, bis man eigene Erfahrung hat. Ein bisschen Erfahrung des Erwecken der Serpant Kraft erlaubt den Aspirant an diese Wissenschaft von 'Siddha Yoga' zu glauben.

4. Vier Stufe der spiritualen Entwicklung , die von dem Nachfolgern von Siddha Yoga erreicht werden.

(a) Die Erste Stufe (Arabh Avastha)

Bei der ersten Stufe beginnt der Serpant Kraft ihre Funktion mit Körper Bewegung , (Yogik Haltung), die ein Aspirant unabsichtlich bei der Meditation erfährt.

Sie sind Asanas (Körperhaltung), Bandhas (Beine blockieren um Atem zu verhindern) und Pranayam (Atem-kontroll) usw, die bei Reinigung der Nerven helfen.(Nadi Shuddhi). Yogische Tätigkeiten (Körperhaltungen) bringen Unverwandtheit des Körpers. Bandha und Pranayam (Atem kontroll) machen den Körper leichtig. Mit Reinigung der Nerven wird das Gleichgewicht der Flüssigkeiten und Stoffe wie Gassen, Gale in den Körper gehalten.

(b) Zweite Stufe

Bei dieser Stufe, dämpfen sich die weltlichen Wünschen langsam und ein Aspirant der immer an Gott denkt bleibt in der heiligen Umgebung und angenehmer Laune. Das führt ihn langsam nach Distanzierung von weltlichen Vergnügen. Weil beide Stufe mit einander vermischen, wird der Weg von Serpant Kraft nach Brahmavandhra (Sahasrara) einfach. Das bringt auch eine automatische Kontrolle über Atem und Unverwandtheit des Geists.

(c) Dritte Stufe (Parichaya - Avastha)

Bei dieser Stufe bleibt die Serpant Kraft (Kundalini) , die Prana (LebensKraft) im Herz stabilisiert, mit Gott Shiva in Sahasrara zusammengefügt. Deshalb erreicht der Aspirant ein ganz bewegungsloses Zustand des Körpers. Als Folge, erreicht das bemühende Geists ruhe und langsam die Stufe von Siddha, die ihm aussergewöhnliche Mächte erlaubt. Der Yogi bekommt die Erfüllung seines Lebenszieles. Nach dem man diese Stufe erreicht hat, kann man die Serpant Kraft von anderen erwecken. Die Knotten in eigenen Herz und die Zweifeln sind gelöst worden. Die Kenntniss von solchen Yogis bleibt nicht bedeckt. Weil er den Weg von Brahmaloaka gesehen hat, geht er direct ins Satyaloka nach dem Sterben.

(d) Die Vierte Stufe – (Nishpatti- Avastha)

Bei dieser Stufe fügt die SerpantKraft (Kundalini Mahashakti) zusammen mit Shiva, der echte Stützer und erreicht Yogi die Stufe der Erlösung (die Stufe der Perfektion)

5. Siddha Yoga – das Land und die Welt zu erheben.

Herr Jnaneshwar Maharaj, der höchste Heiliger meint, dass ‘Bhagwad Geeta’ nur Siddha Yoga beschreibt. Die Wissenschaft von yoga zielt nach der Erlösung von Mensch. Nach dem Prinzip ‘**पिंडी ते ब्रह्मांडी**’ .

(Übersetzung : Alle Elemente , die in dem Körper existieren , existieren auch in der Welt) Siddha Yoga ist fähig Menschen zur Perfektion zu erheben und ist auch fähig damit das Land und die Welt auch zu erheben.

Einige Leute verzweifeln von der Fähigkeit und Tätigkeit von diesem yoga. Sie drucken ihren Zweifel aus. “Wie kann die Yogische Wissenschaft (Weg) die Gesellschaft und die Ganze Humanität erheben, denn sie kann nur personen erheben”? Herr Gulavani Maharaj hat in sinem ganzen Leben nur einmel am 26 Mai 1957 abends ein Vortrag gehalten. In seinem Vortrag hat er erwähnt, dass der Lehrsatz von Siddha Yoga wohlwollend für die Nation und Welt ist. Durch Verfolgung von Siddha Yoga kann der Aspirant sich von verschiedenen Krankheiten heilen. In der selben Weise, kann das Prozess der inneren Reinigung die Nation erheben, Er erläuterte, auch wenn der überzeugte Aspirant diesen Weg für eigenen. Erfülleng verfolgt, ist diese wertvolle Kenntniss von diesem Weg(yoga) sehr vorteilhaft für Indien und durch Indien für die ganze Welt. Es ist eine Erfahrung von

vielen Aspiranten, dass ihre sündlich Tendenz gedämpft worden sind und ihre Emotionen gereinigt worden sind. Die innere Reinigung kann die Macht der Nation schützen. Nur die gerechten Personen können diese Kraft durch Gnade des fähigen spiritualen Meister bekommen. Das ist die Aufgabe von allen Fackelträgern der Nation auf diesen spiritualen Weg zu konzentrieren, der die Macht von der Nation vergrössern kann. Es wird nach eine Besprechung beobachtet, dass die richtige Ehre für das Land, durch sorghafte und echte Darstellung vergrössert werden könnte. Er meinte “ Durch Erwecken der innere Serpant Kraft und durch Gnade von Gott könnte der Weg von Siddha Yoga behilflich für die ganzen Welt sein.

6. Siddha Yoga ist der Weg von weltlichen Religionen , den die ganze Welt umarmt.

Die Heilige haben Gott mit verschiedenen Beten und schöne Gefühlen, die die Verbindung von menschlichen Liebe angebetet. Wie **वसुधैव कुटुम्बकम्** (Die ganze Welt ist eine Familie)

कृण्वन्तो विश्वमार्यम् (Die Welt als seine hochkulturelte Gesellschaft umwandeln)

हे विश्वाचि माझे घर (Die ganze Welt ist meine Familie)

Das zweite Gebet schliesst das Gefühl von Liebe und umfasst die Welt als seine Nation. Die Idiologie, dass die Welt eine Nation ist, wird von uhralten Heiligen eingeführt. Von diesem Betrachtungspunkt kann man sagen dass alle Nationen von heute aber nur kleine Teile der Erde-Nation sind.

Bewusstsein ist der gemeine Herrcher von allen Menschen von allen Nationen (die ganze Welt). Man braucht nicht zu beweissen , dass es nur eine universale Religion gibt, weil alle von der gleichen Mutter des Bewusstseins (**चैतन्य** ****-chaitanya) geboren sind und später sie sich auch mit dem Gleichen zusammenfügen. Deshalb ist Bewusstsein (**चैतन्य**) Mutler der ganzen Welt.

Diese Ideologie von Siddha Yoga wird hauptsächlich auf dem Prinzip von Bewusstsein (**चैतन्य**) basiert, das in allen Menschen weilt, obwohl jeder einen anderen körper hat, ist Bewusstsein eine verbindende Kraft und soll für die ganze Welt ohne zweifel akzeptiert werden. Dieser Weg ist einfach zu verfolgen und zeigt Ergäbnisse(Erfahrungen). Es gibt keinen Zweifel, dass Siddha Yoga ein mächtiges Mittel ist, um die Welt den Ozean der Trauer zu überwinden, behilflich sein könnte. Dieses ‘Chaitanya Ganga’ von Siddha Yoga, das hier dargestellt wird und von verehrten Herrn Gangadhar. Tirth swami Maharaj gepflegt wird, hat die Fähigkeit die Welt zu reinigen.

7. Gewehrleisteter Weg von Welt Frieden.

Bewusstsein (**चैतन्य** -Chaitanya) ist die Ursache der Welt, weil die Welt wegen seiner Explosion entstanden ist.

Zurück verfolgen der Schritte in der Richtung der Originalen Ursache ist das spirituale Mittel, Frieden zu erreichen. ‘Alles was in einem eigenen. Körper existiert, existiert auch in der Welt’.

Deshalb ist es wichtig auf das weltliche Bewusstsein (**‘विश्वचैतन्य’**)(Vishwa-chaitanya) zu konzentrieren, dessen Teil in jedem existiert. Die Lebenskraft

('प्राण तत्त्व' Prana Tatwa), die in Umgebung existiert, und die im eigenen Körper als unabsichtliches Atem (Prana) existiert, ist identisch. Das Studieren von LebensKraft (Prana) als prinzip ist ein Mittel zur Weltfrieden.

8) Die Welt Organisationen von Anhängern von Siddha Yoga.

Das Bewusstsein (चैतन्य - chaitanya) ist die Haupt

Ursache der Welt und alle Lebensweise sind davon gestammt worden. Die Uralte Vedas haben im Aphorismus wie **समान्नायः समानात्तः** dargelegt, dass das Bewusstsein (चैतन्य - chaitanya), das in allen Lebewesen existiert, alle in einem höchsten Lebewesen verbindet. Deshalb, kann die Weltorganisation von Siddha Yoga wie Wunder funktionieren, wenn die Anhänger der Organisation die Welt zu Perfektion führen.

Obwohl in der Welt aussere Unterschiede existieren, gibt es eine gemeinsame Verbindung der Bruderschaft, das das höchste Prinzip der Indische Kultur ist und das von der Welt akzeptiert wird. Statt der Unterschiede, bindet das kreative Prinzip allen für die Welt Organisation zusammen Die Aspirant, die ein zuwachsendes Glauben an Gott, wegen des Erwecken der Serpant Kraft (Kundalini), können. unter einem Oberlauf organisiert werden. Der Heilige Herr Jnaneshwar Maharaj sagt

हे विश्वचि माझे घर (अध्याय १२-२१३) (Übersetzung : Die Welt ist mein Haus). Herr Samarth Ramdas hat auch die gleiche Gefühle der weltlichen Bruderschaft und sagte

‘ चिंता करीतो विश्वाची ’ (Ich denke an Wohl der Welt). Das zeigt, dass die beide Heilige ihre Liebe für Meschen hatten, und ihre Gefühle für die weltliche Bruderschaft ausgedruckt hatten. In der selben Weise, hatten auch, die durch Göttliche Intellekt geführte

कृण्वन्तो विश्वमार्यम् Uralte Heilige die Wunsch, die Welt als eine hoch kulturell Enwickelte Gemeinschaft zu umwandeln, ausgedruckt. Um die Wünsche der genannten Heiligen zu erfüllen und den Wunsch von Uralten Sehern zu verfolgen, entscheidet die Welt Organisation von Siddha Yoga, die Anhänger in der Weltfrieden zu kulminieren und nach dem Wunsch von Gott zu arbeiten.

Kapitel V

Der Einfache Weg von Siddha Yoga (Oberflächlichen Weg von Siddha Yoga)

1) Einfach zu Üben:

Der Weg von Siddha Yoga ist sehr einfach zu üben. Am Tag um den von dem spiritualen Meistern verabredeten Zeitpunkt muss der Aspirant auf dem Boden mit falteten Beinen, mit gerader Körperhaltung (aber nicht steif), Körper in einer locheren Haltung und geschlossene Augen sitzen. Die gerade Körperhaltung erlaubt die Freiheit für die Wirkung der von dem Meistern freigegebenen spiritualen Kraft. Um die innere Wanderung des Geistes zu kontrollieren, soll es mit dem unabsichtlichen Atem Prozess beschäftigt sein. So ist die einfache Methode dieses Wegs. Nach der Einleitung, wenn die von dem spiritualen Meistern aktivierte spirituale Kraft in der Sushumna Nerve (Nadi) eintritt, wird es erwartet, dass der Eingelietener nichts macht. In anderen Worten, beginnt die spirituale Kraft des spiritualen Meister selbst die Wirkung für die Entwicklung der erwecken Serpant Kraft (Kundalini). Deshalb sind freie Körper Bewegungen wichtig und den Wanderenden Gedanken zu kontrollieren, soll sich das Geist mit dem unabsichtlichen, natürlichen Atem beschäftigen. Das hilft der Willen des spiritualen Meisters bei der weiteren Entwicklung der erweckten Serpant Kraft (Kundalini). Nach der Einleitung, kann in einer kurzen Zeit durch die spirituale Übung erreichte Erfahrung den Aspirant anziehen. Der angenehme Einfluss hält den Aspirant zu inneren angenehmen Erfahrung fest.

2. Keine Diskrimination bei Einleitung

Siddha Yoga Über heist, dass das Gesit immer in dem Zustand von Gleichmut halten, **समत्वं योग उच्यते ।** (Übersetzung : Ausgeglichenheit des Geistes ist yoga)

Bei Siddha Yoga haben die in tagtäglichen Leben existierenden aussere Unterschiede wenige Bedeutung. Auch die Frauen können das Studium von Siddha Yoga durch Einhaltung der oben genannten Regeln unternehmen. Genau so kann irgendeine Person von irgendeiner Gemeinschaft, Kaste, Religionsanhängen auf diesem Weg, der einfach einzuhalten ist und Schnell zu der Stufe von höchste Göttlichkeit führt, eingeweiht werden. Die Diskrimination auf dem Basis von Rase, Kaste, Gemeinschaft, Religion und Geschlechte der Welt haben keine Bedeutung für die Person, die diesen Weg, der zum Wohl der Lebewesen führt, folgen will.

3. Auch die Person mit meisten Sünden kann Erlösung durch Folgen von diesem Weg erreichen.

अपि चेत्सुदुराचारो भजते मामनन्यभाक् ।

साधुरेव स मन्तव्यः सम्यग्व्यवसितो हि सः ॥ (गीता ९/३०)

(Übersetzung : Auch wenn höchste Sünder mit ganzen Herz anbetet, soll er auch als tüghhaft betrachtet werden, denn er hat richtig entschieden)

Auch die schlechtesten Sündern können auf dem Weg von Siddha Yoga eingelieten werden, wenn man ein brennendes Wunsch zur Erläsung hat. Nach der Einleitung, wird man zu einem fähigen Pilger, der den Weg zum angenehmen Zustand der Göttlichkeit hinübergeht. Der Pilger von diesem göttlichen Weg könnte im Zukunft Führer der Suchendern werden. Der starke Wille des spiritualen Meister ist der Wichtigste für den

Aspirant. Man soll die Regeln und Disziplin des Wegs, als Respekt und Hochachtung für die Entscheidung des spirituellen Meisters, einhalten.

Das Erwecken der Serpant Kraft (Kundalini) verursacht diese Umwandlung im Benehmen des Aspirants. Er erreicht eine einfache und schnellere Entwicklung. Viele Aspiranten haben es beobachtet, dass nach der Einleitung, sie den Wunsch haben, ein tugendliches Leben, wegen der Gnade von Gottheit Bhagwati zu führen. Es gibt eine grosse Umwandlung ihrer Persönlichkeit und können die Regeln dieses Wegs ohne Schwierigkeiten durch Gottesgnade einhalten.

In diesem Kontext hat Gott Krishna gesagt, dass so ein gläubiger nie untergeht und sein Untergang wird gestoppt. Nach einer Weile, könnte er die Stufe von einem Mensch mit stabilen Geist erreichen. (स्थितप्रज्ञ)

**क्षिप्रं भवति धर्मात्मा शश्वच्छान्तिं निगच्छति ।
कौन्तेय प्रतिजानीहि न मे भक्तः प्रणश्यति ॥ (गीता ९/३९)**

(Übersetzung : Schnell wird man tugendlich und kriegt ewigen Frieden. O Kaunteya, du sollst das wissen, dass meine Anhänger nie untergehen können.

4) Eine besondere Möglichkeit besonderes für die Jugend.

Die Junge Leute, die in der Fall von Sucht geschossen worden sind, und können sich statt ihren ehrlichen Bemühen davon nicht entfernen, sind enteucht. Solche Aspiranten brauchen gar kein Zweifel zu haben, weil auch die hoch enteuchten und entmutigten Junge Leute, die diesen Weg gewissenhaft folgen möchten, sicher Siddha Yoga als eine positive Heilung für ihre aus ihrer Gebrechlichkeit verursachten und durch ihrer zusammen hängenden Tätigkeiten, angesammelte Leiden, finden. Diese entmutigte Person finden diesen Weg von Siddha Yoga als Wertvoller Waffe, der ihnen beim Fallen von dem Wurzel des Baumes der Sucht helfen kann.

मूले कुठारा घातः । Die gleiche Idee wird in dem Zitat aus Geeta ausgedrückt.

असंग शस्त्रेण दृढेन छित्त्वा । (गीता १५/३)

(Übersetzung : Mann kann diesen fest verwurzelten Baum Ashwattha-Baum mit einem starken Axt von Ungebundenheit schneiden.

In den verwirrten Zuständen bewirkt der einfache Weg von Suddha Yoga, der gleich die Erfahrung der Göttlichen Kraft zeigt, als Leuchtturm, das Ozean des weltlichen Trauers zu überqueren. Der Weg von Siddha Yoga, der einem Weg von Kraft Übertragung ist, (शक्तिपात विद्या -shaktipath vidya) bringt den unterdrückten und entwürdigten die echte Freude und Aufklärung. Und das erhebt ihr Zustand des Lebens. Das ist eine echte Wahrheit und das kann man erleben. Nach der Einleitung beobachtet der Aspirant einige Blicke des Göttlichen Lichtes Während Meditation und ihr Bemühen bei der spirituellen Tätigkeit (साधना - sadhana) zeigt gute Ergebnisse.

5. Siddha Yoga – Das ist die Hauptschlüssel zur höchsten Freude

Der Menschen Körper ist eigentlich eine Form von höchstem Bewusstsein (चैतन्य - chaitanya). Das ist ein Geschenk von Gott für die Menschen, dass sie die Schichte, die das Bewusstsein (चैतन्य - chaitanya) bedecken, entfernen können und eine Einheit mit dem haupt Bewusstsein (Chaitanyamay Prakash - चैतन्यमय प्रकाश) haben können.

Es ist notwendig diese Schichte in irgendeiner Weise zu entfernen , die wegen guter und schlechter Täte in der letzten Geburt angesammelt wurden. In der Laufe der Zeit, wenn diese Schichte entfernt werden und die Dunkelheit der Unkenntnis ausgelöscht wird, wird der Aspirant fähig die Selbst-Realisierung zu erlangen. Mit Sddha Yoga, erfolgen verschiedene yogische Haltungen durch den mächtigen Willen des spiritualen Meisters und die Schichte der vergangenen Täten werden automatisch ohne Bemühen des Aspirants ausgewaschen. Diese Schichte können durch anderen yogischen Wegen entfernt werden, aber wie früher erzählt, kann Siddha Yoga wie Vögelweg (**विहंगम मार्ग** - Vihangam Marg) diese Schichte in einer einfachen Weise entfernen und das Ziel von spiritualen Erfüllung nah und nah bringen.

6. Ein einfacher Weg sich über die drei von der Natur verursachten Bindungen.

Normalerweise unternimmt jede Person alle Tätigkeiten unter den Einfluss von drei Bindungen-Sattwa (Reinheit) , Raja (Leidenschaft) und Tama (Trägheit). Gott Krishna ermahnte Arjuna ganz klar sich von Bindungen von diesen drei Qualitäten (Gunas) zu befreien.

निस्त्रैगुण्यो भवार्जुन । (गीता २/४५)

(Übersetzung : O, Arjuna, befrei dich von dieser drei bindende Qualitäten.)

Unter dem Einfluss von diesen bindenden Qualitäten (Gunas) unternimmt eine Person gute oder schlechte Tätigkeiten. Bei diesem Weg, wenn man mit einem ausgeruhten Körper und mit einem Willen für ein absolutes Ergeben zu meditation sitzt , verliert man das Bewusstsein des Körpers und sein Geist wird Stabil, denn es ist mit unabsichtlichen Atem beschäftigt. Nach der Einweihung, befreit sich der Aspirant langsam aus der Bindung von diesen drei Qualitäten. Der haupt Unterschied Zwischen diesem und anderen ist merkwürdig und kann man klar fühlen. Bei den anderen yogischen Wegen muss der Aspirant von vier anstrengenden yogischen Übungen abhängig sein um die Standhaftigkeit der Intellekt (**स्थितप्रज्ञता** - Sthitapradnata) zu erreichen und über drei Qualitäten zu hinausgehen, muss der Aspirant von vier anstrengenden yogischen Übungen abhängig sein. Aber bei Siddha Yoga werden alle diese Stufen des Geistes automatisch durch Einfluss von dem starken Willen des spiritualen Meisters erreicht. Das bedeutet ,dass es einen Unterschied zwischen 'standfähigkeit des Geistes machen', und 'standfähigkeit des Geistes langsam und automatisch erreichen' gibt. In der selben Weise, ist es wichtig den Einfluss von automatisch erfolgten Erleichterung, die durch 'Erreichung der Freiheit von drei bindenden Qualitäten' statt 'sich frei von ihnen machen' erreicht wird.

7. Gute und Schlechte Tätigkeiten, Inden und Qualitäten aufgeben

Wie früher gesagt, wird das Bewusstsein (**चैतन्य** - chaitanya) die haupt Eigenschaft des Lebewesens durch. Beschichtungen der Täten der vergangenen Geburten bedeckt. Das Erwecken der Serpant Kraft (Kundalini) ist der mächtigste Waffe um alle Beschichtungen der Abdrucken der Täten des vergangenen Geburts zu entfernen. Normalerweise, ist es bekannt, dass man schlechte Gewohnheiten aufgeben soll um ein echter Glaubiger zu werden, aber man muss auch gute Sachen aufgeben um Perfektion zu erreichen. Es könnte seltsam klingen. Jedoch ist es notwendig eine Mackellose und Tadellose Stufe der Perfektion zu erreichen. Gott Krishna hat es klar erzählt.

शुभाशुभपरित्यागी भक्तिमान्यः स मे प्रियः । (गीता १२/१७)

(Übersetzung : Der Mensch, der gute und Schlechte geopfert hat, und ist in der Hingabe gehüllt, ist mein beliebter.) Das bedeutet , dass nur nach der Entlassung der guten und schlechten Dingen, ist die echte Hingabe möglich, und wird von Gott beliebt. In einer Weise ist jede Idee gewünschten gereinigten Stufe der Perfektion. Der Heilige Ramdas hat auch in seinem Buch ‘ Manache Shlok’ behauptet.

मना कल्पना लेश तोहि नसावा । (मनाचे श्लोक)

(Übersetzung : Man darf auch kein leisstes Gedank haben) leisstes Gedank oder Geisteshaltung könnte die Yogische Entwicklung verhindern. Er meint auch

सदा सर्वदा मोकळी वृत्ति राहे । (मनाचे श्लोक)

(Übersetzung : Das Geist soll immer frei von allen Gedanken baleiben)

Es ist klar, dass auch das kleinsste Gedank, gut oder schlecht, nimmt eine Form von Samen, der später ein grosser Baum von Gedanken werden könnte. Das soll im Keim erstickt werden. Deshalb könnte irgendeiner Art von Hoffnung, Wunsch, Leidenschaft ein Hindernis zur Erreichung von entgültigs Ziel werden. Das gleiche Prinzip wird in YogaWasishta wiederholt

आशा एव परं दुःखं नैराश्यं परमं सुखम् । (योगवाशिष्ट)

(Übersetzung : Ein Wunsch schafft tief Trauer, aber Freiheit von Wünschen bringt absolute Freude)

Der Aspirant muss im Kopf halten, dass man keine rückständige Wünsche haben darf. Wie auch in Bhagwad Geeta ausgedruckt wird.

संकल्पप्रभवान् कामान् त्यक्त्वा सर्वानशेषतः । (गीता ६/२४)

(Übersetzung : Alle aus Gedanken der Welt gebornen Wünsche ohne Vorbehalt aufgeben) Gott Krishna erklärt in Bhagwad Geeta in folgenden Stroffe, wie die Stufe des höchsten Bewusstsein erreicht wird.

प्रजहाति यदा कामान् सर्वान् पार्थ मनोगतान् । (गीता २/५५)

(Übersetzung : Wenn man alle Wünsche aus dem Geist vollig abwirft.) Diese Art von höchstem Zustand des Geistes kann in jetzigen Geburt durch Üben von Siddha Yoga erreicht werden. Aber in zwischen Zeit, wenn man stirbt, kann man das im nächsten Geburt sicher erreichen. Wenn das Geist diese Gedankenlose Zustand des Geistes erreicht, nur dann kann der yogi sich mit dem höchsten. Bewusstsein zusammenfügen.

(ब्रह्मयोगयुक्तात्मा) (yuj and yung) bedeutet fügen- Ein mit Bewusstsein werden (**चैतन्य** -chaitanya)) Diese Stufe kann man mit sich bemühen nicht erreichen aber

erfolgt automatisch. **नह्यसंन्यस्तसंकल्पो योगी भवति कश्चन । (गीता ६/२)**

(Übersetzung : O Arjuna, man kann kein Yogi, werden, bis man alle Wunsch aufgibt) Deshalb ist Aufgeben von guten und schlechten Gedanken ist wichtig.

8. Die Höchste Hingabe in Form von sich ganz ergeben.

Auf diesem Weg ist konzentration des Geistes auf automatischen Atem von LebensKraft.

(**प्राणशक्ति संचार** - Prana Shakti sanchar) Das ist eine Art von Hingabe. Wenn das Geist sich ganz der Lebenskraft (**प्राणशक्ति** - Prana Shakti) des Meisters ergibt.

(**चैतन्य शक्ति**) beginnt eine Art von Reinigung des Körpers, Geistes und Sinnen. Wenn eine absolute Freiheit zu dem Reinigungsprozess gegeben wird, erfolgt die Hingabe des Bewusstsein (**चैतन्य** - chaitanya). Das ist ein Gebet des Bewusstseins (**चैतन्य** - chaitanya). In dem Buch ‘Narad Bhakti Sutra’ wird die Hingabe als

“सा प्रेमस्वरूपा”

beschrieben. (Übersetzung : Hingabe ist die beste Art der Liebe für Gott). In dieser Weise, wird die Hingabe für Gott (**चैतन्य** - chaitanya), wird als Liebe für Bewusstsein umgewandelt. Allmählich findet man, nichts was so verführerisch ist, wie selbst **जो आत्मलाभा सारिखे गोमटे काही च न देखें ।** und in dieser Weise eine ungestörte Hingabe erfolgt automatisch von den Aspirant. Die Hingabe von dieser Art, die von Siddha Yoga beigebracht wird, ist die höchste **भक्तिरेव गरीयसी**. (Übersetzung : Nur Hingabe ist das Höchste)

Das ist ein Beten von Selbst durch Selbst. Bei diesem Beten muss man sich der Macht des Meisters völlig ergeben und sie frei zu benehmen erlaubt. In der Form der Tätigkeit betet die Göttlichkeit selbst. Man soll mit der spiritualen Übung weiter führen, bis man diese Perfektion erreicht.

9. Kein Rückfahrts Karte

(Andauerende spirituale Übung)

Auf diesen Weg von Siddha Yoga, die Eigenschaft, die man in Kopf halten muss, ist, dass das wichtigste Pflicht des Aspirant ist, dass man sich mit allen Regeln dieses Wegs von der Einleitung bekannt macht. Durch die Gnade des spiritualen Meister, wenn einem die spirituale Kraft übertragen wird, erfährt man die physischen Tätigkeiten. Wie früher erwähnt wird, unternimmt die Göttliche Macht die Entfernung von allen auf die Chaitanya liegenden Beschichtungen. Wegen der Prägungen der vergangenen Tätigkeiten, wenn die spirituale Übung unerfüllt bleibt, werden diese Prägungen in dem nächsten Geburt entfernt. Auf diesem Weg gibt es manchmal Hindernisse aber es gibt keine Rückfahrt (keine Umkehrung)

10) Innere Reinigung ist die Lösung für alle Probleme

(Einfluss von Siddha Yoga über das Leben des Aspirants)

Nach der Einleitung, wird es beobachtet, dass alle Nerven des Körper, durch der Einfluss der Einleitung gereinigt werden.

सर्वासु नाडीसु विशोधितासु । (योगतारावलि.३)

(Übersetzung : Wenn alle Nerven gereinigt werden)

Es wird beobachtet, dass innere Reinigung des Körpers viele merkwürdige Änderungen in dem Leben des Aspirants erschafft hat. Eine absolute Freiheit von Krankheiten, Aufmerksamkeit vor eigener Arbeit, Verbesserung beim Lernen. Freiheit von Suchten wird beobachtet. Das Geist bleibt immer in einem freudigen Zustand. Einige unmögliche Ereignisse finden statt. Alle diese sind aussere Vorteile, die der Aspirant durch Erwecken des Serpant Kraft (Kundalini) beweisst. Wenn die Göttliche Kraft (

भगवती - Bhagwati) ihre Gnade auf dem Aspirant überschüttet, ist nichts unmöglich für einen. Aussere Tätigkeiten sind für dem Aspirant mit geringeren Bemühen möglich. Für die Teilnahme an ausseren Tätigkeit im praktischen Leben ist Bewusstsein (**चैतन्य शक्ति** - Chaitanya Shakti) in der Form von LebensKraft (**प्राणशक्ति** - Pranshakti) die Hauptnotwendigkeit.

Es ist ein echtes Wunsch des Autors, dass mehr und Mehr Leute die Vorteile aus diesem unparallelen System von Siddha Yoga kriegen sollen. Alle sollen ganze Erfüllung

bei dem Lebensziel erreichen. Alle werden gebeten, anderen Aspiranten über diesen Weg für ihre eigene Wohl zu informieren.

Am Ende, bete ich bescheiden an Lotusfüßen von Brahmaleen Verehrter Herr Loknath Tirth Swami Maharaj an, allen Menschen mit Frieden, Wohlhaben und Zufriedenheit zu Segnen und allen bei Erfüllung der Idealen zu helfen.

सर्वेऽपि सिध्योग दीक्षिताः भवन्तु ॥

(Alle sollen Anhängern von Siddha Yoga werden). Ich hoffe dass alle Freiheit von weltlichen Verwicklungen bekommen und alle die Erfahrung von Gott, der in eigenen Herz bleibt, haben.