

Arghya

Paramapadma Dhirananda

DARBRINGUNG

- Gebete -

OFFERINGS

- prayers -



Der Autor Paramapadma Dhirananda, von Beruf Yogalehrer und Astrologe, wurde 1937 als Samir Kumar Ghosh in Kalkutta, Indien, geboren. Schon seit frühester Kindheit wurde er mit der klassischen Form des Yoga vertraut gemacht. Unter der geistigen Führung von zwei sehr weisen Yogis und durch eine fünfjährige Ausbildung zum klassischen Yogalehrer erarbeitete er sich ein fundiertes Wissen über den klassischen Yoga.

1959 wurde Paramapadma Dhirananda von Swami Hariharananda im Puri Ashram in die ursprüngliche Technik des Kriya-Yoga, nach der Lehre von Babaji und seiner traditionellen Nachfolge (Lahiri Mahasaya, Sri Yukteswar und Paramahansa Yogananda) eingeweiht und vollendete unter der Führung seines Lehrers Swami Hariharananda schnell die höheren Kriya-Stufen.

1977 erhielt Paramapadma Dhirananda den Auftrag, als autorisierter Lehrer den Kriya-Yoga im Westen zu lehren. 34 Jahre lang leitete er regelmäßig Kriya-Yoga-Seminare in Deutschland, Österreich und in der Schweiz. In der Zeit von 1977-81 führte er auch Seminare in Holland, Belgien, England, Schweden, Finnland, Curacao (niederländische Antillen) sowie in Süd- und Nordamerika durch. 1982 erreichte er den Zustand des Nirvikalpa Samadhi, dem Ziel des Yoga-Weges.

Seit 1986 bildete er Schüler und Schülerinnen zu Yogalehrern des klassischen Yoga aus.

2011 verließ Paramapadma Dhirananda seinen materiellen Körper (Mahasamadhi).

Arghya

DARBRINGUNG

- GEBETE -

OFFERINGS

- PRAYERS -

Paramapadma Dhirananda
(S.K. Ghosh)

Ich danke allen Personen, die direkt oder indirekt geholfen haben, dieses Büchlein zu publizieren. Ohne ihre Hilfe wäre eine Veröffentlichung nicht möglich gewesen. Paramapadma Dhirananda

I thank all those who, directly or indirectly, helped to publish this booklet. Without their help this publication would not have been possible. Paramapadma Dhirananda

ISBN 978-3-9523882-1-1
2. Auflage, 2020

© KRIYA Verlag - Jean-Pierre Wicht
alle Rechte vorbehalten
Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Verlages.

Illustrationen, Emblem und
Bucheinband (Oel auf Leinwand):
Nelly Moritz, dit. Morinelly, Künstlerin, CH- Pratteln

Das nebenstehende Emblem (Zeichen) stellt den Dreizack (*triśula*) von Śiva (Aspekt Gottes) dar. Die drei Spitzen symbolisieren die Qualitäten von *paramātmā* (der allumfassenden göttlichen Seele): *sat - cit - ānanda*.

The symbol on the facing page shows the trident of Śiva (an aspect of God). The three prongs symbolize the qualities of *paramātmā* (the universal divine soul): *sat - cit - ānanda*.

KRIYA Verlag - Jean-Pierre Wicht
Dorfstrasse 8c, CH-5412 Gebenstorf
Tel. +41 (0)79 642 18 67
info@yoga-onlineshop.ch
www.yoga-onlineshop.ch



SAT - CIT - ĀNANDA

allexistierend
allbewusst
allglücklich

all-existing
all-conscious
all-blissful

FOREWORD

Prompted by my students to publish the prayers which arose spontaneously during my meditations, I have included them in this little book.

No special talent is necessary to pray. Far more than anything else, we need modesty, simplicity, seriousness and enough devotion to surrender oneself to God. Simple words from the heart say more to God than bombastic egotistical speeches.

Prayers from the depth of the heart protect us from fear. They generate spiritual energies within us, enlighten the mind and bring deep inner peace.

Through prayers we find our way on the spiritual journey to Him. A human life without prayer is worthless.

Praying for worldly and material things are prayers for very minor things. Certainly God would fulfil these needs without even having to ask Him. But much more than anything else, one should ask for his infinite mercy, his divine protection, his permanent guidance, to develop all divine qualities and to reach self realization and liberation.

Unselfish prayers for others are heard first by God. They bring inner peace and spiritual strength.

Prayer exists as long as duality is there. The moment one feels the unity with *ātmā* (the individual divine soul) then prayer is transformed into enjoyment of unity. In this state who prays to whom? Only the omnipresent *ātmā* exists. As long as a man does not reach this consciousness of oneness, he must pray.

Finally I would like to suggest to all readers of this little book: „Make your life beautiful, peaceful and joyful through daily prayer.“

I pray to God to remember that although someone may sometimes forget to pray, may he never lose his divine mercy.

Paramapadma Dhirananda

VORWORT

Angeregt durch meine Schüler und Schülerinnen, habe ich in diesem Büchlein einige Gebete zusammengefasst, die während der Gebetszeit in den Meditationen aus mir heraus geflossen sind.

Beim Beten ist keine besondere Begabung nötig, viel mehr braucht es Bescheidenheit, Hingabe, Einfachheit und Ernsthaftigkeit. Einfache Worte von Herzen sprechen zu Gott mehr als großartige, egoistische Reden.

Gebete vom Innersten des Herzens schützen vor Angst, sie erzeugen spirituelle Energien in uns, erleuchten den Geist und bringen ihm tiefen inneren Frieden.

Durch Gebete finden wir den Weg auf der spirituellen Reise zu IHM. Ein menschliches Leben ohne Gebet ist wertlos. Beten um Weltliches und Materielles sind Gebete für sehr kleine Dinge. Sicher wird Gott diese Bedürfnisse erfüllen auch ohne IHN darum zu bitten. Viel mehr als alles andere, sollte man Gott ganz besonders um Seine unendliche Gnade, Seinen göttlichen Schutz, Seine ständige Führung und um die Entwicklung aller göttlichen Qualitäten sowie das Erreichen von Gottesverwirklichung und Befreiung bitten.

Selbstlose Gebete für andere werden von Gott zuerst erhört, sie bringen inneren Frieden und spirituelle Stärke.


Gebete existieren nur so lange, wie Dualität besteht. Sobald man jedoch Einheit mit *ātmā* (der individuellen göttlichen Seele) fühlt, verwandelt sich das Beten in Erfreuen der Einheit. Wer betet zu wem in diesem Zustand? Nur der allgegenwärtige *ātmā* existiert. Solange jemand dieses Bewusstsein der Einheit nicht erreicht, sollte er beten.

Zum Schluss möchte ich noch alle Leser dieses kleinen Buches bitten: „Macht Euer Leben schön, friedvoll und freudvoll durch tägliches beten.“

Ich bete zu Gott, wenn jemand zu beten vergisst, so möge er trotzdem niemals die göttliche Gnade verlieren.

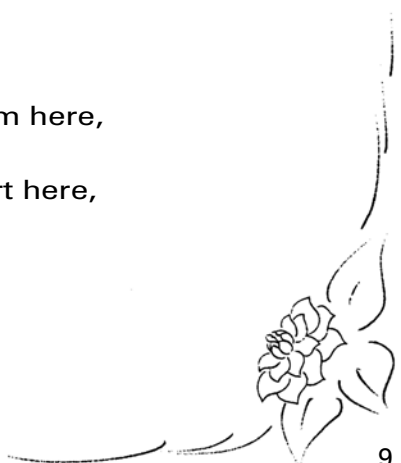
Paramapadma Dhirananda





Solange ich da bin,
bist DU nicht da.
Bist DU da,
bin ich nicht mehr.

As long as I am here,
Thou art not.
When Thou art here,
I am not.





Oh Supreme Soul

Only I can worship Thee
with the love of my heart.

Oh my *ātmā*,

only I can wash

Thy feet with the tears
of my thankfulness.

With devotion I bow

to Thee and

my only desire is

to be one


with Thee forever.





Oh Höchste Seele

Nur mit der Liebe
meines Herzens
kann ich Dich anbeten,
oh mein *ātmā*,
nur mit den Tränen
meiner Dankbarkeit
Deine Füße waschen.
In Demut neig'
ich mich vor Dir.
Mein einziger
Wunsch ist,
ewig mit Dir
vereint zu sein.






Oh Ocean of Nectar

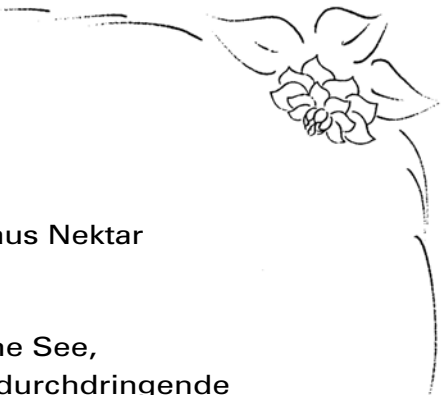
Thou art like a calm sea,
Thine all-pervading bliss
is the fathomless water
of the sea.

Please let me dive
deep into Thine
ocean of bliss.

Please allow me
to drink the nectar
of everlasting peace.

My only desire is
to be one with Thee.





Oh Ozean aus Nektar

Du bist wie
die friedliche See,
Deine allesdurchdringende
Glückseligkeit ist
das unergründliche Wasser
des Meeres.

Bitte lass' mich tief in
Deinen Ozean der
Glückseligkeit eintauchen.

Bitte erlaube mir,
den Nektar
des ewigen Friedens
zu trinken.

Mein einziger Wunsch ist,
mit Dir vereint zu sein.





Oh Divine Light


In the temple of silence
I have felt
Thine invisible presence,
I have heard
Thine unmanifested talk,
and I have drunk
Thy nectar of divine peace.
Still, the thirst for Thee
in my heart
is not quenched.
Please let me perceive
Thee more directly.
Let me fix my gaze
upon Thine eyes.
Please let me shake
Thy hand with mine.



Oh Göttliches Licht

Im Tempel der Stille
hab' ich Deine unsichtbare
Gegenwart gespürt,
hab' ich Deine wortlose
Stimme gehört
und Deinen Nektar
des göttlichen Friedens
getrunken.

Doch der Durst nach Dir
in meinem Herzen
ist noch nicht gestillt.
Bitte lass' mich Dich
unmittelbarer wahrnehmen.
Lass' mich meinen Blick
auf Deine Augen richten.
Bitte lass' mich meine Hand
in Deine legen.





Oh Eternal Glory

I praise Thy name
and glory.

I worship Thee with
the lamp of my senses.

I remember Thee
through my every breath.

Thou art the only
eternal joy.

Thou art the person
who lovest me and
givest me everything.

Thou art the floodlight
on my way.


Teach me to love Thee
as Thou lovest me.

I am ever thankful to Thee.



Oh Ewige Herrlichkeit

Ich preise Deinen Namen
und Deine Herrlichkeit.
Ich verehere Dich durch
die Lampe meiner Sinne.
Ich denk' an Dich durch
jeden meiner Atemzüge.
Du bist die einzige,
ewige Freude.
Du bist derjenige,
der mich liebt und
der mir alles gibt.
Du bist der Lichtstrahl
auf meinem Weg.
Lehre mich,
Dich zu lieben,
so wie Du mich liebst.
Ich bin Dir immer dankbar.





Oh Formless All-Pervading

Thou hast no eyes,
but Thou seest
everything.


Thou hast no ears,
but Thou hearest
everything.

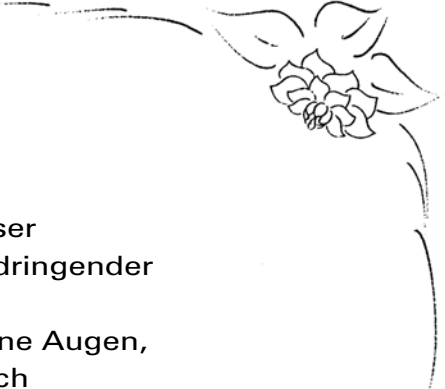
Thou hast no hand,
but Thou performest
everything.

Thou hast no legs,
but Thou art present
everywhere.

Thou art formless,
but Thou art
in every form.

Oh All-Existing,
oh All-Conscious,
oh Blissful,
let me meditate
on Thee
through all my heart.





Oh Formloser
Allesdurchdringender

Du hast keine Augen,
und dennoch
siehst Du alles.

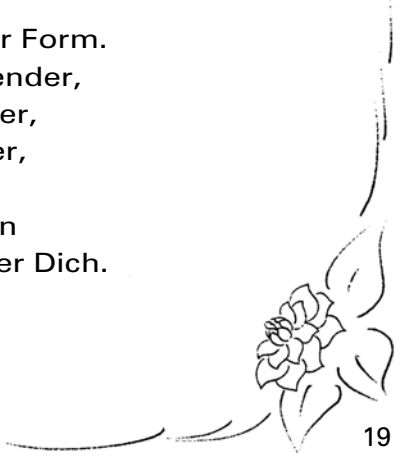
Du hast keine Ohren,
und dennoch
hörst Du alles.

Du hast keine Hände,
und dennoch
machst Du alles.

Du hast keine Beine,
und dennoch
bist Du überall.

Du bist formlos,
und doch
der Inhalt jeder Form.

Oh Allexistierender,
oh Allbewusster,
oh Glückseliger,
lass' mich von
ganzem Herzen
meditieren über Dich.






Oh Beloved Father

In this beautiful morning
I offer Thee
my gratefulness
through the flowers
of my heart
on Thine altar.
Please accept it
and give the fragrance
of universal love into it.
Please develop all
my divine qualities
which make Thee happy.
Guide me to fulfil
the purpose of life
and allow me
to love Thee with my
unexpressible love.
I bow to Thee
again and again.



Oh Geliebter Vater

An diesem
wunderschönen Morgen
bringe ich Dir
meine Dankbarkeit
durch die Blumen
meines Herzens
auf Deinem Altar dar.
Nimm sie bitte an
und gib den Duft der
universellen Liebe hinein.
Bitte entwickle all' meine
göttlichen Eigenschaften,
die Dich glücklich machen.
Führe mich, damit sich der
Sinn des Lebens erfüllen kann
und erlaube mir,
Dich mit meiner
unaussprechlichen Liebe
zu lieben.
Wieder und wieder
verneige ich mich vor Dir.






Oh Divine Boatsman

Please hold the paddle
of my boat firmly.
Please always steer
my concentration
towards Thee,
that the bubbles
of evil thought,
black clouds of fear,
high waves of
confusion and doubt,
and storms of
restlessness
cannot prevent
my journey towards
the divine shore.



Oh Göttlicher Bootsmann

Bitte halte das Ruder
meines Bootes fest.
Bitte richte das Steuer
meiner Konzentration
immer nur auf Dich,
damit die Luftblasen
schlechter Gedanken,
die dunklen Wolken
der Furcht,
die hohe Wellen von
Verwirrung und Zweifel
und die Stürme
der Ruhelosigkeit,
meine Reise zum
göttlichen Ufer
nicht behindern können.






Oh Universal Spirit

Thou art the king
of all kings,
Thou art the light
of all lights.
For my education
Thou hast come down
from Paradise into
the temple of my body.
I thank Thee and
I pray to Thee,
please open the door
of my divine
consciousness,
that I can fulfil
the purpose of
my human life
which is
to know Thee.



Oh Universeller Geist

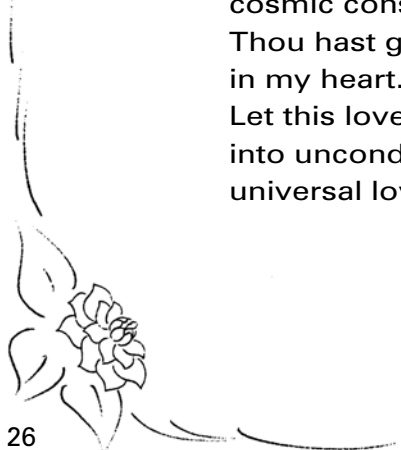
Du bist der König
aller Könige,
Du bist das Licht
aller Lichter.
Für meine Entwicklung
bist Du vom Paradies
herabgestiegen
in diesen Körpertempel.
Ich danke Dir
und bete zu Dir,
bitte öffne die Tür
meines göttlichen
Bewusstseins,
damit ich den Sinn meines
menschlichen Lebens,
Dich zu kennen,
erfüllen kann.





Oh Blissful


Thou hast allowed me
to live in this world.
Please increase my desire
to enter Thine abode.
I have experienced Thy *prāṇa*
in the external world
and I have performed
all my worldly duties.
Now I request Thee
to direct this *prāṇa* inside
to enter me, so that
I may perform the work
of the inner world.
Please open the door of
cosmic consciousness.
Thou hast given love
in my heart.
Let this love flourish
into unconditional
universal love.





Oh Segensreicher

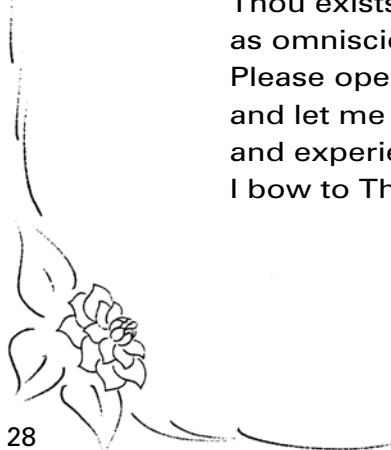
Du hast mir erlaubt,
in dieser Welt zu leben.
Bitte verstärke meinen Wunsch,
in Deine Wohnung einzutreten.
Ich habe Dein *prāṇa*
in der äußeren erfahren
und ich habe all' meine
weltlichen Pflichten erfüllt.
Bitte lenke nun dieses *prāṇa*
nach innen, damit ich die
Arbeit der inneren Welt
verrichten kann.
Bitte öffne die Tür zum
kosmischen Bewusstsein.
Du hast Liebe
in mein Herz gegeben.
Lass' diese Liebe zur
bedingungslosen,
universellen Liebe gedeihen.





Oh Omnipresent Spirit

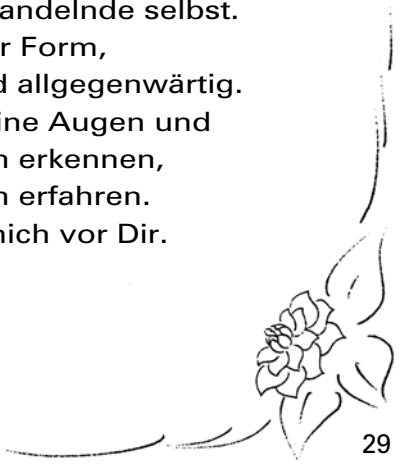
Thou art in the earth,
Thou art in the water,
Thou art in the fire
and also in the air.
Thou art in the ether and
Thou art within all elements.
Thou art within me and
Thou art also outside of me.
Thou art in front of me,
Thou art also behind me.
Thou art to the right and
Thou art also to the left.
Thou art the witness and
also the doer of all my actions.
Thou exists in every form
as omniscient and omnipresent.
Please open my eyes
and let me recognize
and experience Thee.
I bow to Thee.

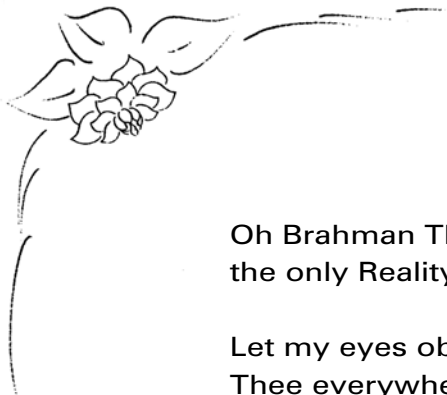




Oh Allgegenwärtiger Geist

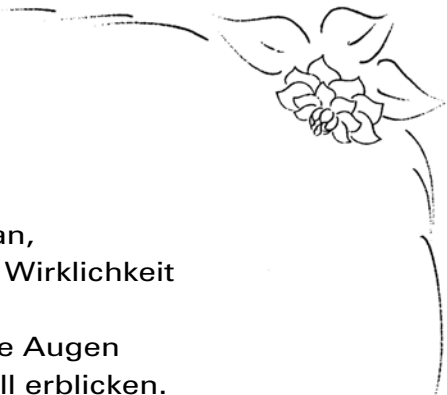
Du bist in der Erde,
Du bist im Wasser,
Du bist im Feuer
und auch in der Luft.
Du bist im Äther und
in allen Elementen.
Du bist in mir und
auch außerhalb von mir.
Du bist vor mir und
auch hinter mir.
Du bist rechts und
auch links von mir.
Du bist der Zeuge
jeder Handlung und
zugleich der Handelnde selbst.
Du bist in jeder Form,
allwissend und allgegenwärtig.
Bitte öffne meine Augen und
lass' mich Dich erkennen,
lass' mich Dich erfahren.
Ich verneige mich vor Dir.






Oh Brahman Thou art
the only Reality

Let my eyes observe
Thee everywhere.
Let my ears hear
Thy voice
in every sound.
Let the flower
of my senses
flourish with
Thy fragrance.
Then all the purpose
of my prayers
will be served.



Oh Brahman,
Du Einzige Wirklichkeit

Lass' meine Augen
Dich überall erblicken.
Lass' meine Ohren
Deine Stimme
in jedem Ton hören.
Lass' die Blumen
meiner Sinne mit
Deinem Duft
gedeihen.
Dann wird der
ganze Sinn
meiner Gebete
erfüllt sein.





Oh Cosmic Fire

Thy blissful hand
hast purified
my body and mind.
Please purify
my whole being
and transform
my human consciousness
into divine consciousness.
Please let me realize
whatever I see
or experience
is one of Thine
uncountable forms.



Oh Kosmisches Feuer

Deine segensreiche Hand
hat meinen Körper und
meinen Geist gereinigt.
Bitte reinige
mein ganzes Sein
und verwandle mein
menschliches Bewusstsein
in göttliches Bewusstsein.
Bitte lass' mich erkennen,
dass alles was ich
sehe oder erfahre,
einer Deiner
zahllosen Formen ist.



Oh Invisible


Thou art so near to me,
that nothing else
could come so close.
Still, I feel a distance
between Thee and me.
Make my consciousness
so transparent,
that I do not need
to tell Thee
to come closer.



Oh Unsichtbarer

Du bist so nah' bei mir,
wie mir nichts
und niemand
näher sein kann.

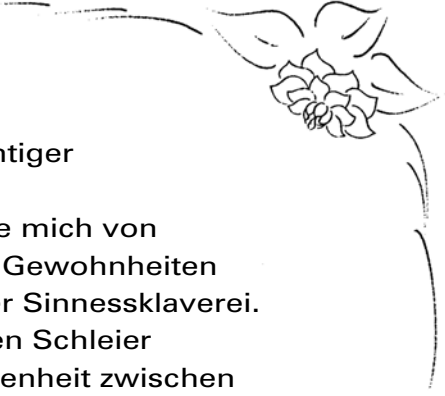
Und trotzdem
fühl' ich Abstand
zwischen Dir und mir.
Mach' mein Bewusstsein
so durchlässig,
dass ich Dir nie mehr
zu sagen brauche,
mir näher zu kommen.





Oh Omnipotent

Please liberate me
from bad habits
and sense-slavery.
Please remove
the screen of ignorance
which stands between
Thee and me.
Please cut down
the big trees of ego
with the axe of knowledge.
Please break the existing
wall of duality,
so that I can reach out
and experience
Thee more closely.
Transform all my
human will and desires
into divine will and desires.
As Thou lovest
Thy whole creation,
similarly teach me
to love Thee.
I bow to Thine
invisible holy feet.



Oh Allmächtiger

Bitte befreie mich von
schlechten Gewohnheiten
und von der Sinnessklaverei.

Entferne den Schleier
der Unwissenheit zwischen
Dir und mir.


Bitte fälle die hohen Bäume
des Ego mit
der Axt des Wissens.

Bitte zerstöre die Mauer
der Dualität, damit ich
Dich erreichen und
Dich näher erfahren kann.

Verwandle jeden
menschlichen Willen
und Wunsch
in göttlichen Willen
und Wunsch.

So wie Du die ganze
Schöpfung liebst,
so lehre mich,
Dich zu lieben.

Ich verneige mich
zu Deinen heiligen,
unsichtbaren Füßen.





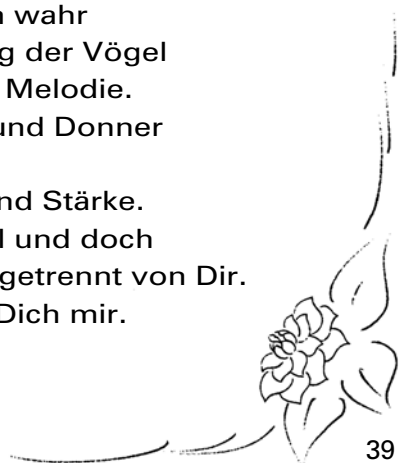
Oh Majestic

The expression of
Thy love is great.
I see Thy beauty and
Thy smile in all nature.
I receive Thy blessings and
Thy love through
the sunshine and the rain.
I see Thy tenderness
in the moonlight and
the flowers.
I feel Thy touch and
I hear Thy whisper
through the breeze.
I see Thy gravity
in the mountains and
in the clouds.
I perceive the fragrance
of Thy love in the flowers
and I hear Thy melody
in the birds' song.
I feel Thy power and strength
through storm, thunder
and lightening.
Thou art everywhere but still
I feel separation from Thee.
Please reveal Thyself to me.



Oh Majestätischer

Der Ausdruck Deiner Liebe
ist so groß.
Deine Schönheit
und Dein Lächeln
seh' ich in der ganzen Natur.
Durch Sonnenschein und Regen
erhalt' ich Deinen Segen.
Deine Zärtlichkeit seh' ich
im Mondschein und den Blumen.
Durch die lauen Winde
hör' Dein Flüstern
und fühle Deine Berührung.
Deine Erhabenheit
seh' ich in den Bergen
und den Wolken.
Den Duft Deiner Liebe
nehm' ich
in den Blumen wahr
und im Gesang der Vögel
hör' ich Deine Melodie.
Stürme, Blitz und Donner
sind Zeugen
Deiner Kraft und Stärke.
Du bist überall und doch
fühl' ich mich getrennt von Dir.
Bitte enthülle Dich mir.






Oh Omniscient Spirit

Thy consciousness is
endless and eternal.
Thy mind is cosmic mind.
Thou art within
all living being
and all living being
is within you.
Thou art the Creator and
All-Knower of this universe.
Let me feel a close
connection with Thee
and Thy cosmic mind.
Let me enjoy
Thy presence everywhere
and let me feel unity
with Thee forever.



Oh Allbewusster Geist

Dein Bewusstsein ist
endlos und ewig.
Dein Geist ist
kosmischer Geist.
Du bist in allen
Lebewesen und alle
Lebewesen sind in Dir.
Du bist der Schöpfer
und Allwissende
dieses Universums.
Lass' mich nahe Verbindung
zu Dir und zu Deinem
kosmischen Geist fühlen.
Erlaube mir, mich
Deiner Gegenwart
überall zu erfreuen
und lass' mich für immer
Einheit mit Dir spüren.





Oh Divine Master

Please make me like
a fruit-bearing tree
on the spiritual way,
whose branches
may bend down
with the fruits
of devotion.

The leaves of the tree
may give shadow
to the passers-by
and protect and
relax them from the
scorching heat,
and the birds
may sit there
and praise Thee
through their songs.



Oh Göttlicher Meister

Bitte mache mich wie
ein Früchte tragender Baum
auf dem spirituellen Weg,
dessen Äste behangen,
voller Früchte der Hingabe,
sich nach unten neigen.
Die Blätter des Baumes
mögen den Vorbeigehenden
Schatten, Schutz und
Erholung vor der
drückenden Hitze spenden.
Auch Vögel mögen dort sitzen,
und Dich preisen
durch ihren Gesang.




Oh Divine Protector

Thou art my Pole star
who hast guided and
accompanied me towards
Thine own residence.
But still, I miss feeling unity
with Thee due to the storm
of worldly restlessness.
Please do not forget me.
Please let Thy
divine light flow,
so that I will not miss
the way which
leads to Thee.
Let Thy love remain
forever with me.



Oh Göttlicher Beschützer

Du bist mein Polarstern,
der mich führt und
der mich begleitet zu
Deiner eigenen Residenz.
Und doch vergesse ich,
durch den Sturm der
weltlichen Ruhelosigkeit,
die Einheit mit Dir zu spüren.
Bitte vergiss Du mich nie.
Bitte lass' Dein
göttliches Licht
leuchten über mir,
so dass ich den Weg,
der zu Dir führt,
nicht verfehlen kann.
Lass' Deine Liebe
allzeit bei mir sein.





Oh Breath of all Lives

Thou art hidden
behind my heart.
Thou sharest in my
sorrows and happiness.
Thou givest me consolation
in my sadness and
Thou providest the joy
in my smile.
Thy life force nourishes me
and helps me
to go through life.
Thou art already within me
but still, I seek Thee outside.
Please reveal Thyself and
guide me towards Thee.
Please allow me
to know Thee and
show me how
I can reach Thee.



Oh Atem allen Lebens

Du weilst verborgen
hinter meinem Herzen.

Du nimmst teil
an meinen Sorgen und
an meinem Glücklichein.

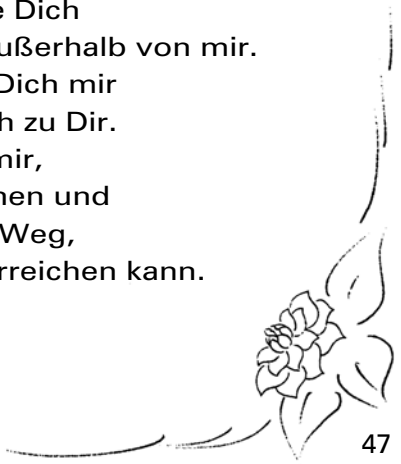
Du tröstest mich
in meiner Trauer und
Du bringst Freude
in mein Lachen.

Du nährst mich durch
Deine Lebenskraft und
Du hilfst mir, durch
das Leben zu gehen.

Du bist bereits in mir,
ich aber suche Dich
noch immer außerhalb von mir.

Bitte enthülle Dich mir
und führe mich zu Dir.

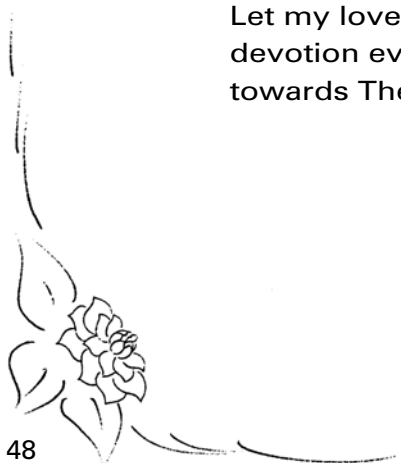
Bitte erlaube mir,
Dich zu erkennen und
zeige mir den Weg,
wie ich Dich erreichen kann.





Oh Blissful Light


Allow me to enter
Thy temple.
Please unite the
inner and outer parts
of the world through
Thy blissful hand.
Please drench
my thirsty heart
with the nectar of
Thine eternal love
and let Thine
omnipresent light
radiate within
my inner being.
Let my love and
devotion ever flow
towards Thee.





Oh Segensreiches Licht

Erlaube mir
in Deinen Tempel
einzutreten.
Bitte vereinige
die innere und
die äußere Welt durch
Deine segensreiche Hand.
Bitte tränke
mein durstiges Herz
mit dem Nektar
Deiner grenzenlosen Liebe
und lass'
Dein allgegenwärtiges Licht
in meinem Inneren
erstrahlen.
Lass' meine
Liebe und Hingabe
immer zu Dir fließen.






Oh Fountain of Love

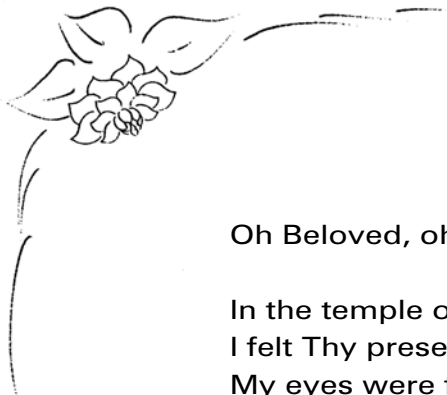
Although I sometimes
forget Thee,
Thou never forgettest me.
Whatever I see
through my eyes
is Thy form,
whatever I hear
through my ears
is Thy voice,
whatever I touch
with my hand
is Thine existence.
Thou art present
within me as
All-Consciousness.
Let me worship Thee through
Thine entire existence.



Oh Quell der Liebe

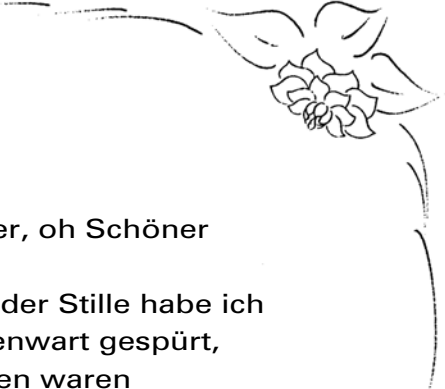
Auch wenn ich Dich
manchmal vergesse,
Du vergisst mich nie.
Denn was auch immer ich
durch meine Augen sehe,
das ist Deine Form.
Was auch immer ich
durch meine Ohren höre,
das ist Deine Stimme.
Was auch immer ich
mit meiner Hand berühre,
das ist Deine Gegenwart.
Du bist in mir anwesend
als All-Bewusstsein.
Lass' mich Dich anbeten
durch Deine ganze Existenz.






Oh Beloved, oh Beautiful

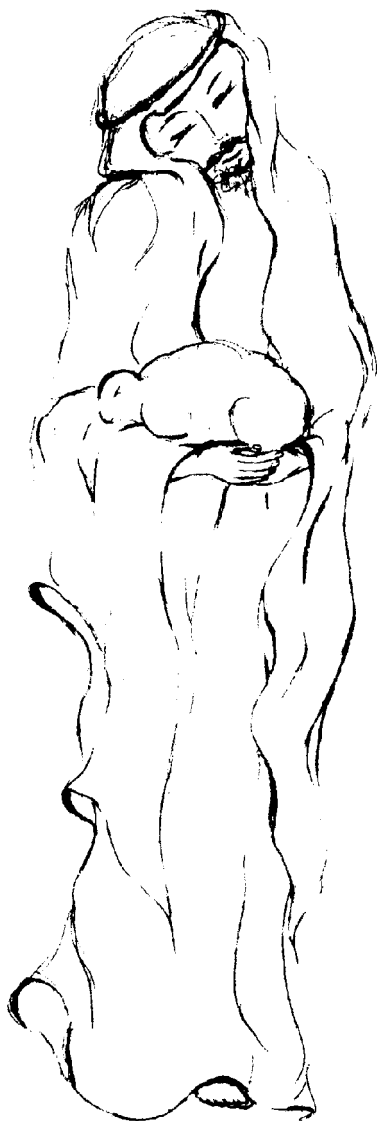
In the temple of silence
I felt Thy presence.
My eyes were full of light,
my ears heard
Thine unmanifested song.
My breath was charmed
with Thy divine fragrance.
Please allow me
to come closer,
so that there will be
no more separation.
I thank Thee for everything
and I bow to Thee through
Thy whole creation.



Oh Geliebter, oh Schöner

Im Tempel der Stille habe ich
Deine Gegenwart gespürt,
meine Augen waren
erfüllt von Licht,
Dein unmanifestierter Gesang
erklang in meinen Ohren
und mein Atem war erfüllt
von Deinem bezaubernden,
göttlichen Duft.
Bitte erlaube mir,
näher zu kommen,
so dass es nie mehr
eine Trennung geben kann.
Ich danke Dir für alles und
ich verneige mich vor Dir
durch Deine ganze Schöpfung.







Oh Glückseliger, oh Glücklicher

Das Ende all' meiner Wege
Bist Du,
das Ende all' meines Wissens
Bist Du.

Das Ende all' meiner Wünsche ist,
wenn ich Dich erreiche.

Das Ende all' meiner Handlungen ist,
wenn ich Dich verwirkliche.

Das Ende meines *sādhana* ist,
wenn ich in Dir aufgehe.

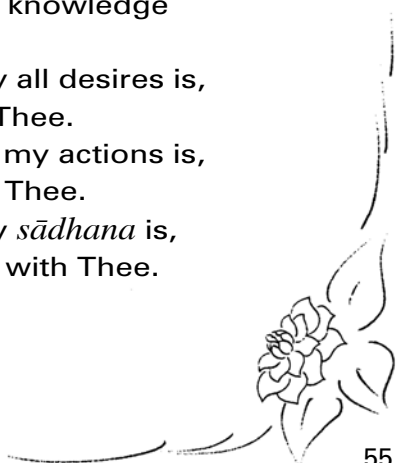
Oh Blissful, oh Joyful

The end of my path is Thee,
the end of my knowledge
is Thee.

The end of my all desires is,
when I reach Thee.

The end of all my actions is,
when I realize Thee.

The end of my *sādhana* is,
when I merge with Thee.



Glossary

<i>arghya</i>	offerings
<i>ānanda</i>	all-blissful
<i>ātmā / ātman</i>	the individual divine soul
<i>brahman</i>	the absolute being - God, the only true reality
<i>cit</i>	all-conscious
<i>kriyā</i>	<i>kri</i> - every action <i>yā</i> - the individual divine soul (<i>ātmā</i>)
<i>Kriyā-Yoga</i>	permanent perception of unity with the soul in every action
<i>nīrvikalpa samādhi</i>	the conscious experience of unity of the individual soul (<i>ātmā</i>) and the universal soul (<i>paramātmā</i>). This state of being exists beyond all boundaries and separations. It is the experience of eternal being and pure consciousness.
<i>paramātmā / paramātman</i>	the universal divine soul
<i>prāṇa</i>	cosmic energy, which exists everywhere and gives energy to everything
<i>sādhana</i>	spiritual exercises
<i>samādhi</i>	self realization
<i>sat</i>	all-existing
<i>yoga</i>	means unity between body, mind and soul, and unity between the individual divine soul (<i>ātmā</i>) and the universal divine soul (<i>paramātmā</i>).
<i>Yogī</i>	someone who lives with unity (<i>yoga</i>)

Glossar

<i>arghya</i>	Darbringung
<i>ānanda</i>	allglücklichselig
<i>ātmā / ātman</i>	die individuelle göttliche Seele
<i>brahman</i>	das absolute Sein - Gott, die einzige wahre Wirklichkeit
<i>cit</i>	allbewusst
<i>kriyā</i>	<i>kri</i> - jede Handlung <i>yā</i> - die individuelle göttliche Seele (<i>ātmā</i>)
<i>Kriyā-Yoga</i>	ununterbrochene Wahrnehmung der Einheit mit der Seele in jeder Handlung
<i>nirvikalpa samādhi</i>	das bewusste Erleben der Einheit von individueller Seele (<i>ātmā</i>) und allumfassender Seele (<i>paramātmā</i>). Dieser Zustand befindet sich jenseits aller Grenzen und Trennungen, es ist die Erfahrung des ewigen Seins und des reinen Bewusstseins.
<i>paramātmā / paramātman</i>	die allumfassende göttliche Seele
<i>prāṇa</i>	die kosmische Energie, die überall existiert und alles belebt
<i>sādhana</i>	spirituelle Übungen
<i>samādhi</i>	die erfahrene Erkenntnis des Selbst
<i>sat</i>	allexistierend
<i>yoga</i>	bedeutet Einheit zwischen Körper, Geist und Seele, zwischen der individuellen göttlichen Seele (<i>ātmā</i>) und der allumfassenden göttlichen Seele (<i>paramātmā</i>).
<i>Yogī</i>	jemand der in Einheit (<i>yoga</i>) lebt

The author Paramapadma Dhirananda, a professional Yoga teacher and an astrologer, was born Samir Kumar Ghosh in Calcutta, India in 1937. Even as a child he learnt the classical form of Yoga. Under the spiritual guidance of two wise Yogis and through a five year study, which trained him to be a classical Yoga teacher, he developed a fundamental knowledge of Yoga.



In 1959 Paramapadma Dhirananda was initiated by Swami Hariharananda in Puri Ashram in the original technique of Kriya-Yoga, in the tradition of Babaji and his successors (Lahiri Mahasaya, Sri Yukteswar und Paramahansa Yogananda). Under the guidance of his teacher Swami Hariharananda he quickly reached the higher stages of Kriya.

In 1977 Paramapadma Dhirananda received the order to be an authorised teacher of Kriya-Yoga in the west. For 34 years he has regularly led Kriya-Yoga seminars in Germany, Austria and Switzerland. From 1977 to 1981 he also led seminars in Holland, Belgium, England, Sweden, Finland, Curacao (Dutch Antilles) as well as in North and South America. In 1982 he reached the state of Nirvikalpa Samadhi, the goal of the way of Yoga.

Since 1986 he has educated students in the teaching of classical Yoga.

In 2011 Paramapadma Dhirananda left his physical body (Mahasamadhi).

Gebete vom Innersten des Herzens schützen vor
Angst, sie erzeugen spirituelle Energien in uns,
erleuchten den Geist und bringen ihm tiefen
inneren Frieden.

Prayers from the depth of the heart protect us
from fear. They generate spiritual energies
within us, enlighten the mind and bring deep
inner peace.

ISBN 978-3-9523882-1-1

KRIYA Verlag - Jean-Pierre Wicht
Dorfstrasse 8c, CH-5412 Gebenstorf
Tel. +41 (0)79 642 18 67
info@yoga-onlineshop.ch
www.yoga-onlineshop.ch