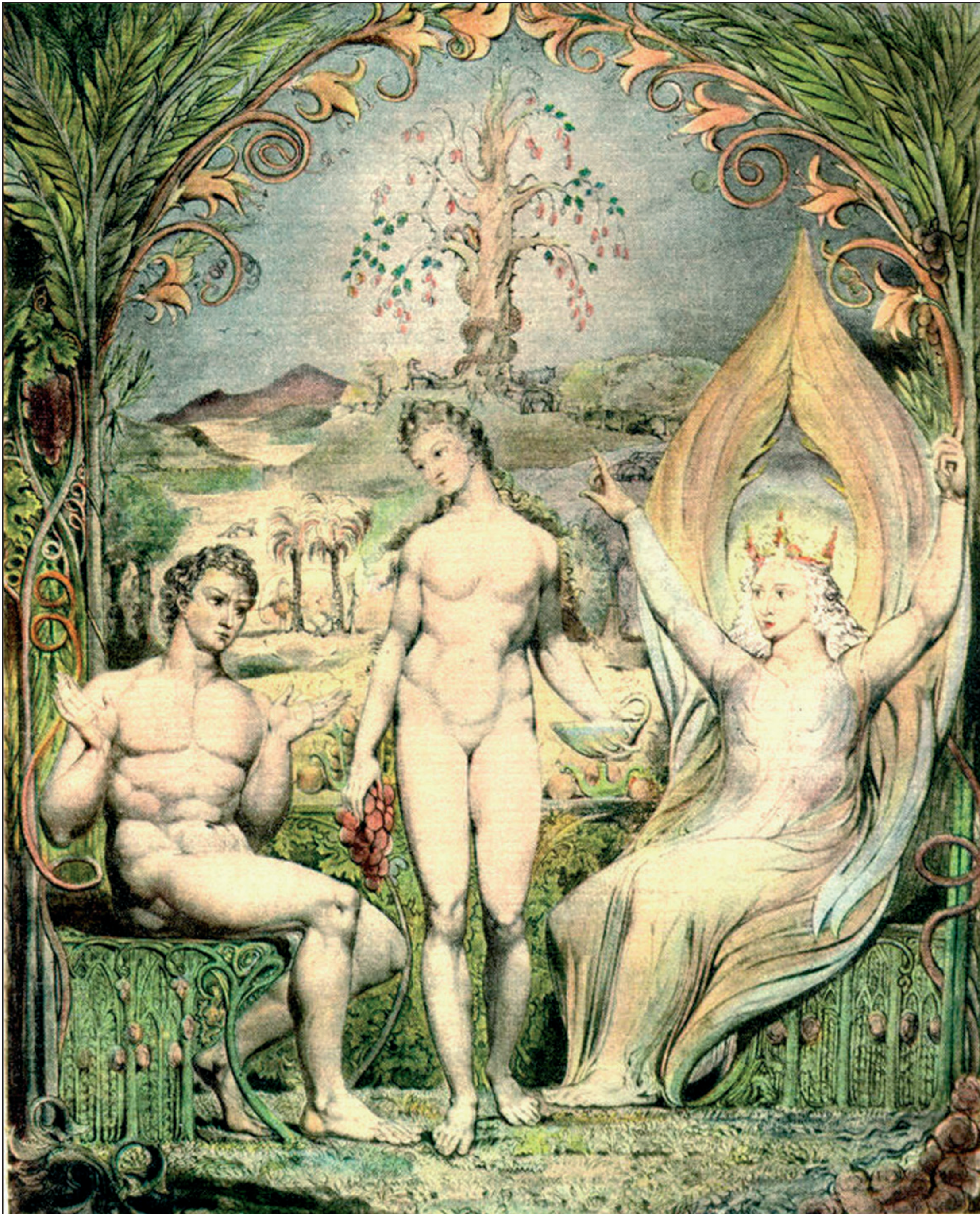


# SAHAJAYOGA



Das Absolute ist die Quelle, aus der alles entspringt. Es manifestiert sich im Kosmos und im Menschen auf vielfältige Weise und ist zugleich unteilbar Eins.

Sahaja Yoga ist die lebendige Erfahrung, eine Verbindung mit diesem universellen Absoluten einzugehen.

☞ Die Erweckung der *Kundalini* – die Selbstverwirklichung – wird seit Jahrtausenden praktiziert. Durch sie erfahren wir einen Zustand der direkten Verbindung mit dem Göttlichen.

☞ Durch die Erweckung der Kundalini kehren wir zurück in den Garten Eden. Wir entdecken das Paradies, das bereits in uns liegt.

☞ Eine Person, deren Kundalini-Energie erweckt ist, kann mit ein wenig Übung den Zustand des gedankenfreien Bewusstseins, *nirvichara samadhi*, den wahren Zustand der Meditation, erleben.

☞ Sahaja Yoga steht in der jahrtausende alten Tradition des Yoga und ist ein Instrument zur kontinuierlichen Verfeinerung der Wahrnehmung, wodurch tiefe, subtile Erkenntnis möglich wird.