

**Spirituelles Wissen und Anleitung  
für spirituellen Fortschritt: Bd. 1**

# **Einführung in die Spiritualität**

**Herausgeber**

**Sachchidānanda Parabrahman Dr. Jayant B Athavale**

**S. H. Sandeep Gajanan Alshi**



**Spiritual Science Research Foundation (SSRF)**

## **Die Einzigartigkeit spiritueller Texte der SSRF**

Zahlreiche spirituelle Texte der SSRF enthalten 20 % Göttliches Wissen aus der feinstofflichen Dimension, das im Vergleich zu anderem auf Erden verfügbarem Wissen einzigartig ist.

## S. H. Sandeep Alshi



1. Herausgeber von Heiligen Texten: Seit 1995 hilft Er Paratpar Guru Dr. Athavale bei der Erfassung von Heiligen Texten. Viele Heilige Texte wurden bereits von Ihm herausgegeben, wie Spiritualität, Spirituelle Praxis, Spirituelle Heilmittel usw.

2. Seine Heiligkeit Sandeep Alshi spielt auch eine unschätzbare Rolle bei der Erstellung von Material zur Verbreitung von Spiritualität in der Gesellschaft.

---

### Inhaltsverzeichnis

(Bei wichtigen Punkten ist ein \*)

<b>1.</b>	<b>Quelle der Inspiration von SSRF</b>	<b>12</b>
	1A. Quelle der Inspiration	12
	1B. Gründung einer Organisation in Indien	13
<b>2.</b>	<b>Die Bedeutung von Vorträgen und <i>Satsangs</i></b>	<b>15</b>
<b>3.</b>	<b>Sprecher: Gründe für unsere Zuwendung zur Spiritualität</b>	<b>15</b>
<b>4.</b>	<b>Thema und seine Bedeutung</b>	<b>18</b>
	4A. Ziel aller Lebewesen – ewiges höchstes <i>Ānand</i> (Glückseligkeit) zu empfinden	18
	4B. Gründe für eine Wiedergeburt des Menschen	19
	4C. Das menschliche Leben und Glück und Unglück	19
	4D. Gründe für Glück und Unglück	19
	4E. Wie erkennt man, dass der Grund für Unglück nicht mit dem Intellekt erfasst werden kann, also spiritueller Natur ist?	20

Einführung in die Spiritualität	5
4F. Bedeutung der Spiritualität	21
4G. Naturwissenschaft und Spirituelle Wissenschaft	22
4H. Atheismus	25
4I. Bedeutungsloser Rationalismus	26
4J. Soziale Verpflichtungen	29
4K. <i>Chārvāk</i> Philosophie	30
4L. Verschiedene Themen in <i>Satsangs</i>	30
<b>5. Wie wird das Thema präsentiert?</b>	<b>30</b>
5A. Individuelles <i>Sādhanā</i> (Spirituelle Praxis)	30
5B. Zuhörertypen und Präsentation der Thematik	31
5B 1. Der Ungebildete	31
5B 2. Der Schüler	31
5B 3. Die Unglücklichen und diejenigen mit ein wenig Interesse	32
5B 4. Spirituell stark Interessierte, <i>Dnyānī</i> (Der Wissensreiche) und <i>Mumukshū</i> (ein Gottsuchender mit intensivem Wunsch <i>Moksha</i> zu erreichen)	32
5C. Klärung von Zweifeln	32
5D. Wichtigkeit des Berichtens von spirituellen Erfahrungen	35
5E. „Sie werden das später verstehen“	35
5F. Präsentation des Themas in moderner wissenschaftlicher Ausdrucksweise	36
5G. Experimente, die mit der feinstofflichen Dimension zusammenhängen	37

5H.	Keine zeitliche Begrenzung	37
5I.	Aufzeigen der Fehler eines Gottsuchenden in Gegenwart von anderen	38
<b>6.</b>	<b>Zielgruppen</b>	<b>38</b>
6A.	Arten	38
6B.	Für wie lange sollte ein Individuum an <i>Satsangs</i> teilnehmen?	38
<b>7.</b>	<b><i>Satsang</i> (Zusammenkunft mit dem Prinzip Gottes)</b>	<b>40</b>
7A.	Eigenschaften eines <i>Satsangs</i>	40
7A 1.	Beginn mit einem Gebet	40
7A 2.	Chanten in der Gruppe	41
7A 3.	Theoretischer Anteil aus den Heiligen Texten	41
7A 4.	Besprechung von <i>Sādhanā</i>	41
7A 5.	Analyse der Fehler, die von Gottsuchenden begangen wurden und die Lehre daraus	42
7A 6.	Dankbarkeit	42
7B.	Verwenden Sie keine Parfüms, Duftöle, usw. wenn Sie an einem <i>Satsang</i> teilnehmen	42
7C.	Unentgeltlich	43
<b>8.</b>	<b><i>Sādhanā</i></b>	<b>44</b>
8A.	Bedeutung	44
8B.	<i>Sakām</i> (mit Erwartungen) <i>Sādhanā</i> und <i>Nishkām</i> (ohne Erwartungen) <i>Sādhanā</i>	44

Einführung in die Spiritualität	7
<b>9. Qualitäten für <i>Sādhanā</i></b>	<b>45</b>
9A. Glaube, <i>Sādhanā</i> , sichtbares <i>Bhāv</i> , <i>Anubhūtī</i> , Vertrauen, Hingabe, nicht sichtbares <i>Bhāv</i> und <i>Ātmānubhūtī</i>	45
9B. Den spirituell Entwickelten zuhören	53
9C. Die Hindernisse des Intellekts überwinden	54
9D. Ausdauer	55
9E. Suchen Sie nicht nach einem <i>Guru</i>	55
<b>10. Die eigentliche Spirituelle Praxis</b>	<b>56</b>
10A. Grenzen des religiösen <i>Sādhanās</i>	56
10B. <i>Sādhanā</i> entsprechend den Wegen von <i>Yoga</i> unter Berücksichtigung des spirituellen Niveaus	57
10C. <i>Sādhanā</i> in Übereinstimmung der <i>Varṇa</i> (Klasse) entsprechend dem spirituellen Niveau	64
10D. <i>Sādhanā</i> in Übereinstimmung mit <i>Kāl</i> (Zeit)*	74
10E. Der achtfache Pfad der Spirituellen Praxis	76
* Bemühungen, psychosoziale Fehler zu überwinden	78
* Die Notwendigkeit sich Tugenden anzueignen	80
* Auflösung des Egos	80
* Welchen Namen sollen wir chanten?	81
* <i>Nāmajapa</i> nützlich zu jeder Zeit	84
* Im Gleichklang mit der Atmung chanten	89
* Andere Gedanken stellen sich während des Chantens im Geist ein	90
* Distress (spirituelle) Belastung beim Chanten des Gottesnamens	91

* <i>Satsang</i> (Göttliche Gemeinschaft)	93
* <i>Satsēvā</i> (spiritueller Dienst)	97
* Opfer bringen für <i>Sat</i> (Absolute Wahrheit)	100
* <i>Prīti</i> für andere und <i>Sākshibhāv</i>	105
10F. <i>Samashti</i> und <i>Vyashṭi Sādhanā</i>	105
10G. Lesen	107
10H. <i>Bhaṇḍārā</i> (Festtag des rituellen Bereiten von Speisen)	110
10I. Sofort umsetzen, was gelehrt wird	110
10J. <i>Sādhanā</i> während eines weltlichen Lebens	110
10K. Warum sagt man, <i>Sādhanā</i> zu machen sollte ein gut gehütetes Geheimnis sein?	116
10L. Gehorsam gegenüber dem Guru	116
10M. <i>Vivēk</i> (Unterscheidung zwischen richtig und falsch), <i>Vairagya</i> (Anhaftung), Demut und <i>Sākshibhāv</i> (spirituelle Emotion im Beobachterstatus):	117
<b>11. Spiritueller Fortschritt</b>	<b>117</b>
<b>12. Schlussfolgerung</b>	<b>117</b>
12A. Informationen über <i>Satsangs</i>	117
12B. Informationen über den nächsten Vortrag oder <i>Satsang</i>	117
12C. Treffen aktiver Gottsuchender	117
● <b>Anhang</b>	<b>119</b>



## Vorwort



Als Teil ihres individuellen *Sādhanās* (Spirituelle Praxis) halten einige Gottsuchende Vorträge oder leiten *Satsangs* (interaktive spirituelle Vorträge) an verschiedenen Orten im Namen von der SSRF. Da Spiritualität ein sehr großes Gebiet ist, ist es für Gottsuchende oft schwer, das richtige Thema für einen Vortrag oder den ersten *Satsang* zu finden. Dieser Heilige Text wurde deshalb zu ihrer Anleitung geschrieben. Wir hoffen, dass er auch für jene nützlich ist, die solche Vorträge und *Satsangs* nicht besuchen können.

Die meisten Menschen wissen nicht, welche Art von *Sādhanā* sie unter den tausenden in den Schriften beschriebenen machen sollen. Infolgedessen nützt es denen, die kein *Sādhanā* machen, wie auch jenen, die ungeeignetes *Sādhanā* machen, wenig, wenn sie sich nur Informationen über Spiritualität anhören. Im Gegenteil, ihr Vertrauen in die Spiritualität mag ins Wanken geraten, da sie keine *Anubhūtīs* (spirituelle Erfahrungen) wegen ihres ungeeigneten *Sādhanās* machen. Viele Menschen, die gläubig spirituelle Vorträge besuchen, glauben *Sādhanā* zu praktizieren. Ähnlich denken auch die, welche religiöse Texte lesen oder studieren und so glauben, eine ausreichende Menge Wissen über Spiritualität erlangt zu haben. In beiden Fällen stimmt dies jedoch nicht. Jene, welche solche Vorträge besuchen oder spirituelle Bücher lesen, tun dies meist zum Zeitvertreib oder als Hobby. Sie machen nie wirklich *Sādhanā*.

Die Spiritual Science Research Foundation (SSRF) organisiert Vorträge und *Satsangs*, um alle darauf





hinzuweisen, was genau unter *Sādhanā* verstanden wird und wie man es korrekt ausführt.

Die Dauer unserer Vorträge umfasst eine bis anderthalb Stunden. Der vorliegende Heilige Text ist gänzlich als Wegweiser für *Satsangs* geschrieben. Um den Teil, der für einen Einführungsvortrag geeignet ist, herauszuheben, wurde längs des Inhaltsverzeichnisses eine Linie gezogen und der entsprechende Punkt wurde mit einem Sternchen im „Inhaltsverzeichnis“ markiert. Die Dauer des wöchentlichen *Satsangs* umfasst ebenfalls ungefähr eine bis anderthalb Stunden. Der gesamte Inhalt dieses Heiligen Textes kann in zweckmäßigen Teilen in den folgenden Wochen behandelt werden. Danach können die Themen einschließlich des „Inhalts der Bücher über die Wissenschaft der Spiritualität“ der Reihe nach in *Satsangs* und Vorträgen behandelt werden. Wir sind S. H. Bejon N Desai (ein Heiliger aus Nashik, Indien) für Seine wertvolle Anregung, diese Heiligen Texte zu übersetzen und für Seinen Segen für unsere Bemühungen zutiefst dankbar.

Wir beten zu den Heiligen Füßen Shrīgurus, dass wenigstens einige Menschen sich bemühen mögen, *Sādhanā*, wie in diesen Heiligen Schriften beschrieben, zu verstehen und wahres *Sādhanā* zu beginnen.

– Die Herausgeber



### Probleme durch Vorfahren-Geister und wie man diese überwindet

Wiederholen Sie den Schutzchant „Shri Gurudev Datta“.  
Erfahren Sie mehr auf [ssrf.org/de](http://ssrf.org/de)

Streitigkeiten

Depressionen

Finanzielle

Schwierigkeiten

Krankheiten

