



Einer, der seiner Zeit voraus war

So kommen Sie gesund durch den Winter

Von Ursula Karven | [Yoga mit Ursula Karven](#) – Mo., 24. Nov. 2014 11:08 MEZ

In den USA ist die Dokumentation über das Leben des großen Yogi Pramahansa Yogananda schon in den Kinos und läuft bei uns auch bald an. Der Titel heißt „Awake“ – „aufwachen“.

„Ein Mensch, der sich selbst verändern kann, kann die Welt verändern“, sagte Pramahansa Yogananda und er war selbst ein strahlendes Vorbild. Er wurde 1893 in Begalen (Indien) geboren und starb 1952 in Los Angeles (USA). Ihm verdanken wir, dass Yoga den Weg in den Westen geschaff hat, und er gründete 1920 in den USA die Self-Realization Fellowship (SRF). Dies ist eine Organisation, die religionsübergreifend für ein besseres Miteinander aller Menschen arbeitet und weltweit Meditationszentren betreibt. Schon Elvis Presley war begeisterter Anhänger der Self-Realization Fellowship und meditierte regelmäßig.

Auch Kriya Yoga beruht auf Pramahansa Yogananda. Die Technik basiert auf Atemkontrolle (Pranayama), welche wiederum die Chakren entlang der Wirbelsäule reinigt und die Kraft des Atems bis zum Kronenchakra an unserem Scheitelpunkt fließen lässt. Yogananda nannte diesen Weg „Schnellstraße zu Gott“.



Stark bleiben - dank Yoga

Der Film beinhaltet viele Interviews mit Wissenschaftlern, Yoga-Lehrern und direkten Schülern von Yogananda und bekannte spirituelle Lehrer wie Deepak Chopra, Krishna Das, Ravi Shakar von der weltweit tätigen „Art of Living Foundation“ und sogar George Harrison, der ehemalige Beatles Star, kommen zu Wort. „Awake“ ist eine sehr feinfühlig dokumentierte, die auch schwierige Momente im Leben von Yogananda nicht auslässt. Aber auch für die damalige Zeit große Ereignisse. Direkt nach seiner Ankunft in Los Angeles gab Yogananda eine Rede – vor nicht weniger als 6000 Menschen. Heute würde er von einer wachsenden „Yoga Community“ gefeiert werden, aber damals war er mit seinen Themen der Zeit weit voraus.

Von Herzen alles Gute

Ursula

Hier geht's zu meiner Website: www.ursulakarven.de

We're so sorry! We're no longer able to display this content.

