

## Самореализация йога.

В современном информационном веке при помощи того же Интернета, всегда можно много узнать о разнообразных духовных путях, как говорится любой любознательный легко удовлетворит свое любопытство. И если вы хотите узнать, о духовном пути [крийя йога](#) , хотите получить первый опыт в Самореализации йога и оценить ее эффекты на своем сознании и в своей повседневной жизни, то мы дадим несколько советов о том, как вы сможете ознакомиться с этими учениями и учителями крийя йога.

[Крийя Йога](#) является частью метода обучения называемого в Индии, как Санатана Дхарма, который Йогананда Йогананда в свое время назвал "Самореализация йога". В своей книге «Путь индийца к просветлению», Свами Криянанда в последствии напишет: "Правильное понятие Санатана Дхармы, уходит своими корнями в основы мироздания. Преподавание ее практики предназначено для облагораживания и возвышения нашего разума, для пробуждения бескорыстной любви в нашем сердце, для вдохновения и стремления к истине, для ослабления цепи эгоизма и себялюбия и, углубления нашего понимание того, что находится в противоречии с тем, что нам необходимо в жизни. Попросту говоря, цель Санатана Дхармы является двоякой: высота человеческого сознания, с одной стороны, и расширение нашей идентичности через любовь, с другой стороны, нужны, чтобы охватить всю нашу жизнь и нашу реальность как свою собственную. Любая практика, которая поощряет людей в этом направлении, даже если не так конкретно определена ее цель, по праву принадлежит к области Санатана Дхармы".

Саму идею и чувство подхода к просветлению Крийя йога вы сможете найти в книгах, которые можно заказать на сайте [ananda.org.ua](http://ananda.org.ua) :

- «Пробуждение к сверхсознанию», Свами Криянанда;
- «Искусство и наука раджа-йога», Свами Криянанда;
- Оригинальное издание « [ananda.org.ua](http://ananda.org.ua) » Парамханса Йогананда;
- «Сущность самореализации», Парамханса Йогананда, под редакцией его ученика Свами Криянанда;
- «Беседы с Йоганандой», Свами Криянанда.

В Одессе (Украина) существует класс в Центре крийя йога, где бесплатно можно послушать лекции учителей центра на тему Крийя йога о жизни и учении Парамханса

Йогананда и Свами Криянанда.