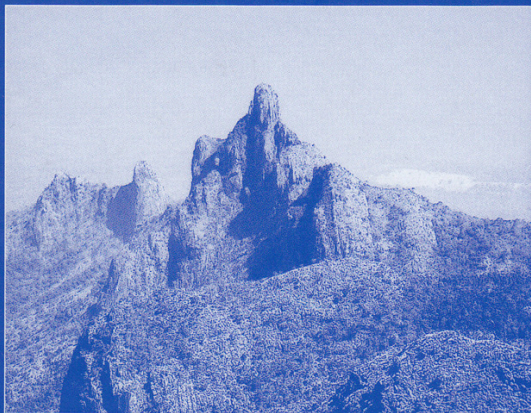


K. Parvathi Kumar

Ashram

Regeln für den Eintritt



Edition Kulapati

Ashram – Regeln für den Eintritt

K. Parvathi Kumar

Ashram

Regeln für den Eintritt



Edition Kulapati

Erste Auflage 2013

© 2013 1st Edition, Dhanishta, Visakhapatnam, A.P., India

© 2013 1. Auflage, Edition Kulapati im World Teacher Trust e.V.,
Wermelskirchen; www.kulapati.de

Alle Rechte vorbehalten

Bibliografische Information Der Deutschen Bibliothek

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Ashram – Regeln für den Eintritt / K. Parvathi Kumar. –

1. Auflage – Wermelskirchen : Edition Kulapati, 2013

Einheitssachtitel: Ashram – Regulations for Entry <dt.>

ISBN-13: 978-3-930637-60-7

Übersetzung, Lektorat und Produktion dieser Broschüre wurden durch das gemeinsame Bemühen von Personen realisiert, die sich dem Werk von Dr. K. Parvathi Kumar und dem World Teacher Trust verbunden fühlen.

Inhalt¹

Vorwort	7
Einführung	9
1. Kapitel	
Anwendung des Klangs A	15
Ein weiterer Ausdruck für A ist Es	16
2. Kapitel	
Die Anwendung des Klangschlüssels . . .	23
3. Kapitel	
Anwendung des richtigen Denkens und	
Handelns	33
Die objektive Welt und das verpflichtende	
<i>Karma</i>	36
Die Geschichte vom Elefanten und	
Krokodil	37
„Stehe frei, während du umringt bist“,	
sagen die Meister der Weisheit	46
4. Kapitel	
Die Höhle	49
Eine Geschichte	54
Der innere und der äußere goldene	
Tempel	65

1 Hinweis: Sanskrit-Begriffe sind im Text kursiv sowie Buchtitel in Kapitälchen geschrieben.

Wie man in einen <i>Ashram</i> eintritt und wie man ihn erkennt	69
Die tägliche Übung	74

Anhang

A – <i>Prânâyâma</i>	79
B – Klangschlüssel des Wortes <i>Ashram</i>	85
C – <i>Ashramische</i> Invokation	87
D – Über den Verfasser	91
E – Über den Verlag	93

Bild auf der Umschlag-Vorderseite:

Meister Jupiter *Ashram* in den *Nilagiris* (Blauen Bergen), Südindien

Vorwort

In der Theosophischen Bibliothek von Buenos Aires in Argentinien gibt es viele feurige Aspiranten, die bereit sind, ihr Leben umzugestalten, die notwendigen Gebete durchzuführen, den erforderlichen Dienst zu leisten und die Schriften zu studieren. Sie alle möchten sehr gern in den *Ashram* eines Meisters der Weisheit eintreten.

Als Dr. Parvathi Kumar eingeladen wurde, um verschiedene Weisheitsthemen zu unterrichten, fanden sie in ihm einen Lehrer der Hierarchie. So baten sie ihn inständig, ihnen von der Beschaffenheit und Eigenart eines *Ashrams* zu erzählen. Außerdem fragten sie, welches spezielle Verfahren sie anwenden müssten, um Zugang zum *Ashram* eines Meisters zu bekommen.

Dieses Büchlein ist eine Zusammenfassung des 2½ stündigen Vortrags, den Meister Parvathi Kumar 1993 hielt. 18 Jahre später begannen die Gruppen nach dem Inhalt des Vortrags zu fragen. Da ihre Nachfrage immer stärker wurde, gab er diese Zusammenfassung heraus. Dieses

Büchlein ist für alle gedacht, die ernsthaft darüber kontemplieren, bewusst in den *Ashram* eines Meisters einzutreten.

Dhanishta

Visakhapatnam

25. August 2012



Kailash im Himâlaya

Einführung

Seit dem Aufkommen einer neuen Welle der Theosophie durch die mutige Madame H. P. Blavatsky ist bei den Aspiranten ein beträchtliches Interesse an der überirdischen Welt aufgetreten. Für viele Aspiranten und Jünger wird die überirdische Welt langsam zu einer Realität. Diese Initialzündung der Aspiration wurde außerdem von *Šrî Aurobindo* eingeleitet, der in eindringlicher Weise über die supra-mentale Wirklichkeit geschrieben hatte. Sein Konzept vom Supra-Mentalen unterscheidet sich nicht von Madame Blavatskys überirdischen Erfahrungen und den entsprechenden Lehren. Die Lehren des tibetischen Meisters *Djwhal Khul* heben ebenfalls den Übergang der Menschen ins Supra-Mentale als unmittelbar nächsten Schritt in der Entwicklung hervor.

Madame Blavatsky, *Šrî Aurobindo*, Madame Alice A. Bailey und eine große Schar weiterer Eingeweihte haben überirdische Wesen sowie die überirdische Ebene erlebt. Sie erfuhren nicht nur die Gegenwart jener Wesen, sondern bekamen auch ihren Rat, ihre Führung und ihren

Schutz. Sogar Schriften, die durch Beeindruckung von der überirdischen Ebene kamen, gaben sie heraus. Die Lebensgeschichten vieler Jünger weisen darauf hin, dass irdische Menschen von überirdischen Wesen Führung erhalten. Madame Blavatskys Bücher regten die Aspiranten dazu an, sich die schönen *Ashrame* der Meister, welche strahlende überirdische Körper haben, vorzustellen, wenn möglich auszumalen und zu erahnen. Die Schriften sprechen von großen Meistern der Weisheit, die in verschiedenartigen strahlenden Körpern leben, deren Vielfalt vom feinstofflichen zum kausalen und vom goldenen zum diamantenen Körper reicht. Ihre Haltung und die Schönheit ihrer *Ashrame* haben viele Menschen angezogen und in eine inspirierende Welt mitgenommen, während unzählige Personen auch in den emotionalen Aspekt der *Ashrame* hineingezogen wurden. In unserer Zeit gibt es eine große Anzahl von Aspiranten, die die Meister und ihre *Ashrame* erleben möchten. Krampfhaft suchen sie nach einem Zugang zu den *Ashramen* der Meister.

Der Eintritt in diese *Ashrame* wird möglich, wenn wir die okkulten Grund-Regeln und -Übungen für uns annehmen und anwenden. Eine emo-

tionale Haltung oder Methode führt uns nicht zum *Ashram*, und soweit wir zu einer unpraktischen Lebensart neigen, scheitern wir an der normalen und einfachen Lebensreise.

Zahlreiche Aspiranten sind emotional und behaupten, sowohl die Gegenwart eines Meisters der Weisheit zu haben als auch den *Ashram* eines Meisters zu kennen. Ganz gleich wer dies behauptet, man sollte ihm nicht glauben. Tatsächlich sollten derartige Behauptungen ignoriert und als unbrauchbar beiseitegeschoben werden. Wer als Jünger Zutritt zum *Ashram* eines Meisters erhält, spricht niemals darüber, weil er unter dem Siegel der Verschwiegenheit steht. Nur emotionale Aspiranten behaupten und geben damit an, dass sie Zutritt zu verschiedenen *Ashramen* hätten und den Meistern begegnet seien. Wer sagt, er hätte Zutritt zu einem *Ashram*, hat unrecht, und wer tatsächlich Zugang zu einem *Ashram* hat, wird es nicht sagen. So ist es in Wirklichkeit.

Damit ein Aspirant in den *Ashram* eines Meisters eintreten oder die Gegenwart eines Meisters erfahren kann, muss er sich zwangsläufig einer Disziplin unterziehen, die wiederum einen Prozess seiner Umwandlung, Umgestaltung und Selbstüberschreitung bzw. Selbsttranszendenz

beinhaltet. Nur wer über sich selbst hinausgegangen ist, kann Zugang erhalten. Umwandlung und Umgestaltung sind die Voraussetzungen solcher Selbsttranszendenz. Ein Aspirant muss sich zur unmittelbaren Umwandlung und Umgestaltung anbieten und sich dem Veränderungsprozess unterziehen. In uns geschieht wirklich eine chemische Veränderung, wenn wir den gegebenen Vorschriften und Anpassungen vorbehaltlos folgen.

Eine Raupe folgt vielen regulierenden Verwandlungen und unterzieht sich einer Umgestaltung, um ein Schmetterling zu werden. Eine Blütenpflanze unterzieht sich unzähligen Umwandlungen, um eine Blüte hervorzubringen, und aus einigen ihrer Blüten entwickeln sich Früchte. Umwandlungen sind notwendig, um die Erfahrung des veränderten Bewusstseinsstadiums zu bekommen. Bloße Begeisterung ist nicht genug, und Neugier reicht auch nicht aus. Es ist unumgänglich, sich speziellen Prozessen zu unterziehen, weil das berühmte Sprichwort zutrifft: „Du musst zu der Veränderung werden, die du erfahren möchtest.“

Damit wir in den *Ashram* eines Meisters eintreten können, müssen wir bestimmte Weisheits-

schlüssel auf uns selbst anwenden. Im Wesentlichen sind es drei, und wir müssen jeden Schlüssel auf uns anwenden. Dreimal müssen wir uns anpassen und ausrichten, um in der Gegenwart des Meisters zu stehen, das heißt, wir müssen

1. den Klang *A* anwenden,
2. den Klang-Schlüssel anwenden,
3. richtige Gedanken und Taten pflegen und ausführen.



Insel St. Martin an den Iguazu-Wasserfällen in
Argentinien/Brasilien



Mount Shasta in Kalifornien, USA

1. Kapitel

Anwendung des Klangs A

In jeder Sprache ist A der erste Buchstabe des Alphabets. A steht für den allgegenwärtigen Gott, der auch der Allmächtige ist. In jeder sichtbaren Form ist er anwesend, das heißt, jede sichtbare Form ist nichts anderes als eine Erscheinungsform des A.

A ist das 'Gottesteilchen', das die Wissenschaft zu entdecken versucht. Es ist das spirituelle Atom, aus dem die Materie hervorkommt und das vielfältige Formen mit unterschiedlichsten Qualitäten hervorbringt.

„ICH BIN das A unter den Buchstaben“, sagt Lord *Krishna* in der BHAGAVAD GÎTÂ.

Ein anderer Begriff für A ist DAS. „DAS existiert als dies“, heißt es in den *Veden*. DAS existiert als alles. Alles ist DAS. Tatsächlich erscheint DAS als Kuh, Hund, Mensch, Pflanze, Planet, Ameise usw. DAS in den verschiedenen Formen und mit unterschiedlichen Wesensarten bekommt immer andere Namen. DAS ist die WAHRHEIT. Es ist die Grundlage von allem. Als Existenz ist es das

Manuskript von allem, was als das Selbst und als seine Umgebung existiert. Es gibt nichts anderes als DAS. Es gibt keinen anderen als DAS.

Ein weiterer Ausdruck für A ist Es.

A, DAS und Es sind Namen, die in den *Veden* für die WAHRHEIT verwendet werden. Die WAHRHEIT ist weder männlich noch weiblich, sondern der Ursprung der Beiden. Deshalb wird in den *Veden* vom Allmächtigen nie als 'er' oder 'sie' gesprochen. Der allmächtige Eine wird DAS, Es, WAHRHEIT oder A genannt.

Ein Aspirant ist aufgefordert, sich in jeder Umgebung ausnahmslos DAS ins Bewusstsein zu rufen. Und wenn er auf sich selbst schaut oder sich selbst betrachtet, sollte er auch sich selbst als DAS sehen. Dies ist die Grundübung. Nach und nach sollte ein Aspirant unbedingt DAS als er selbst, DAS als sein Lebenspartner, DAS als seine Kinder usw. sehen. DAS existiert auch als der Gegner oder als Feind. Wir sollten in der Lage sein, DAS in allem und jedem zu sehen. Um diese Vorgehensweise müssen wir uns bemühen, damit zuallererst immer DAS erscheint und danach die Qualität und die Form als sein

Ausdruck hinzukommen. Wenn diese Methode erfolgreich ausgeführt wird, ist der Klang A aus dem Wort *Ashram* erfüllt. In Bezug auf diese Übung gibt es viele bekannte Geschichten. Eine von ihnen soll in diesem Zusammenhang erzählt werden.

Es war einmal ein Lehrer, der Aspiranten ausbildete, so dass sie schließlich Zugang zur überirdischen Ebene erhalten konnten. Er gab ihnen den ersten Schlüssel, das heißt die Anwendung des A, und die Schüler wurden aufgefordert, dies zu üben. Ihnen wurde gesagt, dass sie den allgegenwärtigen EINEN in allem sehen sollten, was innen und außen ist. Nach Ablauf eines vorgegebenen Zeitraums unterzog der Lehrer die Schüler einer Prüfung. Jedem gab er eine Kokosnuss mit der Anweisung, die Kokosnuss an einem Ort zu zerbrechen, wo niemand sei.

Die Schüler nahmen ihre Kokosnüsse und gingen sogleich in den Wald. Dort sahen sie sich um und vergewisserten sich, dass keine Menschen, keine Tiere und nicht einmal Vögel zu sehen waren. Dann zerbrach jeder seine Kokosnuss und kehrte zum Lehrer zurück. Der Lehrer sah die Schüler zurückkommen und stellte fest, dass einer fehlte. Bis zum Abend wartete er auf

die Rückkehr des fehlenden Schülers, doch er kam nicht. Am nächsten Tag musste sich der Lehrer aufmachen, um nach dem fehlenden Schüler zu suchen, und er suchte ihn den ganzen Tag lang. Am folgenden Tag hielt er an entlegenen Plätzen nach ihm Ausschau, und sogar am dritten Tag war er noch unterwegs, um alles nach ihm abzusuchen, aber er konnte ihn nicht finden. Der Lehrer war sehr besorgt, weil er nicht wusste, wo der Schüler geblieben war. Nach einer Woche kehrte der Schüler endlich zurück und war vollkommen erschöpft. Seine Kokosnuss hatte er noch bei sich, und sie war nicht zerbrochen. Zuerst war der Lehrer überglücklich, dass der Schüler wieder da war, und dann war er hochofren, die unzerbrochene Kokosnuss in seinen Händen zu sehen. Er fragte, was geschehen war, und der Schüler erklärte: „Ich ging in den Wald. Natürlich waren dort keine Menschen, aber ich sah Tiere und auch Vögel. Ich ging also weiter, um mich von ihnen zu entfernen. Aber als keine Tiere und Vögel mehr da waren, gab es immer noch die Bäume. Da ich auch den Bäumen ausweichen wollte, kam ich schließlich in eine Wüste, wo es nur Sand und Himmel gab. Ich erkannte, dass es

einen Ort ohne Erde, Wasser, Feuer oder Luft geben kann, aber keinen Ort ohne den Himmel. Also stellte ich fest, dass es keinen Ort gibt, wo niemand ist. Deshalb war es mir nicht möglich, diese Kokosnuss zu zerbrechen. Ich habe bei dieser Aufgabe versagt.“

Der Lehrer war glücklich und sagte: „Du hast die Aufgabe erfüllt. Es ist kein Misserfolg. In Wirklichkeit bist du der einzige, der sie erfolgreich gelöst hat. Alle anderen haben versagt. Es ist eine einfache Sache des gesunden Menschenverstands. Der Allgegenwärtige ist immer anwesend. Es ist närrisch, sich einen Ort und eine Zeit vorzustellen, wo er nicht anwesend ist. Denk in Zukunft immer daran.“

Dies ist die Anwendung des ersten Schlüssels A. Er muss unbedingt einigermaßen erfolgreich angewandt werden, wenn auch nicht perfekt. Lernt jeden Tag den allgegenwärtigen EINEN in jeder Form zu sehen, der ihr begegnet. Wendet diesen Schlüssel an. Vielleicht wird es euch oft misslingen. Weicht trotzdem nicht davon ab und bleibt beharrlich dabei, euch den EINEN in allen Formen ins Bewusstsein zu rufen. Schließlich sind alle Formen nichts anderes als ein Ausdruck der Qualitäten, die die Natur des EINEN darstellen.

Der EINE ist ewig gegenwärtig. Normalerweise sehen wir nur die Formen und deren Qualitäten, aber wir sehen nicht ihre Grundlage. Wir müssen uns darin üben, die Grundlage zu sehen. Uns gelingt es nicht, den EINEN zu sehen, wenn wir mit Personen zusammenkommen, die uns eng vertraut sind. Wir können den EINEN auch nicht in den Fremden sehen, weil wir das Fremdartige an ihnen spüren. Folglich versäumen wir, den EINEN in vertrauten und fremden Personen zu sehen. Es erfordert beharrliche Übung. Der Schlüssel der Anwendung des A ist ein Meisterschlüssel, der für viele Zwecke tauglich ist. Wenn wir uns diesen Schlüssel zu eigen machen, können wir sogar die Essenz der Schriften, der Wissenschaften, der Gesetze usw. verstehen. Erkennt den EINEN in den sichtbaren Formen. Er ist der Verborgene. Seine Qualitäten können wir erfassen, und seine Formen können wir sehen. Ohne ihn gibt es weder die Qualitäten noch die Formen. Die Qualitäten und Formen, die aus ihm hervorkommen, verbergen ihn. Daher besteht die Übung darin, das zu sehen, was nicht offenkundig zu sehen und zu verstehen ist. Für alle, die in den feinstofflichen *Ashram* eines Meisters eintreten wollen, ist die Anwendung dieses Schlüssels im

täglichen Leben sehr wichtig. Es soll noch einmal wiederholt werden, dass dieser Schlüssel der erste und herausragende unter allen Schlüsseln ist.



Matterhorn in Zermatt, Schweiz



Externsteine in Deutschland

2. Kapitel

Die Anwendung des Klangschlüssels

Der zweite Schlüssel betrifft den Klang, und das entsprechende Zentrum ist die Kehle. Die Regulierungen in Zusammenhang mit dem Klang sind außerordentlich wichtig für die Umwandlung, und die Schüler sollten sie unbedingt befolgen.

Als Erstes erfordert der Klangschlüssel das Beobachten der Stille. Die Schüler sollten in ihrem Tagesablauf die Stille beobachten und das heilige Wort *OM* zweimal täglich mental und hörbar anstimmen. Der ganze alltägliche Arbeitsablauf sollte schweigend erledigt werden. Eingeweihte wie Pythagoras gaben ihren Schülern diesen Schlüssel.

Der Zweck des Schweigens war, die Lärm verursachende Gewohnheit in den Schülern aufzulösen. Während die Lehrer mit ihrer Stimme etwas zum Ausdruck bringen, machen die meisten Schüler normalerweise nur Lärm. Lärm bringt Dunkelheit. Den Menschen wurde die Stimme nicht gegeben, damit sie Dunkelheit ver-

breiten, sondern damit sie sinnvoll miteinander sprechen und das Licht anrufen. Als Jünger dürfen wir keine Dunkelheit des Lärms verursachen, so wie andere es tun.

Stimme und Sprache sind die Geschenke Gottes an die Menschen, und wir dürfen die Geschenke nicht missbrauchen, vor allem dann nicht, wenn wir uns in Jünger umwandeln wollen. Jemand ist ein Jünger, wenn die Sprache durch ihn Licht manifestiert. Seine Stimme vertreibt die Dunkelheit. Jedes Mal, wenn er spricht, bringt sich aus seinem Inneren Licht zum Ausdruck. Ein Jünger ist eine Lichtsäule. Deshalb übermitteln alle Taten und Worte, die durch diese Säule hervorkommen, das Licht. Jede Seele ist ein Lichtwesen, und wenn sie spricht, scheint Licht hervor. Wenn man dies weiß, spricht man verantwortungsvoll. Man kann es sich nicht leisten, die Sprache zu missbrauchen und für sich und seine Umgebung Dunkelheit zu verursachen. Deshalb ist die Sprache äußerst wertvoll und darf auf keinen Fall benutzt werden, um lärmende Dunkelheit zu erzeugen. Worte sind lärmend, wenn

1. ihr Inhalt Geschwätz, Klatsch und Tratsch ist,
2. sie manipulieren,

3. sie kritisieren,
4. sie boshaft sind,
5. sie schädlich oder verletzend sind,
6. es Schmeicheleien sind,
7. sie angenehm, aber unwahr sind,
8. sie irreführend sind,
9. es zu viele Worte mit zu wenig Substanz sind,
10. sie werten oder urteilen.

Jüngerschaft erfordert, dass sich die Schüler so weit wie möglich abgewöhnen, planlos und ohne Sinn zu sprechen. Ihre Sprache soll

1. präzise sein,
2. treffsicher sein,
3. den Tatsachen entsprechen,
4. die Dinge in so wenige Worte wie möglich kleiden,
5. die Dinge in möglichst passende Worte kleiden,
6. freundlich sein,
7. wahrhaftig sein.

Nicht alle Menschen wissen, wie man sprechen soll. Wir müssen unsere Sprache kultivieren, um dafür zu sorgen, dass sie die oben genannten Qualitäten enthält. Erst dann ist unsere Kehle

geeignet, heilige Klänge anzustimmen. Normalerweise singen die Wahrheitssucher zahlreiche heilige Klänge, *Mantren*, *Stotrams* usw. und gleichzeitig kommen auch Worte der Dunkelheit aus ihnen hervor. Sie gleichen – mit Verlaub zu sagen – den Schweinen, die in einem heiligen Teich baden und sich gleich darauf in einer völlig verdreckten Pfütze suhlen.

Warum sollten wir heilige und duftende Klänge singen und gleichzeitig schmutzige, niederträchtige und lärmende Äußerungen machen? Ist dies nicht eine sinnlose Übung? Ist es nicht eine sinnlose Tätigkeit? Ist es nicht ein vergebliches und selbstgefälliges Tun?

Manche Übenden sind so selbstgefällig, dass sie heilige Klänge singen und gleichzeitig nicht mit äußerst kritischen und urteilenden Worten über andere sparen. Sie gehen davon aus, dass sie den anderen überlegen sind, aber das meiste ihrer Überlegenheit haben sie sich selbst zugelegt. Es ist keine Ehre oder Überlegenheit, die ihnen von anderen zuerkannt wurde. Die Welt ist mit Personen gefüllt, die diese schlechte Angewohnheit und Ausdrucksweise haben. Nach okkultem Maßstab sind sie nicht qualifiziert, um in das Königreich Gottes, in die überirdische

Welt oder in den überirdischen *Ashram* einzutreten.

Niemand kann in den *Ashram* eines Meisters eintreten, solange er nicht die erforderliche Reinheit beim Sprechen hat. In Griechenland kam einmal ein Schüler zu Asklepios und fragte ihn nach der Bedeutung der doppelzüngigen Schlange. Asklepios antwortete: „Mach dir keine Sorgen wegen der doppelzüngigen Schlange. Sie ist weniger gefährlich als ein Mensch mit vielen Zungen, der auf vielerlei Arten die Wahrheit und die Unwahrheit sagt. Der Mensch ist giftiger als die Schlange. Lerne deine Zunge richtig zu gebrauchen. Durch den richtigen Gebrauch deiner Zunge kannst du zu einem Heilungsendel werden.“

Einmal kam ein mexikanischer Landbewohner zu einem Einsiedler in Mexiko, weil er wissen wollte, welche besonders reine Nahrung während der spirituellen Ausbildung gegessen werden sollte. Ihm antwortete der Einsiedler: „Was du mit deiner Zunge sprichst, ist wichtiger als das, was du mit deiner Zunge isst. Es spielt eine große Rolle, welche Worte du mit deiner Zunge hervorbringst, aber was du mit der Zunge in den Körper hineinführst, macht nur

wenig aus. Reinige zuerst deine Sprache und dann komm zu mir, um etwas über die richtige Nahrung zu erfahren.“

- *Worte können den Sprecher und die Zuhörer umwandeln,*
- *Worte können den Sprecher und die Zuhörer erheben,*
- *Worte können den Sprecher und die Zuhörer inspirieren.*
- *Die Sprache ist ein magnetisches Instrument in den Händen der Menschen.*
- *Die Sprache kann für Goodwill-Absichten oder für üble Absichten eingesetzt werden. Ersteres ist göttlich, letzteres ist diabolisch.*

Nur wenn wir den richtigen Gebrauch der Sprache lernen, werden wir in den Klang eingeführt, der mit der magischen bzw. okkulten Arbeit verbunden ist und zur Umwandlung führt.

Der grundlegende Aspekt der Arbeit hat mit dem angemessenen Sprechen zu tun. Zum fortgeschrittenen Aspekt gehört die Äußerung des Wortes.

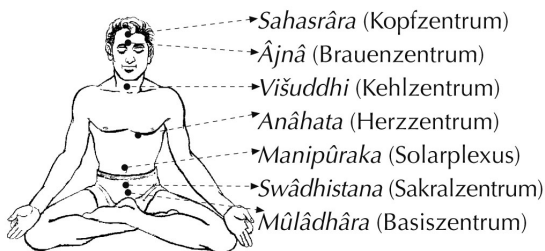
Wenn wir mit dem Anstimmen der Klänge beginnen, werden wir angewiesen, unseren Äußerungen zuzuhören. Sobald wir Klänge singen,

sollten wir ihnen auch zuhören. Allein die Äußerung, ohne dass wir ihr zuhören, leitet die Magie nicht in die Wege. Wenn wir singen und den Klängen in der Kehle bewusst zuhören, wandelt die damit zusammenhängende Wirkung die Kehle um. Heilige Klänge besitzen die Fähigkeit, das Kehlzentrum zu reinigen und umzuwandeln. Wir können uns nicht dadurch reinigen, dass wir uns ausschließlich darum bemühen, reine Gedanken zu pflegen. Solange unsere Sprache noch nicht rein ist, kommen uns keine reinen Gedanken in den Sinn. Wenn wir erst einmal die Reinheit der Sprache erworben haben und dann heilige Klänge singen, öffnen solche Äußerungen die Türen, so dass reine Gedanken zu uns kommen können.

Falls ein unreines Denken reine Gedanken haben möchte, wird dieses Vorhaben schon im ersten Ansatz scheitern. Der Vorsatz kann nicht überleben, da diese Absicht aus einem unreinen Denken kommt. Ein unreines Denkvermögen kann nur unreine Gedanken hervorbringen, und solange das Denkvermögen nicht gereinigt ist, kann nicht viel Umwandlung geschehen.

Wenn wir also den Klangschlüssel auf uns selbst anwenden und bewusst den Äußerungen

zuhören, die durch unsere Kehle hervorkommen, wird die Kehle gereinigt und umgewandelt. Eine geläuterte Kehle reinigt gleichzeitig die drei unteren Zentren: das Basiszentrum, Sakralzentrum und den Solarplexus.



Das Kehlzentrum wird *Višuddhi* genannt. *Višuddhi* ist eigentlich *Višista Šuddhi* und bedeutet 'besonders rein' oder 'außerordentlich rein'. Wenn wir regelmäßig ein oder zwei Stunden heilige Klänge singen und bewusst zuhören, geschieht die Reinigung. Mit der Reinigung der Kehle erfolgt gleichzeitig die Reinigung der drei unteren Zentren. Eine derart gereinigte Kehle wird magnetisch. Bis unsere Kehle diesen Magnetismus gewonnen hat, sollten wir mit den heiligen Klängen arbeiten.

Nachdem wir einige Jahre lang entsprechend diesen Vorgaben heilige Klänge gesungen und

der Kehle die erforderliche Reinigung gegeben haben, werden wir angewiesen, dem Gesang des Atems zuzuhören. Da wir die Fähigkeit entwickelt haben, unserem Gesang zu lauschen, können wir diese Qualifikation jetzt nutzen, um dem Gesang des Atems zuzuhören.

Der Gesang des Atems besteht aus zwei Teilen: ein Teil gehört zur Einatmung, der andere zur Ausatmung. Beim Einatmen kann man den Klang *SO* und beim Ausatmen kann man den Klang *HAM* hören. Auf diese Weise singt die Atmung das Lied *SOHAM*. Wenn wir dem *SOHAM* der Atmung zuhören, sind wir in der Lage, tiefer in uns selbst hineinzugehen. Sobald wir in die Tiefe unserer Atmung hineingehen, können wir den Ursprung der Atmung zurückverfolgen. Es ist die Pulsierung. Dort hören wir den Klang *OM*, den Klang des Herzens. Das Herz arbeitet auf der Grundlage des *OM*.

Im Sanskrit wird das *OM Prâna* genannt. Das Lebensprinzip ist *Prâna*. Vom *Prâna* zum *Prâna* fließt das Leben und lässt das Herz schlagen, und das Herz arbeitet mit der Pulsierung und der Atmung.

Somit besteht der Klang-Schlüssel aus drei Teilen:

- Auflösen der Gewohnheit, Klänge zu äußern, die Lärm und Dunkelheit verursachen,
- tägliches Singen der heiligen Klänge im Kehlzentrum und dabei zuhören; dies sollten wir täglich eine Stunde lang tun, wir können aber auch bis zu drei Stunden üben,
- dem Lied der Atmung und Pulsierung zuhören, das in uns geschieht. Dieser Teil des Schlüssels wird später im Einzelnen erklärt.

3. Kapitel

Anwendung des richtigen Denkens und Handelns

Bevor wir mit dem dritten Aspekt des Klang-Schlüssels arbeiten, müssen wir das Folgende beachten.

Der Mensch denkt und handelt in Bezug auf die objektive Welt. Diese Aktivität muss mit dem Gesetz übereinstimmen, wenn wir in die feinstoffliche oder überirdische Welt eintreten möchten. Heute wollen viele Leute aus Begeisterung in einen *Ashram* eintreten, aber sie sind für diesen Eintritt schlecht vorbereitet, weil ihnen das richtige Denken und Handeln im Hinblick auf die Welt fehlt.

Die Welt der Objektivität ist die Welt der Verpflichtung und Verbindlichkeit. Um in einen *Ashram* eintreten zu können, müssen wir erst unsere Verbindlichkeiten in angemessener Weise erfüllt haben. Fehlverhalten in der äußeren Welt macht es uns unmöglich, den Zugang zum *Ashram* zu finden. Nur durch unsere eigene Höhle des Herzens können wir den Zu-

gang zum *Ashram* finden. Um diese Höhle des Herzens mithilfe der Atmung, Pulsierung und des Gesangs der Atmung zu erreichen, müssen wir das nötige richtige Denken und Handeln entwickeln.

Gegenüber der objektiven Welt haben wir viele Verpflichtungen. Solange wir sie nicht gut erfüllen, bleiben wir an die objektive Welt gebunden. Dann bindet uns die Objektivität und lässt uns nicht in die Subjektivität eintreten. Ständig werden wir von der objektiven Welt hinausgezogen, und die subjektiven Übungen werden behindert. Unsere allgemeinen Verpflichtungen in der Welt haben wir gegenüber

1. unserem Körper,
2. unseren Eltern,
3. unseren Geschwistern,
4. unserem Lebenspartner,
5. unseren Kindern,
6. der Gesellschaft, in der wir leben,
7. dem Mineral-, Pflanzen-, Tier- und *Deva*-Reich,
8. den fünf Elementen,
9. dem Lehrer,
10. den Sehern bzw. den Meistern der Weisheit.

Die Erfüllung dieser Verpflichtungen ist außerordentlich wichtig. Während wir diesen Verpflichtungen nachkommen, können wir gleichzeitig daran arbeiten, in die Höhle des Herzens einzutreten. Nichterfüllung eines Aspekts dieser verschiedenartigen Verpflichtungen verwehrt uns den Zugang zum *Ashram*. Entscheidend ist hier unser Lebenswandel und unser ethisches Verhalten. Jede Religion spricht davon, trotzdem wird beidem nicht viel Aufmerksamkeit geschenkt. Einfache, grundlegende Schritte werden vom menschlichen Denken normalerweise nicht beachtet. Die Menschen wollen bereits fortgeschrittene Stufen erklimmen, während sie in den grundlegenden Dingen noch schwach sind. Darin besteht das ganze Rätsel.

Wir enthalten uns selbst den Zugang vor, solange wir uns nicht als

- selbstgesteuert und geordnet,
- ungefährlich und harmlos,
- wohl tätig,
- rein in Gedanken,
- rein im Gebrauch der Sprache und
- edelmütig in unseren Handlungen erwiesen haben.

Die objektive Welt und das verpflichtende *Karma*

Normalerweise wird der Schlüssel der Atmung nicht eher gegeben, bis wir die richtige Beziehung zur objektiven Welt entwickelt haben. Denn bis wir das verpflichtende *Karma* bereinigt haben, ist die Information zwecklos, selbst wenn sie uns gegeben wird.

Das objektive Leben lässt uns nicht frei, bis wir das verpflichtende *Karma* erfüllt haben. Über viele vergangene Leben haben wir verpflichtendes *Karma* angehäuft. Unsere Schuldenlast gegenüber der Welt bleibt ungetilgt. Wir stellen die Begleichung unserer Schulden immer wieder zurück und lassen sie auf diese Weise anwachsen. Deshalb ist es nicht so leicht wie wir denken, denn wir wissen nicht, wie viel wir insgesamt angehäuft haben. Wenn wir im Lauf der Zeit Fortschritte machen, kommt das *Karma* der Vergangenheit mit unserer ganzen Schuldenlast aus dem Schoß der Zeit hervor und besucht uns erneut. Wir sollten die innere Einstellung haben, die Schulden auf redliche Weise zu begleichen und uns an das Gesetz der Akzeptanz halten. Falls wir versuchen, die Einforderung der

Schulden abzuweisen, zu vertagen oder zu manipulieren, wird unser Schuldenberg noch größer. Da wir die unerledigten Verpflichtungen aus der Vergangenheit nicht kennen, wird uns geraten, uns an das Gesetz der Akzeptanz zu halten und den Verpflichtungen so zu entsprechen, wie sie auf uns zukommen.

Die Geschichte vom Elefanten und Krokodil

Das objektive Leben wird mit einem Krokodil verglichen, das die Aspiranten mehr und mehr in die objektive Welt hineinzieht. Im Osten gibt es eine allgemein bekannte Geschichte vom Elefanten und dem Krokodil, die an dieser Stelle von Bedeutung ist.

Der Elefant ist bei weitem das stärkste Tier auf der Erde, und das Krokodil ist das stärkste Tier im Wasser. Das Schöne an einem Krokodil ist, dass es im Wasser sehr fest zupacken kann. Ein Elefant im Wasser wird mit dem Menschen in der Welt verglichen.

Das Krokodil entspricht dem verpflichtenden *Karma*, und das Krokodil wird den Elefanten (das heißt den Menschen in der Welt) nicht eher loslassen, bis der Mensch sein verpflichtendes

Karma ausgeglichen hat. In der BHÂGAVATA ist diese Geschichte aufgeschrieben.

Ein sehr starker Elefant geht zu einem See, um zu baden. Aber statt einfach nur zu baden, gibt er sich dem lustvollen Spiel im Wasser hin, so dass der See bis in die Tiefen aufgewühlt wird. Dadurch wird auch ein Krokodil, das im See wohnt, aufgeschreckt. Es schnappt nach einem Bein des Elefanten. Vergeblich versucht der Elefant, sich aus dem Griff des Krokodils herauszuwinden. Im Wasser ist das Krokodil stärker als er. Es hat das Bein des Elefanten fest im Griff und saugt sein Blut aus. Dadurch wird das Krokodil stärker und der Elefant immer schwächer.

Genauso führt ein gewöhnlicher Aspirant infolge seiner Unwissenheit aus der Vergangenheit sein Leben in der Welt auf eine Art, durch die er sich tief verschuldet. Seine Schuldenlast bindet ihn an die Welt, und er kann sich nicht wirklich von der objektiven Welt lösen, so wie er möchte. Irgendeine Verpflichtung zieht ihn immer in die Welt, und deshalb kann er mit der Yoga-Praxis in Bezug auf die Atmung und Pulsierung nicht wirklich zur Erfüllung gelangen. Die Yoga-Praxis verlangt spezielle Uhrzeiten, und solange wir nicht Meister unseres Lebens sind, können wir

diese speziellen Zeiten nicht einhalten. Aus diesem Grund bleibt die *Yoga*-Praxis unausführbar. Und nicht nur das – von der Verpflichtung wird das Denken des Aspiranten dahin gezogen, das *Karma* zu erfüllen, und diese Sogwirkung ist scheußlich und schmerzhaft. Mit einer solchen Sogwirkung der Verpflichtung ist es unmöglich, das Denken auf die Atmung zu richten.

Wir müssen das verpflichtende *Karma* erfüllen und versuchen, das Denken auf die Atmung zu richten.

Da ihr alle von mir den Schlüssel für den Zutritt zum *Ashram* verlangt, wage ich es, diesen Schlüssel zu geben, aber es ist eure Aufgabe, euer verpflichtendes *Karma* zu erfüllen und Zeit zu finden, um euch dieser Übung zu widmen. Bis das verpflichtende *Karma* aufgearbeitet ist, könnt ihr diese Praxis nicht wirklich ausführen. Bis das Krokodil euch freigibt, könnt ihr nichts tun. So ist das Leben.

Bis wir unsere Verpflichtungen in der Gesellschaft nicht durch unseren Beruf erfüllen und finanziell unabhängig sind und bis wir das gesellschaftliche, familiäre und auch das körperliche *Karma* nicht bereinigt haben, werden sich dem Training Hindernisse in den Weg stellen.

Wir müssen richtige Beziehungen aufbauen und dadurch frei leben können.

Lord *Krishna* sagt zu *Arjuna*: „Mein lieber *Arjuna*! In diesen drei Welten gibt es nichts, was Mich bindet, und trotzdem verpflichte Ich Mich aus freiem Willen.“ Dies ist der wahre Status eines Meister-*Yogîs*, das heißt eines Meisters der *Yogîs*. Ein Aspirant sollte dafür sorgen, dass er nicht nur das bestehende verpflichtende *Karma* abarbeitet, sondern auch, dass er kein neues verpflichtendes *Karma* schafft. So viel wie wir von der Welt haben wollen, so weit stehen wir in einem Schuldverhältnis und mit dem entsprechenden *Karma*. Der Schlüssel ist, die Gewohnheit des Habenwollens umzukehren. Wir sollten der Welt mehr dienen als wir von ihr verlangen. Dadurch arbeiten wir unsere Schuldenlast ab. Wir sollten dem Körper, der Familie, der Gesellschaft dienen und unsere Verpflichtungen vollständig erfüllen.

Denkt nicht, dass ihr schon Dienende seid. Wahrer Dienst kann nicht eher geleistet werden, bis ihr Eingeweihte seid. Was die Gruppen heute als Dienst erweisen, ist nur die Erfüllung ihres verpflichtenden *Karmas* als Gruppentätigkeit. Je größer euer Dienst ist, desto schneller seid ihr frei. Deshalb achtet darauf, dass ihr dient statt

Gefälligkeiten und Leistungen zu verlangen, denn dadurch verschuldet ihr euch. Wenn ihr anderen Hilfestellung, Gefälligkeiten und Leistungen erweist, werden eure Schulden getilgt.

Weisheit besteht im Anbieten, aber nicht im Verlangen. Vom weltlichen Standpunkt aus wird Intelligenz so verstanden: auf jede Weise möglichst viel von der Welt zu bekommen. Aber wenn wir uns entschließen, auf dem Weg des Lichts zu gehen, drehen wir die weltliche Vorgehensweise um. Dies sollten wir wissen und alle unsere Schulden begleichen, so dass wir Zeit für unsere Yoga-Praxis finden.

1. Sie kann zeitgleich mit der Begleichung des verpflichtenden *Karmas* erfolgen. Wir müssen nicht warten, bis wir das verpflichtende *Karma* abgearbeitet haben, sondern wir können mit beidem beginnen. Im selben Maß wie wir von der Welt frei sind, finden wir freie Zeit, in der wir uns der Yoga-Praxis widmen können.
2. Während wir Yoga ausüben, sollten wir nicht vor unseren Verpflichtungen flüchten. Sie werden zu uns zurückkommen. Die Natur ist unfehlbar. Wir können die Natur nicht hintergehen oder täuschen, so wie wir es normaler-

weise mit der Welt machen. Meiner Ansicht nach ist dies ein gutes Spiel, und es ist gut, sich im faszinierenden Dienst an der Welt ringsum zu engagieren und Yoga zu praktizieren. Wenn wir dies sehr gern tun, können wir es mit Leichtigkeit schaffen.

3. Wir dürfen nicht denken, dass das, was wir tun, Dienst ist. Es ist nur die Begleichung unserer Schulden aus der Vergangenheit.

Wir bauen unser Leben in der objektiven Welt auf und ohne dass wir es beabsichtigen oder bemerken, bleiben wir in ihr hängen. Wir häufen Besitztümer und Wohlstand an, stellen in der Gesellschaft die unterschiedlichsten Verbindungen her, machen ein Vermögen und gestalten unseren Raum in der Gesellschaft, indem wir die nötige gesellschaftliche Stellung aufbauen, gründen eine Familie und verlangen nach Anerkennung von außen. Es ist nicht so leicht, etwas aufzubauen und trotzdem unvoreingenommen und losgelöst zu bleiben. Gleichzeitig ist es nicht unmöglich, wenn wir uns an die Weisheit halten. Die Weisheit macht uns deutlich, dass alles, was wir aufbauen, nicht bleiben wird oder dass wir selbst nicht bleiben werden. Die Welt

der Objektivität ist eine ewig fließende Energie, in der ausnahmslos alles kommt, um wieder zu vergehen. Wenn die oben genannten Dinge zu uns kommen, sollten wir auch wissen, dass sie wieder vergehen oder dass wir vergehen. Wir können keine dauerhafte Beziehung aufbauen, und gleichzeitig kann niemand leben, ohne Beziehungen herzustellen. Wenn wir uns in angemessener Weise mit den Dingen verbinden, die kommen und vergehen, erhalten wir die notwendige Erfüllung. Zugleich können wir nicht der Illusion verfallen, dass die Dinge bei uns bleiben. Wenn wir Beziehungen aufbauen, leiden wir. Aber wenn wir einfach in dem Wissen verbunden bleiben, dass alles schließlich vergehen wird, verhalten wir uns richtig. „Lebe in Verbindungen, doch baue keine Beziehungen auf, die dich verschlingen“, lautet ein Ausspruch. Verbinde dich aufrichtig, um Erfahrungen zu machen, verbinde dich ehrlich und fair, um die Ausrichtung in dir aufzubauen und lass die Dinge vorübergehen. Das ist nur möglich, wenn wir wissen, dass das Leben vorübergeht. In diesen Zusammenhang gehört folgende Geschichte:

Ein Fluss führte Hochwasser, und das Wasser riss beide Ufer weg. Von jeder Uferseite fiel ein

Baum in die reißende Strömung. Beide Bäume schwammen auf dem Wasser und wurden von der Strömung ineinander verschlungen. Auch zwei Kaninchen wurden von dem Fluss mitgerissen und jedes hielt sich an einem Baumstamm fest. Während die Bäume nebeneinander schwammen, kamen die Kaninchen ins Gespräch und verliebten sich ineinander. So unterhielten sie sich ganz verliebt und überlegten, wie sie ihr zukünftiges Leben aufbauen könnten. Während sie miteinander sprachen, trennte die Strömung des Flusses die beiden Baumstämme, die daraufhin sehr schnell in verschiedene Richtungen weiterschwammen. Die Kaninchen waren bestürzt, enttäuscht und tieftraurig, weil sich ihre Träume nicht erfüllten.

Genauso ist auch das Leben der Menschen, die sich durch die Zeitströmungen begegnen und wieder entfernen. Niemand kennt den Plan der Zeit, aber alle schmieden in der Zeit ihre Pläne. Aus diesem Grund warnt uns die Weisheit, dass die Dinge kommen, um wieder zu vergehen. Dieses Wissen ist auch auf unser eigenes Leben anzuwenden. Sogar der Körper entsteht, um wieder zu vergehen. Alles, was mit dem Körper verbunden ist, kommt ebenfalls, um

wieder zu vergehen. Was uns bleibt, ist die Erfahrung, und sie ist erfüllend, wenn wir

1. den vorübergehenden Aspekt des Lebens verstehen,
2. uns aufrichtig mit allem in Beziehung bringen, was zu uns kommt,
3. und in unserer Beziehung zu allem ehrlich und fair bleiben.

Wenn nur einer dieser drei Punkte fehlt, erleben wir Schmerz. Solange die Weisheit vorherrscht, bleiben wir in unseren Verbindungen neutral und losgelöst. Wir brauchen nicht vor dem Leben wegzulaufen, weil wir uns vor Bindungen fürchten. Eine losgelöste, abgeklärte Haltung erreichen wir nicht dadurch, dass wir vor dem Leben davonlaufen. Wenn uns bewusst ist, dass alles kommt, um wieder zu vergehen, können wir uns freudig verbinden und trotzdem frei bleiben, wenn die Zeit dies verlangt. Freudige Verbindungen schaffen vielleicht Konsequenzen, wenn wir uns in der Beziehung nicht verantwortungsvoll verhalten. Die Verantwortung in der Beziehung zu einer Person oder Sache wird an unserer Redlichkeit und Aufrichtigkeit gemessen. In unserer Zeit haben die Menschen im Westen eine

Tendenz entwickelt, zu genießen und Spaß zu haben, ohne die entsprechende Verantwortung zu übernehmen. Das schafft für sie Konsequenzen.

„Stehe frei, während du umringt bist“,
sagen die Meister der Weisheit.

Wir können immer noch frei stehen, während wir von der Familie, von Wohlstand, von Freunden und Mitarbeitern, von einem guten Namen und Ruhm umgeben sind, sofern wir uns an die Weisheit der Neutralität und Losgelöstheit halten. Frei zu stehen wird möglich, wenn wir das äußere Leben in Übereinstimmung mit dem Gesetz aufbauen.

Wenn wir nicht den Gesetzen der richtigen Beziehungen folgen, wird uns alles binden, was wir aufbauen. Dann werden wir von der Familie, dem Wohlstand, den Besitztümern, der Gesellschaft und den Vereinigungen gebunden. Bindung durch die äußere Welt wird unvermeidlich, wenn uns die richtige Art der Beziehung fehlt. Wir können die Gesetze der richtigen Beziehungen nicht umgehen. Bei allem, was wir in der äußeren Welt aufbauen, müssen wir sie beachten.

Um es noch einmal zusammenzufassen: Wir können im äußeren Leben nur frei bleiben, wenn wir uns an die Gesetze der richtigen Beziehungen halten. Sie bewahren uns in einem ausgeglichenen Zustand, von dem aus wir uns mit jedem Lebensaspekt verbinden können und die mit ihm verbundenen Verpflichtungen erfüllen, so dass wir mithilfe der Weisheit frei stehen können. Dann sind wir in der Lage, durch den dritten Aspekt des Klangschlüssels (des zweiten Schlüssels) in unser Inneres einzutreten. Der dritte Schlüssel des richtigen Handelns beruht auf richtigem Denken, und richtiges Denken beruht auf der Weisheit. Während wir uns auf der Gedankenebene an die Weisheit halten, sollten wir uns darum bemühen, in Bezug auf die äußere Welt einigermaßen frei zu leben.



Engelberg, Schweiz



Montserrat, Spanien

4. Kapitel

Die Höhle

Es gibt einen natürlichen Weg, auf dem wir in unser Inneres eintreten können. Dieser Vorgang wurde bereits als dritter Aspekt des Klang-Schlüssels eingeführt. Es gibt einen Klang, der von Natur aus in uns geschieht und nicht durch Menschen verursacht wird. Es ist der *Anâhata*-Klang, das heißt, es ist ein Klang, der nicht durch die Stimmbänder erzeugt wird: der Klang der Atmung. Er wird auch als Gesang der Atmung bezeichnet. Wenn wir unser Denken auf die Atemtätigkeit ausrichten, können wir diesen Gesang hören.

Dies ist der natürliche Weg, um ins Innere einzutreten. Tatsächlich bedeutet Initiation bzw. Einweihung 'in etwas eintreten'. Die eigentliche Bedeutung von Initiation bzw. Einweihung ist 'in sein Inneres eintreten'.

Wir haben eine Möglichkeit, in unseren inneren Raum einzutreten, und dieser Weg führt über die Atmung. Unsere Atmung besteht aus Einatmung und Ausatmung. Wenn wir unser Den-

ken auf die Einatmung richten, gehen wir in uns hinein. Durch die Ausatmung kommen wir wieder heraus, und beim nächsten Einatmen gehen wir erneut hinein. Indem wir das Denken bewusst mit der Einatmung verbinden, können wir in uns selbst eintreten und gelangen jedes Mal bis zu einem bestimmten Punkt. Genauso können wir das Denken mit der Ausatmung verbinden und mit ihr herauskommen. Anschließend gehen wir wieder hinein, indem wir uns mit der Einatmung verbinden. Das Bewusstsein des Menschen befindet sich im Denkvermögen, und bei dieser Übung bewegt sich das Bewusstsein zusammen mit der Einatmung nach innen, und mit der Ausatmung kommt es heraus. Wenn wir mit einer gewissen Regelmäßigkeit unser Bewusstsein mit der Atmung verbinden, wird es neugierig und möchte die Grundlage der Atmung erkennen. Das ist der Auftakt zum *Prânâyâma*. Wir sollten diese Übung nicht mit *Prânâyâma* verwechseln. *Prânâyâma* ist das Ergebnis dieser Übung und wird später im Anhang A erklärt.

Als Erstes sollte ein Aspirant, der in sein Inneres eintreten will, sein Denken auf die Atmung richten. Dies sollte er jeden Tag zur selben Zeit tun. Es wird empfohlen, dass diese Übung jedes

Mal die gleiche Länge haben sollte. Schrittweise kann die Dauer verlängert werden. Zu Anfang sollten wir 24 Minuten üben. Diesen Zeitraum können wir nach und nach auf 48 Minuten und schließlich auf 72 Minuten ausdehnen. Die Atmung ist ein Geschehen, das sich in uns ereignet, aber sie ist nicht unser Werk. Wenn wir im Denken leben, glauben wir an das Tun, aber in uns geschieht etwas, das keine Verbindung zu unserem Tun hat. So entdecken wir in uns eine Aktivität, die ein Geschehen ist – im Gegensatz zu den Aktivitäten, die wir ausführen. Das Denkvermögen, das ein Macher ist, soll jetzt zum Beobachter eines Geschehens in uns werden. Normalerweise befindet sich unser Bewusstsein im Denken, und das Denkvermögen ist ein Macher. Nun verlagert das Denken seine Tätigkeit vom Tun zum Beobachten. Wenn wir dies regelmäßig tun, wird der Macher langsam zu einem Beobachter.

Beobachter zu sein ist der erste Schritt im Yoga. Viele Leute glauben *Yogîs* zu sein. Solange unser Bewusstsein mit dem Tun verbunden ist, sind wir keine *Yogîs*. Ein *Yogî* ist ein Beobachter. Er beobachtet alles, was um ihn und durch ihn geschieht. Dabei beobachtet er auch die ge-

danklichen Strukturen, die sich in ihm bilden, ihre Umwandlung in Worte und ihre Umsetzung in Taten. Als *Yogî* sieht er auch ihre Qualität, die Abstufung des Lichts und der Farben in ihnen. Ebenso sieht er die Klangschrwingungen, die als Worte durch ihn hervorkommen. Auf diese Weise beobachtet er die Licht- und Klang-Show in seinem Inneren sowie die Licht- und Klang-Show, die sich um ihn ereignet. Das Ergebnis jeder wahren Meditation ist, dass wir zum Beobachter werden. Der Macher stirbt, damit sich der Beobachter entwickeln kann. Dies ist eine bedeutende Umwandlung, die in uns geschieht, wenn wir unser Bewusstsein auf die Atmungsaktivität richten.

Solange wir nicht gewillt sind, Beobachter zu sein, können wir dem Atmungsvorgang nicht folgen. Ein Denkvermögen, das vorwiegend ein Macher ist, findet das Dasein als Beobachter schwierig. Aus diesem Grund können viele Leute nicht still sitzen und die Atmung beobachten. Unglücklicherweise wollen viele Leute im Namen der Meditation etwas tun oder sich etwas bildlich vorstellen. Alle Vorstellungen aktivieren das Denkvermögen und bekräftigen den Macher-Status. Wenn wir uns bemühen, das Ge-

schehen in uns zu beobachten, wird der Atemrhythmus langsam die Anstrengung der Bemühung auflösen und das Denken emporheben, so dass es in das freudige, rhythmische Schwingen der Atmung eintritt. Es hört auf, etwas anderes zu tun als mit dem Atemrhythmus mitzuschwingen und freut sich daran, diesem Schwingen zuzuschauen.

Macher sind keine Beobachter. Doch nun nehmen wir uns vor, eine weitere Fähigkeit zu erreichen, die den Kernpunkt des Problems eines modernen Menschen darstellt, der in die Dynamik des Tuns versunken ist. Wenn wir Beobachter sind, hören wir auf, Macher zu sein. Wir müssen uns vom Macher zum Beobachter umwandeln, wenn wir in die Höhle eintreten wollen.

Diese Umwandlung ist möglich, wenn wir die Übung, den Atem zu beobachten, regelmäßig zur selben Zeit und immer in gleicher Länge ausführen. Regelmäßiges Üben baut eine Gewohnheit auf. Als Erstes müssen wir uns die Gewohnheit einprägen, uns hinzusetzen. Die Gewohnheit, uns immer zur selben Zeit für die gleiche Dauer hinzusetzen, ist sehr wichtig. Ohne sie können wir nicht viel erreichen. Es wird empfohlen, diese Gewohnheit zwei- oder

dreimal täglich einzurichten. Für ein überaktives Denken wird sie sogar fünfmal täglich empfohlen, für ein weniger aktives Denken wird sie dreimal täglich vorgeschlagen, und für ein normal aktives Denkvermögen reichen zwei Male aus. Wichtig ist, dass wir still sitzen können und das Denken auf die Atmung ausrichten. Dies ist der erste Schritt. Obwohl er nicht schwierig ist, finden viele dies schon recht schwer. Deshalb können sie nicht in die Höhle eintreten und enthalten sich selbst die Einweihung vor.

Eine Geschichte

Es war einmal ein Mann, der über den Schöpfer kontemplierte. Weil er so intensiv kontemplierte, erschien eines Tages der Schöpfer vor ihm und fragte ihn, was er sich wünschte. Der Mann bat um einen Diener, der für ihn alle Dinge mit Leichtigkeit erledigen kann. Der Schöpfer bewilligte ihm einen solchen Diener, aber er wies den Mann darauf hin, dass er seinem neuen Knecht immer die eine oder andere Aufgabe geben müsse, weil er ein Diener von ungeheuerlichen Ausmaßen sei, der den Kontemplierenden verschlingen würde, falls dieser ihm einmal keine

Arbeit gäbe. Der Mann war glücklich und zufrieden. Er antwortete dem Schöpfer, dass er unzählige Arbeiten zu erledigen hätte und es nicht schwierig sei, dem Diener ständig neue Aufgaben zu übertragen. Der Schöpfer segnete ihn und verschwand. Dann schaute der Mann seinen Diener an, der sofort nach Arbeit verlangte. Also bat der Mann um stabile Gesundheit für sich und seine Familie. „Erledigt“, sagte der Diener, und der Mann stellte fest, dass er gesund war. Nun forderte der Diener eine neue Aufgabe, und der Mann bat um Reichtum. „Erledigt“, sagte der Diener, und der Mann stellte fest, dass er reich geworden war. Erneut verlangte der Diener nach einer Arbeit, und der Mann wollte jetzt einen angesehenen Namen haben und berühmt sein. „Erledigt“, sagte der Diener.

Auf diese Weise hatte der Mann Gesundheit, Reichtum, einen angesehenen Namen und Ruhm bekommen und wusste nicht, was er noch verlangen sollte. Doch der Diener bestand darauf, dass er etwas zu tun bekam. Der Mann antwortete ihm: „Lass mir Zeit, damit ich darüber nachdenken kann.“ Aber damit war der Diener nicht einverstanden, denn dies gehörte nicht zu ihrer Abmachung. Also ging er zu dem Mann, um ihn

zu verschlingen. Der versuchte, vor seinem Diener wegzulaufen, aber der Diener rannte ihm hinterher. Voller Angst lief der Mann wie verrückt in den nahegelegenen Wald, und der Diener war immer noch hinter ihm her. Im Wald trafen sie auf einen Einsiedler, der still und friedlich da-saß. Er sah den erschrockenen, rennenden Mann und hielt ihn an, indem er ihn an der Schulter fasste. Dann fragte er ihn nach seinem Problem. Der Mann erklärte, dass er Schwierigkeiten mit seinem Diener habe und dass er nicht in der Lage sei, ihm genügend Arbeit zu geben. Der Einsiedler lächelte und sagte: „Das ist doch kein Problem. Ich habe auch so einen Diener. Aber ich kann ihn ununterbrochen arbeiten lassen.“ Nun konnte der Mann eine Atempause machen und fragte: „Wie schaffst du es, ihn ständig zu beschäftigen?“ Der Einsiedler zeigte auf seinen Diener, der sich in etwa 30 Meter Entfernung befand. Der Diener kletterte fortwährend eine Kokospalme hinauf und hinunter. Unermüdlich kletterte er hinauf und hinunter, hinauf und hinunter, hinauf und hinunter. Da fragte der Mann: „Was macht er da?“ Der Einsiedler lächelte und antwortete: „Nichts! Er beschäftigt sich dort, weil ich ihm dies aufgetragen habe, und er tut es so

lange, bis ich eine Aufgabe habe, die er erledigen soll. Sobald ich Arbeit habe, lasse ich ihn kommen, und wenn ich keine Arbeit für ihn habe, gebe ich ihm den Auftrag, den Baum hinauf und hinunter zu klettern, bis er weitere Anweisungen von mir bekommt. Du kannst das Gleiche tun. Benutze deinen Diener, wenn du ihn brauchst. Ansonsten lass ihn den Baum auf deinem Grundstück hinauf und hinunter klettern.“ Der Mann war sehr froh, denn jetzt wusste er, wie er mit seinem Diener umgehen musste.

Der Diener ist niemand anders als das Denkvermögen. Es muss immer etwas tun. Falls es nichts zu tun bekommt, bearbeitet es die Nerven der Menschen, und das ist das Hauptproblem der Menschheit. „Wie werde ich mit dem Denkvermögen fertig?“ ist ein gewaltiger Themenkomplex. Viele Bücher kann man darüber schreiben und Geld damit verdienen, aber keines dieser Bücher kann uns wirklich helfen. Vor langer Zeit haben die Seher dieses Problem gelöst, und die Schriften enthalten die Lösung. Das Denkvermögen ist ein Macher, und ihm muss Arbeit gegeben werden. Jener Einsiedler gab den entscheidenden Hinweis: Wir müssen das Denken so ausrichten, dass es den Baum hinauf und hinunter klettert. Der Baum

ist kein anderer als der Baum des Lebens in uns. Die Lebensaktivität ist in uns als Atmung wahrnehmbar, als Einatmung und Ausatmung. Wenn wir das Denken auf die Einatmung und Ausatmung ausrichten, können wir es eine geraume Zeit damit beschäftigen, und es versucht dabei den Ursprung der Lebensaktivität zu finden.

Durch regelmäßige Ausrichtung des Denkens auf die Atmung können wir viel erreichen, und die abschließende Errungenschaft ist die Einweihung. Wir gewinnen Ruhe, Frieden und sogar Gesundheit, wenn wir unser Denken regelmäßig auf die Atmung richten. Die rhythmische Atemtätigkeit gibt dem Denken einen Rhythmus, und mithilfe des Rhythmus sind wir in der Lage, viel zu leisten. Wir erhalten auch die Fähigkeit, unser Denken durch Ausrichtung auf die Atmung von der Objektivität zurückzuziehen. Dadurch lassen wir es nicht mehr in die Objektivität laufen, wenn keine Aufgaben zu erledigen sind und wenden auf diese Weise vermeidbare Handlungen ab. Das Leben wird präzise, klar umrissen und fließt nicht länger in unwichtige Aktivitäten. Dadurch gewinnen wir viel Zeit, um über die Atmung zu kontemplieren und erreichen entsprechenden Frieden und

innere Ruhe. Wie schon gesagt, es ist hilfreich, sich regelmäßig hinzusetzen, um die Einatmung und Ausatmung zu beobachten.

Nachdem wir uns hingesezt haben, wird sich das Denken nicht sogleich fortwährend mit der Ein- und Ausatmung verbinden. Aus Gewohnheit wird es sich woanders hintreiben lassen. Aber das macht nichts. Wir können es wieder zurückbringen, um es erneut mit der Ein- und Ausatmung zu verbinden. Nach kurzer Zeit wird es wieder woanders sein. Dann bringen wir es noch einmal zurück, um es auf die Atmung auszurichten. Wieder und wieder schweift es ab, wieder und wieder sollten wir es zurückholen. Es ist ein wahres Geduldsspiel. Das Denken ist wie ein junger Hund in unserem Haus, der ständig hinausläuft und sich auf den Straßen herumtreibt, und wir müssen ihm hinterherlaufen und ihn zurückholen. Bis der Welpen gelernt hat, zu Hause zu bleiben, muss sein Besitzer sehr viel Geduld aufbringen und ihn immer wieder zurückbringen. Genauso ist es mit unserem Gedanken-Welpen (der in Wirklichkeit ein Affe ist). Aus unseren Vorsätzen springt er einfach hinaus. Aber wir sollten Geduld haben und ihn zurückholen. Dieses Spiel mit unserem Denken

sollten wir freudig angehen und uns nicht entmutigen lassen. Wenn wir entmutigt und verärgert reagieren, haben wir das Spiel verloren.

Bei der Ausrichtung des Denkens auf die Atmung brauchen wir Geduld und Ausdauer. Im Lauf der vielen Stunden und Jahre, in denen wir uns hinsetzen und üben, wird sich das Denken daran gewöhnen und sich problemlos mit der Atmung verbinden. An diesem Punkt sollten die folgenden vier Prinzipien eingeführt werden. Unsere Atemzüge sollten

- langsam,
- sanft,
- tief und
- gleichmäßig sein.

Wenn sie langsam sind, verlangsamt sich auch die Wahrnehmung des Denkens. Wenn sie sanft sind, ist kein Geräusch an der Nasenwurzel oder im Rachen zu hören. Durch sanfte Atemzüge entstehen keine Schwellungen oder Geschwülbildungen, die bei geräuschvollem Ein- und Ausatmen auftreten könnten. Wenn die Atmung hörbar ist, kann die Wärme der Ein- und Ausatmung Anomalien an der Nasenwurzel oder im Rachen verursachen. Das sollte vermie-

den werden. Durch tiefes Einatmen können wir tief in unser Inneres eintreten, und wenn die Atmung gleichmäßig ist, baut sie einen Rhythmus auf. Deshalb müssen wir diese vier Prinzipien in unsere Atemübungen einführen.

Wenn wir unserer langsamen, sanften, tiefen und gleichmäßigen Einatmung bewusst folgen, hören wir den Klang *SO*, und wenn wir ausatmen, hören wir den Klang *HAM*. Wer diese Atemübungen macht, sollte bewusst mit der Einatmung hineingehen, mit der Ausatmung herauskommen und dabei diesen Klängen zuhören.

Normalerweise atmen wir nicht so tief, wie es unserem Lungenvolumen eigentlich entspräche. Doch wenn wir tief ein- und ausatmen, haben wir nach drei Atemzügen das Gefühl, dass wir für einen Moment nicht atmen müssen. Auf diese Weise entsteht jeweils nach drei tiefen Atemzügen eine Zwischenpause. In dieser Pause können wir den Nachklang der Pulsierung in uns hören.

Die Pulsierung ist die Grundlage der Atmung, und wenn wir für kurze Zeit aufhören zu atmen, kann unser Denken den Nachklang der Pulsierung wahrnehmen. Auf diese Weise können wir uns mit dem Pulsierungsprinzip ver-

binden, das von Natur aus eine zentripetale und zentrifugale Tätigkeit ist. Diese Doppelfunktion der Pulsierung erzeugt beim Ein- und Ausatmen die schwach hörbaren Klänge *SO* und *HAM*. So verbindet sich das Bewusstsein im Denkvermögen mit der Pulsierung und bleibt eine Weile in ihr, bis der Impuls zum Atmen wieder auftritt.

Mit drei langsamen, sanften, tiefen, gleichmäßigen Atemzügen und den darauffolgenden Zwischenpausen können wir uns mit den Klängen *SO* und *HAM* verbinden, die durch die zentripetale und zentrifugale Pulsierung verursacht werden.

Wir können also drei Atemzüge mit einer Zwischenpause machen, um die Pulsierung wahrzunehmen. So können wir 9 Zwischenpausen mit 9×3 Atemzügen erleben. Diese $9 \times 3 = 27$ Atemzüge zusammen mit den 9 Zwischenpausen gelten als eine Übungseinheit.

Jedes Mal, wenn wir uns zum Üben hinsetzen, können wir drei solcher Übungseinheiten ausführen. Insgesamt machen wir dann 81 Atemzüge in 27 Einheiten und können 27 Mal die Pulsierung in den Zwischenpausen wahrnehmen. Damit ist eine Übungssitzung abgeschlossen.

Wenn drei dieser Sitzungen im Abstand von jeweils acht Stunden täglich gemacht werden,

ist das Training für den Tag beendet. Führen wir diese Praxis 2½ Jahre ununterbrochen durch, erreichen wir eine tiefe Verbindung mit dem Pulsierungsprinzip. Es ist die Grundlage der Atmung.

Wenn wir uns auf diese Weise fünf Jahre mit dem Pulsierungsprinzip verbinden, berühren wir die subtile Pulsierung. Sie ist der innere Aspekt der Pulsierung. Durch die Verbindung mit der subtilen Pulsierung gelangen wir an die Schwelle zur Höhle des Herzens.

Um bei dieser Schwelle anzukommen, trainieren wir unser Denken, so dass es sich mit der Atmung, Pulsierung und später mit der subtilen Pulsierung verbindet. Dadurch gelangen wir ins Innere und stehen an der Schwelle zur Höhle des Herzens, wo wir den subtilen Klang *SO HAM* hören.

Wenn wir an der Schwelle stehen und die zentripetale und zentrifugale Tätigkeit beobachten, finden wir wahrhaftig den Zugang zur anderen Seite, zur subtilen Pulsierung. Dort begegnen wir dem Glanz des goldenen Lichts, das von unermesslicher Tiefe ist. Das Eintreten in dieses goldene Licht wird symbolisch 'das Eintreten in die Höhle des Herzens' genannt. Da die Höhle von goldenem Licht erfüllt ist,

wird sie auch als 'Höhle des Löwen' bezeichnet. In dem goldenen Licht müssen wir warten, um die Reise zu dem *Ashram* eines Meisters anzutreten. Ein Meister wählt seinen Jünger aus, der in der goldenen Höhle wartet. Es ist der Meister, der aussucht, und nicht der Jünger. Bis wir von einem Meister als Jünger ausgewählt wurden, können wir uns nicht als Jünger bezeichnen. Um Jünger zu sein, muss es einen Meister geben. Der Jünger kann sich nicht seinen Meister aussuchen. Es ist umgekehrt. Der Meister sucht sich den Jünger aus. Im Westen habe ich viele begeisterte Schüler getroffen, die sich ihren Meister aussuchen. Sie ernennen ihren Meister sogar, und wenn sie ihn nach einiger Zeit nicht mehr mögen, entlassen sie ihn und suchen sich einen anderen. Das ist wirklich kindisch. Bitte denkt daran, sucht euch keinen Meister aus so wie ihr euch einen Freund oder eine Freundin aussucht. Es ist der Meister, der einen ernsthaften Schüler erwählt. Eine andere Möglichkeit gibt es nicht.

Nun sollten uns die Schlüssel-Klänge für den Zugang zu einem *Ashram* klar sein. Beim Einatmen ist es *SO*, und beim Ausatmen ist es *HAM*. Das Wissen über *SOHAM* ist ein eige-

ner Themenkomplex, der hier nicht besprochen werden soll. Aber wir sollten die Klänge der Buchstaben *S* und *H* beachten. Sie sind Teil des Wortes *Ashram*, sie gehören zum natürlichen Klang der Ein- und Ausatmung und führen uns schließlich in die Höhle unseres Herzens.

Die Höhle des Herzens ist das Allerheiligste. Darin können wir in Frieden verweilen. An diesem Ort in unserem Inneren können wir die göttliche Gegenwart erfahren. Er ist auch das Sprungbrett, um in den *Ashram* eines Meisters zu gelangen. Madame H. P. Blavatsky nennt dieses Sanctum Sanctorum 'das Allerheiligste'. Es ist der goldene Tempel in uns. Durch das Erreichen dieses Tempels wird es uns möglich, zu einem *Ashram* vorzudringen.

Der innere und der äußere goldene Tempel

Den goldenen Tempel im Inneren zu bauen, ist sicherer als ihn außen zu bauen. Der innere Tempel kann nicht geplündert werden, während der äußere Tempel geplündert und sogar entweiht werden kann. Das geschah jedes Mal, wenn eine Glaubensgemeinschaft einen äußeren goldenen Tempel baute.

1. Der goldene Tempel von Ibis in Atlantis, der goldene Tempel in Ägypten und auch der goldene Tempel in Israel wurden zerstört.
2. Die goldenen Tempel in Indien wurden von den Ghajanis und Ghories geplündert. Auch der goldene Tempel der Sikhs wurde angegriffen und entweiht.
3. Der goldene Tempel in Mexiko und der goldene Tempel der Mayas wurden ebenfalls zerstört.

Innerer Glanz kann nur durch Dienst äußerlich sichtbar werden, aber nicht, um das Ansehen zu steigern. Deshalb empfehlen die Meister nicht, prächtige äußere *Ashrame* zu bauen, sondern raten uns dringend, innere *Ashrame* zu bauen. Es ist unweise, für die Weisheit äußere *Ashrame* zu bauen. Die Seher der Weisheit hielten nie etwas davon, wunderbare äußere *Ashrame* zu bauen. Sie konnten die materielle Form des *Ashrams* manifestieren und sie sogleich wieder auflösen, nachdem ihr Zweck erfüllt war. Der Bau äußerer *Ashrame* führte unausweichlich zu Geld- und Machtpolitik.

Ashrame konnten jedoch in sehr einfacher Form existieren, um allein der Ausbildung zu

dienen. Normalerweise bringen die Weisheitslehrer die Schüler in ihrem eigenen Haus unter. Dort erhalten sie Essen, Unterkunft und Ausbildung. Dies ist das einfachste Modell.

Der wahre Zweck des menschlichen Lebens ist, in den *Ashram* einzutreten. Dadurch wird es uns möglich, im Licht wiedergeboren und unsterblich zu werden. Die Seelen, die in Fleisch und Blut geboren wurden, müssen im Licht wiedergeboren werden. Um im Licht wiedergeboren zu werden, müssen wir in den Schoß des Lichts eintreten, und dies ist unsere eigene Kammer des Herzens.

Die Ägypter bildeten die Gebärmutter in den Pyramiden nach. Dort trat das goldene Licht der Sonnenenergie ein, um die Wiedergeburt herbeizuführen. Diesen Raum in den Pyramiden nennt man die Königskammer. Nur Eingeweihte konnten den Weg, auf dem sie einen qualifizierten Neophyten in die Königskammer führten. Dann wurde der Neophyt in der Kammer allein gelassen. Er musste der Intensität des Lichts in der Kammer standhalten, um so die Einweihung des Lichts zu erhalten. Ohne Nahrung und Wasser wurde er sich selbst überlassen. Wenn er geeignet war, wurde er im Licht wiedergeboren. Falls

er nicht geeignet war, starb er. Etwas zu wagen, ist, wie wir alle wissen, ein Prinzip auf dem Weg zum Licht. Wagen, Wollen, Wissen und Schweigen sind die vier goldenen Prinzipien der Weisheit. Die ägyptische Einweihung ähnelte der Einweihung einer Raupe, die sich in einen Kokon zurückzieht, bis sie sich in einen Schmetterling umgewandelt hat. Ähnliche Praktiken gab es auch in den unterirdischen römischen Katakomben.

Es gibt zahlreiche Einweihungsgeheimnisse. Wie verrückt klettern die Leute in den Bergen und Hügeln von Peru herum, um den Tempel von Atlantis zu finden. Sie wandern um den Tempel in Jerusalem und suchen nach dem goldenen Tempel von Salomo, sie reisen zu den Pyramiden in Ägypten und Mexiko und versuchen die Geheimnisse zu entschlüsseln, die die Pyramiden umgeben.

Aber das wahre und echte Geheimnis liegt in uns selbst. Der Tempel ist im Inneren und er ist golden. Wir brauchen nicht nach weit entfernten Tempeln zu suchen. „Was weit entfernt ist, das ist auch ganz nahe“, lautet eine okkulte Aussage. Geheimnisse gibt es nicht nur in den Bergen des *Himâlaya* oder an anderen Orten, sondern auch

im menschlichen Körper. Wir sollten nach dem unvergleichlichen Schatz in uns selbst suchen und uns nicht damit belasten, ihn in abgelegenen Plätzen von Bergregionen zu suchen. Mögt ihr gesegnet sein!

Wie man in einen *Ashram* eintritt und wie man ihn erkennt

Manchmal kann es sein, dass wir auf unseren Touren und Reisen unvermutet auf einen *Ashram* stoßen, den wir möglicherweise nicht bemerken, wenn wir nicht aufmerksam sind. Doch es gibt Möglichkeiten, um einen *Ashram* zu erkennen, z. B.:

1. die angenehme Berührung eines kühlen Lufthauchs, wenn wir während unseres Aufenthalts in der Natur an einen Ort kommen,
2. ein blumiger Sprühregen, der die Atmosphäre auf einmal verändert,
3. ein Berg, ein größerer oder kleinerer Hügel mit einer dreieckigen Spitze,
4. ein natürlicher Garten mit Blumen oder Früchten,
5. eine saftige, grüne Wiese im Tal einer Bergregion,

6. eine Öffnung zwischen den Wolken am Himmel, durch die ungewöhnliche Farben strahlen,
7. ein Regenbogen am Ufer eines Flusses oder auf den Inseln in der Strömung des Flusses,
8. ein Vogelschwarm, der an einem grünen Feld vorbeifliegt und uns mit krächzenden Tönen grüßt,
9. ein Ort, an dem ein Adler-Paar am Himmel im Uhrzeigersinn seine Kreise zieht,
10. eine Wiese, auf der Tauben fröhlich herumlaufen und Körner picken,
11. ein gewaltiger Baum mit Schatten spendenden Ästen und Zweigen, die sich ringsum ausbreiten,
12. ein Wasserfall, von einem Grünbereich umgeben oder mit einem Grünbereich in dem Wasserfall,
13. ein tafelartiger Berg, der für menschliche Besiedlung generell schwer zugänglich ist.

Diese Zeichen, die von der Natur gegeben werden, bieten uns genügend Hinweise, damit wir besonders aufmerksam und schweigsam werden, um uns auf die Energie des *Ashrams* einstellen zu können. Wenn wir auf solche Orte

oder einen solchen Himmel treffen, sollten wir still bleiben, kontemplieren und uns mit einem ätherischen *Ashram* verbinden, der hier möglicherweise vorhanden ist. In unserer modernen Zeit sind die *Ashrams* ätherisch. Entsprechend der Reinheit des Ortes ziehen sie von einem Platz zum nächsten. Solche *Ashrams* existieren fast in jeder Nation.

In der Natur gibt es viele heilige Orte, an denen sich meditierende Gruppen von hohem Rang aufhalten. Wir können ihre Anwesenheit fühlen, und wir können zu dem Platz eines *Ashrams* geführt werden.

Wo die Natur besonders schön ist und einen Gegensatz zur Umgebung darstellt, sollten wir aufmerksam sein, weil dort ein *Ashram* sein könnte. An solchen Orten

1. tragen die Pflanzen sehr viele Blüten und es gibt Blumenwiesen,
2. sind die Obstbäume voller Früchte und ihre Äste biegen sich unter der Last der Früchte,
3. lassen hindurchfließende Bäche oder Flüsse eine angenehme Musik für die Ohren erklingen,
4. singen die Vögel und die Tiere sind freundlich,

5. herrscht eine unerklärliche Stille, ein leichter Wind ist auf besondere Weise angenehm kühl und wohltuend, hin und wieder gibt es einen feinen Sprühregen, der die Natur reinigt.

Solche Orte sind für Reisende nicht ungewöhnlich. Recht häufig können wir sie finden, wenn wir mit dem Auto oder dem Zug fahren. Dann können wir sie auf beiden Seiten der Straße oder der Schienen entdecken, sofern wir wache, scharfe Augen haben, um sie zu sehen. Das Denken der modernen Menschen ist so voreingenommen, dass sie die Anwesenheit solcher *Ashrams* verpassen, die sich in der Nähe ihrer Dörfer, Gemeinden und Städte befinden.

Es wäre gut, wenn wir Pilgerreisen in die Natur, an die Flussufer, in die Wälder, in Gebirgstäler, zu Wasserfällen und Seen unternähmen, wo nicht viele Menschen leben.

Die Atmosphäre eines *Ashrams* können wir am ehesten an Orten wahrnehmen, wo es keine Zivilisation gibt. Wir sollten ein beobachtendes Denken mit aufmerksamen Augen für den Himmel und die Erde entwickeln sowie ein scharfes Gehör, so dass wir den Klängen der Vögel zuhören können. Wir müssen feinfühlige

Visionen entwickeln, um einen leichten Luftzug oder einen vorüberfliegenden Vogelschwarm zu spüren, vorüberziehende Wolken oder ein vorbeikommendes weißes Objekt wahrzunehmen.

Die Natur bietet uns viele subtile Hinweise auf *Ashrame*. Wir müssen die notwendigen Fähigkeiten entwickeln, ohne dabei emotional zu werden. Wenn wir die umgebende Natur aufmerksam beobachten, entwickeln wir vielleicht außersinnliche Wahrnehmungen, und wenn die außersinnlichen Wahrnehmungen in uns einigermaßen aktiv geworden sind, ist es sehr wahrscheinlich, dass wir die Gegenwart einer hohen Seele aus einem *Ashram* entweder sehen, hören, durch Berührung fühlen oder an ihrem Duft wahrnehmen.

Diese Wahrnehmung sollten wir zu einem natürlichen Teil unseres Bewusstseins und unseres eigentlichen Wesens machen, aber sie sollte nicht ins Emotionale abrutschen. Gefühle führen uns in die Illusion. Achtsames Gewahrsein führt uns zur subtilen Wahrnehmung. Mögt ihr alle in euren Bemühungen gesegnet sein.

Bitte beachtet, dass die Gegenwart einer hohen Seele in einem göttlichen *Ashram* nicht für

Personen ist, die von untätiger Neugier angetrieben werden. Jene hohen Seelen offenbaren sich den strebenden Aspiranten, die ihr Leben dem Dienst an der Menschheit und allgemein dem Leben ringsum widmen.

Die tägliche Übung

Eine spezielle tägliche Übung sollten sich alle Aspiranten einprägen, die nach der Erfahrung eines *Ashrams* streben.

- Sie sollten den Tag nicht nach 21 Uhr beenden und sich um diese Zeit ins Schlafzimmer zurückziehen.
- Das Schlafzimmer sollte in freundlichen Farben gestaltet sein, und das Bett sollte mit schönen, farbigen Laken und Kissen ausgestattet sein.
- Es sollte genügend Luftzufuhr und eine gute Luftzirkulation vorhanden sein.
- In einer Ecke kann ein Licht stehen oder ein blaues, grünes oder milchweißes Nachtlicht eingeschaltet sein.
- Dann sollten die Aspiranten ein Räucherstäbchen mit Sandelholz-, Lavendel- oder irgendeinem anderen angenehmen Duft anzünden.

- Anschließend sollten sie eine Seite aus den Lehren irgendeines Meisters der Weisheit oder aus einer heiligen Schrift lesen.
- Wenn sie sich sanft ins Bett legen, sollten sie mit dem Kopf nach Osten, Süden oder Westen liegen. Wer auf der Nordhalbkugel der Erde lebt, sollte vermeiden, mit dem Kopf nach Norden zu schlafen. Wer auf der Südhalbkugel lebt, sollte nicht mit dem Kopf nach Süden schlafen.
- Während sie sich behutsam vornehmen einzuschlafen, können sie sich die gelesene Seite aus der Lehre des Meisters nochmals ins Gedächtnis rufen und anschließend das Denken auf die Atmung richten.
- Dann können sie ein Gebet sprechen:

„Meister, lass uns
zu deiner Wohnstätte gelangen,
so dass wir ausgerichtet und verbessert,
neu gestaltet und regeneriert werden,
um die Glückseligkeit deiner Gegenwart und
die Gegenwart des *Ashrams* zu erleben.
Meister *Namaskâram!*“
- Sie sollten der Atemtätigkeit folgen, an der Schwelle zum Herzen bleiben und den Schlaf kommen lassen, wenn er kommt.

Die Regelmäßigkeit und Ernsthaftigkeit bei dieser Übung sowie die Qualität ihrer Lebensführung am Tage bieten ihnen die Gelegenheit, die Gegenwart zu erfahren.

Ein Aspirant, der die genannten Regeln für sich im täglichen Leben übernimmt, sich für den Schlaf in der genannten Weise vorbereitet und das entsprechende Gebet spricht, wird schließlich während der Schlafenszeit genügend Empfindsamkeit entwickeln, um möglicherweise an der Atmosphäre eines *Ashrams* teilhaben zu können. Dann wird er tagsüber sein objektives Leben führen und zu gegebener Zeit auch in das feinstoffliche Leben eintreten und darin ebenfalls leben und zusammen mit bestimmten Mitarbeitern im Bereich der Aura eines Meisters arbeiten.

Auf diese Weise führt er zwei parallele Leben: das weltliche (objektive) und das überirdische (subjektive). Im Weltlichen erfüllt er in der Objektivität sein *karmisches* Leben, und im Feinstofflichen erhält er die Ausbildung des Meisters auf der subjektiven bzw. überirdischen Ebene. In fortgeschrittenen Stadien der Jüngerschaft, wenn man den Plan der subjektiven Ebene in der Objektivität ausführt, vereinen sich diese beiden Lebensströme zu einem einzigen. In die-

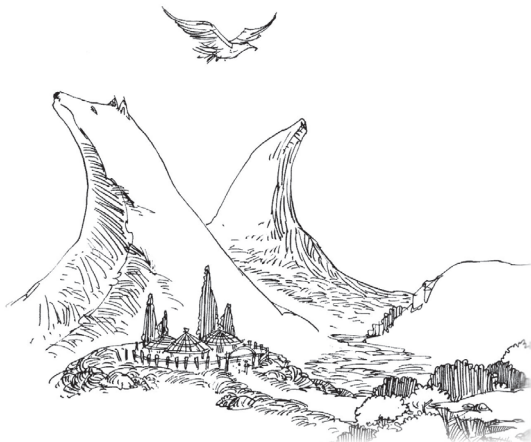
sem Stadium hat man einen subjektiven Namen auf der subjektiven Ebene und einen objektiven Namen auf der objektiven Ebene.²

Die Tätigkeit des subjektiven Lebens wird in jedem Leben fortgesetzt, und in jeder Inkarnation hat der Jünger auf der subjektiven Ebene denselben Namen. Doch der weltliche Name ist jedes Mal ein anderer. Die Meister der Weisheit sind bereit, jedem Aspiranten zu helfen, der daran arbeitet, in das subjektive Leben, das heißt in einen *Ashram* einzutreten. Dieser Eintritt ist die unmittelbare Einweihung, vor der die Menschheit steht, um die Objektivität zu transzendieren.

Mögen die Mitglieder der Gruppe diesen Vortrag in angemessener Weise nutzen, um seinen Zweck zu erfüllen. Mögt ihr gesegnet sein!

Danke.

2 Weitere Einzelheiten sind in dem Buch DIE MUSIK DER SEELE von Meister EK zu finden. Dieses Buch hat die Einweihung von Meister *Djwhal Khul* zum Thema, dessen weltlicher Name Giri Sarma war und dessen spiritueller Name *Djwhal Khul* ist.



Künstlerische Wiedergabe eines schönen
Ashrams in einem heiligen Gebirge



Bild von Nicholas Roerich

Anhang A – *Prânâyâma*

Prânâyâma bedeutet 'reguliertes *Prâna*'. Wenn wir das Denken auf die Atmung ausrichten, wird das *Prâna* nach und nach reguliert. Die Atmung führt das Denken zur *prânischen* Pulsierung, die ein ewiges Geschehen im Herzen eines jeden Lebewesens ist. Die Pulsierung ist ein Geschehen, aber kein bewusstes Tun des Menschen. Sie ist unser eigentliches, innerstes Wesen. Der Mensch ist eine pulsierende Bewusstseinsseinheit. Er pulsiert ewig und ist in Wirklichkeit ein Lichtwesen.

In einem Menschen unterteilt sich das pulsierende Prinzip in fünf verschiedene Pulsierungen. Zusätzlich gibt es noch fünf Untergruppen, die hier jedoch nicht in Betracht gezogen werden. Die fünf Pulsierungen bzw. Hauptpulsierungen sind

1. Einatmung – *Prâna*,
2. Ausatmung – *Apâna*,
3. Ausgeglichenheit – *Samâna*,
4. Aufwärtsschub – *Udâna*,
5. Durchdringung – *Vyâna*.

Einatmung und Ausatmung machen zusammen die Atmung aus. Beim Einatmen wird *prâni-sche* Luft hereingeholt und beim Ausatmen werden Kohlenstoffe hinausbefördert. Obwohl die Funktionen dieser beiden Pulsierungen gegensätzlich erscheinen, ergänzen sich ihre Eigenschaften. Die eine bringt das Leben in den Körper, und die andere wirft alles Lebensfeindliche hinaus. Ihre Tätigkeit ist vom Wirken des Herz-Prinzips abhängig.

Durch das Bewusstsein des Menschen, das sich im Denkvermögen befindet, kann die Atmung angegriffen werden. Wenn das Denken in ängstlicher Unruhe, Ärger, Kummer, Eifersucht, Hass, Angst, Sorge oder Gereiztheit gefangen ist, stehen seine Gedankenströme im Widerspruch zum pulsierenden Prinzip. Dadurch wird die Ein- und Ausatmung beeinträchtigt. Ein stabiles Denkvermögen, das sich wohlfühlt, arbeitet so, dass es einerseits das *Prâna* kräftigt und andererseits selbst durch das *Prâna* gestärkt wird. Ein instabiles Denkvermögen, das sich nicht wohlfühlt, greift seinen eigenen Rückhalt an und bringt die Gesundheit in Gefahr. Somit kann das Denken die *Prâna*- und Bewusstseinsqualität stärken und verbessern oder seine ei-

gene Stabilität und die Stabilität des *prânischen* Systems zerstören.

Auf diese Weise können das Bewusstseinsprinzip, das seinen Platz im Denkvermögen hat, und das Lebensprinzip, das sich in der Pulsierung befindet, einander ergänzen oder gegeneinander arbeiten. Dies hängt jeweils von der Entwicklung einer Person ab.

Wenn wir das Denken regelmäßig auf die Atmung ausrichten, geht es in der Schönheit des Atmungs- und Pulsierungsgeschehens auf. Das Denkvermögen ist ein Macher, und die Pulsierung ist ein Geschehen. Zum ersten Mal nimmt das Denken wahr, dass es im Menschen ein Prinzip des ununterbrochenen Geschehens gibt, das keinen Bezug zum Tun hat. Durch Schlussfolgerung stellt das Denken fest, dass die Pulsierung sogar im Schlaf weiterarbeitet, während das Denken aussetzt. Es weiß nicht, wie es im Schlaf existiert, während die Pulsierung nicht aufhört, egal ob wir schlafen, träumen oder wach sind. Das Denken wird neugierig und möchte sehen, wie die Atmung und Pulsierung in uns ablaufen. Die wissbegierige Natur des Denkens, das beim Einatmen tief eintaucht, entdeckt das pulsierende Prinzip und beschäf-

tigt sich mit ihm. Das nachforschende Denken möchte die Ursache der Pulsierung entdecken. Deshalb wartet es beim Herzen, um das ewig pulsierende Prinzip zu beobachten. Es lässt die Atemtätigkeit hinter sich und beschäftigt sich mit der Aktivität der Pulsierung. (Die entsprechende Übung wurde in diesem Buch dargelegt.)

Auf diese Weise werden *Prâna* und *Apâna* (Einatmung und Ausatmung) in den Hintergrund gedrängt, und ihr neutraler Gleichgewichtszustand wird durch das beobachtende Denken im pulsierenden Zentrum erreicht. Das Gleichgewicht von *Prâna* und *Apâna* wird *Samâna* genannt.

Während das Denken in *Samâna* verweilt, ist es in die zentripetale und zentrifugale Tätigkeit des Herzzentrums vertieft. Das Denken möchte tief in die andere Seite der Pulsierung eindringen, indem es einfach durch die zentripetale Öffnung eintritt, und so landet es tief im Raum der subtilen Pulsierung. Dort nimmt es die subtile Pulsierung wahr, die stets die Neigung hat, sich nach oben zu bewegen. Es ist eine aufsteigende Pulsierung, und sie wird *Udâna* genannt. Das Bewusstsein des Menschen im Denken folgt

dem Vogel der aufsteigenden Pulsierung und steigt ebenfalls bis zum Brauenzentrum auf.

Im Brauenzentrum muss es eine Brücke überqueren, um zur fünften Pulsierung zu gelangen, die *Vyâna* genannt wird. Sie ist die alles durchdringende Pulsierung. Wenn der Mensch durch ausdauernde Übung die Brücke von *Udâna* zu *Vyâna* baut, verbindet er sich mit *Vyâna Prâna*. Somit bewegt sich das menschliche Bewusstsein von *Prâna* und *Apâna* zu *Samâna*, von *Samâna* zu *Udâna* und von *Udâna* zu *Vyâna*. Es steigt bis zur Schwelle des *Âjnâ*-Zentrums auf, wo der Mensch die Seligkeit des Seins erlebt. Die vier Pulsierungen vereinen sich in *Vyâna*, der fünften Pulsierung. Es ist genauso wie die vier Elemente, die sich im Himmel (*Âkâsha*), dem fünften Element, vereinen. Dieses Stadium ist *Prânâyâma*, reguliertes *Prâna*.

Bei Patanjali ist *Prânâyâma* die vierte Stufe. Sie führt zum Brauenzentrum, zum *Pratyâhâra*. *Pratyâhâra* bedeutet 'in etwas aufgehen' oder 'in etwas versunken sein'. Das Bewusstsein des Menschen, das früher seinen Platz im Denken hatte, ist jetzt über das Herz durch die Kehle absorbiert und hat sich nun am Brauenzentrum in der Nähe des *Âjnâ* niedergelassen. Dann weiß

der Mensch, dass er den Körper hält und dass er nicht vom Körper gehalten wird. Er erkennt sich als pulsierendes Wesen. Danach kommt *Dhyâna*, die Stufe der Meditation, auf der er versucht, mit der alles durchströmenden Energie eins zu werden. Wenn diese Eins-Werdung geschieht, spricht man vom *Samâdhi*.

Somit ist *Prânâyâma* die Türöffnung zur inneren Reise bis zur Eins-Werdung der Seele mit der Universalseele. Dies wird Eins-Werdung genannt. Jesus nannte es 'zum Vater gehen'.

Wir treten in den *Ashram* ein, wenn wir uns im *Samâna Prâna* etablieren und uns mit *Udâna Prâna* verbinden. An diesem Punkt wird das horizontale Leben vertikal. Das objektive Leben macht den Weg für die subjektive Verwirklichung frei. Wenn das Horizontale auf das Vertikale trifft, wird der rechte Winkel gebildet. Der rechte Winkel (right angle) ist nichts anderes als der rechte Engel (right angel), und dieser Engel ist der Meister.

Anhang B – Klangschlüssel des Wortes *Ashram*

Der Gedanke ist Feuer, und der Klang des Feuers ist *R*. Jede Aktivität in der äußeren Welt ist mit der Materie verbunden, und alle materielle Aktivität kann mit dem Klang *M* in Beziehung gebracht werden.

Der erste Schlüssel spricht vom *A*. Der dritte Schlüssel spricht von *R* und *M*, und der zweite Schlüssel spricht von *S* und *H* in Zusammenhang mit der Einatmung und Ausatmung. Wenn wir alle diese Buchstaben zusammensetzen, erhalten wir den Begriff 'ASHRM' (*Ashram*).

Somit setzt sich das heilige Wort *Ashram* aus drei Schlüsseln zusammen. Der Erste gehört zum *A*, der Zweite gehört zu *S* und *H*, und der Dritte gehört zu *R* und *M*. Wenn wir diese drei Schlüssel durch unsere Übung zusammenfügen, erkennen wir den *Ashram*. Dies ist eine neuartige Definition, die hier und jetzt auftaucht, aber keine klassische Definition.

Beachtet den Klang

- *A*, um euch mit dem Allgegenwärtigen zu verbinden,

- *S* und *H*, um euch mit der Ein- und Ausatmung zu verbinden, nachdem ihr den Regeln des Klangs entsprochen habt,
- *R* und *M*, um euch mit den richtigen Gedanken und den richtigen Handlungen zu verbinden.

Wenn alle drei Schritte ausgeführt wurden, landet ihr in einem *Ashram*.

Anhang C – *Ashramische* Invokation³

1.

Master! Please come!

Pass through me, I am empty.

Flow through me, I am ready.

I am a bamboo.

Make a flute out of me.

Master! Please come!

2.

Master! Please enter!

Be in me and work through.

Speak, sing, smile through.

I am Your vehicle, ever ready.

Master please mount on me, move and fulfil.

Thy will be done Master!

Thy will be done.

Master! Please enter!

3 Diese Invokation wurde von Meister KPK anlässlich des '100jährigen Meister CVV Yoga' zum Löwe-Vollmond 2009 am Aussichtspunkt vom Meister Jupiter *Ashram* in den *Nîlagiris* (Blauen Bergen) gegeben. Es wird empfohlen, diese Invokation vor dem Einschlafen zu sprechen.

3.

Master!

I await.

I wait for You.

I am available.

I keep patient.

I await You for eternity.

4.

Let me wait in You Master,

Let me the bliss of be-ness.

Master *Namaskâram*,

Master C V V *Namaskâram*

1.

Meister! bitte komm!

Fließe durch mich, ich bin leer.

Ströme durch mich, ich bin bereit.

Ich bin wie ein Bambus.

Mache aus mir eine Flöte.

Meister! Bitte komm!

2.

Meister! Bitte tritt ein!

Sei in mir und arbeite durch mich.

Sprich, singe, lächle durch mich.

Ich bin Dein Gefährt, immer bereit.
Meister, bitte steige auf mich,
bewege und erfülle mich.
Dein Wille geschehe, Meister!
Dein Wille geschehe.
Meister! Bitte tritt ein!

3.
Meister!
Ich warte.
Ich warte auf Dich.
Ich stehe zur Verfügung.
Ich bleibe geduldig.
Ich warte auf Dich, bis in alle Ewigkeit.

4.
Lass mich in Dir warten, Meister.
Überlasse mir die Glückseligkeit des Seins.
Meister *Namaskâram*,
Meister CVV *Namaskâram*.



Meister Jupiter *Ashram* in den *Nîlagiris* (Blauen Bergen), Südindien

Anhang D – Über den Verfasser

Seit vielen Jahren lehrt Dr. *Śrî* K. Parvathi Kumar diverse Weisheitskonzepte und führt viele Gruppen in Europa, Latein-Amerika und Nord-Amerika auf den Yoga-Pfad der Synthese. Seine Lehren sind zahlreich und vielfältig. Sie sind praxisorientiert und dienen nicht der bloßen Information.

Für seine Leistungen als Vortragsredner rund um die Welt wurde Dr. K. Parvathi Kumar von der Andhra Universität mit dem Titel 'Doktor der Literaturwissenschaften h. c.' ausgezeichnet. Auf der Grundlage der Spiritualität arbeitet er im Bereich der Wirtschaft, Gesellschaft und Kultur. Seiner Meinung nach haben spirituelle Übungen nur einen Wert, wenn sie zum wirtschaftlichen, kulturellen und gesellschaftlichen Wohlergehen der Menschheit beitragen.

Dr. K. Parvathi Kumar ist ein verantwortlicher Familienvater, kompetenter Berater, Weisheitslehrer, Heiler von Rang und Verfasser zahlreicher Bücher. Er lehnt es ab, sich als Autor zu bezeichnen, da er der Auffassung ist, dass die Weisheit niemandem gehört, aber alle der Weisheit gehören.

Es ist wichtig, folgende Werte als Grundlagen des menschlichen Lebens zu verstehen:

- miteinander zu teilen,
- sich füreinander verantwortlich zu fühlen und
- füreinander zu leben.“

Der Herausgeber

Anhang E – Über den Verlag

Die Edition Kulapati arbeitet im Rahmen des World Teacher Trust e. V., um einen Zugang zur zeitlosen Weisheit anzubieten.

Der World Teacher Trust wurde im Jahre 1971 von Dr. Ekkirala Krishnamacharya in Visakhapatnam (Indien) ins Leben gerufen. Heute ist Dr. K. Parvathi Kumar Präsident des internationalen World Teacher Trust. Mehr als 18 Jahre arbeitete er mit Dr. Ekkirala Krishnamacharya zusammen und begleitete ihn auf seinen Reisen durch Europa.

Um die geistige Synthese zwischen Ost und West zu fördern, wurde der World Teacher Trust auch in Europa und Amerika gegründet.

Die Edition Kulapati veröffentlicht die deutschen Übersetzungen der Bücher dieser beiden großen Lehrer der spirituellen Wissenschaften. Die Veröffentlichung der Bücher wird durch freiwillige Mitarbeit von Personen ermöglicht, die dem World Teacher Trust nahestehen. Die Einnahmen aus der Verlagstätigkeit werden nur für die Veröffentlichung neuer Bücher und für Folgeauflagen verwendet.

Die Bücher können über den Buchhandel bezogen werden oder direkt beim Verlag unter: <http://www.kulapati.de>.

Von Ekkirala Krishnamacharya sind in deutscher Übersetzung bei der Edition Kulapati die folgenden Bücher erschienen:

- DER WELTLEHRER –
DIE ANKUNFT VON LORD KRISHNA
- DER YOGA DES PATANJALI
- DIE WEISHEIT DES PYTHAGORAS
- DIE WEISHEIT DES STERNENHIMMELS
- DIE WISSENSCHAFT DER HOMÖOPATHIE
- EINWEIHUNG
- MANDRA GITA – EINE BHAGAVAD GITA
FÜR DAS WASSERMANNZEITALTER
- MEDITATION ZUM VOLLMOND
- MEISTER CVV
- MUSIK DER SEELE
- MYSTISCHE MANTREN UND MEISTER CVV
- OPFER DES MENSCHEN
- SPIRITUELLE ASTROLOGIE
- SPIRITUELLE PSYCHOLOGIE
- WEISHEITSGESCHICHTEN

Von K. Parvathi Kumar sind in deutscher Übersetzung bei der Edition Kulapati die folgenden Bücher erschienen:

- AGNI – DAS FEUERRITUAL UND SEINE SYMBOLIK
- ASHRAM – REGELN FÜR DEN EINTRITT
- BLÄTTER AUS DEM ASHRAM — ASHRAM LEAVES
- DAS WASSERMANNKREUZ
- DATTATREYA – SYMBOL UND BEDEUTUNG
- DER ÄTHERKÖRPER
- DER LEHRER – SINN UND BEDEUTUNG
- DER WASSERMANN-MEISTER
- DER WEG ZUR UNSTERBLICHKEIT –
DAS VENUSPRINZIP
- DIE EHE – DAS HEILIGE SAKRAMENT
- DIE LEHREN VON KAPILA
- DIE LEHREN VON SANAT KUMARA
- DIENST – EINE LEBENSART — ON SERVICE
- DIE THEOSOPHISCHE BEWEGUNG
- GEBETE — PRAYERS
- GESUNDHEIT UND HARMONIE
- HERKULES – DER MENSCH UND DAS SYMBOL
- INVOKATIONEN DER VIOLETTEN FLAMME —
VIOLET FLAME INVOCATIONS
- JUPITER – DER PFAD DER ERWEITERUNG
- KLANG – DER SCHLÜSSEL UND SEINE BEDEUTUNG

- MANTREN – BEDEUTUNG UND ANWENDUNG (+ 2CD)
- MEISTER CVV – SATURN-REGULIERUNGEN
- MEISTER EK – DER LEHRER DES NEUEN ZEITALTERS
- MEISTER MN – DIE FEURIGE FLAMME
- MERKUR – DER ALCHEMIST
- MITHILA – GRUNDLAGEN EINER SPIRITUELLEN ERZIEHUNG
- OKKULTE MEDITATIONEN
- SARASWATHI – DAS WORT
- SATURN – DER WEG ZUM SYSTEMATISCHEN WACHSTUM
- SHIRDI SAI SAYINGS – WORTE DER WEISHEIT
- SPIRITUALITÄT UND GESCHÄFTSWELT
- SPIRITUELLES HEILEN
- ÜBER DIE LIEBE
- ÜBER DIE STILLE
- ÜBER VERÄNDERUNG – ON CHANGE
- URANUS – DER ALCHEMIST DES ZEITALTERS
- VIDURA, LEHREN DER WEISHEIT
- ZEIT – DER SCHLÜSSEL