

K. Parvathi Kumar

Just adjust

The one that learns to *accept* and *adjust* finds
the clue to JOY

Solo Ajusta

Aquel que aprende a *aceptar* y a *ajustarse*
encuentra la clave a la ALEGRÍA

Einfach anpassen

Wer lernt, *anzunehmen* und sich *anzupassen*,
findet den Schlüssel zur FREUDE

Juste s'ajuster

Celui qui apprend à *accepter* et à *s'ajuster*
trouve la clé de la JOIE

Price: INR 45 · EUR 6 · CHF 7 · USD 7

ISBN 978-3-9523338-8-4



9 783952 333884

Just Adjust
Yoga of Synthesis



Danishta

Sri K. Parvathi Kumar

Einfach anpassen

Yoga der Synthese



Dhanishta

Dr. Sri K. Parvathi Kumar
Just Adjust – Yoga of Synthesis
1st Edition 2011 · Original Edition

Copyright
© 2012 Dhanishta · Visakhapatnam · India
All rights reserved

For copies
· #15-7-1, Angels Enclave · Krishna Nagar
Visakhapatnam-530 002 · Andhra Pradesh · India
Phone: +91 / 891 270 15 31

For online orders
· www.dhanishta.org · info@dhanishta.org

Price: Price: INR 45 · EUR 6 · CHF 7 · USD 7

ISBN 978-3-9523338-8-4



Printed in India by: Vamsi Art Printers, Pvt. Ltd. Hyderabad

Deutsch

Vortrag in Foro de las Ciencias y las Artes,
Buenos Aires, 5. Juni 2011

Einfach anpassen

Yoga der Synthese

Herzliche brüderliche Grüße und gute Wünsche an alle Brüder und Schwestern von Argentinien. Ich bin sehr glücklich, wieder in Buenos Aires zu sein. Wenn ich von Indien nach Buenos Aires reise, taucht immer eine Frage auf: ¿Por qué? Warum reise ich? Aber wenn ich euch alle sehe, verschwindet die Frage.

Das Leitmotiv unserer Zusammenkunft hier ist, dass wir uns treffen wollen. In mir ist das Motiv, dass ich euch treffen will. In euch ist das Motiv, dass ihr mich treffen wollt. Ich danke euch, dass ihr alle gekommen seid, um mich zu sehen.

Ohne sich auf Logik zu beziehen, gibt es etwas in euch, das mich treffen will, und es gibt in mir etwas, das euch treffen will. Logik ist Logik, sie hat keine Bedeutung. Die Seele kennt keine Logik. Seele trifft Seele. Licht trifft Licht. Wenn sich zwei Lichter treffen, gibt es keine Kollision; sie vereinigen sich, sie stimmen überein. Wenn sich zwei Wasserläufe treffen, fließen sie ineinander. Die Erde von zwei verschiedenen Orten mischt sich, wenn man sie zusammen gibt. Wenn kalte und heiße Luft zusammentreffen, stellen sie einen

Ausgleich her. Nicht wahr? Ein- und Ausatmung treffen sich und finden ihre ergänzende Natur. Wenn sich zwei treffen und zu einem vereinen, dann wird dies Yoga genannt.

Damit sich zwei vereinen können, ist von beiden Seiten Anpassung erforderlich. Je mehr man lernt, sich anzupassen, desto mehr ist man im Yoga. Je mehr man Gründe zum Klagen findet, desto weniger ist man im Yoga. In der Natur verschmelzen sogar die Gegensätze und werden ergänzend. Wenn wir diese Arbeitsweise der Natur und die Anpassung vieler für ein Zusammenleben verstehen, stellen wir fest, dass es in der Natur vollkommenen Yoga gibt. In einem Wald lernen unterschiedliche Bäume zusammenzuleben. In der Erde sind verschiedene Mineralien und Metalle gleichzeitig vorhanden. Die Mineralien, die Pflanzen und die fünf Elemente befinden sich in vollkommener Harmonie. Feuer und Wasser kommen zu einer Verständigung. Wasser und Materie finden ihr Einvernehmen. Die Planeten im System haben, obwohl sie unterschiedlich sind, eine Übereinkunft. Dies alles sehen wir in der Natur.

Es gibt nur zwei Spezies, die unfähig sind, durch Anpassung zu einer Einigung zu kommen. Die eine ist das Tier, und die andere ist der Mensch. Wir sehen Tiere kämpfen, und wir sehen Menschen kämpfen. Auf dem Planeten gibt es Kämpfe, seitdem die

Menschheit auf dem Planeten auftauchte. Wir kämpfen ständig, weil wir nicht gelernt haben, uns anzupassen und zusammenzuleben. Unter den Menschen gibt es einige, die gelernt haben, mit scheinbaren Differenzen umzugehen. Sie haben den Schlüssel gefunden. Der Schlüssel heißt Anpassung. Wenn man in sich eine kleine Anpassung vornimmt, um mit einem anderen Menschen zusammenzuleben, ist dies nicht sehr schwierig. Unser Problem liegt darin, dass wir diese Anpassungen vom anderen fordern. Wir wollen, dass sich die ganze Welt in Übereinstimmung mit uns ändert. Anstatt danach zu streben, dass sich die Welt ändert, ist es viel leichter, wenn wir uns einfach anpassen und gemeinsam in Harmonie leben.

Ich gebe eine neue Definition für Yoga: 'Einfach anpassen'. Wenn man einfach ist, kann man sich anpassen. Sprecht mit euch selbst und seht, wie ihr euch ausrichten könnt, um zusammenzuleben. Die Leute möchten sich nicht selbst korrigieren. Sie möchten, dass überall ihre Bedingungen herrschen, damit sie sich wohlfühlen. Jeder liebt eine Temperatur von 24° Celsius. Das ist für den Körper angenehm. Aber in Indien gibt es Menschen, die bei 50° Celsius leben.

Wenn wir in dieser Jahreszeit nach Argentinien reisen und erfahren, dass die Temperaturen niedrig sind, dann ist das Denken irritiert. Das Denkvermögen plant so viele Dinge und stellt viele Fragen. Sind die

Temperaturen im Juni in Buenos Aires niedrig oder nicht? Wenn niedrig, wie niedrig? Einige sagen, ca. 12 Grad, aber es scheint immer die Sonne. Gestern erzählte mir ein argentinischer Flugbegleiter, dass Buenos Aires ein sehr angenehmer Ort zum Wohnen ist. Er sagt dies, weil er von Buenos Aires stammt. Er hat seine eigene Logik, warum es sich in Buenos Aires gut leben lässt. Wenn ihr die zwei anwesenden Schweizerinnen fragt, dann würden sie sagen, dass die Schweiz der Himmel auf Erden ist. Aber für einen armen Inder ist es sowohl in der Schweiz als auch in Buenos Aires kalt. Ähnliches gilt für euch. Wenn ihr im Sommer nach Indien kommt, dann werdet ihr ausrufen: „Wow, wow, wow, ist das heiß!“ In Indien verwenden die Menschen Ventilatoren; in Nord-Europa werden keine genutzt, wohingegen sie in Süd-Europa Verwendung finden. Menschen, die mit einem Deckenventilator nicht vertraut sind, fühlen sich gestört, wenn ein Ventilator läuft. Andere wiederum, die Deckenventilatoren gewohnt sind, sind beunruhigt, wenn keine vorhanden sind. Es gibt Orte, wo es immer windig ist. Es gibt Orte, wo gewöhnlich kein Wind weht. Auch ein angenehmer Wind kann von einigen als Luftzug empfunden werden!

Wenn euch Kälte vertraut ist, gewöhnt euch an Hitze und umgekehrt. Gewöhnt euch an Wind oder an die Windstille, gewöhnt euch an feuchtes und an trockenes Wetter. Wenn ihr lernt, euch anzupassen, dann

ist das meiner Meinung nach der erste Schritt im Yoga. Yoga sagt: „*Seetoshna sama sukhi*“. Sei es kalt, sei es heiß, ein Yogi fühlt sich nicht gestört. Yoga-Praxis heißt, Kälte und Hitze erleben, ohne sich gestört zu fühlen. Auf diese Weise sollten wir wirklich mit Yoga beginnen. Anpassen ist Synthese. Je mehr ihr lernt, euch anzupassen, desto weniger kann eure Freude gestört werden. Niemand kann euer Glücksempfinden unterbrechen. Niemand kann euer fröhliches Gemüt beunruhigen. Kein Ort, keine Situation, keine Person, kein Tier, keine Wetterlage kann euch stören!

Wisst ihr schon, was gestern bei unserer Landung geschah? Der Pilot machte die Durchsage, dass die Temperatur in Buenos Aires 2° C beträgt. Als wir zu Rodolfos Wagen gingen, sagte er: „Meister, heute ist der kälteste Tag. Auf unserem Weg zum Flughafen war alles sehr weiß und neblig.“ Ich sagte: „Ja, der Meister grüßt mich bei der Ankunft in Argentinien. Der Meister sagt, begegne der Kälte und sei zufrieden.“ Das ist Yoga.

Begegne der Hitze und sei zufrieden. Anpassung ist Yoga. Auf der physischen Ebene: einfach anpassen. Auf der emotionalen Ebene: einfach anpassen. Auf der mentalen Ebene: einfach anpassen. Nur auf diesen drei Ebenen ist Anpassung erforderlich. Darüber hinaus wird Anpassung nicht benötigt.

Ein Ratsuchender konsultierte einen Astrologen. Dieser betrachtete das Geburtshoroskop. Er sah, dass

Saturn in den nächsten zweieinhalb Jahren über den Geburtsmond gehen wird und in den drei darauf folgenden Zeichen Transite erst über den Aszendenten, dann über die Geburtssonne und später über Merkur und Venus stattfinden werden. Es erwartet den Ratsuchenden ein zehnjähriges Anpassungsprogramm. Der Astrologe, der auch Yoga praktiziert, sagte nicht: „Oh, es wird ein Transit von Saturn stattfinden und du wirst Schwierigkeiten haben.“ Er sagte nur: „In den kommenden zehn Jahren lerne einfach, dich anzupassen.“ Dann wurde er voller Hoffnung gefragt: „Was geschieht nach den zehn Jahren?“ „Du wirst gelernt haben, dich anzupassen“, lautete die Antwort. Also würde er danach glücklich sein.

Wenn ihr erst einmal Anpassung gelernt habt, dann beeinflusst euch die Dualität nicht mehr so sehr. Das Grundproblem der Menschheit ist die Logik, das gilt auch für Intellektuelle. Das Problem liegt im Intellekt. Das Problem ist Dualität. Wenn man also auf der physischen, emotionalen und mentalen Ebene Anpassung gelernt hat, dann ist man gut reguliert und ausgerichtet. Aus diesem Grund benötigt man danach keine Anpassung mehr.

Was bedeutet Anpassung? Es ist ein anderes Wort für Ausrichtung. Die Leute sprechen von Ausrichtung, von der *Antahkarana*, dem Erbauen der *Antahkarana*, dem Aufbau des *Antahkarana Sarira*. Dies scheinen sehr

hochklingende Worte zu sein. Aber wenn man gelernt hat, sich im Leben anzupassen, dann macht es nichts, wenn man nicht weiß, dass der *Antahkarana Sarira* aufgebaut wird. Er wird gebildet. Die Ausrichtung auf Buddhi geschieht, wenn auf der mentalen, emotionalen und physischen Ebenen Übereinstimmung besteht.

Nehmt einfach die Schlüsselworte: Lernt euch im Leben anzupassen. Verlangt keine Dinge; stellt keine Forderungen, beschwert euch nicht, habt keine Standpunkte. Dann seid ihr im Yoga der Synthese. Ich spreche in einer Terminologie, die unserem Leben entstammt.

Lernt sanftmütig genug zu sein, um euch auf eine gegebene Situation einzustellen. Wenn ihr dies nicht lernt und nur Bücher lest und irgendwelche Übungen macht, dann werdet ihr euch als untauglich erweisen. Ihr seid dann weder euch selbst noch anderen dienlich. Je mehr ihr im Yoga seid, desto mehr seid ihr in Übereinstimmung mit euch selbst und anderen. Ihr seid für euch und auch für andere brauchbar. Eure Nützlichkeit erweitert sich. Eure Brauchbarkeit dehnt sich aus. Ihr werdet immer begehrter, da ihr umgänglicher seid.

Wenn ich für euch nicht annehmbar wäre, würdet ihr mich nicht einladen. Da bin ich mir ganz sicher. Dreimal schon habe ich gesagt: „Dies ist das letzte Mal.“ Jedes Mal sage ich: „Dies ist das letzte Mal.“

Aber immer fragt ihr mich nach einigen Monaten oder nach einem Jahr: „Wann wirst du nach Argentinien kommen?“ Wir treffen uns in Europa und ihr fragt: „Wann wirst du wieder nach Argentinien kommen?“ Ihr kommt nach Indien und fragt: „Wann kommst du nach Argentinien?“ Ich erhalte Emails mit der Frage: „Wann kommst du nach Argentinien?“ Warum werden diese Fragen gestellt? Weil ihr mich als angenehm und ansprechend empfindet! Daher könnt ihr mich ertragen. Ihr ladet mich ein und haltet es mit mir aus. Ihr versucht, mir alles zu erleichtern und versorgt mich mit indischem Essen! Darin sehe ich, dass durch das Anpassen an die Umstände ein klein wenig Yoga in euch und auch in mir geschieht.

So nehmen die Annehmlichkeiten in euch und in mir zu und die Unannehmlichkeiten verschwinden langsam. Dann geschieht Yoga in euch. Dies ist eine natürliche Weise, Yoga täglich zu leben, mit Liebenswürdigkeit und Anpassung und ohne die Erwartung, dass jeder dieselbe Ansicht hat.

Die Leute bringen zum Ausdruck, dass die anderen die gleiche Meinung haben sollten wie sie. Der Mensch erwartet, dass andere dieselbe Ansicht vertreten sollten wie er/sie selbst. Es gibt jedoch Abertausende Personen und daher ebenso viele Auffassungen. Wenn ihr keinen Standpunkt habt – wenn in euch die Meinungen verschwinden – dann versteht ihr die Ansichten der

anderen leicht und könnt erkennen, wie zehn Personen in zehn unterschiedliche Richtungen blicken. Aber wenn man einen Standpunkt hat, dann sieht man nur durch eine Öffnung. Wenn man den Weitblick hat, sieht man alle. Mit einem Standpunkt kann man nur diesen sehen. Die Menschen haben ein Problem, nur weil sie eine persönliche Sichtweise haben. Wenn man eine persönliche Meinung hat, dann kann man den anderen nie verstehen. Niemals! Man mag glauben, verstanden zu haben, aber man hat nicht. Daher taucht die Vision auf, wenn die Standpunkte sich auflösen. Also löst eure eigenen Ansichten auf. Löst sie auf und dann gehört die Vision euch.

Was sagte Meister Djwhal Khul über Standpunkt und Vision? Eine Vision ist eine vollkommene Sicht. Eine Meinung ist nur ein Blickwinkel unter tausenden. Die Vision lässt euch auf dem Berg stehen. Wenn ihr auf dem Berg seid, könnt ihr sehen, wie die Leute von verschiedenen Seiten aus hochklettern. Der Mensch, der den östlichen Hang des Berges ersteigt, denkt, dass dies der einzige Weg ist. Aber auch derjenige, der von Westen aus aufsteigt, denkt dies. Gleiches gilt für den Norden und den Süden. Um den Berg herum gibt es 360 Grade. So gibt es 360 Blickrichtungen. Wenn man in seiner eigenen Meinung feststeckt, dann kennt man nur eine. Wenn man in der Vision lebt, dann stehen 360 Standpunkte zur Verfügung. Man ist in der

Lage, von jedem anderen Standpunkt aus zu sehen. Man kann jede Meinung sehen und verstehen. Dieses Verständnis steht euch nicht zur Verfügung, wenn ihr einen eigenen Standpunkt habt. Vision ist Vision. Der Weitblick ist von der Bergspitze viel besser als von einem speziellen Berghang.

Die meisten von euch besitzen ein Bild vom Berg Kailash mit seiner südlichen Seite. Dies ist so, weil die meisten der Bilder aus Indien kommen. Er ähnelt einer Pyramide. Aber der Berg hat auch eine nördliche Seite, die noch großartiger ist. Auf der einen Seite sieht man das Gesicht von Meister Khut Humi, sehr angenehm und schön. Auf der anderen Seite sieht man das Gesicht von Meister Morya mit einem durchdringenden Blick. Wenn man den Kailash von Indien aus betrachtet, sieht man das Gesicht von Meister Khut Humi. Aber wenn man in das nördliche Gesicht des Kailash blickt, dann muss man tief einatmen. Es ist sehr edelmütig, sehr prachtvoll, so wie Meister Morya. Aber es ist ein Berg. An verschiedenen Seiten zeigt er unterschiedliche Gesichter. Dies gilt nicht nur für den Berg Kailash, sondern für jeden anderen Berg auch. Wenn man gewöhnt ist, nur eine Seite des Kailash zu sehen, erkennt man ihn nicht, wenn die andere Seite gezeigt wird.

Genau dies sagte Jesus. Er sagte nicht, wenn jemand euch auf die rechte Wange schlägt, haltet ihm die linke Wange hin. Dies ist eine falsche Übersetzung. Er sagte:

„Wenn euch jemand die rechte Gesichtshälfte zeigt, dann zeigt ihm auch die linke Seite des Gesichts.“ Das ist alles, was er sagte. Zeigt die Gegensätze. Ein einseitiger Blick ist keine vollkommene Sicht. Welche Seite der Münze macht die Münze aus? Ist es die Vorderseite oder die Rückseite? Welche Seite ist die Münze? Sagt mir, ist es Kopf oder Zahl? Sie ist beides.

Wenn man eine Meinung hat, schaut man sich die andere Seite an; man kann sich das Gegenteil sofort vorstellen. Warum kann nicht das Gegenteil zutreffen? Warum kann es nicht das Gegenteil der eigenen Vorstellung sein? Denkt in beide Richtungen, dann seid ihr im Yoga. Nur ein Mensch der beide Seiten in Betracht zieht, kann die Gegensätze in Einklang bringen.

„Widersprüchlichkeiten stehen im scheinbaren Gegensatz zueinander“, sagt Pythagoras. Diese Aussage können wir wie ein Papagei wiederholen – sind wir aber bereit, das Gegenteil anzunehmen? Wir alle wollen im Leben Erfolg haben, aber es treten auch Misserfolge auf. Wenn Leute ein Geschäft wegen des Profits führen, dann treten auch Verluste ein. Man heiratet, um glücklich zu sein, aber Konflikte kommen auch. Wenn sich eine Frau sehr wünscht, schwanger zu werden, erlebt sie dennoch den zugehörigen Schmerz. Es gibt nicht nur einen Weg. Das Leben kennt nicht nur einen Weg. Man erlebt angenehme und unangenehme Dinge, Gewinn und Verlust, Bequemlichkeit und

Unbequemlichkeit. Sie treten zusammen auf wie der Tag und die Nacht, Sommer und Winter, Regenzeit und Herbst. Stehen sie nicht im Widerspruch zueinander? Die vier Jahreszeiten sind zueinander gegensätzlich. In der Regenzeit ist alles nass; die Umgebung ist sehr feucht. Im Herbst ist dagegen alles trocken. Ebenfalls unterscheiden sich Sommer und Winter.

Die Natur zeigt uns, dass es diese Gegensätze natürlicherweise gibt. Man kann nicht eine Seite wählen und die andere zurückweisen. Dann handelt man nicht richtig. Seid euch dessen bewusst, dass es ein Paket ist. Es kommt zusammen. Die Freude der Empfängnis kommt zusammen mit dem Schmerz des Geburtsvorgangs. Das ist eine bekannte Tatsache. Die Freude, in Argentinien zu sein, erlebe ich zusammen mit den Schwierigkeiten der langen Reise und des Zeitunterschieds. Sie gehören zusammen. Versteht dies, und ihr versteht das eigentliche Konzept von Yoga, von Jüngerschaft.

Wenn ihr dies nicht versteht und einfach mit dem Studium von Yoga-Büchern fortfahrt, dann hilft es euch nicht. Es gibt Würmer, die nur in Büchern leben. Sie werden Bücherwürmer genannt. Diese kennen Yoga nicht, auch wenn sie sich in Yoga-Büchern befinden. Merkt euch, dass der wahre Yoga nicht von Büchern gelehrt werden kann; diese bieten nur die Theorie. Die Natur gibt. Das Leben schenkt dem

Leser der Natur und des Lebens Yoga; das Denken unterteilt zum leichteren Verständnis. Analyse dient nur dem Verständnis und nicht der Absonderung. Der Mensch hat die Fähigkeit zu denken; doch wenn dieses Hilfsmittel nicht korrekt angewandt wird, konstruiert es sein Rätsel, das Rätsel des menschlichen Lebens. Er sollte im Herzen denken, so dass er die Synthese des Lebens nicht verliert, während er mit der Analyse des Denkens arbeitet. Das Herz befähigt zur Anpassung, das Denkvermögen nicht. Wer das Leben und die Natur studiert, kennt Yoga weit besser als ein Yoga-Lehrer. Nicht jeder Yoga-Lehrer ist ein Yogi. Ein Yogi lebt Yoga täglich. Der Yoga-Lehrer halt Übungsstunden ab, deren Inhalt er vielleicht selbst nicht praktiziert. Ich habe gelernt, dass Gesundheit und Krankheit auch ein Paket sind. Die Dualität ist in der Schöpfung in natürlicher Weise vorhanden. Aber diese Zweiheit ist keine, wenn man sie von einer höheren Position aus betrachtet. Wenn man sich darin befindet, ist sie dual. Wenn man über sie waltet, gibt es keine Dualität. Die kleineren Zahlen finden ihre Übereinstimmung in den höheren. In der Zahl Zwölf leben die Zahlen drei und vier im Yoga.

Wenn man also eine höhere Position einnimmt, sieht man die Dualität als Spiel. So lange wie ihr diese Position nicht erlangt, könnt ihr niemals Yoga verstehen, niemals verstehen, wenn die Bücher sagen, dass

das Leben ein Spiel ist. Ich kenne Leute, die irritiert sind, wenn ich sage, dass alles ein Spiel ist. Sie stimmen nicht zu, sondern entgegnen: „Sage dies nicht, es ist so verwirrend.“ Wenn man sich in der Dualität aufhält, ist es irritierend. Wenn man ein wenig über der Dualität steht, dann verwirrt es nicht. Im Gegenteil, was zuvor irritierte, schenkt jetzt Vergnügen. Es ist ein Wunder. Ein anfangs unfreundlicher Ehemann, eine anfangs unfreundliche Ehefrau werden langsam freundlich! Es ist wahr. Sogar bittere Dinge werden süß, wenn man sie lange kaut. Wenn man süße Dinge isst, führen sie zu späterer Bitterkeit. Ich habe Freunde, die nach Argentinien reisen und 'Dulce de Leche' kaufen. „Oh, das schmeckt so gut.“ Sie kaufen es in Dosen. Nach vier, fünf Erfahrungen halten sie nicht mehr nach 'Dulce de Leche' Ausschau, wenn sie wieder nach Argentinien kommen. „Nein, danke!“ Bittere Dinge neigen dazu, süß zu werden, und süße Dinge neigen dazu, bitter zu werden. So ist es. Bittere Ehemänner werden zu guten Ehemännern. Welche Magie ist geschehen? Magie ist Yoga. Gute Ehemänner sind dafür bekannt, bitter zu sein. Dies haben viele erfahren. Daher gibt es in Indien das Sprichwort: „Gehe zu Beginn durch die Schwierigkeiten, so dass die zweite Hälfte ein glückliches Leben sein wird.“

Wenn man Schwierigkeiten erlebt, wird man reif. Man wird voll entwickelt. Also sind Schwierigkeiten

keine Schwierigkeiten. Daher ist man glücklich. Wenn man von Kindheit an nur freudvollen Dingen begegnet, dann kann man nicht so viel innere Stärke entwickeln, um den äußeren Schwierigkeiten zu begegnen. Der ganze Yoga-Prozess soll den inneren Menschen stärken. Der Prozess kümmert sich einfach nicht um das Äußere. Für einen Yoga-Lehrer ist das äußere Denken nicht wichtig. Er versucht, das innere Denken zu entwickeln. Stellt sicher, dass im Inneren alles besser wird. Wenn das Innere stärker wird, dann wird schließlich das Äußere in Einklang kommen. Aber wenn der innere Mensch stirbt, mag man wie ein Mensch aussehen, ist es aber nicht mehr.

Das Entdecken des Gleichgewichts zwischen dem inneren und dem äußeren Menschen ist Yoga. Wenn sich der innere und äußere Mensch vereinen, entsteht eine dritte Situation. Die Chemie der Einheit zwischen dem inneren und äußeren bringt einen anderen hervor, der Sohn Gottes genannt wird. Nur durch den Menschensohn wird der Sohn Gottes geboren. Dies wird die zweite Geburt genannt. Die zweite Geburt wird möglich, wenn das Innere und Äußere durch Anpassung und Ausrichtung vereint werden.

Ich benutzte das Wort 'Anpassung', aber in den Büchern steht 'Ausrichtung'. Beide Worte bedeuten ein und dasselbe. Wenn man nicht weiß, wie man sich anpasst, dann kann die Chemie des Yoga nicht geschehen,

auch wenn man sich drei oder vier Jahrzehnte mit Yoga beschäftigt. Ergreift diese Dimension des Yoga, die euch wahrlich helfen wird. Das ist es, was ich gelernt habe: *Einfach anpassen.*

Vielen Dank

***Books & Booklets through the Pen of
Dr. Sri K. Parvathi Kumar***

The following books are available in:

English (E), German (G), Spanish (S), French (F), Hebrew (H), Telugu (T), Hindi (HI), and Kannada (K) languages.

- | | |
|---|---------|
| 1. Agni..... | E/G/S |
| 2. Amanaskudu..... | T/K |
| 3. An Insight into the World Teacher Trust..... | E |
| 4. Antardarsana Dhyanamulu..... | T/K |
| 5. Anveshakudu..... | T |
| 6. Aries..... | E |
| 7. Asangudu..... | T |
| 8. Ashram Leaves..... | E/G/S |
| 9. Ayurvedic Principles..... | E/S |
| 10. Bharateeya Sampradayamu..... | T/K |
| 11. Bhrikta Rahita Taraka Raja Yogamu*..... | T/K |
| 12. Book of Prayers..... | E |
| 13. Cow..... | E/S/T/K |
| 14. Dhanakamuni Katha..... | T |
| 15. Dharmavighrahudu – Sri Ramudu..... | T |
| 16. Doctrine of Eternal Presence..... | E/S |
| 17. Gayatri Mantra Avagahana..... | T |

18. Geetopanishad – <i>Dhyana Yogamu</i>	T
19. Geetopanishad – <i>Gnana Yogamu</i>	T
20. Geetopanishad – <i>Karma Yogamu</i>	T
21. Geetopanishad – <i>Karma Sanyasa Yogamu</i>	T
22. Geetopanishad – <i>Sankhya Yogamu</i>	T
23. Golden Stairs.....	E/S
24. Good Friday*.....	E/G/S/F/H
25. Health and Harmony.....	G/E
26. Healer's Handbook.....	E
27. Hercules – <i>The Man and the Symbol</i>	E/G/S
28. Himalaya Guru Parampara (<i>The Hierarchy</i>)*.....	T/K/HI
29. Indian Tradition*.....	T
30. Jupiter – <i>The Path of Expansion</i>	E/G/S
31. Just Adjust – <i>Yoga of Synthesis</i> *.....	E/G/S/F
32. Jyotirlinga Yatra.....	T
33. Jagadguru Peetamu Aasayamulu.....	T/K
34. Katha Deepika.....	T
35. Listening to the Invisible Master*.....	E/G/S/F/H
36. Lord Maitreya – <i>The World Teacher</i> *.....	E/G/S/F
37. Mana Master Garu.....	T
38. Mantrams – <i>Their Significance and Practice</i>	E/G/S
39. Maria Magdalena*.....	E/S
40. Marriage – <i>A Sacrament</i> *.....	E/S
41. Master C.V.V. (<i>Birthday Message</i>)*.....	T/K
42. Master C.V.V. – <i>May Call!</i>	E/G/S
43. Master C.V.V. – <i>May Call! II</i>	E/S
44. Master C.V.V. – <i>Nuthana Yogamu</i>	T/K

45. Master C.V.V. – <i>Saturn Regulations</i>	E
46. Master C.V.V. – <i>Yoga Moolasutramulu</i>	T
47. Master C.V.V. – <i>Yogamu - Karma Rahityamu</i>	T/K
48. Master C.V.V. – <i>Yogamu</i>	T/K
49. Master C.V.V. – <i>The Initiator</i> , Master E.K. – <i>The Inspiror</i>	T
50. Master E.K. – <i>The New Age Teacher</i>	E/G/S/T
51. Meditation and Gayatri.....	S
52. Mercury – <i>The Alchemist</i>	E/G/S
53. Mithila – <i>A New Age Syllabus</i>	E/G/S/K
54. New Age Hospital Management.....	E/G/S/F
55. Occult Meditations.....	E/G/S
56. OM.....	T/K
57. On Change*.....	E/G/S
58. On Healing.....	E/G/S
59. On Love*.....	E/G/S
60. On Service*.....	E/G/S
61. On Silence*.....	E/G/S
62. Our Teacher and His Works.....	E/G/S
63. Parikshit* – <i>The World Disciple</i>	E/G/S/F
64. Prayers.....	E/G/S
65. Pranayama*.....	T/K
66. Puranapurushuni Pooja Vidhanam.....	T
67. Rudra.....	E/G/S
68. Sai Suktulu.....	T
69. Sanganeethi.....	T
70. Sankhya (<i>Revised edition: Teachings of Kapila</i>).....	S
71. Sarannavaratra Pooja Vidhanamu.....	T/K

72. Saraswathi – <i>The Word</i>	E/G/S
73. Saturn – <i>The Path to Systematised Growth</i>	E/G/S
74. Shirdi Sai Sayings.....	E/G/S/T/HI
75. Shodosopachara Pooja – <i>Avagahana</i>	T
76. Soukumarya Satakam.....	T
77. Sound – <i>The Key and its Application</i>	E/G/S
78. Spiritual Fusion of East and West*.....	E
79. Spiritualism, Business and Management*.....	E/G/S
80. Spirituality in Daily Life.....	S
81. Sri Dattatreya.....	E/G/S/T/HI
82. Sri Dattatreya Poojavidhanamu*.....	T
83. Sri Guru Paadukastavam.....	T/K
84. Sri Hanuman Chalisa.....	T
85. Sri Krishna Namamrutham.....	T
86. Sri Lalitha I.....	T
87. Sri Lalitha II.....	T
88. Sri Lalitha III.....	T
89. Sri Lalitha IV.....	T
90. Sri Lalitha V.....	T
91. Sri Lalitha VI.....	T
92. Sri Lalitha VII.....	T
93. Sri Lalitha VIII.....	T
94. Sri Lalitha IX.....	T
95. Sri Lalitha X.....	T
96. Sri Lalitha Sahasranama Stotram*.....	T
97. Sri Mahalakshmi Pooja Vidhanamu.....	T
98. Sri Rama Poojavidhanamu*.....	T

99. Sri Sastry Garu.....	E/G/S/F/T
100. Sri Siva Hridayamu.....	T
101. Sri Shiva Pooja*.....	T
102. Sri Subrahmanyaswamy Pooja Vidhanam*.....	T
103. Sri Suktam.....	E
104. Sri Surya Pooja Vidhanamu.....	T
105. Sri Venkateswara Pooja Vidhanamu.....	T
106. Sri Vinayaka Vratalapamu.....	T
107. Sri Vishnu Sahasranamamu*.....	T
108. Teachings of Kapila (<i>former title: Sankhya</i>).....	E/G
109. Teachings of Lord Sanat Kumara.....	E/G/S
110. Teachings of Master Morya.....	T/K
111. Teachings of Master Devapi.....	T/K
112. Temple and the Work.....	E
113. The Aquarian Cross.....	E/G/S
114. The Aquarian Master.....	E/G/S
115. The Doctrine of Ethics.....	E/S
116. The Etheric Body*.....	E/G/S
117. The Masters of Wisdom.....	S
118. The Path of Synthesis*.....	E/S
119. The Splendor of Seven Hills*.....	E/S/T/K/HI
120. The Teacher.....	E/G/S
121. The White Lotus*.....	E/G/S/K
122. Theosophical Movement.....	E/G/S
123. Thus Spake Master C.V.V.....	E
124. Time – <i>The Key</i> *.....	E/G/S
125. Upanayanam.....	E

126. Uranus – <i>The Alchemist of the Age</i>	E/G/S
127. Venus – <i>The Path to Immortality</i>	E/G/S
128. Violet Flame Invocations.....	E/G/S
129. Vrutasura Rahasyam.....	T
130. Wisdom Buds.....	E/S
131. Wisdom Teachings of Vidura.....	E/G/S

* Booklet

Other books by Dhanishta

132. Master K.P.K. – <i>An Expression of Synthesis</i>	E
<i>A short biography written by Sabine Anliker</i>	
133. Steps of Silence.....	E
<i>A compilation of articles about Dr. Sri K. Parvathi Kumar</i>	
134. Thus Spake Master D.K.	E
<i>A compilation from the books of Alice A. Bailey</i>	

The books are available at bookstores or from the publisher:
www.dhanishta.org

