

Nachiketa Upakhyanam (aus der Katha Upanishade)
zum Krebs-Vollmond (Guru Purnima) 2012 in Hyderabad
7. Vortrag von Meister K. Parvathi Kumar

Bemerkung: Bei der vorliegenden Übersetzung handelt es sich um persönliche Notizen des Vortrags über die Katha Upanishade in Hyderabad (aus dem Telugu ins Englische übertragen). Diese Übersetzung beinhaltet nicht den vollständigen Text des Vortrags und ist nur für den internen Gebrauch und nicht für Veröffentlichungen bestimmt.

Brüderliche Grüße an die Bruderschaft!

Wir wollen versuchen, die *Upanishade* in zwei weiteren Vorträgen so weit wie möglich zu beenden. Der heutige Vortrag ist die höchste Frucht aller bisher gegebenen Vorträge der letzten drei Tage. Für diese Frucht wurde man als Mensch geboren. Der in der *Katha Upanishade* beschriebene höchste Zweck ist die Bildung des ewigen Wesens aus dem sterblichen Wesen. Meister CVV hat versprochen, dies für uns zu tun. Bei diesem ewigen Wesen handelt es sich um das daumen-große Wesen in uns.

Es gibt noch viel mehr Einzelheiten in dieser *Upanishade*, aber da wir nicht genügend Zeit haben, muss ich mich kurz fassen.

Gestern haben wir darüber gesprochen, dass allein durch das Lesen von Büchern und das Hören von Vorträgen nichts geschieht. Nur durch die Anwendung des Gelernten kann die Transformation geschehen. Ohne entsprechende Anwendung hört noch nicht einmal der Körper auf uns. Der Körper, das Denken und die Sinne werden aus uns heraus geboren und sollten auf uns hören, aber sie tun es nicht. Alles, was aus uns geboren wurde, sollte uns eigentlich nicht kontrollieren, sondern im Gegenteil, wir sollten Kontrolle darüber ausüben. Der Körper mit seinen Bedürfnissen des Essens, Trinkens und Schlafens sollte uns nicht beherrschen. Er sollte warten können, bis er Nahrung und Wasser bekommt. Man sollte da keine Kompromisse eingehen.

Eigentlich wurde der Körper gebildet, um einen höheren Zweck im Leben zu erfüllen, aber das ganze Leben wird dazu verwendet, die körperlichen Bedürfnisse zu befriedigen.

Ihr müsst euren Körper gut bearbeiten. Schenkt ihr ihm zu viel Aufmerksamkeit, wird er euch vollkommen in seine Gewalt ziehen. Er wird eure ganze Zeit und Energie in Anspruch nehmen. Wenn ihr nur mit eurem Körper beschäftigt seid und keine Zeit und Energie mehr für gute Arbeiten habt, ist das wirklich eine Verschwendung des Lebens. Ein solches Leben ist nicht wert, gelebt zu werden. Der entscheidende Faktor ist, ob ihr morgens um 4 Uhr aufstehen könnt. Wenn ihr das nicht könnt, vergesst Yoga und spirituelle Übungen. Seid ihr jedoch gewillt und möchtet den Pfad betreten, dann solltet ihr eure körperlichen Wünsche reduzieren und euch mehr Zeit für die Entwicklung und den Fortschritt auf dem Pfad nehmen. Wenn ihr euch dem Pfad wehrt, dann solltet ihr auf eure vielen körperlichen Bedürfnisse nicht hören. Haltet sie auf Sparflamme!

Im Mutterleib gehen wir jedes Mal die Verpflichtung ein, dass wir uns als unsterbliche Wesen erkennen. Aber jedes Mal vergessen wir das. So groß ist unsere Vergesslichkeit! Wir sollten tiefe Aspiration für das Göttliche haben, dass wir sogar

Essen und Trinken vergessen. Es gibt Leute, die tagelang ohne zu essen und zu trinken in göttlichen Gedanken verweilen.

Wenn man für seinen Körper lebt, sollte man eine entsprechende Schule besuchen, die lehrt, wie viel Wasser man trinken und wie oft man essen und ausscheiden muss. Für denjenigen, der diese Schule vorzieht, ist hier nicht der richtige Ort.

Wenn man höhere und edlere Ziele anstrebt, wird das Niedere kooperieren und in eine Ordnung kommen. Zeit und Energie aufzuwenden für etwas, das mühelos geschieht, ist eine Torheit. Auf dem Pfad ist feurige Aspiration gefordert. Sie wird gebraucht, um all das Gelernte in die Praxis umzusetzen. Wenn man nur lernt, gibt es keinen Fortschritt. Im Leben sollte man den Mut haben zu sagen: „Ich kümmere mich nicht allzu sehr um die körperlichen Bedürfnisse.“ Man ist doch dumm, wenn man sein ganzes Leben für etwas arbeitet, das ohne große Anstrengung geschieht. Man richtet seinen Fokus nicht auf das, was getan werden sollte, sondern müht sich für etwas ab, das auf selbstverständliche Weise geschieht.

Als ich 1981 mit Meister EK drei Monate lang in den Westen reiste, war ich 35 Jahre alt. Als wir zurückkamen, fragte mein Schwiegervater Meister EK: „Wenn mein Schwiegersohn so lange Reisen unternimmt, was wird dann mit seinem Büro geschehen?“ Meister EK antwortete: „Sein Büro wird ihm folgen, wo immer er ist. Es wird sich 10-fach vermehren. Er hat großes Vertrauen auf diesen Pfad gesetzt, also wird alles andere ihm folgen.“ Mut wird also gefordert, um auf dem Pfad voranzuschreiten – Mut geht einher mit feuriger Aspiration.

In der Wirtschaft sagt man, dass man Risiken eingehen muss. Ein Risiko kann entweder Gewinn oder Verluste mit sich bringen. Wenn die Absicht rein ist, wird der Gewinn nicht ausbleiben. Man sollte also Aspiration und Mut haben, um ein Risiko einzugehen.

Wer jedoch in falsche Handlungen oder Manipulationen verwickelt ist, wer seine Sinne und sein Denken nicht unter Kontrolle hat oder seine Emotionen wie Ärger, Angst usw. nicht beherrschen kann, ist nicht geeignet für den Pfad, mag er noch so viel gelernt haben. Derjenige, dessen Stärke die Weisheit ist, fürchtet nicht den Tod. Er erwartet ihn.

In uns gibt es Zwei, die sich an den Früchten der Handlungen erfreuen. Dies wird in den Schriften viele Male gesagt. Eigentlich gibt es Drei, aber hier in der *Upanishade* fangen sie mit Zwei an - und später wird der Dritte besprochen. Wir sind Zwei in Einem. Was bedeutet das?

Es heißt, dass sich zwei Vögel auf einem Ast befinden. Ein Vogel isst und der zweite Vogel erfreut sich daran, dass der andere isst. Es gibt einen Vogel innerhalb eines Vogels. Genauso ist es, wenn der Körper eines Wesens mit Essen beschäftigt ist, dann beobachtet das Wesen im Inneren mit Freude diesen Vorgang. Wenn du diese Erfahrung machst, sagt man, dass in dir *Karma Sanyasa Yoga* geschieht. Du freust dich, während der Körper Nahrung aufnimmt. Wenn du einen Film siehst, erfreut sich das Denken. Wenn du, das Wesen, die Freude des Denkens beobachten kannst und Glück dabei erlebst, ist das eine großartige Erfahrung. Dies sollte geübt werden. Während der Körper mit der Nahrungsaufnahme beschäftigt ist und du dich außerhalb des Körpers aufhältst und das Geschehen beobachtest, wie das Denken sich am

Geschmack erfreut und der Körper das Essen genießt, bedeutet das, dass du *Karma Sanyasa Yoga* verwirklicht hast.

Wenn du deine ersten Fahrstunden machst, sind Körper, Sinne und Denken vollkommen auf das Fahren ausgerichtet. Bist du aber ein erfahrener Autofahrer, geschieht das Fahren von selbst. Denken, Sinne und Körper fahren automatisch das Auto, während du mit deinen Gedanken ganz woanders bist. Du sprichst mit deinem Nachbarn im Auto und fährst nicht mehr so bewusst wie anfangs. So läuft das. Du bist auf einer anderen Ebene - und dein Körper, deine Sinne und dein Denkvermögen sind an einem anderen Ort. Ohne das innere Wesen kann der Körper nichts machen - aber, auch wenn der Körper mit anderen Dingen beschäftigt ist, kann sich das Wesen auf etwas anderes konzentrieren.

Wenn du dich dem Herrn geweiht hast, werden alle körperlichen Bedürfnisse mühelos befriedigt. Sämtliche Aktivitäten in deinem Leben geschehen ohne große Anstrengungen, wenn du mit DAS bist. Auf diese Weise wird durch die Yogis großartige Arbeit geleistet. Es ist ein großer Unterschied, ob man in seiner Arbeit auf den Herrn ausgerichtet ist oder nicht. Im 5. Kapitel der *Bhagavad Gita* wird diese Thematik behandelt.

Der Körper ist eine Reflektion von dir. Er ist wie dein Schatten. Durch dein Dasein wurde er gebildet. Erst mit dem Erreichen des Herzzentrums werden der innere und der äußere Menschen zusammenarbeiten. Ist man jedoch damit beschäftigt, dem Körper zu dienen, wird das innere Wesen (der Herr) weiter schlafen.

Wenn der Vater zu Hause beschäftigt ist, wird der Sohn sich gut verhalten. Schläft jedoch der Vater oder befindet sich außerhalb des Hauses, entzieht sich der Sohn der Kontrolle des Vaters. (Aber heutzutage hat sich die Situation geändert; die Söhne haben keinen Respekt mehr vor ihren Vätern. Ist der Vater mit solch einer Situation zufrieden, zeigt dies die Schwäche oder Engstirnigkeit des Vaters.)

Egal, die meisten von euch wissen nicht, dass es Zwei in euch gibt. Wir sind der Meinung, Einer zu sein, aber das stimmt nicht. Eigentlich gibt es Drei in uns: DAS, Ich (ICH BIN) und unseren Körper (einschließlich Denken und Sinne). Dies wird dargestellt durch das Symbol von *Krishna*, *Arjuna* und dem Streitwagen mit seinen fünf Pferden, die als Symbol für die fünf Sinne stehen. Der Wagen bewegt sich ordnungsgemäß, wenn *Krishna* ihn unter Kontrolle hält. Wenn du dem Herrn folgst, wird der Körper dir folgen.

Ganz einfach! Wenn du auf deinen Vater hörst, hört dein Sohn auf dich. Wenn du dich um deine Eltern kümmerst, werden deine Kinder sich später um dich kümmern. Das ist gesunder Menschenverstand. Das Gleiche trifft auch hier zu. Wenn du dem Herrn folgst, bedeutet das, dass du dem *Dharma* folgst.

Der Herr ist in unserem Kopfbereich präsent, über das er regiert. Wir existieren an zwei Orten: im *Ajna*-Zentrum (Brauchzentrum) und im Herzzentrum. Das erste Zentrum ist unser Büro, und das zweite Zentrum ist unser Wohnort. Für den Rest haben wir unsere Diener in Form des Körpers, des Denkens und der Sinne. Der Herr ist in uns präsent. Zuerst kommt er als Meister herunter. Wenn wir uns auf ihn ausrichten, wird alles, was aus uns hervorgekommen ist – Körper, Denken und Sinne - auf uns hören und sich auf uns ausrichten. Die fünf Sinne fallen dann automatisch unter die Kontrolle des Einen. Dies wird im Symbol von Lord *Krishna*, der die Kontrolle über die fünf

Pferde des Streitwagens hat, veranschaulicht. Der Herr kommt auch als unsere Älteren Brüder herab. Die Älteren stehen hier für die Wissenden. Wir sollten auf sie hören und ihrem Rat folgen. Jene, die nicht über das Wissen verfügen, obwohl sie schon alt sind, können nicht als Ältere bezeichnet werden. Wir sollten also von den Älteren das *Dharma* lernen.

„Wer die fünf Feuer verehrt und das Ritual von *Nachiketas* drei Mal täglich durchführt, ist berechtigt, in die Höhle des Herzens einzutreten. Dieses Wissen kann nur richtig aufgenommen werden, wenn es von den entsprechenden Personen gegeben wurde“, sagte *Yama*.

Aus euch sind die fünf Pulsierungen oder *Pranas* gekommen, und aus jedem der *Pranas* entsprangen die 5 Lüfte (*Prana*, *Apana*, *Vyana*, *Udana* und *Samana*). Diese fünf *Pranas* kontrollieren die fünf Sinne. Auf die Seele üben sie keinen Einfluss als Sinnesempfindung aus. Nur der Körper, der durch diese *Pranas* mit der Seele in Verbindung steht, hat Sinnesempfindungen. Die *Pranas* mögen sich erschöpfen, aber nicht die Seele. Die fünf *Pranas* sind der Seele entsprungen und leiten den Körper. Das Denkvermögen wirkt als Verbindungsglied zwischen den fünf *Pranas* und den fünf Sinnen, was durch das Symbol des 5-strahligen Sterns ausgesagt wird. Der ganze Körper ist 5-fältig und wird von den fünf *Pranas* geleitet.

Diese fünf *Pranas* sind die fünf Feuer. Die fünf Feuer zu verehren bedeutet, *Prana* und *Apana* im Herzen im Gleichgewicht zu halten. Wenn *Prana* (Einatmung) und *Apana* (Ausatmung) sich im Gleichgewicht befinden, wird die Luft zu *Samana*. Diese Luft pulsiert in der Natur. Sie kann sich nach oben und nach unten bewegen. Wenn die Luft vom Herzzentrum zum *Ajna*-Zentrum aufsteigt, wird sie allmählich zu *Udana*. Wenn diese Luft das *Ajna* erreicht, heißt es, dass die fünf *Pranas* unter Kontrolle sind. Nachdem diese Luft das *Ajna* erreicht hat, wird sie zu *Vyana*. Die *Vyana*-Luft erfüllt den ganzen Körper, und durch sie kann auch die Seele den ganzen Körper durchdringen.

Wir alle sind eine Seele. Wir kamen aus der Überseele oder der absoluten Seele hervor. Aus der Seele entsprangen die fünf *Pranas* und der 5-fältige Körper, durch den wir wirken. In unserem Inneren werden wir ein Modell von uns selbst finden in der Größe unseres Daumens, der wie ein Diamant in unserem *Ajna* erstrahlt.

Damit das geschehen kann, müssen wir uns umwandeln. Zuerst sollte die Transmutation geschehen – die Reinigung des Körpers mit Hilfe von *Agni*. Anschließend unterläuft der Körper viele Transformationen, bis später die Transzendenz geschehen kann. Wie die Butter aus der Buttermilch hervorkommt, solltet ihr aus eurem Körper hervorkommen. Der sterbliche Mensch sollte zu *Nara* (unsterblich) werden. Dies ist der Herr, der uns in unserer Form erscheint.

Diese Thematik wird klar in der *Dhruvopakhyanam* des *Bhagavatam* erklärt. Als *Dhruva* Buße tat, erschien ihm der Herr in dessen Form. Wie ist das möglich? Es überrascht uns, wie der Herr in unserer Form erscheinen kann. Es ist nicht so, dass der Herr wie wir erscheint, sondern wir sind ein Bildnis von ihm. Bei der Betrachtung eines Fotos können wir auch sagen, ob wir den Vater kennen und ob der Sohn Merkmale seines Vaters hat. Ist es richtig, einem Vater zu sagen, dass er wie sein Sohn ist? Oder ist es richtig zu sagen, dass sein Sohn wie er ist? Die zweite Aussage ist richtig. Der Kosmische Mensch ist der Vater von uns allen. Wir sind seine Bildnisse.

Den Zustand zu erreichen, aus dem Körper zu treten, erfordert viel feurige Aspiration. In Wirklichkeit sind wir nicht das, was wir denken. Wir denken aus unserem Denkvermögen heraus. Wenn wir Bücher mit dem Denken schreiben, verlieren sie sich mit unserem Tod. Mit dem Erreichen des *buddhischen* Zustands, wenn wir unsterblich geworden sind, dann wird alles, was wir tun, auch unsterblich werden. Niemand vergisst die Taten von *Rama* und *Krishna*. So blieben auch die großen Werke von *Annamayya* und *Tyagaraja* unsterblich. Dies ist der Unterschied, ob wir mit *Buddhi* arbeiten oder mit dem Denkvermögen.

Die Luft von *Udana* hilft uns bei unserem Aufstieg. Im Allgemeinen hilft sie uns beim Husten und Erbrechen, aber sie hat noch einen höheren Zweck. Wir sollten das wissen und daran arbeiten.

Es gibt also die Zwei in uns. Beide sind einander entgegengesetzt. Das ist der Grund, weshalb der Körper versucht, für sich selbst anstatt für uns zu arbeiten. Eigentlich täuscht er uns.

Wenn ihr die fünf Feuer in euch verehrt – dann sind die fünf *Pranas* und die fünf Sinne unter Kontrolle – könnt ihr das Ritual von *Nachiketa* dreimal durchführen. Sagt nicht, dass dies alles nicht möglich ist. Ihr solltet euch dafür Zeit nehmen, wenn ihr nach dem Göttlichen strebt. Wenn der Körper reguliert und unter Kontrolle ist, dann seid ihr fit, das Ritual von *Nachiketa* durchzuführen. Wer den Eingang nach innen findet, kann das Göttliche kennen lernen. Ansonsten sind wir noch nicht so weit.

Zuerst solltet ihr nach innen gehen. Von innen her sollte die Verehrung geschehen. Es gibt nur einen *Nadi*, der vom Herzen nach oben steigt: das ist der *Sushumna-Nadi*. Alle anderen *Nadis* gehen nach unten. Das *Prana* bewegt sich mit dem *Sushumna-Nadi*. Dieses *Prana* wird *Vital-Prana* oder *Hanuman* genannt.

Kürzlich sprach ich in einem Seminar im Westen über *Hanuman*. Die sieben *Maruts* sind in ihm gegenwärtig. *Hanuman* ist eine Inkarnation von *Rudra*.

Wer also seine Verehrungen konzentriert ausführt, bewegt sich entlang dieser *Sushumna-Nadi*. Dort sieht man wunderbare Dinge. Dies ist die Ebene von *Mahat*, auf der alles sehr mystisch ist. Es gibt dort herrliche Lichter und Klänge. Aber dies ist nicht das endgültige Ziel. Auf dem gesamten Pfad gibt es Abhänge. Wenn man nicht aufpasst, kommt man ins Rutschen. Diese Reise geschieht im Inneren der Höhle des Herzens. Es ist die Höhle des Bären. Vorher war es die Höhle des Löwen (Pulsierung) und davor das Pferd (*Prana*).

Es gibt eine Geschichte aus dem Leben von Lord *Krishna*, welche eine erhabene Beziehung zu diesem Pfad hat. Vielleicht kennt ihr die Geschichte, aber ohne entsprechende Aspiration könnt ihr die erhabene Bedeutung nicht verstehen. Um den Willen und die Aspiration zu haben, diese Dinge zu erfahren, benötigen wir die Gnade von *Narada*. In den Schriften können wir nachlesen, dass jedem Aspiranten der Pfad von *Narada* gezeigt wurde, sei es *Valmiki*, *Dhruva*, *Veda Vyasa*, *Prahalada* usw.

Narada = *Nara* + *Da* ist derjenige, der *Nara* und *Narayana* verbindet. Leider haben wir nicht mehr die Zeit, um ausführlich darüber zu sprechen.

Ihr werdet euren Meister in der Höhle des Herzens treffen. Wenn ihr den Meister erkennt und er euch sagt, dass er euch schon seit langem sieht, heißt das, dass ihr

nicht ausreichend und regelmäßig praktiziert habt, um das Innere zu erreichen und euren Meister zu treffen.

Er wird glücklich sein, wenn ihr regelmäßig die Höhle des Herzens betretet und ihn dort trefft. Dort wird er euch den weiterführenden Pfad zeigen und euch alles lehren. Im Außen könnt ihr nicht viel lernen. Die ganze Aktivität findet im Inneren statt. Ihr gewinnt das Wissen, das für den Pfad erforderlich ist, um das Göttliche zu erreichen.

Das Denken sollte *Buddhi* folgen. Wenn das Denken vollkommen der Sklave der fünf Sinne ist, dann seid ihr völlig verloren. In jedem Menschen ist *Buddhi* das Göttliche. Dann werdet ihr richtig geführt. Wenn ihr alles tut, was das Denken mag, werdet ihr zerstört. *Buddhi* rät, was gut für euch ist, und das Denken schlägt vor, was der Körper mag.

Wenn ihr den Meister um etwas bittet, dann wird der Meister nicht nur sein *Buddhi* befragen. Er verlässt sich nicht nur darauf, sondern konsultiert auch seinen Meister im Inneren, und dann wird er euch seinen Rat geben.

Wenn ihr also euer *Buddhi* jedes Mal befragt, werdet ihr erfolgreich sein. Die *buddhische Ebene* führt auf die höheren Ebenen des Lichts. Selbst das Denkvermögen wird mit euch zusammenarbeiten.

Das *Mantra* lautet also: „Geht nach innen!“ Dann wird euch alles offenbart werden. Ihr braucht niemanden etwas im Außen zu fragen. 1983 sagte mir Meister EK, dass ich ihn überhaupt nicht mehr fragen solle. Ich fragte: „Warum?“ Der Meister antwortete: „Dir wurde das gesagt, was auch mir gesagt worden ist. Du brauchst mich also nicht zu fragen.“ Vorher, als Meister EK mir etwas sagte, zeigte ich ihm jedes Mal ein Blatt Papier, auf dem ich meine Gedanken notiert hatte, die genau seinen Worten entsprachen. Als dies drei Mal geschah, riet mir der Meister, ihn überhaupt nicht mehr zu fragen. Er meinte: „Es scheint, dass es dir gesagt wurde, bevor es mir gesagt wird. Es ist also besser, du folgst deinem eigenen Pfad.“ Ich erwiderte: „Meister, 1971 sagtest du mir, dass wir zusammen reisen würden. Mögen wir auch in Zukunft gemeinsam reisen, weil wir uns auf demselben Pfad befinden.“

Der Meister sagte auch: „Wenn sie deine Aspiration sehen, werden sie wollen, dass du schneller reist. Warte nicht auf mich! Nimm’ selbst die Arbeit auf!“ Ich antwortete: „Ich werde hinter dir stehen und die Arbeit tun. Ich kann dich nicht verlassen. Ich werde dir folgen.“ Innerhalb von 6 Monaten nach dieser Begebenheit verließ Meister EK seinen Körper.

Was macht es - das Wichtigste ist doch, nach innen zu gehen.

Denkt an die Hierarchie in aufsteigender Ordnung – weltliche Dinge, Sinne, Denken, *Buddhi*, Seele und der Herr. Auf jeder weiteren Stufe, die wir verwirklichen, bekommen wir größere Kräfte. Mit unserem Denken können wir die Seele nicht erkennen. Dazu benötigen wir unser *Buddhi*.

Zuerst sollte man seine Sprache trainieren. Sie sollte ausgerichtet sein und mit dem Denkvermögen verschmelzen. Das feurige Prinzip liegt in der Zunge. Die Sprache ist beides – ein Geschenk und ein Fluch. Sie wird uns verbrennen, wenn wir sie nicht richtig benutzen. Heutzutage wissen die Menschen nicht, wie sie sprechen sollen. Sie wissen nicht, welche Art von Wörtern sie benutzen müssen, um einen Gedanken in

Sprache auszudrücken. Wenn eine Person spricht, kann man innerhalb von drei Minuten erkennen, welchen Status sie hat. Wenn man mehr am Inneren interessiert ist, spricht man sehr wenig. Dies bedeutet jedoch nicht, dass man sich stumm verhalten sollte, sondern dass man nur sprechen sollte, wenn es nötig ist. Ich sagte bereits in einer der vorhergehenden Vorträge: „Sprecht die Wahrheit und sprecht sie angenehm. Ist die Wahrheit nicht angenehm, dann sprecht nicht.“ Nur weil ihr euch verpflichtet habt, immer die Wahrheit zu sprechen, solltet ihr sie nicht so aussprechen, dass ihr andere verletzt. Ihr solltet auch keine Lügen von euch geben, nur um etwas Nettes zu sagen. Wenn beides nicht möglich ist, dann schweigt lieber.

Die Sprache sollte ausgerichtet sein und mit dem Denkvermögen verschmelzen. Das Denken sollte ausgerichtet sein und mit *Buddhi* verschmelzen, und *Buddhi* sollte in die Seele absorbiert werden. Die Seele sollte in der Überseele aufgehen. Man darf keine einzelne Stufe auf dem Pfad auslassen. Die Seele kann man nicht mit dem Denken allein erreichen, sondern nur über *Buddhi*. Die Seele, *Buddhi* und das Denken sind wie du, dein Sohn und dein Enkelsohn.

Nachdem ihr den *buddhischen* Zustand erreicht habt, wird sich eure Aktivität verdoppeln. Ihr möchtet voranschreiten, aber die Menschen in eurer Umgebung stellen euch ganz viele Fragen. Als dies mit mir geschah, fragte ich: „Ich versuche, nach innen zu gehen, aber von außen gibt es so viele Anfragen, dass ich sprechen soll. Was soll ich tun?“ Ich bekam die folgende Antwort: „Wenn die Menschen so sehr daran interessiert sind, von dir zu lernen, zeige ihnen den Weg und dann schreite voran. Es ist ein Teil des guten Willens gegenüber anderen.“ Aus diesem Grund halte ich keine Reden oder Vorträge, wenn sich nicht eine eifrige Gruppe an irgendeinem Ort versammelt hat. Da sich so viele von euch mit viel Aspiration hier eingefunden und so zahlreiche Vorbereitungen getroffen haben, erzähle ich dies alles.

Als ich einmal Satya Sai Baba getroffen habe, bat er mich, etwas Gutes zu erzählen. Ich sagte: „Ich kann über keine gute Sache sprechen, aber wenn du mich etwas Spezielles fragst, dann werde ich darauf antworten.“ Er freute sich und sagte: „Du hast recht! So sage mir, wie viele Arten von Menschen gibt es?“ Ich erwiderte: „Es gibt drei Arten von Menschen.“ Nun wollte er wissen, wer diese drei Arten sind. Ich entgegnete: „Es gibt Tiere unter den Menschen, es gibt menschliche Wesen unter den Menschen und es gibt göttliche Wesen unter den Menschen. Ich weiß, dass du zur letzten Kategorie gehörst.“ Er war sehr glücklich und umarmte mich.

Die Sache ist, dass nicht über irgendetwas gesprochen werden sollte. Nur wenn um etwas Spezielles und mit *Sraddha* gefragt wird, solltet ihr darauf eingehen. Ihr solltet haarscharf in euren Antworten sein, wenn jemand eine Frage stellt. Versucht auch, die Absicht des Fragestellers herauszufinden. Fragt er wirklich, weil er es wissen möchte oder fragt er, weil er euch testen will?

Wenn ihr ein gewisses Stadium erreicht habt, geht ihr einen messerscharfen Weg, weil vieles im Inneren angeboten wird, während von Außen zahlreiche Fragen auf euch einstürmen. Beide Seiten dürfen nicht vernachlässigt werden. Sie müssen in einen ausgeglichenen Zustand gebracht werden. Es ist, als würden wir im Inneren von unserem Meister lernen und im Außen das Gelernte an die Aspiranten weitergeben.

Mit dem Erreichen von *Buddhi* erkennen wir als erstes die Seele. Die Erkenntnis der Überseele (DAS) ist der letzte Schritt.

Bis jetzt wurde uns gesagt, wie wir *Buddhi* erreichen können und welche weiteren Schritte dann folgen. Jetzt begann *Yama* zu erzählen, wie man das Höchste erlangt.

Eure Sinne können im Inneren nichts wahrnehmen – nur im Außen gibt es die Sinneswahrnehmung. Wenn ihr euch jedoch nach innen wendet, werden sich subtile Sinne entwickeln, die die inneren Ereignisse erspüren. Sie werden *Antahkaranas* genannt. Allmählich entwickelt sich ein Körper – ein Mikrokörper - mit so feinen Sinnen, die euch im Inneren vieles erfahren lassen. Mit diesem Körper könnt ihr in der Welt überallhin reisen. Mühelos könnt ihr große Entfernungen zurücklegen und jemandem im Schlaf oder in seiner Meditation einen Rat geben.

Zuerst haben wir den Pfad und die Praktiken besprochen, um nach innen zu gehen. Dann sprachen wir über die Seele und die Überseele – sie zu erreichen, ist die höchste Errungenschaft. Jetzt berichtete *Yama* über die Bildung der subtilen Sinne, des subtilen Denkvermögens und des subtilen Körpers im Inneren.

Dieser Körper hat wunderbare Fähigkeiten. Er kann überall hingehen. Er kann größer und kleiner werden. Er kann fliegen und schwimmen. Er kann sich in seiner Struktur verändern. Er kann nicht altern und ist ewig.

Genauso wie Butter aus der Milch entsteht, wenn sie durch starkes Quirlen erhitzt wird und anschließend abgesondert in der Milch schwimmt, so entsteht dieser feinstoffliche Körper aus dem physischen Körper heraus, wenn man das Ritual von *Nachiketa* durchführt. Dieser daumen-große Körper bleibt anschließend ebenso abgesondert im physischen Körper. Er beginnt, von innen her, euch zu befruchten. Es sind zwei verschiedene Körper, obwohl sie zusammen bleiben.

Der *Antahkarana Sarira* (innere Körper) wird aus dem *Bahya Sarina* (äußeren Körper) gebildet. Früher hatten wir nur den *Antahkarana Sarira*. Aus diesem Körper heraus entstand der physische Körper, in den das menschliche Wesen hineinging und darin stecken blieb. Der innere Körper wurde vom physischen Körper abgetrennt und ging verloren. Er muss jetzt erneut aus demselben physischen Körper gebildet werden.

Im Inneren solltet ihr das Licht, ein Bildnis des Herrn, einen *Lingam* oder ein Bildnis der göttlichen Mutter visualisieren und verehren. Wenn diese Visualisation regelmäßig geschieht, bedeutet das, dass ihr euch im Inneren stabilisiert habt. Dann könnt ihr euch im Inneren aufwärts bewegen. Ihr werdet viele Farben sehen und viele Klänge hören. Dies geschieht während der Reise vom Herzzentrum zum *Ajna*-Zentrum. Wenn ihr das *Ajna*-Zentrum erreicht habt, könnt ihr von dort willentlich aus dem Körper heraustreten und wieder hineingehen. Von nun an handelt ihr als Seele.

Diese Praxis, die getan werden muss, nachdem ihr das Herzzentrum erreicht habt, ist die wirkliche Praxis. Nachdem ihr im Herzzentrum angekommen seid, gibt es nur eine Praxis, und die besteht in einer beständigen Bemühung, die Höhle des Herzens zu betreten. *Prana* und *Apana* können für diese Übung benutzt werden. Wir haben darüber bereits in Einzelheiten gesprochen: über die Intervalle, die subtile Pulsierung usw. Ihr solltet versuchen, euch dort während eurer Gebete und Meditationen aufzuhalten.

Ramakrishna Paramahansa hatte sich so sehr an diesen Zustand gewöhnt, dass er fast die ganze Zeit in ihm blieb.

Sogar das *Puja* sollte im Inneren geschehen. Das äußere *Puja* hilft uns, das *Puja* im Inneren zu vollziehen. Wenn das innere *Puja* für uns zu einer Tatsache geworden ist, sollten wir das äußere *Puja* nicht einfach fallen lassen. Es sollte jemandem übertragen werden, der es fortführt.

Wir werden im nächsten Unterricht weitermachen und erfahren, wie das *Atma* (die Seele) *Paramatma* (die Überseele) erreicht.

Danke