

**Merry Life Lehren
Meister KPK
Samstag, 05. Juni 2021**



(Diese Abschrift ist nur für den internen Gebrauch bestimmt. Der Text ist von *Master K. Parvathi Kumar* nicht auf mögliche Fehler geprüft worden.)

Vortrag 28

Youtube:

<https://www.youtube.com/watch?v=MRCwUDI2ja8&list=PLSH2l6BIGH3b4sFdfDUvdUAlqVV8-JaSS&index=8>

Audio: http://masters-call.net/pcast/en/media/2021-06-08_33_2021_06_05__vaisakh_merrylifeteachings.mp3

Simultanübersetzung:

https://www.youtube.com/watch?v=0NthZez9RWA&list=PLCuZrXGIHEvv5WNYDq9Ww2JD_a0OdrH4Y&index=35

Herzliche brüderliche Grüße und gute Wünsche an alle Brüder und Schwestern, die sich mit der Lehre verbinden, die in den Kursen von Merry Life vermittelt wird. In der letzten Woche waren wir völlig durchdrungen von der Energie von *Meister CVV* und seiner Gegenwart, die wir in den 2-3 Festtagen erfahren durften. Jetzt kommen wir wieder zu der Lehre in Bezug auf den Weg der Jüngerschaft zurück, der durch die Geschichte von *Nala* und *Damayanti* zum Ausdruck kommt. Ich denke, die meisten von euch erinnern sich an das, was bisher zu dieser Geschichte gesagt wurde. Die Lehren müssen sich gut einprägen, damit sie sich auf einer tieferen Ebene, der sogenannten Bewusstseinssebene, etablieren können. Deshalb ist das Gedächtnis für die Jüngerschaft sehr wichtig. Wenn wir unser Erinnerungsvermögen verlieren, bedeutet das, dass wir tendenziell auch unsere

Fähigkeiten verlieren, in diesem Leben voranzukommen. Das Erinnerungsvermögen ist eine Aktivität, die aus dem Bewusstseinsprinzip kommt, und Prana oder die Lebenskraft ist eine weitere Aktivität, die den Körper unterstützt. Bewusstseinsprinzip und Lebenskraft bilden gemeinsam den Atman oder die Seele. Der "Lebensfaden", der golden ist, und der "Faden des Bewusstseins", der silbern ist, sollten Hand in Hand gehen. Darum geht es im Yoga.

In der Geschichte von *Nala* und *Damayanti* sind wir bis dahin gekommen, wo *Nala* durch Karkotaka, die Dimension der Zeit, dazu gebracht wurde, sein Karma zu bereinigen. Je nach planetarischen Konstellationen bzw. entsprechenden Transiten im Geburtshoroskop werden wir von Zeit zu Zeit mit unserem Karma konfrontiert, um es zu bereinigen. Die Einzelheiten zu dem entsprechenden fünfstufigen Prozess wurden am 22.05.2021 aufgezeigt. Nun, Karkotaka hatte *Nala* entstellt und gesagt: "Das ist ein Segen. Die Menschen werden dich nicht mehr erkennen. Du warst eine sehr bedeutende Person. Ich habe dich verformt, damit die Leute dich nicht bemerken." Es ist eine Erleichterung in der Jüngerschaft, wenn man in der äußeren Welt eher nicht so sehr wahrgenommen wird. Das macht alles einfacher. Das Bestreben, in der Gesellschaft, d.h. in der äußeren Welt anerkannt zu sein, ist oft hinderlich, weil man von objektiven Ereignissen angezogen wird, die den subjektiven Praktiken im Wege stehen. Es gibt so viele gesellschaftliche Zusammenkünfte, Partys und andere Veranstaltungen, und je mehr wir mit der Gesellschaft verbunden sind, desto mehr werden wir von unseren inneren Praktiken abgelenkt. Die äußeren Aktivitäten müssen maßgeschneidert sein, damit die inneren Aktivitäten nicht gestört werden. *Nala* war eine berühmte Persönlichkeit der damaligen Zeit. Wenn man ihn in seinem oder einem umliegenden Königreich bemerken würde, würde dies zu Ablenkungen führen. Deshalb sagte Karkotaka, die Schlange: "Ich werde dich so entstellen, dass dich niemand erkennt. Du kannst dich um deine Angelegenheiten kümmern."

Das ist die zweite Stufe in diesem 5-fältigen Prozess, über den ich (am 22. Mai) gesprochen habe. Auf der 1. Stufe weiß man in der objektiven Welt, dass wir irgendwelche Praktiken üben. Auf der 2. Stufe wenden wir uns bei all unseren Praktiken nach innen, ohne dass dies in der äußeren Welt bekannt ist. Man übt im Inneren durchgängig seine Praktiken aus und führt sein äußeres Leben in aller Stille, wobei man allem, was man im Äußeren tut, einen spirituellen Wert verleiht. Ein solches Leben in aller Stille gibt uns die Möglichkeit, uns schnell zurückzuziehen. Ob zu Hause, im Beruf, in der Gesellschaft, im wirtschaftlichen Bereich oder in welchem Bereich auch immer, zeigen wir uns wie ein Leuchtturm und bereichern die Umgebung durch unser Reden und Handeln.

Das ist eine wichtige Dimension, die wir lernen müssen, damit wir in der Lage sind, mit größerer Leichtigkeit nach innen zu gehen. Ansonsten zieht uns das äußere Leben weg, denn der Reiz, in der äußeren Welt bekannt zu werden, ist ein großer Antrieb. Dieses 'Jucken' nennen wir in der Homöopathie 'Psora'. Es ist eine psorische Einstellung, in der äußeren Welt bekannt sein zu wollen. Aber dieser Name und sein Ruhm sind nur vorübergehend, mit mehr Licht zurückzukommen und zu dienen, ist viel bedeutsamer. Glücklicherweise sind alle Gruppen des World Teacher Trust nicht übermäßig in der äußeren Welt engagiert. Die Energie der Hierarchie sucht nach denen, die nicht übermäßig in der äußeren Welt beschäftigt sind, weil sie Zeit für innere Praktiken haben. Nur dann ist Jüngerschaft möglich, anders nicht.

Deshalb hatte Karkotaka auf *Nalas* Frage hin geantwortet: "Habe ich dir nun Gutes oder Schlechtes angetan? Mach dir keine Sorgen. Wenn die ganze Arbeit vollendet ist, wirst du auf andere Weise zehnfach berühmter zurückkehren. Weil du danach strebst, die Seele zu realisieren, hast du *Damayanti* geheiratet, sie aber aus persönlichen Gründen verlassen. Doch ich rate dir, in das Königreich Ayodhya zu gehen, dessen Herrscher *Rituparna* ist."

Wir wissen das schon aus der letzten Stunde, aber um euch in die Energie der Geschichte hineinzuführen, ist diese zusammenfassende Wiederholung angebracht, insbesondere weil wir in der letzten Woche, als *Meister CVV* uns mit seiner tiefgründigen Energie besuchte, die Geschichte von *Nala* und *Damayanti* unterbrochen hatten.

Karkotaka sagte: "Es geht für dich nur um drei Jahre ". Das war für *Nala* sehr beruhigend zu hören. Auch für uns ist das tröstlich, zu lesen, dass es nur drei Jahre dauern wird, aber bei normalen

Schülern kann es eine andere Anzahl von Jahren brauchen. Die Meister der Weisheit sprechen von zwölf Leben, die es sein können - das hängt davon ab, wie feurig wir streben.

"Gehe zu *Rituparna*, dem König von Ayodhya". Im Übrigen war dieser auch derjenige, der *Nala* auf den Pfad geführt hatte. Es ist also ein doppelter Vorteil, dass er zu seinem Lehrer zurückkehrte, wenn auch auf entstellte Weise. "Bis du verwirklicht bist, ist dein Name von nun an *Bahuka*", das bedeutet ein 'weltlicher Mensch'. "Geh einfach hin und stelle dich vor. Der König wird dir einen Platz an seinem königlichen Hof anbieten. Nimm sie an und komme der zweifachen Unterweisung nach, die dir gegeben wurde."

Die zweifache Unterweisung besteht, wie ich immer wieder sage, darin, mit der Atmung zu arbeiten, zum Brauenzentrum aufzusteigen, sich mit dem Sonnenball im Ajna zu verbinden und zu visualisieren, dass die Sonnenstrahlen, die vom Sonnenball kommen, uns im Brauenzentrum berühren und eine Brücke bilden. Das ist es, was *Meister CVV* "Higher bridge beginning" genannt hat. Es ist nicht leicht, dorthin zu gelangen. Deshalb müssen wir mit Hilfe von Pranayama durch das Herzzentrum nach innen gehen. Diese Reise ist eine Reise nach innen. Pranayama führt uns zu Pratyahara und Dharana, wo wir im Brauenzentrum ganz stabil verweilen, um uns mit dem Ajna zu verbinden. Das sagt die Bhagavad Gita im 5. und 6. Kapitel, das sagt *Meister CVV*, das sagt jeder Wissende. Lehrer sind in erster Linie dazu da, uns zur Seele zu führen. Auf dem Weg dorthin wird die Weisheit erkannt. Wir brauchen keine besonderen Anstrengungen zu unternehmen, um Weisheit zu erlangen. In diesem Reich von *Rituparna* hat man eine ideale Zeit für die Praxis. In meinen Unterweisungen sage ich oft, dass ungünstige Zeiten für innere Transformationen optimal sind. Solche ungünstigen Zeiten, zu denen auch Krankheit gehört, sollten wir für innere Übungen nutzen. In günstigen Zeiten müssen wir uns viel mehr anstrengen, denn das äußere Leben zieht uns an. Deshalb sagt *Meister Djwhal Khul*: "Wenn ihr seht, ist Krankheit eine Gelegenheit." Jede Krankheit kann als Chance genutzt werden, weil man sich von der äußeren Welt ausruht und beginnt, innere Übungen zu machen. Wir werden frisch wie eine Blume zurückkommen, wenn wir unsere inneren Praktiken fortführen. Andernfalls kommt man nach der Krankheit ganz anders zurück - vielleicht wie ein Kohlkopf. Und wie sieht das dann aus, wenn wir uns nicht wie eine Blume entfalten, sondern wie ein Kohlkopf zurückkommen. Die Leute werden sagen: "Oh, du bist aber schlapp, du bist dies, du bist das". Krankheit kann also genutzt werden, schwierige Zeiten können genutzt werden.

"Du wirst mehr in deinem Inneren sein und in Verbindung mit dem Göttlichen in dir." Wir können einen Kokon bilden und uns weiter verwandeln. "Ich habe dir diese Möglichkeit gegeben und wünsche dir alles Gute. Geh deinen Weg."

Sie gab *Nala*, der im Folgenden *Bahuka* genannt wird, noch den folgenden Rat : "Achte nicht auf das, was er dir für deine Arbeit gibt, die du tust."

Dies ist eine große Dimension in der Jüngerschaft. Es erfordert ein enormes Verständnis und den Mut, unser Tun vom Geld zu trennen. Es gehört ganz viel Mut dazu, unsere Arbeit, die im Allgemeinen mit Geld verbunden ist, davon unabhängig zu machen. Aktivitäten, die mit Geld verbunden sind, binden uns an die Objektivität, und durch unverhältnismäßigen Zufluss oder Abfluss entstehen karmische Verpflichtungen. Deshalb sagt *Lord Krishna* in der Bhagavad Gita: "Tu weiterhin das, von dem du glaubst, dass es gut für dich und für andere ist. Erwarte keine Ergebnisse. Du tust es, weil du es tun musst. Alles verpflichtende Karma muss erledigt werden. Warum suchst du also nach einer Belohnung? Warum suchst du nach Ergebnissen? Deine Verknüpfung mit Ergebnissen bringt dich in einen Kreislauf von Ursache und Wirkung, aus dem du nie wieder herauskommen wirst. Tue stets das, was gut für die Gesellschaft ist, und was du brauchst, wird zu dir kommen." Dies ist das letztendliche Verständnis des Handelns, das uns die größte Freude am Handeln schenkt. Diese Freude entsteht dann, wenn wir immer wieder zum Wohle anderer handeln, ohne uns darum zu kümmern, was wir erhalten. Aber das Energiesystem ist so beschaffen, dass die Menschen, die stets so handeln, auch Unterstützung von ihrer Umgebung erhalten, und zwar viel mehr als die anderen. Deshalb habe ich dafür gesorgt, dass bei all unseren Aktivitäten das Geld keine Rolle spielt. Wir fixieren uns nicht an Geld, der gesamte Unterricht ist kostenlos. Einst war der gesamte Unterricht kostenlos. Heutzutage gibt es Vorgaben für den

Unterricht und man bezahlt Einweihungen. Ein Lehrer kann noch so berühmt sein, wenn er Geld für die Einweihung verlangt, ist er auf dem falschen Gleis. Jede Vermittlung von Wissen, die gesamte schulische Bildung sollte für die Gesellschaft kostenlos sein. Das gilt auch für den Gesundheitsbereich. Die Gesundheitsfürsorge ist ein wichtiger Dienst, der unentgeltlich sein sollte. Einen anderen zu behandeln sollte nicht auf Rechnung erfolgen. Wenn jemand einen anderen mit Essen versorgt und Geld dafür verlangt, ist das ein reines Geschäftsgebar. Das Geschäft mit der Bildung, mit der Gesundheit oder mit der Nahrung, all das wird als Akt der Ignoranz angesehen. Wenn wir darauf vertrauen können, dass unsere Arbeit anderen hilft, werden wir von der Natur und von den Wesen der Natur umsorgt. In einer solchen Gesellschaft müssen wir uns keine Sorgen um unsere Nahrung, unsere Gesundheit und unsere Bildung machen, weil wir dann der Energie der Hierarchie nahe sind. In Indien arbeiten alle homöopathischen Zentren, ohne irgendeine Art von Vergütung zu verlangen. Alle homöopathischen Einrichtungen arbeiten kostenlos, der gesamte Unterricht ist kostenlos. Auf Reisen gehen wir in der Regel zu einem Gruppenmitglied, einem Verwandten oder einem Freund, wo wir kein Geld bezahlen müssen. Sie geben uns zu essen, wenn wir sie besuchen und wir geben ihnen zu essen, wenn sie zu uns kommen. Für alles eine Rechnung auszustellen, zeigt, wie armselig der Mensch psychisch ist. Jemanden auf eine Tasse Kaffee in ein Restaurant einzuladen, ist keine große Sache. Jemanden zu sich nach Hause einzuladen, ihm eine Tasse Kaffee, Tee oder ein paar Kekse anzubieten, hat etwas mit Wohlwollen zu tun.

Karkotaka sagt zu *Nala*: "Trenne das Geld von deinem Handeln im Dienste des Königs. Das wird dir helfen."

Das hat zwei Gründe, zum einen schafft es keine karmischen Verpflichtungen mehr. Das gilt vor allem zwischen Lehrer und Schüler. Ein Lehrer sollte sich nichts von einem Schüler leihen und ein Schüler sollte sich auch nichts vom Lehrer leihen. Das sind alles kommerzielle Transaktionen, die der äußeren Aktivität vorbehalten bleiben, aber nicht in die innere Aktivität einziehen sollten. Lasst das sein! Der größte Vorteil, den die Psyche durch diese Haltung gewinnt, ist, dass sich ein ganz enormes Vertrauen in euch entwickelt. Es gibt keinen besseren Reichtum als Vertrauen. Denn was gibt er? Was gebt ihr? Das sind alles kommerzielle Verhaltensweisen. Deshalb gehen wir dazu über, alle unsere Lehren so weit wie möglich in Form von kostenlosen PDFs zu verbreiten. Aus organisatorischen Gründen mögen bestimmte minimale Dinge durchaus notwendig sein, aber im Allgemeinen muss Geld im Leben zweitrangig sein, wenn man in der Jüngerschaft vorankommen will. Im objektiven Leben gibt es eine Zeit, in der wir uns mit Geld verbinden. Je mehr wir uns dem subjektiven Leben zuwenden und weitergehen, desto mehr überlassen wir diese finanziellen Anforderungen vertrauensvoll der Natur. Die Natur kümmert sich um unsere Bedürfnisse, wenn wir für höhere Ziele arbeiten. Das erfährt ein Jünger, wenn er so arbeitet und die Arbeit mag und wenn er voranschreitet. Andernfalls sind wir gefangen in unserem Beruf, in unserem Arbeitsverhältnis oder in sozialen Verpflichtungen und finden keine Entspannung. Es ist nicht einfach, in dieser Welt frei zu bleiben. Nur durch die Anpassung an diese Verpflichtungen kommen wir zu einem Stadium, in dem das Äußere und das Innere entkoppelt werden und wir uns mehr und mehr mit inneren Praktiken beschäftigen können, ohne dass das Äußere uns stört. Das ist die Dimension.

Es dauerte zehn Tage, bis *Bahuka* das Königreich Ayodhya erreichte. Er schickte dem König, wie es dem Protokoll entspricht, eine Nachricht. Der König lud ihn an den königlichen Hof ein und erkundigte sich, weshalb er gekommen sei. *Nala*, der jetzt *Bahuka* heißt, sagte: "Mein Name ist *Bahuka*. Ich kann mich hervorragend um Pferde kümmern, kann sie fit halten, kann sie bewegen und stark halten und dafür sorgen, dass sie den Erwartungen eines Königs entsprechen, sei es im Krieg oder bei Paraden. Das ist meine Kernkompetenz, ich kann aber auch kochen und servieren. Meine Kochkünste sind bekanntermaßen sehr berühmt."

Dies ist eine weitere Fähigkeit, die einige Jünger erworben haben. Nicht alle sind gute Köche. Zu kochen und zu servieren ist eine große Dimension. *Meister EK* oder *Shirdi Sai Baba* haben beide sehr gut gekocht. Es ist eine ganz eigene Dimension, mit Liebe zu kochen und zu servieren. Das erfreut den anderen viel mehr als alles andere. Also sagte er: "Meine 2. Fähigkeit ist das Kochen und drittens kann ich auch an Eurem Hof tanzen." Der König lächelte. Wenn eine entstellte Figur

tanzt, wird das an einem königlichen Hof nicht sehr geschätzt. *Bahuka* sagte noch: "Ich kann auch singen, ich kann tanzen, ich kann kochen, und ich kann mich um die Pferde kümmern."

Der König dachte: Ich kann ihn doch nicht am königlichen Hof unterbringen, wo Delegierte und Gäste nicht nur aus dem eigenen Land, sondern auch aus anderen Königreichen zugegen sein werden. Wem soll das gefallen, wenn ein entstellter Mann singt oder tanzt! Also entschied er: "Du kannst dich um meine Pferde kümmern und bei festlichen Veranstaltungen werde ich hin und wieder deine Kochkünste in Anspruch nehmen."

Diese beiden Aufgaben wurden ihm also anvertraut. *Nala* und *Bhima*, der zweite Sohn von *Pandu*, sind in Indien die berühmtesten männlichen Köche. Sie haben auf höchstem Niveau gekocht. Deshalb sagen wir in Indien, wenn uns ein überaus schmackhaftes Essen angeboten wird, dass es wirklich von *Nala* oder *Bhima* zubereitet wurde. Das Essen ist so schmackhaft, dass *Nala* oder *Bhima* dem Koch ihre Anwesenheit geschenkt haben könnten, um ihm diesen Geschmack zu geben, denn Kochen ist nicht nur Arbeit, sondern trägt göttliche Dimensionen in sich. Wenn manche Menschen kochen, isst man gerne mehr, und bei anderen Köchen hat man wenig Lust zu essen, weil die Energie des Kochs auch in das Essen eingeht. Lest dazu bitte das Kapitel über Ernährung in dem Buch 'Mithila'. Was Kochen bedeutet, welche Nahrungsmittel wir zu uns nehmen und wie sie gekocht werden sollten, wie und wo wir essen sollten, welche Energie sie geben - all dies ist eine Wissenschaft für sich. Wenn wir eine Tasse Kaffee oder eine Mahlzeit servieren, sollten sich die Menschen für immer daran erinnern - "Wow! An diesem oder jenem Tag, in diesem oder jenem Haus, hat mir Frau ... einen köstlichen Kaffee, eine wunderbare Mahlzeit, ein herrliches Frühstück serviert!" Damit dies so erlebt wird, muss alles mit tiefer Liebe gekocht und serviert worden sein. Essen zu servieren ist nicht jedermanns Sache und eine große Dimension der Jüngerschaft.

König *Rituparna* kannte denjenigen, der zu ihm gekommen war und sich als *Bahuka* vorgestellt hatte, weil er auch der Lehrer war. Er konnte sehen, unter welchen Umständen sein Schüler zu ihm zurückkam. Als er ihn einst initiierte, war er ein König gewesen - der Schüler war ein König, der Lehrer war ein König. Jetzt ist der Schüler von allem entledigt und hat außer dem Stück Stoff, das er um den Leib hat, überhaupt nichts mehr. Mit einer entstellten Gestalt ist der Schüler zu ihm zurückgekommen.

Rituparna sagte: "Du kannst in den Pferdeställen leben. Dort kannst du wohnen, nirgendwo sonst. Gelegentlich werde ich dich bei großen Veranstaltungen zum Kochen in die königliche Küche rufen."

Als *Bahuka* bei solchen Gelegenheiten kochte, wurde er berühmt, sodass *Rituparna* ihm diese Aufgabe nicht mehr gab und ihn wieder mit der Pflege der Pferde beauftragte. Die 'Pflege der Pferde' bedeutet, mit Pranayama zu arbeiten und das pranische Prinzip in sich selbst zu verbessern, denn das Pferd ist ein Symbol des Lebens. Wann immer wir etwas Freizeit haben, sollten wir uns auf die Atmung konzentrieren und unser Denken nicht in die Objektivität abschweifen lassen. Wenn es in der Objektivität Arbeit gibt, brauchen wir den Verstand und wenn es in der Objektivität nichts zu erledigen gibt, sollten wir uns entspannt hinsetzen. Das Denken geht immer gerne nach außen, es wandert und irrt umher wie ein Straßenhund. Ein Straßenhund hat keine Regulierung, weil er daran gewöhnt ist, hinauszugehen. Für jeden Jünger ist es ganz wichtig, sein Denken mit der Atmung zu verbinden und zur Pulsierung zu führen, die im Herzzentrum geschieht, und erst wenn wir die subtile Pulsierung in uns berühren, sind wir auf dem inneren Weg, der uns hinauf zur Stirn führt. Solange wir das nicht tun können, ist unsere Pranayama-Aktivität noch nicht vollkommen. In dem Moment, in dem wir die subtile Pulsierung berühren, sehen wir das vertikale Licht in uns, und dieses Licht fesselt unser Interesse, und die Pulsierung bewegt sich weiter nach oben. Das ist die vierte Pulsierung, von der ich immer spreche, die Udana-Pulsierung. Sie führt uns hinauf zu unserem Brauenzentrum.

Diese innere Aufwärtsbewegung zum Brauenzentrum gibt uns eine viel bessere Stabilität, als wenn wir sofort versuchen, uns mit dem Brauenzentrum zu verbinden. Wir haben nicht genug Hausaufgaben gemacht, um im Brauenzentrum stabil zu bleiben. Deshalb ist Pranayama im Yoga der Schritt, der uns nach innen führt, Pratyahara führt nach oben und Dharana führt uns ins

Brauenzentrum. Dort erfahren wir, dass wir den Körper halten - der Körper wird nicht von uns gehalten. Sonst sind wir nur mit dem Körper, mit der Persönlichkeit verbunden und denken meistens, dass wir der Körper sind und wenn der Körper gestört wird, fühlen wir uns furchtbar gestört. Wir wissen nicht, dass wir ein Bewohner des Körpers sind, aber nicht der Körper als solcher.

Diese Erkenntnis kommt erst, wenn wir zu Dharana, der sechsten Stufe des Yoga, gelangen. Pranayama hilft uns dabei, uns in unserem eigenen Wesen nach oben zu bewegen, um zu erkennen, - dass wir der Bewohner des Körpers sind und eine Persönlichkeit entwickelt haben, die es uns ermöglicht, eine Beziehung zur Objektivität herzustellen,

- dass es unser Ziel ist, die Persönlichkeit mit der Energie der Seele zu durchdringen, um die Arbeit im Außen zu leisten,

- dass der Körper ein Werkzeug ist, das uns gegeben wurde. Er ist nicht unser Körper, sondern eine göttliche Ausstattung, die uns gegeben wurde. Nicht allen Seelen wird eine menschliche Form gegeben und so ist es eine große Chance, eine menschliche Form zu bekommen. Hätten wir eine andere Form erhalten, könnten wir in der Evolution nicht vorankommen. Nur die menschliche Form selbst hat die Fähigkeit, in größerem Maße in der Evolution voranzuschreiten. Bis dahin ist es die Natur, die die Evolution bewirkt. Der Mensch trägt eine zweite Abstammung in sich und ist Selbstbewusst. Er sollte sich selbst und seinen ursprünglichen Status kennen, er sollte wissen, dass er der Sohn Gottes ist, der kam, um ein Menschensohn zu sein, und dass seine Persönlichkeit und sein Körper seine Werkzeuge sind. All dies wird durch Pranayama erkannt, denn wenn wir Dharana erreichen, bekommen wir die klare Erkenntnis, dass wir uns von unserer Form unterscheiden. Unsere Form ist unsere Ausstattung, die wir nutzen, um unsere Arbeit im Inneren und im Äußeren zu verrichten. So sollten wir das verstehen, sollten also den Körper nicht für sinnliche Vergnügungen missbrauchen, die Sinne nicht missbrauchen und auch nicht das Denken. Das gilt es mit Regulierungen auszuarbeiten. Einleitende Regeln bekommt man überall und dann sollten wir Pranayama anwenden.

Nala wurde wieder in den Pferdestall geschickt, und der König sagte: "Du musst dich nicht um alle meine Pferde kümmern. Ich habe schwarze und weiße Pferde. Kümmere dich nur um diese." Das bedeutet, er sollte tagsüber und auch nachts Pranayama üben. Wenn in der Objektivität keine Arbeit mehr ansteht, dann sollten wir uns immer mehr mit unserer Atmung beschäftigen. Macht euch keine Sorgen, wenn ihr keinen Schlaf bekommt. Das bedeutet, man hat mehr Zeit, mit der Atmung zu arbeiten und die Pulsierung zu erreichen. Irgendwann auf dem Weg dorthin wird man schon einschlafen. Nicht alle können Dharana auf Anhieb erreichen, aber das sollte unsere absolute Priorität haben.

Nala praktizierte Tag und Nacht Pranayama und kümmerte sich auch um die Pferde. Seht, es gibt hier eine objektive und eine subjektive Tätigkeit. Wie viel subjektive Aktivität üben wir im Vergleich zur objektiven Aktivität aus? Wie ist das Verhältnis? Sollte es nicht zumindest gleich sein? Wie ist das bei uns? Nur eine halbe Stunde am Morgen und eine halbe Stunde am Abend behalten wir der subjektiven Tätigkeit vor. Ist das genug? Wie sieht es mit den Nachtstunden aus? Für Jünger sind die Nachtstunden für die meiste Arbeit überaus günstig. Wir sollten kreativ sein und dafür sorgen, dass der zwingend notwendige Anteil an Alltagsarbeit langsam weniger wird, damit wir immer mehr Zeit für subjektive Aktivitäten finden. Sonst ist alles nur Glamour, dass 'ich bin', 'ich weiß dies, ich weiß das'. Wichtig ist Transformation. Transmutation, Transformation führt zur Transzendenz.

Es geht darum, das Denken nicht zu sehr mit einer Sache zu belasten. Dieses Thema verflüchtigt sich, weil der Verstand nichts behalten kann. Das kann nur die tiefere Ebene des Verstandes, die wir das 'Bewusstsein' nennen. Das Bewusstsein braucht sich meistens eigentlich nur erinnern. Es wird enthüllt, denn das Bewusstsein hatte die Lösung oder die Vorgehensweise, um die es geht, schon in sich. Jetzt wird es daran erinnert. Je mehr wir also hineingehen, desto mehr spüren wir: Ja, das ist das Thema. Ja, das ist wahr. Ja, das ist es. Es ist eine Entfaltung, eine Enthüllung, die geschieht, wenn wir tiefer und tiefer in uns selbst eintreten. Es geht nicht darum, Informationen von hier und

da zu sammeln und dann mit einem geschwollenen Kopf rumzulaufen. Ein geschwollener Kopf bringt nur Kopfschmerzen. Stattdessen sollten wir ein großes Herz haben, das alles aufnehmen kann und uns die Grundlage für eine Aufwärtsbewegung bietet. Hören wir also nicht auf, uns mit dem Herzen zu verbinden. Das Herz ist unser Zugang zum Allerheiligsten. Aber dort müsst wir dann vertikal aufsteigen.

Nala praktizierte ohne Unterbrechung bei Tag und bei Nacht. In den Lehren sage ich unseren Freunden oft: Am Anfang 3 Mal täglich je 24 Minuten, dann 3 Mal täglich je 48 Minuten und schließlich 3 Mal täglich je 72 Minuten. Auf diese Weise widmet sich ein Pranayama-Schüler den inneren Praktiken, sodass das Ziel, als Seele zu wirken, schließlich Schritt für Schritt erreicht wird. Wenn man keine Übungen macht und nur mit objektiver Arbeit beschäftigt ist, ändert sich unsere Natur nicht, unsere Gedankenmuster ändern sich nicht, unsere Sprachmuster ändern sich nicht, wir sprechen ohne Magnetismus, und unsere Arbeit hat auch keine Ausstrahlung. Sie ist einfach nur mühsam und anstrengend und entsprechend ermüdend. Aber je mehr wir innerlich arbeiten, desto mehr Kraft bekommen wir, sodass wir nach der Arbeit nicht erschöpft sind. Wir werden in vielerlei Weise kompetenter bei der Arbeit und können sie qualitativ verbessern. Somit können wir ganz verschiedene Aufgaben übernehmen, die alle für die Gesellschaft bestimmt sind und finden dennoch Zeit, uns mit unserem Inneren zu verbinden. Auf diese Weise war *Nala* Tag und Nacht beschäftigt.

Als der König sah, wie *Nala* bzw. *Bahuka* arbeitete, schickte er zwei Berichterstatter zur Supervision, die seine Arbeit begleiten sollten - nicht als Spione, sondern als Unterstützung für *Bahuka*. Ein Lehrer hält nichts davon, seine Schüler auszuspionieren. Es ist ein schmutziges Spiel, das in der Welt gespielt wird, wenn Menschen überall ihre Spione und Informanten haben, um zu sehen, was der andere tut.

Nun, der König schickte also zwei Beobachter, um sich einen Überblick zu verschaffen, wie *Bahuka* agierte. Der eine heißt *Varshneya*, der andere *Jeevala*. Sie sind die Schüler, denen der Lehrer vertraute, d. h. Ältere, die den Überblick behalten, anleiten und bei Bedarf unterstützen können. Die Arbeit des *Jeevala* bestand darin, die Arbeit von Pranayama, Pratyahara und Dharana im Stillen zu unterstützen. Er unterstützte auch das Feuer der Aspiration und zudem, dass *Bahukas* Körper gesundheitlich intakt blieb. Die vier Elemente - Luft, Feuer, Wasser und Materie - müssen im Körper in das richtige Verhältnis gebracht werden, wozu die richtige Nahrung beiträgt. *Bahuka* wusste, was angemessene Nahrung war und aß nicht alles und jedes. Er aß in der richtigen Menge und er nahm reine Nahrung zur richtigen Zeit mit der richtigen Einstellung zu sich, aber *Jeevala* sorgte dafür, dass die Nahrung gut verdaut und allen vier Elementen gleichermaßen im richtigen Verhältnis zugeführt wurde, denn wenn Luft, Feuer, Wasser und Materie nicht im richtigen Verhältnis aufeinander abgestimmt sind, kann man nicht aufsteigen. Bei den meisten Menschen ist die Materie aufgrund ihrer Emotionen schwer, das Wasser ist in Aufruhr und die Gedanken überschlagen sich, sind so schnell, dass sie nicht mehr zu kontrollieren sind. Das führt zu vielen Sorgen, Irritationen, Unruhen usw. Nur Luft kann die Dinge in Ordnung bringen, denn Luft kommt aus Akasha - von Akasha → Luft → Feuer → Wasser → Materie.

Durch die Praktiken des Pranayama können wir mit Hilfe der Luft das Feuer des Denkvermögens in eine richtige Ordnung bringen, wir können die Emotionen und auch die Materie im Körper regulieren. Daher ist Pranayama grundlegend, um die vier Elemente in uns zu stabilisieren, was im Übrigen an einer guten Darmentleerung und Urinausscheidung zu erkennen ist. Wenn man kein ordentliches Verdauungssystem hat, muss man sich darum kümmern, denn es ist ein Warnsignal des Körpers, dass die Materie bzw. das Wasser nicht gut reguliert ist. Alle unsere Krankheiten sind auf eine Fehlregulierung von Feuer, Wasser und Materie zurückzuführen, die sich dann auch auf die Funktion der Atemwege auswirkt - wenn Feuer, Wasser und Materie gestört sind, stören sie auch die Luft. Nichts zu wissen und sich in irgendwelche Praktiken zu stürzen, ist sinnlos. Die Luft sollte in uns rhythmisch arbeiten, die Gedanken sollte zu steuern sein, die Emotionen herausgefiltert und in Hingabe und Engagement umgewandelt und die Materie leicht gehalten werden. Unser Körper sollte uns niemals schwer erscheinen. Er mag schwer aussehen, aber wenn er uns schwer vorkommt, bedeutet das, dass wir bestimmte Änderungen vornehmen müssen. Unser Körper darf uns nicht

schwer vorkommen, wir sollten nicht Emotionen verfallen und unsere Gedanken sollten sich ohne unsere Zustimmung nicht verselbständigen.

Welche Möglichkeiten der Selbst-Regulierung haben wir? Es ist die Arbeit mit der Luft, die eine Beruhigung des Systems bewirken wird. Wir werden einen Körper haben, der voll mit unseren Praktiken kooperiert. *Jeevala* wird im Veda auch 'Vaishvanara' genannt. Deshalb gibt es in Indien vor dem Essen die Praxis "**Aham Vaishvanaro bhutva praaninaam dehamashritaha pranaapana samaayuktaha pachaamyannam chaturvidham**" zu rezitieren.¹ Dies ist eine Sloka in der Bhagavad Gita. Grob umrissen bedeutet diese Sloka: "In der Form von Vaishvanara, dem Feuer der Verdauung, Sorge ich dafür, dass die vier Arten von Devas in dir, die die vier Elemente in dir regulieren, in Ordnung gebracht werden, indem ich die Energie der Nahrung in all diese vier Schichten deines Körpers verteile."

Bahuka praktizierte dies und übte auch das andere - wenn er das Brauenzentrum erreicht hatte, suchte er von dort aus die Verbindung mit dem Ajna, von wo aus er sich die Sonnenstrahlen vorstellte, die zu ihm kommen, weil er nicht zur Sonne aufsteigen kann. Die Sonnenstrahlen bilden eine Brücke zu uns. Keiner kann zur Sonne gehen. Wenn die Sonnenstrahlen eine Brücke bauen, nennen wir das die 'höhere Brücke'. Dann sind wir in der glücklichen Lage, die Sonne zu erreichen. Als *Meister EK* das versuchte, kam *Meister CVV* und vertraute ihm einige Aufgaben an. Wir wissen, dass es in Cordoba, in Spanien, einen Bruder gibt, der mit dem Sonnenlicht in Verbindung stand. Auch er wurde von *Meister CVV* besucht und dies hat ihn zu den richtigen Praktiken geführt. Ich kenne einen Gelehrten, einen sehr kenntnisreichen Mann. Als er es versuchte, schaltete sich *Meister CVV* ein und sagte: "Solange du dein verpflichtendes Karma nicht erfüllt hast, kannst du nicht weiterkommen. Es ist besser, du erledigst das jetzt und kommst dann wieder, und ich werde dich führen."

Auf diese Weise werden aufrichtige Aspiranten dem Entwicklungsstand ihres Bewusstseins gemäß geführt. Der Lehrer ist dann zur Stelle, wenn der Schüler bereit ist und führt ihn von dort aus, wo er sich befindet, zur nächsten Stufe seiner Evolution.

Bahuka hat also regelmäßig mit Pranayama gearbeitet und dabei das Brauenzentrum erreicht und sich von dort aus mit dem Ajna, welches das höhere Sonnenzentrum ist, verbunden. Wir wissen, dass die Sonne der Herrscher des Löwen ist, aber die Sonne ist auch im Widder erhöht. Sonne und Löwe sind goldenes Licht, die erhöhte Sonne ist diamantenes Licht. Diamantene Strahlen gelangen bis zu unserem Brauenzentrum.

Für den zweiten Teil übernahm *Varshneya* die Supervision und für den ersten Teil - der Arbeit mit Pranayama, Pratyahara, Dharana - war *Jeevala*, dessen anderer Name *Vaishvanara* ist, zuständig.

Varshneya beobachtete, dass *Nala* bzw. *Bahuka* immer unruhiger wurde. Er beobachtete außerdem, dass er etwas bekümmert war und dieser Kummer zog ihn hinunter. Das bemerkte *Varshneya*. Traurige Menschen können keine höheren Ebenen erreichen, Kummer gehört zu den niederen Ebenen.

Nachdem *Varshneya* beobachtet hatte, dass *Bahuka* zur Verbindung mit der Sonnenscheibe im Ajna zwar in der Stirn verweilte, aber häufig gestört wurde und abfiel, ging er nach einiger Zeit auf ihn zu und sprach ihn an: "Ich habe dich beobachtet. Woran leidest du?" *Bahuka* wollte sich nicht outen und so sagte er: "Weißt du, in meiner Kindheit habe ich in einem Theaterstück mitgespielt, in dem ich die Rolle eines Mannes gespielt habe, der seine Frau urplötzlich verlassen und sich unverantwortlich gezeigt hat. Diese Szene kommt mir immer wieder in den Sinn. Ich habe es nicht gut gemacht, deshalb kommt es mir wieder in den Sinn."

Genau so werden auch wir uns an all die Dinge erinnern, die wir im Leben nicht gut gemacht haben, und es bereuen. Weil das Gewissen in uns inzwischen so weit geschärft ist, können wir selbst verschiedene Bereiche erkennen, in denen wir nicht gut gehandelt haben, sei es im Umgang mit

¹ Die einen lesen sie, wissen aber nicht, was sie bedeutet und viele andere lesen sie erst gar nicht. Aber wenn man weiß, was man sagt, hat man eine bessere Orientierung. Die Leute praktizieren es auch gerne aus einer Mode heraus, um damit zu suggerieren, dass sie etwas besser wissen als die anderen.

Geld, mit Freunden, Verwandten, unserem Ehepartner oder mit unseren Kindern. Schließlich ist das ganze Leben die Wissenschaft der Beziehung, und auch die ganze Weisheit ist die Wissenschaft der Beziehung. Was ist Pi (π)? π ist ein Symbol für die perfekte Beziehung. Die beiden Säulen, die oben (auf den höheren Ebenen) miteinander verbunden sind, vermitteln das Wissen, das durch die Zwillinge (II) kommt, dem Zeichen, in dem die Menschheit initiiert wird.

Wir müssen die richtige Beziehung zu jedem anderen Wesen entwickeln, ohne die man die Seele nicht erreichen kann. Die richtige Beziehung ist ganz wesentlich und wird z. B. auch Bruderschaft genannt. Alle Wesen stammen von der gleichen Quelle ab. Den anderen als Bruder zu sehen, ihn als Gleichen zu behandeln, ihm ein Lächeln schenken und ohne etwas zu erwarten das Wenige für ihn zu tun, was man tun kann, baut die richtige Beziehung auf. Im Umgang mit einem anderen Menschen geht es um eine feine, zarte Tätigkeit des Herzens. Im Allgemeinen sind die Menschen in ihrem Umgang mit anderen eher grob. Mit einem anderen Wesen sollten wir wie mit einer Blume umgehen. An der Art, wie wir eine Blume anfassen, zeigt sich, wie zart unsere Energie ist. In den Händen mancher Menschen verwelkt eine Blume sehr schnell. In den Händen anderer Menschen bleibt sie unbeschadet. Das ist die Energie. Diese Energie müssen wir ausstrahlen, wenn wir mit anderen Menschen in Beziehung treten. Nehmt euch selbst nicht so wichtig. Die Menschen, denen ihr begegnet, sollten das Gefühl haben: "Oh, das ist jemand, mit dem ich immer wieder zu tun haben möchte". Oft möchten die Menschen anderen auch aus dem Weg gehen, nach der Devise: wenn dieser oder jener kommt, laufe ich lieber schnell weg. Wir dürfen keine Anti-Magneten sein, sondern sollten anziehend wirken auf Menschen, Tiere und auch Blumen. Bei einem Spaziergang durch einen Park sollten nicht nur wir uns an den Blumen erfreuen, sondern auch die Blumen sollten spüren: "Oh, das ist ja ein netter Mensch, der da in meinem Garten ist." Sie alle haben ein Bewusstsein und das gilt auch für die Tiere. Unsere Haltung ändert sich, wenn wir in unserem Bewusstsein gegenüber Tieren, Pflanzen und Menschen wachsen.

Nala bzw. *Bahuka* war jetzt an dem Punkt, an dem er von sich selbst total enttäuscht und voller Reue war. Warum hatte er seine Frau verlassen? Sie wollte ihn nie verlassen. Sie hatte sogar ihren Sari mit ihm geteilt, um ihn zu schützen und gesagt: "Verlass mich nicht. Dieser Gedanke an sich ist schon falsch. Du wolltest dich mit der göttlichen Dimension verbinden und dich als Seele erfahren. Ich habe mich dir angeschlossen und du hast dich mir angeschlossen, um die Seele und die Überseele zu realisieren. Deine Schwierigkeiten stören mich nicht, d. h. ich sehe sie nicht als Hindernis für unser Zusammensein. Es wird weitergehen, mach dir keine Sorgen um mich. Lass uns zusammen weitergehen." Aber aus einer emotionalen Befindlichkeit heraus - weil er Angst hatte, dass sie wegen ihm viel mehr Schwierigkeiten haben würde als ohne ihn -, hatte er sie ohne ein Wort verlassen. Es war für sie nicht einfach gewesen, ihren Weg zu finden und doch setzte sie ihre Praxis fort und führte ihre Übungen ungehindert aus. Nun ist auch er an einem Punkt angelangt, an dem er ebenfalls praktizierte, aber da er nun viel offener war, konnte er sehen. Gesegnet sind diejenigen, die ihre Fehler sehen können.

Bitte denkt immer daran: Selig sind diejenigen, die ihre Fehler erkennen und die notwendigen Korrekturen vornehmen können. Ein Eingeständnis allein ist nicht genug. Ihr müsst auch die notwendige Korrektur in eurem Verhalten vornehmen. Eingeständnis und Reue ist auch ein Feuer. Reue führt dazu, dass man etwas wiedergutmacht, berichtigt, bereinigt und vorwärts geht. Wir können über unsere Fehler nicht einfach hinweggehen, denn ALLES wird aufgezeichnet, und nichts wird übersehen. Es gibt für jeden Menschen eine Aufzeichnung in der Akasha. Man kann die Welt hinters Licht führen, aber nicht das eigene Gewissen überlisten. *Nala* bzw. *Bahuka* litt unter seinem Fehler. Er konnte sich nicht wirklich erfüllen, wenn er nicht die ganze Situation wieder in Ordnung brachte.

Varshneya erkannte die Situation. *Jeevala* war mit *Bahukas* Arbeit von Pranayama, Pratyahara und Dharana zufrieden, aber *Varshneya* war nicht zufrieden. "Oh, dieser Mann hat immer noch etwas Karma. Ich sollte ihm helfen, es zu neutralisieren, es zu klären und dafür zu sorgen, dass es geschehen kann."

Damayanti setzte also ihre Praktiken ohne Schwierigkeiten fort, weil ihr Bewusstsein rein war, und sie wartete darauf, dass *Nala* sich ihr wieder anschloss. Davon war sie zutiefst überzeugt und ihre Praktiken wurden nicht behindert.

Aber *Bahuka* bzw. *Nala* hatte ein schlechtes Gewissen, weil er seine Lebensgefährtin abrupt verlassen hatte und immer dann, wenn er sich mit der Sonnenscheibe verband, tauchte dieses Schuldgefühl auf. Das Gewissen musste bereinigt werden.

Die beiden Freunde informierten den König über den Stand der Dinge. Wenn *Nala* nicht mit *Damayanti* und *Damayanti* nicht mit *Nala* zusammenkommt, wird *Nalas* Leben nicht erfüllt sein. Das war die Situation: Die Frau praktiziert, der Mann praktiziert in dem Sinne, dass die menschliche Natur und die göttliche Natur im Jünger sich nacheinander sehnen. Wer ist im Unrecht? Es ist nicht die göttliche Natur, es ist die menschliche Natur, die einen Fehler gemacht hat und deshalb warten muss. Sie muss ihn berichtigen. Das ist der Punkt, an dem ein Lehrer, der die Zeitdimension im Blick hat, Maßnahmen einleitet.

Wir werden uns nächste Woche mit dieser Geschichte befassen, denn es handelt sich um eine Bewegung in Richtung einer Lösung, die zum Ende der karmischen Bedingtheiten führt.

Ich danke euch allen für euer geduldiges Zuhören. Es ist mir eine Freude zu sehen, wie ihr mit gespannter Aufmerksamkeit zuhört. Das ermutigt einen Lehrer und hilft auch dem Lehrer, durch solche Belehrungen Energie zu gewinnen. Noch einmal, ich danke euch.

Namaskaram