

Die Spiritualisierung der Nahrung



Vortrag von K. Parvathi Kumar

Visakhapatnam, Januar 1989

Nur für den internen Gebrauch

Man bereitet sich auf die Zubereitung des Essens vor. Die Person, die das Essen zubereitet, sollte diese Pflicht nur ausführen, wenn sie sich in einem gelassenen Gemütszustand befindet. Das ist die erste Bedingung. Das Denkvermögen sollte sehr ruhig und ausgeglichen sein, wenn wir Essen zubereiten. Wenn wir besorgt oder angespannt, ärgerlich oder in niedergeschlagener Stimmung sind, sollten wir kein Essen zubereiten. Mentale Ruhe ist sehr wichtig, wenn wir uns mit der Zubereitung des Essens befassen, weil die Person, die kocht, nicht nur die Lebensmittel kocht, sondern auch ihre Gedanken in das Essen hineingibt. Die Gedanken des Koches werden mitgekocht. Wenn man seine Gedanken in die Speisen geben kann, ist dies eine gute Gelegenheit, positive Gedanken einfließen zu lassen. Wir können vollkommen die Energien der Liebe anrufen und dementsprechend uns der Zubereitung des Essens widmen. Wir können gute Musik beim Kochen hören, uns Christus ins Gedächtnis rufen oder ihn verehren. Es gibt in Indien Leute, die beim Kochen von Krishna singen. Sie singen beim Kochen die ganze Zeit alle möglichen Lieder von Krishna. Es gibt in Indien auch Leute, die beim Kochen den Namen des Herrn innerlich singen.

Wenn man an den Namen des Herrn denkt, zerstreuen sich die anderen Gedanken. Das Denkvermögen ist so beschaffen, dass es augenblicklich, wenn wir es auf irgendetwas richten, dieses wird. Wir haben dies gestern oder vorgestern gelernt. Wenn wir unser Denken auf etwas richten, wird es dieses Etwas. Es handelt sich also um eine Qualität des Denkvermögens. Wenn wir es nun auf den Herrn richten, bleibt es dort auch haften. Es gibt also eine positive Anwendung des Anhaftens. Anstatt irgendwo anzuhängen, kann man das Denken auf den Herrn richten, und dort bleibt es dann haften. Zu diesem Zweck singen die Leute beim Essenkochen den Namen des Herrn. Die ältere Generation, wie z. B. meine Mutter, pflegte jedes Reiskorn herauszunehmen und Sri Ram zu singen. Sri Rama ist der Name des Weltlehrers im Treta Yuga. Bei jedem Reiskorn, das sie herausnahmen, sangen sie: Sri Ram, Sri Ram, Sri Ram ... Indem sie an den Namen des Herrn im Herzzentrum dachten, nahmen sie den ganzen Tag über Reiskörner heraus, welche dann zum Kochen verwendet wurden. Durch das Berühren mit den Fingern und durch das Äussern des Namens wurde der Reis magnetisiert.

Durch diese Methoden werden göttliche Schwingungen um die Person herum, die kocht, geschaffen, und mit diesen Schwingungen berühren wir die Lebensmittel. Auf diese Weise können wir Christus, welcher der Liebesaspekt ist, immer im Herzen bewahren, so dass viel Liebe in das Essen hineingegeben werden kann.

Eine andere wichtige Information: jeder Eingeweihte ist ein guter Koch. Ein Eingeweihter kocht nicht des Geschmackes wegen, sondern weil Er, wenn Er kocht und anderen das Essen reicht, dadurch die Schwingungen der Liebe verteilt, da er viel Liebe in das Essen hineinkocht. Der Eingeweihte Sai Baba pflegte bei der Essenzubereitung anstelle eines Rührlöffels seine Hand zu benutzen. D. h. beim

Kochen von Reis oder Suppen rührte Er alles mit seiner rechten Hand um, ohne dass Er sich dabei verbrühete. Er befand sich in einem Stadium der Liebe, in dem nichts anderes als Liebe erlebt werden kann. Wenn solch ein Essen ausgeteilt wird, heilt es vielschichtig. Es heilt auf der mentalen Ebene, es heilt auf der Ebene der Sinne, und es heilt auf der physischen Ebene. Der wichtigste Faktor bei jeder Essenszubereitung ist also der Koch selbst. Wenn er beim Kochen ausgeglichen, in keiner Weise irritiert, ärgerlich oder ängstlich ist, dann ist der erste und fundamentale Schritt getan. Wenn der Koch ängstlich oder unruhig ist, wird er viel Unruhe oder Angst in das Essen hineinkochen. Und die Menschen, die dieses Essen zu sich nehmen, werden nervös, ohne zu wissen warum. Der erste wichtige Faktor beim Kochen ist also der Koch, und von jedem Spiritualisten wird erwartet, dass er kochen lernt. Niemand ist ein Eingeweihter, wenn er nicht kochen kann. Das ist ein Aspekt.

Der zweite Aspekt sind die zu kochenden Materialien, die Lebensmittel. Wenn wir sie nach Hause bringen, müssen sie gereinigt werden. In Europa ist der hygienische Standard hoch. Die Lebensmittel sind alle sauber und gut in Plastiktüten verpackt, so dass sie eigentlich gleich gegessen oder zubereitet werden könnten. Mit Waschen oder Reinigen meine ich jedoch die Reinigung der Schwingungen. Im Supermarkt z. B. sind die Lebensmittel alle von kommerziellen Schwingungen umgeben und durchdrungen. Aus diesem Grunde müssen sie gewaschen werden, wenn wir sie nach Hause bringen. In Indien säubert man die gekauften Lebensmittel sofort mit Wasser, und erst dann bewahrt man sie im Kühlschrank oder Vorratsraum auf. Durch Wasser kann jede Unreinheit auf ätherischer Ebene wieder gesäubert werden. Wenn wir uns duschen, wird auch unser Ätherkörper gereinigt. Wir waschen oder duschen uns morgens und abends nicht deshalb, weil wir schmutzig sind oder sich auf unserem Körper Staub angesammelt hat, sondern weil sich auf unserer Denkebene viel Staub angesammelt hat. Wir reinigen also durch Duschen die Gedankenebene. So ist es auch mit Obst und Gemüse, das im Handel mit Geschäftsleuten in Berührung kommt, wodurch es seine kommerziellen Schwingungen erhält. Wenn wir es ungewaschen essen, bekommen wir kommerzielle Gedanken. Das ist keine normale Sache. Es handelt sich hierbei um eine völlig andere Dimension. Nur wenn wir an Schwingungen glauben, haben all diese Prinzipien einen Zweck. Wenn wir darüber in Unwissenheit und Unkenntnis sind, ist alles in Ordnung. Also ist ein anderer Aspekt das Reinigen der Dinge, sobald sie ins Haus kommen.

Der dritte Aspekt ist, dass man nicht erlauben sollte, dass andere die Lebensmittel berühren, die nicht denselben Schwingungsgrad aufweisen, weil man sich bemüht, allen ein gutes Essen zu servieren. Und wenn sich die Personen, die das Essen zubereiten, sehr in ihren Schwingungen unterscheiden, dann werden sich die Schwingungen vermischen.

Normalerweise mögen diejenigen, die in Indien nach der Tradition leben, keinen fremden Koch einstellen, weil dieser der Familie gegenüber gleichgültig ist. Angenommen, ich stelle für uns alle einen Koch oder eine Köchin ein. Er oder sie würde wegen des Verdienstes arbeiten, ohne Liebe und ohne ein Gefühl der Zugehörigkeit. Es zählt nur das Geld. Auch wenn wir für unsere Familie, die aus vier bzw. sechs Mitgliedern einschl. Mutter und Shiva besteht, wegen der grösseren Erleichterung einen Koch einstellen würden, würde dies bedeuten, dass er gleichgültig und ohne Liebe kochen würde.

Aus diesem Grunde werden in traditionellen Familien im allgemeinen keine Köche eingestellt. Wenn aber ein Koch eingestellt werden soll, wird man eine sehr sorgfältige Auswahl treffen. Der Koch sollte sich in die Familie integrieren. Er sollte für die Kinder Teilnahme empfinden, weil diese es brauchen, dass ihnen viel Liebe gegeben wird. Und er sollte auch für den Hausherrn und für die Dame des Hauses mitempfinden. Doch nur eine Mutter kann viel Liebe mit dem Essen kochen. Andere können nicht so viel empfinden. Wenn Kumari etwas für Shekhar oder Santhi zubereitet, tut sie es voller Liebe. Sie weiss, was sie mögen. Sie weiss, was ich mag. Wenn also etwas mit Liebe und dem Gefühl der Zugehörigkeit gekocht wird, dann wird es viel Gutes auf der Schwingungsebene bewirken. Wenn wir diese Dimension der Essenszubereitung verstehen, können wir ermessen, was geschieht wenn wir in einem Hotel oder in einem Schnellimbiss essen oder uns Fertiggerichte kaufen und diese essen. Wir wissen weder, wer gekocht hat, noch welche Art des Denkens der- oder diejenige beim Kochen hatte oder welche Schwingungen die Nahrungsmittel haben, da sie mit so vielen Leuten in Berührung kamen, bevor sie uns erreichten.

Wir alle achten auf unsere Schwingungen. Wir möchten die Dinge reinerhalten. Wir möchten den Körper rein erhalten. Wir möchten die Umgebung rein halten. Wir möchten im Denken Gleichmut bewahren. Für all diese Dinge leistet die Nahrung einen grossen Beitrag. . Wenn man eine Speise gegessen hat, die von neiderfüllten, misstrauischen Menschen zubereitet worden ist, werden wir uns sofort nach dem Essen unwohl fühlen. Als Ursache dieser Nachwirkung werden wir vielleicht analysieren, dass die Qualität des Essens nicht gut war, es vielleicht am Öl lag oder wir zuviel assen. Das alles sind die physischen Faktoren. Aber darüber hinaus sind die Energien massgebend, die in das Essen hineingekommen sind. Selbst wenn das beste Essen serviert wird, wird man, obwohl die Qualität der Nahrung nahrhaft ist, dies anders empfinden, wenn die Person, die gekocht hat, voll Neid oder verärgert ist.

Als Kind kannte ich einen Mann, der aus einem Ashram kam. Als er in unser Haus kam, wollte er sich vergewissern und die Person sehen, die das Essen kocht. Er verlangte von meinem Vater, ihm die Person zu zeigen, die das Essen kocht. Nachdem er meine Mutter gesehen hatte, war er damit einverstanden, in unserem Hause gekochte Speisen zu essen. Ähnlicherweise gibt es Leute, die mehr über den Koch wissen möchten. Es hört sich töricht an, wenn man es vom modernen Gesichtspunkt aus betrachtet, aber aus der Sicht der Schwingungen hat es eine umfassende Bedeutung.

Angenommen, eine Person ist sehr melancholisch oder zu Hause herrschen sehr viel Sorge und Leid oder ein Familienangehöriger ist gestorben, und die Familie ist in Trauer. Wenn die Person, die normalerweise kocht, sich in einem traurigen Zustand befindet, dann sollte sie nicht kochen. Wenn in einer Familie ein Todesfall eintritt, wird zu Hause überhaupt nicht gekocht, sondern es werden von ausserhalb Lebensmittel besorgt, und ein Koch oder eine Köchin, die davon nicht betroffen ist, gebeten, für uns zehn Tage lang zu kochen. Es ist natürlich, dass unsere Schwingungen negativ sind, wenn wir durch den Todesfall traurig gestimmt sind. Es wird empfohlen, während dieser 10 oder 11 Tage nichts im Hause zu berühren. Es dauert ca. 10 Tage bis wir wieder bessere Schwingungen haben. Wir beschränken uns auf ein Zimmer, ohne dass wir irgendetwas im Haus berühren. Es wird empfohlen, in diesen 10 Tagen Schriften zu lesen. Nach diesen 10 Tagen wird dann ein Reinigungsritual durchgeführt, so dass nach dieser Zeitspanne alles rein ist und wir wieder alles berühren können. So sehr wird im Sinne von Schwingung geplant, weil, wenn wir in guter Stimmung kochen, das eine gute Wirkung auf uns haben wird und wenn wir in einer anderen Stimmung kochen, sich das entsprechend anders auswirken wird.

Auch die Lebensmittel zum Kochen sind von Wichtigkeit, sowie als nächster Aspekt das Geschirr und die Kochtöpfe. Sie müssen ebenfalls sehr sauber und ständig unter dem Einfluss gesunder Schwingungen gehalten werden. Nachdem das Geschirr gewaschen ist, sollten wir es nochmals unter Wasser halten. Nun leben wir in einer schnellen Zeit, aber meine Mutter pflegte das Geschirr, nachdem das Personal es gewaschen hatte, nochmals zu spülen, zu trocknen und dann in ihre Obhut zu nehmen. Nur danach hat sie es wieder benutzt. So wird auch das Geschirr unter denselben Schwingungen gehalten.

Wenn die Köchin morgens in die Küche kommt, ist ihre erste Handlung die Verehrung des Herrn des Feuers, weil das Kochen nur durch den Herrn des Feuers möglich ist. So wird morgens beim Eintritt in die Küche der Herr des Feuers angerufen, und dann sagt man: "Möge alles gut gelingen!" (Let everything be carried out!) Möge alles in Übereinstimmung mit den Anforderungen der Reinheit ausgeführt werden, weil Feuer das reinste der Elemente ist. Das Wasser kann verunreinigt sein. Die Luft kann verunreinigt sein. Aber das Feuer kann nicht verunreinigt sein, weil es brennt. Es verbrennt sogar die Verunreinigungen. Deshalb wird das Feuer mental verehrt, wenn der Ofen angezündet wird. Schalten wir den Gas- oder Elektroherd an, sollten wir dies bewusst tun und dabei den Deva des Feuers, Agni, anrufen. Wir sollten den Herd mit der gleichen Hingabe einschalten, mit der wir eine Kerze anzünden. Danach wird sich das Feuer um die Dinge kümmern. Wenn wir diesen Punkt nicht berücksichtigen, dann haben wir an diesem Tag etwas versäumt. Wenn wir den Herd nicht bewusst einschalten, so haben wir die Tatsache ausser acht gelassen, dass nur unser bewusstes Tätigsein die entsprechenden Energien anruft und erschafft. Wenn wir also den Herd einschalten und Lord Agni, welcher der Herr aller Ebenen ist, anrufen, wird Er erfreut sein, so dass während des Kochens kein

Unfall mit Feuer geschehen wird, weil das Feuer mitarbeitet. Es ist eine Intelligenz. Es dauert lange, bis der Mensch glaubt, dass das Feuer eine grössere Intelligenz als der Mensch ist.

Wenn wir das Feuerritual ausführen - Ihr erinnert euch, dass wir dazu Wasser und einige Reiskörner verwendeten - so kann ich aus meiner Erfahrung sagen, dass sogar wenn es windig ist, euch das Feuer nie berühren würde. Es wird den Ritualisten niemals in eine gefährvolle Situation bringen, wenn er im Wissen, dass Es eine grosse Intelligenz ist, das Feuerritual durchführt. Wenn wir das Feuer nur als eine unpersönliche Sache nehmen, das brennt, weil wir etwas Brennholz in das Feuer gelegt haben, so ist dies ein Verständnis in Unwissenheit. Wenn man das Feuer bewusst anruft, wird es uns niemals Schaden zufügen, sogar dann nicht, wenn man das Feuerritual bei Wind ausführt.

Ich habe das einmal bei einem Feuerritual erlebt, das ich ausführen sollte. Der Platz war so eng, dass zwischen mir und dem Feuer fast kein Zwischenraum war. Jene, die dabei waren, hätten glauben können, dass ich mich verbrennen würde. Aber ich konnte das Feuerritual bis zum Schluss durchführen, und das Feuer gelangte niemals über den Umkreis hinaus, den wir rundherum bestimmt hatten. Wenn ihr in diese Schwingung hineinkommen kennt, wirkt es. Wenn ihr also das Feuer in der Küche bewusst anruft, wird es kooperativ mitwirken. Ihr werdet euch nie verbrennen, noch nicht einmal leicht vom Feuer berührt werden. Wenn sich Menschen durch gedankenloses Berühren heisser Gegenstände ihre Haut verbrennen, so wäre dies nicht passiert, wenn sie das Feuer bewusst angerufen hätten.

Es wird vom Koch erwartet, dass er während des Kochvorgangs fortwährend mit dem Einen Bewusstsein in Verbindung ist. Das geschieht dadurch, dass er es bewusst in sein Denken nimmt oder den Namen des Herrn singt.

Ebenso ist es empfehlenswert, jedem immer sein eigenes Geschirr, den gleichen Teller, dasselbe Glas, usw. und denselben Platz zu geben. So kann jeder die beste Wirkung liebevoller Essenszubereitung erhalten. Wenn es also gute Leiter gibt, ist die Leitung gut. Wenn die Leitung gut ist, kann der Strom leicht fließen. Die fließenden Schwingungen der Liebe, die magnetischen Schwingungen der Liebe können ungebrochen und leicht fließen, wenn der Reinigungsprozess auf jeder Stufe beachtet wird. Aus diesem Grunde wird in den traditionellen Familien des Ostens so viel Wert auf die Befolgung dieser Dinge gelegt.

Nachdem die Zubereitung des Essens abgeschlossen ist, wird es nicht einfach gegessen. Es wird zuerst dem Herrn dargeboten. Es gibt in der Küche einen kleinen Altar und ein Bild des Herrn. Nachdem der ganze Kochvorgang beendet ist, wird das Essen dem Herrn angeboten. Den Vorgang habt ihr kennengelernt in der Anbetung:

OM PRANA YESVAHA OM APANA YESVAHA OM VYANA YESVAHA OM UDANA YESVAHA OM SAMANA YESVAHA.

Es gibt fünf Pulsierungen in uns: Prana, Apana, Vyana, Udana und Samana. PRANA atmen wir ein. Einatmung ist eine, Ausatmung eine andere Pulsierung. Es gibt eine Pulsierung, die von innen nach aussen wirkt und eine, die von aussen nach innen wirkt. Aufgrund der Auswirkungen dieser beiden Pulsierungen bleibt unser Körper im Raum, ohne sich zu überdehnen oder sich zu stark zusammenzuziehen. Versteht ihr das? Von innen gibt es eine Pulsierung, die sich ausdehnt, vom Zentrum zum Umfang hin, und eine andere Pulsierung, die von aussen zum Zentrum wirkt. Dies ist ein Aspekt der Luft. Aus diesem Grunde bleiben wir so in unserer Form. Angenommen, die Pulsierung, die von aussen zum Zentrum wirkt, arbeitet bei uns nicht korrekt, dann werden wir uns fürchterlich ausdehnen, oder umgekehrt, wenn die Pulsierung nicht von innen zum Umfang drückt, dann werden wir zusammengezogen und zerquetscht. Dieser zwei Pulsierungen sind wir uns nicht bewusst, sie wirken jedoch, und wir bewahren unsere Form. Andernfalls wäre die Kraft der Luft so stark, dass sie uns vollkommen verkrüppeln oder erschlagen würde.

Es gibt also eine Pulsierung des Einatmens von PRANA und *eine der* Ausatmung von APANA. Das bedeutet, dass wir Leben aufnehmen und Kohlenstoff nach aussen abgeben, nicht wahr? Wir atmen alle Sauerstoff ein und atmen Kohlendioxyd aus, so dass das Gleichgewicht bewahrt wird. Dann gibt es das

Stossen von innen nach aussen und das Ziehen von aussen nach innen. Dieses Stossen und Ziehen hält den Körper intakt. Dies sind die vier Vibrationen. Wenn diese vier Schwingungen im Gleichgewicht sind, haben wir SAMANA VAYU. Madame Blavatsky schreibt in der 'Geheimlehre' viel über SAMANA VAYU. Dies sind die fünf Pulsierungen. Alle fünf können im Gleichgewicht gehalten werden durch eine Art des Anerbietens für den Herrn. Bevor das Essen an alle ausgeteilt wird, wird der Koch oder die Köchin zuerst dem Herrn etwas anbieten, dem Herrn, der durch eine sinnbildliche Darstellung symbolisch gegenwärtig ist. Und anschliessend wird das Essen an den Herrn in uns allen verteilt. Versteht ihr das? Wenn es uns gegeben wird, wird es nur dem Herrn gegeben.

Das ist die Vor- und Zubereitungsweise, die für ein richtiges Essen notwendig ist. Dann wird es zum Wohle derjenigen, die es essen, serviert. Selbst beim Servieren wird erwartet, dass dasselbe Denken vorherrscht. Wenn man mit Liebe serviert, bleibt der Strom fliessend. Es soll bewusst und mit gleichmütiger Geisteshaltung serviert werden. Wenn das Essen gegeben wird, sollte für die Person, der man serviert, ein Gebet gesprochen werden: Möge es diesem Menschen durch diesen Dienst besser gehen. Möge er oder sie gesunden. Dies ist bewusstes Wirken.

Um die ganze Angelegenheit mit der Natur abzustimmen, sollte der Kochvorgang auf der Süd-Ost-Seite des Hauses ausgeführt werden. Der Süd-Osten ist der Ort des Feuers. Der Osten ist der Ort des Lichts. Durch den Osten erhalten wir Licht. Der Süd-Osten ist der Ort, wo das Feuer regiert, und der Süden ist der Ort, wo YAMA, der Herr des Todes, der Herr der Regulierung, der Herr der Disziplin regiert. Der Süd-Westen ist der Ort des Herrn der Materialisation. Der Westen ist der Ort des Herrn der Gewässer. Der Nord-Osten ist der Ort des Herrn der Luft. Der Norden ist der Ort des Herrn der Herrlichkeit. Der Nord-Osten ist der Ort des Bewusstseins. Der Nord-Osten oder der Osten sollen für Gebet und Gottesdienst (worship) verwendet werden. Alle Meditationen sollen zum Nord-Osten, Osten oder Norden hin ausgeführt werden. Der Norden, der Nord-Osten oder der Osten sind für spirituelle Zwecke. Der Süd-Osten, der Süd-Westen und der Westen sind für die Zwecke, die der physischen Ebene dienen. Durch den Süd-Osten erhalten wir das Feuer, und Feuer ist das Medium des Geistes zur Materie. Deshalb soll die Küche, um auf den Herrn des Feuers ausgerichtet zu sein, im Süd-Osten des Hauses eingerichtet werden, so dass der Koch/die Köchin mit dem Gesicht zum Süd-Osten oder Osten hin kocht. Die Invokation des Feuers geschieht zum Süd-Osten hin, und deshalb wird sich die Küche meistens im Süd-Osten des Hauses befinden. Von dort wird das Essen serviert. Das Essen soll dann mit einem Gefühl der Zufriedenheit und der inneren Freude gegessen werden. Wir sollten nicht essen, wenn wir ärgerlich, ängstlich oder niedergedrückt sind. Während des Essens sollten wir ausgeglichen sein, damit wir die Schwingungen des Essens in uns aufnehmen können.

Wenn das Kochen gemäss diesen Anforderungen durchgeführt wird und wenn die gleiche Haltung beim Essen eingenommen wird, dann ist der Prozess vollständig. Sonst fehlen Verbindungspunkte. Wenn ihr beim Essen nicht in dieser Stimmung seid, dann verliert ihr einen Teil der Schwingungen. Wenn die Person, die serviert, nicht in dieser Stimmung, in diesem Bewusstseinsgrad ist, dann seid ihr vom Bewusstsein abgeschnitten. Wenn das Gemüse oder das Geschirr nicht diesen Reinheitsgrad aufweisen, verlieren wir etwas, und wenn der Koch dieses mentale Niveau nicht besitzt, dann ist alles verloren. Also kann man durch Kochen und Servieren wirklich helfen. Und das Kochen und Speisen wird als ein grosser Akt des Heilens angesehen. Man kann dadurch Menschen heilen. Seid also vorsichtig darin, was ihr esst, wo ihr esst und von welcher Person das Essen kommt.

Bemerkung: Man kann: also jemanden vergiften, ohne Gift in das Essen zu tun?

Darüber gibt es in unseren Schriften viele Geschichten und auch aus jüngster Vergangenheit. Wenn man ein Kind verderben will, kann man das ohne Medizin machen. Durch Gedanken kann man alles aufbauen und zerstören. Die Macht der Gedanken ist so stark, dass man durch positive Gedanken viel für die Gesundheit tun kann und durch negative Gedanken alles zerstören kann. Das ist die Macht des Denkens. Daher müssen wir dem Essen viel Aufmerksamkeit zuwenden. In diesem Zusammenhang ist es natürlich nicht empfehlenswert, in Hotels zu essen oder an reichhaltigen Essparties teilzunehmen. Deshalb sind dies einige der Instruktionen, die im praktischen Okkultismus gegeben werden.

Es muss vieles isoliert werden. So wie ihr z. B. versucht, Wasser zu reinigen und zu filtern und das behandelte Wasser zu verwenden. Ihr kauft in Europa Wasser, nicht wahr, weil das Wasser draussen nicht zum Gebrauch geeignet ist, da es verschmutzt ist. Es gibt auch auf der Denkebene sehr viel Verschmutzung, so dass es auch hier nötig ist, diese Gedankenwelt zu reinigen. Daher wird die häufige Anwendung von Wasser auch für diesen Zweck empfohlen. Der wichtigste Faktor ist, das Denken zu allen Zeiten positiv zu halten. Wenn ihr das könnt, werdet ihr fähig sein, Probleme zu überwinden.

Manchmal werdet ihr ausserhalb essen müssen, weil ihr keine andere Wahl habt. In solchen Situationen essen die Leute im Osten, die Spiritualität praktizieren, Obst. Wenn sie in eine Situation kommen, in der all die erwähnten Erfordernisse nicht gegeben sind, werden sie nur Obst und Wasser bestellen. Sie waschen das Obst mit dem Wasser und essen dann das Obst. Das ist ein Weg. Der zweite Weg ist, rohes Gemüse zu essen, wobei nicht viel Zubereitung nötig ist. Angenommen, ihr kommt in eine Situation, in der ihr etwas Gekochtes essen müsst. Dann könnt ihr das Essen, bevor ihr es zu euch nehmt, spiritualisieren. Das ist die letzte Methode.

Was immer euch angeboten wird, behaltet es auf dem Teller, und betet eine Weile: Dieses Essen ist durch Gottes Willen zu mir gekommen; möge der Herr mein System durch diese Nahrung reinigen, und möge sie sich in mein System integrieren und mir helfen. Es gibt in den Upanishaden und der Bhagavad Gita dafür Slokas, deren Äusserung vor dem Essen empfohlen wird. Sie handeln meistens vom Herrn des Feuers, weil es das Feuer in uns ist, das das Essen verdaut und dann die Energien an das ganze System verteilt. "Das ICH BIN in der Form des Feuers konsumiere das ganze Essen, um den Intelligenzen in mir Energien zu geben." Warum essen wir? Weil wir denken, dass wir unseren Magen fühlen. Aber das ist Unwissenheit.

Es gibt so viele Intelligenzen, die in uns wirken. Ihnen muss Essen dargeboten werden, um sie im Gleichgewicht zu halten, in rechter Energie. Wir bieten die Nahrung den Tausenden von Intelligenzen dar. Essen ist nicht für den Mund, für den Magen. Es ist für die verschiedenen Organe unseres Körpers, die in Tätigkeit sind. Wie fühlen wir den Hunger? Wir denken, dass wir nach zwei oder drei Stunden hungrig sein müssten und fühlen uns hungrig. Wenn wir irgendeine Krankheit haben, fühlen wir den Hunger nicht. Dich hungrig zu machen, ist auch die Pflicht eines Devas. Wir sind so auf uns bezogen, dass wir nicht essen, wenn uns das Hungergefühl nicht angezeigt ist. So wird uns der Hunger von einem Deva gemeldet, weil sich dieser um die anderen Intelligenzen im Körper kümmert. Er wird euch hungrig machen, und ihr werdet essen. Der Herr des Feuers wird dann zur Kenntnis nehmen, dass ihr etwas esst, und Er wird das Essen sehr schnell in Energien umwandeln und diese an die verschiedenen Intelligenzen verteilen. Ein Mensch, der nicht isst oder nicht rechtzeitig isst, begeht grosse Fehler. Es wird sehr empfohlen, zu rechten Zeiten und bewusst zu essen.

In den Schriften lesen wir: "Wann immer Ihr esst, denkt daran, dass Ihr den Devas in Euch Nahrung darbietet." Wenn man mit dieser Denkhaltung isst, wird man nur die erforderliche Menge essen und nicht mehr, weil es so gut schmeckt und auch nicht weniger, sondern nur die Menge, die für die Devas gebraucht wird. Man wird sich angemessen verhalten, wenn man sich daran erinnert, dass das Essen eine Darbringung ist. Die Schriften sagen: "Es ist nichts anderes als ein Feuerritual." Im Feuerritual opfern wir verschiedenen Devas Nahrungsmittel. Der Altar des Feuers ist nichts anderes als der eigene Mund. Wenn wir das Essen in unseren Mund geben, ist es das Feuer in uns, wie das Feuer im Feuerritual, das den Verdauungsprozess beobachtet. Wenn die Verdauung nicht gut ist, bedeutet das, dass das Feuer nicht richtig angerufen wurde. Die Invokation des Feuers lautet folgendermassen:

'I am the Lord of Fire, that forms the food, the taste and hunger. I am assimilated by the four pulsations (Prana, Apana, Vyana, Udana) and I am properly distributed as Samana (the fifth pulsation) to keep the poise of the created being. '

(Ich bin der Herr des Feuers, das die Nahrung, den Geschmack und den Hunger formt. Ich werde von den vier Pulsierungen (Prana, Apana, Vyana, Udana) assimiliert und als Samana richtig verteilt, um das Gleichgewicht der erschaffenen Wesen zu erhalten.)

Das ist ein Sloka aus der Bhagavad Gita, der die Anrufung des Feuers erlaubt, bevor wir essen. Ihr seht, dass dieser Prozess ein bewusstes Wirken ist. Wenn ihr euch daran erinnert, dass ihr jeden Morgen beim Frühstück, bei jedem Mittag- und Abendessen ein Feuerritual ausführt, dann erfahrt ihr, dass das Essen sowie die Wirkung des Essens auf unseren Körper anders ist. Wenn ihr euch daran erinnert, dass der Mund ein geheiligter Altar für das Feuer ist, werdet ihr nicht alle möglichen Dinge hineintun, nicht zuviel Schokolade, nicht zuviel Kaffee. Ihr werdet keinen Alkohol und Tabak konsumieren. Da es ein geheiligtes Feuer ist, könnt ihr keine unerwünschten oder unreinen Dinge hineingeben.

Es erfordert mehr Feuer, um das alles aus dem Körper zu entfernen. Wenn wir verantwortungslos sind, erlaubt das Feuer, dass sich die Unreinheiten in uns anhäufen. Und irgendwann werden wir darunter zu leiden haben. Jeder von uns hat den Altar des Feuers im Mund. Er wird der Mund des Herrn des Feuers genannt. Es ist nicht unser Mund. Der ganze Körper ist gottgegeben. Er ist ein schönes Haus, in sieben Etagen gebaut. Es ist ein schönes, siebenstöckiges Haus mit vielen elektronischen Systemen im Innern, mit hochentwickelten Systemen, das uns nur gegeben wurde, um darin zu leben. Wir brauchen keine Miete zu zahlen. Aus Liebe zu den Seelen hat der Herr so hochentwickelte Maschinen bereitet und uns zur Verfügung gestellt, damit wir unser Leben gestalten können. Mit diesem Wissen werden wir nicht verantwortungslos mit unserem Haus umgehen. Wir haben also Verantwortung beim Essen, beim Kochen und beim Servieren. Wenn diese drei Verantwortlichkeiten berücksichtigt werden, sind die drei Aspekte der Essenszubereitung erfüllt. Der Koch trägt Verantwortung. Der Servierer trägt Verantwortung. Die Person, die isst, trägt Verantwortung. Wenn in allen drei Fällen bewusstes Handeln vorliegt, dann ist der Nahrungsaspekt gut erfüllt.

Das Essen, das übrigbleibt, wird für die Tiere oder Pflanzen (Kompost) verwendet und nicht in den Mülleimer geworfen. Die Arbeit wird vollkommen ausgeführt sein, wenn das übriggebliebene Essen anschliessend den Tieren gegeben oder es armen Leuten angeboten wird, die kein Essen haben.