

Vortrag von Meister KPK Zum Merry Life Day (Tag des fröhlichen Lebens)

Sonntag, 26. Juli 2020

(Diese Abschrift der deutschen Simultan-Übersetzung ist nur für den internen Gebrauch bestimmt. Der Text ist von *Meister K. Parvathi Kumar* nicht auf mögliche Fehler geprüft worden.)



Video:

<https://www.youtube.com/watch?v=isXtXrwgga4&list=PLsH2l6BIGH3ZW30s9njm8R1-ViXtjJive>

Bedeutung des 26. Juli, dem Tag des fröhlichen Lebens

Herzliche brüderliche Grüße an alle Brüder und Schwestern, die zusammengekommen sind, um diesem Vortrag zuzuhören.

Meister CVV erklärte den 26.07. zum 'Tag des fröhlichen Lebens'. Heute ist der Tag, an dem der Meister im Jahr 1910 in der Lage war, die kosmische, die solare und die planetarische Kundalini miteinander zu verbinden und dann diese Kundalini mit jedem Aspiranten zu verbinden, der sich durch den Klang CVV mit dem Wassermannzeitalter verbindet. Das war eine große Errungenschaft in Bezug auf die Energien, die in ihn im März 1910 herabgekommen sind, davon wisst ihr alle. Am 30. März 1910 empfing er den Einstrom der kosmischen Energie, die er vom 29. Mai an verteilte. Diesen Tag nannte er den 'May-Call-Tag' und am 26. Juli konnte er die Energien benutzen, um das pranische Prinzip auf allen drei Ebenen mit der Kundalini jedes einzelnen Aspiranten zu verbinden. Dies geschah zum ersten Mal so, um eine schnellere Entwicklung der Menschheit und auch der anderen Naturreiche auf dem Planeten zu ermöglichen.

Heute ist also ein sehr wichtiger Tag, den man sich ins Gedächtnis rufen muss, und es ist auch ein Tag, um *Meister CVV* zu ehren und das pranische Prinzip im Kopf, im Oberkörper und auch im Unterkörper zu spüren. Das sind die drei Ebenen im Menschen in Bezug auf die kosmischen, solaren und planetarischen Energien. Deshalb dachte ich, es sei gut, alle Gruppen heute

anzusprechen, sodass wir die Einführung erhalten, um die Türen des Lebens vom Muladhara bis zum Sahasrara zu öffnen. Wir haben Knotenpunkte für das Prana, die in allen sieben Zentren unseres Körpers existieren, wobei das Herz das Hauptzentrum für die Lebensprinzipien ist. Die Energie, die *Meister CVV* zuführt, ermöglicht die Verbindung des pulsierenden Prinzips, das im Muladhara arbeitet, mit dem pulsierenden Prinzip, das im Herzzentrum arbeitet. Das ist die erste Verbindung.

Die zweite Verbindung ist, dem pulsierenden Prinzip zu ermöglichen, sich weiter mit dem Ajna zu verbinden und dann gibt es eine dritte Verbindung vom Ajna zum Sahasrara.

Durch diese drei Verbindungen wird es uns ermöglicht, uns in die Umgebung auszubreiten. Das ist beabsichtigt durch unsere Arbeit mit der Lebenskraft auf dem Yogapfad. Wir sollten wissen, dass wir als Seelen durch das Lebensprinzip, das pulsiert, verbunden sind mit unseren Körpern - mit dem Kausalkörper, mit dem subtilen Körper und mit dem physischen Körper. Deshalb existiert das Lebensprinzip auf der physischen Ebene, auf der subtilen Ebene und auch auf der Kausalebene und es kommt von dem Jenseits herab. Die okkulte Aussage lautet: „Alles ist Leben“. Die Lebewesen befinden sich im Leben und das Leben ist auch in den Lebewesen. Das Leben ist in uns, und das Leben ist um uns herum. Das Leben ermöglicht, uns mit den Körpern zu verbinden, die die Seele auf der Kausalebene, auf der subtilen Ebene und auf der physischen Ebene hervorbringt.

Die Seele hat neben dem Lebensfaden noch einen weiteren Faden und zwar den Bewusstseinsfaden. Das sind die zwei Fäden, durch die wir im Leben aktiv sind. Der Bewusstseinsfaden ermöglicht uns, die Aufgaben und Ziele unseres Lebens zu erfüllen. Der Lebensfaden ermöglicht uns, uns immer und zuverlässig im Körper zu halten, sodass wir die Aufgaben und Ziele erfüllen können. Die Lebensaktivität und die Aktivität des Bewusstseins in uns sind voneinander abhängig. Das eine kann das andere erheben, das eine kann auch das andere herunterziehen.

Die Bewusstseinsaktivität nennt man die intelligente Aktivität, im Sanskrit wird sie 'Prajñā' genannt. Es gibt

- Prajñā, das ist unser Bewusstsein und es gibt auch
- das pulsierende Prinzip, das ist unser Leben, und das Lebensprinzip wird 'Prana' genannt.

Prana und Prajñā zusammen bilden die Seele, deshalb wird die Seele eine 'pulsierende Bewusstseinsseinheit' genannt. Und es gibt zwei wichtige Ströme, die von der Seele ausgehen - als Bewusstsein und als Leben. Mit dem Leben können wir aufsteigen, mit dem Bewusstsein können wir aufsteigen. So lässt uns der Yoga aufsteigen, indem wir uns mit einem der beiden Prinzipien verbinden. Wenn das Bewusstsein sich mit dem Leben verbindet, können beide gemeinsam aufsteigen. Die Vereinigung von beiden ermöglicht einen yogischen Zustand.

Wenn das Bewusstsein und das Leben, d.h. wenn die Lebensaktivität und auch die Bewusstseinsaktivität in uns miteinander in Harmonie sind, dann erblüht das Leben und das Bewusstsein bewegt sich mit größerer Geschwindigkeit. Ein schwaches Lebensprinzip zieht das Bewusstseinsprinzip herunter, und wenn das Bewusstsein am Boden ist, dann zieht es auch das Leben herunter. Das sind die beiden Zwillinge, die als einer existieren, und wir nennen es 'Atman' oder 'die individuelle Seele'.

Wir müssen also wissen, wie das Leben in uns funktioniert und solange das Leben nicht heiter und fröhlich gelebt wird, können wir nicht wirklich etwas erreichen. Deshalb ist 'das fröhliche Leben' eine Botschaft, dass wir immer Heiterkeit und Fröhlichkeit bewahren sollen. Wir müssen den ganzen Tag über heiter und fröhlich bleiben - soweit wie möglich. Wenn ihr sehr ernst, sehr angespannt, sehr besorgt, sehr gereizt seid oder wenn ihr niedergedrückten Gedanken nachhängt, wenn ihr düster gestimmt seid oder euch der Umgebung gegenüber übel gelaunt zeigt, dann drückt ihr damit auch das Lebensprinzip herunter. Die Negativität in den Gedanken zieht die Lebensenergie herunter. Das Positive in den Gedanken zieht die Lebensenergien nach oben. Deshalb sprechen die Seher aller Zeiten davon, dass man ein Lächeln auf dem Gesicht haben sollte, jederzeit. Fröhlich und heiter zu sein, ist eine wichtige Qualität für jeden, um Fortschritte zu machen und auf dem Pfad des Lichts oder auf dem Pfad der Jüngerschaft, der auch der Yogapfad

genannt wird, gilt dies umso mehr. Eine Person, die nicht lächeln kann, kann nicht viel erreichen. Das Leben erblüht da, wo es Heiterkeit und Frohsinn gibt. *Meister Djwhal Khul* sagt in seinen Schriften: „Heiterkeit oder Frohsinn ist eine spezielle Weisheit.“

Fröhlich zu sein bedeutet, dass wir schon eine gewisse Weisheit, eine gewisse Zufriedenheit haben. Nur dann, wenn wir fröhlich und frohen Sinnes sind, können wir auch die Umgebung erheben und dadurch auch uns selbst erheben. Eine fröhliche Person ist immer voller Komik, hat Geist und Witz. Dieser Geist und Witz ist ein gemeinsamer Faktor, den alle weisen Menschen haben. Ein Weiser macht immer mal wieder einen Witz und erhebt die Zuhörer. Das ist das Schöne an der Weisheit, die von einer heiteren, fröhlichen Person kommt. Wenn es keine Heiterkeit gibt, während ihr die Jüngerschaft mit ihren Übungen ausführt, dann ist alles wertlos und es vermittelt euch nicht den eigentlichen Kern und die Freude des Lebens. Deshalb hielt es *Meister CVV* für hilfreich, den Frohsinn aus höheren Kreisen hereinzubringen - von der kosmischen, von der solaren und von der planetarischen Ebene. Ein gewisser Übermut, Heiterkeit und Fröhlichkeit, das alles kann angerufen werden, wenn wir uns mit dem fröhlichen Leben verbinden. *Meister CVV* war selbst sehr lustig, er war sehr fröhlich und sehr heiter. Genauso war auch *Meister MN* und *Meister EK*. Sie gehören zur Hierarchie dieser Energie und ganz allgemein sind die Mitglieder der Hierarchie alle sehr fröhliche, lustige Leute. In ihrer Freizeit reißen sie Witze und tauschen sie untereinander aus. Bei ihrem Zusammentreffen sind sie überhaupt nicht ernst. Deshalb ist Frohsinn und Heiterkeit sehr wichtig. Aus diesem Grund brauchen wir in der Gruppe außer fröhlichen Leuten auch Komödianten. Ein Komödiant macht die Dinge leichter. Fröhlichkeit, Lustigsein und Übermut sollte in jeder Aktivität mitschwingen, sodass die Aktivität erleuchtet und auch erleichtert wird. Man empfindet die Arbeit nicht als Last, wenn man sie mit einem heiteren Ausdruck auf dem Gesicht ausführt. Der Frohsinn verringert die Schwere einer Arbeit und macht sie leichter. Sie ermöglicht uns, 'über Wasser zu bleiben'.

Ich möchte die Bedeutung der Fröhlichkeit vermitteln. Ihr könnt euch selbst aus eurer niedergedrückten Stimmung erheben, wenn ihr fröhlich seid. Ihr könnt euch selbst aus einer schweren Krankheit erheben, wenn ihr fröhlich und heiter seid, weil der Frohsinn die erforderlichen Heilungsenergien hereinbringt. Je mehr ihr erkrankt seid, desto fröhlicher solltet ihr sein. Alle Leute, die euch dann erheitern können, sind die wahren Helfer, aber nicht die Leute, die herumstehen und Ängste wegen eurer Krankheit entwickeln. Deshalb ist es wichtig, jederzeit fröhlich zu sein, damit man Heilungsenergien hereinbringt und die kranken Personen sogar erhebt.

Lord Krishna lebte 126 Jahre, und er war immer fröhlich, sehr fröhlich, sehr verspielt, während er gleichzeitig eine gewaltige Arbeit ausführte. Er führte das Gesetz ein, er erhob das Gesetz und auch das Wissen. Er erhob jeden Bereich menschlicher Aktivität und behielt immer ein Lächeln auf dem Gesicht, das ist das Schöne an *Lord Krishna*. Auch von *Lord Rama* wird berichtet, dass er sehr fröhlich war, und *Lord Maitreya* wird als lachender Buddha dargestellt - der lachende Buddha ist eine andere Darstellung von *Lord Maitreya*. Das sind nicht zwei verschiedene Wesen. Das Zen-System bevorzugte den lachenden Buddha als *Maitreya*. Und das Zen-System selbst ist voller Frohsinn und Fröhlichkeit und entspannter Aktivität in jedem Lebensbereich. Viele sagen, dass die Zukunft dem Zen-Buddhismus gehört. Zen-Buddhismus bedeutet, dass man immer in einem meditativen Zustand ist. Es ist ein normaler Zustand des Daseins mit Fröhlichkeit dabei. So ist der lachende Buddha hereingekommen.

Der lachende Buddha kommt von *Lord Maitreya* selbst. *Lord Maitreya* war sehr fröhlich. Er ist der Weltlehrer, der diese Menschheit in höhere Stadien der Existenz führt, deshalb müssen auch wir fröhlich sein. Es ist sehr traurig, dass die Menschen nicht einmal Witze verstehen, wenn Witze gemacht werden, und das liegt daran, dass sie sich meistens im Kopf aufhalten, aber nicht im Herzen. Das Hauptzentrum des Lebens ist im Herzen, während das Hauptzentrum des Bewusstseins im Kopf ist. Wenn ihr im Herzen seid, dann könnt ihr sehr fröhlich sein. Der Kopf verbindet sich auch mit dem Herzen und arbeitet dann fröhlich, aber wenn ihr zum Kopf hinaufgeht, dann verliert ihr die Fröhlichkeit. Deshalb wurde die Fröhlichkeit von *Lord Krishna* unterstützt und gefördert. Sie wurde auch von *Lord Maitreya* gefördert und *Meister Djwhal Khul* bezeichnete sie als 'besondere Weisheit'. Ein lächelnder Meister ist immer willkommen, während ein ernster Meister

nicht so sehr willkommen ist, weil es viel Schwere in die Situation hereinbringt. Also wahr ist ein Lächeln während ihr aktiv seid. Wer lächelt gewinnt das Leben. Er gewinnt das Leben sogar während des Todes, das ist das Schöne. Sogar von den schlimmsten, schwierigsten, depressivsten, tödlichsten Situationen könnt ihr wieder lebendig werden durch diese Weisheit der Heiterkeit. Versteht also dieses fröhliche Leben als ein Mittel der Auferstehung vom Tod. Fröhlichkeit bewirkt Auferstehung. Es gibt Menschen, die mit einem Lächeln auf dem Gesicht sterben, das sind die wahren Erfolgsmenschen. Es gibt Menschen, die lächeln konnten, während sie den Körper verließen und das ist der beste Zustand, den man erreichen kann.

Wir müssen die Bedeutung der Fröhlichkeit erkennen, und wir können sie erreichen, wenn wir immer in der Nähe einer fröhlichen Person sind. Wir können sie nicht selbst erreichen, weil sie durch Übertragung - wie Ansteckung - funktioniert. Sie kommt durch das Herz und eine fröhliche Person kann sie uns zuführen, wenn wir in ihrer Nähe sind. Fröhliche Menschen sind wie ein Meister, der immer fröhlich ist, der Witze machen kann, der Späße machen kann und der die Gruppe in einer fröhlichen Verfassung halten kann. Das gilt auch für Nationen, es gibt Nationen, die sehr ernst sind und es gibt andere Nationen, die fröhlich sind. In Südeuropa z. B. gibt es mehr Fröhlichkeit während man in Nordeuropa mehr kopforientiert agiert. Deshalb kommen die Menschen im Sommer vom Norden nach Süden, um die Fröhlichkeit am Strand zu erhalten. Die Fröhlichkeit der Spanier oder der spanisch sprechenden Gemeinschaften unterscheidet sich sehr von der Fröhlichkeit derer, die griechisch, deutsch und englisch sprechen. Ihr könnt sogar in den Sprachen die Qualität der Fröhlichkeit erkennen, sie entspricht der Tradition zu der die Menschen gehören.

Die Jüngerschaft erfordert, dass wir eine gute Mischung von Herzzentrum und Kopfbereich haben. Wille und Liebe sollten gemeinsam aktiv sein. Der Wille gehört zum Bewusstsein, die Liebe gehört zum Leben. Beide müssen verbunden werden zu einer guten Mischung und in Synthese arbeiten, deshalb müssen wir das fröhliche Leben als Methode aufnehmen, um vorwärts zu kommen in Bezug auf unsere tägliche Lebensaktivität, die bis in unsere Praktiken reicht. Macht keine Yogaübungen mit einer großen Bürde oder Last auf eurem Kopf, sondern geht fröhlich auf eure Übungen zu, sodass die Übungen leichter werden. Wenn ihr eine erblühende Blume seht, dann freut euch, weil es ein entfaltende Lebenseinheit ist, wenn ihr den Sonnenaufgang seht, dann vergrößert das auch eure Freude, euer Bewusstsein. Ein Sonnenaufgang ist anders als ein Sonnenuntergang. Sonnenuntergang und Sonnenaufgang haben einen je eigenen Zweck. Glückselig sind jene dran, die jeden Tag den Sonnenaufgang sehen und sich mit den aufsteigenden Energien verbinden können, die von der Sonne bis zum Mittag kommen.

Die Stunden von der Morgendämmerung bis zum Mittag werden immer als Energien betrachtet, die emporheben. Genauso ist es mit einer Blume, die sich entfaltet und blüht. Ganz anders ist es bei einer Blume, die dahinwelkt und umfällt oder ihre Blüte hängen lässt. Genauso ist es auch bei den Tieren. Einige Tiere bringen uns Freude durch ihre Aktivität. Es gibt Hunde, die uns Freude schenken, es gibt Katzen, die unsere Aufmerksamkeit fordern. Der Unterschied ist, der Hund ist eine positive Energie, sie gibt uns Freude. Eine Katze ist eine negative Energie, eine Mondenergie, sie fordert von uns. Dasselbe kann man auch in den Gruppen beobachten - es gibt dort Leute, die unsere Aufmerksamkeit fordern und es gibt Leute, zu denen wir automatisch hingezogen werden. Was sie unterscheidet ist, dass es in manchen Personen einen natürlichen Magnetismus der Anziehung gibt aufgrund der Freude, die sie haben. Anziehend wirkt nicht einfach nur die Weisheit, sondern Weisheit gepaart mit Fröhlichkeit zieht die Aspiranten an und ermöglicht ihnen, die Weisheit durch das geöffnete Herz zu erhalten. Deshalb sollten wir an die Umgebung denken. Was bringt sich zum Ausdruck und was bringt uns Freude? Eine Blume, ein fruchttragender Baum, ein wachsender Baum, das alles gibt uns Freude. Es gibt auch Bäume, die sehr traurig aussehen, wo die Zweige die ganze Zeit herunterhängen und sich nicht zum Himmel hin entwickeln. Den Unterschied könnt ihr sehr leicht wahrnehmen.

Wo es Entfaltung und Wachstum gibt, da arbeitet die Lebensenergie vollständig, und wenn das Gegenteil da ist, zieht sich das Leben zurück. Das können wir auch bei den Vögeln beobachten. Es gibt Vögel, die uns schon beim Anblick Freude vermitteln und es gibt auch andere Vögel, die uns

die Lebensenergie wegnehmen, z. B. die Fledermäuse. Also, von den Fledermäusen bis zu den Adlern reicht die Bandbreite der Vögel. Einige Vögel haben mehr Leben und übermitteln Leben.

Das gleiche finden wir bei den anderen Tieren, bei den Pflanzen, bei den Menschen, bei den Mineralien. Ein Stück Kohle zu betrachten, ist nicht so erbauend, aber wenn ihr einen Diamanten seht, ist das ganz anders. So gibt es bestimmte Leben-spendende Formen und es gibt Formen, die das Leben absorbieren. Es ist überaus wichtig, dass wir uns mit Leben-spendenden Formen verbinden, um mit dem Leben vorwärts zu gehen, das sich selbst fröhlich erhält.

Ich hoffe, ihr habt verstanden, wie wichtig es ist, fröhlich zu sein. Es ist der erste Punkt ohne den jede Yogapraxis bedeutungslos ist und ohne den ihr keine Fortschritte machen könnt. Was am Ende der Yogapraxis bleiben sollte, ist die Glückseligkeit der Existenz, die auch Liebe oder auch Wahrheit genannt wird. Da denken wir an das Gebet von *Meister CVV*: „Meister, bitte lass' uns in unserem System den Einstrom deiner Pranafülle erhalten, sodass wir Krankheit, Verfall und Tod widerstehen können und die höchste Wahrheit erkennen, die reine Liebe und die Glückseligkeit der Existenz und der Menschheit dienen, entsprechend deinem Plan“.

Sprecht dieses Gebet mit Frohsinn, sprecht es nicht in ernster Weise, weil das alles mit dem Lebensprinzip zu tun hat und der Meister möchte, dass das Leben fröhlich ist. Es sollte ein fröhliches, ein lustiges Leben, ein freudiges Leben sein. Weltweit wurden jetzt Lachclubs gegründet - das kommt vom lachenden Buddha, vom Zen-Buddhismus. Die Leute kommen jeden Morgen - vor allen Dingen bei Sonnenaufgang - zusammen, um einige Zeit gemeinsam zu lachen, weil das Lachen uns von angespannten Energien in uns befreit. Die Menschen gehen am Morgen ans Meer, in einen Park oder an einen Fluss und dann lachen sie etwa 15-20 Minuten ganz laut und lassen dabei alle Anspannung im Körper raus. Das bringt uns dann sehr viel Leben.

All diese Dinge sehen aus der Sicht eines spirituellen Arbeiters sehr dumm aus, aber je mehr ein spiritueller Arbeiter ernst wird, umso mehr arbeitet er für das Gegenteil, aber nicht an seiner Erfüllung im Yoga. Deshalb ist das fröhliche Leben sehr wichtig für alle Aspiranten und das sollten wir auf keinen Fall aus den Augen verlieren, und darum habe ich euch die Beispiele von *Lord Krishna*, *Lord Maitreya*, vom lachenden Buddha und auch die Aussage von *Meister Djwhal Khul*, dass Frohsinn eine besondere Weisheit ist, gegeben. Haltet ein Lächeln auf eurem Gesicht, während ihr arbeitet, dann verliert ihr alle Schwere und das Leben bewegt sich aufwärts. Das Leben kann mit dem Bewusstsein erhoben werden und das Leben kann durch einen Mangel an Bewusstsein heruntergezogen werden. Unwissenheit zieht das Leben herunter und das Bewusstsein zieht das Leben nach oben. Das erhobene Leben kann auch das Bewusstsein stützen und ein Leben, das erschöpft oder ausgezehrt ist, kann auch das Bewusstsein niederdrücken. Beide arbeiten also direkt proportional zueinander und deshalb gibt es die zwei Flüsse in uns, die auch die zwei Ströme genannt werden. Sie müssen gleichermaßen beachtet und optimal erhalten werden. Das sollte praktiziert werden. Selten sprechen die Menschen vom Leben, sie sprechen nur vom Bewusstsein, aber das Lebensprinzip ist genauso wichtig, denn ohne den Hintergrund des Lebensprinzips kann das Bewusstseinsprinzip nicht arbeiten. Wenn es keine Pulsierung und Atmung in uns gibt, können wir nicht wirklich irgendetwas tun. Das Denken kann nicht arbeiten, die Sinne können nicht arbeiten, der Körper kann nicht arbeiten, der Intellekt kann nicht arbeiten. Das Bewusstsein arbeitet durch Intuition, Intellekt und dann durch das Denken, die Sinne und den Körper. Das Leben erhält den ganzen Körper, deshalb solltet ihr auch das Lebensprinzip genauso beachten. Wenn ihr an das Lebensprinzip denkt, dann denkt an das Herzprinzip und dann denkt ihr auch an die Pulsierung des Herzens.

Es gibt im Wesentlichen fünf Pulsierungen in jedem von uns und wir müssen diese Pulsierungen in uns erarbeiten und ihre Freundschaft erhalten, dadurch überwinden wir viele unserer Barrieren. Das Denkvermögen erschafft jeder Person so viele Schranken, Schranken, Schranken und jetzt ist aufgrund dieser Pandemie auch noch unsere Bewegungsfreiheit eingeschränkt. Die Menschen reagieren niedergeschlagen aufgrund der Pandemie. Man kann aber auch heiter und fröhlich bleiben und so die Krankheit auf Abstand halten. Diese zwei Möglichkeiten gibt es, mit einem Sachverhalt umzugehen. Wenn wir fröhlich bleiben, dann kann sich uns die Krankheit nicht so nähern und

selbst, wenn wir krank sind, wird die Krankheit durch unsere Fröhlichkeit geschwächt. In unseren Krankenhäusern sollten wir eine Gruppe haben, die die Patienten erheitert. Diese Pandemie wird von der Menschheit als Problem betrachtet, aber vom Standpunkt der Hierarchie wird sie als Lösung gesehen. *Meister Morya* macht die Aussage: „Jedes Problem hält ein Geschenk für dich bereit.“ Hinter jedem Problem gibt es ein großes Geschenk der Natur. Aufgrund dieser Pandemie, die 'Corona' genannt wird, denken wir, die Natur sei sehr brutal, aber dahinter gibt es ein Geschenk. Die Pandemie ermöglicht uns, uns neu zu organisieren, unsere Bewegungen auf ein sinnvolles Maß zu reduzieren, sie gibt uns die Möglichkeit, mehr nachzudenken, mehr mit Familienmitgliedern und mit vertrauten Gruppenmitgliedern zusammenzusein. Sie ermöglicht uns, an diesem Unterricht teilzunehmen und uns dann gegenseitig zu erheitern. Es gibt die Möglichkeit auf ein Problem zuzugehen, aber wenn wir nur das Problem sehen, dann bekommen wir nicht die Lösung, und wenn wir sehen, was die Natur als Geschenk hinter diesem Problem bereithält, dann holen wir die entsprechende Weisheit herein und lösen das Problem.

Das sollten wir über das fröhliche Leben wissen und mehr mit dem Lebensprinzip in uns arbeiten. Das Lebensprinzip arbeitet im Herzen, infolgedessen haben wir die Atmung als Einatmung und Ausatmung - ohne die Ausatmung können wir nicht wirklich leben. Sie geschieht in uns, wir machen sie nicht und, wenn wir uns mit dieser Ein- und Ausatmung verbinden, können wir auch das pulsierende Prinzip in uns wahrnehmen. Das Herz pulsiert. Das pulsierende Prinzip ist der Hintergrund für die Atmungsaktivität. Die Atmung ist eine sichtbare Aktivität, die Pulsierung liegt hinter der Atmungsaktivität und deshalb gilt sie als etwas Verborgenes. Es ist die verborgene Tätigkeit in uns, dass das Herz pulsiert. In diesen Tagen schauen wir immer auf den Puls und sehen, wie schnell das Herz schlägt, und wenn die Pulsierung nicht einen bestimmten Level hat, dann müssen wir mehr Sauerstoff einatmen und dem Lebensprinzip wieder auf die Beine helfen.

Wenn wir uns also mit der Pulsierung verbinden, dann wird die Pulsierung in dem Moment erhoben. Sobald wir an die Atmung und ihren Hintergrund, die Pulsierung, denken, verbinden wir uns mit der Pulsierung im Herzen, und dann erheben wir schon das Lebensprinzip in uns. Was sollten wir also tun, wenn wir krank sind? - Wir sollten uns mehr mit dem pulsierenden Prinzip verbinden!

Wenn das pulsierende Prinzip den Körper verlässt, dann wird dies 'Tod' genannt, aber wenn das pulsierende Prinzip funktionstüchtig erhalten wird, und wenn es gestärkt wird, dann stärkt es auch die pranischen Prinzipien, denn das pulsierende Prinzip ist das Schlüsselprinzip in Bezug auf die fünf Pulsierungen:

- die Einatmung, das ist die Prana-Pulsierung,
- die Ausatmung, das ist die Apana-Pulsierung,
- das Gleichgewicht der Ein- und Ausatmung, das ist die Samana-Pulsierung,
- die erhebende Pulsierung, die vom Herzen zum Ajna und zum Sahasrara geht und Udhana-Pulsierung genannt wird, und dann gibt es
- die fünfte Pulsierung, sie wird Vyana-Pulsierung genannt, d.h. das alles durchströmende pranische Prinzip; es durchdringt den ganzen Körper.

Das Udhana-Prinzip, d.h. das pulsierende Prinzip, das vertikal aufsteigt, bewegt sich in der Wirbelsäule rauf und runter. Mit der Einatmungs-Pulsierung holen wir Sauerstoff herein und mit der gegensätzlichen Pulsierung, der Apana-Pulsierung, werfen wir die Kohlenstoffe aus dem Körper hinaus. Sie entstehen durch die Verbrennung, die in unserem Körper durch die Feueraktivität in uns geschieht.

Es gibt also fünf Pulsierungen, die in uns arbeiten. Apana wirft die Kohlenstoffe aus dem Körper heraus, Prana bringt viel pranisches Prinzip in uns herein und Udhana ermöglicht die Bewegung der Lebenskraft nach oben und vom Sahasrara zum Muladhara nach unten und sogar bis zu den Füßen. Die Vyana-Pulsierung ermöglicht, dass das Lebensprinzip in jede Körperzelle eindringt und das Samana-Prinzip als das ausgleichende Prinzip arbeitet auf drei Ebenen, das ist das Schöne. In den Artikeln über das okkulte Heilen habe ich eine ausführliche Beschreibung gegeben, wie die fünf pulsierenden Prinzipien auf der physischen Ebene, auf der subtilen Ebene und auf der kausalen Ebene arbeiten. Auf der kausalen Ebene, auf der subtilen und auf der physischen Ebene, das sind

bei je 5 Pulsierungen 3x5 Pulsierungen = 15 Pulsierungen, die den Menschen vollkommen fit halten im Körper, der Leben-sprühend wird. So kann er sein Leben immer wieder auffüllen und sogar seine eigene Wiederbelebung bewirken, wenn er von einer schweren Krankheit befallen ist. Auf diese Weise erholen sich die Yogis selbst von schwerer Krankheit oder stehen sogar vom Tod wieder auf. Die Wiederbelebung von Krankheit, Verfall und Tod ist das, was durch das Gebet beabsichtigt wird, das uns von *Meister CVV* gegeben wurde, und geschieht, wenn wir uns regelmäßig mit unserer pranischen Pulsierung verbinden, entweder während der Meditation oder Kontemplation oder während wir schlafen.

Übung vor dem Einschlafen

Schlaft nicht einfach irgendwie, sondern schlaft mit Bewusstsein. Wenn ihr mit Bewusstsein schlaft, dann bedeutet das, dass ihr euer Denken mit der Einatmung und Ausatmung verbindet, euch dann mit dem pulsierenden Prinzip im Herzen verbindet und dann bewusst mit dem pulsierenden Prinzip zum Brauenzentrum geht, und dann kann der Schlaf kommen. Das muss eine Übung sein.

Meister Djwhal Khul empfiehlt diese Übung jedem Aspiranten, wenn er einschlafen möchte, entweder tagsüber oder in der Nacht. Schlaft nicht einfach irgendwie ein, sondern benutzt die Schlafenszeit als Mittel, um die höheren Stadien in euch zu erreichen. Macht die Stunden des Schlafs zu Stunden der Meditation - deshalb

- bringen wir zuerst die Einatmung und die Ausatmung mit der pulsierenden Aktivität im Herzen zum Ausgleich. Wenn wir die pulsierende Resonanz in uns spüren,
- dann sollten wir eine Weile bei ihr (der Pulsierung) bleiben.
- Nach einer Weile führt sie uns nach innen, dort finden wir die subtile Pulsierung.
- Die subtile Pulsierung führt uns zur Wirbelsäule, dort ist das Licht vertikal anwesend von oben nach unten, vom Sahasrara und darüber zum Muladhara und darunter. Das ist die Achse, die wir haben. In dieser Achse bewegen wir uns, hier befindet sich das pulsierende Prinzip, das uns erhebt und dort begegnen wir der Udhana-Pulsierung.
- Übt dies und dann geht bis zur Stirn und dann bleibt dort und dort könnt ihr dann gewaltiges, unbegrenztes Licht erleben.
- Wenn ihr auf diese Weise einschlaft - oder auch in der Meditation -, wird die nächste Brücke zwischen dem Ajna-Zentrum und dem Sahasrara gebaut, indem ihr euch mit dem Vyana-Prinzip verbindet, das alles durchdringt.

Wenn ihr da hineinkommt, verlasst ihr die Begrenzung, dass ihr nur in eurem Körper lebt, eine Begrenzung, unter der wir leiden, denn wir fühlen, dass unser Leben und unser Bewusstsein vom Körper umgrenzt ist, aber die Wahrheit ist, dass wir über den Körper hinausreichen. Unser Bewusstsein reicht über den Körper hinaus, unser Lebensprinzip reicht über den Körper hinaus, unser Bewusstsein ist eigentlich nicht unser Bewusstsein, es ist das universale Bewusstsein. Unser Leben ist nicht unser Leben, es ist universales Leben. Das Leben in der Welle ist das Leben des Ozeans - ozeanisches Bewusstsein, ozeanisches Leben, beides arbeitet in uns, in dieser Formeinheit, und wir empfinden, dass es 'unser' Leben und 'unser' Bewusstsein sei.

Begrenzungen überschreiten - Bewusstseinshorizonte erweitern

Wenn diese Barrieren überschritten werden, dann sind wir in einem unbegrenzten Raum. Das ist eine Sphäre ohne Begrenzung und wir erweitern unsere Bewusstseinshorizonte mit Hilfe des Lebensprinzips, das wie ein Vogel in uns arbeitet.

Das letztendliche Symbol für das Lebensprinzip ist der Adler. Der Adler gilt als Vogel, der über die sieben Himmel fliegt. Die sieben Himmel stehen für die sieben Ebenen der Existenz und wir gelangen wirklich zur Erfüllung, wenn wir uns mit dem pulsierenden Prinzip verbinden, das in uns und in unserem Herzzentrum existiert, deshalb müssen wir ihm Zeit widmen.

Wir sollten ein lächelndes Gesicht haben, wenn wir meditieren, wir sollten die Meditation nicht mit einem ernsten Gesicht durchführen. Lächelt einfach für euch selbst, ihr braucht dafür nichts zu bezahlen. Ihr könnt einfach lächeln und dann in die Ein- und Ausatmung gehen. Ihr geht tief hinein und kommt zurück, geht tief hinein und kommt zurück ... Nach einiger Zeit spürt ihr den pulsierenden Nachhall. Geht in diese Resonanz der Pulsierung, bleibt dabei, lasst euer Bewusstsein dabei bleiben während ihr atmet. Ihr seid jetzt im Inneren, ihr seid jetzt bei der subtilen Pulsierung. Diese subtile Pulsierung verbindet euch mit dem erhebenden Prana, dem Udhana-Prana. Wenn ihr euch mit diesem Prana verbindet, dann ist das so, als würdet ihr in ein senkrecht startendes Flugzeug einsteigen. Ihr braucht selbst nichts zu tun, ihr werdet vom Zustand der Luft, das ist Anahata, in den Zustand von Visuddhi erhoben, das ist die zweite Akasha.

Dann werdet ihr noch weiter in die zweite Akasha erhoben, die am Ajna-Zentrum ist, am Brauenzentrum, und dann gibt es noch die Akasha, die am Sahasrara-Zentrum ist.

Wir haben drei Akashas: Akasha, Mahat-Akasha, Para-Akasha, das heißt, den plantarischen Himmel, den solaren Himmel und den kosmischen Himmel. Sie bezeichnen drei verschiedene Grenzen, die nur scheinbar sind. Darüber hinaus ist der unaussprechliche, unbeschreibliche, unfassbare Gott, der Leben und Bewusstsein zusammen ist. Der absolute Gott wird 'Bewusstsein und Leben zusammen' genannt. Es ist zwei als einer. Von diesem Zustand kommt es als zwei herunter, als Bewusstseinsprinzip und als Lebensprinzip und baut drei Systeme auf, das kosmische System, das solare System und das planetarische System. In uns ist das der Kopf, der Oberkörper und der Unterkörper. Es ist eine Tatsache, dass der weltliche Mensch normalerweise im Solarplexus lebt und überall umhergeht, um alle seine Wünsche zu erfüllen und die Bedürfnisse jener, die er als 'seine' Leute betrachtet, und er beschäftigt sich mit all dem, was er für das Seine hält. Deshalb leben diese Menschen unterhalb des Zwerchfells und das ist der Normalzustand.

Von diesem Zustand aus versucht ein Aspirant über das Zwerchfell hinaus zu gelangen und dafür muss er all diese Übungen im Herzzentrum durchführen, aber nicht darunter. Alle Übungen müssen entweder im Herzzentrum oder im Brauenzentrum ausgeführt werden, nicht im Solarplexus oder im Muladhara oder irgendwo unterhalb des Zwerchfells.

Also dieses Emporsteigen geschieht, wenn sich jemand entwickeln möchte. Das planetarische System - das planetarische Leben und das planetarische Prana - funktionieren bis zum Zwerchfell, vom Zwerchfell zur Kehle ist der solare Bereich, deshalb ist das Herz der Ort der Sonne und die Sonne gilt als Regent des Löwen über dem Zwerchfell. Die Sonne regiert den Oberkörper und die Sonne der Sonne nennen wir 'Savitri'. Sie regiert die Stirn, deshalb denken wir an die Gayatri und rufen die Sonne der Sonne an, die Sonne und dann die Sonne in uns. Auf diese Weise verbinden wir uns mit den drei Sonnen. In der westlichen Hemisphäre wird dies auch 'Salomon' genannt, es ist die dreifache Sonne - Aditya, Savitri und Surya. Aber ich komme jetzt nicht vom Thema ab, wichtig ist, dass

- ihr euch mit Hilfe eurer Atmung verbindet.

- Gelangt ins Herzzentrum und dann verbindet euch mit dem pulsierenden Prinzip, wenn ihr Freizeit habt. Das muss eine Übung werden und dann verbindet euch mit dem pulsierenden Prinzip, immer, wenn ihr einschlafen möchtet.

- Der dritte Schritt ist, sorgt dafür, dass ihr außerdem euren täglichen Übungen genügend Zeit widmet, um euch der Atmung und Pulsierung zu widmen und dann mit dem Pulsierungsprinzip arbeitet und dann bis zum Kopfbereich aufsteigt. Teilt genügend Zeit für diese Übungen ein. Ein Schüler des Pranayama sollte sich drei Mal Zeit für dieses pulsierende Prinzip nehmen und zwar jedesmal 24 Minuten. Das wird euch ermöglichen, die Gewohnheit zu bilden, euch mit dem pulsierenden Prinzip zu verbinden. Drei Mal macht ihr das also bewusst am Tag und dann noch jedesmal, wenn ihr einschlafen möchtet, also insgesamt vier Mal. Wenn ihr das so häufig jeden Tag übt, dann wird es langsam für euch eine Gewohnheit, und ihr könnt euch dann mit dem pulsierenden Prinzip ohne große Schwierigkeiten verbinden und euer Denken, euer Verstand, der voller Gedanken ist, kooperiert, sodass ihr euch mit dem pulsierenden Prinzip verbinden könnt. Das ist wichtig. Wenn sich der fliegende Vogel zu euch gesellt, dann wird er euch auf einen Flug

mitnehmen. Ihr braucht dann nicht mehr selbst zu fliegen. Wenn ihr euch in ein Flugzeug setzt, dann nimmt euch das Flugzeug mit auf den Flug, wenn ihr euch mit einem Vogel zusammentut, dann setzt ihr euch auf den Vogel und der Vogel hebt euch empor. Der Vogel, der in euch existiert, ist das pulsierende Prinzip. Versucht bei ihm zu sein, versucht, freundlich zu ihm zu sein, dann tut er euch den Gefallen und erlaubt euch, dass ihr euch auf ihn setzen dürft. Nur durch Freundlichkeit könnt ihr jemanden freundlich stimmen. Nur durch Liebe könnt ihr jemanden freundlich stimmen, nur durch Hingabe könnt ihr jemanden freundlich stimmen. Das sind die drei Mittel, um euch auf den Vogel zu setzen, denn ein freundlicher Vogel erlaubt euch, dass ihr euch auf ihn setzen könnt. Ein Vogel, den ihr liebt, erlaubt euch, dass ihr euch auf ihn setzt oder einer Person, die sehr hingebungsvoll ist, wird der Vogel auch zustimmen, dass der Aspirant sich auf den Vogel setzt. Empfindet Freundschaft zu dem pulsierenden Prinzip, liebt das pulsierende Prinzip und seid voller Hingabe ihm gegenüber und dadurch könnt ihr euch langsam auf das pulsierende Prinzip setzen, das als subtiles Prinzip im Herzen existiert und wenn ihr euch einmal draufgesetzt habt, nimmt es euch mit nach oben. Sogar der kosmische Herr, den wir den Zweiten Logos nennen, kommt immer nur mit dem Vogel herab, und kehrt mit dem Vogel auch wieder zurück. Auch wir können mit Hilfe des Vogels aufsteigen und können mit dem Vogel auch herabkommen. Der Vogel hilft uns, über unsere Form hinaus aufzusteigen.

Wenn ihr in der Lage seid, über eure Form hinaus aufzusteigen, dann seht ihr die Schönheit des Lebens, dann seht ihr die Schönheit des Lichts, das euch erfüllt. Das Licht geht weit über das hinaus, in dem ihr glaubt zu sein. Ihr kontempliert sehr angestrengt über einen Punkt des Lichts innerhalb eures Körpers, aber wenn ihr einmal außerhalb des Körpers seid, dann ist alles Licht ringsum. Wenn ihr aus einem tiefen Brunnen hervorkommt und euch einem großen Himmel öffnet, dann ist überall Licht, genauso fühlt ihr dann Licht überall.

So könnt ihr immer wieder die Grenzen auslöschen, die ihr habt. Die symbolische Darstellung des heiligen Markus im Neuen Testament ist, der Mensch errichtet seine eigenen Abgrenzungen. Er macht seine eigenen Abgrenzungen und begrenzt sich selbst darauf. Es gibt Menschen, die sich in Corona-Zeiten selbst begrenzen und ihre Häuser nicht verlassen. Es gibt Menschen, die die Abgrenzung durchbrechen und hinausgehen und Dinge tun, die wichtig sind. Was wichtig ist, das empfindet jeder entsprechend seiner Wahrnehmung anders. Es gibt Menschen, die weiterhin zu diesem Unterricht (hier vor Ort) kommen und die Begrenzung überwinden, dass man das nicht tun sollte. Genauso gibt es Menschen, die etwas wagen können. Das sind jene, die die Begrenzungen auslöschen können. Die Begrenzung wird St. Marc, St. Markus genannt. Diese Begrenzung wird in den östlichen Schriften auch das Prinzip von Markandeya genannt. Markandeya ist der, der in euch als euer eigenes Verständnis der Begrenzung anwesend ist, und er empfiehlt euch: „Wenn ihr etwas wagt, könnt ihr eure eigenen Begrenzungen überwinden“.

Heute haben wir viele Slogans, die aufgrund von Corona entstehen. Jenseits der Angst ist der Sieg, jenseits der Angst ist der Erfolg. Ihr setzt eure eigenen Begrenzungen und dann leidet ihr daran. Ein Küken ist im Ei durch die Eischale begrenzt, aber wenn es heranwächst, spürt es die Begrenzung durch die Schale und deshalb fängt es an, sie zu zerbrechen. Es zerbricht die Schale und kommt heraus und dann ist es in einem größeren Licht. Danach erkennt es, dass es Flügel hat, die es benutzen kann und mit Hilfe der Flügel kann es fliegen. Seht, wie innerhalb von wenigen Schritten ein Vogel bis zum Himmel fliegen kann - er durchbricht die Eischale und zudem das mangelnde Wissen in Bezug darauf, dass es nicht weiß, wie er die Flügel benutzen soll. Auch ein Mensch ist nach dem Abbild Gottes geschaffen und die Begrenzung, die er sich selbst gesetzt hat, sind seine eigenen Begrenzungen - niemand hat die für ihn gesetzt. Durch das eigene Bewusstsein und mit dem eigenen Lebensprinzip können wir jede dieser Begrenzungen durchbrechen. Sagen wir nicht in dem Gebet „Mögen wir Krankheit, Verfall und Tod überwinden, die höchste Wahrheit erkennen, die reine Liebe und die Glückseligkeit der Existenz und der Menschheit entsprechend Deinem Plan dienen“, ist das nicht eine Absichtserklärung, dass man die eigene Begrenzung durchbrechen möchte? Deshalb sagt Meister *Dwjhal Khul* auch in seinen Lehren: „Die Weisheit ist für jene, die wollen.“ Ihr müsst etwas tun wollen, das gut für die Umgebung ist, und ihr müsst wissen - ihr müsst wollen, ihr müsst wissen und ihr müsst wagen - Wollen, Wissen, Wagen und dann still sein, also

schweigen. Macht es für euch, macht keine Werbung in Bezug auf das, was ihr tut, veröffentlicht es nicht, sondern tut es einfach, und dann wachst ihr in euerm Bewusstsein.

Was ich sagen möchte ist, wir können über unseren Körper hinauswachsen in unser Bewusstsein. Ihr könnt über euren Körper hinauswachsen in eure Verbindung mit dem Leben. Wenn das geschieht, könnt ihr aus dem Körper herausgehen und ihr könnt auch in den Körper hineingehen. Ihr könnt im Leben fließen mit Hilfe dieses Wissens, das ihr habt, und dann könnt ihr eure eigenen Krankheiten überwinden, euren eigenen Verfall.

Meister CVV gibt diese Dimension und er hat sie am heutigen Tag auf dem Planeten errichtet, das ist die Bedeutung dieses Tages. Heute war er in der Lage, die drei Ebenen des Pranas zu verbinden. Er hat die kosmische, solare und planetarische Ebene mit der menschlichen Kundalini verbunden. Das ist eine großartige Arbeit. Sie gibt uns eine Art von planetarischer Einweihung.

Diese planetarische Einweihung hat er für diesen Planeten gegeben, nachdem er vom Ashram von *Meister Jupiter* in den Nilagiris gekommen ist, das mit der großen Loge im Sirius verbunden ist. Wir ehren alle diese Ashrame des Sirius und dann das südliche Ashram, egal wo es ist, und dann das Ashram in den Nilagiris und *Meister Agastya* und *Meister CVV*.

Der *Weise Agastya* und *Meister CVV* bilden die Hierarchie in Bezug auf die Arbeit mit dem fröhlichen Leben. Denkt an sie, sitzt in Kontemplation und verbindet euch dann mit dem pranischen Prinzip. Das bringt eure Gesundheit in Ordnung, das bringt euer System in Harmonie. Es ermöglicht euch, euch mit dem pulsierenden Prinzip zu verbinden, und es ermöglicht euch aufzusteigen. Dadurch erkennt ihr das Prinzip von Markandeya oder das Prinzip von St. Markus. *Meister CVV* spricht vom Heiligen Markus in den okkulten Meditationen und in den Saturnregulierungen spricht der Meister in der 30. Saturnregulation wieder über Markandeya. Das ganze Buch wurde von mir in 33 Regulierungen unterteilt. Die letzten drei Regulierungen sprechen von der Überwindung des ganzen Systems, das ihr für eure Form haltet.

Eure Form ist eure Begrenzung, es ist euer Ei. In diesem Ei lebt ihr. Wenn ihr dieses Ei durchbrecht, könnt ihr in den planetarischen Zustand gehen, wo ihr viele Dinge erlebt, die mit dem Planeten zu tun haben. Alle aufgestiegenen Meister, werden nicht durch ihren Körper begrenzt, obwohl sie in einem Körper wohnen. Das ist das Schöne an den Meistern der Weisheit. Wohnt nicht auch ein Vogel in einem Nest? Aber er wird nicht von dem Nest begrenzt. Er fliegt hinaus und fliegt zu weit entfernten Himmeln. Er legt große Entfernungen zurück und kommt am Abend zum Nest zurück und genauso macht es auch ein Yogi. Ein Meister der Weisheit kann hinausgehen mit Hilfe des pulsierenden Prinzips. Das pulsierende Prinzip hält den Lebensfaden im Herzen und ermöglicht euch, aufzusteigen. Die Verbindung im Herzen bleibt bestehen. Bei einem weltlichen Menschen ist der Lebensfaden mit dem Solarplexus verbunden. Bei einem Aspiranten ist der Lebensfaden an seinem richtigen Platz und das ist das Herzzentrum. Wenn ein Weiser aus dem Körper hinausgeht, dann geht er mit Hilfe des Bewusstseinsfadens hinaus. Er bewegt sich überall herum, führt seine Aufgaben durch und mit Hilfe des Lebensfadens kommt er zurück, verbindet sich mit dem Herzen und tritt in sein System wieder ein.

Daher wird das Herz 'das Tor des Löwen' genannt. Dort hat das Lebensprinzip seinen Eingang und Ausgang und die Stirn ist der Platz des Königs, dort tritt das Bewusstsein ein und geht hinaus. Es kommt herein, es geht hinaus und kommt zurück. So müssen wir diese Übungen verstehen und durchführen. Ohne diese grundlegende Übung können wir nicht zu dem gelangen, was wir für uns selbst als unser Leben definiert haben. Pranayama als der vierte Schritt des Yoga ermöglicht uns, aus einer bekannten Situation in eine unbekannte Situation zu gehen. Das ganze Streben nach Wissen ist, dass man versucht, vertraut zu werden mit einer unbekannten Situation, während wir in einer bekannten Situation stehen. Vom Bekannten bewegen wir uns zum Unbekannten. Sobald wir in einen Teil des Unbekannten gehen, wird dieser unbekannte Teil bekannt und dann gibt es noch mehr unbekannte Anteile. Geht immer weiter und erweitert euch, bis ihr soviel wisst, dass eure Seele das Gefühl hat, jetzt ist es genug, um jetzt zu arbeiten. Auf diese Weise wird nach Wissen gestrebt mit der Unterstützung des Lebens. Pranayama ermöglicht uns, den nächsten Schritt zu nehmen, der 'Pratyahara' genannt wird. Pratyahara bedeutet 'aufgehen im eigenen Selbst'. Wir

werden tief in unserem eigenen Herzzentrum absorbiert und nach innen gezogen. Und wenn wir nach innen gezogen werden, dann werden wir im Inneren nach oben gezogen.

Auf diese Weise haben wir *Dip deep* und dann als nachfolgendes Mantra *Exis arranged hours*. Wir gehen nach innen, und wenn wir den Punkt berühren, wo es nach oben geht, werden wir nach oben gehoben und so gehen wir nach oben. An dieser Stelle geschieht die Arbeit und dann sind wir im Ajna-Zentrum oder an dem Ort zwischen dem Brauenzentrum und dem Ajna-Zentrum. Dort spüren wir das Schweben, d. h. wir haben nicht das Gefühl, dass wir durch unseren Körper gebunden sind. Und dann spüren wir noch ein weiteres Schweben, wenn wir das Sahasrara erreichen.

Das Sahasrara ist der oberste Punkt. Wenn wir es erreichen, dann haben wir das erkannt, was man im buddhistischen System *Om Mani Padme Hum* nennt oder die Essenz der Gayatri. Sie versetzt uns in den tausendblättrigen Lotus. Er wird *Om Satyam Param Dhimahi* genannt.

Om Satyam Param Dhimahi ist ein achtsilbiges Mantra, das im Osten *Gayatri* genannt wird. *Om Mani Padme Hum* ist das Mantra, das von Buddha gegeben wurde.

Beide Mantras werden dann erkannt. Jetzt haben wir sie als Information, aber wenn wir zum tausendblättrigen Lotus gelangen, dann sind wir in der Unbegrenztheit des Lichts und des Lebens, und dort begegnen wir dann der wahren Glückseligkeit der Existenz. Dann verstehen wir wirklich, wie fröhlich das Leben ist, wenn wir außerhalb unseres Körpers sind. Es gibt viele Menschen, die sich außerhalb des Körpers so gut fühlen. Wer Anästhesie bekommen hat, fühlt eine so große Befreiung und wenn man dann wieder im Körper erwacht, fühlt man sich sehr beengt. Das ist eine allgemeine Erfahrung. Ich kannte eine Person, die im Begriff war zu sterben und dann durch eine Berührung des Ajna-Zentrums zurückgebracht wurde. Als sie zurückkam, lächelte sie - es war sogar fast ein Lachen - und bevor sie wieder in den Körper hineingekommen war, hatte sie gesagt: „Meister, bitte lass' mich in diesem Zustand, ich möchte nicht mehr in den Körper kommen. Es ist so schön hier, überall ist ein so angenehmes, schönes Blau und ich schwebe hier.“ Wenn man in den Körper kommt, dann schwebt man nicht mehr. Wo ist das Schweben, wenn man im Körper ist? Man humpelt und schleppt den Körper wie ein Gepäckstück hinterher. Die meisten Körper sind so schwer. Es ist ein Gepäck, mit dem wir unterwegs sind, aber wenn wir schweben, das ist so schön. Dieses drüber Schweben ist kein Märchen für Personen, die mit dem Lebensprinzip arbeiten, denn das Leben hält uns am Schweben. Deshalb sage ich Menschen, die sehr intellektuell sind, sie kämpfen immer in ihrem Verstand, sie haben so viele Konzepte, mit denen sie kämpfen. Wenn man viel Verstand hat, dann hat man auch viele Gesichtspunkte und so viele Gesichtspunkte, wie man hat, so weit sind sie auch gegensätzlich zueinander. Um einen Punkt haben wir 360 Grad, also gibt es auch 360 Gesichtspunkte und für jeden einzelnen gibt es einen gegensätzlichen Standpunkt gegenüber. Das bringt es mit sich, dass man im Denken nie zur Ruhe kommt. Man hat keine Ruhepause im Denken, egal wie intellektuell man ist, nur wenn man zur Intuition gelangt, hat man die Ruhepause, aber wenn dieses Denken auf die Atmung gerichtet wird und zur Pulsierung gelangt und aufsteigt, dann lernt es schon ganz am Anfang zu schweben.

Es gibt Menschen, die im Leben schweben und es gibt Menschen, die im Leben sehr hart arbeiten müssen. Das sind zwei Arten von Menschen. Wenn ihr unterhalb des Zwerchfells seid, ist alles schwer, deshalb ist das Sonnenzeichen Jungfrau unterhalb des Zwerchfells. Es hat viel Arbeit ohne Entgelt als Grundton, so wird es gesagt. Was ist der Schlüssel zur Jungfrau? Jungfrau ist auch ein Sonnenzeichen, das symbolisch für die Höhlen in den Bergregionen steht. Gelangt in die Höhle des Herzens, die über dem Zwerchfell ist. Jungfrau-Personen sind unterhalb des Zwerchfells. Sie sollten in die Höhle gehen, die über dem Zwerchfell ist. Dies gibt euch eine Ruhepause und ihr gelangt in die höheren Ebenen. Unterhalb des Zwerchfells seid ihr belastet und in der Waage seid ihr noch weiter beladen mit der Leidenschaft und im Skorpion, das könnt ihr euch vorstellen, da geht ihr in ein Loch, wo alles dunkel ist. Erst im Schützen begegnet ihr wieder dem Vogel, mit dem ihr dann weiterkommt.

Wenn euer Leben schwer wird und ihr dann lernt zu schweben und über Wasser zu bleiben, dann könnt ihr eure Arbeit mit Leichtigkeit erledigen. Wenn euer Leben in einem Schwebezustand, in einem Flugzustand ist, dann könnt ihr die Dinge handhaben, indem ihr alles überblickt. Dieses

Überblicken ist eine Fähigkeit und sie ermöglicht euch, euch mit den Dingen zu verbinden so wie es notwendig ist. Ein Adler steigt auf, und zwar viel höher als normale Vögel, aber sein Auge kann das kleinste Geschöpf erkennen, das auf der Erde herumkrabbelt. Was für eine Sehkraft! Die Botschaft ist, je höher ihr in euerm Bewusstsein aufsteigt, desto schärfer könnt ihr sehen.

Der Mensch bekommt einen sehr präzisen Blick, wenn er in seinem Bewusstsein aufsteigt. Wenn wir im Flugzeug in höhere Himmel aufsteigen, sehen wir nichts mehr auf der Erde. Die Fähigkeit, die kleinsten Dinge zu erkennen, kommt zu euch, wenn ihr euch in den höheren Ebenen bewegt. Warum ist das so? Weil wir dann das Adlerauge haben. Wenn wir bei dem Vogel, beim Adler sind, dann erhalten wir das Adlerauge und sind dann in der Lage, alles sehr gut anzupeilen. Der Schnabel des Adlers spricht von Zielgerichtetheit, vom Anpeilen. Er peilt an und schießt dann aus großen Höhen zum Ziel herab, trifft das Ziel, ergreift es mit dem Schnabel, und dann hält er es mit seinen Krallen fest. Der Griff des Adlers ist sehr stark. Wenn er eure Hand erfasst, dann ist nicht nur eure Haut angekratzt, sondern auch das Fleisch an der Hand weg. Weshalb erzähle ich dies?

Denkt an den Vogel, denkt an das Leben und denkt daran, mit Hilfe der Lebensprinzipien über eure eigenen Begrenzungen hinauszugehen - vor allen Dingen, wenn ihr im Denken festhängt. Viele hängen im Denken fest. Sie können ihren eigenen Verstand nicht überwinden, weil es schwierig ist, das Denken mit Hilfe des Denkens zu überwinden. Wie könnt ihr euer Denken mit Hilfe des Denkens überwinden? Das geht nicht. Wie könnt ihr auf etwas steigen, solange ihr nicht eine stabile Unterlage habt? Die Pulsierung ist daher der höchste Zustand für das Denkvermögen und auch für die Atmungsaktivität. Wenn ihr euch selbst auf einen höheren Untersatz stellt, dann ermöglicht es euch, aufzusteigen und in höhere Bewusstseinsstadien zu gelangen. Das befreit euch aus dem gegenwärtigen Bewusstseinszustand. Intellektuellen Menschen müsst ihr vorschlagen, dass sie Herzmeditation machen und sich mit dem pulsierenden Prinzip verbinden. Menschen, die sich zu sehr mit dem Leben und den Freuden des Lebens verbinden, müsst ihr Meditation empfehlen, die im Brauenzentrum stattfindet. Auf diese Weise solltet ihr arbeiten. Was jemandem fehlt, darin muss man ihn einführen, sodass er es vervollständigt und einen Ausgleich zwischen seinem Bewusstseinsprinzip und dem Lebensprinzip herstellt.

Auf diese Weise hilft uns das Markandeya-Prinzip und deshalb denken die Menschen an den Seher *Markandeya* und das Mantram, das er gegeben hat: Trayambakam Yajâmahe Sugandhim Puṣṭi Vardhanam Urvârûka Miva Bandhanân Mrityor Mukshîya Mâmritât.

Die Bemühung ist, lass´ mich nicht sterben, sondern lass´ mich zur Erfüllung gelangen. Ich werde selbst herauskommen. Menschen, die nicht rauskommen können, die sterben. Warum sollte jemand, der selbst herauskommen kann, getötet werden? Das Mantra sagt also: bearbeite deine Begrenzungen und überwinde deine Begrenzungen und wenn du so lange mit dieser Einstellung arbeitest, dann wartet sogar der Engel des Todes. Er wird dich nicht berühren, weil du immer noch daran arbeitest, selbst herauszukommen. Ein Küken kämpft im Ei fortwährend mit der Schale. Die Mutter versucht, von außen zu helfen, aber das Küken ist schneller, es kommt schnell heraus, deshalb, sogar der Tod wartet, denn er ist der Schlusspunkt. Sogar der Tod wartet, wenn es die Bemühung gibt, aus den eigenen Begrenzungen herauszukommen. Die eigenen Begrenzungen sind die Begrenzungen, die jede Person sich selbst setzt, dem Zustand seines Denkens entsprechend.

Ein Seher ist jemand, der die Barriere des Denkens überwunden hat. Er hält sein Denken so offen wie den Himmel und er macht es möglich, dass alles geschehen kann. Der Himmel wird Akasha genannt, und er ist offen für Millionen von Avakashas, d. h. für die herabkommenden Gedanken. Im Rigveda heißt es „mögen Gedanken zu mir aus allen zehn Richtungen kommen und mich erheben.“ Wenn ihr mit Hilfe des pulsierenden Prinzips offen für den Himmel seid, dann seid ihr nicht mehr begrenzt auf die routinemäßigen Gedanken, die euch jeden Tag zu schaffen machen. Wir bewegen uns innerhalb der Schale der wenigen Gedanken, die uns fortwährend bewegen und zwar in Bezug auf das Essen, das Bewegen, das Trinken, Schlafen, Sprechen und die Zuwendung zu den weltlichen Dingen. Das ist eine begrenzte Sphäre. Ihr könnt darüber hinausgehen. Dieses Herausgehen hilft uns, die Barrieren von Saturn zu zerbrechen, die Barrieren der Begrenzungen, die Barrieren des Todes. Der Seher *Markandeya* kommt daher des Weges und wir müssen uns mehr

seiner Botschaft widmen, als dass wir sein Mantra voller Angst rezitieren. Die Menschen singen dieses Trayambakam-Mantra, wenn sie sich vor dem Tod fürchten oder wenn sie sich vor einer sehr schweren Krankheit fürchten, dann singt man das Mantra mehr mit Angst. Wenn wir Angst haben und es singen, dann dient es seinem eigenen Zweck nicht wirklich, denn der Zweck des Mantrams ist, die eigene Angst zu überwinden. Angst ist eure Begrenzung. Überwindet eure Angst. Unter welcher Angst leiden wir am meisten? Der Tod ist die schlimmste Angst, nicht wahr? Überwindet also diese Begrenzung, indem ihr beobachtet was ist und beim pulsierenden Prinzip bleibt.

Solange ihr bei dem pulsierenden Prinzip seid, sterbt ihr nicht, das ist das Schöne. Ihr geht vielleicht aus dem Körper heraus, aber ihr werdet nie sterben, weil ihr bei dem Lebensprinzip seid, das ist der Schlüssel. Ein Seher geht regelmäßig mit Hilfe des Lebensprinzips aus seinem Körper heraus und er arbeitet mit Hilfe des Bewusstseinsprinzips. Genau das empfehle ich anlässlich dieses Tags des fröhlichen Lebens, dass ihr mit dem Lebensprinzip übt, das unablässig in euch arbeitet. Bitte beachtet, euer Denkvermögen arbeitet nicht unablässig, es wird unterbrochen während ihr schlaft, denn im Schlaf gibt es kein Denken, aber egal, ob ihr schlaft oder wach seid, das Lebensprinzip ist immer da. Wenn ihr also mehr mit dem Lebensprinzip in euch verbunden seid, indem ihr euch mit dem Vogel der Pulsierung verbindet, seid ihr selbst dann immer noch lebendig, wenn ihr den Körper verlasst. Ihr verlasst den Körper lebendig und mit Bewusstsein, das ist das Schöne.

Hier empfiehlt *Patanjali* den 4. Schritt des Yoga: Möge Pranayama ausgeführt werden, dann gelangt zum Pratyahara, das ist das Aufgehen in eurem eigenen Wesen. Es ermöglicht euch, bis zum Himmel aufzusteigen - zuerst zum Kehlzentrum und später bewegt ihr euch noch weiter nach oben. Die Schwingung der Pulsierung könnt ihr in der Kehle, im unteren Gaumen, im oberen Gaumen, in der Nase und im Brauenzentrum spüren. Ihr könnt dort bleiben und beten und dann könnt ihr sogar über das Brauenzentrum in die höheren Himmel in euch aufsteigen.

Das Bewusstseinsprinzip und das Lebensprinzip steigen gemeinsam in höhere Sphären auf und erleben noch viele weitere Dinge, die ansonsten nicht erfahren werden können. Informationen oder Botschaften können euch durch eine Zeitung, einen Fernsehen oder durch einen Weisheitslehrer vermittelt werden, aber es gibt eine Möglichkeit, dass ihr selbst die Information bekommt und dann spürt ihr die Freude des Wissens und dann helft ihr anderen mit diesem Wissen.

Auf diese Weise können wir alle Pranas in uns verbinden, die ansonsten im niederen Bereich - unterhalb des Zwerchfells - sind. Deshalb sterben jene, die mit ihrem Bewusstsein unterhalb des Zwerchfells leben, sehr schwer, der Tod wird schwierig. Jene, die ihr Lebensprinzip erarbeiten und das Bewusstseinsprinzip erarbeiten - wenigstens bis zum Herzzentrum - sterben viel leichter. Wenn sie bis zum Ajna hinaufsteigen, dann sterben sie dann, wenn sie wollen und jene, die noch weiter aufsteigen, gehen regelmäßig aus dem Körper hinaus und wieder in den Körper hinein und für sie gibt es so etwas wie das Erleben des Todes nicht. Und auf diese Weise ermöglicht uns der Tag des fröhlichen Lebens, dies zu erreichen.

Meister CVV hat dies möglich gemacht in dem Sinn, der Yoga hat es möglich gemacht. Es gibt Seher, die dies schon lange vorher erreicht haben, aber in einem sehr langen Prozess. Mit *Meister CVV* und den Wassermannenergien und der Durchschlagskraft von Uranus erarbeitet ihr dies alles schneller. Wenn ihr daran denkt, in diese Richtung vorwärts zu gehen, dann hilft euch der Meister und er lässt euch schneller vorankommen. Deshalb sollten wir uns mit dem Meister und der Hierarchie, die mit ihm verbunden ist, zusammentun und dann damit arbeiten.

Versucht, ob ihr drei Mal am Tag 24 Minuten damit arbeiten könnt. Optimal sind 3 x 24 Minuten am Tag - 72 Minuten Pranayama gelten als das optimale Pranayama, das reicht.

An einem Tag von 24 Stunden drei Mal, 72 Mal schlägt auch der Puls eines Yogis in einer Minute. In einer Minute pulsiert ein Yogi 72 Mal. Normale Leute, wenn sie gesund sind, haben einen Puls zwischen 60 und 100, aber ein pulsierender Yogi hat 72 Pulsschläge.

72 ist also eine Knotenzahl. 60 x 72 (Pulsschläge) sind dann 4320 Pulsschläge in einer Stunde bzw. 4320 Pulsschläge in 60 Minuten. Diese Pulsierung kann herausgearbeitet werden, wenn wir regelmäßig damit arbeiten.

Fangt an mit 24 Minuten am Tag und bei 72 Pulsierungen in der Minute sind das dann in 60 Minuten 4320 Pulsierungen. Arbeitet damit in drei Meditationen am Tag, das sind dann 72 Minuten, d. h. ihr habt dann noch eine Frist von weiteren 12 Minuten.

Wenn wir in dieser Weise arbeiten, gilt das als der Bestwert, so wird es im Buch *Spirituelle Astrologie* (im Kapitel Pranayama) von *Meister EK* gesagt. Alles ist in den Weisheitsbüchern enthalten und dann müsst ihr das aufgreifen und damit arbeiten, und der 4. Schritt Pranayama lehrt euch, wie ihr mit Pranayama arbeiten sollt:

- Atmet langsam, sanft, tief und gleichmäßig ein - drei Mal,
- dann macht eine Pause,
- dann atmet aus und
- macht eine Pause

und in dieser Pause könnt ihr dann das pulsierende Prinzip spüren und danach bleibt mehr und mehr bei dem pulsierenden Prinzip, bleibt dort und wenn ihr euch mit ihm verbindet, dann ist das so, als wärt ihr in der Abflughalle, wo der Udhana-Flug kommt und euch erhebt.

Macht diese Bemühung, das ist wichtig. Möge diese Erhebung für uns alle geschehen und dies ist eine gute Zeit dafür, besonders wenn ihr im Äußeren nicht viel zu tun, nicht viel zu erledigen habt. Wenn ihr derzeit nicht so viel hinaus könnt, dann ist es besser, ihr geht nach innen und dann könnt ihr damit arbeiten.

Rhythmisch werden

Das Schöne am Lebensprinzip ist, und das ist der letzte Punkt, den ich besprechen möchte, die Lebenspulsierungen sind rhythmisch. Es ist eine sehr rhythmische Arbeit. Das Leben arbeitet mit Rhythmus. Der Herzschlag, er wird so rhythmisch durchgeführt. Das Bewusstsein arbeitet nicht unbedingt rhythmisch. Unsere Aktivität muss nicht rhythmisch sein, während unsere Lebensaktivität in uns rhythmisch bleibt. Habt ihr dies jemals beobachtet? Egal, was ihr tut, das Leben ist bei der Arbeit, das Herz schlägt, die Pulsierung geschieht und die Atmung geschieht. Es ist ein natürliches, rhythmisches Geschehen in uns, aber das Bewusstseinsprinzip hat keinen solchen Rhythmus. Es hat an verschiedenen Tagen verschiedene Rhythmen, aber wenn ihr das Universum seht, dort arbeitet alles rhythmisch. Rhythmisches Arbeiten des Bewusstseins wird daher möglich, wenn ihr das Bewusstseinsprinzip mit dem Lebensprinzip verbindet, denn das Leben hat den Rhythmus. Weil das Leben Rhythmus hat, empfängt auch das Bewusstsein diesen Rhythmus. Wenn ihr bei einer rhythmischen Person seid, dann bekommt ihr die gleiche Energie durch die Verbindung. Wenn ihr euch regelmäßig mit der Arbeitsweise des Lebens in euch verbindet, dann erhaltet ihr den Rhythmus. Wenn ihr den Rhythmus erhaltet, dann habt ihr euer System in Ordnung gebracht, denn das Leben ist rhythmisch. Die intelligente Aktivität ist nicht rhythmisch und dann haben wir eine Unordnung. Wenn das Leben rhythmisch ist und das Bewusstsein auch rhythmisch wird, bekommt auch das Leben eine Ordnung und die Dinge geschehen in einer Ordnung. Wenn in unserem Tun eine Ordnung ist, dann ist die Erweiterung unvermeidlich.

Erweiterung ist die Qualität von Jupiter. Jupiter bewirkt Erweiterung und Jupiter gibt keine Bewusstseinserweiterung, solange man sich nicht selbst so organisiert hat, dass man in jedem Lebensaspekt sehr geordnet ist. Deshalb ist in der *Spirituellen Astrologie* der erste Satz im Kapitel über Jupiter: „Es gibt eine Ordnung in der Anordnung der Dinge“. Wenn die Gegenstände hier sehr ordentlich angeordnet sind, dann sind wir in der Lage, diesen Vortrag weltweit hörbar zu machen. Wenn etwas nicht in der erforderlichen Ordnung ist, dann wird alles, was ich spreche nicht die beabsichtigen Orte erreichen. Während also die Praxis ausgeführt wird und die Rede gehalten wird, und wenn das Bewusstsein nicht in Ordnung ist, dann wird der Zweck nicht wirklich erreicht. Das Bewusstsein bekommt einen Rhythmus, wenn es sich mit dem Leben verbindet, wenn es sich mit dem Rhythmus des Lebens verbindet, der schon in jedem Menschen vorhanden ist. Aus diesem Grund wird vom Meister des 7. Strahls, der der Meister von Gesetz und Ordnung ist, der Adler als Symbol genommen. Es ist eine zeremonielle Ordnung. Magie geschieht, wenn der Mensch

fortwährend rhythmisch arbeitet. Seine Arbeit erweitert sich, sein Bewusstsein erweitert sich, alles, was er tut erweitert sich, erweitert sich, erweitert sich, es erweitert sich über alle Grenzen hinaus! Das wird nur möglich, wenn man einen Rhythmus aufnimmt und dieser Rhythmus ist bereits in euch als Lebensprinzip. Verbindet euer Bewusstseinsprinzip auch damit, macht einen Zeitplan und folgt ihm in Bezug auf eure Stunden, in denen ihr wach seid, in Bezug auf eure Gebetszeiten, die Essens-Zeit, eure Arbeitszeiten und auch in Bezug auf die Stunden, in denen ihr ausruhen und euch entspannen wollt. Alles kann innerhalb eines Tages geordnet werden und ihr könnt sehen, wie weit ihr dem folgen könnt. Das gibt die Fähigkeit, euch zu erweitern.

An diesem Punkt ist der 7. Strahl sehr wichtig im Bereich der Weisheit. Es geht darum, dem Bewusstsein Rhythmus zu vermitteln und dieser Rhythmus kann sehr leicht erreicht werden, mit dem Schlüssel des pulsierenden Prinzips. Aus diesem Grund wird der Adler vom Meister des 7. Strahls als Symbol für all seine ritualistische, rhythmische und Freimaurer-Arbeit genommen.

Dies sind ein paar Gedanken, die zu mir kommen und das ist einfach auch die Übung. Es ist nur eine Übung, der Rest ist Information. Und dann habe ich zu Anfang darüber gesprochen, wie schön es ist, freudig und heiter zu sein. Eine heitere Person schwebt, sie geht nicht unter. Deshalb, führt das Leben schwebend, aber nicht schwimmend! Es gibt Menschen, die im Leben schwimmen. Wie lange wollt ihr schwimmen? Das Schwimmen hat eine Grenze, es wird schon als großartig betrachtet, wenn man den Ärmelkanal (den Kanal zwischen England und Europa) durchschwimmt oder wenn man von Indien nach Sri Lanka schwimmt, aber das Leben ist eine viel größere Entfernung. Es ist eine Schwimmreise, ihr könnt nicht die ganze Zeit schwimmen, ihr solltet lernen zu schweben, und diese Fähigkeit zu schweben kommt, wenn euer Denkvermögen durch die Verbindung mit dem Lebensprinzip erleuchtet wird.

Möge dies für uns alle so sein. Lasst uns vorwärts gehen, nicht nur horizontal, sondern auch vertikal.

Ich danke euch allen für euer Zuhören an einem Sonntag, der normalerweise auf andere Art verbracht wird.

Danke

Namaskaram.