

*Für dessen Tempel das Gewölbe sternklar ist,
In dessen Tempel die Sonn' ist das Bild aus Gold,
Zu dessen Tempel der Mond jeden Monat geht
Und die Botschaft jeden Vollmond hervorbringt,
Und dessen Botschaft der Mond als Wort mit sechzehn Buchstaben singt,
Zu Seiner Religion gehöre ich, Seinen Tempel besuche ich,
Seinen Namen äussere ich, in Seiner Glorie lebe ich,
Ihm erbiere ich den Lotus meines Tages,
Ihm erbiere ich den Lotus meiner Nacht.*

Diese Saatgedanken aus den Meditationen der Spirituellen Psychologie von Dr. Ekkirala Krishnamacharya geben den Ton für den Mond-Boten vom Kreis des Guten Willens. Der Mond ist das reflektierende Prinzip und Symbol des Denkvermögens. Ist es rein und klar, so kann es Eindrücke aus höheren Kreisen widerspiegeln. Besonders die Zeit des Vollmonds ist einer höheren Ausrichtung förderlich, wenn wir genug im Gleichgewicht sind. Die Ausrichtung von Sonne, Mond und Erde am Himmel hilft, die Magie vom Licht der Seele und seiner Manifestation ins Physische herab zu erfahren.

Der Mond-Bote erscheint monatlich zum Vollmond. Er enthält Gedanken aus den Lehren der ewigen Weisheit. Er möchte dazu inspirieren, sie ins praktische Leben umzusetzen.

WIND DES WASSERMANN 11: DER LEBENSSTROM

Die Doppelbewegung

Alles, was existiert, ist ein Fließen auf dem Strom der Existenz. Dieser Strom tritt als ununterbrochener Fluss aus einer Quelle hervor und ergiesst sich mit unermesslicher Geschwindigkeit in die Schöpfung. Im Osten wird der Strom des göttlichen Wortes, der aus der Mutter der Welt hervorkommt, Sarasvati genannt. In der Sarasvati-Hymne heisst es: „Gross ist die Geschwindigkeit vom Strom des Wortes, das herabströmt, und Schwäne kommen ewig aus ihm heraus. Kontempliere über den Klang des Strömens. Bleibe mit diesem Klang vereint.“

Sarasvati wird symbolisch dargestellt als eine weiss gewandete Gottheit, die auf einem Schwan sitzt und ein sieben-saitiges Instrument in ihren Händen hält. Dies ist eine einfache, aber tiefgründige Darstellung der Wahrheit, dass das göttliche Wort über die Pulsierung herrscht und die Schöpfung in 7 Ebenen manifestiert. Das Strömen geschieht als eine Doppelbewegung, von innen nach aussen und auch von aussen nach innen. Es ist das Pulsieren der Schöpfung als Ausdehnung und Zusammenziehung; in uns ist es der Rhythmus von Ein- und Ausatmung. Der Klang der strömenden Bewegung des Atems wird als HAM-SA beschrieben, was auf Sanskrit Schwan bedeutet. Der wiederholte Rhythmus führt von HAMSA zum Klang SAHA-AHAM, „DAS bin Ich“, was schliesslich zum summenden Ton des OM wird.

Wenn unser Denken aufgewühlt ist, geraten wir ausser Atem und die Lebensströme werden dadurch gestört. Indem wir regelmässig den Atemrhythmus beobachten, wird das geschwätige, aufgeregte Denken langsam stiller. Die Zahl der Atemzüge reduziert sich und wir gelangen immer mehr nach innen, in die Höhle des Herzens. Beim Einatmen können wir von der Spitze der Nase aus bewusst nach innen gehen. Durch die darauf folgende Ausatmung wirft uns der aus-

wärtsführende Strom wieder hinaus. Immer wieder gehen wir mit bewusstem Atmen in uns hinein, um uns mit dem inneren Menschen zu integrieren. Im fortgeschrittenen Stadium, wenn Denken und Atmung bewusst vereint sind, erkennen wir, dass beide, Denken und Atem, die nach aussen fließenden Kanäle des einen Stroms der Existenz sind.

Die Doppelbewegung ist die Ursache der zwei Energieströme, die aus dem Urquell in zwei entgegengesetzte Richtungen fließen. Der eine Strom führt in uns die Lebensaktivität durch, der andere die Bewusstseinsaktivität. Der Sitz des Lebens befindet sich im Herzen. Der Sitz des Bewusstseins ist im Kopf, er ist aber auch mit dem Herzzentrum verbunden, welches der Treffpunkt beider Ströme ist. Der Kanal für den Lebensstrom wird der goldene Lebensfaden genannt, der andere der Silberfaden des Bewusstseins. Die Energie unseres Gewahrseins strömt mit dem Denken durch die fünf Sinne in Hunderte von Richtungen nach aussen. Durch die Sinne und die Sexualität fliesst ständig Energie ab in die Objektivität. Wenn wir uns nicht mit dem inneren Quell verbinden, fühlen wir uns wie ausgetrocknet, dumpf und geschwächt.

Ausströmen von Licht, Liebe und Kraft

So wie mit einem Damm das Wasser zur Kultivierung von Feldern genutzt wird, hilft uns das Regulieren der Sinne und der Sexualität, den Lebensstrom für die Auswärtsbewegung zu nutzen. Werden die Energien so zusammengeführt, bewegen sie sich nach oben und steigen auf zum Kehlzentrum und sogar darüber hinaus, bis zum Zentrum zwischen den Augenbrauen. Sobald dort die Knospe des zweiblättrigen Lotus gebildet ist, strömt von der Zirbeldrüse eine leuchtende Flüssigkeit der Gnade herab, die die Heirat zwischen dem himmlischen und dem irdischen Menschen ermöglicht.

Wir können visualisieren, dass wir im pulsierenden Prinzip des Herzens sitzen und uns den Kopf als eine Kugel aus Licht vergegenwärtigen. Vom Kopfbereich strömt über die Kehle Licht durch eine Säule herab bis zu unserem Sitz im Herzen. Dann können wir uns vorstellen, wie wir uns mit Hilfe einer tiefen Ausatmung langsam nach oben bewegen, bis zu dem Punkt, wo wir im Auge auf der Stirn die Seele erleben. Kontemplativ sehen wir, dass sich von den Augenbrauen nach oben ein Lotus entfaltet, wobei unsere Nase den Stiel des Lotus bildet und die Augenbrauen die zweigeteilten Blätter. Die Stirn und den oberen Teil des Kopfes sehen wir als Lichtkugel, die in diesem Lotus liegt. Wie ein gut geschliffener Diamant hat der Lotus 1000 Dimensionen und strömt strahlendes Licht aus. Wir können uns mit dem Reservoir von Licht und Liebe verbinden, so dass jedes Gebet und jede Kontemplation uns mit Licht und Liebe erfüllt. Insbesondere wenn wir die Grosse Invokation sprechen und uns das Ausströmen von Licht, Liebe und Kraft vergegenwärtigen, ermöglichen wir, dass die Energien in einem grösseren Masse einströmen können. Wir müssen diese Energien jedoch verteilen, und zwar nicht einfach durch Denken oder Sprechen, sondern durch Handeln. Erst wenn wir einen Ausfluss schaffen, kann der Einfluss weiter strömen; ohne einen Ausfluss stoppt der Zustrom.

Wenn wir anderen nichts zu geben haben, können wir zumindest Hoffnung, gute Worte und eine positive Haltung vermitteln. Indem wir andere Menschen dabei unterstützen, ihre Schwierigkeiten zu lösen, rufen wir positive Ströme in uns hervor. Sie fliessen in unser Herz und werden in heilende Gedanken transformiert. Heilen stellt den freien Fluss von Lebensenergie her. Die heilenden Ströme werden nicht von uns erzeugt, sondern wir empfangen sie über die planetarische Intelligenz. Sie stammen von den Planeten und insbesondere von der Sonne. Durch die Sonnenstrahlen gelangen sie auf die optische Ebene und durch den Sauerstoff auf die Ätherebene. Der Strom der kosmischen Liebe wird auf dem Planeten von Sirius empfangen, er strömt über die Blauen Berge zu einem heiligen Zentrum im Himalaya. Wenn wir an diesen Ashram denken, sind wir in dem Moment bereits damit verbunden.

Blockaden beseitigen

Auch wenn die Energien immer strömen, kann der Strom nur zu uns fliessen, wenn der Kanal gut ist. Wenn wir in unserem System Ablagerungen haben, stockt der Lebensfluss. Auf jeder Ebene sollten wir Reinigung beachten. Auf der physischen Ebene ist neben der Reinigung des Körpers das Reinigen der Zunge am Morgen sowie die Ausscheidung so wichtig wie eine Dusche. Um emotionale und mentale Blockaden zu beseitigen, ist Wissen und entsprechendes Handeln notwendig. Meditation und Gebet schaffen in einer subtilen Weise Veränderungen in den Körperstrukturen, so dass Blockaden eliminiert werden und der pranische Strom

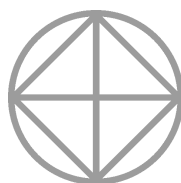
sich ohne Hindernisse über das ganze System verteilen kann. Wir können dies unterstützen, indem wir mental durch den ganzen Körper reisen und sicherstellen, dass es uns bequem ist und dass sich der Körper von Kopf bis Fuss wohl fühlt. Und auch, dass keine Blockaden in unserer mentalen Einstellung vorhanden sind. Wenn das Verhalten anderer nicht unserer Vorstellung von rechtem Verhalten entspricht, dann tolerieren wir das nicht und es gibt in uns eine Blockade. Auch Erwartungen bilden Barrieren. Für einen guten Energiefluss sollten wir unsere Konzepte auflösen und über Fehler oder unterschiedliche Einstellungen anderer einfach hinwegfliessen. Wenn wir Mitgefühl haben, strömt die Liebe und harmonisiert den anderen. Liebe ist ein Geschehen und keine Handlung. Treffen wir uns von Seele zu Seele, dann strömt die Liebe automatisch.

Hindernisse sind Eigenproduktionen, sie existieren nur in uns, nicht ausserhalb. Innere Störungen zeigen sich als äussere Hindernisse. Damit die Hindernisse in der äusseren Welt überwunden werden können, müssen unsere Denkmuster neu strukturiert werden. Manche Leute haben eine Idee, die sich ganz von selbst ausarbeitet. Andere hingegen bringen Ideen, die Kopfzerbrechen bereiten und bei denen man gleich beim ersten Schritt gegen eine Wand läuft. Auch richtige Gedanken, die zur falschen Zeit kommen und nicht richtig ausgeführt werden, behindern den Strom. Haben wir zum richtigen Zeitpunkt den richtigen Gedanken, fliesst der Strom ungehindert. Den Schlüssel dazu hat Jupiter, dessen kosmischer Herr *Ganesha* ist. Wenn wir seine Form durch den Klang *GAM* verehren, findet durch den Energiestrom eine Neustrukturierung statt. Dieser Klang wird all jenen empfohlen, die ihr Denken klären wollen. Es hilft auch sehr, uns auf den Meister auszurichten und ihm die Reinigungsarbeit zu übertragen.

Tanz des Lebens

Um Blockaden aufzulösen wird vorgeschlagen, mit anderen zusammenzuleben. Wo es eine gute Verständigung zwischen Menschen gibt, fliessen die Energien. Kommunikation ermöglicht Zusammenarbeit und gibt die Erfahrung der Gemeinschaft. Die Hierarchie hat Tanz-Gruppen ersonnen, um Rigiditäten und festgefahrene Muster zu lösen. Man tanzt in Gemeinschaft, so dass alle sich mit dem Strom verbinden. Je mehr sich das Ego auflöst, desto mehr verbinden wir uns mit dem Tanz des Lebens und wir können Energie im Überfluss empfangen. Die Energie strömt von der Überseele in uns ein und die Persönlichkeit bietet kein Hindernis mehr. In fester Verbindung mit der Überseele stehen wir im ständigen Fluss des Lebens.

Verwendete Quellen: K.P. Kumar: Das Wassermannkreuz / div. Seminarnotizen. - E. Krishnamacharya: Spirituelle Psychologie. The World Teacher Trust e.V. Edition Kulapati. D-Wermelskirchen (www.kulapati.de - www.worldteachertrust.org).



Guter Wille ist ansteckend !

Der Mond-Bote erscheint auf Deutsch, Englisch, Französisch und Spanisch. Auf Wunsch nehmen wir Sie in unseren E-mail-Versand auf (guter-wille@good-will.ch). Weitere Informationen auf www.good-will.ch . Falls Sie den Mond-Boten nicht weiter erhalten möchten, melden Sie es uns bitte.

Kreis des Guten Willens