

*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.*

## ZEICHEN DER TRANSFORMATION 3: DAS SOLARPLEXUS-ZENTRUM

### Visualisierung

Wenn wir etwas visualisieren, so hat es eine Frische in sich, die keine Wiederholung von etwas ist, was es schon zuvor gegeben hat. Visualisierungen inspirieren und verleihen eine magnetische Strahlkraft. Wir lesen in den Büchern, dass es im Solarplexus einen Lotos gibt, der zehn Blütenblätter hat und der Solarplexus das Denkvermögen repräsentiert. Wir wissen dann nur so viel, wie im Buch beschrieben ist: Fünf dieser Blätter zeigen nach unten und fünf nach oben. Die Blätter, die nach unten gerichtet sind, dienen dem Empfangen aus der Objektivität. Die nach oben gerichteten Blätter verkörpern das subjektive Denken und können wirksam aus der buddhischen Ebene empfangen.

Wenn wir nun unsere Augen schliessen, weil wir meditieren wollen, arbeitet meist der niedere Teil des Denkvermögens weiter und wandert in der Objektivität umher. Die niederen Blütenblätter des Solarplexus sind dann aktiv und die Türen zum Warenhaus des Gedächtnisses offen. Wenn wir aber versuchen, uns etwas vorzustellen, dann verbinden wir uns mit den nach oben gerichteten Blütenblättern. Wir werden langsam für das Subjektive empfänglich und erfahren viele subtile Dinge. Meditation und von Vorstellung begleitetes Lesen stärkt diesen Vorgang. Wenn wir ein Buch lesen und es mit der Vorstellung tun, dass wir in der Gegenwart des Meisters sitzen, dass jemand da ist, der uns das Buch durch das Buch erklärt, weil der Meister durch die buddhische Ebene arbeiten kann, dann wird der Meister unseres Einsseins, die Seele, wachsen. Indem wir uns einer höheren Ordnung zuwenden, kann durch das esoterische Verständnis der ätherischen Gestalt sogar die Gestalt unseres physischen Körpers in eine bessere Ordnung gebracht werden. Durch die Kontemplation über subtile Dinge öffnet sich der Tempel unseres Körpers, ja wir empfinden uns als der Tempel mit dem Allerheiligsten im Herzlotus. Narada gab seinen

Jüngern die Meditation, den Herrn im Herzlotus des eigenen Wesens stehend zu sehen, lächelnd, und sich dabei vorzustellen, dass das Licht von seinen Füßen auf den Solarplexus herabströmt, so dass unser Denkvermögen erleuchtet wird. Das subjektive Denken ist der niederste Punkt, zu dem das universale Bewusstsein herabreichen kann. Dieser Punkt wird in den Weisheitslehren *Chitta* genannt. Es ist der Punkt, der Quell des Lichts im Menschendenken, zu dem aus dem universalen Bewusstsein im Sahasrara das Licht hinabsteigt.

### Die Lotusblätter des Solarplexus

Die Menschheit hat bis heute vor allem mit dem niederen Set der Solarplexus-Lotusblätter gearbeitet, da unsere Gedanken sich fast immer nur um die objektive Welt drehen. Jetzt wird durch das Wirken von Uranus das obere Set von fünf Lotusblättern aktiviert. Uranus ist der esoterische Herrscher der Waage, und im Körper regiert die Waage den Solarplexus. Wenn die fünf oberen Blätter aktiv werden und nach Licht von oben suchen, hilft Uranus, das im Solarplexus vorhandene unerwünschte weltliche Material an mentalen Konzepten und Vorstellungen, an Emotionen und negativen Einstellungen aufzulösen; die wertvollen Dinge bleiben dabei erhalten. Bildlich gesprochen kommt der Lehrer aus dem Herzen herunter zum Zwerchfell; dort sitzend schaut er die Dämonen an, die sich in den unteren Zentren aufhalten, und hebt den Menschen vom niederen zum höheren Pol empor - zur Kehle und dann zum Ajnazentrums. Das Ajnazentrum ist der Sitz der Seele, der Solarplexus das Zentrum des niederen Menschen.

Alle Gefühle, Impulse und Instinkte kommen aus dem Solarplexus. Die Aktivität des Solarplexus springt empor und versucht die Seele zu umgehen. Dann kann die Seele nichts mehr tun, die Persönlichkeit feiert sich selbst. Immer wenn

wir über unsere persönlichen Ansichten sprechen, dann wirken wir durch den Solarplexus. Das Aussprechen der Emotionen steht mit dem Sakralzentrum in Verbindung, und wenn wir unsere niederen Lebenswünsche zum Ausdruck bringen, ist das Basiszentrum einbezogen. Wenn wir keine Energie verlieren wollen, sollten wir nicht vom Solarplexus oder Sakralzentrum aus denken, sondern vom Herzen. Negative Gedanken wie Eifersucht, Ärger, Vorurteile und Festhalten verkrüppeln den Solarplexus und das Sakralzentrum; sie verursachen mit der Zeit chronische Krankheiten. Auch all unsere Krisen empfinden wir im Magen, um den Solarplexus herum. Wenn wir aus der Krise heraus sind, können wir dabei helfen, die Krisen anderer zu neutralisieren. Durch das Morgen- und Abendgebet findet eine Transformation statt, wodurch der Solarplexus neu strukturiert wird, damit wir die Wassermann-Energien besser zum Ausdruck bringen und unseren Mitwesen dienen können.

## Der Alkohol-Ozean

Zwischen den Zentren gibt es Ebenen, die „Meere“ genannt werden. Zwischen dem Solarplexus und dem Herzen gibt es ein Vergiftungszentrum, das der Alkohol-Ozean genannt wird. Dort vergiftet sich der Mensch durch seine eigenen Ideen und Ideale. Viele grosse Leute haben sich an ihre eigenen Ideale verkauft und gedacht, diese wären die Wahrheit. Sie haben eine vergiftete Vorstellung vom Reich Gottes auf Erden und wollen es auf ihre Weise herstellen. Es gibt auch Vergiftungen über Geld, Sexualität, Gier, Macht... Der Alkohol-Ozean ermüdet uns auch, wenn wir hohe Weisheit hören und sie aber nicht aufnehmen können; wir schlafen dann ein. Aus diesem Ozean müssen wir erwachen und uns langsam emporheben. In der Masse wie wir uns neu ausrichten von dem, was wir brauchen zu dem, was andere brauchen, erheben wir uns vom Solarplexus zum Herzen. Dies ist Teil der Brücke von der Persönlichkeit zur Seele. Um diese Brücke beschreiten und zum Herzen aufsteigen zu können, schickt das Göttliche seine Lehrer. Sie versuchen uns zu helfen, so dass wir uns allmählich der Arbeit für den Plan anschliessen können. Vom Herzen aus erkennen wir zunächst die tiefere Absicht unseres Lebens und später den Plan bezüglich der Menschheit.

## Gleichgewicht herstellen

Solange wir durch den Solarplexus vibrieren, mit einer trüben Mischung von Emotion und Verlangen, ist seine Farbe Karminrot. Die Farbe beim gereinigten Solarplexus ist Saffran oder leuchtendes Orange, wie die Gewänder der indischen *Sadhus*. Seine Blütenblätter lenken das Feuer im Körper. Wenn wir mit dem universalen Bewusstsein verbunden sind, ist die Farbe eine Mischung aus Blau und reinem Weiss. Der Saatklang im Zentrum ist LAM. SAM ist der Klang, um Frieden und Ausgeglichenheit zu erlangen. Um den Solarplexus ins Gleichgewicht zu bringen, helfen auch Atemübungen mit langsamem und sanftem Ein- und Ausatmen.

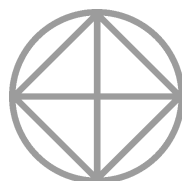
Das Einatmen spüren wir bis zum Solarplexus. Beim Ausatmen spüren wir vom Solarplexus aus das Hinauswerfen. Wenn wir dies regelmässig tun, festigen wir uns in einem klaren mentalen Zustand. Eine der Hauptwirkungen der Atemübung besteht darin, das Gleichgewicht zwischen den Energien von *Prana* (Lebensenergie der oberen Körperhälfte) und *Apana* (unterhalb des Solarplexus) herzustellen, *Samana*. *Samana* ist das dritte *Prana* und beherrscht den Bereich zwischen dem Herzen und dem Solarplexus. Es hält *Prana* und *Apana* im Gleichgewicht. *Samana* hat eine besondere Beziehung zum Magen und der Ernährung des Körpers durch Essen und Trinken. Durch massloses Essen verliert das Zwerchfell seine peristaltische Bewegung und der Solarplexus bildet einen Abwärtssog. Dadurch verliert der Mensch seine Herrschaft über das Denken; er bleibt auf astralen und ätherischen Ebenen gefangen und über lange Zeiten an die grössten Formen des Verlangens gebunden. Es ist wichtig, dass bei Kindern schon früh das subjektive Denken gelehrt wird, zusammen mit der Schulung des objektiven Denkens durch die Erziehung. Dann können sich auch die fünf oberen Blütenblätter des Solarplexus entfalten.

## „Equator Equal“

Die Seher der alten Zeiten visualisierten den Planeten und seine Aktivitäten in Bezug auf den Menschen. Das Ajnazentrum wird dabei in Übereinstimmung mit dem Nordpol und das Basiszentrum mit dem Südpol gebracht. Das Zwerchfell bildet den Äquator zwischen Solarplexus und Herzzentrum. Das planetarische Äquatorprinzip wirkt so auf unser Zwerchfell ein, der Nordpol auf das Ajnazentrum und der Südpol auf das Basiszentrum. Der Polarstern richtet sich auf unser *Sahasrara*. Durch diese Ausrichtung steigt das planetarische Prinzip und in der Folge das planetarische *Prana* in uns hinab. Bei der vierten Einweihung wird sich der Jünger der Erde voll bewusst. Er kann jede bedeutende Aktivität, die auf dem Planeten stattfindet, in seinem System wahrnehmen. Diese Kontemplationen sind erst dann möglich, nachdem unser Denken in die buddhische Ebene absorbiert worden ist. Der Nord- und Südpol sowie der Äquator sind die drei Punkte, die zuerst mit den individuellen Zentren in Übereinstimmung gelangen. Es ist eine grossartige Erweiterung des Bewusstseins, und sie wird von Meister CVV 'Equator Equal' genannt.

Wenn wir über dieses Mantram meditieren, dann werden wir uns ein wenig des Themas bewusst und lernen, uns in Ausgewogenheit zwischen den höheren und niederen Zentren zu bewegen. Wann immer wir dann bewusst unter das Zwerchfell hinabsteigen, erfolgt dies in einer Haltung der Liebe, um anderen Wesen zu helfen.

Verwendete Quellen: K.P. Kumar: *Spirituelles Heilen / div. Seminarnotizen*. - E. Krishnamacharya: *Spirituelle Astrologie. The World Teacher Trust e.V. Edition Kulapati. D-Wermelskirchen* ( [www.kulapati.de](http://www.kulapati.de) - [www.worldteachertrust.org](http://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](mailto:guter-wille@good-will.ch) ). Weitere Informationen auf [www.good-will.ch](http://www.good-will.ch) . Falls Sie den Mond-Boten nicht weiter erhalten möchten, melden Sie es uns bitte.

Kreis des Guten Willens