

*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 16: DIE DREI GUNAS 2 - RAJAS

Die drei Kräftewirbel

Unser Leben ist in ständiger Bewegung. Jeder Augenblick hat eine andere Qualität und kehrt so nicht wieder, auch wenn wir es normalerweise nicht bemerken. Wir beobachten einen Fluss; sein Wasser ist für uns stets dasselbe Strömen. Wir sehen die Sonne aufgehen und halten es für eine täglich gleiche Bewegung. In Wahrheit ist es immer ein neuer Bewegungsprozess. Auch unser Körper verändert sich ständig; ununterbrochen werden Zellen gebildet und lösen sich wieder auf. Wir sind nicht so fest und fixiert, wie wir erscheinen. Fortwährend manifestieren sich Energien, während andere wieder aus der Manifestation verschwinden.

Die scheinbare Existenz ist das Ergebnis einer dynamischen Bewegung der drei Qualitäten der Natur, *Sattva*, *Rajas* und *Tamas*. Auf diesen drei Qualitäten basieren die drei Kräftewirbel unseres Vitalkörpers, die im *Ayurveda* *Kapha*, *Pitta* und *Vata* genannt werden. Das schöpferische Zentrum *Kapha* ist das Resultat von *Rajas* oder Dynamik. Das Verbrennungszentrum *Pitta* ist das Ergebnis von *Tamas* oder Trägheit und das Pulsierungszentrum *Vata* von *Sattva* oder Gleichgewicht. Sie entsprechen den *Brahma*-, *Shiva*- und *Vishnu*-Aspekten des Kosmos.

Der erste Wirbel leitet den Bau der Zellen, der zweite das Verbrennen der Nahrung. Er zersetzt die Zellgewebe, um die Kalorien für die Körperfunktionen bereitzustellen, und er scheidet die Überreste wieder aus. Der dritte Wirbel bewirkt das Gleichgewicht zwischen den beiden anderen Funktionen. Er erzeugt die peristaltischen Bewegungen, die Pulsierungen, die das Herz schlagen, den Magen verdauen und die Nerven und Muskeln oder das Gewebe der Lungen sich ausdehnen und zusammenziehen lassen. Verhalten sich die drei Aktivitäten ausgeglichen, erzeugen sie Gesundheit. In Unausgewogenheit bewirken sie Krankheit.

Es gibt im Sanskrit einen Spruch, der besagt: „Alles Exzessive sollte vermieden werden.“ Jede Aktivität, die über die Ausgeglichenheit hinausgeht, bringt Unausgewogenheit und führt zu Störungen und letztlich zu Krankheit. Im Allgemeinen sind in unserem Leben die drei Qualitäten nicht gut ausgewogen. Gewisse Aspekte haben ein Übergewicht, während andere zu kurz kommen. Wir bewegen uns zwischen zu viel und zu wenig Aktivität, zwischen *Rajas* und *Tamas* hin und her. Wenn wir zu viel denken und nicht wie erforderlich handeln, führt dies zu Konsequenzen. Wenn wir mehr tun als erforderlich und nicht genügend nachdenken, geraten wir in Verwicklungen. Das Problem von *Rajas* ist, dass wir bei unserem Tun auch Dinge vernachlässigen.

Überaktivität

In allen Bereichen menschlichen Handelns herrscht Überaktivität. Unser Denken wird zudem durch übermässiges Marketing in Richtung Verlangen stimuliert. Während wir bereits überaktiv sind, werden wir von Menschen mit einem stärkeren konkreten Denkvermögen noch mehr stimuliert und sind verloren. Wenn wir durch die Stadt gehen und Geschäfte anschauen, wächst in uns sofort das Verlangen, Dinge kaufen zu wollen, auch ohne sie wirklich zu brauchen. Wir kaufen, einfach weil wir es mögen und obwohl wir bereits ähnliche Sachen zu Hause haben. Meist fühlen wir uns enttäuscht, nachdem wir Zeit und Geld verbrannt haben.

Das Geld, das wir unnötig ausgeben, trägt zu unserer Verfestigung bei, und wir erschaffen die Gewohnheit stimulierter Handlungen. Vor das Unterscheidungsvermögen, das aus dem höheren Denken kommt, fällt ein dunkler Vorhang. So sind wir unfähig, Inspiration von dort zu empfangen. Das Denkvermögen brennt wild und schnell und verbrennt Lebensenergie. Überaktive Menschen sind rastlos, verängstigt und gereizt; mit der Zeit brennt so ihr System aus. Überall in der

heutigen Gesellschaft wird Ruhe durch Überaktivität verdrängt. Schon von Kindheit an besteht ein enormer Druck auf Psyche und Nerven. Diese Dauerbelastung kann mit der Zeit zu Krebs, Schlaganfall oder anderen Krankheiten führen.

Überaktivität trägt in sich die Neigung, über andere Menschen entscheiden zu wollen. Der Missionsdrang einiger Religionen ist ein Verfahren, um Menschen zu kaufen. Es wird kostenlos Nahrung, ärztliche Versorgung und Erziehung an die Armen gegeben, um so die eigenen Überzeugungen zu verbreiten. Auch die Werbung kommt aus dieser Art von Aggression. Wir überzeugen die Menschen, gewisse Dinge zu akzeptieren und stören uns nicht daran, ob dies gut für sie ist oder nicht, solange das Geschäft stimmt. Es werden gratis Dinge oder Vergünstigungen angeboten und wir werden so zur Beute solcher Anziehungen. Überaktive Personen tun nichts ohne Motiv. Sie erschaffen jedoch um sich eine Welt, in der sie die Menschen etwas anderes glauben machen, um ihre eigenen selbstsüchtigen Ziele zu verbergen. Solch eine manipulative, besitzergreifende Haltung ist ein Grundproblem überaktiver Menschen und Nationen. Es hält sie jedoch in einer Daueranspannung, denn bewusst oder unbewusst wissen sie, dass sie andere ausgenutzt haben und dass jemand kommen könnte, um es sich zurückzuholen. Jede Form von Aggression wird aus Überaktivität geboren.

Das geschäftige Denken kann sich den Hinweisen, die von der Seele kommen, nicht öffnen. Die spirituelle Triade, die in uns als göttlicher Wille, Wissen und intelligente Aktivität existiert, wird daran gehindert, durch die Persönlichkeit zu arbeiten. Das Körperbewusstsein nimmt die Seele gefangen. Hier werden Entspannungs- und Meditationstechniken wichtig, um ruhig beobachten zu können, was in uns geschieht. Kontemplation und Meditation machen das niedere Denken aufnahmefähig und ermöglichen der spirituellen Energie, in uns herabzufließen. Dies entwickelt in uns eine gesunde psychische Energie. Und wenn wir nicht den Menschen und Dingen nachjagen, sondern uns den unmittelbar anstehenden Aufgaben widmen, so wird uns das Leben das bringen, was uns gebührt. Die Weisheit besteht darin, warten zu können, das zu tun, was gerade jetzt getan werden muss und auch die Schwierigkeiten des Lebens mit innerer Freude zu akzeptieren. Es kommen dann die richtigen Menschen und Dinge zu uns und wir verpassen sie nicht durch unsere Überaktivität.

Die Meister der Weisheit schlagen nicht selbständig einen Handlungsplan vor; sie halten auch niemanden von seinen Plänen ab oder bewegen ihn zu einer Tat. Wir geben jedoch ungefragt Ratschläge und erwarten, dass andere sie befolgen. Auch wenn wir uns ungefragt in ein Gespräch einmischen, ist dies eine Überschreitung, eine subtile Aggression. Im Yoga heisst es, wir sollen uns nicht in etwas einmischen, wozu wir nicht eingeladen werden. Selbst wenn wir einen Hinweis geben könnten, sollten wir es nicht einfach tun. Wenn eine Person den Rat durch uns benötigt, wird sie uns fragen. So arrangiert es die Natur. Für überaktive Menschen ist es schwer, dies zu akzeptieren.

Wenn wir jedoch ein überaktiver Mensch sind, so ist es besser, die Extraenergien in eine gute Arbeit zum Wohlergehen

anderer zu lenken. Und wenn wir etwas tun, sollten wir uns darauf fokussieren, um uns nicht in Nebensächlichkeiten zu verlieren und das Wesentliche zu verpassen: „Beeile dich langsam.“

Das innere Rajas überwinden

Warum sollten wir nicht einfach für eine bestimmte Zeit nur still und schweigend sein? Doch unser Denken macht uns ständig Vorschläge, die aus der Qualität des *Rajas* in uns entstehen. Wenn wir sie alle ins Handeln umsetzen, bekommen wir Berge an Arbeit. Wir schaffen uns unnötige Verpflichtungen und haben mehr Programm als erforderlich. Das Gefühl, ständig etwas tun zu müssen, ist eine durch *Rajas* erzeugte Krankheit. Wir rotieren so fortwährend wie in einem Rad, und der Gedanke ist immer nur, was kommt als Nächstes? Wir wollen wissen, was an anderen Orten der Welt los ist oder worüber die Leute sprechen. Wir empfinden rasch Monotonie und sehnen uns nach Veränderung bei unserer Arbeit, mit Freunden oder mit der Wohnung.

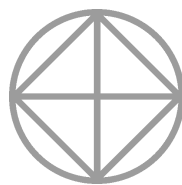
Selbst wenn Vorschläge immer wieder aus uns hervorkommen, brauchen wir uns nicht beeilen, sie zu realisieren. Wir müssen jedoch auch wachsam sein, sonst verpassen wir eine wichtige Botschaft, die zu uns kommt. Wir sollten daher gute Ideen in einem Notizbuch festhalten. Wenn etwas rasch getan werden muss, wird die Idee auch durch jemand anderen auf uns zukommen. Wir sollten sie wenigstens ein zweites Mal hören.

Auch wenn eine Idee gut ist, bedeutet es nicht, dass sie von uns umgesetzt werden muss. Bevor wir in etwas hineingehen, sollten wir auch erst überprüfen, ob wir die Zeit, die Mittel und das Können dafür haben. Vielen Ideen sterben wieder ab, wenn wir das *Rajas* in uns kontrollieren.

Von innen und von aussen können Vorschläge auf uns zukommen, die uns von unserem Pfad abbringen. Wir mögen eine gute Position angeboten bekommen oder viel Geld, doch es mag uns von unserem Lebenszweck ablenken. Wer eine grosse Persönlichkeit in der Objektivität ist, neigt dazu, vom Schaum gesellschaftlicher Verpflichtungen absorbiert zu werden und auf seinem spirituellen Pfad steckenzubleiben.

Wenn wir aufhören, uns mit den Vorschlägen unseres eigenen *Rajas* zu beschäftigen, gelangen wir nicht in einen Zustand von Passivität, sondern von innerer Stille. Wir können dann DEN Vorschlag erkennen, der von innen, von der Seele kommt. Dies nennen wir den Willen des Vaters. Wenn dieser Wille durch uns wirkt, erleben wir ihn als unseren eigenen Willen. Meister CVV gab nur eine einzige Instruktion für die Befreiung - durch die Anrufung das eigene Selbst ganz zu unterstellen. Die Gegenwart des Meisters bewirkt einen Reinigungsprozess, der die schmutzigen Wasser der Persönlichkeit destilliert und die Ecken und Kanten abrundet, bis das Licht der Seele voll erstrahlt.

Verwendete Quellen: K.P. Kumar: Sri Suktam / div. Seminarnotizen. E. Krishnamacharya: Science of Healing. 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