

# **GEDANKEN EWIGER WEISHEIT**

*Ausgewählte Gedanken geistiger Lehrer der*

**UNIVERSALEN BRUDERSCHAFT DES LICHTS**

# *Nachschlagewerk*

*zu*

*Fragen des täglichen Lebens*

**BUCH 33:**

*Meditation als der Weg zu einem  
harmonischen Leben*

## *BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM HARMONISCHEN LEBEN*



Um zu verstehen, was die wahre Religion ist, müssen die Menschen sich dem Licht, der Wärme und dem Leben der Sonne nähern, das heißt, die Weisheit suchen, die erhellt und die Probleme löst, die uneigennütige Liebe, die verschönert, ermutigt und tröstet und das subtile, spirituelle Leben, das aktiv, dynamisch und mutig macht. All dies, um auf der Erde das Reich Gottes und seine Gerechtigkeit zu verwirklichen. Diese Religion kann niemand bekämpfen. Wer versucht, sie zu zerstören, der zerstört sich selbst, weil er sich begrenzt.

Wenn dieses Verständnis einer universellen Religion die Menschen durchdrungen hat, dann wird die gesamte Organisation des Lebens universell. Es wird keine Trennungen mehr zwischen den Menschen geben, keine Grenzen und keine Kriege. Indem sie die Sonne in ihren erhabenen Offenbarungsformen als Licht, Liebe und Leben erkennen, nähern sich die Menschen immer mehr der Gottheit und machen aus der Erde einen Paradiesgarten, in dem alle brüderlich zusammenleben. Alle sollten die universelle Religion und die universelle Brüderlichkeit akzeptieren, welche die Sonne uns lehrt.



Idee & Herstellung für dieses Nachschlagewerks:

*Benjamin Christ - Himmelreich, April 2007*

*BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM  
HARMONISCHEN LEBEN*

Die Einweihungswissenschaft lehrt uns, dass in der Natur die Religion, die Wissenschaft und die Kunst eine Einheit bilden. Es ist daher ein großer Fehler der Menschen, sie getrennt zu haben, was sogar Streitigkeiten zwischen ihnen heraufbeschwört hat. Solange sie sie getrennt halten, fehlt ihnen etwas, um das Leben zu verstehen. Wissenschaft, Religion und Kunst bilden eine Einheit, dank derer der Mensch sich voll entfalten kann. Die Wissenschaft ist ein Bedürfnis des Intellekts. Die Religion ist ein Bedürfnis des Herzens. Und die Kunst ist ein Bedürfnis des Willens, der etwas ausdrücken, etwas erschaffen, erbauen will... Und diese drei Bedürfnisse sind im Menschen eng verbunden, denn das, was ihr denkt, fühlt ihr anschließend und führt es schließlich aus.

*BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM  
HARMONISCHEN LEBEN*



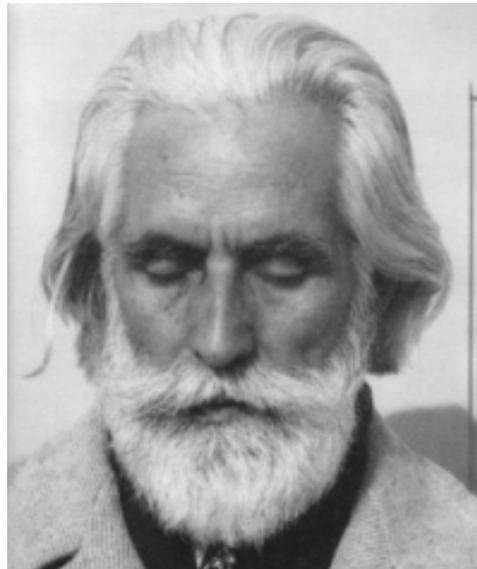
Beinsa Douno (Peter Deunov)



Dr. Otoman Zar Adusht Ha'nish



Anastasia



Omraam Mikhaël Aïvanho

*BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM  
HARMONISCHEN LEBEN*

*Enzyklopädie des Einweihungswissens*

***Buch 33: Meditation als der Weg zu einem  
harmonischen Leben***

Wenn ihr ernsthaft mit dem Himmel in Verbindung treten wollt, so bemüht euch zunächst, die Gipfel eures inneren Wesens zu erklimmen, und haltet euch in Gedanken so lange wie möglich dort auf. Da es jedoch schwierig ist, diese Intensität lange aufrechtzuerhalten, könnt ihr nach einem Moment eure Konzentration wieder lockern und euch vom Licht tragen lassen, als ob ihr auf einem ruhigen Meer treibt. Ihr denkt nicht mehr, ihr fühlt fast nichts mehr, aber eure Seele ist lebendig und schwingt und nimmt die reinsten und lichtvollsten Elemente in sich auf. Wenn ihr euch dann wieder um die Dinge des täglichen Lebens kümmern müßt, spürt ihr, daß diese geistigen Elemente alles in euch geordnet und harmonisiert haben, denn euer Wunsch etwas zu tun, den anderen zu helfen, sie zu lieben, hat zugenommen. Und das ist eine Empfindung, die nicht täuscht.

Nach einer Meditation über die Unermeßlichkeit Gottes, die er nicht erfassen konnte, fragte eines Tages ein Schüler seinen Meister, warum Gott so groß sei. Der Meister antwortet: "Gott ist so groß, weil er sich um die kleinsten Dinge kümmert." Was auch bedeutet, daß all jene, die die demütigsten, armen, unglücklichen, ungebildeten Menschen verachten, niemals wahre Größe erreichen. Als Jesus die Armen, die Kranken und selbst die Prostituierten besuchte oder als er die Kinder auf den Schoß nahm, zeigte er, daß er dieses Gesetz kannte. Diejenigen, die nur mit den Reichen, den Gelehrten, den Mächtigen Kontakt suchen und die Begegnung mit den Einfachen ablehnen, werden niemals die Größe Gottes kennen.

Auf der physischen Ebene haben die Menschen gigantische Dinge verwirklicht. Man kann nicht übersehen, wie sehr der wissenschaftliche und technische Fortschritt das Leben verwandelt hat. Aber das reicht nicht aus. Die Menschen sind jetzt dank der Fähigkeiten des Geistes dazu aufgerufen, noch wichtigere, für sie noch lebensnotwendigere Dinge zu verwirklichen. Sie müssen lernen, durch Meditation und Gebet in Verbindung mit der Welt des Geistes zu treten, damit das Licht, die Liebe und die Macht des Geistes auf die Erde herabsteigen, in ihr Inneres und in alle Wesen ihrer Umgebung. Die wissenschaftlichen und technischen Fortschritte haben Grenzen, und sie stellen sogar Gefahren dar. Wenn all diese Entdeckungen nicht durch eine höhere Vision beherrscht werden, wird die Menschheit von ihnen überrollt, überwältigt und vernichtet. All das, was durch Wissenschaft und Technik realisiert worden ist, genügt nicht, um das Leben zu verändern. Nur durch den Geist wird das Leben wirklich umgewandelt, denn Frieden, Freiheit und Brüderlichkeit sind Verwirklichungen des Geistes.

Indem wir lernen, im Zentrum zu bleiben, erlangen wir die wahre Kraft. Wenn ihr das Gefühl habt, dass Dunkelheit und Kälte auf euch übergreifen, braucht ihr nicht lange zu fragen warum, die Antwort liegt auf der Hand: Ihr habt euch vom Zentrum, von der Sonne entfernt. Beeilt euch daher, euch aufs Neue dem Zentrum zu nähern und ihr werdet spüren, wie das Licht, die Wärme und das Leben in euch zunehmen. Das Zentrum, die Sonne im Menschen, ist der höchste Punkt in ihm, sein Geist, sein höheres Selbst; die Peripherie hingegen ist der Ort, wo er Aufregung und Unruhe begegnet, wenn sein Bewusstsein sich entfernt und all das

## *BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM HARMONISCHEN LEBEN*

aufgibt, was nicht sein höheres Selbst ist. Darum müsst ihr euch immer überwachen und euch sagen: »Sehen wir mal, wo ich heute bin!... Aha! Ich spüre, dass ich mich an die Peripherie verirrt habe. Was erwartet mich da?« Bestimmt nichts Gutes, das ist sicher, also beeilt euch, zum Zentrum zurückzukehren. Und wie? Durch das Gebet, die Meditation, durch eine bewusst hergestellte Verbindung mit dem erhabenen Zentrum, mit Gott.

Ist eine Mahlzeit beendet, dauert die Verdauung der Nahrungsmittel drei oder vier Stunden. Dennoch ist der Hunger sofort gestillt, und man fühlt sich gestärkt, sobald man vom Tisch aufsteht. Man ist kräftig und bereit, wieder an die Arbeit zu gehen. Das beweist, dass der feinstofflichste Teil der Nahrung während des Kauens vom Mund aufgenommen wird, und dass gerade diese feinstofflichen Elemente uns Energie und Dynamik verleihen. Nur der materiellste Teil der Nahrung wird vom Magen und den Eingeweiden assimiliert.

Seid jetzt nicht erstaunt, wenn ich euch erkläre, dass die Meditation dem Kauen einer Idee vergleichbar ist. Wenn ihr über ein symbolisches Bild, einen philosophischen Begriff oder eine göttliche Idee meditiert, ist das so, als ob ihr sie »kauen« würdet. Und dieser Vorgang kann nicht ohne Wirkung bleiben: Ihr empfangt dann in eurem Überbewusstsein einen kraftvollen Energiestrom, dank dem ihr eure Arbeit im Felde des Herrn fortsetzen könnt.

Gebet, Meditation und Ekstase sind eine Art und Weise sich zu ernähren. Dank ihnen kostet man eine himmlische Nahrung, das Ambrosia, die Nahrung der Unsterblichkeit. Es ist nicht materielle Nahrung, aber sie hat auch ihre Entsprechung auf der physischen Ebene. Die Alchimisten haben sie das Elixier des ewigen Lebens genannt. Dieses Elixier findet man überall in der Natur, und es ist die Sonne die es verteilt. Wir gehen deshalb im Frühling und im Sommer jeden Morgen zum Sonnenaufgang, damit es uns gelingt, diese Quintessenz des Lebens zu trinken, die die Sonne im Universum verteilt und von der Felsen, Pflanzen, Tiere und Menschen Teilchen aufnehmen. Alle lebenden Wesen fangen diese Teilchen unbewußt auf, aber die Menschen können lernen, sie bewußt aus diesem Fluidum, welches das Licht der Sonne ist, aufzufangen.

Dank seiner feinstofflichen Körper ist der Mensch mit dem ganzen Kosmos in Verbindung. Er lebt und schwingt mit der Universalseele, mit allen Generationen der fernen Vergangenheit, er ist in Kontakt mit der Welt der Ideen, der Archetypen, der Gesetze, Kräfte und Wahrheiten. Diese Welt kann sich in ihm in Form von Bildern und Symbolen spiegeln. Wenn ihr über bestimmte sehr hohe Wahrheiten meditiert, die der Kausalebene angehören, entsteht eine Bewegung in den Tiefen eures Unterbewußtseins. In dem Moment erscheint eine Form, die Form eines Wesens, eines Objekts oder einer geometrischen Figur. Auf diese Weise erklären sich Wahrträume und prophetische Visionen. Wenn ihr selbst die genaue Entsprechung finden müßtet, würde euch das nie gelingen, weil es Tausende symbolischer Formen gibt. Nur die Natur kennt die Entsprechung zwischen den Dingen und zeigt eurem Geist ein Bild, das genau dem Thema entspricht, auf das ihr euch konzentriert.

Laßt euch nicht auf gefährliche Versuche ein, wie sie euch in den verschiedensten Büchern der okkulten Wissenschaft vorgeschlagen werden. Denn unter dem Vorwand, euch die Wege der unsichtbaren Welt zu öffnen, führen sie euch nur auf gefährliche Pfade. Wenn ihr wollt, daß ihr eines Tages aus eurem Körper austreten könnt, dann gebe ich euch folgende ungefährliche Übung dazu.

An manchen Morgen, wenn ein grauer und nebliger Himmel euch ein wenig schläfrig macht, dann versucht euer Denken anzuhalten, anstatt euch zu konzentrieren und meditieren zu wollen, was unnütz wäre, weil die Bedingungen ungünstig sind und es euch doch nicht gelänge. Laßt eure Seele sich im Raum ausbreiten und stellt euch vor, daß sie sich mit der Universalseele vereint und mit ihr verschmilzt. Bei ihrer Rückkehr wird sie euch dann einige

## *BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM HARMONISCHEN LEBEN*

Bilder mitbringen von den Regionen, die sie gesehen hat. Macht euch aber keine Illusionen: die Qualität dessen, was ihr zu sehen bekommt, hängt von euch ab, von der Art und Qualität eurer Gedanken. Wenn ihr daher mit der unsichtbaren Welt in Verbindung treten wollt, beginnt damit, eure innere Welt zu reinigen.

Warum fühlt ihr euch nach einer Meditationsübung so erfüllt? Äußerlich ist, objektiv gesehen, nichts geschehen, ihr habt scheinbar nichts empfangen. Und doch seid ihr in der Fülle. Ja, weil ihr eure Seele und euren Geist genährt und getränkt habt. Und in diesen „Restaurants“ von Seele und Geist ist es nicht so wie auf der physischen Ebene, wo ihr mehrmals täglich essen und trinken müßt, um nicht Hunger und Durst zu leiden und euch kraftlos zu fühlen. Die Nahrung, die ihr in den feinstofflichen Regionen von Seele und Geist zu euch nehmt, sättigt und erquickt euch tagelang. Die göttliche Welt enthält Elemente von solchem Reichtum, daß das Gefühl der Fülle, die sie euch vermittelt, euch nicht mehr verläßt, auch wenn ihr sie nur ein einziges Mal gekostet habt. Nichts kann euch mehr die Gewißheit nehmen, daß ihr die Ewigkeit gekostet habt.

Ihr beklagt euch oft, daß ihr ohne großes Ergebnis meditiert. Das kommt daher, daß ihr euch auf zu ungleiche Dinge konzentriert, oder sogar auf solche Themen, die euch zu sehr übertreffen, als daß ihr wirkungsvoll meditieren könntet. Wenn ihr also Schwierigkeiten habt, beginnt damit, euch auf das Licht zu konzentrieren. Das ist nicht schwierig, ihr wißt alle, was es ist. Ihr werdet euch in eurer Bemühung unterstützt fühlen, und alle zusammen werden eine einheitliche Schwingung von unerhörter Kraft hervorbringen, weil jeder im Einklang mit dem Licht vibriert. Ihr könnt diese Übung mit dem Licht allein bei euch zu Hause machen. Aber wenn ihr sie auch hier macht, wenn wir uns alle versammeln, wird seine Kraft bis ins Unendliche gesteigert und vervielfältigt sein, um die ganze Menschheit zu berühren und ihr helfen zu können. )

Meditiert über die Einheit. Versucht, eure Energien einheitlich auf ein möglichst hohes Ziel zu orientieren und arbeitet Tag und Nacht, um diese Richtung beizubehalten. Die körperlich Schwachen können auf die Einheit als Gesundheit meditieren, sie mögen die Einheit suchen, um die Gesundheit wiederzufinden. Diejenigen, die das Licht suchen, arbeiten daran, die Einheit in ihren Intellekt zu bringen. Man findet hier dasselbe Phänomen, wie bei einem Elektrizitätswerk. Dank einer Zentrale kann man ein ganzes Gebiet mit Strom versorgen, und es genügt, in jedem Haus nur den Stecker in die Steckdose zu stecken und alles, Lampen, Lüfter, Herd, Kühlschrank, Waschmaschine, Staubsauger, Radio und Fernseher, Tonband, usw. funktioniert. Ebenso ist es, wenn es euch gelingt, die Einheit in euch zu schaffen: Alle Organe empfangen den Strom, und das Herz beginnt zu lieben, das Gehirn zu denken und der Wille zu handeln.

Wenn wir beten, wenn wir meditieren, wird unsere Seele vom universellen Geist und unser Geist von der Universalseele angezogen. Und wenn sie sich begegnen, ergießt sich die Fülle in uns. Diese Begegnung gibt unserem Gebet und unserer Meditation einen Sinn. Aus welchem Grund sollte man sonst beten? Beten ist etwas anderes als an dem Herrn die Forderungen zu stellen: „Ich brauche dies! Ich will das!“ Das Gebet gibt uns die Möglichkeiten, die wahren Dimensionen unseres Wesens zu finden. Der Sinn des Gebetes und aller spiritueller Übungen ist genau dieses Aufeinandertreffen von etwas in uns mit etwas von der gleichen Natur im Universum. Es gibt da eine Begegnung: das Aufeinandertreffen zweier entgegengesetzter Wesen. Diese Begegnung ist das größte Geheimnis der Religion, es ist die menschliche Seele, die den göttlichen Geist sucht und der menschliche Geist, der die Universalseele sucht. Unsere Seele wird vom kosmischen Geist

## *BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM HARMONISCHEN LEBEN*

befruchtet und unser Geist befruchtet die Universalseele. Auf diese Weise werden wir echte Schöpfer.

Bemüht euch, euch in euren Meditationen und Gebeten immer höher zu erheben. Ihr könnt euch helfen, indem ihr euch vorstellt, dass ihr einen Berg besteigt. Dieses Bild wird euch zu einem anderen Berg in eurem Inneren führen, und so werdet ihr nach und nach den Gipfel erreichen, die Kausalebene\*, wo ihr größere Möglichkeiten haben werdet, eure besten Gedanken und Wünsche zu verwirklichen.

Jesus hat gesagt: »Baut euer Haus auf Fels.« Der Felsen ist ein Symbol für die Kausalebene. Auf der Kausalebene seid ihr in Sicherheit, nichts kann euch etwas anhaben, weil ihr sehr hoch oben seid und auf festem Boden steht. Wenn ihr hingegen eure Wohnung auf der Mentalebene oder auf der Astralebene errichtet, dort, wo die Gedanken und Gefühle egoistischer und persönlicher sind, wadet ihr in den Sümpfen herum und werdet immer verletztbar sein. Ihr müsst euch weiter oben niederlassen, auf den Höhen der Kausalebene. Nur unter diesen Umständen seid ihr unverletzbar, außer Reichweite.

Täler, Quellen, Berge, Abgründe und alle anderen Elemente der Natur besitzen symbolische Bedeutung und haben eine Entsprechung zu den Wirklichkeiten des Innenlebens. Wenn jemand über eine philosophische oder mystische Wahrheit meditiert, besteigt er innerlich einen hohen Berg, denn diese Wahrheit verbindet ihn mit dem Himmel und die Quelle, die in ihm zu fließen beginnt, reinigt und belebt ihn. Den Gipfel anzustreben heißt, ein hohes Ideal zu haben, in sich die edelsten Gedanken und Gefühle zu nähren. In einen Abgrund zu fallen, bedeutet, den niedrigsten Instinkten freien Lauf zu lassen, von denen man mehr und mehr verschlungen wird. Aber die Gipfel und Abgründe sind eng miteinander verbunden, denn die Abgründe sind umso tiefer, je höher die Gipfel sind. Das ist eine weitere Wahrheit, über die es sich zu meditieren lohnt.

Die mächtigste Magie liegt nicht in einem Zauberstab, in Talismanen, Zauberbüchern oder Beschwörungen. Die mächtigste Magie befindet sich im Herzen. Wenn das Herz euren Worten oder Gesten keine Intensität verleihen kann, bleiben sie wirkungslos. Und wenn das Gegenteil geschieht, daß ihr keine Formel aussprechen und keinerlei Gesten machen könnt, aber Liebe in eurem Herzen habt, so wird euch der Himmel hören und erhören; laßt Talismane und magische Formeln beiseite, aber betet von ganzem Herzen und ihr werdet erhalten, was ihr wünscht.

Es kommt vor, daß ihr euch nach einer Meditation oder einem Gebet außerordentlich erfüllt fühlt. Warum ist das so? Dem Anschein nach habt ihr nichts erhalten, und doch fühlt ihr einen Überfluß, als ob ihr gegessen und getrunken hättet. Im >Gasthaus< der Seele und des Geistes ist es nicht mehr wie auf der physischen Ebene, wo ihr dreimal täglich essen müßt, um nicht hungrig und kraftlos zu werden. Die Nahrung, die ihr in den höheren Ebenen der Seele und des Geistes zu euch nehmt, kann euch für mehrere Tage satt machen. Die göttliche Welt enthält Elemente von einer solchen Reichhaltigkeit, daß euch das Gefühl der Fülle, das sie euch vermitteln, nicht mehr verläßt, wenn ihr sie auch nur einmal kosten könnt – nichts kann euch mehr dieses Gefühl der Ewigkeit wegnehmen.

In manchen Nächten, wenn der Himmel klar ist, solltet ihr einen Moment innehalten, um die Sterne zu kontemplieren. Stellt euch vor, daß ihr die Erde verlaßt, mit ihren Kämpfen und Tragödien und daß ihr Bürger des Himmels werdet. Meditiert über die Schönheit der Sternbilder und über die Größe der Wesen, die sie bewohnen. Indem ihr so immer weiter in den Raum aufsteigt, werdet ihr euch erleichtert und befreit fühlen und vor allem den Frieden finden, der sich mit der Zeit in allen Zellen eures Wesens niederläßt. Indem ihr über die

## *BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM HARMONISCHEN LEBEN*

Weisheit meditiert, die das Universum und die Geschöpfe, die es bewohnen, erschaffen hat, werdet ihr fühlen, wie eure Seele sehr feine Antennen ausstreckt, die es ihr ermöglichen, mit den entferntesten Regionen zu kommunizieren. Das sind erhabene Momente, die man nachher niemals mehr vergessen kann.

Wenn ihr das Gefühl habt, daß Meditation und Gebet euch nichts oder nicht viel bringen, dann liegt der Grund darin, daß ihr versucht aufzusteigen, ohne euch vorher von euren alten, dicken und groben Kleidern – symbolisch gesprochen – befreit zu haben. Was soll eure Seele unter solchen Bedingungen denn erhalten können? Das Licht und die Antworten des Himmels können nicht durch diesen Panzer bis zu euch vordringen. Ihr müßt ihn ablegen und euch dem Himmel in leichten, durchsichtigen Kleidungsstücken vorstellen, d.h. zuallererst daran arbeiten, euch von euren Begehren, Berechnungen, euren falschen Ideen und eurer Engherzigkeit zu befreien. Wenn ihr das erreicht habt, werdet ihr spüren – kaum daß ihr die Augen verschlossen habt, um euch mit dem Himmel zu verbinden – wie alle seine Segnungen euch zuströmen.

Wenn ihr meditiert, wenn ihr intensiv betet, erzeugt ihr harmonische Wellen, und diese Wellen berühren Männer und Frauen in aller Welt, die sich der Idee der Bruderschaft öffnen, für die wir arbeiten. Ja, durch die starken und harmonischen Wellen, die ihr ausstrahlt, sendet ihr Botschaften, die von empfänglichen und bereiten Wesen aufgenommen werden. Oft fassen sie den Entschluss, für den Frieden und die Bruderschaft in der Welt, für die Verbreitung des Lichts und für die Ehre Gottes zu arbeiten, ohne zu wissen, woher dieser Antrieb kommt. Wo immer sie sind und wer immer sie sein mögen, auch wenn wir sie nicht kennen, sind alle diese Wesen mit uns verbunden, denn es ist in den Plänen des Himmels, dass alle Kinder Gottes sich vereinigen, um Sein Reich auf Erden zu verwirklichen.

Tag und Nacht beschäftigt man seine Gedanken mit allen möglichen belanglosen Dingen. Das ist der Grund, dass man, wenn man dann meditieren und sich mit dem Licht verbinden will, große Schwierigkeiten hat... Wie viele beschwerten sich: »Ach, wie ist es schwierig zu meditieren, sich auf ein spirituelles Thema zu konzentrieren! Man wird ständig von seltsamen Gedanken und Gefühlen heimgesucht, die einen ablenken ... « Und es gibt sogar wirklich dramatische Fälle. Manche Menschen sind, wenn sie in der Meditation mit sich selbst konfrontiert sind, so durcheinander und überrascht von der Natur der Eindrücke und Strömungen, die sie durchqueren, dass sie sich einbilden, diese seien ihnen von anderen geschickt worden, die ihnen Böses wollen. Nein, man darf die unangenehmen Gefühle, die man empfindet, nie auf eine äußere Ursache zurückführen. Durch das Leben, das die Menschen führen, haben sie in ihrem Inneren chaotische Gedanken und Gefühle geschaffen, vervielfacht und verstärkt. Im Laufe des alltäglichen Lebens wird ihnen das vielleicht nicht bewusst. Wenn sie aber in einem Moment der Stille eine Pause machen wollen, um sich mit dem Licht zu verbinden, fühlen sie sich bedrängt von unerwünschten Wesenheiten, die sie aber selbst angezogen haben. Beginnt also damit, in euch selbst die Ursache für eure Schwierigkeiten zu suchen und arbeitet daran, eure Gedanken zu beherrschen. Eines Tages werdet ihr schließlich triumphieren.

Spürt ihr das Bedürfnis, beschützt zu werden? Dann denkt an das Licht. Bemüht euch darum, es durch Meditation und Gebet in euch aufzunehmen. Vom Standpunkt der Einweihungswissenschaft betrachtet ist das Licht etwas anderes als die physikalische Erscheinung, die wir kennen. Im spirituellen Wissen bezeichnet das Wort Licht alle Segen spendenden Wesen. Wenn sich diese Wesen einmal in euch niedergelassen haben, widersetzen sie sich den schlechten Kräften. Das heißt nicht, dass das Licht verhindert, dass ihr manchmal noch von etwas geplagt werdet. Leider ist man, solange man sich auf der Erde

## *BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM HARMONISCHEN LEBEN*

befindet, nie vor Angriffen und Kämpfen sicher. Selbst ein Eingeweihter muss sich schützen. Ja, auch der reinste, größte und mächtigste Eingeweihte muss immer an seinen Schutz denken, indem er Schranken aus Licht und Flammenkreise zwischen sich und die angreifenden Geister des Bösen stellt. Wie können schwache und unwissende Leute da nur glauben, dass sie keinerlei Schutz brauchen?

Die Menschen sind beschäftigt. Sie sind sogar überlastet, aber sie denken nicht daran, sich mit Tätigkeiten zu befassen, die ihr Leben verbessern könnten: die Meditation, die Kontemplation, das Gebet. Denn diese Tätigkeiten lösen in dem, der sie praktiziert, Kräfte aus, die fähig sind, die negativen Zustände zu neutralisieren, zu verwandeln. Ja, sogar auf die Gesundheit haben die spirituellen Tätigkeiten einen wohltuenden Einfluß. Man kann natürlich auch so weiterhin essen, trinken, schlafen, gehen und arbeiten, aber ohne diese intensive, anregende, belebende innere Schwingung beginnen allmählich sogar die physiologischen Funktionen nachzulassen, und dieses Langsamerwerden erzeugt Ablagerungen, die den Organismus mit Abfällen belasten. Daher ist es empfehlenswert, spirituelle Übungen zu machen, und wäre es nur, um bei guter Gesundheit zu bleiben.

**(JULI 28, 2003)**

Derjenige, der das Wort führt, zeigt, daß er die Initiative haben, lenken und sogar dominieren will. Im Gegensatz dazu verrät jener, der in Stille verharrt, daß er bereit ist zuzuhören und anzunehmen, was man ihm sagt. Von einem philosophischen Standpunkt aus betrachtet ist die Stille also die Eigenheit des weiblichen Prinzips, das empfängt, sich unterordnet und sich nach dem männlichen Prinzip formt. Welchen Schluß können wir also daraus für unser Innenleben ziehen? Daß wir dahin kommen müssen, in uns wieder Stille herzustellen, um dem göttlichen Geist zu erlauben, auf unsere psychische Materie einzuwirken. Solange wir ungehorsam, widerspenstig, anarchistisch bleiben, hat der Geist keinen Einfluß auf uns, und wir bleiben schwach, armselig. Sobald es uns gelingt still zu werden, begeben wir uns unter den Einfluß des Geistes.

Es ist wichtig, klar und einfach sprechen zu lernen, und dazu genügt es, von dem zu sprechen, was ihr glaubt und was ihr liebt. Sagt nur das, wovon ihr tatsächlich überzeugt seid, sonst lauft ihr Gefahr, selbst nicht mehr zu wissen, was ihr wirklich denkt.

Die Mehrzahl der Menschen beschäftigt sich mehr mit der Form als mit dem Inhalt. Dagegen bemühen sich die großen Meister, ihr immenses Wissen in der einfachsten, verständlichsten Sprache, in einem fast gewöhnlichen Stil auszudrücken. Verachtet nicht die gewollt einfache Form ihrer Lehre: wenn ihr nach Mitteln sucht, um an euch selber zu arbeiten und Ergebnisse zu erzielen, die für die Ewigkeit bleiben sollen, werdet ihr sie dank dieser klaren, verständlichen Sprache finden. Ein einziger, ganz einfacher Satz, den ihr aufnehmt und in eurer Meditation vertieft, wird euch über vieles Aufklärung bringen.

Die Meditation ist seit einiger Zeit in Mode gekommen; immer mehr Menschen meditieren angeblich. Aber zu was führt eine Meditation, die man einfach so ausübt, ohne sich vorbereitet zu haben? Wie wollt ihr jemanden dazu bringen, zu meditieren, der kein hohes Ideal hat, der noch nicht aus seinen Launen und Zügellosigkeiten, seinen ungeordneten Gedanken und Wünschen, seinem Wein und seinem Tabak herausgekommen ist? Man gibt vor zu meditieren - und worüber? Über Geld und Macht oder einen Mann oder eine Frau, die man verführen könnte. Man kann nicht über göttliche Themen meditieren, wenn man kein Ideal hat, das einen dem gewöhnlichen und instinktiven Leben entreißt und einen bis in den Himmel trägt. Das muss ganz deutlich gesagt werden: Man kann nicht meditieren, bevor man gewisse Schwächen besiegt und gewisse Wahrheiten verstanden hat. Und nicht nur, dass man nicht kann – es ist sogar gefährlich, es zu versuchen.

## *BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM HARMONISCHEN LEBEN*

Es gibt mehrere Wege um die geistige Welt zu ergründen. Die Meditation ist – zusammen mit dem Gebet – einer der zugänglichsten. Meditieren setzt aber eine gewisse Vorbereitung voraus. Wer meditieren will, ohne eine innere Disziplin zu besitzen, d.h. ohne die Beherrschung seiner Gedanken, seiner Gefühle und seiner Wünsche, beginnt in den niederen Regionen der Astralebene herumzuirren, wo er im Vorbeigehen alle möglichen dunklen Schichten aufwühlt, die von Wesen bevölkert sind, die oft den Menschen feindlich gesinnt sind. So wird er Opfer bizarrer Trugbilder, die keinerlei Zusammenhang mit dem Thema seiner Meditation haben. Bevor man meditiert, muß man also damit beginnen, in seiner Psyche Ordnung zu schaffen, sonst kann selbst eine so nützliche und heilbringend Übung wie die Meditation gefährlich werden.

Wie viele stellen sich vor, dass man sich als Spiritualist einzig der Meditation und dem Gebet zu verschreiben habe! Nein, jede alltägliche Handlung kann vergeistigt werden, wenn man ein göttliches Element in sie einzuschleusen weiß. Doch leider können auch Gebet, Meditation und jede andere sogenannte »spirituelle« Aktivität völlig gewöhnlich werden, wenn sie nicht von einer erhabenen Idee, einem höheren Ideal beseelt wird. Die Spiritualität besteht nicht darin, die physische, materielle Welt abzulehnen, sondern alles im Hinblick auf das Licht, für das Licht und durch das Licht zu tun. Spiritualität ist, wenn man jede Arbeit dahingehend zu nutzen weiß, innerlich aufzusteigen, sich zu harmonisieren und mit Gott zu verbinden.

Die Palme ist ein Baum, der im Wüstensand wächst. Dort brennt die Sonne gnadenlos und Wasser ist äußerst rar. Dennoch sagt die Palme: „Seht, was ich unter den ungünstigen Bedingungen hervorbringen kann“, und sie verschenkt ihre Datteln, die süßer und köstlicher sind als alle anderen Früchte. Die Palme ist ein wahrer Alchimist. Sie verwandelt Sand in Zucker. Ein anderer Strauch hingegen, der auf sehr reichhaltigen Boden, in einem sehr günstigen und feuchten Klima wächst, wird nicht mehr als eine Schlehe mit sauren, herben Früchten. Viele Menschen gleichen der Schlehe. Sie leben unter den günstigsten Bedingungen und trotzdem sind ihre Früchte herb, sie beklagen sich ständig. Dies beweist, daß sie den ganzen Reichtum, der in ihnen ist, nicht kennen und auch nicht wissen, wie sie ihn nutzen können. Sie sollten über das Bild der Palme meditieren, die unter den schlechtesten Bedingungen blüht und Früchte trägt. Deshalb heißt es auch in den Psalmen: *„Die Gerechten werden blühen wie eine Palme.“*

Etwas „kennen“ bedeutet, das Herz einer Sache oder eines Wesens zu durchdringen; und das geht nur über die Identifikation, d.h. die Verschmelzung mit dem Wesen oder dem Gegenstand, den man erkennen will. Zumindest für einen Augenblick müßt ihr ein anderer werden. Ja, aber ihr könnt kein anderer werden, wenn ihr außerhalb bleibt und euch damit begnügt, es zu betrachten. Ihr müßt euch in dieses Wesen hineinversetzen und auch die geringsten Schwingungen seiner Existenz spüren. Aber das kann nicht der Intellekt, sondern nur der Geist. Jetzt also die praktische Anwendung: Wenn ihr euch tagtäglich durch euren Geist und eure Liebe darin übt, euch mit dem Höchsten Wesen zu identifizieren, mit Dem, der die Quelle des Lebens und der Ursprung ist, dem Allvater, dann werdet ihr eines Tages fühlen, daß Gott mit seiner Herrlichkeit, seiner Stärke, seiner Weisheit und seiner Liebe in euch zu leben beginnt.

Die wahre Stille ist nicht nur eine Abwesenheit von Geräuschen. Die wahre Stille steht über dem gesprochenen Wort und über der Musik. Sie ist eine Welt des Lichtes, ein mächtiges Zentrum, dem alles Erschaffene entspringt. Diese Stille selbst ist der Ausdruck Gottes. Ihr solltet lernen, euch mit dieser Stille zu verbinden, in sie einzutauchen, indem ihr euch bemüht, eure Gedanken zum Stillstand zu bringen. In dieser Stille läßt sich eine großartige

## *BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM HARMONISCHEN LEBEN*

Harmonie in euch nieder und es kann sogar sein, daß Gott zu euch spricht. Denn nur im Schoß der Stille und der Harmonie ist Gott bereit zu sprechen.

Um in euch selbst und in der ganzen Welt Veränderungen zu bewirken, müßt ihr den höchsten Gipfel eurer inneren Berge erreichen. Der Gipfel im Menschen ist sein Kausalkörper. Und bis dort hinauf müßt ihr euch erheben, um eure Bitten und Wünsche vorzubringen. Sie prägen sich der Materie dieser Region auf, die die feinstofflichste, reinste und deshalb auch mächtigste Materie ist. So können sich eure Bitten und Wünsche erfüllen und Veränderungen in euch selbst und der ganzen Welt hervorbringen.

Nehmen wir an, ihr hättet bei euch zu Hause eine Ikone, ein Heiligenbild. Jeden Abend und jeden Morgen zündet ihr davor eine geweihte Kerze an und betet zu ihr, damit sie euch beschütze. Aber was glaubt ihr? Nicht die Ikone selbst wird euch beschützen, denn sie ist ein lebloser Gegenstand. Das, was euch beschützen wird, ist euer innerer Zustand, in den euch euer Gebet und eure Meditation geführt hat. Die Einprägungen, die davon in euch bleiben, können euch auf dem Weg des Lichtes, der Liebe und des Friedens lenken. Ja, nur ihr selbst könnt dank der inneren Verbindung, die ihr mit dem Himmel hergestellt habt, wirklich etwas für euch tun. Die Statuen und Heiligenbilder sind nur Ausgangspunkt und Unterstützung.

Sucht nach dem Reich Gottes und wünscht euch nichts anderes, denn das Reich Gottes ist ein Zustand der Vollkommenheit und der Erfüllung, in dem alles enthalten ist: Gesundheit, Reichtum, Schönheit, Ordnung, Freiheit, Friede, Weisheit, Liebe, Freude, ... Statt in euren Meditationen und Gebeten alle Segenszustände aufzuzählen, ist es daher besser, von ihrer Synthese, dem Reich Gottes zu sprechen, das ist »ökonomischer«. Die Leute sagen »Ach, wenn ich doch mächtig wäre, reich wäre, schön wäre! « Aber das sind nur Teilaspekte und Wesensmerkmale des Reiches Gottes, und sobald man anfängt, sich etwas Bestimmtes zu wünschen, entsteht ein Ungleichgewicht. Das Reich Gottes ist in erster Linie ein Zustand des Gleichgewichtes und der Harmonie. Wenn man aber auf einer Sache besonders beharrt, geschieht dies unweigerlich auf Kosten einer anderen, und schon hat man einen Samen der Unausgewogenheit gesät. Alles, was unsere Seele, unser Geist, unser Herz, unser Intellekt und unser physischer Körper brauchen, ist in den zwei Worten »Reich Gottes« enthalten.

Jeden Tag spricht der Himmel zu uns; er schickt uns Botschaften. Aber diese Botschaften kommen aus einem Bereich, dessen Materie äußerst feinstofflich ist; sie müssen alle unreinen Schichten durchqueren, die wir rund um uns angehäuft haben und werden dadurch verformt. Nehmt einen Stock, taucht ihn in einen durchsichtigen Wasserbehälter und beobachtet: Genau dort, wo der Stock ins Wasser taucht, scheint er geknickt zu sein. Der Unterschied der Dichte von Luft und Wasser verursacht diesen Verformungseffekt. Auch auf der psychischen Ebene ist es so: Je dichter die Materie, in welche die Dinge eindringen müssen, desto mehr werden sie von ihr verformt. Um sie in ihrer Wahrheit zu erkennen, muss man sich in Gedanken bis zur feinstofflichen Welt erheben können, wo ihr Ursprung ist. Ein »dichtes« Gehirn kann die erhabenen Wahrheiten des Himmels nicht empfangen oder genauer gesagt, es empfängt sie verformt; es selbst verformt sie. Strengt euch also an, euch zu reinigen, manches abzulegen und euch zu veredeln. Dann, und nur dann, empfangt ihr vom Himmel klare, unverfälschte und wahre Antworten.

Seid ihr besorgt oder unglücklich? Anstatt euch davon erdrücken zu lassen ohne etwas zu tun (denn ihr glaubt immer, ihr könntet nichts tun) versucht doch, sofort zu reagieren, indem ihr euch durch Meditation oder Gebet mit dem Himmel verbindet. Wenn man es schafft,

## *BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM HARMONISCHEN LEBEN*

seinen inneren Zustand zu verbessern, ist die ganze Welt verändert, denn man nimmt sie durch eine andere »Brille« wahr. Warum finden Verliebte die Welt so schön? Weil in ihnen plötzlich alles schön und poetisch geworden ist. Man belächelt die Verliebten, aber man sollte sie bewundern und sagen »Oh, was man von diesen beiden alles lernen kann! « Es ist Winter, es hat Nebel, es regnet, aber sie können sich treffen und für sie scheint die Sonne, die Vögel singen und die Blumen duften, denn in ihrem Inneren ist Frühling. Ihr sagt, das sei alles subjektiv. Ja, natürlich, aber man muss wissen, dass Gott gerade in der subjektiven Welt alle Macht verborgen hat.

Für die Anatomen hat der Mensch zwei Augen, zwei Ohren und einen Mund. Aber vom Gesichtspunkt der Einweihungswissenschaft her, hat er drei Augen, drei Ohren und drei Münden. Das dritte Auge, das mystische Auge, liegt in der Mitte der Stirn. Das dritte Ohr liegt im Bereich des Kehlkopfes. Der zweite Mund befindet sich am höchsten Punkt des Kopfes, es ist das Sahasrara-Chakra, der tausendblättrige Lotus. Mit diesem zweiten Mund kann er in den geistigen Bereichen sprechen und essen. Das Gebet und die Kommunion sind nichts anderes, als eine Art, in der göttlichen Welt zu sprechen und sich zu ernähren. Über den dritten Mund werde ich euch momentan noch nichts sagen. Auch unser Planet besitzt Organe, die den unseren sehr ähnlich sind. Sein höherer Mund sind die hohen Berge, denn durch diese höchsten Gipfel steht die Erde in Verbindung mit dem Himmel.

Es kommt manchmal vor, daß ein Familienvater in seinem eigenen Land nicht genügend Arbeit findet, um seine Familie zu ernähren; also geht er ins Ausland. Dort arbeitet er einige Jahre und wenn er viel Geld verdient hat, kehrt er zurück und ist glücklich, seiner Frau und seinen Kindern die Zukunft gesichert zu haben. Dafür mußte er sie jedoch zuvor eine Zeit lang verlassen. Das gleiche Phänomen spielt sich beim Spiritualisten ab, der meditiert, betet und sich mit dem Himmel verbindet. Man kann sagen, daß auch er ins Ausland geht; nur mit dem Unterschied, daß er nicht monate- oder jahrelang weggeht, sondern daß sein Geist sich nur einige Augenblicke von seinem physischen Körper entfernt. Wenn er zu sehr mit dem Körper verbunden bleibt, kann er nicht viel für ihn tun, also geht er hinaus, um „Geld“ zu verdienen – besser gesagt, um Licht zu sammeln. Bei seiner Rückkehr bringt er dieses Licht dem Körper und seinen Bewohnern mit. Er erhellt, belebt, reinigt und erneuert sie.

Selbst die Gläubigen wissen oft nicht, warum sie beten. Sie fragen sich: »*Warum braucht Gott unsere Gebete?*« In Wirklichkeit braucht Gott unsere Gebete nicht. Er hat in uns bestimmte Apparate eingebaut und gesagt: »*Nun dann, jetzt liegt es an euch, sie in Gang zu setzen, sie sind gut konstruiert und werden funktionieren!*« Habt ihr schon in den Bahnhöfen diese Automaten stehen sehen, die Getränke, Bonbons usw. enthalten? Ihr könnt sie in Betrieb setzen, indem ihr ein Geldstück hineinsteckt, und der Bahnhofsvorsteher wird sich da nicht einmischen. Genauso mischt auch Gott sich nicht ein hinsichtlich der Benutzung unserer inneren Apparate. Er hat sie uns gegeben, es ist jetzt an uns, ein Geldstück einzuwerfen, um sie in Bewegung zu setzen. Ein korrekt ausgeführtes Gebet führt zu einem Resultat, weil es wie ein Geldstück wirkt, das ihr in einen Automat steckt. Jedes Mal wenn ihr betet, strömt ihr eine Kraft aus, die nach außen wirkt, aber auch und ganz besonders nach innen, wo sie ein bestimmtes Räderwerk in Bewegung setzt. Und darum fühlt ihr euch dann von Frieden, Freude und Schönheit erfüllt.

Die Menschen müssen zu ihrem wahren Sonnenursprung zurückfinden, indem sie sich bewußt werden, daß es immer ein und dieselbe Kraft ist, die aus ihrem ganzen Körper ausströmt: aus den Händen, den Augen, dem Gehirn usw. ... Und auch die sexuelle Energie ist gleicher Natur wie die Sonnenenergie. Die kosmische Intelligenz hat den Menschen göttlich schön ersonnen. Ja, der vollkommene, der ideale Mensch, so wie ihn die kosmische

## *BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM HARMONISCHEN LEBEN*

Intelligenz oben in ihrer Werkstatt erschaffen hat, gleicht der Sonne. Aus diesem Grunde bringen sich jene, die die Sexualkraft mißbrauchen, um die kostbarsten Schätze, weil sie nicht verstehen, daß sie von der Heiligkeit des Sonnenlichtes erfüllt ist und daß sie sie benutzen können, um Wunderbares zu erschaffen.

Selbst wenn euch diese Idee unwahrscheinlich und unglaublich vorkommt, so akzeptiert sie dennoch. Sie wird euch dazu anregen, bewußter und mehr eurer Selbst zu werden. Es ist schade, wenn ihr solche Enthüllungen anhört und diese in euch keine günstigen Ergebnisse hervorbringen. Meditiert darüber und wünscht euch dabei so zu werden wie der ursprüngliche Mensch, als er, strahlend wie die Sonne, die Werkstätten des Herrn verließ.

Jeder Gedanke, jedes Gefühl berührt im Raum Regionen und Wesenheiten, die ihm entsprechen. Auf diese Weise erklären sich unsere Freuden und Leiden. Wer sich einem tierischen und groben Leben überlässt, tritt, ohne es zu wollen, in Verbindung mit den Wesenheiten der niederen, dunklen, ungesunden Regionen, die beginnen, ihn zu quälen. Um diesen Bereichen zu entkommen, muss er andere Schwingungen in sich einführen: durch das Gebet, die Meditation oder andere spirituelle Aktivitäten wie Gesang und Musik, hat er die Möglichkeit, sich mit lichtvollen Wesen zu verbinden, die ihm nur Segnungen bringen werden.

Diese Verbindung mit der göttlichen Welt sollte eure vorrangige Beschäftigung werden. Denkt daher im Laufe des Tages oft daran, folgende Formel zu wiederholen: »*Herr, gepriesen sei Dein heiliger Name in alle Ewigkeit!*« Eure Unruhe und eure Sorgen werden verschwinden.

Essen bedeutet, in unseren Organismus Material einzuführen, das am Aufbau unseres physischen Körpers, aber auch am Aufbau unserer subtilen Körper beteiligt ist. Deswegen ist es ganz besonders wichtig, diesen Vorgang, den wir jeden Tag mehrmals wiederholen, in einem Zustand von Frieden und Harmonie zu erleben. Aus diesem Grunde bestehe ich immer darauf, dass es wichtig ist, sich einige Minuten vor den Mahlzeiten zu sammeln. Ich weiß, dass diese Gewohnheit nicht sehr verbreitet ist. Die meisten sagen nicht einmal ein Gebet. Sie stürzen sich gleich auf das Essen, schlucken während sie sprechen, zanken sich und klappern laut mit dem Besteck. Deshalb profitieren sie nur wenig von der Nahrung, sie absorbieren nur ihre groben Stoffe. Um die subtilen Elemente der Nahrung aufzunehmen, die ätherischen Elemente, die dazu beitragen, auch unsere Gedanken und Gefühle zu nähren, muss man sich angewöhnen, in Harmonie und Andacht zu essen.

Um die Wahrheit zu finden, muß man geführt werden, aber natürlich von über uns stehenden Wesen, damit sie uns ihre Erfahrungen mitteilen können. Die Führung, das Wissen und die wahre Erfahrung kommen von oben. Seit der Erschaffung der Welt geben sich die Eingeweihten und großen Meister immer dasselbe Wissen weiter: Sie lehren, daß von den Atomen über die Erzengel bis hin zu Gott das Leben eine ununterbrochene Hierarchie von untereinander verbundenen Wesen ist, und daß jeder einen Teil dieses unermeßlichen lebenden Organismus, des Universums, darstellt. Wir alle finden uns irgendwo auf dieser Stufenleiter der Geschöpfe eingefügt. Ober- und unterhalb von uns finden sich Wesen, die mit uns verbunden sind. Ob wir es wollen oder nicht, diese Verbindung besteht; es ist aber wesentlich, daß wir uns dessen bewußt sind und daß wir daran arbeiten, mit den Wesen in Verbindung zu treten, die über uns stehen, die uns immer höher ziehen werden.

Die Rettung des Menschen besteht in seiner Fähigkeit, sich auf die göttliche Welt zu konzentrieren. Diese Fähigkeit wird es ihm ermöglichen, seinen Weg in Ewigkeit ruhig zu verfolgen. Stellt euch einmal vor, ihr wärt, wenn ihr diese Welt verlasst, von einer dunklen

## *BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM HARMONISCHEN LEBEN*

Atmosphäre umgeben, durch die hindurch ihr nichts sehen könnt - weder eure Freunde noch die himmlischen Wesenheiten. Ihr seid allein. Wer wird kommen, um euch zu retten? Eure Fähigkeit, euch auf die göttliche Welt zu konzentrieren. Diese Fähigkeit existiert noch nach dem Tode, denn sie kommt nicht vom Gehirn; sie manifestiert sich nur durch das Gehirn - es ist der Geist, der sie besitzt. Wenn man den physischen Körper verlässt, setzt sich diese Fähigkeit im Geist fort. Es ist der Geist, der denkt, der fühlt, der handelt, und er tut das durch die Materie des physischen Körpers hindurch. Aber wenn er sich von diesem befreit, dann glaubt nicht, dass der Mensch nicht mehr denken, fühlen oder handeln kann. Im Gegenteil, erst dann wird sein Denken wirklich mächtig - und wenn er schon auf der Erde gewöhnt war, sich auf die göttliche Welt zu konzentrieren, wird es genügen, wenn er an den Herrn oder das Licht denkt, um Verwirrung und Finsternis aufzulösen.

Ihr entscheidet euch, euer Leben in einen besseren Einklang mit eurem spirituellen Ideal zu bringen, indem ihr dem Gebet und der Meditation mehr Zeit widmet. Nach einer Woche oder zehn Tagen stellt ihr so gut wie keine Veränderung fest und sagt euch: »Das ist sowieso verlorene Zeit, ich schaffe es doch nicht!« Nun, das ist der Beweis, dass ihr von den Gesetzen der geistigen Arbeit keine Ahnung habt. Wenn ihr durch die gedankliche Arbeit keine Ergebnisse erzielt, dann bedeutet dies, dass ihr diese Arbeit in euren vorhergehenden Inkarnationen niemals richtig in Angriff genommen habt: Eure psychische Materie ist so undurchlässig geworden, dass sie einen sehr starken Widerstand darstellt, und um sie zu verändern und empfindsamer zu machen, braucht ihr sehr viel Zeit. Wenn ihr schon länger in diesem Sinne gearbeitet hättet, dann wäre eure Materie jetzt viel beweglicher, anpassungsfähiger, leichter form- und erziehbar. Diese Vorbereitung hätte die Arbeit des Geistes in euch vereinfacht. Der Geist stellt die größte Macht dar, die es gibt, man muss nur wissen, unter welchen Bedingungen. Verliert also keine kostbare Zeit mehr mit Ausflüchten, sondern beginnt ab heute mit der geistigen Arbeit!

Lasst nicht einen einzigen Tag vergehen, ohne euch mit dem Himmel zu verbinden, zu meditieren, zu beten, denn nichts ist wichtiger und heilsamer für euch, als an spirituellen Aktivitäten Geschmack zu finden. Haltet ein paar Mal am Tag während einiger Minuten inne und versucht, in euch selbst euren Punkt des Gleichgewichts, eure göttliche Mitte, zu finden. Dann beginnt ihr zu fühlen, dass ihr in allen Lebensumständen im Inneren ein ewiges Element besitzt, das unzerstörbar ist. Und selbst wenn ihr dadurch auf der materiellen Ebene keinerlei Vorteile erzielt, werdet ihr innerlich doch freier, stärker, selbstbewusster, die Ereignisse können euch nichts mehr anhaben. Diese spirituelle Arbeit ist der einzige Reichtum, das einzige Gut, das euch wirklich gehört. Alles andere kann euch weggenommen werden: Nur eure Arbeit gehört für immer euch.

Denken bedeutet zunächst einmal, fähig zu sein, sich von den täglichen Sorgen freizumachen, um sich in unbefangener Weise auf ein Thema philosophischer oder spiritueller Art zu konzentrieren. Denken soll uns helfen, auf dem Weg des Verstehens von Mensch, Universum und Gott näher zu kommen. Und dieses Verständnis bekommt man nicht durch intellektuelle Arbeit, durch Betrachtung der materiellen Welt, durch Lektüre oder Diskussionen. Nur in der Stille der Meditation kommt das uralte Wissen, vergraben in den tiefsten Tiefen von uns selbst, nach und nach in unser Bewusstsein, und nur diese Arbeit kann mit vollem Recht »denken« genannt werden.

Der Taucher, der in die Tiefe des Meeres hinabsteigt, braucht eine ausreichende Menge Sauerstoff, um seinen Aufenthalt unter Wasser zu verlängern. Um ganz sicher zu sein, ist er mit seinen Freunden oben verbunden, die ihn versorgen und auch bereit sind, ihn bei der geringsten Gefahr wieder herauszuziehen. Nur unter dieser Bedingung kann er arbeiten.

## *BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM HARMONISCHEN LEBEN*

Genau wie Taucher sind auch wir in einen Ozean getaucht, den man Welt nennt. Dieser Ozean ist voller Riffs und Ungeheuer, die uns manchmal verschlingen wollen. Wir müssen uns also, um überleben zu können, mit Sauerstoff versorgen, Schläuche installieren, durch die die Luft bis zu uns kommt, d.h. Kontakt mit der göttlichen Welt herstellen und mit ihr verbunden bleiben. Um diesen Kontakt herzustellen, ist es notwendig zu meditieren und zu beten, denn das sind Tätigkeiten, die den Luftschlauch, das Rettungsseil erschaffen. Wer sagt: "Ich habe genug vom Beten und Meditieren, es ist immer das gleiche, ein bisschen Abwechslung täte mir gut", endet damit, dass er sich im Ozean des Lebens verliert.

Ihr wollt im Himmel leben; aber wisst ihr überhaupt, was der Himmel in Wirklichkeit ist? Gewiss nicht, und deshalb müsst ihr euch vorbereiten, sonst werdet ihr, wenn ihr da oben ankommt, sagen: "*Aber es gibt hier gar keine Zigaretten, keine Kneipen und kein Nachtlokal; ich habe Lust zu rauchen und zu trinken, ich habe mit meinen Feinden noch abzurechnen, ich habe Lust schöne Frauen zu küssen! Ich will wieder zurück!*" Um in den erhabenen Regionen leben zu können, darf man nicht mehr so viele grobe Bedürfnisse haben. Deshalb ist niemand wirklich bereit, im Himmel zu leben, und selbst wenn man die Menschen zwangsweise umsiedelte, würden sie nicht bleiben. Es genügt nicht, nach dem göttlichen Leben zu verlangen, man muß auch lernen, sich daran anzupassen. Versucht also jeden Tag, durch das Gebet, durch die Meditation und die Beherrschung eurer niederen Neigungen euch dem Himmel zu nähern, denn so könnt ihr sehr weit kommen - so weit, dass ihr euch eines Tages in den gesegneten Regionen der göttlichen Welt niederlasst.

Die Menschen haben es sich zur Gewohnheit gemacht, ihren Intellekt derart zu beschäftigen – und oft so ungeordnet zu beschäftigen – daß es ihnen nicht mehr gelingt, ihre Gedanken zu beherrschen. Gerade diese ungeordneten, disharmonischen Gedanken hindern sie daran, sich über die Astral- und Mentalebene hinaus zu erheben und den Himmel zu spüren. Wer die Wirklichkeit der geistigen Welt kosten will, muß lernen, seine Gedanken anzuhalten. Die Weisen Indiens haben gesagt, der Intellekt sei der Mörder der Wirklichkeit. Und das ist wahr. Mit dem Intellekt kann man viel über die Oberfläche der Dinge erfahren, man wird jedoch nie die Wirklichkeit, die Quintessenz kennen lernen. Dem Herzen ist die Fähigkeit gegeben die Wirklichkeit zu durchdringen. Doch für die Eingeweihten ist das Herz weder das physische Herz noch das Gefühl. Sprechen sie von der Intelligenz des Herzens, so meinen sie in Wirklichkeit die Seele, die allein die Fähigkeit besitzt, die tiefe Wirklichkeit der Dinge zu spüren.

Die Konzentration, die Meditation sind Übungen, die uns befähigen, spirituelle Energien aufzufangen und anzusammeln, die uns dann bei unseren verschiedenen Tätigkeiten zur Verfügung stehen. Aber diese Übungen sind nur für den wirklich nützlich, der vollkommen reglos bleiben kann. Natürlich muss zuerst absolute Stille herrschen: Kein Geräusch, selbst das leiseste, kein Knistern oder Knacken darf diese Stille stören. Wenn man sich dann bewegt, verliert man dabei Energie. Bevor ihr meditiert, könnt ihr euch bewegen soviel ihr wollt - aber macht während der Meditation nicht die geringste Bewegung, denn sonst werdet ihr niemals eure Energien für die spirituelle Arbeit konzentrieren können.

Alle, die sich ausschließlich dem Gebet, der Meditation und der Arbeit mit den Gedanken hingeben wollen und dabei die physische Arbeit vollständig vernachlässigen, rufen in sich viele Anomalien hervor. Der Mensch ist dazu geschaffen, in den drei Welten zu leben: in der Mentalwelt, in der Astralwelt und in der physischen Welt\*, d.h. in der Welt der Gedanken, in der Welt der Gefühle und in der Welt der Handlungen. Wer eine dieser drei Ebenen vernachlässigt, verstümmelt sich selbst, verliert seine Vollständigkeit und kann sich vor dem Ewigen nicht mehr als ein Wesen präsentieren, das versucht hat, alle Möglichkeiten, die er

## *BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM HARMONISCHEN LEBEN*

von Ihm bekommen hat, harmonisch zu entfalten. Darüberhinaus muß man wissen, daß es der Qualität der beiden anderen Ebenen abträglich ist, wenn man eine vernachlässigt. Weigert man sich, auf der physischen Ebene zu arbeiten, trifft man schließlich im gefühlsmäßigen und im intellektuellen Bereich auf Hindernisse.

Sagt nicht, dass ihr kein Mittel habt, um zu wissen, ob ihr innerlich in der Wahrheit seid. Denn ihr habt tatsächlich ein Kriterium: das Licht. Wenn ihr meditiert oder euch in einem besonders spirituellen Zustand befindet, könnt ihr manchmal fühlen, wie alles in euch anfängt zu leuchten, so als ob Lampen angezündet worden wären, als ob eine Sonne euch von innen heraus erleuchten würde; ihr könnt sogar fühlen, wie dieses Licht durch euer Gesicht, eure Hände, euren ganzen Körper herausstrahlt. Warum? Weil das Licht in euch leuchtet, sobald ihr euch zu den höheren Stufen der Güte, der Großzügigkeit, der Sanftheit, der Reinheit erhebt. Ihr fühlt es, ihr seht es, alles erhellt sich. Wenn ihr euch hingegen den niederen Bewusstseinszuständen überlasst, ist es nicht einmal nötig, in den Spiegel zu schauen, um euch dessen bewusst zu werden; ihr könnt die Dunkelheit physisch auf eurem Gesicht fühlen. Also, vergesst niemals dieses Kriterium: das Licht.

Wir meditieren und singen vor den Mahlzeiten um die Bedingungen dafür zu schaffen, das Essen zu einer göttlichen Handlung zu machen. Diese wenigen Minuten, der Sammlung erlauben es uns, uns der Bedeutung der Gesten, die wir tun werden, bewußt zu werden, damit wir sie während der Mahlzeit unter Kontrolle halten können. Auf diese Weise lernen wir auch, Herr unserer Gedanken und Gefühle zu werden. Diejenigen, die sich während dieser Minuten der Stille der Bedeutung der Nahrung und der Haltung, die man während der Mahlzeiten einnehmen sollte, voll bewußt werden, werden allmählich fähig werden, in allen Situationen Herr der Lage zu bleiben. Denn die Weichheit, Harmonie, Sanftheit und außergewöhnliche Liebe, die sie in ihre Gesten legen, werden sich in ihnen selbst widerspiegeln und sie, was auch kommen mag, dem Herrn näherbringen.

Wenn ihr meditiert, wenn ihr betet, beobachtet die Natur eurer Empfindungen. Meditation und Gebet sollten in euch ein Gefühl von Wärme, Licht, Kraft, Freude und Entzücken hervorrufen. Und wenn dies nicht der Fall ist, solltet ihr den Grund dafür suchen. Manchmal entzündet sich ein Streichholz nicht, weil es entweder selbst feucht ist oder die Schachtel. Und wenn ein Feuerzeug nicht angeht, so fehlt entweder das Gas oder der Feuerstein ist verbraucht. Ob bei den geistigen Übungen oder auf der materiellen Ebene, Misserfolge haben immer eine Ursache, die man herausfinden muß. Der Verstand darf nie feucht sein und das Herz nie trocken. Das Herz sollte feucht und warm sein, und der Verstand sollte trocken und kalt sein. Ein ausgetrocknetes Herz wird egoistisch, und wenn es kalt ist, so fehlt ihm die Liebe. Wenn man den Verstand erwärmt, schläft er ein und wenn man ihn zu feucht macht, fängt er an zu faulen. Diese einfachen und klaren Bilder sollen euch helfen, die Schwierigkeiten eures inneren Lebens zu überwinden.

Es gibt mehrere Wege, um in die unsichtbare Welt einzudringen. Die Meditation ist gemeinsam mit dem Gebet einer der zugänglichsten. Meditieren aber erfordert eine Vorbereitung. Wer meditieren will ohne bereits eine innere Disziplin zu besitzen, der beginnt in den niederen Bereichen der Astralebene herumzuschweifen, wo er im Vorüberziehen alle möglichen dunklen Schichten aufrührt, in welchen Wesenheiten wohnen, die dem Menschen feindlich gesinnt sind. Auf diese Weise wird er das Opfer seltsamer Visionen, die mit dem Gegenstand seiner Meditation nichts zu tun haben.

Bevor man meditiert, muß man damit beginnen, in seinem psychischen Wesen Ordnung zu machen. Sonst kann selbst eine so nützliche und segensreiche Übung wie die Meditation gefährlich werden. Personen mit medialer Veranlagung sind hier besonders gefährdet.

## *BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM HARMONISCHEN LEBEN*

Man will den Menschen einreden, dass ihr Glück vom wissenschaftlichen und technischen Fortschritt abhängt, vom Komfort. Auf allen möglichen Gebieten werden sie ständig mit Werbung bombardiert, alle erdenklichen Anstrengungen werden unternommen, um sie daran zu hindern, mit anderen Regionen, mit anderen Wesenheiten Kontakt aufzunehmen. Nur sie könnten ihnen das Licht, die Liebe und den Frieden bringen, den sie brauchen. Die spirituelle Welt wurde so sehr abgelehnt, lächerlich gemacht und verhöhnt, dass es nur noch wenige gibt, die einen Drang verspüren, dort die für ihr Überleben notwendigen Elemente zu suchen. Die Mehrheit der Menschen ist dabei, erstickt und vergiftet zu sterben. Um ihr Heil zu finden, müssen sie mehr und mehr versuchen, mit dieser subtilen Welt in Kontakt zu treten, damit ihre Seele und ihr Geist atmen und sich nähren können. Während wir meditieren, bewegen wir nichts auf der materiellen Ebene. Scheinbar ist es die Leere. Aber genau in dieser »Leere« entfalten sich Seele und Geist und finden die Fülle.

Meditiert über die Weisheit, die sich mit den kleinen Dingen befaßt und über die Liebe, die sich mit den größeren Dingen beschäftigt. Die Weisheit berührt nur die untersten Teilchen in uns. Es ist nie beobachtet worden, daß die Weisheit große Erschütterungen in einem Wesen verursacht hat. Die Liebe dagegen verändert sofort das Verhalten und oft sogar die physische Erscheinung. Die größten Veränderungen auf der Erde können nur durch die Liebe erreicht werden, nicht durch die Weisheit. Die Weisheit ist nur zur Orientierung da, aber die Liebe verwirklicht.

Wenn ihr ein wichtiges Problem zu lösen habt, dann sucht euch einen ruhigen Ort und konzentriert euch ... Versucht mit euren Gedanken sehr hoch aufzusteigen und wenn ihr fühlt, daß ihr einen gewissen Punkt erreicht habt, dann stellt die Frage, die euch beschäftigt und wartet in aller Ruhe. Es wird immer eine Antwort kommen, aber je nach dem Grad eurer Entwicklung, je nach eurer Arbeit, werdet ihr sie mehr oder weniger klar empfangen. Vielleicht wird es nur ein vages Gefühl sein, das nur schwer zu interpretieren ist, aber das ist schon ein Hinweis. Gebt also nicht auf, sondern verbindet euch erneut mit der Welt des Lichts und stellt eure Frage noch mal. Nach einiger Zeit werdet ihr dann in euch Klarheit und Gewißheit empfinden, und befreit von jedem Zweifel werdet ihr wissen, wie ihr handeln müßt. Je weiter der Mensch entwickelt ist, umso klarer und präziser ist die Antwort, die er erhält.

Nichts ist schwieriger als den Lauf seiner Gedanken zu beherrschen, darum ist die Meditation eine besonders heikle Übung, die man nicht ohne Vorsichtsmaßnahmen und die Kenntnis bestimmter Methoden ausüben kann. Nehmt einmal an, ihr wolltet ein Pferd im Galopp zum Stehen bringen: Wenn ihr euch ihm in den Weg stellt, wird es euch umwerfen; das Beste wäre, zusammen mit ihm zu laufen und dabei zu versuchen, es am Zaumzeug oder an der Mähne zu halten. Genauso verhält es sich mit dem Denken. Wenn ihr seinen Lauf abrupt stoppen wollt, um es auf ein bestimmtes Thema zu konzentrieren, wird euch das einerseits nicht gelingen und andererseits nur euer Gehirn blockieren, wenn ihr zu sehr darauf besteht. Um euch zu konzentrieren, müsst ihr zunächst das durchgegangene Pferd in euch zähmen. Um das zu erreichen, solltet ihr zunächst versuchen, ihm nichts entgegenzustellen. Lasst das Pferd also erst einen Moment lang frei laufen. Wenn ihr dann spürt, dass es genug hin und her gesprungen ist, springt auf seinen Rücken und führt es in die gewählte Richtung.

Versucht euch des Wertes jener Momente bewusst zu werden, wo ihr in der Stille und Andacht das Licht und die Gnade des Himmels empfangt. Viel Leid der Menschen kommt daher, dass sie dieses Bewusstsein nicht haben. Sie erhalten Segnungen, aber sie verlieren sie rasch wieder, einfach weil sie den Wert dessen, was sie bekommen haben, nicht

## *BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM HARMONISCHEN LEBEN*

kennen. Sie bilden sich ein, dass der Himmel immer da sein muss, um sein Licht und seine Liebe zu verströmen, und wenn sie nichts Interessanteres zu tun haben, akzeptieren sie, einige Minuten inne zu halten, um es zu empfangen. Nein, so sollte das nicht sein. Der Himmel steht nicht den leichtfertigen und sorglosen Menschen zur beliebigen Verfügung. An einem bestimmten Moment und unter gewissen Bedingungen verteilt er seine Segnungen, und wenn ihr nicht bewusst genug seid, um sie zu empfangen, oder wenn ihr sie nicht zu bewahren wisst, dann, schade für euch, werdet ihr sie verlieren. Also, Achtung: Wenn ihr spürt, dass der Himmel euch etwas offenbart hat oder ihr seine Gnade empfangen habt, versucht, es sorgfältig aufzubewahren.

Es sind die Erfahrungen, und besonders die unglücklichen Erfahrungen, die die Menschen etwas lehren. Nicht einer ist davon ausgenommen. Also ist das für sie die wahre Arbeit: Sie müssen sich mit jeder Erfahrung des täglichen Lebens befassen und aus ihr lernen, um auf dem Weg der Weisheit und des Gleichgewichts noch viel weiter gehen zu können. Doch wie viele sind fähig, diese Lektionen dankbar anzunehmen und davon zu profitieren? Das ganze Leben lang machen sie dieselben unglücklichen Erfahrungen und beklagen sich; sie lernen nichts und tun nichts, um aus dem inneren Lärm und der inneren Unordnung, in denen sie sich befinden, herauszukommen. Natürlich leiden sie, natürlich sind sie nicht stolz darauf, aber sie sind an dieses Leben gewöhnt und resignieren... Oh nein, für sie ist der Zeitpunkt gekommen, zu verstehen, dass sie da herausfinden müssen; und um aus diesem Zustand herauszukommen, muss man jeden Tag über die Harmonie meditieren, sie lieben, sie herbeisehnen, sie in sich aufnehmen, in jeder Bewegung, in jedem Wort, in jedem Blick.

**BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM  
HARMONISCHEN LEBEN**

# **BIBLIOGRAPHIE**

## **Verlag Liebe(+)Weisheit(=)Wahrheit**

*(all Adobe-Files)*

*(kostenlos unter [www.Encyclopedia-InitiaticScience.info](http://www.Encyclopedia-InitiaticScience.info))*

### **GEDANKEN EWIGER WEISHEIT**

- Beten ... *neu verstanden*
- Betrachtungen zur Geburt
- Christus, die Christen & die Christenheit
- Das richtige Verständnis von Gut und Böse
- Das Verhältnis – *geistiger Schüler und Lehrer*
- Der Himmel auf Erden
- Der Wille
- Die Bedeutung des Willens in unserem Leben
- Die kosmische Bedeutung der Ehe
- Die Wichtigkeit eines Hohen Ideals
- Die beiden Prinzipien – *Männlich und Weiblich*
- Die Beziehung zwischen Farben und der Aura
- Die erhabene Herkunft und das Ziel der Sexualität und der sexuellen Kraft
- Die Gesetze, die unser Leben & unsere Zukunft bestimmen
- Die Gründe hinter dem Leiden
- Die geistige Basis der Christenheit
- Die Körper des Menschen
- Die Macht der Gedanken
- Die Macht der Gefühle
- Die Macht der Wünsche
- Die Musik und die Schöpfung
- Die Realität – Definitionen
- Die rechte Einstellung zum Geld
- Die Reinheit als der Schlüssel zur Selbst-Erkenntnis
- Die Sonne und die Sonnenmeditation ... *die Arbeit mit dem Göttlichen Bildnis*
- Die Unerwünschten
- Die Universelle Bruderschaft des Lichts
- Die verborgenen & noch zu entwickelnden Fähigkeiten des Menschen
- Die verschiedenen Aspekte der Hellsichtigkeit und der Intuition
- Die wahre Aufgabe der Kunst
- Ehrlichkeit
- Ein erfolgreiches Leben führen
- Ein neues Licht auf die Evangelien
- Ein richtiges Verständnis für die menschliche und göttliche Gerechtigkeit
- Eine neue Einstellung für das tägliche Leben
- Engel und der Baum des Lebens
- Erklärungen zum Thema Vererbung
- Ernährung für ein erfolgreiches Leben
- Erziehung – *Richtlinien für Eltern*
- Fasten
- Gehorsamkeit
- Gesundheit neu betrachtet
- Glauben – was ist das und wie wird er im täglichen Leben ge- bzw. erlebt
- Hintergründe für Kriege
- Ist Eifersucht etwas Positives?
- Küssen
- Leben und Tod
- Magie im täglichen Leben
- Meditation als der Weg zu einem harmonischen Leben
- Mit Licht arbeiten
- Mitglied einer Familie ... *und ihre verschiedenen Verbindungen mit der Welt*
- Nur die Schönheit kann die Welt retten
- Planeten
- Richtlinien für die geistige Arbeit
- Selbstmord – *Hintergründe und Konsequenzen*
- Sei eine Quelle unter den Menschen
- Traditionen, die Evangelien und die Heiligen Schriften
- Unsere Einstellung zu Geld
- Vertrauen
- Vorgeburtliche Erziehung & spirituelle Galvanoplastik ... *die Mittel um den Himmel auf Erden zu bringen*
- Wahre Freiheit
- Wahre Liebe
- Wahres Glück
- Warum wir Reinkarnation akzeptieren sollten
- Was ist ein Diener Gottes
- Was ist ein geistiger Schüler
- Was ist Wahrheit und wie mit ihr umgehen
- Wie für Frieden in der Welt arbeiten
- Wie man Karma & Schicksal überwindet
- Wie Meister seiner Gewohnheiten werden
- Wie mit einem Talisman arbeiten
- Wie mit Einsamkeit umgehen
- Wissenschaft & Einweihungswissenschaft im Vergleich

## BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM HARMONISCHEN LEBEN

\* \* \*

### Ganzheitliche Vorbereitung zur Elternschaft

- Hermann Meyer, Trigon Verlag:  
*Gut gezeugt ist halb gewonnen – Die Zeugungssituation bestimmt Dein Schicksal*
- Bauer/Hoffman/Görg: *Gespräche mit Ungeborenen*. Verlag Urachhaus.
- Christine Schilte, Françoise Auzouy: *Das Wunder Schwangerschaft* (Buch 1993)
- Dr. David Chamberlain: *Woran Babys sich erinnern*. Koesel Verlag.
- Dr. med. Nikolaus Müller: - *Das anatomische Frauenbuch*  
- *Das anatomische Männerbuch*
- Dr. Otoman Zar A. Ha'nish: - *Wiedergeburt- und Familienkunde*  
- *Das Wunschkind*
- Dr. Thomas Verny & John Kelly: *Das Seelenleben der Ungeborenen*. (Verlag Ullstein 1993)
- Dr. Thomas Verny & Pamela Weintraub: *Das Leben vor der Geburt* (Buch 1994)
- Eve Marnie: *Liebesband*. Verlag Alf Lüscher
- Frédéric Leboyer: *Geburt ohne Gewalt*. Koesel Verlag
- Gerhard Hüther / Inge Kreuz:  
*Das Geheimnis der ersten neun Monate – Unsere frühesten Prägungen*
- Henry G. Thietze: *Botschaften aus dem Mutterleib* Ariston Verlag
- Karl König: *Die Ersten Drei Jahre des Kindes* (Buch 1994)
- Katharina Zimmer: *Das Leben vor dem Leben*. Koesel Verlag
- Moll: *Natürliche Nahrung für mein Baby*
- Omaljev-Bongartz: *Tagebuch einer Schwangerschaft mit Sonnenkost*
- Omraam Mikhaël Aïvanhov (alle Verlag Prosveta):  
- *Liebe, Zeugung, Schwangerschaft. Die geistige Galvanoplastik und die Zukunft der Menschheit*  
- *Die Erziehung beginnt vor der Geburt*  
- *Die Sexualekraft oder der geflügelte Drache*  
- *Die wesentliche Aufgabe der Mutter in der Schwangerschaft*
- Rüdiger Dahlke, Margit Dahlke, Volker Zahn: *Der Weg ins Leben* Goldmann Verlag
- Werner Christian: *Die Ersten Sieben Jahre*, (Buch 1988)

\* \* \*

### Erziehung

- John Gray, *Kinder sind vom Himmel* (1999)
- Adele Faber+Elaine Mazlish *Liberated Parents liberated Children – Ein Ratgeber zu einer glücklicheren Familie*
- Jirina Prekop; Christel Schweizer *Kinder sind Gäste, die nach dem Weg fragen*
- Monika Kiel-Hinrichsen & Renate Kviske: *Wackeln die Zähne – wackelt die Seele*
- Phillipp A. Schoeller / Jerzy May: *Coaching Kids – Erziehung zum fröhlichen Miteinander*

\* \* \*

*BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM  
HARMONISCHEN LEBEN*

**Edition Anastasia:**

**DIE KLINGENDEN ZEDERN RUSSLANDS**

von Wladimir Megre

*(erhältlich in allen guten Buchhandlungen)*

- Band 1:** Anastasia, Tochter der Taiga
- Band 2:** Die klingenden Zedern Russlands,
- Band 3:** Raum der Liebe
- Band 4:** Schöpfung
- Band 5:** Wer sind wir
- Band 6:** Anastasia – Das Wissen der Ahnen
- Band 7:** Die Energie des Lebens

\* \* \*

**Edition Prosveta**

**OMRAAM MIKHAËL AÏVANHOV**

*(erhältlich in allen guten Buchhandlungen)*

**- KOMPLETTWERKE -**

**01 - DAS GEISTIGE ERWACHEN**

»Der zum Geistesleben Erwachte gleicht einer lebendigen Quelle, aus der klares Wasser fließt und an deren Ufer sich Pflanzen Tiere und Menschen ansiedeln, eine ganze Zivilisation Seine Religion ist die wahre Religion der göttlichen Liebe und der göttlichen Weisheit Das Universum ist ihm der wirkliche Tempel Gottes, in dem die Sonne der Hohepriester und die Sterne die Lichter sind. Wer im Geiste erneuert wurde, dessen unsichtbare Kanäle sind endlich freigelegt, um die Liebe und die Weisheit aufzunehmen. Er gleicht dem vollkommenen Prisma, das die sieben Lichtkräfte in seinem Inneren aufteilt und auf alle Wesen ringsum ausstrahlt. Er versteht die Macht des Feuers über das Wasser zu nutzen. Er studiert die wirkliche Alchimie, die wahre Astrologie und Kabbala, die in ihm selbst sind. Er überwacht seine Gebärden alle Bewegungen, die er mit dem Gesicht oder dem Körper ausführt und gibt auf jedes seiner Worte Acht, um ein wahrer Magier zu werden. Und schließlich gleicht der geistig Wiedergeborene den Bienen, die uns ein großartiges Beispiel für eine hoch entwickelte Gesellschaft geben und wissen, wie man Honig bereitet: er arbeitet für die Verbreitung der Idee der universellen Bruderschaft auf der Erde und er lernt, den geistigen Honig in seinem Leben herzustellen.« Omraam Mikhaël Aïvanhov

**05 - DIE KRÄFTE DES LEBENS**

»Die Menschen arbeiten, vergnügen sich und geben sich allerlei Beschäftigungen hin, aber dabei wird ihr Leben beschmutzt, geschwächt, es geht abwärts damit, denn sie kümmern sich nicht weiter darum Sie meinen, da sie ja einmal das Leben haben, können sie es benutzen, um dieses und jenes zu erreichen, um Reichtum, Wissen und Ruhm zu erlangen. So schöpfen und schöpfen sie aus ihrer Lebensenergie. Und wenn dann alles ausgeschöpft ist, müssen sie wohl oder übel alle Aktivitäten einstellen. Es ist aber unsinnig, so zu handeln, denn wenn man die Lebensenergie verliert, hat man keine Kraftquelle mehr. Darum haben die Weisen schon immer gesagt, die Hauptsache ist das Leben, und darum sollte man es bewahren, läutern, heilig halten und daraus entfernen, was hinderlich oder störend wirkt; denn durch das Leben erhält man schließlich alles, Intelligenz, Stärke, Schönheit, Kraft... Die größte Magie, die größte weiße Magie, besteht darin, ein reines und lichtvolles Leben zu führen.« Omraam Mikhaël Aïvanhov

**06 - DIE HARMONIE**

22

*Verlag Liebe(+)Weisheit(=)Wahrheit*

## *BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM HARMONISCHEN LEBEN*

»Es gibt eine Welt der Harmonie, eine ewige Welt, aus der die unendliche Vielfalt der Formen, Farben Klänge, Düfte, Geschmäcke usw. hervorgegangen ist. Wem es gelingt, sich dieser Welt zu nähern, der erlebt Empfindungen von einer solchen Fülle und Intensität, dass er sich nichts weiter wünscht Das ist ein unbeschreiblicher, ja fast unerträglicher Zustand. Die Berührung mit dieser Harmonie lässt ihn begreifen, wie das Universum lebt und schwingt, wie es aufgebaut ist und was seine Bestimmung ist Man glaubt, man müsse forschen, studieren und lesen, um hinter die Geheimnisse der Schöpfung zu kommen Aber so ist es nicht; um das Universum zu ergründen, muss man lernen, mit diesem in Einklang zu schwingen, und zwar über die Organe der geistigen Erkenntnis wie das Sonnengeflecht, das Hara-Zentrum, die Aura. Die ganze Stärke des Spiritualisten liegt in seinem Willen, sich in Harmonie mit dem Allkörper zu bringen, den Gipfel zu erreichen und ein kosmisches Leben zu leben.« Omraam Mikhaël Aïvanhov

### **07 - DIE REINHEIT - DIE MYSTERIEN VON JESOD**

Jesod, die neunte Sefira des kabbalistischen Lebensbaumes ist das Symbol reinen Lebens. Die Reinheit wird zu oft mit Entbehrung oder Enthaltbarkeit gleichgesetzt, die zur Verdrängung, Abstumpfung oder gar zur Perversion führen können, die Reinheit wird daher meist als vorzeitiger Tod des Individuums verstanden. Meister Omraam Mikhaël Aïvanhov widerlegt diese fragmentarische und irrige Vorstellung und erhebt die Reinheit zu einer reichen und schöpferischen Lebensweise, die — obwohl noch unbekannt und unerforscht — auf einer genauen Kenntnis des psychischen und geistigen Lebens beruht. Indem er die Reinheit als Fundament seiner geistigen Lehre nimmt (JESOD bedeutet im Hebräischen »Grundlage«, »Fundament«), findet Meister Omraam Mikhaël Aïvanhov den Sinn der antiken Einweihungspraktiken, die er mit zahlreichen eigenen Enthüllungen bereichert. Seine Anweisungen und Übungen, seit langem von ihm selbst erprobt, befreien den Menschen in seinem ganzen Wesen und erwecken in ihm quellende und harmonische Kräfte göttlichen Lebens. In diesem Buch über die Mysterien von JESOD macht Meister Omraam Mikhaël Aïvanhov uns ebenfalls fühlen, wie sehr das Leben eines geistigen Meisters jenem »Lebensstrom« gleicht der auf seinem Wege alle diejenigen reinigt die sich ihm nähern.

### **10 - SONNEN-YOGA**

»Was ist wichtiger die Sonne oder der Mond?« fragten seine Schüler eines Tages Nastradin Hodja, den berühmten Helden des türkischen Volksmärchens. »Der Mond natürlich!« erwiderte dieser. »Wozu dient denn schon die Sonne am hellen Tag?... Wenn aber der Mond nicht wäre, wie könnte man in der Nacht sehen« Meister Omraam Mikhaël Aïvanhov erzählt diese Anekdote mit Vorliebe, weil Nastradin Hodjas Ansicht derjenigen vieler Menschen entspricht die noch nie eingesehen haben dass die Sonne als das Zentrum unseres Planetensystems, von grundlegender Bedeutung für unsere Zukunft und geistige Höherentwicklung ist. Er lehrt: »Seit Millionen Jahren strahlt die Sonne am Himmel, um den Menschen zu zeigen, wie sie denken und leben sollen aber sie sind derart mit Blindheit geschlagen, dass sie das Wirken ihres größten Lehrmeisters nicht begreifen... Wohl befasst sich die Wissenschaft mit der Sonne, aber nur, um Nutzen daraus zu ziehen, sie in Flaschen zu füllen und zu verkaufen. Es wird immer nur das Materielle und Finanzielle in Betracht gezogen; vom Geistigen ist der Mensch weit entfernt. Diesen geistigen Aspekt eben will ich euch nahe bringen und euch offenbaren was die Sonne mit ihren Strahlen darstellt, wie der Mensch durch den Umgang mit ihr seine Geisteskräfte entfaltet und, durch ehrfürchtiges, einfühlsames Sich-hinein-denken in dieses Lichtmeer, höhere Seinsstufen erklimmt. Den Wissenschaftlern: Astronomen, Physikern, Biologen, Medizinern erschließen sich dank der von Meister Omraam Mikhaël Aïvanhov dargelegten heliozentrischen Weltschau neue, ungeahnte Möglichkeiten. Im Sittlich - Religiösen werden dem Leser als ein neuer Yoga, der, »Surya Yoga«, Yoga der Sonne, zahlreiche geistige Übungen geboten. Nicht zuletzt werden sich die Künstler freuen das Reich der Sonne zu entdecken, das von der Kabbala »TIPHERET« die Sphäre der strahlenden Pracht und Herrlichkeit genannt wird. In diesem Werk überreicht Meister Omraam Mikhaël Aïvanhov der Menschheit das unschätzbare Erbe einer neuen, auf der Sonne gründenden Kultur, welche die Verbrüderung aller Völker anstrebt.

### **11 - DER SCHLÜSSEL ZUR LÖSUNG DER LEBENSPROBLEME**

Viele Esoteriker sehen ihre Aufgabe darin, ihre Schüler im Sinne einer rein intellektuellen Verfeinerung religiöser und philosophischer Lehren zu unterweisen, Meister Omraam Mikhaël Aïvanhov dagegen geht mit seiner Lebenslehre in Bereiche, die wesentlich tiefer und umfassender sind. Sein Anliegen ist es, ein Wissen von erzieherischem Wert zu vermitteln, das sowohl im praktischen wie auch im spirituellen Leben von jedermann unmittelbar anwendbar ist. Das Thema der hier ausgewählten Vorträge ist die Erziehung des Menschen zu Höherem. Der Leser wird überrascht sein eigenes Verhalten wie in einem Spiegel durch bildhafte Darstellungen wieder erkennen. Er kann dadurch seine Entwicklungsstufe einschätzen und findet außerdem wertvolle Anleitungen, um sich über seine Schwächen und Fehler zu erheben. Er wird dabei gewahr, dass seine Triebnatur, die »Personalität« die er als Ursache seiner Behinderungen empfunden hat, ihm zu einer wertvollen Hilfe wird. Anstatt ständig sein niederes Ich zu bekämpfen, was immer wieder zu Niederlagen führt, lernt er es zu seinem geistigen Wachstum zu nutzen Er entdeckt allmählich eine höhere Kraft, die »Individualität« die strahlend, ausgleichend und versöhnend über allen Gegensätzen steht und diese zur Schaffung innerer Harmonie und wahrer brüderlicher Beziehungen zu verwenden weiß.

### **12 - DIE GESETZE DER KOSMISCHEN MORAL**

»Die Landwirte waren die ersten Moralisten«, sagt Meister Omraam Mikhaël Aïvanhov. »Wenn sie nicht säen, erwarten sie auch keine Ernte, und wenn sie Salat pflanzen, wissen sie, dass sie keine Karotten ernten werden Und warum hofft nun ein Mensch darauf, Liebe und Frieden zu ernten, wenn er Hass und Zwietracht sät? Wenn man einen Marmorpalast haben will, verwendet man keine Ziegelsteine. Wenn man einen gesunden Körper haben will, isst man keine faulenden Nahrungsmittel. Wie sollte man also eine solide, widerstandsfähige psychische Struktur, eine klare Intelligenz und ein großzügiges Herz haben, wenn man unaufhörlich ungeordnete, von Begierden und Groll vergiftete Gedanken und Gefühle hin- und herwälzt? Wie bei der Nahrung oder beim Bau eines Hauses, so sollte man auch bei seinen Gedanken und Gefühlen eine Auswahl treffen. Die Gesetze, die man in den anderen Bereichen der Natur und in der Technik entdeckt hat, gelten auch für unsere psychische Struktur. Weder die Menschen noch die Gesellschaft

## *BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM HARMONISCHEN LEBEN*

haben die Moral erfunden, sie ist überall in der Natur aufgezeichnet, sie ist die Weiterführung der Naturgesetze in unserer psychischen Struktur. Wenn der Mensch diese Gesetze der Natur nicht achtet - ganz gleich, ob die Gesellschaft das erkennt oder nicht - muss er das mit Leiden und Krankheiten bezahlen« Omraam Mikhael Aivanhov

### **13 - DIE NEUE ERDE. ANLEITUNGEN, ÜBUNGEN, SPRÜCHE, GEBETE**

»In der Sprache der Eingeweihten, der Wissenden«, sagt Meister Omraam Mikhaël Aïvanhov, »in der Sprache der ewig währenden Symbole, bedeutet »Neuer Himmel« eine neue Lebensauffassung und Erkenntnis, »Neue Erde« ein anderes Verhalten, eine schönere Ausdrucksweise... Der Kopf ist oben, »im Himmel«, die Füße auf der Erde. Die Füße folgen den Befehlen des Kopfes, laufen immer dorthin, wo vom Kopf Geplantes auszuführen ist. Mithin ist die neue Erde das neue Verhalten, das aus einer gewandelten Denkweise, einer neuen Weltanschauung hervorgeht. All die praktischen Anleitungen und Hinweise, die ihr erlernt und übt, sind die Neue Erde.« Die Schüler des Meisters Omraam Mikhaël Aïvanhov versuchten dem Bedürfnis nach neuen Anleitungen für das geistige Leben gerecht zu werden, indem sie in diesem Band einen Teil der vom Meister gegebenen, von ihm selbst erprobten Übungen zusammenstellten und veröffentlichten. Sie sind alle sehr einfach und leicht durchführbar, aber überaus wirksam. Einige davon beziehen sich auf das tägliche Leben: Ernährungsweise, Atmung, Reinigung, Beziehungen zur Natur, zu den Menschen... Andere betreffen insbesondere das geistige Leben, wie Meditation, Einwirken auf den Solar-Plexus, das Hara-Zentrum, Entfaltung der Aura des Lichtleibs. Alle diese Methoden gründen auf dem esoterischen Wissen, dessen hohe Aufgabe es ist, das vorzubereiten, was die Heiligen Schriften einen »Neuen Himmel und eine Neue Erde« nennen, d.h. eine Wandlung der Denk - und Lebensweise des Menschen.

### **14/15 - LIEBE UND SEXUALITÄT**

»Es scheint, als wäre über Liebe und Sexualität bereits alles gesagt. Unbeachtet jedoch blieb die Tatsache, dass die Kraft der Liebe, die sich in jedem Menschen kundtut, zur höchsten Entfaltung des Geistes genutzt werden kann. Männer und Frauen wissen nicht, was sie eigentlich zueinander hinzieht: Sie folgen blind dieser Anziehungskraft. Und nehmen ihre Erlebnisse meist ein enttäuschendes, unwürdiges Ende, so liegt ihnen doch der Gedanke fern, dass sie ihre Auffassung von Liebe und Sexualität berichtigen sollten. Die Eingeweihten lehren, dass Mann und Frau die Repräsentanten der zwei Uraspekte Gottes sind: des Ewig-Männlichen und des Ewig-Weiblichen, woraus das ganze Universum erschaffen wurde - und dass sie dieselbe Schöpfermacht in sich tragen. So wie die Vereinigung von Geist und Materie kann auch die Vereinigung von Mann und Frau neue Welten erschaffen. Dazu bedarf es jedoch in der Liebe eines erweiterten Verstehens, einer vertieften Auffassung, besonderer Regeln und Verhaltensweisen, wie sie trotz des sich verbreitenden Schrifttums über tibetanische Tantrik noch nie gelehrt wurden. Darum mag auch der Inhalt dieses Bandes den Leser erstaunen, denn sie werden seine bisherigen Ansichten und Meinungen erschüttern. Ist ihm jedoch ernsthaft an geistigem Wachstum gelegen, dann wird er daraus erfahren, wie er kraft der Liebe zu seinem gottgewollten Endziel gelangt.« Omraam Mikhaël Aïvanhov

### **16 - ALCHIMIE UND MAGIE DER ERNÄHRUNG. HRANI YOGA**

In der ganzen Welt steht die Frage der Ernährung an erster Stelle, alle bemühen sich, diese Frage als erstes zu regeln, sie arbeiten und bekriegen sich sogar dafür. Aber diese Haltung der Nahrung gegenüber ist nur ein erster Impuls, eine instinktive Neigung, die noch nicht in den Bereich aufgeklärten Bewusstseins übergegangen ist. Allein die Einweihungswissenschaft lehrt uns, dass die Nahrung, die in den göttlichen Laboratorien mit einer unbeschreiblichen Weisheit zubereitet worden ist, magische Elemente enthält, die fähig sind, sowohl die physische als auch die psychische Gesundheit aufrecht zu erhalten oder wiederherzustellen. Aber dafür muss man wissen, unter welchen Bedingungen und mit welchen Mitteln man diese Elemente aus der Nahrung gewinnen kann, und dass das wirksamste Mittel das Denken ist. Denn der Gedanke des Menschen ist fähig, der Nahrung feinstoffliche, lichtvolle Teilchen zu entziehen, die beim Aufbau seines gesamten Wesens mitwirken, und auf diese Weise verwandelt er sich nach und nach. »Wenn ihr die geistige Bedeutung der Ernährung begreift, wird sie für euch zu einer Quelle von Wohltaten und Wundern, weil über die einfache Tatsache hinaus, dass man sich ernähren muss, um am Leben zu bleiben, andere Bedeutungen und andere Kenntnisse hinzukommen. Es gilt andere Arbeiten auszuführen und man wird sich andere Ziele stecken. Dem Anschein nach esst ihr dann wie jeder andere auch und alle Welt isst wie ihr, aber in Wirklichkeit besteht da ein genauso großer Unterschied wie zwischen Himmel und Erde.« Omraam Mikhael Aivanhov

### **25/26 - DER WASSERMANN UND DAS GOLDENE ZEITALTER**

»Die Kosmische Intelligenz hat den Menschen so aufgebaut, dass er die Vollkommenheit nur erlangen kann, wenn er die Verbindung mit der höheren Welt aufrechterhält, von der er Warnungen, Licht und Kraft empfängt. Vertraut er hingegen nur auf seinen begrenzten Verstand, kann er nicht alles erkennen und vorhersehen, woraus sich katastrophale Irrtümer in allen Bereichen ergeben. Alle diejenigen, die ihre Macht auf der Technik, der Industrie und dem materiellen Fortschritt aufbauen und sich dabei einbilden, so könnten sie sogar den Herrn kommandieren, werden früher oder später auf die Nase fallen. Denn ihre Umtriebe, die nur von dem Wunsch genährt sind, die Welt zu beherrschen - ohne die Pläne der Kosmischen Intelligenz zu berücksichtigen - wühlen die Schichten der physischen sowie der psychischen Atmosphäre auf und rufen damit feindliche und äußerst gefährliche Kräfte auf den Plan, die sich gegen sie selbst richten« »Das nun kommende Wassermannzeitalter wird große Umwälzungen mit sich bringen, die den Überlebenden begreiflich machen werden, dass es Gesetze gibt, die man achten muss. Das neue Leben, das sich schon anbahnt, übersteigt an Schönheit, Herrlichkeit und Harmonie alles, was wir uns heute vorstellen können. Denn alle über die ganze Welt verstreuten Menschen, die insgeheim für den Aufbau des Reiches Gottes wirken, werden sich zusammenfinden und gemeinsam mit großartigen Mitteln aktiv werden. Und die Festungen der Unwissenheit, des Materialismus und Despotismus werden zusammenbrechen. Das sage ich euch, und so wird es auch kommen. Nichts wird das Aufkommen der neuen Zeit, des Goldenen Zeitalters verhindern.« Omraam Mikhaël Aïvanhov

### **27 - DIE PÄDAGOGIK IN DER EINWEIHUNGSLEHRE**

24

## *BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM HARMONISCHEN LEBEN*

Der Mensch kann mit einem Königreich verglichen werden, in dem seine eigenen Zellen die Bewohner sind und er der König ist. Leider ist er meistens ein entthronter König. Er wurde von seinem Volk, das er nicht weise regieren und erziehen konnte, gestürzt. Solange er an der Macht war, gab er sich seelenruhig unnützen und sogar verbrecherischen Tätigkeiten hin und seine Umwelt, die nicht einmal etwas davon merkte, bewunderte ihn vielleicht sogar... Aber seine eigenen Zellen beobachteten ihn. Er konnte sich vor ihnen nicht verstecken und eines Tages beschlossen sie, diesen Herrscher zu stürzen, der sich unablässig verwerfliche Handlungen erlaubte.

Bevor man sich auf die Erziehung der anderen stürzt, muss jeder selbst Pädagoge seiner eigenen Zellen werden. Denn man muss wissen, dass ein Volk, dessen König ein schlechtes Vorbild ist, ihn nachahmt und ihn eines Tages entthront. Wenn hingegen der König ein Vorbild an Güte, an Edelmut und an Ehrlichkeit ist, ahmen seine Zellen ihn auch nach und unternehmen alles, um ihn zu unterstützen: Sie werden so gehorsam, so strahlend,

### **32 - DIE FRÜCHTE DES LEBENSBAUMS. DIE KABBALISTISCHE ÜBERLIEFERUNG**

"Der Lebensbaum der Kabbala mit seinen 10 Sephiroth ist ein Abbild des Universums, das Gott bewohnt und mit Seiner Essenz durchdringt, eine Darstellung des göttlichen Lebens, das durch die gesamte Schöpfung strömt. Ihr habt damit ein System, das es euch ermöglicht, euch bei eurer spirituellen Arbeit nicht zu verzetteln. Wenn ihr jahrelang mit diesem Baum arbeitet, ihn erforscht und seine Früchte kostet, werdet ihr die Ausgeglichenheit und Harmonie des kosmischen Lebens in euch kosten." Omraam Mikhael Aïvanhov

## **OMRAAM MIKHAËL AÏVANHOV**

### **– EDITION JZVOR –**

#### **201 - AUF DEM WEG ZUR SONNENKULTUR**

Zwar wissen wir, dass die Sonne das Zentrum unseres Planetensystems ist; wir haben jedoch daraus noch nicht alle Schlussfolgerungen auf dem Gebiet der Biologie, der Psychologie, der Kultur und des Geisteslebens gezogen. Wenn der Mensch heute eine direkte Nutzung der Sonnenenergie anstrebt, warum versucht er dann auch nicht in sich selbst, in seinem Inneren, wie auch im sozialen Leben die lange verborgenen Sonnenspuren zu entdecken. Die Sonne ist in uns allen gegenwärtig und kann unser Bewusstsein zu einer planetarischen Sicht der menschlichen Probleme erweitern.

#### **202 - DER MENSCH EROBERT SEIN SCHICKSAL**

Warum wird der Mensch in ein ganz bestimmtes Land, in diese oder jene Familie hineingeboren? Warum erfreut sich der eine bester Gesundheit, ist intelligent, reich, mächtig und berühmt während der andere behindert oder benachteiligt ist? Die Antwort auf diese Fragen hilft uns nicht nur die verschlungenen Fäden unseres Daseins zu entwirren, sondern bietet uns damit auch alle Möglichkeiten, selbst Herr unseres Schicksals zu werden.

#### **203 - DIE ERZIEHUNG BEGINNT VOR DER GEBURT**

Die tatsächliche Erziehung eines Kindes beginnt vor der Geburt, weil sie sich zunächst im Unterbewusstsein vollzieht. Die Mutter kann durch ihre Gedanken, Gefühle und durch ihr ausgeglichenes Verhalten günstig auf die Seele des Kindes, das sie trägt, einwirken. Dieser magische Einfluss soll auch nach der Geburt weiterhin auf das Kind ausgeübt werden und deshalb sollten die Eltern wissen, wie empfindsam der Säugling auf seine Umgebung reagiert. Die Eltern und Pädagogen sollten schließlich ihre erzieherische Aufgabe durch ihr eigenes gutes Vorbild fortsetzen. Die tatsächliche Erziehung eines Kindes beginnt vor der Geburt, weil sie sich zunächst im Unterbewusstsein vollzieht. Das Kind ist kein kleines Tier, das zur gegebenen Zeit nur dressiert werden braucht, sondern eine Seele, auf die die Mutter bereits während der Schwangerschaft durch ihre Gedanken, Gefühle und durch ihr ausgeglichenes Verhalten günstig einwirken kann. Dieser gewissermaßen magische Einfluss soll auch nach der Geburt weiterhin auf das Kind ausgeübt werden und deshalb sollten die Eltern wissen, wie empfindsam der Säugling seiner Umgebung gegenüber ist. Die Eltern und Pädagogen sollten schließlich ihre erzieherische Aufgabe durch ihr eigenes gutes Vorbild fortsetzen; denn ihre Handlungsweise wirkt viel tiefer auf das Kind ein, als Ihre Ratschläge und Anordnungen, mit denen sie es episodisch überschütten. Die unterbewusste Erziehung verlangt also das höchste Bewusstsein von Seiten der Erzieher.

#### **204 - YOGA DER ERNÄHRUNG**

Dieses Buch ist kein Diät-Handbuch. Für Meister Omraam Mikhaël Aïvanhov kommt es nicht so sehr darauf an was oder wie viel man isst, sondern wie man isst und welche Einstellung man zur Nahrung hat. Den Leser mag vielleicht die außergewöhnliche Überlegung erstaunen, das Essen aus seiner täglichen Banalität zu lösen, um ihm wieder die geistige Bedeutung eines Heiligen Abendmahls zukommen zu lassen. Aber selbst derjenige, dem diese spirituelle Einstellung fremd ist, wird nachvollziehen können, wie er durch seine Einstellung zur Nahrung ein tieferes Verständnis der Beziehung zwischen Mensch und Natur gewinnen kann. Denn es ist die Natur, die dem Menschen seine Nahrung gibt. Durch seine Gedanken und Gefühle kann der Mensch jene höchst subtile Elemente der Nahrung aufnehmen, die zur Entfaltung seines ganzen Wesens beitragen.

#### **205 - DIE SEXUALKRAFT ODER DER GEFLÜGELTE DRACHE**

25

## *BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM HARMONISCHEN LEBEN*

Obwohl der Drache ein Fabelwesen ist, das in allen Mythologien und sogar in der christlichen Ikonografie auftritt, ist er doch keine an den Haaren herbeigezogene Erfindung. Er ist das Symbol der Triebkräfte im Menschen. Das ganze Abenteuer des spirituellen Lebens besteht darin, diese Kräfte zu bändigen, zu zähmen und zu lenken, um sie als Antriebsmittel auf dem Weg zu den höchsten Gipfeln des Geistes zu verwenden.

### **206 - EINE UNIVERSELLE PHILOSOPHIE**

Es genügt nicht, Organisationen mit universeller Aufgabe ins Leben zu rufen. Solange die Menschen, die in ihnen tätig sind, nicht sich selbst als universelle Aufgabe empfinden, erweisen sich auch diese Organisationen als wirkungslos. Das Bewusstsein der Universalität ist aber das Ergebnis einer geduldigen Erziehung und hier gibt Omraam Mikhaël Aïvanhov die Grundlagen dazu. Bereits seit Jahrzehnten bezeugen politische und kulturelle Organisationen ihre Bereitschaft, die Probleme auf breiter Ebene anzugehen. Aber es genügt nicht, Organisationen mit universeller Bestimmung ins Leben zu rufen. Solange die Menschen, die in ihnen tätig sind, nicht sich selbst als universelle Bestimmung empfinden, erweisen sich auch diese Organisationen als Wirkungslos. Dafür gibt es nur allzu viele Beweise. Das Bewusstsein der Universalität ist das Ergebnis einer Geduldigen Erziehung, und die Grundlagen dazu gibt Omraam Mikhaël Aïvanhov in seiner Einweihungslehre.

### **207 - WAS IST EIN GEISTIGER MEISTER?**

"Ein Meister ist wirklich ein außerordentliches Wesen, das im Stande ist die Menschen zu den höchsten geistigen Gipfeln zu führen. Aber sowohl für ihn selbst als auch für seine Schüler kann dieses erhebende Abenteuer nur unter den größten inneren Anstrengungen verwirklicht werden. Seinem Meister zu begegnen, bedeutet für den Schüler, eine Mutter gefunden zu haben, die ihn willig neun Monate unter ihrem Herzen trägt, um ihn in der geistigen Welt ins Leben zu rufen. Und wenn er in dieser Welt geboren ist, dann Schauen seine Augen die Schönheit der Schöpfung, hören seine Ohren das göttliche Wort, kostet sein Mund die Himmlischen Speisen, tragen seine Füße ihn an die verschiedensten Orte des Raumes, um Gutes zu tun, und lernen seine Hände der feinstofflichen Welt der Seele zu erschaffen." Omraam Mikhaël Aïvanhov

### **208 - DAS EGREGORE DER TAUBE ODER DAS REICH DES FRIEDENS**

"Auf welchen Frieden kann man hoffen, wenn der Mensch weiterhin den Keim politischer, sozialer und ökonomischer Konflikte in sich nährt: schlecht beherrschte Gier nach Besitz und Macht? Solange der Mensch sich nicht entschließt, in das Schlachtfeld seiner ungeordneten Gedanken und Gefühle einzugreifen, kann er keinen dauerhaften Frieden aufbauen. Sehr viele Menschen arbeiten gegenwärtig für den Frieden in der Welt. Aber im Grunde tun sie nichts, um den Frieden tatsächlich zu verwirklichen. Sie haben nie daran gedacht, dass zunächst alle Zellen ihres Körpers, alle Partikel ihres Physischen und psychischen Wesens den Gesetzen von Frieden und Harmonie folgen Müssen, um den angestrebten äußeren Frieden ausstrahlen zu können. Die Menschen reden und schreiben über den Frieden, aber in sich nähren sie den Krieg, indem sie ständig gegen die eine oder andere Sache ankämpfen. Wie wollen sie da den Frieden bringen? Der Mensch muss den Frieden zunächst in seine Handlungen, Gefühlen und Gedanken herstellen, erst dann arbeitet er wirklich für ihn." Omraam Mikhaël Aïvanhov

### **209 - WEIHNACHTEN UND OSTERN IN DER EINWEIHUNGSLEHRE**

Die Christen feiern alljährlich Weihnachten und Ostern, um der Geburt und der Auferstehung Jesu zu gedenken. Diese Feste rühren von einer alten Tradition der Einweihungslehre her, die schon lange vor dem Zeitalter des Christentums existierte. Sie fallen im Jahreszyklus auf die Wintersonnenwende und die Frühlings - Tag-und-Nacht-Gleiche. Sie weisen hiermit auf ihre kosmische Bedeutung hin und lehren, dass der Mensch - Teil des Kosmos - mit der Vorbereitung und dem Wachstum in der Natur eng verbunden ist. Diese beiden Feste sind in Wirklichkeit nur zwei verschiedene Darstellungen für die Erneuerung des Menschen und sein Eintreten in die geistige Welt.

### **210 - DIE ANTWORT AUF DAS BÖSE**

Die wahren Antworten auf die Frage des Bösen liegen nicht in Erklärungen, sondern in Methoden. Was auch immer sein Ursprung sein mag - das Böse ist eine innere und äußere Wirklichkeit, der wir täglich ausgesetzt sind und auf das wir lernen müssen einzugehen. Es ist nutzlos und selbst gefährlich, das Böse bekämpfen zu wollen, denn der Kampf ist gar zu ungleich. Aber man sollte die Methoden kennen, mit denen man es meistern und umwandeln kann. Philosophie und Religion haben sich schon immer mit dem Rätsel befasst, Warum in einem Universum, das von einem vollkommenen Gott erschaffen wurde, das Böse existiert. Obwohl der Meister Omraam Mikhaël Aïvanhov sich im Wesentlichen auf die Jüdisch - Christliche Tradition stützt, besteht er vor allem darauf, dass die wahre Antwort auf die Frage des Bösen nicht so sehr in den Erklärungen, sondern vielmehr in den Methoden zu finden ist. Welchen Ursprung das Böse auch hat, es ist ein Tatsache, mit der wir im inneren und äußeren Bereich täglich konfrontiert werden und mit der wir umzugehen lernen müssen. Es wäre Unnützlich und sogar gefährlich, das Böse bekämpfen zu wollen, denn der Kampf wäre all zu ungleich; Wichtig ist aber die Methoden zu kennen, mit denen man es beherrschen und Umwandeln kann.

### **211 - DIE FREIHEIT, SIEG DES GEISTES**

Die Freiheit ist zu einem so bedeutenden politischen Schwerpunkt geworden, dass wir nach und nach ihren wahren Sinn in Bezug auf den Menschen aus den Augen verloren haben. Meister Omraam Mikhaël Aïvanhov will diesen Sinn d.h. die Beziehung zwischen Geist und Materie wieder richtig stellen, wenn er sagt: »Alle Lebewesen sind auf gewisse Äußere Elemente angewiesen, nur Gott entgeht diesem Gesetz. Nur Er schöpft alles aus sich selbst. Da Er nun allen menschlichen Wesen einen Funken, einen Geist gegeben hat, der die gleiche Beschaffenheit hat, wie Er selbst, kann auch jeder Mensch kraft dieses Geistes erschaffen, was er Braucht... Die Lehre die ich euch vermittele, ist die Lehre des Geistes, des Schöpfers und nicht die Lehre der Materie, der Schöpfung. Deshalb rate ich euch, in den Bereich des

## **BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM HARMONISCHEN LEBEN**

schöpferischen formenden gestaltenden Geistes einzutreten; dann werdet ihr der Macht der Außenwelt mehr und mehr entkommen und frei sein.

### **212 - DAS LICHT, LEBENDIGER GEIST**

Der Überlieferung zufolge ist das Licht die lebendige Substanz mit der Gott die Welt erschaffen hat. Seit einigen Jahren hat es besonders durch die Entwicklung des Lasers einen außergewöhnlichen Forschungs- und Anwendungsbereich gefunden: es bietet sowohl auf materieller als auch auf geistiger Ebene unendlich viele Möglichkeiten. Omraam Mikhaël Aïvanhov möchte uns hier die geistigen Aspekte des Lichts näher bringen: Das Licht als Schutz, als Nahrung und als Weg, den Menschen, die Natur und Gott zu erkennen. Vor allem aber zeigt er uns, dass das Licht das einzig wirksame Mittel ist, uns selbst und die Welt zu wandeln.

### **213 - DIE MENSCHLICHE UND GÖTTLICHE NATUR IN UNS**

Wie oft sagt man zur Rechtfertigung gewisser Schwächen: »Das ist menschlich!« Wenn man aber richtig Überlegt, bedeutet »menschlich« eigentlich »tierisch«. Wie also lässt sich die menschliche Natur definieren? Der Mensch ist das doppelgesichtige Wesen, das in seiner Evolution zwischen tierischer und göttlicher Welt steht. Er muss sich seiner doppelten Natur bewusst werden um sie zu überwinden. Die Aussage der heiligen Schriften: »Ihr seid Götter«, soll den Menschen an den in ihm verborgenen göttlichen Wesenskern erinnern, den es zu entwickeln und sichtbar zu machen gilt. Der Meister Omraam Mikhaël Aïvanhov sieht hier den Wahren Sinn unseres Lebens; immer wieder kommt er auf diesen Punkt zu Sprechen und zeigt uns, wie wir die Götter, die wir sind und die wir noch nicht kennen, auch nach außen hin verwirklichen Können.

### **214 - LIEBE, ZEUGUNG, SCHWANGERSCHAFT. DIE GEISTIGE GALVANOPLASTIK UND DIE ZUKUNFT DER MENSCHHEIT**

Im Universum gibt es zwei Grundprinzipien die in allen Ausdrucksformen des Lebens und der Natur enthalten sind: das männliche und weibliche Prinzip. Die gesamte Schöpfung beruht auf diesen beiden Prinzipien die sich von den zwei schöpferischen Urprinzipien im Kosmos ableiten: dem Himmlischen Vater und der Göttlichen Mutter von denen Mann und Frau ein Widerschein sind. Überall in der Natur wirken diese beiden Prinzipien in unterschiedlichen Formen und Dimensionen. Sie existieren auch im Menschen selbst, Und zwar nicht nur in seinem Physischen Körper, sondern auch in seiner Psyche: Geist und Verstand stellen das männliche, Seele und Herz dagegen das weibliche Prinzip dar. Die beiden Prinzipien sind darauf angewiesen, zusammenzuarbeiten; jedes für sich kann nicht schöpferisch sein, weshalb sie ständig einander suchen... Die Geistige Galvanoplastik ist die bewusste Anwendung dieser beiden Prinzipien im Innenleben des Menschen.

### **215 - DIE WAHRE LEHRE CHRISTI**

Omraam Mikhaël Aïvanhov zufolge ist die ganze Lehre Christi in den wenigen Zeilen des Vater unser enthalten. »Unser Vater der Du bist im Himmel«. Er sagt: »Ein Eingeweihter geht wie die Natur zu Werke. Seht einmal, wie sie in einem winzigen Samen einen ganzen Baum mit Wurzeln, Stamm, Ästen, Blüten und Früchten zusammenfasst. Jesus hat das Gleiche getan: Er hat sein ganzes Wissen im Vaterunser kondensiert, in der Hoffnung, dass die Menschen, die es sprechen und überall meditieren, es als Samen in ihre Seele legen, es gießen, schützen und aufblühen lassen, damit es zu dem unermesslich großen Baum des Einweihungswissens heranwächst, das er uns hinterlassen hat.«

### **216 - GEHEIMNISSE AUS DEM BUCH DER NATUR**

»In der Einweihungswissenschaft versteht man unter dem Wort lesen die Entschlüsselung der subtilen, verborgenen Seite aller Dinge und Lebewesen, sowie die Auslegung aller Symbole und Zeichen, die die Kosmische Intelligenz im großen Buch der Natur überall eingepägt hat. Und schreiben heißt, das große Buch der Natur mit eigener Prägung zu versehen und durch die magische Kraft des eigenen Geistes auf Steine, Pflanzen, Tiere, Menschen einzuwirken.« Omraam Mikhael Aïvanhov

### **217 - EIN NEUES LICHT AUF DAS EVANGELIUM**

Schon beim ersten Blick in die Evangelien fällt die erzählerische Form auf. Wenn auch manche Phasen aus dem Leben Jesu im Schatten bleiben, berichten doch die Evangelien zuweilen über dieses oder jenes Detail aus seinem Alltagsleben; und seine Lehre selbst wird oft in Form von allegorischen Darstellungen wiedergegeben. Die Auslegungsmethode des Meisters Omraam Mikhaël Aïvanhov ruft erhebliches Interesse hervor, denn diese kurzen Geschichten, die sich auf konkreter oder symbolischer Ebene abspielen, werden als psychologische Gegebenheiten und Situationen aufgefasst. Die zehn Jungfrauen, die zur Hochzeit des Bräutigams eingeladen sind - der wohlhabende Besitzer, der von seinem Verwalter Rechenschaft verlangt - der Herr, der hinausgeht, um Arbeiter für sein Weinberg zu dinge - die Jünger, die der Sturm dermaßen erschreckt, dass sie den auf dem Schiff schlafenden Jesus wecken müssen - die Frage, um den Steuerbetrag, der dem Kaiser zukommen soll... All diese Berichte werden von ihren darstellerischen pittoresken Elementen befreit, also von all dem was rein äußerlich und von begrenzter Tragweite ist, um so als beständige Realitäten unseres inneren Lebens zu erscheinen, in dessen Tiefe sich die entgegengesetzten Kräfte der geistigen und materiellen Sphären bekämpfen und wieder versöhnen.

### **218 - DIE GEOMETRISCHEN FIGUREN UND IHRE SPRACHE**

»Die geometrischen Figuren sind wie eine Struktur, das Gebälk der Wirklichkeit. Aber diese Formen sind keineswegs tot, wenn auch bis auf das Skelett reduziert, sondern stellen lebendige Realitäten innerhalb des Menschen und des Universums dar. Damit wir sie interpretieren können, müssen wir sie beleben, ihnen Geist eingeben. Sie sagen nichts aus solange wir uns zufrieden geben, sie nur außerhalb unserer selbst zu studieren.« Von alters her haben die Menschen immer wieder nach einer universellen und zugleich synthetischen Sprache gesucht. Ihr Streben hat sie zur

## *BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM HARMONISCHEN LEBEN*

Entdeckung von Bildern und Symbolen geführt, welche die Wirklichkeiten - indem sie sie auf das Wesentliche reduzieren - in ihrer tiefen Reichhaltigkeit und Komplexität zum Ausdruck bringen. Bilder, Symbole sprechen, führen ihre eigene Sprache; die der geometrischen Figuren aber ist die Sprache par excellence. Die geometrischen Figuren sind wie eine Struktur, sie sind das Gerüst der Realität... Die zu bloßen Gerippen reduzierten Formen sind deshalb nicht Leblos, denn sie veranschaulichen Wirklichkeiten, die im Menschen und im Universum lebendig sind. Um diese Formen deuten zu Können, müssen wir sie beleben, ihnen den Geist einflößen; solange wir uns damit begnügen, sie nur äußerlich zu erforschen, werden sie für uns ohne Bedeutung bleiben. « Omraam Mikhaël Aïvanhov

### **219 - GEHEIMNIS MENSCH. SEINE FEINSTOFFLICHEN KÖRPER UND ZENTREN. AURA, SOLARPLEXUS, HARAZENTRUM, CHAKRAS**

Seit Jahrtausenden üben sich die Menschen darin, durch den Gebrauch ihrer fünf Sinne ihre Wahrnehmungen und Empfindungen zu steigern und zu vermehren. Dieses Spiel auf den Tasten ihrer fünf Sinne nennen sie Kultur und Zivilisation. Nun, das ist ein wenig Armselig. Wie hoch der Verfeinerungsgrad auch sei, den sie dabei erreichen können, die fünf Sinne werden immer Begrenzt bleiben, denn sie gehören nur zur Physischen Ebene und werden Immer nur die physische Ebene erforschen. Solange die Menschen nicht verstanden haben, dass es noch andere Bereiche zu erforschen, zu sehen, zu berühren, und zu riechen gibt, können sie keine neuen und weiter gehenden, reicheren und feineren Empfindungen erleben. Jedes Organ ist spezialisiert. Es erfüllt eine bestimmte Funktion und vermittelt nur die seiner Natur entsprechenden Empfindungen. Um neue Empfindungen wahrzunehmen, muss man sich an andere Organe und feinstoffliche Zentren wenden, die wir ebenfalls besitzen.

### **220 - DER TIERKREIS, SCHLÜSSEL ZU MENSCH UND KOSMOS**

Man darf nicht erwarten, hier ein Handbuch der Astrologie vorzufinden. Der Tierkreis, wie ihn uns Omraam Mikhaël Aïvanhov präsentiert, ist jenes Buch der Bücher, in dem alles Geschrieben steht. Die Tierkreiszeichen und Planeten bilden eine Art Hieroglyphen, d.h. eine heilige Schrift, deren Aufschlüsselung uns die Schöpfung der Welt und des Menschen, ihre gemeinsame Entwicklung sowie die Gleichartigkeit ihrer Struktur enthüllt. Und jeder Mensch, der seiner Zugehörigkeit zum Weltall bewusst ist, fühlt, wie sich ihm die Notwendigkeit einer inneren Arbeit aufdrängt, um schließlich die kosmische Ordnung in sich selbst wieder zu finden, die der Tierkreis perfekt symbolisiert.

### **221 - ALCHIMISTISCHE ARBEIT UND VOLLKOMMENHEIT**

Kämpft nicht gegen eure Schwächen und Mängel an, denn sie sind es, die euch niederwerfen werden, sondern lernt sie zu nutzen und an die Arbeit zu schicken. Seien es Eifersucht, Zorn, Habgier oder Eitelkeit usw., ihr solltet wissen, wie ihr sie mobilisiert, damit sie für euch in der gewählten Richtung arbeiten. Nehmt die Kräfte der Natur wie Elektrizität, den Wind, die Sturzbäche oder Blitze... Jetzt, da der Mensch sie beherrschen und nutzen kann, bereichert er sich durch sie, und doch sind es ursprünglich feindliche Kräfte. Ihr findet es normal, Naturkräfte zu nutzen, warum seid ihr dann erstaunt, wenn man über die Nutzung der primitiven Energien spricht, die in euch liegen? Wenn ihr die Regeln der spirituellen Alchimie kennen würdet, könntet ihr alle negativen Kräfte, die ihr im Überfluss besitzt, wandeln und nutzen.

### **222 - DIE PSYCHE DES MENSCHEN**

»Da keine Darstellung des Menschen seiner Komplexität vollkommen gerecht wird, sollte es nicht verwundern, wenn Religionen und philosophische Systeme verschiedene Auffassungen von seinem strukturellen Aufbau vertreten. Alle sind Wahr: es hängt nur davon ab, von welchem Standpunkt aus der Mensch betrachtet wird. Will man eine Vorstellung von der Anatomie des Menschen vermitteln, so fertigt man sich zum besseren Verständnis Schautafeln für die verschiedenen Systeme an: Knochen, Muskeln, Kreislauf, Nerven... Für den psychischen Organismus ist es nicht anders: Wie ein Anatom, bedient sich der Eingeweihte verschiedener Schaubilder oder Aufteilungen, je nach den Aspekten des Menschen und den Problemen, die er vertiefen will. « Omraam Mikhaël Aïvanhov

### **223 - GEISTIGES UND KÜNSTLERISCHES SCHAFFEN**

Die Gesetze des wirklich künstlerischen Schaffens sind keine anderen als die des geistigen Schaffens. Während der Künstler sein Werk gestaltet, führt er ein innerliches Regenerationsverfahren durch, das dem des Spiritualisten vergleichbar ist; und umgekehrt führt der Spiritualist dank seinem Streben nach Vollkommenheit eine Gestaltungsarbeit aus, die der des Künstlers entspricht.

### **224 - DIE KRAFT DER GEDANKEN**

"Gott hat die größte Macht, die Er gewähren konnte, dem Geist geschenkt. Da jeder Gedanke von dieser Macht des Geistes, der ihn erschuf, durchdrungen ist, hat er natürlich seine Wirkung. Mit dieser Erkenntnis könnt ihr Wohltäter der Menschheit werden. Jeder kann seine Gedanken wie Boten, wie kleine lichtvolle Geschöpfe, durch den Raum senden, bis hin zu den entferntesten Regionen und sie beauftragen, den Menschen zu helfen, sie zu trösten, aufzuklären und zu heilen. Derjenige, der diese Arbeit bewusst vollzieht, dringt nach und nach in die Geheimnisse der göttlichen Schöpfung ein." Omraam Mikhael Aïvanhov

### **225 - HARMONIE UND GESUNDHEIT**

»Seid ihr krank, so deshalb weil etwas in eurem Wesen in Unordnung gebracht, bestimmte Gedanken und Gefühle genährt, eine gewisse Verhaltenslinie eingehalten wurde, und das Ganze hat sich auf euren Gesundheitszustand ausgewirkt. Harmonie ist die erfolgreiche Waffe gegen Krankheit. Tag und Nacht solltet ihr daran denken, mit dem allumfassenden unbeschränkten Leben übereinzustimmen, mit dem kosmischen Leben zu harmonieren, in Einklang zu stehen. Darin besteht die wirkliche Harmonie. Mit ein paar Menschen ( der Frau, dem Mann, den Kindern, den Eltern,

## *BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM HARMONISCHEN LEBEN*

den Nachbarn oder den Freunden ) zu harmonieren, genügt nicht. mit dem gesamten Universellen Leben sollte man im Einklang stehen. « Omraam Mikhaël Aïvanhov

### **226 - DAS BUCH DER GÖTTLICHEN MAGIE**

»Die wirkliche Magie - die göttliche Magie - besteht darin, das eigene Potenzial, die Gesamtheit der eigenen Kenntnisse für die Verwirklichung des Reiches Gottes auf Erden einzusetzen. Nur selten sind die Magier zu solchem Höhepunkt gelangt, wo selbst das Interesse für magische Praktiken schwindet, wo keine Wünsche mehr aufdrängen, die Geister zur Befriedigung eigener Ambitionen zu beschwören, wo das eigene Ideal einzig und allein darauf beruht, selbst vom Licht umwogen, für das Licht mitzuwirken. Diejenigen, die es so weit gebracht haben, sind Theurgen; ihre Tätigkeit ist durch Selbstlosigkeit gekennzeichnet. Solche Menschen sind die wahren Wohltäter der Menschheit. « Omraam Mikhaël Aïvanhov

### **227 - GOLDENE REGELN FÜR DEN ALLTAG**

»Gewöhnt euch daran, euer tägliches Leben mit den Pflichten, die auf euch zukommenden Ereignisse, die Menschen, mit denen ihr leben müsst oder die ihr trifft, als eine Materie zu betrachten, die ihr umzuwandeln habt. Gebt euch nicht damit zufrieden das zu akzeptieren, was euch widerfährt. Bleibt nicht passiv, sondern denkt immer daran, diese Materie zu beseelen, beleben und vergeistigen. Denn das ist das wahre spirituelle Leben: fähig sein, in jede Handlung ein Element einzubringen, eine treibende Kraft, welche diese Handlung auf eine höhere Ebene heben kann. Ihr Fragt: Und die Meditation und das Gebet...?« Natürlich, gerade Gebet und Meditation dienen euch dazu, subtilere und reinere Elemente aufzufangen, die es euch dann Erlauben, den Handlungen eine neue Dimension zu geben. « Omraam Mikhaël Aïvanhov

### **228 - EINBLICK IN DIE UNSICHTBARE WELT**

Meditation, Hellsichtigkeit, Astralreisen und Schlaf ermöglichen uns den Zugang zur unsichtbaren Welt, aber die Art der erhaltenen Enthüllungen hängt von unserem spirituellen Entwicklungsgrad ab. »Ist jemand mit medialen Eigenschaften ausgestattet, so sollte man nicht daraus schließen, er könne sich ohne weitere bis zu alle Regionen der unsichtbaren Welt hinaufschwingen. Nein! Sehen wird er nur das, was seinem Bewusstseinszustand, seinen Gedanken und Wünschen entspricht. Die Hellsichtigkeit eines Menschen hängt von seiner Entwicklung ab. Wer noch in den niederen Regionen der Astralebene stolpert, wird lediglich mit den niederen Wesenheiten dieser Regionen Kontakt kommen und darunter leiden. Wollt ihr mit den himmlischen Wesenheiten, der göttlichen Pracht in Verbindung stehen, dann ist es notwendig, euch ein Läuterungsprozess zu unterziehen, euer Bewusstsein zu erweitern und euch für das höchste Ideal einzusetzen, also für die Brüderlichkeit unter den Menschen, für das Reich Gottes. Dann werden eure Emanationen an Lauterkeit, eure Vibrationen an Subtilität gewinnen: die lichtvollen Geister werden euch nicht nur in ihrer Nähe dulden, sondern euch selber aufsuchen, da sie in euch eine Nahrung finden werden. « Omraam Mikhaël Aïvanhov

### **229 - DER WEG DER STILLE**

»Wer glaubt, die Stille spiegle nichts anderes als die Einöde wieder, die Leere, das Ausbleiben jeder Aktivität, jedes Schaffen, mit einem Wort das Nichts, begeht einen verhängnisvollen Irrtum! Stille ist nicht immer gleich stille, allgemein gesprochen gibt es zweierlei Stille; die Stille des Todes und die des höheren Lebens. Die Stille des höheren Lebens - von der hier die Rede ist - sollte man eben erfassen können. Diese Stille hat mit Trägheit nichts zu tun; sie ist im Gegenteil ein Schaffen, eine intensive Tätigkeit, die sich in vollkommener Harmonie abspielt. Diese Stille stellt auch keine Leere, keinen Mangel dar, sondern eine Fülle, dieselbe Fülle, die zwei einander tief liebende Menschen spüren: diese erlebte Liebe ist so tief dass sie sie weder durch Gesten noch Worte veranschaulichen können. Die Stille ist eine Eigenschaft des Innenlebens. « Omraam Mikhaël Aïvanhov

### **230 - DIE HIMMLISCHE STADT. KOMMENTARE ZUR APOKALYPSE**

Es gibt zahlreiche Interpretationen der Apokalypse, aber für mich hat noch keine das Wahre, das Wesentliche zur Sprache gebracht. Warum? Es gibt mehrere Gründe dafür, aber hauptsächlich, weil man versucht hat, historische Personen, Länder oder Ereignisse wiederzuerkennen, anstatt in diesem Buch nur das Wesentliche zu sehen, das heißt die Beschreibung von Elementen und Vorgängen des inneren und kosmischen Lebens. Was für Fehler konnte man da begehen, bezüglich der vier Reiter und des Drachens mit sieben Köpfen und zehn Hörnern, hinsichtlich der mit Sternen gekrönten Frau, der großen Hure und dem Neuen Jerusalem!...Auch ich habe euch einige Passagen interpretiert, aber ihr müsst auch wissen, dass ihr davon nicht profitieren werdet, wenn ihr nicht bereits daran gearbeitet habt, die wahren Grundlagen des spirituellen Lebens zu erlangen. Denn es genügt keinesfalls, all diese Symbole intellektuell zu verstehen, man muss sie in sich selbst zum Leben erwecken können. Und solange ihr nicht zuvor eine Arbeit der Reinigung, der Selbstbeherrschung, der inneren Erhebung durchgeführt habt, bleiben euch die Wunder der Apokalypse verschlossen.

### **231 - SAATEN DES GLÜCKS**

"Das Glück ist wie ein Ball, dem man nachläuft, gerade wenn man ihn aufheben will, stößt man ihn mit dem Fuß unwillkürlich wieder an..., um weiter hinterherlaufen zu können! Durch diesen Lauf fühlt man sich angespornt; gerade in dieser Suche, diesem inneren Schwung, das Ziel zu erreichen, findet man in Wirklichkeit das Glück. Ist das Erwünschte einmal erlangt, so fühlt man sich zuerst glücklich, aber gleich danach spürt man eine Leere, dann muss man etwas anderes suchen, und man ist trotzdem nie befriedigt. Was soll man also tun? Sucht nach dem, was am entferntesten und am unerreichbarsten erscheint, nämlich Vollkommenheit, Unendlichkeit, Ewigkeit. Alles Übrige - Erkenntnis, Reichtum, Macht, Liebe - werdet ihr auf dem Weg dahin finden. Ja, ihr werdet alles erhalten, sogar ohne darum zu bitten." Omraam Mikhaël Aïvanhov

### **232 - FEUER UND WASSER. WUNDERKRÄFTE DER SCHÖPFUNG**

## *BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM HARMONISCHEN LEBEN*

Eindrücke, Empfindungen, Bilder, alles prägt sich in uns ein und hinterlässt Spuren. Jeden Tag modellieren die Kräfte, die wir in uns einlassen und die Einflüsse, von denen wir uns prägen lassen, unser psychisches Leben. Aus diesem Grunde ist es wichtig, Bilder zu finden, die wir uns oft vor Augen führen können, Bilder, die uns Tag und Nacht begleiten, damit unser Denken mit dem Erhabensten, Reinsten und Heiligsten verbunden bleibt. Was könnte schöner, poetischer und sinnvoller sein als Wasser und Feuer oder die unterschiedlichen Formen, in denen sie uns erscheinen? Unser ganzes Leben kann von diesen Bildern erfüllt sein, bis sie auch die winzigsten Zellen prägen. Selbst wenn wir von nun an nichts anderes hätten als die Gegenwart von Feuer und Wasser, um unser spirituelles Leben zu nähren, wäre das schon ausreichend... Wenn wir uns Tag für Tag auf diese Bilder konzentrieren, werden Lebendigkeit, Reinheit und Licht in uns einkehren.

### **233 - EINE ZUKUNFT FÜR DIE JUGEND**

»Welche Art von Menschen ruft Achtung und Bewunderung hervor? Diejenigen, die gekämpft, sich selbst übertroffen, Hindernisse überwunden, Prüfungen bestanden haben. Warum schwärmt die Jugend derart für die Sportler? Weil diese ständig bemüht sind, sich selbst zu überwinden. Auch wenn es nur um Laufen, Springen, Schwimmen, Klettern geht, werden Selbstüberwindung, Ausdauer und der Mut stets als Lobenswerte Eigenschaften angesehen. Lohnt sich also der Versuch nicht, dieselben Eigenschaften auch im täglichen Leben zu manifestieren? Anstatt all seine Energien nur darauf zu verwenden, schneller zu rennen und zu schwimmen, höher zu springen, ein Ball geschickter zu fangen und sicherer zu werfen, ist es Nützlicher sich zu sagen: »Künftig will ich in Schwierigkeiten mehr Geduld zeigen, Traurigkeit und Kummer überwinden und mich besser beherrschen.« Denn auf diesem Gebiet kann man ja auch große Leistungen erbringen und Siege erringen. Warum versucht ihr es nicht?« Omraam Mikhaël Aïvanhov

### **234 - DIE WAHRHEIT. FRUCHT DER WEISHEIT UND DER LIEBE**

Wenn es so viele verschiedene und widersprüchliche »Wahrheiten« in der Welt gibt, dann widerspiegeln sie nur die Deformation von Herz und Verstand der Menschen. Wenn jemand zu euch sagt: »Für mich sieht die Wahrheit folgendermaßen aus...«, dann ist das seine Wahrheit und diese Wahrheit spricht von seinem Herzen und seinem Verstand, die entweder unzulänglich und verbildet oder im Gegensatz sehr entwickelt sind. Wenn die Wahrheit unabhängig von der Tätigkeit des Herzens und des Verstandes wäre, hätten alle dasselbe entdecken müssen. Aber wie ihr wisst, ist dem nicht so, jeder entdeckt andere Wahrheiten, außer denen, die die wirkliche Liebe und die wirkliche Weisheit besitzen. Diese haben die gleiche Wahrheit entdeckt und aus diesem Grunde sprechen sie alle dieselbe Sprache.

### **235 - IM GEIST UND IN DER WAHRHEIT - WIE FINDE ICH ZU GOTT**

"Stellt euch vor, man würde eines Tages den Gläubigen der ganzen Welt ankündigen: 'Von nun an wird es keinen Ort für Gottesdienste, keine Zeremonien und keine Priesterschaft und weder Statuen noch Bilder von Heiligen mehr geben, nichts Materielles, Äußeres mehr. Ihr werdet Gott im Geist und in der Wahrheit anbeten.' Es wäre für sie die Leere, sie würden sich verloren fühlen. Nur ein außergewöhnlich entwickeltes Wesen kann in seinem Geist und in seiner Seele den Altar finden, wo es einkehrt, um sich an den Herrn zu wenden, um die Herrlichkeiten des Himmels zu berühren, zu schmecken und zu atmen. Natürlich ist eine solche Erweiterung des Bewusstseins wünschenswert. Für diejenigen, die in der Lage sind, so weit zu kommen, gibt es keine Grenze, denn die Welt der Seele und des Geistes ist die Schönste und Weiteste. Sie können arbeiten bis ins Unendliche, um ihre Zukunft als Söhne und Töchter Gottes aufzubauen." Omraam Mikhael Aivanhov

### **236 - WEISHEIT AUS DER KABBALA - DER LEBENDIGE STROM ZWISCHEN GOTT UND MENSCH**

"Es gibt ein Bild, das uns annähernd eine Vorstellung von Gott geben kann: das der Elektrizität. Wir benutzen Elektrizität, um Licht zu haben, um uns zu wärmen und um alle möglichen Geräte anzutreiben. Aber wie vorsichtig muss man sein, um kein Unfälle zu provozieren! Ein direkter Kontakt mit der Elektrizität kann tödlich sein, denn sie ist eine Energie von gewaltiger Kraft. Um sie bis zu uns zu leiten und sie ohne Gefahr nutzen zu können, muss man sie mit Hilfe von Transformatoren kanalisieren. Genauso ist es mit Gott. Ihn kann man mit reiner Elektrizität vergleichen, die nur über Transformatoren zu uns herabkommen kann. Diese Transformatoren sind die unzählbaren lichtvollen Wesen, die den Himmel bevölkern und die die Überlieferung Engelshierarchien genannt hat. Durch sie empfangen wir das göttliche Leben und durch sie können wir mit Gott in Verbindung treten." Omraam Mikhaël Aïvanhov

### **237 - DAS KOSMISCHE GLEICHGEWICHT - DIE ZAHL 2**

Wenn die Sonne am 23. September das Zeichen der Waage betritt, ist die Herbst-Tagundnachtgleiche. Wieder sind der Tag und die Nacht gleich lang. Nach der aufsteigenden Phase (von Widder bis Jungfrau) beginnt die absteigende Phase (von Waage bis Fische). Die Waage ist das siebte Zeichen im Tierkreis. Warum gibt es eine Waage am Himmel und was lehrt sie uns? Mitten unter den vielen Lebewesen – Menschen und Tiere – die den Tierkreis darstellen, ist die Waage der einzige Gegenstand, genauer gesagt ein Messinstrument, das mit seinen zwei Waagschalen die Kräfte des Lichtes und der Finsternis, die Kräfte des Lebens und des Todes im Gleichgewicht zu halten scheint. Die Waage im Tierkreis ist ein Abbild der kosmischen Waage, dem Gleichgewicht dieser beiden entgegengesetzten, sich aber ergänzenden Prinzipien, dank denen das Universum entstanden ist und noch immer existiert. Das Symbol der Waage, das man auch im Sephirothbaum wieder findet, beherrscht die ganze Schöpfung. Omraam Mikhaël Aïvanhov

### **238 - DER GLAUBE VERSETZT BERGE**

Der Glaube geht einher mit einer Arbeit, die langen Atem erfordert. Er ist das Ergebnis von tagtäglich wiederholten Bemühungen. Er ist etwas Lebendiges, das wir niemals aus unserem täglichen Leben ausschließen dürfen. Das muss man verstehen, um den Sinn der Worte Jesu zu verstehen: »Wenn ihr Glauben habt wie ein Senfkorn, so könnt ihr sagen zu diesem Berge: Heb dich dorthin!, so wird er sich heben; und euch wird nichts unmöglich sein (Mt 17,20).« Wir können einen Berg

## *BUCH 33: MEDITATION ALS DER WEG ZU EINEM HARMONISCHEN LEBEN*

versetzen, aber nur unter der Bedingung, dass wir nicht denken, dass man ihn auf einmal versetzen könnte. Man kann einen Berg versetzen, jedoch nur, wenn man einen Stein nach dem anderen wegträgt! Jeder versetzte Stein, d. h. jeder Erfolg, so gering er auch sein mag, steigert unseren Glauben, denn wir fühlen uns beständiger, stärker, mehr als Herr der Lage. Wenn wir einen Blick zurück werfen, messen wir den schon zurückgelegten Weg... und dann kann es sein, dass schon nach der Hälfte der unternommenen Arbeit unser Glaube so stark geworden ist, dass wir den Rest auf einmal versetzen können. Omraam Mikhaël Aïvanhov