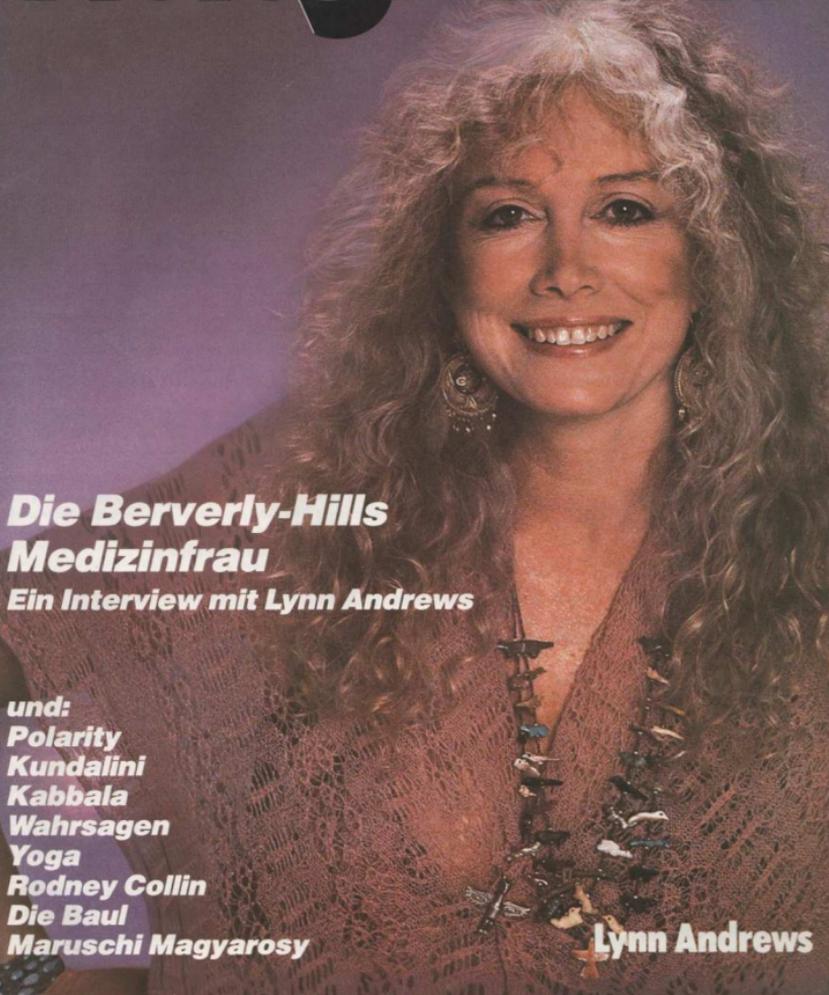


Nr. 40

November 1984

DM 5,—

Hologramm

A close-up portrait of Lynn Andrews, a woman with voluminous, wavy, light-colored hair. She is smiling and wearing large, ornate earrings and a brown, lace-like top with a decorative front panel. The background is a soft, out-of-focus purple and blue.

Die Beverly-Hills Medizinfrau

Ein Interview mit Lynn Andrews

und:

Polarity

Kundalini

Kabbala

Wahrsagen

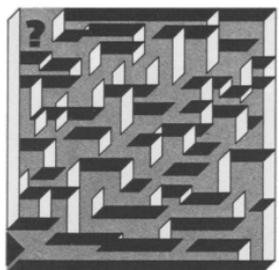
Yoga

Rodney Collin

Die Baul

Maruschi Magyarosy

Lynn Andrews



EIN WEG- EIN AUSWEG?

Eine Makrobiotik-Erfahrung von Günther Marm

Verlag Ost-West Bund e.V.

Neuausgabe im Buchformat:

Seit dieser Titel 1983 zunächst als Taschenbuch erschien, entwickelte er sich schnell zu «dem Buch» für Anfänger in der makrobiotischen Lebensweise. Aus diesem Grund entließ sich der Autor jetzt zur Herausgabe einer überarbeiteten Form im Buchformat. Das Taschenbuch ist nicht mehr erhältlich.

Der Verfasser berichtet über seine persönlichen Erfahrungen mit natürlicher Ernährung und naturnahem Lebensstil. Er läßt den Leser hautnah miterleben, wie er sich selbst von einem hektischen, nervösen und ständig aggressiven «Kranken» zu einem frohen, zufriedenen und gottgebeneren Menschen wandelt. Sein Gesundheitszustand hat sich natürlich vollkommen verändert, verändert hat sich auch sein tägliches Schlafbedürfnis von 10er12 Stunden auf bescheidene 4-5 Stunden - schon innerhalb von 3 Monaten!
Noch vieles mehr hat sich verändert...
Ein Weg? - Ja, gewiß!
Ein Ausweg? - Diese Antwort liegt ganz allein beim Leser.

Aus dem Inhalt: Ernährung und Lebensweise-Schlüssel zu Gesundheit und Lebensfreude/ Was bewirkt Nahrung in unserem Körper?/Die Begriffe Yin und Yang/Was haben unsere Vorfahren gegessen? Wie sollen wir essen?/Was spricht gegen Zucker? Was spricht gegen Milch und Milchprodukte?/Warum Meersalz?/Über das Fleisch, den Fisch, das Ei/Öle und Fette/Auszugemehl-Vollmehl/Alkohol und Drogen/Gründliches Kauen-erste Voraussetzung für unsere Gesundheit/Fasten-die älteste Methode gesund zu werden/Was bewirkt eine Umstellung der Ernährung auf Jahre hin gesehen? - 120 Seiten, Paperback, DM 14,80

ERSCHEINT NOVEMBER 1984. Vorbestellungen an:
VERLAG OST-WEST BUND e.V., Neunkircherstr. 56,
D-6639 Rehlingen.
ISBN 3-924724-31-8



OST-WEST MAKROBIOTIK STUDIEN

2 MONATLICHE
STUDIENBROSCHÜRE DES OST-WEST BUND e.V

In dieser Ausgabe:

MICHO KUSHI:

MANN & FRAU



INHALT: EINE KOSMOLOGISCHE PERSPEKTIVE HIMMELS U ERDRAFFT/TRADITIONELLE EHE UND MODERNE EHE ALLTÄGLICHE BEZIEHUNGEN ZWISCHEN DEN GESCHLECHTERN HARMONIE IN DER EHE SCHAFFENCHARAKTERISTISCHE UNTERSCHIEDE DER GESCHLECHTERSEXUELLE PROBLEME DER EINFLUSS KÖRPERLICHER PROBLEME AUF DIE SEXUALITÄT

DM 6,50

Nr 2/Mai/Juni 84

VERLAG OST-WEST BUND e.V. D-6639 REHLINGEN

OST-WEST MAKROBIOTIK STUDIEN:

Studienbroschüre des Ost-West Bund e.V., mit Aufzeichnungen der Kurse vom Kushi-Institute, Boston, USA. Themen: asiatische Diagnose durch Betrachtung, Traumeutung, Anatomie, Physiologie, östliche Astrologie, natürliche Landwirtschaft, Gartenbau und Nahrungsherstellung, Makrobiotische Heilkunde, Zyklus der Geschichte, Sexualität, Schwangerschaft und Kinder, die geistigen Welten, u.a.

erscheint 2-monatlich, jeweils zum 15ten des ungeraden Monats.

Ausgabe Nr. 1: März/April 84

Bo-Shin, Diagnose durch Betrachtung.

Ausgabe Nr. 2: Mai/Juni 84

Mann und Frau

Ausgabe Nr. 3: Juli/August 84

Unsere Kinder - unsere Zukunft, Teil I: Schwangerschaft und Geburt.

Ausgabe Nr. 4: September/Oktober 84

Bo-Shin, Diagnose durch Betrachtung für Fortgeschrittene, (Teil I), Kochen für Kranke.

Ausgabe Nr. 5: November/Dezember 84

Traumeutungen

Ausgabe Nr. 6: Januar/Februar 85

Unsere Kinder - unsere Zukunft, Teil II, Kinderernährung und Kinderkrankheiten.

Ausgabe Nr. 7: März/April 85

Bo-Shin, Diagnose durch Betrachtung für Fortgeschrittene, (Teil II).

weitere Ausgaben in Vorbereitung.

Beag: Über den Buchhandel, Naturkostläden oder makrobiotische Zentren in Deutschland, Österreich und Schweiz. Oder direkt von unserem Verlag. In diesem Falle bitte den entsprechenden Betrag auf unser Kto.-Nr. 118 90 - 660 (Postgiroamt Saarbrücken, BLZ: 590 100 56) zu überweisen mit gewünschter Ausgabennummer. Einzelheft DM 6,50 zu; DM 1,- Versand = DM 7,50. Abonnement für 1 Jahr (= 6 Ausgaben) DM 39,-.

FORDERN SIE UNSEREN GESAMTPROSPEKT AN:

VERLAG OST-WEST BUND e.V., Neunkircherstr. 56, D-6639 Rehlingen 3.

Editorial

Liebe Leser und Leserinnen,

Voraussage ist ein schweres Geschäft; das hat mir wieder einmal meine verfrühte Hoffnung gezeigt, die ich an dieser Stelle im letzten Heft geäußert habe. Nichts ist so positiv gelaufen, wie ich mir vorgestellt hatte. Ähnlich wird es manchen Leuten gehen, die Karten legen oder aus den Sternen lesen. Dennoch behandeln wir in diesem Heft das Thema Weissage mit einem komplexen Artikel meines Freundes Andreas Goppold, einem Computerexperten. Um vielleicht einmal einige empirische Daten über eingetretene Weissagungen zu sammeln, wäre es schön, von Euch, liebe Leser(innen), zu hören, ob jemand jemals die Erfahrung gemacht hat, daß eine Voraussage aus Tarotkarten oder mit anderen Mitteln tatsächlich eingetroffen ist. Die Informationen werden selbstverständlich vertraulich behandelt, auch nicht in einer Datenbank gespeichert. Ebenso wenig werden Eure Daten, z. B. Adresse und daß Ihr Hologramm-Abonnent seid, von uns für einen anderen Zweck als zur Arbeitserleichterung gespeichert. Wir machen keine Auswertungen oder „Persönlichkeitsprofile“ und niemand kommt an diese Daten dran, das kann ich versichern. Wir haben es bisher sogar unterlassen, den Beruf zu speichern (falls wir den erfahren), außer vielleicht, wenn er bei der Anrede, z. B. Dr. Soundso, benutzt wurde. Diese Daten speichern wir in unserem Kopf; so wissen wir ungefähr, daß Sie, die Hologramm-Leser, aktiv im Leben stehen und eigene Initiativen entfalten. Das freut uns! Unsere Leser sind sind keine passiven Konsumenten, sondern tun eine ganze Menge, damit die Qualität des Bewußtseins in unserem Lande sich langsam heben kann. Im folgenden möchte ich Euch deshalb eine Leserszuschrift, deren Tendenz und Inhalt ich teile, hier sofort weitergeben. Wir verbleiben mit herzlichem Gruß

Bruno und Magdalena Martin

P.S. Schreibt uns doch einmal! (Weil wir immer reichlich zu tun und zu schreiben haben, bitten wir zu verstehen, daß wir gerne Eure Briefe lesen, aber nicht oder selten antworten. Das ist aber nicht unhöflich gemeint; wir nehmen sehr gerne Anteil an dem, was Sie und Du uns mitteilen!)

Das nächste Hologramm erscheint Ende Januar



Zur Problematik des Seminarismus

Workshops, Seminare, Kurse, Meditationen, esoterische Schulungen — ein neues Zeitalter hat, wie es scheint, begonnen. „New Age“ im Zeichen des Wassermanns, aber auch im Zeichen einer sich abnahnenden ökologischen und/oder militärischen Katastrophe.

Man kann vieles — nahezu alles —, was bisher nur wenigen zugänglich war, erlernen, vom Pendeln bis zur Astrologie, von der einfachen Meditation bis zur schamanistischen Ekstase. In mancher Hinsicht sicherlich ein Fortschritt. Und doch hat die Sache einen Haken, der ihr jeglichen Lebensnerv zu ziehen droht. Denn um all das geistige Wissen zu erhalten, muß man zunächst mal teilweise horrenden Beträge auf den Tisch legen. Wobei — zudem — meist in Zweifel zu stellen ist, ob das angebotene „Wissen“ nicht purer Scharlatanerie entspringt.

Es scheint, als hätten Materialismus und Kapitalismus nun auch die „geistige“ Welt erobert. Eine gefährliche Entwicklung — nicht zuletzt für den politischen Boden, der solcherart bereitet wird.

Alle jene Menschen, die ich kenne, die wirklich brauchbares „lebendiges“ Wissen zu vermitteln fähig sind, stehen mit beiden Beinen im Leben. Sie haben es nicht nötig, aus ihren geistigen Fähigkeiten Kapital zu schlagen, und würden wohl eher den letzten Bissen Brot mit ihren „Schülern“ teilen. Einer alten, leider im Zuge der Materialisierung der „geistigen“ Bereiche verlorengegangenen Weisheit zufolge verlieren alle Heiler/innen, die für ihre Fähigkeiten materielle Gegenwerte fordern, ihre Kräfte.

Es gibt in unserer Zivilisation keine Schamanen (mehr), wie manche Naturvölker sie kennen, und es gibt keine Druiden im Sinne alter keltischer Überlieferungen. Denn beide waren (bzw. sind) Teil ihrer Kultur; und sie nahmen am praktischen (Stammes-) Leben teil mit allen Konsequenzen.

Es gibt auch keine allwissenden Gurus oder absolut „Erluchtete“. Wie die Geschichte zeigt, hatte so manche „Erluchtung“, die meist — wenn überhaupt — nur einen kleinen Einblick in

die unseren äußeren Sinnen verborgene Welt freigibt, schon katastrophale Folgen. Blavatskys um das „in Erleuchtung“ erhaltene Buch des Dzyan aufgebaute „Geheimlehre“ etwa führte geradewegs in die nationalsozialistische Massenmordmaschinerie.

Vorsicht ist also geboten — bei allen Lehren. Nichtsdestoweniger aber haben wir eine Verantwortung zu tragen, einen Weg zu finden in Richtung einer Harmonie mit der Natur und den Kräften der Schöpfung.

Hören wir auf, einander auszubeuten. Und es ist eine sehr böse Form der Ausbeutung, wenn man aus seelischen Nöten, dem Streben nach einer tieferen Beziehung zur Natur und der Suche nach Gott seinen Profit schlägt. Denn auf diese Weise bereiten wir letztlich gerade jenen — im Grund faschistischen — Kräften den Weg, die unser Leben und das unserer Mit-Wesen zerstören. Ein absolut tödliches Unterfangen.

Versuchen wir stattdessen, auf der Basis gegenseitigen Akzeptierens einander auf unseren Wegen zu helfen — materiell und geistig —, und dem System des Mammons ein „System“ des gemeinschaftlichen Lebens entgegenzusetzen. Auf allen Ebenen und, wenn nötig, mit aller Radikalität. Im vollen Bewußtsein unserer spirituellen und politischen Verantwortung, die sich nicht auf irgendwelche „Meister“ oder ein starres „Karma“ abwälzen läßt.

E. G.

(Name und Anschrift d. Redaktion bekannt.)



AKTUELLE-FILM-TERMINE

Zum Artikel Hologramm # 39

INDISCHE MEISTER

OLDENBURG	25.10.84
Weseremshalle	19.00 Uhr
Europaplatz	
Konferenzsaal 3u.4	
HAMBURG	26.10.84
Klosterschule	18.00 Uhr
In der Aula	
Westphalenweg 7	
BREMEN	28.10.84
Überseemuseum	18.00 Uhr
Vortragssaal	
Bahnhofplatz 13	
MÜNCHEN	3.11.84
Deutsches Museum	18.00 Uhr
Vortragssaal 1	
Sitzungssaal 1	4.11.84
	18.00 Uhr
Museumsinsel 1	
HAMBURG	10.11.84
Amerikahaus	18.00 Uhr
Im großen Saal	
Tesdorpsstr.1	
FLENSBURG	11.11.84
Stadtbücherei	17.45 Uhr
Vortragssaal	
Süderhofenden 40-42	
HEIDELBERG	15.11.84
Alte Universität	18.00 Uhr
Hörsaal 1	
Uniplatz	
MANNHEIM	16.11.84
Kunsthalle	19.00 Uhr
Kahnweilersaal	
Eingang Friedrichplatz	
(Wasserturm)	

Poster

Surya Namaskar — Das Sonnengebet
entworfen von *Maruschi Magyarosi*,
Farbiges Poster, DM 10,— plus DM 2,—
Porto, bei *Maruschi Magyarosi*, Richard-
Strauß-Str. 19, 8000 München 80

Surya Namaskar bedeutet „Gruß an die Sonne“. Surya heißt in der Sanskrit-Sprache Sonne, Namaskar Gruß. Der Ursprung von diesem Sonnengebet reicht tausende von Jahren zurück. Damals sowie auch heute sehnt und sehnte sich der Mensch nach Sonne, der Licht- und Wärmespenderin, der Hauptlebensquelle — und die Weisen des alten Indiens zeigten ihre Dankbarkeit, indem sie sie bei ihrem ersten morgendlichen Erscheinen mit Leibesübungen, die den ganzen Körper mit einbezogen, dankbar und huldigend begrüßen. Sie verneigten sich vor der Sonne, wie vor jemandem, dem man zutiefst verehrt, sahen sie als die Gottheit des Lichtes und der Wärme. Surya Namaskar ist ein Übungszyklus von 12 Bewegungen, in dem der ganze Körper bearbeitet und aktiviert wird.

Dieses schöne Poster mit der warmen Himalayasonne im Hintergrund und dem Bewegungszyklus mit seiner Beschreibung hilft dem Üben und bringt auch als Poster eine schöne Bereicherung für die Wand.

Ein neues Buch von Winfried Güntherl Das Buch der Vitamine

DM 20.00

Aus dem Inhalt:

Die fettlöslichen Vitamine: A, D, E, K —
Die wasserlöslichen Vitamine: Thiamin,
Riboflavin, Niacin, Vitamin C usw. —
Vitaminähnliche Stoffe (Vitaminoide):
Vitamin B 15, B 17, Carnitin, essentielle
Fettsäuren usw. — Geschichte der Vitamine
— Hypervitaminosen — Bestimmung
des täglichen Bedarfs — Vitaminierung
des Lebensmittels — Vitaminpräparate —
Vollkornprodukte — Vitamine in der
Milch — Vitamine in Sprossen — Vitamine-
reiche Lebensmittel — Koch- und Lager-
verluste — Antivitamine —
Säuglingsernährung — Vitamine gegen
Krebs — Die Pille — Megadosen —
Lexikon der Vitamine

Verlag Bruno Martin
Auf der Höhe 10
D 2121 Sudergellersen

Hologramm

erscheint im Verlag Bruno Martin
Auf der Höhe 10

2121 Sudergellersen

Tel.: 041 35/414 (10.00-12.00 und
16.00-18.00 Uhr)

Redaktion: Bruno Martin

Mitarbeiter: Magdalena Martin, Maru-
schi Magyarosi, Andreas Goppold,
Bäbel und Peter

Druck: Fuldaer Verlagsanstalt

Satz: Zero, Rheingeb

© Sämtliche Rechte beim Verlag, Nach-
druck, auch auszugsweise, nur mit
schriftlicher Genehmigung des Verlags
Bruno Martin

Hologramm-Abonnement

Der Abopreis beträgt ab sofort DM
24.- für 4 Ausgaben, da die Post
uns nicht zum billigeren Postzeitungs-
dienst zuläßt und wir deshalb
hohe Portokosten haben. Wir bitten
um Verständnis.

Das Abonnement verlängert sich au-
tomatisch, wenn nicht abbestellt
wird. Abbestellung jederzeit mög-
lich, was mit der nächstfolgenden
Ausgabe wirksam wird.

Einzelpreis ab Heft 36 DM 5.-. Bei
Einzelbestellungen zusätzlich DM
1.- für Porto.

Bestellungen erbiten wir mit Bei-
lage eines Verrechnungsscheck oder
Einzahlung auf unser Postscheckkon-
to Frankfurt 541251-601 (BLZ
50010060) oder auf das Konto
Volksbank Salzhäusen 1005166000
(BLZ 24061983). Verlag Bruno
Martin.

Sonderangebot

Heft 16—26 und 28—35 für DM 35,—
incl. Porto. (Heft Nr. 27 ist aus-
verkauft).

Nur noch wenige Exemplare vorhan-
den. Bestellt jetzt, macht Euren Freun-
den und Bekannten ein Geschenk.



Inhalt

Die Beverly-Hills Medizinfrau Ein Interview mit Lynn Andrews

4

Ist Lynn Andrews eine weibliche Castaneda? Kann eine Medizinfrau im wohlhabenden Beverly Hills überleben? Diese und andere Fragen hatte der Journalist Leonard Jacobs im Sinn, als er Lynn Andrews besuchte. Aber es stellte sich schnell heraus, daß Lynn Andrews eine ungewöhnliche Frau mit ungewöhnlichen Erfahrungen ist, und sie hat anderen Frauen (und Männern) etwas zu sagen. „Was war das erste was Sie Agnes lehrte? Sie lehrte mich, körperlich stark zu werden, um allen starken spirituellen Kräften gewachsen zu sein und um die männlichen und weiblichen Energien im Gleichgewicht zu halten, so daß du im Gleichgewicht mit der Erde sein kannst.“

Mamadina

10

von Maruschi Magyarosy

Wer immer Hilfe braucht, wenn er oder sie Schwierigkeiten mit der Meditation hat, auf einem schlechten Trip ist oder an die Grenzen des Wahnsinns stößt, kann auf Mamadina rechnen. Sie, eine Schülerin von Sai Baba, dem indischen Meister, und Heilerin, ist der Rettungsanker für viele. Sie ist aber noch mehr. Dieser Artikel gibt eine Begegnung mit Mamadina wieder.

Hellen heißt Ganzmachen Luis Zuchtriegel über Wilfried Teschlers Polaritätstherapie

13

Polaritätsmassage ist das bewußte Einsetzen der zwischen zwei Polen fließenden Lebensenergie, um Energieblockaden aufzulösen. Das Ziel ist die befreite Lebensenergie, Ausgeglichenheit, Einheit: der Nullpunkt. Dieser Artikel erläutert die Therapie an praktischen Beispielen.

Kundalini Yoga von Bahadur Singh

18

Ein Schüler des Yogi Bhajan — des Sikh-Meisters, der im Westen eine Form des weißen Tantra lehrt — beschreibt uns im Detail, was Kundalini Yoga in seiner Lehre bedeutet und gibt viele praktische Beispiele, die uns einen Geschmack dieser Yoga-Art vermitteln können.



Synchronizität, Wahrsage und Kabbala von Andreas Goppold

26

Aufgrund seiner ausgedehnten Erfahrungen mit Computertechnologie und Meditation erläutert Andreas Goppold in diesem Artikel wie Wahrsage, Tarot, Kabbala und Computer aus dem großen Feld der Wirklichkeit schöpfen.

Die Baul Die mystischen Sängere der Liebe von Karima Sen Gupta

28

Über die Baul, deren Ursprung im Dunkel liegt, ist sehr wenig bekannt. Doch jeder, der sie erlebt, wird von ihren Liedern tief berührt. Der Artikel faßt das erste Mal einige Informationen über die Baul zusammen und gibt Übersetzungen einiger Lieder.

networking

24

Berichte vom Seminar „Keltisches Bewußtsein“ und „Schamanismus und Heilen“. Termine von Veranstaltungen.

Vom Leben und Sterben des Rodney Collin von Peter Stein

31

Über Rodney Collin, ein Schüler und Nachfolger P.D. Ouspenskys, ist so gut wie nichts bekannt. Seine Bücher, die in esoterischen Kreisen in England und den USA ein Geheimtip sind, beweisen tiefgründige und eigenständige Gedanken über die Natur des Lebens und des Universums. Besonders beschäftigte Collin die Idee der Reinkarnation und des ewigen Lebens. Der vorliegende Artikel gibt den deutschen Lesern das erste Mal ein Lebensbild des ungewöhnlichen Menschen.

Rodney Collin Transfiguration in die elektronische Welt

34

Was bedeutet „Leben nach dem Tode“? Das Buch „Vom ewigen Leben“, aus dem dieser Auszug ist, führt den Leser in völlig neue Gedankendimensionen. Dieser Abschnitt gibt uns einen Vorgeschmack auf die Tiefe von Rodney Collins Gedanken.

Es gibt von Carlo Soares

37

Der kürzlich verstorbene Kabbalist und Autor vieler Bücher faßt in diesem Artikel die Essenz seiner Erkenntnis zusammen. Es gibt. Der Leser erfährt, daß die tiefste Erkenntnis der Kabbala die tiefste Erkenntnis des Zen oder der Lehre Krishnamurtis ist.

Der Blickwinkel des Yoga: Vertiefung üben, Übung vertiefen von Horst v. Hasselbach

39

Der Autor, ein Schüler des Guru Gitananda und Freund vieler anderer indischer und japanischer Meister, erläutert aus seinem Hintergrund und seiner langjährigen Erfahrung, was es bedeutet, auf dem Yogaweg zu sein. Für ihn ist es sein Leben, keine Freizeitbeschäftigung.

Buchbesprechungen

42

über die neuesten Bücher von Ken Wilber, Douglas Lockhart, Hazrat Inayat Khan, Peter Russell, Idries Shah und anderen.

Die Beverly-Hills Medizinfrau

Ein Interview mit Lynn Andrews

„Es ist ein höheres Gesetz, daß alle Dinge in einer Frau geboren werden müssen, sogar die, die von Männern angefangen werden.“

Agnes Whistling Elk

Nachdem ich Lynn Andrews erstes Buch, Die Medizinfrau (erschienen im Ansata-Verlag) gelesen hatte, war ich von der Macht ihrer Botschaft angetan. Sie zeigt, daß die meisten von uns sich nur auf eine Sichtweise der Realität ausrichten — ob dies nun die ätherische, spirituelle Ebene ist, oder die rationale, materielle Welt — und vergessen dabei, beiden Welten gleichermaßen bewußt zu sein. Sie spricht auch zu Frauen und Männern über die verschiedenen Elemente der weiblichen Energie, und wie alle von uns diese erkennen können. Wir können lernen, diese harmonisch mit den anderen Aspekten unseres Lebens in Einklang zu bringen. Doch ich war gleichermaßen bedrückt über die Feststellung, daß ihre Erfahrungen und die von Carlos Castaneda sehr ähnlich sind.

Ist Lynn Andrews ein weiblicher Castaneda? Kann eine Medizinfrau im mondänen Beverly Hills überleben? Und ist es möglich, einen Hollywood-Film über die Ausbildung einer traditionellen eingeborenen amerikanischen Medizinfrau zu machen?

Lynn Andrews, die gerade ihr zweites Buch, „Flug des siebten Mondes“ veröffentlicht hat, das ihre Abenteuer mit der Medizinfrau fortsetzt, war gerade dabei, ihre Werbereise für ihr neues Buch zu beginnen und war gleichzeitig mit den Vorbereitungen für den Film über ihre Erfahrungen beschäftigt, als ich sie das erste Mal traf. Sie war entweder eine ungewöhnliche Erzählerin, die einen Kult unter ihren tausenden von begeisterten Lesern geschaffen hat-

te, oder sie war eine bemerkenswerte Person, die dazu privilegiert war, ein altes Ritual der tiefen persönlichen Transformation durchzuführen. Möglicherweise sind beide Beschreibungen richtig.

Die Medizinfrau beschreibt, wie Lynn Andrews ihre Suche für einen indianischen Korb begann, den sie auf einer Fotografie auf einer Kunstausstellung gesehen hatte — oder dachte gesehen zu haben. Obwohl sich sonst niemand auf der Ausstellung an diese Fotografie erinnern konnte, war sie davon besessen, diesen Korb zu finden. Lynn Andrews Suche führte sie nach Nord-Manitoba, wo sie zwei alte eingeborene Frauen fand, Agnes Whistling Elk und Ruby Plenty Chiefs, die ihr erklärten, daß dieser Korb ein einzigartiger „Hochzeitskorb“ sei und daß sein Erlangen beträchtliche persönliche Entwicklung erforderlich mache. Der Korb war in Besitz eines schwarzmagischen Medizinmannes namens Red Dog, der ihn auf unrechtmäßige Weise erhalten hatte; den Korb von ihm zurückzugewinnen würde nicht leicht sein.

Die Medizinfrau ist die Geschichte von Lynn Andrews Ausbildung mit diesen ungewöhnlichen Menschen. Es ist ein Bericht über die Entdeckung ihrer eigenen Begrenzungen und ihrer persönlichen Macht. Durch eine Reihe von bemerkenswerten und erschreckenden Herausforderungen lernt sie, sich mit ihrem tiefsten Potential zu verbinden und jene Aspekte der Welt zu sehen, von denen die meisten Menschen nicht wissen, daß es sie überhaupt gibt. Durch ihre Ausbildung mit den Medizinfrauen steigt Lynn Andrews in eine spirituelle Suche nach der alten Weisheit der Frauen ein. Und obwohl sie schließlich den „Hochzeitskorb“ vom Zauberer Red Dog zurückerhält, war es klar, daß ihr

Verständnis des Medizinweges immer noch unvollständig war.

Agnes Whistling Elk forderte Frau Andrews auf, ihre Erfahrungen in einem Buch zu dokumentieren, das ihr so helfen konnte, ihre eigene Entwicklung besser zu verstehen. Diese Anweisung leitete tatsächlich eine Reihe von vier Büchern ein, dessen zweites, „Der Flug des siebten Mondes“ dieses Jahr herauskommt. Dieses Buch setzt Frau Andrews Bericht über ihre Ausbildung fort und wie sie die Entdeckung des Geheimnisses ihres Selbst vertieft. Der betrügerische Red Dog verfolgt Frau Andrews weiter, da sie ja den „Hochzeitskorb“ von ihm gestohlen hat, und sie erkennt, daß ihre Sicherheit von mehr Stärke und Einsicht abhängt. Unter der Führung von Agnes und Ruby lernt sie den alten Pfad des Schutzes aus der Lehre der „Schilder“ kennen (siehe auch: H. Storm, Sieben Pfeile). Dies war eine metaphorische Beschreibung ihres persönlichen Schutzes durch das Verstehen der verschiedenen Aspekte ihrer wahren Identität und deren Beziehung zur Erde. Mit Hilfe verschiedener Übungen lernt Frau Andrews ihre verschiedenen Persönlichkeiten zu erkennen und sie durch die Erschaffung der tatsächlichen Schilder zu harmonisieren. Diese Schilder stellen ihr Selbst dar, und durch den Prozeß sie zu erschaffen, oder wie sie sagt, „die zerstreuten Stücke von einem Selbst in ein Ganzes einzupassen, wird dieses Puzzle zu einem Arbeitsmandala, ein Schild, den wir in unser Alltagsleben tragen.“

Als sie ihre Ausbildung beendet und ihren persönlichen Schutz vor Red Dog aufgebaut hatte, gewann sie einen Platz im inneren Kreis der Schwestern des Schildes, eine geheime Gesellschaft der Schamanenfrauen, die der alten Tradition folgen. Dies waren Frauen, die



Lynn wiedererkannte und von denen sie fühlte, daß sie immer mit ihnen zusammengearbeitet hatte. Sie trifft diese Frauen immer noch in verschiedenen Teilen Amerikas; sie arbeiten zusammen an Projekten, die den eingeborenen Amerikanern zugute kommen.

Ich traf mich mit Lynn Andrews in ihrer Wohnung in Beverly Hills im Frühling dieses Jahres. Sie erzählte mir von ihrer gegenwärtigen Arbeit; ein Teil dieser Arbeit geht um das Erhalten von Spendengeldern, um ein Landwirtschaftsprojekt von eingeborenen Amerikanern zu finanzieren. Dieses Projekt soll traditionelle amerikanische Kräuter anpflanzen, die für Kosmetik und Medizin gebraucht werden. Außerdem berät sie Menschen, die zur ihr kommen. Immer noch skeptisch darüber, wie sie ihre primitive Existenz in Manitoaba mit ihrem modernen Lebensstil in Südkalifornien vereinbaren kann, überwand ich schnell meine Zweifel, als sie ihre Vergangenheit beschrieb. Der Unterschied zwischen dem traditionellen Schamanismus und dem Wohlstand in Beverly Hills ist tatsächlich groß, doch wenn die Botschaft, die sie für die modernen Menschen hat, von Wert sein soll, ist die Möglichkeit großer, diese Aussage von ihrer gegenwärtigen Stellung aus zu kommunizieren als von den rauen Hütten in den Wäldern. Frau Andrews schrieb dazu in ihrem neuesten Buch: „Ich fragte Agnes einmal, was sie über die biblische Aussage ‚viele sind gerufen, aber wenige sind auserwählt‘ denke. Sie lachte und sagte, daß wir alle gerufen und alle erwählt sind, wenn wir einmal den Mut haben, in das Unbekannte hineinzugehen. Ich habe so geschrieben, daß die Leser auch an der Überlieferung Anteil haben können, wie sich Agnes Whistling Elk und die Schwestern des Schildes erinnern.

„Die Schwesternschaft der Schilder ist eine geheime Gesellschaft, die auf den alten Traditionen der Frauen basiert. Auch wenn die Mitgliedschaft seit langem auf eingeborene Amerikaner begrenzt ist, haben es die Energieveränderungen auf unserem Planeten notwendig gemacht, Frauen anderer Rassen einzuweißen. Wir teilen unser Wissen kollektiv, zwischen Stämmen und Nationen, in dem Versuch, Gleichgewicht, Weisheit und eine vollständigere Schau der Wahrheit dem Land zu bringen.“

Leonard Jacobs



Frage: Wann gingen Sie tatsächlich nach Kanada?

Lynn Andrews: Vor zehn Jahren. Ich blieb das erste Mal nur eine kurze Zeit. Glücklicherweise ist Agnes nicht immer in Kanada. Manchmal kann ich sie auch in Neu-Mexiko treffen. Die Schwestern des Schildes, Agnes und Ruby reisen ziemlich viel.

Frage: Wie lange dauerte die Erfahrung, die Sie im ersten Buch beschreiben?

L.A.: Sie dauerte einige Jahre. Ich faßte sie zusammen, weil bestimmte Dinge geschahen, über die ich noch nicht schreiben sollte. Ich schreibe im dritten und vierten Buch darüber und versuche dabei sie zu erklären.

Frage: Was können uns eingeborene amerikanische Gesellschaften lehren?

L.A.: Die Energie der Erde zu verstehen, daß alle Dinge miteinander verbunden sind und daß alle Dinge eine Seele haben, einen Geist. Wir sind wahrhaftig verbunden.

Frage: Auf welche Weise?

L.A.: Agnes hat eine wunderbare Art das zu erklären. Sie sagt, wir seien wie Stücke eines zerschlagenen Spiegels, und jene Stücke reflektieren das Licht des großen Geistes. Jede Person hat verschiedene Stücke dieses Spiegels, doch sie sind nicht miteinander verbunden. Der ganze Prozess durch die Lehren des Schildes hindurchzugehen bedeutet, diese Stücke wie in einem Puzzle zusammenzusetzen. Durch deine Träume, Visionen und Erfahrungen kannst du schließlich einen Makro- und Mikrokosmos haben — einen Schild, den du der Welt vorhältst und der sagt: „Das ist, was ich bin.“

Frage: Könnten Sie etwas über Ihren eigenen zerschlagenen Spiegel, ihren Hintergrund sagen?

L.A.: Meine Mutter ist ein Frauentyp, den wir „Ernährerin“ nennen. Wir liebten einander sehr, aber sie konnte mich nicht verstehen. Mein Vater war eine kreativer „ekstatischer“ Mann, der in Europa aufgewachsen und sehr intellektuell ausgerichtet war. Da er auch temperamentvoll war, war es schwierig mit ihm aufzuwachsen. Doch ich hatte ein schönes Leben mit ihm als Kind. Ich wuchs auf einer Ranch auf und er lehrte mich eine ganze Menge. Er brachte mich auch den Klassikern näher und der Bedeutung von verschiedenen Sprachen. Ich hatte eine enge, aber turbulente Beziehung mit ihm.

Meine Eltern wurden geschieden, als ich noch jung war. Meine Mutter zog nach Seattle. Wir zogen dann nach Los Angeles, als ich fünfzehn war, und ich ging auf eine katholische Mädchenschule und dann ins College. Ich bin keine Katholikin, aber es war nicht schlecht.

Da ich auf einer Ranch aufgewachsen war, hatte ich immer ein Gefühl für die Erde. Mein erster Freund und ich konnten frühmorgens auf unsere Pferde steigen und den ganzen Tag reiten, ohne unterwegs jemandem zu begegnen. Ich war ein einsames Kind, und ich hatte immer das Gefühl der Beziehung zur Erde, die mich damals sogar rettete. In der katholischen Schule war eine Kapelle, ein Platz, wo ich hinkonnte, um mit mir alleine zu sein und zu beten. Ich wäre damals, im Alter von fünfzehn Jahren, nicht imstande gewesen in Los Angeles zu überleben.

Frage: Was studierten Sie auf dem College?

L.A.: Philosophie und Englisch. Sie können einen tollen Lebensunterhalt mit Philosophie verdienen!

Frage: Was war Ihre Karriere nach dem Abschluß?

L.A.: Ich wurde Aktienmakler — vom Philosophen zum Aktienmakler! Es war interessant, aber es war nicht meine Welt. Ich wollte in einer nicht-materiellen Realität eintauchen. Es dauerte eine lange Zeit, um das zu verstehen.

Kurz darauf heiratete ich und vertiefte mich in die ernährnde Rolle — was ein sehr interessanter Prozeß für mich war, weil ich jahrelang fühlte, daß ich die Leute nicht verstehe und die Leute mich nicht. Bis ich Agnes traf, hatte ich Schwierigkeiten damit fertigzuwerden.

Frage: Schrieben Sie während dieser Zeit etwas?

L.A.: Ich habe immer geschrieben, doch habe ich auch immer gefühlt, daß ich nichts habe, worüber ich schreiben kann. Glücklicherweise machte ich ausführliche Tagebuchaufzeichnungen. Immer wenn ich mit Agnes und den anderen Frauen zusammen war, schrieb ich in mein Tagebuch.

Ich bekam ein großes Problem, als mir klar wurde, daß ich über die Arbeit mit ihnen schreiben sollte. Agnes sprach nur sehr gebrochen Englisch und ich dachte, wenn ich so schreibe, wie sie spricht, hört sich das an, wie bei einem Indianer, der Tabak verkauft. Aber diese Menschen haben solch eine Würde.

Sprache ist auch schwierig, weil wir keine Wörter für die spirituellen Dinge haben. Wir können über physische, emotionale Veränderungen sprechen, aber man kann kaum über den Prozeß der Transformation ins Geistige sprechen. Du kannst es halten, und darum herum schreiben, aber wenn man versucht es zu definieren, verliert es. Das wurde mir klar. Ich begann damit, beinahe ein Lehrbuch zu schreiben, und ich erkannte, daß es langweilig war. Eine der wichtigsten Weisen zu lehren ist, jemanden in die Erfahrung einzubeziehen. So dachte ich, OK, ich schreibe so wie es passiert und so gut ich kann, daß jemand, der es liest, so lange aus seinem gewöhnlichen Leben herausgehoben werden kann, daß er hineinschlüpfen kann.



Mit dem ersten Buch wollte ich erst einmal festhalten, daß das Leben nicht so ist, wie es scheint, daß du in Beverly Hills leben kannst und dennoch als „zivilisierter“ Mensch in die primitive Welt gehen und Dinge mitzurückbringst, die du für das Leben im zwanzigsten Jahrhundert gebrauchen kannst. Und das ist wichtig. Ich denke, daß eine Menge Leute, die sich in der Indianerbewegung engagieren, vorhaben Indianer zu werden. Es wird ihnen nicht klar, daß sie keine Indianer sind. Mein Platz ist nicht in der Reservation, sie brauchen mich dort nicht. Was sie brauchen, ist die Fähigkeit, eine Brücke zwischen dem primären und dem weißen Bewußtsein zu schlagen. Wir müssen das in unser Leben nehmen, was sie wissen und gebrauchen, und wo sie so gut darin sind. Die meisten Weißen erkennen nicht, daß wir eine Einheit sind, daß was immer ich tue, auf eine eigenartige Weise eine Wirkung auf jemanden ausübt, der in New York lebt. Es ist wie ein gigantisches Spinnennetz. Wenn du hier eine Bewegung machst wird sie als ‚Schwingung‘ am anderen Ende des Netzes gefühlt. Alles was wir tun, beeinflusst die Welt.

Frage: Was waren die ersten Dinge, die Sie Agnes lehrte?

L.A.: Sie lehrte mich, daß man körperlich stark werden muß, um die spirituellen Einflüsse zu ertragen, und auch die männlich/weiblichen Energien im Gleichgewicht zu halten, so daß man ausgleichend auf der Erde sein kann.

Sie zeigte mir, wie wichtig es ist, lange genug aus deiner gewöhnlichen Existenz herausgehoben zu sein, damit etwas Neues in dich hineingelangen kann. Die Astronauten wurden in einer Blechdose ins Universum geschossen und kamen drei Tage später mit einigen verrückten, wunderbaren Bewußtseins erfahrungen zurück. Ihre Erhaltungssysteme wurden völlig weggenommen; das, an das sie gewohnt waren, wurde ihnen weggenommen.

Es war mir klar, als ich das erste Mal mit Agnes und Ruby arbeitete, daß ihre Lehre kein geborgtes Wissen war, sie erzählen dir nicht einfach eine Menge Dinge. Die beobachten einfach, was du

lernen mußt und stellen dich in eine Erfahrung, in der du dich verändern und wachsen mußt, beinahe um zu überleben. So werden sie sehr häufig das, was sie dich wissen lassen möchten. Mit anderen Worten, Ruby und Agnes arbeiten zusammen mit mir und wenn Ruby möchte, daß ich etwas über Furcht lernen soll, erschrickt sie mich so, daß ich wie im Spiegel meine Furcht sehen und fühlen kann. Die Leute sagen immer wieder: „In diesen Büchern verändern sich die Frauen so. Sie sind einmal wie kleine senile Großmütter und dann plötzlich wie Krieger.“ Das ist der Grund, warum sie dies tun. Es ist enorm effektiv.

Eine andere Sache, die ich von Agnes lernte ist, daß viele Leute in diespirituelle Arbeit gehen ohne eine körperliche Basis zu haben. Sie wissen nicht, wie sie

„Agnes sagt, wir sind wie Stücke eines zerbrochenen Spiegels, und diese Stücke reflektieren das Licht des Großen Geistes. Die Lehre der Schilder läßt die Stücke dieses Spiegels wieder zur Einheit werden.“

in der Welt überleben können, wie sie für sich selbst sorgen können. Agnes bezeichnet das als den Bau des Fundaments. Wenn du ein Schloß baust, dein spirituelles Leben, ohne ein Fundament baust, ohne zu wissen, wie man arbeitet, ohne eine Ahnung zu haben, wie du für dich selbst sorgen kannst, ohne Wissen um das, was sie „eine aktive Kraft“ nennen, die einen Spiegel für dich bietet, damit du siehst, wer du bist, dann ist alles im Ungleichgewicht. Es ist wirklich das Gleichgewicht zwischen dem Männlichen und Weiblichen, das Gleichgewicht zwischen dem Materiellen und Nichtmateriellen. Ich bin sicher, daß aus diesem Grund die Kids in den sechziger Jahren bewußtseinsverändernde Drogen nahmen und damit in die nicht-physische Welt katapultiert wurden und völlig außer Verstand gerieten. Man benötigt eine Rettungsleine wie ein Tiefseetaucher, wenn er in den Ozean steigt.

Und ich denke, die andere Sache, die

für Frauen sehr wichtig ist, ist diese „Krafttat“, so daß sie sehen kann, wer sie ist. Als ich zu Agnes ging, um mit ihr zusammenzuleben, war sie sehr barsch zu mir. Sie warf mich hinaus und sagte: „Kehre nicht wieder zurück, bis du nicht dein erstes Buch über unsere Arbeit geschrieben hast.“ Der Grund, warum sie das tat, war, daß ich gezwungen war, eine Krafttat zu machen. Es war schwer für mich, diesen Übergang zu vollziehen, hinausgeworfen in die Welt, und die Dinge so zu organisieren, um tatsächlich ein Buch schreiben zu können. Und sie erlaubte mir nicht, sie zu treffen, bis ich es erledigt hatte. Im Ablauf des Schreibens lernte ich viel



über mich selbst, es war ein perfekter Spiegel.

Wir alle haben ähnliche Erfahrungen; es gibt viele schwierige Dinge, die wir tun müssen. Und es gibt überall im Leben Lehrer. Man muß nicht nach Kanada in die Wildnis gehen, um mit einer indianischen Medizinfrau zu arbeiten. Eine Person, die im Leben dein Gegner ist, kann vielleicht dein größter Lehrer sein.

Frage: Wie kann jemand diese Erfahrung einer Konfrontation in einen Kontext stellen, der eher das Wachstum als Unterdrückung erlaubt?

L.A.: Wie Agnes sagte: „Du kannst wie ein Pfeil leben, oder du kannst wie eine Zielscheibe sein.“ Bist du die Zielscheibe, das Opfer, dann warstest du immer darauf, getroffen zu werden. Bist



du der Pfeil oder der Speer, hast du eine Richtung, zielst du auf irgendetwas und bewegst dich. Viele Leute sind sehr unbestimmt, wenn du sie danach fragst, was sie von ihrem Leben wollen. Ich war genauso, als ich das erste Mal nach Manitoba ging.

Ganz am Anfang lernte ich von Agnes, wie man Spuren liest. Sie lehrte mich, wie man Wild fängt — wie man den Kot des Tieres auseinander nimmt und herausfindet, was das Wild frisst und wo. Du lernst Spuren zu lesen, festzustellen, ob diese von einem Bock oder einer Ricke ist und zu welcher Tageszeit die Eindrücke sind. Und du findest heraus, wo sie trinken und wann. Im wesentlichen lernst du, das Tier zu werden, und wenn du es jagst, dann bist du das Wild.

Das gleiche ist in der Welt. Wenn du etwas im Leben möchtest, etwas, womit du erfolgreich werden willst, mußt du dafür empfänglich werden.

Frage: Hat Agnes Sie ausgesucht? Waren Sie zu dieser Zeit eine Zielscheibe?

L.A.: Ja, genau. Als ich bei ihrer Hütte ankam und mir klar wurde, daß sie die Frau war, die ich in meinen Träumen gesehen hatte, wußte ich, daß mein Leben für immer verändert sein würde; ich wußte allerdings nicht, wie oder warum. Zu dieser Zeit wollte ich den Korb kaufen. Deshalb war ich wirklich dort.

Frage: Können Sie die Bedeutung des Korbes erklären?

L.A.: Als Teenager hatte ich einen Korb in einem Medizinbündel bei einem indianischen Freund gesehen. Es war ein sehr heiliges Objekt und obwohl ich sehr davon angezogen war, wurde mir nicht erlaubt, ihn zu berühren. Ich träumte von diesem Korb und das war vielleicht der Anfang meiner Reise.

Ich wurde auch von dem Korb angezogen, den ich später in der Kunstausstellung sah. Er hatte ein Delphin-Muster, das ich nie auf einem indianischen Korb gesehen hatte. Ich konnte nicht sagen, wie dieser Korb gemacht war. Er war so schön. Ich hatte erstaunliche Träume — es waren Visionen von

Agnes. Ich wußte natürlich zu der Zeit nicht, daß es Agnes war. Sie hielt den Korb in der Hand.

Als ich sie schließlich traf und sah, daß sie die Frau in meinen Träumen war, sagte ich: „Agnes, was mache ich, warum geschieht dies?“ Ich wollte nur den Korb kaufen. Sie lachte und sagte: „Dieser Korb kann nur verdient werden, er kann nicht gekauft oder verkauft werden. Es ist ein sehr heiliges Ding.“ Und sie erzählte mir, daß es das Symbol des Gleichgewichts des Männlichen und Weiblichen in uns allen sei und mit der Heilung der „Mama“, wie sie gerne sagte, zu tun habe, der Heilung der Mutter Erde. Und sie sagte: „Was tue ich hier? Ich bin keine Indianerin, auch wenn ich die indianischen Menschen liebe.“ Sie erwiderte, daß wir zusammen auf dem Mokassin-Pfad vor vielen Leben gegangen seien, und daß ich, ob ich es glaube oder nicht, mich daran erinnern oder nicht, in diesem Leben dafür bestimmt sei, eine Brücke zwischen dem primären (archaischen) Geist und dem weißen Bewußtsein zu schlagen. Sie sagte: „Der Prozeß der Arbeit mit mir wird ein Prozeß der Erinnerung sein“, was es tatsächlich war. Ich fühlte eine Verwandtschaft mit ihr, die ich mit keiner anderen Person in meinem Leben gefühlt hatte.

Frage: Haben Sie immer noch den Hochzeitskorb, über den Sie in „Die Medizinfrau“ geschrieben haben?

L.A.: Nein, ich gab den Korb den Besitzern zurück, weil er sehr heilig ist und ich hatte nicht das Gefühl, er gehöre mir. Ich denke, daß der Korb ein Ausbildungsprozeß für mich war. Er war etwas, das mich in ihre Umlaufbahn, in ihr Leben brachte, doch war er sicherlich zu gefährlich für mich, deshalb gab ich ihn zurück.

Frage: Wie definieren Sie einen Schamanen für jemanden, der keines ihrer Bücher gelesen hat?

L.A.: Der schamanistische Prozeß ist ein psychologischer. Wenn du etwas über Medizin lernen willst, lehren sie dich, zum Wesen hinunterzugehen, zur Quelle, zum Geheimnis, aus dem du geboren wurdest. Es gibt eine Spirale, die man beinahe auf allen Versteinerungen sieht, sie markiert die Zeit, d.h. die Schatten der Sonnenwende fallen auf die Spiralen. Was das wirklich bedeutet, ist gemäß dessen, was ich lernte, daß

es den Ablauf deines Erdendaseins darstellt. Du wurdest in das Zentrum des Geheimnisses geboren und während deines Erdendaseins gehst du in einer Spirale immer weiter und weiter vom Zentrum weg. An einem gewissen Punkt in deinem Erwachsenendasein beschließt du, daß du zur Quelle zurück möchtest. Dann beginnst du rückwärts zu gehen. Du fängst in gewissem Sinne an, wieder zu verlernen. Und dieses Abschließen ist der Ablauf des Schamanismus. Es ist die Rückkehr zur Quelle deiner Macht, die du tatsächlich immer hast.

Doch wie, mit Süchten erfüllt, wir stehen in einem Sumpf, wie Agnes sagt. „Süchte“ sind unsere Glaubenssysteme, gesellschaftliche Konditionierungen, die uns von unserer ursprünglichen Natur fernhalten. Um die Kraft wiederzugewinnen, mußst du den Tod des Schamanen sterben. Der schamanistische Tod ist so wie in jeder anderen Lehre, wo du an den Punkt kommst, an dem du zu sterben fühlst, wo du dein Ego verlierst, deine Süchte. Es ist dasselbe in allen Lehren. Schamanismus ist im Wesen dem Buddhismus sehr ähnlich.

Ein Schamane ist jemand, der zum Ursprung der Dummheit geht und dagegen kämpft. Ich denke, ein Schamane choreographiert auch die verschiedenen Energien des Universums.

Frage: Könnten Sie eine Beschreibung der zwei Formen der weiblichen Energie geben und wie sie sich im Leben der Menschen ausdrücken?

L.A.: Das Verständnis der zwei Formen der Energie ist in allen sogenannten primitiven Kulturen vorhanden. Für den eingeborenen Amerikaner ist die Erde weiblich, und die Sphären der Energie um die Erde sind auch weiblich. Es gibt die nährenden Mutter, der Energietyp der Großen Mutter, der sich von der ekstatischen Art unterscheidet, und zwar des Energietyps der Regenbogenmutter. Und zu jeder dieser positiven Energien gibt es auch eine Gegenseite.

Der Gegenpol zur nährenden Mutter ist die verzehrende oder Todesmutter. Die andere Seite der ekstatischen Mutter ist der negative Einfluß der Zahnmutter oder Steinhutter, die wie eine Medusa ist. Sie tötet dich nicht, sie paralysiert dich einfach. Es ist erschreckend, dieser Kraft von Angesicht zu Angesicht gegenüberzutreten, besonders



wenn du nie ihre Existenz zur Kenntnis genommen hast. Es ist das, was du nicht sehen willst in deinem Leben und was es ruinieren.

Die verschlingende Mutter versucht andererseits dich zu töten. Wenn z.B. eine nährenden Mutter ihr vierzigstes Lebensjahr erreicht und sie ihre Kinder aufgezogen hat, hat sie plötzlich niemanden mehr, den sie ernähren könnte. An diesem Punkt in ihrem Leben fürchtet sie sich und fühlt, daß sie keinen Grund mehr hat zu leben. Dann folgt ihr die Todesmutter. Es ist eine sehr kritische Zeit für eine Mutter des ernährenden Typs, auch für einen entsprechenden Mann. Wir nennen das „Midlife-Crises“. Für mich ist es wirklich eine Veränderung in der Ausrichtung und der Form des Nährens.

Die ekstatische Mutter ist der inspirierende Frauentyp — die Tänzerin, Schauspielerin, Künstlerin, Autorin. Sie leben oft am Rande der Gesellschaft, von dieser nicht verstanden, weil die Gesellschaft den nährenden Muttertyp vorzieht, die Frau, die Kinder aufzieht oder die Arbeiter, die von neun bis fünf an die Arbeitsstätte gehen. Die ekstatische Frau (oder Mann) fordert die Gesellschaft heraus, macht aber im wesentlichen die Gesellschaft gesund, wenn dieser Person Gehör geschenkt wird.

Frage: Gibt es verschiedene Ebenen von jeder dieser Qualitäten?

L.A.: Absolut. Es ist schwer zu sagen: Diese Person ist ein nährenden Typ. Aber man kann es fühlen. Der nährenden Typ bearbeitet den Garten, pflanzt das Korn und die Blumen. Eine ekstatische Person bekommt ihre Inspiration durch das Lernen von etwas Neuem, vom Erreichen von etwas Kreativem. Das heißt nicht, daß eine nährenden Mutter nicht kreativ sei — das meine ich nicht —, sondern sie ist wirklich anders. Die beiden zusammen haben es schwer sich zu verstehen. Sie können sich gegenseitig ehren.

Frage: Bedeutet es, daß das Ausgleichen der Energie in uns schließlich dazu führt, daß diese Qualitäten harmonisiert werden?

L.A.: Nicht in einer Person. Jede Person hat vorwiegend die eine oder andere Mutter hinter sich. Das Gleichgewicht von weiblich und männlich kommt, nachdem du verstehst, welche Grundperson du bist. Eine Menge Leute passen nicht in ihr Leben, weil sie versuchen haben, so zu sein, wie jemand anderes sie gerne hätte. Zuerst muß man diesen Menschen helfen zu verstehen, was ihre eigene Energie ist.

Wenn eine ekstatische Frau versucht, in eine traditionelle Mutterrolle zu schlüpfen, wird sie verrückt. Sie wird nicht wissen weshalb, und wird andere Dinge verantwortlich machen.

Es ist sehr interessant. Die feminine Energie unterscheidet sich wesentlich von der maskulinen. Ich denke, daß die indianischen Menschen die weibliche Energie verkörpern. Und die Welt hat sehr wenig Raum für die weibliche Energie. Wir müssen diesen Raum schaffen. Das ist die Bedeutung des Nehmens der eigenen Kraft. Du mußt diesen Raum schaffen, kreieren. Er existiert nicht, deshalb muß er geschaffen werden.



Frage: In ihrem zweiten Buch, als Sie mit Red Dog konfrontiert wurden und dadurch überlebten, daß sie einen Narren spielten, scheint es mir so vorzukommen, als ob Sie diese Qualität wieder spiegeln, die Frauen lange Zeit benutzt haben; d.h. der unterwerfende Narr zu sein, wenn mit einem männlichen Aggressor konfrontiert. Was war an der Art, wie Sie es machten, anders?

L.A.: Der Unterschied war, daß ich

Der
Tanz Shivas



La Danza di
Shiva

The Dance of Shiva

OM NAMAHA SHIVAYA

Immer hat es in der Erd- und Menschheitsgeschichte die großen Zeitenwenden gegeben: alte Kontinente und Kulturen versanken, um einer völligen Neuordnung des irdischen Lebens Raum zu geben.

Sehr viele Menschen heute in Ost und West glauben, daß wir wieder vor einer solchen Umwälzung stehen. Dem westlichen rationalen Denken drängt sich dieser Schluß aus der Beobachtung des gesellschaftlichen Lebens auf; der intuitive Geist des Ostens, der gern personifiziert, sagt, daß SHIVA - der Gott der Zerstörung und Erneuerung - tanze . . .

denn es ist etwas in Bewegung geraten. Und in einem immer heftiger werdenden, wirbelnden Tanz des Gottes werden die alten Formen, die zum Gefängnis geworden sind, zerschlagen, um einer neuen Welt, die geboren werden will, Platz zu machen.

DER TANZ SHIVAS ist ein besonderes Buch.

Es ist aus der Begegnung der zwei Welten entstanden; und es erzählt die Geschichte von Shiva nicht in altindisch religiöser Mythologie, sondern gestaltet und veranschaulicht sie anhand von Bildern - Gemälden -, die erst jüngst entstanden sind.

Und das ganz Besondere ist, daß diese Aquarelle jener große Meister vom Himalaya, bekannt als Babaji, gemalt hat, der als die Verkörperung Shivas verehrt wird.

So bietet sich dem Leser und Betrachter dieses Buches die einmalige Gelegenheit einer bedeutsamen und vielschichtigen Begegnung: mit einer Idee . . . einer großen Kunst . . . mit einem großen Wesen . . . und einer hochaktuellen Wirklichkeit.

Der Tanz Shivas / La Danza di Shiva / The Dance of Shiva
dreisprachig; 49 S., 31 farb. Abb.; Einleitung und bildbegleitende Texte aus Veda und Upanishaden u. Zitaten Babajis. Hrg. v. M.-G. Wosiengebunden, DM 32,50.

10 weitere Aquarelle Babajis sind als Poster im DIN A4-Format in einer Mappe gesammelt. Diese eignen sich besonders als Wandschmuck und Meditations"objekte".

Babaji: Aquarelle. DM 36,-.

Erhältlich im Buchhandel und beim Verlag.

ch. falk verlag

8033 planegg · richard strauß-str. 19 · tel. (089) 8599283

um mein Leben kämpfte. Und ich mußte alle Mittel nutzen, um aus der Situation herauszukommen. Ich war mir dessen, was ich tat, auch sehr bewußt. Ich benutzte sein „maya“ zu meinem Vorteil. Er dachte, daß ich in gewisser Weise so wie er sei. Seine Vorstellung von mir ist sehr verdreht, weil er mich als eine weiße Frau sieht, die wegen des Wissens in der Reservation kommt; deshalb muß ich auf eine Weise sein wie er. Besonders zu dieser Zeit sah er das nicht klar. Das war mein Glück.

Frage: So war dies Ihre bewußte Nutzung dieser Zauberei?

L.A.: Ja. Du mußt Macht im Leben nehmen. Sie wird dir nicht gegeben. Eine Menge Leute denken, daß wenn sie gut sind, dann ist ihnen plötzlich alles offen. Und in gewissem Sinne haben sie auch recht, doch um im Leben wirksam zu sein, muß man ein Machtzentrum haben — man muß die beste und schönste Person sein, die man überhaupt sein kann. Und wenn sie etwas im Leben tun wollen, wie die Arbeit für den Frieden, ein nicht-gewalttätiges Leben führen um ein Beispiel zu sein, muß man diese Macht nehmen.

Agnes versuchte mir beizubringen, daß ich den Hochzeitskorb nehmen müsse. Red Dog kommt nicht her und gibt ihn dir. Du mußt dich üben, du mußt dieser Sache wert sein. Du mußt lernen, dich stark zu machen. Nur wünschen und gut sein läßt nichts geschehen.

Frage: Benutzen sie die Macht, um auf die Kritik an Ihrem ersten Buch einzugehen — daß Sie nie dorthin gegangen seien, daß diese Leute nie existiert hätten und Sie in Beverly Hills leben würden?

L.A.: Die Leute denken, daß wenn du Geld hast, kannst du nicht spirituell sein. Das ist nicht wahr. Buddha war ein Prinz. Es ist sogar schwieriger für einen Wohlhabenden spirituell zu sein, das ist wahr. Du mußt dich mehr einsetzen. Man kann leichter in den Schlaf fallen, wenn man Geld hat. Du kannst Ferien machen, eine Menge Zerstreuung finden. Du mußt an den Punkt kommen, wo du erkennst, daß Zerstreuungen nur Zerstreuungen sind, aber nicht der Grund, weshalb du lebst.

Frage: Was meinen Sie, wie Ihre Arbeit und die Castaneda's in Beziehung steht?

L.A.: Ich denke, Carlos ist sehr äh-

lich. Eine der Hauptunterschiede liegt im Gebrauch der Drogen. Anfangs benutzte er eine Menge bewußtseinsverändernde Drogen. Er hat seinen Weg auch mehr von einer männlichen Weise angegangen. Er arbeitet mit dem Verstand, so wie ich, doch er macht es mehr von einer linearen Seite her. Ich gehe um die Sache herum, um mich hineinzu-bringen.

Frage: Mit welchen Methoden arbeiten Sie in Ihrer Beratung?

L.A.: Ich lehre nichts, was mit Schwitzhütten und der wirklich traditionellen Medizin zu tun hat. Ich arbeite daran, das Herz und den Geist zu heilen. Es ist so individuell. Ich lehre und schaue in all die Gesichter der Teilnehmer und dachte: „Mein Gott, ich gebe allen die gleichen Vitamine. Ich tue das, was Agnes und die Schwestern des Schildes mir abgeraten hatten zu tun, auch wenn sie mich dazu bewegen, diese Gruppen zu lehren.“ Das bedeutet, ich gebe ihnen eine Menge geborgten Wissens. Es gibt tatsächlich keinen erfahrungsmäßigen Weg, eine ganze Gruppe von Leuten zu lehren, weil jeder etwas

„Viele Leute versuchen die spirituelle Arbeit, ohne eine körperliche Basis zu haben. Sie wissen nicht, wie sie in der Welt überleben können, wie sie für sich selbst sorgen können. Du mußt erst ein Fundament haben.“

anderes benötigt. So hörte ich damit auf. Wir feiern gelegentlich oder halten Zeremonien ab.

Ich sagte ihnen, daß wenn sie wirklich arbeiten wollen, muß es auf einer eins-zu-eins-Basis sein. Dann begann ich mit einzelnen Leuten, eine oder zwei Stunden pro Woche, oder wie lange es dauert, zu arbeiten. Und jeder kommt mit einer Reihe unterschiedlicher Probleme.

Wenn jemand ein schamanistischer Schüler werden will, siehst du ihn an und schaut danach, ob er in der materiellen und nicht-materiellen Realität ausgeglichen ist. Viele von ihnen sind so stark in der spirituellen Ebene, daß ihre ganze materielle Welt auseinandergefallen ist. Sie wissen nicht, wie sie eine Beziehung führen sollen, oder wie sie

sich materiell versorgen sollen.

Frage: Haben Sie auch männliche Schüler? Was ist deren größtes Problem?

L.A.: Die Weise, wie mir gelehrt wurde ist, daß Frauen in ihr Erdendasein mit einem wesenhaften Wissen kommen. Sie verstehen, auch wenn sie nicht genau sagen können, was sie wissen. Tief in ihnen wissen alle Frauen. Die Männer kommen auf die Erde mit dem Wissen, daß sie nichts wissen und lernen müssen. Unbewußt wissen sie, daß sie ihre Kraft von Frauen bekommen und von diesen lernen müssen. Den Männern muß gelehrt werden, wie sie leben sollen; Frauen haben einen inneren Sinn davon — normalerweise.

Deshalb haben die Männer, die zu mir kommen, gewöhnlich das Problem mit ihrer Weiblichkeit. Sie möchten wissen, wie sie das heilen können. Männer sind sehr offen. Sie müssen einfach mit der Gelegenheit in Berührung kommen. Jedenfalls ist das meine Erfahrung.

Frage: Wie arbeiten Sie mit jemandem, der süchtig danach ist, ein Opfer zu sein?

L.A.: Ich arbeite mit ihrem Verstand. Ich halte ihnen einen Spiegel vor, so daß sie anfangen können zu sehen, was sie tun. Die meisten Menschen, die eine Opferhaltung haben, verstehen nicht, daß sie danach süchtig sind, ein Opfer zu sein. Jede Sucht kommt auf die Weise hoch, wie du dazu konditioniert bist, die Welt zu sehen. Wenn du von einem Vater und einer Mutter aufgezogen wurdest, die dich auf irgendeine Weise zu einem Opfer werden ließen, bekommst du diese Haltung: „Ich bin ein Opfer, ich kann nichts dagegen tun, die Welt macht all diese schrecklichen Dinge mit mir und ich bin dem ausgeliefert.“

Das ist die Art und Weise, eine reine Zielscheibe zu sein — du wartest auf die Welt, die dir zustößt. Du hast nie untersucht, wie du die Dinge im Leben haben möchtest, nie definiert, wie du anders sein möchtest. Tatsächlich haben diese Menschen nie ihre Problem definiert. So fängst du damit an, diesen Menschen zu zeigen, was sie tatsächlich tun — daß er oder sie selbst für diese Opferhaltung verantwortlich ist — so daß diese Person anfangen kann ihr Leben in die Hand zu nehmen und eine Krafttat zu machen.



Frage: Wie sehen Sie sich in zehn Jahren; was werden Sie tun, wo werden Sie sein?

L.A.: Ich werde wahrscheinlich genau das tun, was ich jetzt tue. Ich hoffe, daß ich an einem Ort in Montana leben kann. Nicht, daß ich Los Angeles nicht mag. Es ist ein guter Ort zu Arbeiten, in der Welt wirkungsvoll zu sein.

Aber ich würde gerne auf einer Ranch leben, einen Ort haben, wo Leute hinkommen und hart arbeiten können. Ich möchte Tiere züchten und vielleicht ein Heim für gefährdete Spezies haben.

Frage: Was ist Ihre größte Schwäche?

L.A.: Ich denke, es ist Unsicherheit. Ich denke: „Oh Gott, auf was habe ich mich eingelassen und soll ich das tun?“ Dann natürlich erkenne ich, wer ich bin. Doch ich bin sicher, daß es sehr präzises klingt zu sagen, ich gehe hinaus, um die Welt zu retten. Ich versuche jedenfalls, ein gutes Beispiel zu sein.

„Man muß nicht nach Kanada in die Wildnis gehen, um mit einer Medizinfrau zu arbeiten. Eine Person, die dir im Leben feindlich gesinnt ist, kann dein größter Lehrer sein.“

Ich ging einmal zu Agnes und sie fragte: „Was hast du von all unserer Arbeit gewonnen und gelernt?“ Und ich sagte: „Ich wurde ein Schriftstellerin. Ist das nicht wunderbar? Es ist etwas, was ich nun kann.“ Und sie wurde sehr ärgerlich und sagte: „Du bist keine Schriftstellerin. Du bist eine Frau, die ihre Medizin lebt, und die zufällig auch schreibt.“

So versuche ich jederzeit meine Medizin zu leben.

übersetzt von Bruno Martin (Copyright der Übersetzung). © 1984 East West Journal, P.O. Box 1200, Brookline, MA 02147, U.S.A. Airmail Subscription available for \$ 26.00 (U.S.) for one year. Abdruck mit freundlicher Genehmigung.

Mamadina

Geheimtip, Hafen und Rettungsanker vieler, die in ausweglose Krisen geraten sind.

Öfters schon habe ich mit ihr telefoniert, bevor ich sie persönlich kennenlernen durfte. Auch heute noch sehe ich sie eher wie eine Mutter. Allein das Wissen, daß es sie gibt, hat mir immer wieder neue Kraft, neuen Mut ermöglicht. Manchmal legte ich den Telefonhörer auf und dann war mir, als ob sie alle meine Probleme vorübergehend wie mit einem Vakuumsauger abgezogen hätte, wobei sie sich aber für jeden der Anrufe bedankte.

Ich erinnere mich an das Interview mit ihr, daß ich damals für das Journal, für das ich tätig war, schreiben sollte. Wer ist Mamadina? Das Wort kommt aus der Sanskrit-Sprache, bedeutet Dienerin der Armen. Und darin sieht diese ungewöhnliche Persönlichkeit auch ihre Aufgabe. Ihr Leben ist zunächst ein einziger Studienweg, ein einziges Abenteuer. Einst selbst unheilbar an Leberkrebs erkrankt, sieht sie heute, nach jahrelangen Reisen durch die ganze Welt, ihre Aufgabe darin, verzweifelte Menschen zu helfen. Mamadina studierte tibetische, indische und chinesische Medizin und Philosophie. Viele Jahre lebte sie als Ayur-Veda-Arztin in Tibet, Indien und den Himalayas. In Peru, Bolivien, Brasilien und Mexiko studierte sie indische Medizin. Heute leitet sie in Sölden bei Freiburg das „Wissenschaftliche Institut für Fernöstliche Medizin und Philosophie“.

Gleich in den ersten Minuten meines Erscheinens gibt mir diese imposante eindrucksvolle Frau zu verstehen, daß sie sich weder als Seherin, noch als Hellseherin, Prophetin oder Zukunftsdeuterin verstehe. Sie sieht sich als Mystikerin, die in den Dimensionen des Feinstofflichen lebt und aus der Akasha-Chronik liest. Was aber ist wiederum die Akasha-Chronik, will ich wissen. Es sei dies eine Energiesprache, die aus Bildern und Farben bestehe. Für den Menschen des Ostens, meint Mamadina, bedürfte es dazu keiner weiteren Erklärung. Seine Religion, seine Philosophie lehre ihn, mit dieser anderen Dimension zu leben, diese für uns übersinnlich scheinenden Dinge als Realität zu betrachten. Aber wir Abendländer, denen

man beigebracht hat, nur das zu akzeptieren und zu glauben, was wir mit unseren fünf Sinnen erfassen können, tun uns hier natürlich schwerer. In der Akasha-Chronik seien Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft — sowohl vergangene Welten, Planeten, Kontinente und Nationen, wie auch einzelne Menschenschicksale — genauestens gespeichert.

Persönlichkeiten wie Mamadina verstehen es in jener Akasha-Chronik zu lesen. Sie wirken wie ein Transformator für dieses kosmische Wissen. Mamadina sieht das Schicksal des Einzelnen wie einen Film, der auf einer Leinwand in ihrem Inneren projiziert wird. Und bei dieser Innenschau nehmen ihre Augen einen ungeheuer kraftvollen, strahlenden, ja beinahe feurigen Ausdruck an.

Einige Kostproben dieses ungläublichen Wissens darf ich erleben, deren Wirkung mich die ganze folgende Nacht über und auch noch während der Heimreise beschäftigt. Ich brauche Mamadina gar nichts zu erzählen. Sie weiß, bzw. sieht und fühlt alles — mein Schicksal, mein Karma. In erschütternder Weise teilt sie mir treffende Details aus meinem jetzigen Leben mit, sowie aus meiner Vergangenheit und einer Vergangenheit, die noch viel weiter zurückliegt. Unter anderem rät sie mir, sofort mit jeglicher Meditationspraxis vorübergehend aufzuhören, da ich momentan höchst anfällig für Einflüsse jeder Art sei, negativ wie auch positiv.

Schon als kleines Mädchen — großgeworden in einem Schloß in der Provence in Südfrankreich, als Sprößling eines uralten Aristokraten-Geschlechts hatte Mamadina bereits viele Visionen. Sie erklärt mir den Unterschied von Vision und Halluzination. Vision sei ein reines Geschenk einer Höheren Macht von Gnade und Liebe. Halluzination dagegen ein Produkt des Ego, der Phantasie, des persönlichen Ichs. Die Einzige, die die Visionen ihrer Kindheit wirklich verstand, war ihre Großmutter, zu der sie eine ganz besondere Beziehung hatte.

Kranke und alte Verwandte kamen bereits damals oft zu ihr. Nicht nur, um sich von ihr die Zukunft deuten zu lassen, sondern auch, damit sie ihnen die Hände auflegte. Denn es hatte sich her-



umgesprochen, daß ihre Gegenwart Linderung der verschiedensten Beschwerden herbeiführe.

Mamadina, damals noch die kleine Rose-Blanche — Roswitha, wie sie genannt wurde, wirkte wie eine Droge auf Menschen, Tiere und Pflanzen. Gleich einem Magneten zog sie Vögel, Katzen und Hunde an. Pflanzen in ihrer Umgebung begannen plötzlich zu ungewöhnlicher Zeit zu blühen. Auch heute betrachtet Mamadina Gartenarbeit als eine der vielen möglichen Gebetsformen. Denn im Samen sei der Göttliche Keim enthalten, d.h. das Göttliche ist im Samen manifestiert und ihm gilt es zu dienen.

Während des zweitägigen Interviews versuche ich immer wieder, ihr privates

Leben, bzw. sie als Person zu erreichen. Die gebe es nicht mehr, meint sie höchst energisch und entschlossen. Heute diene sie nur mehr der einen Höheren Instanz, bzw. fungiere als Kanal für das Göttliche, das durch sie hindurch Leidgeplagte, vom Schicksal geschlagene und viele Hoffnungslose tröstend berühre. Und dabei sei ihre eigene Person völlig ausgeschaltet.

Mamadina lädt mich ein, die Nacht in ihrem Hause zu verbringen. Sie stellt mir aus der Farbskala der Räume ihres märchenhaften Chalets das „Rosa Zimmer“ zur Verfügung. Denn das sei meine Farbe, die Farbe der Hingabe, der Spirituellen Liebe, meint sie. Alles in diesem Raum ist in zarte Rosée-Töne getaucht: Die Wände, das Bett, der Ses-

sel, der Teppich, die Handtücher. Ich bekomme das Gefühl, auf einmal in eine völlig andere Sphäre eingetaucht zu sein. Es bin nicht mehr ich, die sich da bewegt und meine Kopfschmerzen von der Reise sind bei Betreten dieses Raumes schlagartig verschwunden. Es ist mir, als ob ich mich plötzlich in einer anderen Welt bewege.

Im Hause von Mamadina gibt es zwölf Zimmer, jedes in einer anderen Farbe — Regenbogenfarben. Dazu gehört ein exotischer Tropengarten. Über dem Ganzen liegt ein Hauch von Fernost, ein schwer beschreibbarer mystischer Zauber. Jedes der erlesenen exotischen Stücke, von den vielen Reisen mitgebracht, könnte seine eigene Lebensgeschichte erzählen: im Hintergrund heilsame Meditationsmusik, so daß man sich unentwegt in eine andere Welt versetzt fühlt. Da gibt es Harfenmusik wie Sphärenklänge, das Halleluja der Sufis oder der Bhajans aus Indien. Selbst das Lied der Nachtigall, in Indonesien aufgenommen, das morgens beim Frühstück dem Kanarienvogel zum Einstimmen auf den kommenden Tag vorgespielt wird, darf nicht fehlen. Mamadina braucht das als Ausgleich zu dem vielen Elend und Leid, das sie von den zahllosen Menschen, die sie besuchen und unentwegt anrufen, die bei ihr Trost und Hilfe suchen, zu hören bekommt.

Während unserer Unterhaltung läutet pausenlos das Telefon. Es kommen täglich bis zu 50 Anrufe — rund um die Uhr — aus der ganzen Welt — von Menschen, die sich in Krisen befinden und durch einen Geheimtip von Mamadina erfahren haben. Mamadina versucht allen zu helfen, beantwortet Briefe, sofern es ihr möglich ist. Pro Woche erhält sie allein bis zu 300 Stück. Sie braucht und will auf gar keinen Fall Publicity, arbeitet völlig unentgeltlich. Oft sitzt sie bis zu acht Stunden täglich am Telefon, redet auf Selbstmordkandidaten ein, gibt den vielen Krebs-, Seelen- und Geisteskranken neuen Mut. Pro Woche bitten allein drei bis sieben suizidgefährdete Kinder um ihre Hilfe.

Häufig hat Mamadina nicht mal Zeit für eigene, elementarste Bedürfnisse. Wie sie das denn alles durchstehe, ohne zusammenzubrechen, frage ich sie. Sie verfügt über eine erstaunliche Konstitution, braucht ein Minimum an Schlaf. Dabei erinnert ihr Äußeres an eine kraf-

tige, feste Erdenmutter, die auf diesen Planeten geschickt wurde, um Leid geplagte tröstend in ihre umfangreichen Arme zu schließen und sie dann seelisch gefestigt wieder auf eigene Beine zu stellen. Sie sieht gut zehn bis fünfzehn Jahre jünger aus, als sie ist. Selten begegne ich einer Frau, die über ein so hohes Energie-Potential verfügt, ein solches Feuer von Liebe und Wissen ausstrahlt. Dazu meint Mamadina, daß in jedem von uns derartige Kräfte ruhen und daß wir diese in dem Maße aktivieren können, in dem wir unser Ego kennen lernen, kontrollieren.

Ihr selbst hatte Sai-Baba geholfen, ein indischer Weiser, zu dem Jahr für Jahr Hunderttausende aus der ganzen Welt pilgern. Mamadina kam als unheilbar an Leberkarzinom Erkrankte zu ihm. Sie konnte weder essen noch trinken und sich vor Schmerzen kaum bewegen. Sai Baba nahm sich ihrer an. Sie erfuhre eine selten gekannte Liebe. Eine unbeschreibliche Glückseligkeit überwältigte sie. Sie war einfach zu Hause angekommen. Innerhalb von 24 Stunden waren sämtliche Symptome schlagartig verschwunden. Tatsächlich konnten bei ihrer Rückkehr keine pathologischen Befunde mehr entdeckt werden. Die Ärzte standen vor einem Rätsel. Seither reist Mamadina einmal jährlich nach Südinien mit einer ganzen Schar von Schwer- und Schwerstkranken, die ebenfalls bei Sai Baba Trost und Hilfe suchen. Manchmal wird sogar ein eigenes Flugzeug zu diesem Anlaß gechartert.

Was und wer ist Sai Baba genau, will ich wiederum wissen. Sai Baba sei Avatar, eine Inkarnation Gottes, der immer nur dann, wenn Unfriede und Disharmonie die Welt bedrohen, in menschlicher Form auf der Erde erscheine, um die Menschen wieder zu Gott, zu ihrer wahren inneren Bestimmung zurückzuführen. Er sagt von sich selbst, daß er nicht gekommen sei, eine besondere Religion zu verbreiten. Seine Absicht sei vielmehr, dem Einzelnen wieder die Sprache der Liebe zu vermitteln. Denn für ihn gibt es nur eine Sprache — die Sprache des Herzens, nur einen Gott — der allgegenwärtig ist, nur eine Religion — die Religion zur Liebe.

Mamadina meint, daß alle Wahrheit bereits niedergelegt sei, in den Veden, den ältesten heiligen Schriften Indiens,

im Neuen Testament usw. Und diese vergessene Wahrheit gilt es, den Menschen wieder in Erinnerung zu bringen. Sai Baba will die Menschen zur Liebe zurückführen, sie in Liebe vereinigen. Sie sollen erkennen, daß in allen Geschöpfen der Erde derselbe göttliche Geist wirkt, der Ursache allen Seins ist, auch wenn er mit verschiedenen Namen aufgerufen wird. Und dieser eine Gott lebt in jedem seiner Geschöpfe und wirkt durch sie.

Auf meine Frage: Wer ist Gott und wer sind wir? — meint Mamadina, diese Frage ließe sich mit dem Wunsche und der Sehnsucht einer Welle vergleichen, den Ozean begreifen und erfassen zu wollen, wobei sie, die Welle, doch selbst Bestandteil desselben Ozeans sei, ohne den sie gar nicht existieren könne. Sie entstehe durch ihn und löse sich in ihm wieder auf. Ein jeder von uns vermag aus diesem unermeßlichen und unendlichen Ozean nur soviel Wasser zu schöpfen, wie sein Bewußtseins-Gefaß aufnehmen kann. Daher sei alles, was wir tun können und müssen, den unendlichen Ozean zu erfassen zu begreifen, unser Bewußtsein zu erweitern.

Maruschi Magyarosi



Sai Baba

Neue zündende Originalausgaben.

Erfahrungen mit dem I Ging
Karl Augustin Lingg mit dem Buch der Veränderungen



DIEDERICHS GELBE REIHE

272 S., DM 19,80

Insa Gull Luden
Grenzen des Bewußtseins
Das Mysterium der Zahl
Ergänzungsbände im Rahmenwerk



DIEDERICHS GELBE REIHE

256 S. mit ca. 88 Abb., DM 22,-

Die Bruderschaft der Rosenkreuzer
Leontine Von



DIEDERICHS GELBE REIHE

224 S. mit 23 Abb., DM 19,80

Fircausi
Geschichten aus dem Schahnameh



DIEDERICHS GELBE REIHE

288 S. mit 3 Abb., DM 19,80

Christen Binsch, Klausur Meier
Ein Kosmos im Regenwald
Möhen und Vögel in der Lebenszone Indiens



DIEDERICHS GELBE REIHE

320 S. mit 24 Abb., DM 19,80

Diederichs Gelbe Reihe - über 500000 Exemplare.

Luis Zuchtriegel

Heilen heißt Ganzmachen

Wilfried Teschlers Polarity-Therapie

Therapie — was läßt sich nicht alles unter dem Begriff „Therapie“ versammeln! Da verschreibt ein praktischer Arzt seinem Patienten eine einmonatige „medikamentöse Therapie“: die Herzschmerzen sind behoben, dafür stellen sich nun depressive Zustände ein. Da läßt ein Psychotherapeut einen deprimierten Menschen ein Jahr lang eine „Schreitherapie“ absolvieren: die Depressionen verflüchtigen sich, dafür kommt nun ein Hypochonder zum Vorschein, der sich auf andere Weise unglücklich macht. Da läßt ein Verhaltenstherapeut seinen an Hundephobie leidenden Klienten Schritt für Schritt mit harmlosen Vierbeinern Kontakt aufnehmen: die Phobie verschwindet, dafür treten Herzschmerzen auf (folgt der Gang zum praktischen Arzt, siehe oben . . .)

Echte Therapie darf kein Flickwerk an irgendeiner „defekten Stelle“ dieser wunderbaren und wundersamen Ganzheit sein, die wir Mensch nennen. Das haben inzwischen viele Heiler erkannt und haben gelernt — über bloße Lippenbekenntnisse hinaus — den Menschen wirklich als Einheit, als Individuum (= Unteilbares) zu begreifen. Der Mensch hat nicht einen Körper, eine Psyche und einen Geist, die nebeneinander eine gesonderte Existenz hätten, sondern er ist eine Einheit, die sich freilich in verschiedenen Aspekten kundtut.

Therapie sollte also immer die Ganzheit der Aspekte ins Auge fassen: sie muß auf deren Übereinstimmung und auf die Ausgewogenheit der sich körperlich, seelisch und geistig manifestierenden Energie ausgerichtet sein. Echte Therapie schafft Harmonie. „Polarity“ versteht sich als eine solche Therapie des harmonischen Ausgleichs.

Wie geht so etwas in der Praxis vor sich? Ich zitiere ein Fallbeispiel aus den Berichten von Wilfried Teschler: „Eine 40jährige Hausfrau hat seit Beginn ihrer Ehe vor 19 Jahren Verstän-

digungsschwierigkeiten in allen Bereichen mit ihrem Mann. Sie hat, da sie sehr konservativ ist, keine Möglichkeit gefunden, ihre Ehe befriedigend zu gestalten oder sie aufzulösen.

Energieverteilung: Ihre Lebensenergie ist, bis auf ein Minimum in ihrem Becken, gesunken.

Sie spricht gut auf Polarity an. Bei der Polarity-Wortmeditation kommt es fast jedesmal zu heftigen Abreaktionen der festsetzenden, blockierenden Energie. Jedesmal verspürt sie eine große Erleichterung — eine grundlegende Befreiung bleibt aber zunächst aus.

Die Lebensenergie im Rücken ist im Laufe der Sitzung voll stabilisiert worden, so daß das Stirnchakra gereinigt werden kann. Die dort festsetzende Energie entlädt sich innerhalb weniger Sekunden.

Die um ihr Elend und ihre Ehe kreisenden Gedanken verrauchen. Sie hat einen klaren Kopf bekommen.

Sie sagt, daß durch diese Polarity-Sitzungen die ganze Last von 19 Jahren unglücklicher Ehe von ihr abgefallen wäre. Nach 14 Treffen hat sie die Kraft und den Überblick gewonnen, ihr Schicksal in die Hand zu nehmen.“

Wir sehen, daß hier „auf allen Ebenen“ gearbeitet wurde: Die vitalen Energien werden angeregt, emotionale Entladungen finden statt, der Circulus vitiosus negativen Denkens wird durchbrochen.

Wie kann der Polarity-Heiler solche umfassenden Veränderungen bewerkstelligen? Er macht sich das fundamentalste Lebensprinzip zunutze, nämlich die Poligkeit aller Lebenserscheinungen: Wo Mangel ist, muß auf der anderen Seite Überladung sein; wo zu wenig Plus-Energie wirksam ist, ist zu viel Minus-Energie am Werk; oder (in der chinesisch-taoistischen Terminologie): Zu viel Yin bedeutet zu wenig Yang, und solche Unausgewogenheit schafft Spannung, die sich in mancherlei Art äußert. Ent-Spannung bzw. Harmoni-

sierung stellt sich ein durch Ausgleich von Yin/Yang, Minus/Plus etc.

Wie aber behandelt der Polarity-Heiler? Er *be-handelt* mit seinen zwei verschieden-poligen „Instrumenten“ — seinen Händen.

Machen Sie (sofern Sie es noch nicht schon kennen) ein kleines Experiment: Halten Sie beide Hände in Brusthöhe mit einander zugewandten Handflächen etwa 50 cm auseinander und führen sie sie langsam aufeinander zu. Bei einem bestimmten Abstand (vielleicht 30 cm oder 15 cm) beginnen Sie, die Energie, die Wärme zu spüren, die von Ihren Handflächen ausstrahlt. Beobachten Sie, was Sie empfinden, wenn sich die Hände weiter annähern und berühren, d.h. wenn sich der Energiekreislauf schließt. Vielleicht empfinden Sie einen harmonisierenden Ausgleich.

Hier haben wir es mit den Energien zu tun, mit denen Polarity-Heiler (und für diese Arbeit bringen auch Sie die Voraussetzungen mit!) be-handelt. Freilich ist es dazu nötig, einen tiefen Einblick in das Wirken der polaren Kräfte zu gewinnen, um zu erkennen, was Polarity überhaupt will und kann. Denn Polarity ist mehr als eine Methode — es setzt zugleich ein polaritätsorientiertes Bewußtsein voraus.

Polarity, Polarität — was fällt einem zu diesen Begriffen zuerst ein? Plus/Minus, Südpol/Nordpol, polare Spannung, Mann/Frau, polare Gegensätze . . . Der Begriff des Polaren ist sehr schillernd, oft durchaus zwielichtig, wie z.B. in der Bildung „polarer Gegensätze“. Gegensätze haben immer etwas Unversöhnliches, sich Widerstehendes, Ausschließendes: oben ist nicht unten, plus ist nicht minus, Einheit ist nicht Vielheit. Oder anders gesagt: *entweder* eines oder vieles, *entweder* hoch oder tief usw. Das ist logisch, jedenfalls nach den Maßstäben unserer Verstandeslogik.

Nun wollen wir aber eine andere „Logik“ betrachten: Der deutsche My-

stiker Meister Eckehart sagt einmal: „Höhe und Tiefe sind eins, und je tiefer der Brunnen ist, um so höher ist er zugleich.“ Oder der chinesische Weise Laotse: „Härte ist ein Grad von Weichheit. Weichheit ist nur ein Grad von Härte“, an anderer Stelle: „Wer festhält, verliert es“. Das mag paradox klingen oder jedenfalls ganz relativistisch (aber vergessen wir nicht, daß z. B. die großen Erkenntnisse der neuen Physik auf dem Prinzip der Relativität aufbauen!). Wir können hier aber auch den Ausdruck einer anderen, nämlich einer „polaren Logik“ sehen — sie gehorcht nicht dem Prinzip des Entweder-oder sondern dem des *Sowohl-als-auch*: Das, was sich dem rationalistischen, dualistischen Bewußtsein als einander ausschließende Gegensätze darbietet, wird in diesem neuen Bewußtsein als sich ergänzende Polaritäten erlebt.

Sich-ergänzen heißt ganz-machen. Und ganz-machen ist ein synonyme Ausdruck von *heilen* (das dt. Wort „heilen“ geht etymologisch zurück auf griech. „holos“: ganz, ganzheitlich).

Somit ist klar geworden, daß Polarität und Heilen aus engste miteinander verknüpft sind. Versteht man Heilen als Ganzmachen (in einem wahrhaft ganzheitlichen Sinn), so kann der Heilungsprozeß nicht auf ein isoliertes Phänomen, etwa ein „nur körperliches“ oder „nur psychisches“ Leiden bezogen sein, sondern es muß der ganze Mensch mit all seinen Aspekten gemeint sein, und das Heilen kann nur darin bestehen, die sich widerstrebenden, gegensätzlichen Kräfte im Menschen in einen polaren Ausgleich, in Ausgewogenheit, in harmonische Ergänzung zu bringen.

Wilfried Teschler, der über eine reiche Erfahrung in Polarity-Therapie verfügt, hat in seinem „Polarity-Handbuch“ detailliert beschrieben, wie man die Lebensenergien wieder ins Gleichgewicht bringen kann. Zunächst: Wie erkennt man denn, wo und wie die Energien eines Menschen fließen, wo sie ins Stocken geraten sind, wo sie fehlgeleitet sind?

„Stelle dich entspannt deinem ebenfalls stehenden Partner gegenüber. Sein Energiefeld hat eine bestimmte Struktur. Lasse es auf dich wirken. Mache dir keine Vorstellungen, wie es aussehen sollte. Suche zunächst die Überladungen. Sie sind einfach zu erkennen. Diese Körperregionen sind auffälliger als die

Auszüge aus dem Buch

Arbeit an den Chakras

Polarity kann die gestörte Arbeit der Chakras wieder in Gang bringen.

Fange mit diesem Bereich der Polarity erst an, wenn der Fluß der Lebensenergien im Rücken stark genug ist, um mit einem Chakra verbunden zu werden.

Fließt die Lebensenergie im Rücken bis zum Milzchakra, solltest du auch nur mit den unteren drei Chakras arbeiten. Die Lebensenergie muß zuerst bis zum Herzchakra laufen, um dort eine sinnvolle Verbindung herstellen zu können. Wir arbeiten in der Polarity mit den Chakras von unten nach oben.

Beide Übungen helfen, die Fußchakras zu reinigen, zu öffnen, und, wenn nötig, besser auszurichten.

Die Übung auf Bild 1 ist besonders für Einzelpolarity und die Übung auf Bild 2 für Polaritygruppen geeignet.

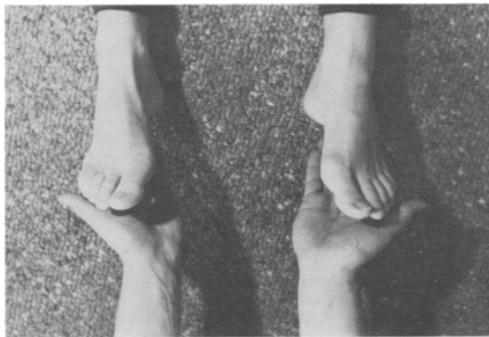


Bild 1: Partner liegend. Rechte Hand in etwa 2 cm Abstand unter der linken Fußsohle, linke Hand in etwa 2 cm Abstand unter der rechten Fußsohle.



Bild 2: Partner legen die Füße mit den Fußsohlen aneinander.

übrigen, entspannten Teile. Du magst sie als unproportioniert empfinden. Viele Männer sind in den oberen Körperbereichen überladen, viele Frauen dagegen in den unteren Bereichen.

Die Energie im Körper des Partners kann stark oder schwach fließen. Sie kann dunkel oder hell sein. Vielleicht hat dein Partner insgesamt zu viel Energie. Wenn er zu wenig hat, wirkt er wie ausgemergelt und ausgebrannt.

Es sind so viele Variationen möglich wie es Menschen und Körperteile gibt."

Intuition ist die wichtigste Voraussetzung sowohl zum Erkennen des jeweiligen Energiemusters als auch zur Anwendung der geeigneten Polarity-Griffe. Denn durch Auflegen der Hände, durch Streichen über bestimmte Körperpartien kann die gestaute, blockierte Energie wieder freigesetzt werden, in Fluß kommen und somit wieder einer Lebensäußerung zur Verfügung stehen, die zuvor vermindert, unterdrückt war.

Solches Freisetzen von Energie wirkt sich also — da der Mensch eben eine Ganzheit ist — nicht nur als körperliche Druckentlastung aus, sondern zugleich als emotionale Befreiung und neue geistige Regsamkeit.

Egal, ob die Polarity-Arbeit an den Füßen ansetzt (über die der Mensch Verbindung zur Erde, zu seinem „Grund“ hat), an den Beinen (deren Energiezustand etwas darüber aussagt, wie wir im Leben, in der Welt stehen und bestehen können), am Rücken (wo sich die Last unseres Lebens abzeichnet), an den Schultern (die etwas über das Tragen unserer Verantwortungen aussagen) oder an den Armen und Händen (mit denen wir uns in die Außenwelt hinein verwirklichen) — überall ist der Mensch als Ganzes angesprochen.

Zu dieser Ganzheit gibt es Zugang von verschiedenen Stellen her. Dies kann durch die Polarity-Wortmeditation besonders deutlich werden, die der Unterstützung der eigentlichen Polarityarbeit dient. Da in jeder Energieblockade so etwas wie eine „Information“ steckt (z.B. „Ich habe Angst, laut zu schreien“), kann das Problem auch von der anderen Seite her angegangen werden — indem man sich auf einen Begriff, z.B. das Wort „Haß“ konzentriert und die dazu korrespondierenden Körperreaktionen wahrnimmt und zuläßt: Unruhe, Speichelfluß, feuchte Hände, Anspannung, das Empfinden

dreinschlagen zu wollen, Unzufriedenheit im Herzbereich, Schmerzen in den Schultern, Spannungen in der oberen Brust, schließlich das Empfinden, daß die Energie durch die Arme abfließt, so daß am Ende das Wort „Haß“ keine Reaktion mehr auszulösen vermag.

In der Regel will allerdings die Behandlung durch den Polarity-Heiler die Voraussetzung dafür sein, daß sich Blockaden und ihre Informationen (d.h. Probleme) auflösen. Natürlich kann der Heiler keine Wunder vollbringen. Jeder Heilerfolg kommt in genau dem Maße zustande, in welchem der Hilfesuchende bereit ist, alte Verhaltensmuster (und das heißt eben: alte Energiemuster) aufzulösen.

„Polarityarbeit ist kein Zauber mittel zur Persönlichkeitsentfaltung. Ein langsamer Entwicklungsprozeß muß stattfinden, für den die innere Mitarbeit Voraussetzung ist. Es ist unmöglich, festgehaltene Energie zum Fließen zu bringen, wenn der Partner es nicht zuläßt. Oberflächlich betrachtet sieht es so aus, als ob der Partner der passivempfangende ist; in Wirklichkeit muß er sich auf Veränderungen aktiv einstellen und Ja dazu sagen.“

Nur dieses Ja kann „Wunder“ bewirken, kann dort, wo zuvor äußere und innere Spannung oder empfindungslose Dumpfheit war, harmonische Bewegung und wache Aufmerksamkeit entstehen lassen.

Einer der Grundsätze von Wilfried Teschler lautet: „Jeder Mensch ist vollkommen. Aber er muß diese Vollkommenheit erst erfahren.“ Das klingt leicht nach „starkem Tobak“ — aber Vollkommenheit heißt ja nicht, sich irgendeinem Idealbild anzugleichen, sondern in sich selbst das Gleichgewicht zu

finden, das Fließgleichgewicht der Kräfte, die im Alltag oft genug ins Stocken, in statisch-verkrampfte Unausgewogenheit geraten.

Harmonie und Ausgleich in uns zu finden, verlangt allerdings auch die Verwirklichung seines polaren Gegenstücks: der Harmonie mit dem *Außen*. Hier helfen uns die Polarityübungen, die in den Energieausgleich mit dem uns Umgebenden erfahren lassen wollen.

„Nimm einen Gegenstand, lege oder stelle ihn vor dich hin (er sollte zunächst möglichst aus natürlichem Material sein). Konzentriere dich auf ihn. Nimm ihn als Polartät zu dir wahr. Lasse die Energie zwischen euch fließen.“

In eine noch größere Dimension unseres polar bestimmten Daseinsvermögens die Polarity-Meditationsübungen zu führen:

„Schließe die Augen. Atme mehrmals tief, aber ohne Anstrengung ein und aus. — Beim Einatmen stelle dir vor, daß du Energie aus dem Universum aufnimmst. — Beim Ausatmen verteile die Energie in deinem Körper und entspanne dich dabei.“

Erst wenn wir bewußt die inneren und äußeren, die kleinen und großen Polartäten, in die wir hineingestellt sind, zu akzeptieren und lebendig zu realisieren vermögen, kann es uns geschehen, daß wir den Augenblick jenseits aller Polartät, den „Nullpunkt“ erfahren — den Augenblick vollkommener Liebe. Und so wie die Vollkommenheit immer schon da ist und nur darauf wartet, erfahren zu werden, so auch die Liebe. In Umkehrung einer alten Zen-Weisheit könnte man sagen: Das Ziel ist der Weg. Denn, so Wilfried Teschler: „Die Liebe heißt, nicht ich.“



Mirarasa

HANDGESCHÖPFTE BÜTTENPAPIERE

Notiz-, Tagebücher und Schreibblocks aus marmoriertem Papier, Briefpapieres, Schreibmappen, Schreib- und Malpapiere mit Umschlag, Künstlerpapiere, Sinnspruchkarten.

MIRARASA Papier Import und Herstellung
Brahmsstraße 5 · 8033 Krailling · Tel. 089/857 40 00

MIRARASA ist ein Betrieb der Mirasanga, der Gemeinschaft, die dem Integrierten Yoga von Sri Aurobindo und Der Mutter folgt.

Auszüge aus dem Buch

Übung:

Sieh dir bei deinem Partner den Zustand der einzelnen Chakras an.

Vielleicht siehst du z. B., daß die unteren Chakras gesund sind, das Herzchakra aber geschlossen ist, achte dann auf den Lauf der Lebensenergie im Rücken, ob sie bis zur Höhe des Chakras läuft, und ob sie dort, wo der Stengel des Chakras in sie einmünden sollte, geschwächt ist, sollte das der Fall sein, arbeite erst an der Verstärkung und Stabilisierung der Energie im Rücken.

Wenn du die Energie verstärkt hast, lege deine rechte Hand zwischen die Schulterblätter deines Partners, dort, wo der Stengel des Chakras einmünden sollte; die linke Hand legst du auf die Brust, dort, wo der Kelch ist, bzw. sein sollte.

Wird die Körperenergie über die „Gürtelgrenze“ nach oben oder nach unten weiter ausgebreitet und besser verteilt, so erfährt der Mensch eine Bereicherung seines Daseins. Der überwiegend aktiv Ausgerichtete gewinnt mehr Ruhe und Gelassenheit hinzu; der passiv

Orientierte erwirbt mehr Entschlußkraft und Tatenfreude.

Die bessere Energieverteilung nach unten wird auf Bild 4 dargestellt.

Eine Möglichkeit, die feststehende Energie unterhalb der Gürtellinie zu lösen und nach oben zu verteilen, ist folgende: Du legst deine rechte Hand auf das Becken über dem Schambein und die linke in den Nacken (Bild 4).

Als Variation dieses Griffes kannst du bei deinem Partner die linke Hand auf den oberen Brustbereich legen.

Finde heraus, welche Variation für dich und deinen Partner angemessen ist. Es kann sein, daß die Energie besser fließt, wenn du deinen Daumen über den Bauchnabel hältst. Diese Polarisierung bringt mehr Ausgeglichenheit in die unteren Körperregionen.

Das Polarisieren der einzelnen Körperteile

Die folgenden Beschreibungen von Massagegriffen sind nur der Übersichtlichkeit wegen dem Körper von unten nach oben folgend gegliedert.

Es mag sein, daß bei deinem Partner zuerst die Energie im Rücken polarisiert werden muß, dann in den Beinen und dann im Kopf. Es gibt hier kein festgefügtes Abfolgesystem, sondern das Vorgehen muß auf die augenblickliche Situation und den Zustand des Partners zugeschnitten sein. Der beste Ratgeber ist die Lebensenergie. Sie leitet dich, die richtigen Übungen in der rechten Reihenfolge auszuführen.

Hält der Partner z. B. seine unausgegliche Energie im Kopfbereich fest, so ist natürlich an dieser Stelle des Körpers zu beginnen.

Feste Regeln gibt es nicht. Jeder Mensch und jede Situation ist neu und anders. Stelle dich darauf ein und fließe mit.

Durch Übung kommt Erfahrung.

Durch Erfahrung kommt Wissen.

Nach dem Wissen kommt die Intuition.

Nach der Intuition kommt das direkte Handeln.

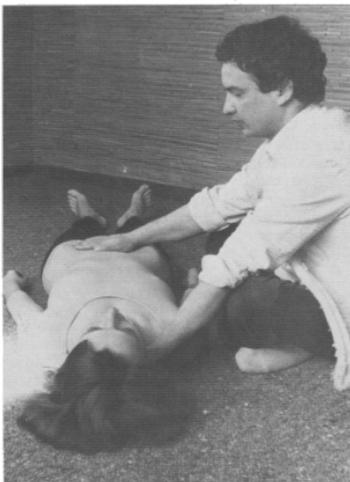


Bild 3: Rechte Hand auf dem Becken über dem Schambein, linke Hand im Nacken



Bild 4: Linke Hand kurz über dem Bauchnabel, rechte Hand über die Mitte der Unterschenkel.

Die Füße

Da die Füße von den wenigsten Menschen beachtet werden, wirst du feststellen, daß sich in diesen Körperteilen oft sehr wenig Energie befindet. Deswegen bekommen auch so viele Menschen oft „kalte Füße“.

In energetisch ausgeglichenen Füßen können auch die Fußchakras sinnvoll arbeiten. Die Fußchakras regulieren die Entladung und Aufladung mit Erdenergie. Sie regulieren damit auch die Ladung der übrigen Chakras.

Ausgeglichen fließende Energie in den Füßen ist die Grundlage für das Wohlbefinden im gesamten Körper.

Folgende Abbildungen zeigen, wie der Fuß polarisiert werden kann.

Bild 5: Rechte Hand in die Fessel, linke unter der Fußsohle.

Nimm einen Fuß, wie auf Bild 5 dargestellt, in deine Hände.

Betrachte diesen Fuß, erspüre ihn. Vergewenwärtige dir den Aufbau des Fußes: die Knochen, die Gelenke, die Muskeln, die Adern, die Haut . . .

Wie fühlt sich der Fuß an? Ist er fest, hart, wirkt er ungebraucht oder überbelastet?

Erspüre die Temperatur. Wie ist sie insgesamt? Gibt es im Fluß verschiedene Wärmebereiche?

Lasse alle Eindrücke auf dich wirken. Konzentriere dich nun auf das Energiebild. Entspanne dich. Geh mit deiner Aufmerksamkeit in den Fuß deines Partners. Lasse vor deinem inneren Auge das Energiebild des Fußes entstehen. Wo erscheint keine Energie? Wo ist sie schwarz oder grau, wo flackert es? Ist die Energie frisch und fließend?

Läufst sie quer zum Fuß?

Nimm deine Wahrnehmungen ohne Bewertung auf!

Lasse nun deine Aufmerksamkeit in die Hände und in den Energiefluß zwischen ihnen gehen. Atme ruhig, kräftig und gelassen. Öffne die Arme und Hände für den Fluß der Lebensenergie. Konzentriere dich auf deine Hände. Halte die Augen ohne Anstrengung geschlossen. Folge mit deinem inneren Auge dem Lauf der Lebensenergie.

Betrachte, aber bewerte nicht.



Beobachte, ob und wie die Energiestruktur des Fußes durch den Strom der Lebensenergie sich zu ändern beginnt. Sei aufmerksam!

DIESE WAHRNEHMUNGEN SOLLTEST DU BEI JEDEM NEUEN MASSAGEGRIFF MACHEN!

Sie helfen dir, Polarity angemessen zu hand-haben.

Mit der Zeit werden sich diese feineren Wahrnehmungen von selbst einstellen. Übe immer weiter.

Dein Partner hat während der Polarityarbeit unterschiedliche Empfindungen. Sie können von leichten Zuckungen über Wohlbefinden bis zur Empfindungsstauheit reichen. Frage ihn danach.

Ist die festgehaltene Energie im Fuß stark blockiert, wird nur eine geringe oder keine Veränderung zu spüren sein. Wenn die Energie beweglich und schon vor der Polarisierung hell ist, wird schnell die Veränderung für dich sichtbar und für deinen Partner spürbar werden.

Es ist äußerst schwierig, eine über Jahre hinweg verhärtete Energiestruktur mit einem Mal zum Fließen zu bringen. Das Loslassen der festen Strukturen braucht Geduld. Dein Partner muß Zeit haben, sich auf den freien Energiefluß einzulassen.

Während des Polarisierungsvorganges ist es wichtig, immer wieder eine Pause von mehreren Minuten zu machen. Die Bahnen für die fließende Energie öffnen sich langsam. Außerdem muß die festgehaltene Energie erst abfließen.

Höre auf deine innere Stimme, wann und wie lange du die Pausen machen solltest. Intuitiv weißt du es genau, wenn du wachsam bist und bleibst.

Du solltest spätestens dann aufhören, wenn die Lebensenergie nicht mehr zwischen deinen Händen hin und her fließt.

*Wlfrid Teschler: »Das Polarity-Handbuch — Eine praktische Einführung in die harmonisierende und Heilende Energie-Massage«
Erschienen bei: Schangrila-Edition Haldenwang, 1984
124 Seiten m. zahlreichen Fotos, kartoniert, DM 12,80*

Kundalini Yoga

Bahadur Singh

Kundalini Yoga ist etwas anderes als das, was gemeinhin als Yoga verkauft wird — und es ist vor allem mehr. Die umfassenden Körper- und Geistesübungen sind anders konzipiert und haben eine höhere Zielsetzung. Mit einer Vielzahl von Übungen und Meditationen wird dem Schüler die Möglichkeit gegeben, seiner gesamten Persönlichkeit in Körper, Geist und Seele Gutes zu erweisen. Der Anspruch ist hoch, der angebotenen Hilfen zur Verwirklichung dieses Anspruchs sind viele. Die Schätze indischen Yoga-Geheimwissens sind im Kundalini Yoga System der Öffentlichkeit durchschaubar und brauchbar zugänglich gemacht worden. Die Konzeption dieses »Yoga-Weges« läßt es zu, daß nicht nur der weltabgewandte Yogi Nutznießer der Methoden wird, sondern jeder Mensch damit Bedürfnisse erfüllen und Hilfen erhalten kann.

Was ist Kundalini Yoga?

Den Lesern von Yogaliteratur ist der Begriff Kundalini Yoga geläufig. Es handelt sich um die höchste und stärkste aller Yogaformen. Bis vor einen Jahrzehnt waren ungläubliche Legenden und sensationelle Gerüchte fast das einzige, was der Sucher davon erfuhr. Viele große indische Heilige und »Erleuchtete« wußten von der zentralen Bedeutung der Kundalini Kraft zu berichten — und so mancher Schriftsteller wob phantasiereiche Legenden darum. In Kundalini Yoga wird diese Kraft gezielt und systematisch aktiviert. Die Kundalini Energie gilt als die eigentliche Schöpfungskraft des Universiums, die in jedem Menschen latent vorhanden ist. Die Intensivierung des Energieflusses der Kundalini ist aller Yogasysteme höchstes Ziel und bewirkt die maximale Entfaltung der menschlichen Persönlichkeit. Unterschiedliche Yogasysteme brauchen verschieden lange, bis der Ausübende bereit ist, diese höchste Stu-

fe der spirituellen Entwicklung zu beschreiten. Bei Hatha Yoga (der Großteil des hierzulande bekannten Yoga ist Hatha Yoga) werden dafür 20 Jahre intensiven Übens gebraucht, auf die dann der Raja Yoga — eine Form des Kundalini Yoga — folgt. Man kann hier unschwer erkennen, daß diese Techniken aus einer Epoche stammen, in der man viel Zeit übrig hatte.

Kundalini Yoga, wie es von Yogi Bhajan gelehrt wird, findet sich mit solchen Umwegen nicht ab. Es gibt Übungen, sogenannte »Kriyas«, bei denen diese schöpferischen Energien in wenigen Minuten angeregt und kontrolliert werden können.

Da nur in den seltensten Fällen die Meister vom Himmel fallen, erfordert auch Kundalini Yoga Regeln und eine starke Disziplin. Mancher mag sich damit begnügen, kleinere körperliche oder geistige Hilfen zu bekommen, wozu dann auch nicht viel Disziplin und Ausdauer erforderlich sind. Der ernsthafte Praktiker jedoch, der Hohes erreichen will, unterwirft sich strengen Regeln, um seine geistige Entwicklung zu fördern. Sie beinhalten u. a. regelmäßiges Yoga und Meditation vor Sonnenaufgang. Ab und zu macht ein Yogi, der ohne zu amen wochenlang leben kann, Schlagzeilen. Solche Extreme findet man beim Kundalini Yoga nicht. Dafür wachsen dem Praktiker viele einfachen, weniger spektakulären Eigenschaften zu. Z. B. erlernt der Depressive Methoden zur Steigerung der Lebensfreude; Ängstliche und Nervenschwache bekommen Mut und starke Nerven. Die alte Wissenschaft der Weisen des Ostens vermittelt die Kraft, viele der alltäglichen Probleme des Westens zu lösen.

Da es sich nicht um kommerziell ausgerichtete Methoden handelt, sondern um die Weisheitsschätze der alten Weisen, führen die Resultate letztendlich zu allen Menschen und Lebewesen nützlichem Verhalten und Bewußtsein.

Es wird sicher nicht jedem einleuchten wollen, warum oben skizzierte Methoden so effektiv sein sollen. Die tatsächlich oft auftretende Scharlatanerie auf dem Gebiet des Nicht-Beweisbaren läßt viele Zweifel auch schlichtweg angebracht erscheinen. Deshalb sollen an diese Stelle einige Prinzipien und Wirkungsweisen des Kundalini Yoga beleuchtet werden. Als Leitgedanke der Wirkungsweise mögen folgende drei Sätze gelten: Durch intensive Konzentration, Atemtechnik und spezifische Haltungen wird das Drüsensystem des Körpers (hauptsächlich die höheren Drüsen) zu maximaler Sekretion angeregt. Ein gut funktionierendes Drüsensystem hält gesund und ist die stärkste Hilfe für Höherentwicklung durch Meditation. Intelligentes Handhaben geistiger Mechanismen und Stimulation feinstofflicher Energien entsprechend den Lehren der großen alten wissenden Meister tun ein übriges für die Entfaltung der Persönlichkeit. Meist ist unter diesen feinstofflichen Energien Prana zu verstehen.

Konzentration

Die Konzentration — meist durch die Fixierung des Blicks — hält die Gedanken in Zaum und führt bei richtiger Anwendung nach innen und ist eine echte Hilfe beim Meditieren. Die gebräuchlichsten Formen sind Konzentration bei geschlossenen Augen auf den Mittelpunkt zwischen den Augenbrauen und das Schauen auf die Nasenspitze bei nur wenig geöffneten Augen. Zwischen den Augenbrauen sitzt der Sehnerv. Der eine direkte Verbindung zur Hypophyse hat. Die Konzentration bewirkt eine verstärkte Sekretion der Hypophyse, was sehr gute Auswirkungen hat.

Die Hypophyse (Hirnanhangdrüse), für den Hormonhaushalt verantwortlich, regelt mit ihrer Hormonausschüttung wichtige Bereiche des Gemüts und

Bewußtseins. Die intensive Sekretion der Drüse — wie es durch Konzentration auf den »Brauenpunkt« erreicht wird — ist in den uralten klassischen Hauptwerken der Yogatheorie, — in den »Yogashastras« —, als der »himmliche Nektar der Meditation« bekannt.

Atemrhythmus — Pranayama

Der Atemrhythmus ist von zentraler Bedeutung, denn er reguliert einen Großteil der Gemütsverfassung. Auch den westlichen Menschen ist nicht verborgen geblieben, daß unregelmäßiges Atmen und Kurzatmigkeit ein Zeichen schlechter psychischer Verfassung sind. Das Phänomen des befreienden lang und tief Atmens — das Aufatmen — kennen wir auch. Nur haben wir versäumt, uns diese Einsichten zunutze zu machen. Die Yogis haben das mit ihren Atemtechniken (Pranayama) dafür umso gründlicher gemacht. In Kundali-

ni Yoga sind Yogaübungen und Meditationen fast immer von einem bestimmten vorgeschriebenen Atemrhythmus begleitet, der dem gewünschten Resultat förderlich ist.

Mantras sind gesungene oder gedachte Tonfolgen die das Denken gezielt in positivere Richtungen lenkt. Eigentlich ist die Mantratheorie eine komplizierte Wissenschaft. Ich will aber versuchen, hier etwas allgemeinverständliches zu sagen: Im Mundraum gibt es unzählige Akupunkturpunkte (Nervenendungen), die bei der Formulierung von Worten in unendlicher vielfältiger Kombination angeregt werden. Mantras sind Worte, die von den alten Meditationsmeistern und »Gurus« als besonders segensreich wirksam erkannt worden sind. Die kontinuierliche Wiederholung eines universiellen Klanges von hoher positiver Wirksamkeit erzeugt ein Bewußtseinsmuster, das das Denken teilweise auf die Ebene des Mantras hebt. Solche Klänge höherer

Bedeutung (Mantras) werden in Kundalini Yoga häufig verwendet. Immer, bevor man Yoga oder Meditation übt, stimmt man sich bei Kundalini Yoga mit einem besonderen Mantra ein. Es heißt ONG NAMOH GURUH DEVH NAMOH (Lautschrift). Man singt dies dreimal beim Beginn des Übens. Dieser rituelle Einstieg hat den Sinn, die eigenen Ressourcen an intuitivem Wissen zur weisen Führung durch die Praxis aufzurufen. Erfahrene Yogalehrer schwören darauf, daß es hilfreich und wichtig ist, diese Regel einzuhalten. Auf die genaue Erläuterung des Warum soll hier verzichtet werden, um den Rahmen nicht zu sprengen.

An dieser Stelle will ich noch ein paar Worte über den Meister sagen, der das Kundalini Yoga im Westen erstmals verbreitete. Anfängen hat das ganze 1969, als sich einer mehr der vielen Yogis entschloß, im Westen zu lehren. Es war zu der Zeit, als die westliche Welt

Strohkernelmatratze

„Richtiges Liegen“ ermöglicht eine optimale körperliche und seelische Entspannung

Der Naturstrohkernel wirkt vorbeugend und lindernd bei Kopfschmerzen, Bandscheibenschäden, Rheuma, Gelenkschmerzen und Erkrankungen der Wirbelsäule.

- sorgt für das richtige „Bettklima“: die Temperatur ist nicht zu kühl und nicht zu warm. So kann kein Hitze- oder Feuchtigkeitsstau entstehen.

Ist der Körper auf diese Weise entspannt, kann sich das Gehirn durch Träume entlasten, weil es nicht mehr mit der Koordination von Körperfunktionen beschäftigt ist.

Die richtige Matratze muß dafür Sorge tragen, daß der Körper nachts tatsächlich entspannen kann und nicht im Schlaf noch arbeiten muß. Eine gute Matratze

- läßt die Muskulatur unverkrampft mitschlafen,
- entlastet die Wirbelsäule,
- muß hart und doch elastisch sein,
- paßt sich auch einem verstellbaren Lattenrost gut an,



Eine gute Matratze entlastet die Wirbelsäule



sanadorm

Bestellkarte

Ich bestelle mit 14 Tage Rückgaberecht:

	Größe	Preis DM*
... Stück	100 x 200	281,—
... Stück	100 x 190	281,—
... Stück	90 x 200	281,—
... Stück	90 x 190	281,—

Kinderbettgrößen

... Stück	60 x 120	198,—
... Stück	70 x 140	198,—

Wollauflagen

- zusätzlich Wollauflage auf einer Seite (+ DM 25,—)
- zusätzlich Wollauflagen auf beiden Seiten (= DM 50,—)

Machen Sie mir bitte ein Angebot für die Größe: ... x ... cm.

* Alle Preise sind Endpreise incl. Mehrwertsteuer frei Haus.

zu bestellen bei: BS/Ashram, Isestr.127, 2000 Hamburg 20

erst anfang, mit der Yoga- und Meditationslehre des Ostens vertraut zu werden.

Yogi Bhajan hatte ein eigenes Konzept. Von Anfang an sah der massige Zwei-Meter-Sikh seine Aufgabe als spiritueller Lehrer nicht darin, an möglichst vielen Schülern möglichst viel Geld zu verdienen, sondern darin, seinen Schülern die maximale Hilfe zur Entwicklung von Körper, Geist und Seele zu geben und dazu, spirituelle Disziplin und solide Techniken zu vermitteln.

Die Praxis der Yogis ist das **SADHNA**. **SADHNA** bedeutet spirituelle Disziplin. Man fällt unter diesem Begriff sowohl Yoga-Übungen als auch Meditationen zusammen, die bei Kundalini Yoga gleichermaßen wichtig genommen werden.

Disziplin und Ritual der Kundalini Yogis

Morgens um halb vier, wenn kaum jemand anderes auf die Idee käme, den oft gerade erst begonnenen Schlaf zu beenden, erfrischen sich die Anhänger Yogi Bhajans unter einer kalten Dusche. Mit dieser kalten Dusche soll jede Zelle des Körpers so aufgeweckt werden, daß der Körper für auch zuweilen anstrengende Yoga- und Atemübungen gerüstet ist.

Der Großteil derer, die sich entscheiden haben, täglich ein komplettes **SADHNA** zu üben, wohnt konsequenterweise auch gleich in einem Ashram (Yogacenter) zusammen. Die gegenseitige Unterstützung und Inspiration sind die begünstigenden Umstände, die wohl natürlicherweise zu dieser Zentralisierung führen.

Im weiteren folgt das **JAP JI** (sprich Tschap Tschji), eine zehnmündige Gebetsmeditation aus den Ursprüngen der Sikh Religion. Das **JAP JI** gibt den Yogis die feineren „Vibrations“, mit denen man Yoga auch seinem tieferen Sinne entsprechend würdig ausüben kann.

Gewöhnlich schließt sich ein 45-minütiges Yogaset an, bestehend aus mehreren Yogaübungen, die sich harmonisch ergänzen und die jeweils besondere Aspekte des Körpers stärken und gesund halten. Ein solches Yogaset dient als Vorbereitung auf das morgendliche Meditationsprogramm, das

den geistigen Überbau über das körperliche Yogafundament bildet.

Das Grundprogramm umfaßt fünf Meditationen von je elf Minuten Dauer, die verschiedene exakte **ASANAS** (Sitzstellungen), **MUDRAS** (Arm- und Handhaltungen) und **MANTRAS** (wirksame Klangkombinationen) beinhalten. Wengleich die geistige und spirituelle Zielsetzung die gleiche ist wie bei fast allen Meditationsformen (nämlich zu sich selbst und auch zu universellem Bewußtsein und universeller Harmonie zu finden), so unterscheidet sich diese Art der Meditation doch wesentlich von den anderer Schulen.

Vom klassischen Klischee des entrückten Asketen, der sich verzückt im Lotossitz verknottet, ist bei Kundalini Yoga nicht viel zu sehen. Kundalini Yoga ist schöpferische Meditation, bei der nicht das Gefühl während der Meditation wesentlich ist, sondern ihr Effekt. Die morgendliche Meditationen haben Wirkungen, die die folgenden Stichworte erhellen: Die erste aktiviert die Energiezentren (Chakras) in der Wirbelsäule und im Kopf und intensiviert den Fluß der Kundalini (Gotteskraft); die zweite hat einen heilenden Einfluß auf den Körper, Geist und Seele; die dritte stabilisiert positive Eigenschaften des Geistes und bringt Schutz und Frieden; die vierte bringt Neutralität und Ausrichtung des Denkens auf das Unendliche; die fünfte schützt und sichert angenehme Lebensumstände

Dies alles sind tendenzielle Wirkungen, die je nach Umständen stärker oder schwächer auftreten. Es sind dabei keine Wunder zu finden und niemand erwartet solche. Jedoch sollte klar sein, daß Geistes-techniken wie diese für den, der sie benutzt, durch ihre wohl ausgeklügelte Anwendung, die an wissenschaftliche Perfektion erinnert, wünschenswerte Resultate haben muß. Man nutzt mit dieser Methode einfache geistige Mechanismen und Gesetzmäßigkeiten auf eine bestimmte Weise.

Das morgendliche Yoga- und Meditationsprogramm mag manchem recht rigoros erscheinen und ist wohl nicht unbedingt das, was jedermann zu Hause ausüben vermag. Machbar für die meisten Interessierten ist wohl eher das, was einige hundert Kundalini-Yoga-Schüler in Hamburg, die nicht im Ashram wohnen, praktizieren. Man übt Yogasets des öfteren in Yoga-Klassen

unter Anleitung, ansonsten regelmäßig zu Hause und hat ein etwas reduziertes Meditationsprogramm. In diesem Sinne möchte ich ein Beispiel vorstellen, das jeder gerne ausprobieren darf.

Sitze über den Fersen und strecke die Arme über den Kopf, so daß die Ellenbogen sich an die Ohren schmiegen (A) Alle Finger mit Ausnahme der Zeigefinger sind verschränkt. Diese zeigen aufwärts (B). Singe dann laut und bewußt **SAT NAM** in einem gleichmäßigen Rhythmus, ungefähr 8 mal in 10 Sekunden. Singe die Silbe **SAT** vom Nabelpunkt und Solar Plexus ausgehend und ziehe den Bauchnabel zum Rücken hin ein. Bei **NAM** entspanne den Bauch. Führe dies ca. 3 Minuten fort, von den Gesäßmuskeln ausgehend, den ganzen Rücken hinauf bis zu den Schultern: Laß die Energie im Geiste durch deine Schädeldecke fließen.

Du solltest danach doppelt so lange ausruhen, wie du das **KRIYA** ausgeführt hast.



SAT KRIYA — Kommentar

SAT KRIYA hat eine grundlegende Bedeutung für Kundalini Yoga und sollte jeden Tag wenigstens 3 Minuten praktiziert werden.

Die Wirkungen sind zahlreich: SAT KRIYA stärkt das gesamte Sexualsystem und regt seinen natürlichen Energiefluß an. Dies entspannt sexuelle Verspannungen und Phobien. Es gibt dir die Fähigkeit, den fortwährenden sexuellen Impuls zu kanalisieren und ihn in kreative und heilende Vorgänge im Körper zu leiten. Menschen, die sehr unausgeglichene sind oder psychische Probleme haben, hilft es besonders, weil diese Störungen immer mit einem Ungleichgewicht der Energien in den unteren Chakras verbunden sind.

Die gesamte körperliche Gesundheit wird verbessert, da alle inneren Organe eine leichte rhythmische Massage bei dieser Übung bekommen. Auch das Herz wird gestärkt von dem rhythmischen Auf und Ab des Blutdrucks, das du in der Pumpbewegung des Nabels erzeugst. Diese Übung arbeitet direkt an der stimulierung und Kanalisation der Kundalini Energie. Deshalb muß sie immer mit dem Mantra SAT NAM ausgeführt werden.

Übung, um das Nervensystem zu stärken und das Herz zu öffnen (von Yogi Bhajan)

Was sie dir bringt:

Diese Übung wird das Herzchakra öffnen. „Dein Atem wird sehr energiegeladener werden. Es ist eine starke Übung für das Nervensystem, und ich möchte, daß ihr sie genießt. Wie kann diese Erde zerstört werden, wenn der Mensch diese Übung kennt? Wie kann einer an Arthritis erkranken, wenn er diese Übung 15 Minuten lang durchhalten kann!“

„Sie ist leicht zu machen, aber sie wird das Blut gut in Wallung bringen; es wird automatisch gereinigt werden, und jedes einzelne Äderchen deines Körpers wird darauf ansprechen.“

Wie du sie ausführt:

„Lege dich flach auf diesen Erdplaneten. Es gibt viel Platz. Fühle dich ein-

fach wohl in deiner Haut. Nun behalte sehr ruhig die linke Hand und bringe in die Mitte der Handfläche einen Kuß. Langsam lege die Hand wieder zurück. Nun die andere Hand. Tue es ruhig sanft, so daß dein Herzchakra sich öffnen kann, falls es sich noch nicht durch irgendein anderes Kriya geöffnet hat. Küsse jede Handfläche als eine wunderbare Segnung und lege die Hand ruhig wieder zurück. Tue es bewußt und beziehe dich immer und immer wieder auf dieses Gefühl.“

„Mache dies für 11 Minuten. Vielleicht wirst du einen besonderen Geschmack bemerken. Nun ziehe beide Knie zur Brust hin an und stecke deine Hände in die Kniekehlen (1). Hebe' die Beine über den Kopf und, indem du fest und stark an den Kniekehlen festhältst,



hebe den ganzen Körper hoch (2). Bringe die Knie mit einer positiven Stärke zurück zur Brust.“

„Einmal bat man mich, die Kraft und Ausdauer von einer Gruppe Leute zu stärken. Ich gab ihnen eine Menge zu essen (spezielle Diät) und nichts als diese Übung für 15 Tage. Nach 15 Tagen waren sie in der Lage, egal was zu tun. Diese Übung bewirkt, daß du dich gut fühlst, sie macht die Wangen rot und langes, tiefes Atmen kommt ganz von alleine. Selbsttätiges Pranayama erhöht die Blutzirkulation im ganzen Körper. Jeden Tag 15 Minuten dieser Übung können dich jung, glücklich, schön und gesund machen.“

„Tue es 15 Minuten und entspanne dann vollständig.“



*Namo jog joge svarang.
Namo tantra tantrang.*

*Ich verneige mich vor der
Wissenschaft, die mich mit
Gott vereint.*

*Ich verbeuge mich vor dem
Spiel der Kreativität.*

Guru Gobind Singh, Jaaph

Neben Kundalini Yoga wird in 3HO auch noch weißes Tantra praktiziert. Allerdings in völlig anderen Umständen und Zusammenhängen. Es ist eine unumstößliche Eigenschaft und Gesetzmäßigkeit dieses weißen Tantra selbst,

daß es nur unter der Leitung eines einzigen dazu vom Schicksal auserwählten Meisters möglich ist. Nur ein Mensch kann die spirituelle Kraft haben, die Gruppenenergie richtig zu leiten und zu transformieren. Zur Zeit ist dies „zufällig“ Yogi Bhajan.

Und dieser Umstand führte dazu, daß Yogi Bhajan in aller Welt jährlich ca. 2 Dutzend Tantra Kurse abhält. Meist von Kundalini Yoga Rahmenprogramm begleitet, wird da in 3 Tagen unter seiner Führung ein einmaliges geistiges Kraftfeld aufgebaut und transformiert. Nicht selten erleben Teilnehmer in dieser kurzen Zeit eine Bewußtseins-erhöhung, die Geist und Seele von schweren Ketten befreit.

Der Punkt, an dem das Licht, die Dunkelheit trifft, ist TANTRA. Der Punkt an dem Mann und Frau miteinander verschmelzen, ist TANTRA. Weißes TANTRIC YOGA ist buchstäblich die Wissenschaft vom Bewußtsein, die von der Einheit der Gegensätze handelt. YOGA bedeutet Einheit und TANTRA ist in besonderer Weise die Einheit von Gegensätzen, von Polaritäten.

Es gibt drei unterschiedliche Arten von TANTRA YOGA. Es gibt SCHWARZES TANTRA, das hauptsächlich mit der Energie von schwarzer Magie umgeht, mit Hexerei und Geistern. Es gibt ROTES TANTRA, das mit sexuellen Praktiken umgeht. Schließlich gibt es WEISSES TANTRA, das davon handelt, den unterbewußten Geist zu reinigen, ihn von Blockaden und Neurosen zu reinigen, so daß der bewußte Geist eines Individuums in direkte Kommunikation mit dem Höchsten Bewußtsein treten kann.

Zum großen Tantra Ereignis ordnen sich die Teilnehmer in langen, exakt geraden Reihen — alle ganz in Weiß gekleidet. Dabei sitzen sich jeweils Frauen und Mann gegenüber. Einleitend übt man Venus Kriyas (Yogaübungen mit Partnerkontakt, solange, bis Nervensystem, Gefühle und Mind in Sphären der Empfänglichkeit, Reinheit und Kraft eine stabile Grundlage für tantrische Bewußtseinserhöhung gebildet haben. Die Tantra-Übungen selbst leitet Yogi Bhajan von einer intuitiven Ebene, die keine statischen Vorschriften kennt — und zu einem Ziel, das er mit eigenen Worten so beschreibt:

„Ziel aller WEISSEN TANTRIC-Übungen ist es, daß der Geist sich für eine Minute in das Blau der Bogenlinie der Aura hineinzukonzentrieren vermag. Danach ist der Job getan. Was wir wollen, ist die Energie zu projizieren. WEISSE TANTRIC-Energie ist eine Energie, die wie ein ‚Z‘ verläuft, das heißt, das Zentrum ist diagonal und beide Seiten sind parallel; die *Ida* und die *Pingala* werden beide zu dem Gleichgewicht der *Sushmana* gebracht. Das ist alles, wenn für eine Sekunde oder für ein Zehntel einer Sekunde oder für ein Hundertstel einer Sekunde deine Aura vollkommen blau wird. (. . .)“

Kundalini Yoga und weißes Tantra haben als die Lehre von Yogi Bhajan einen Bezug zur Sikh Religion, der er und

vieler seiner Schüler angehören. Das heißt aber nicht, daß ein zwingender Zusammenhang besteht. Beide Yogaformen sind älter als das junge Sikh Dharma, das seinen Ursprung im 15. Jahrhundert hatte. Tantra ist die wohl älteste und höchste Form des Yoga überhaupt. Die Sikh Religion, oder besser ausgedrückt, das Sikh Dharma bildet für den „Kern“ der Gruppe 3HO (3H = healthy, happy, holy Organisation), d.h. für diejenigen, die in den Ashrams leben, den Bhakti Rahmen ihres spirituellen Lebens. Denn Gottlos kann heiliges Yoga niemals sein. Das Sikh Dharma ist seinem Wesen nach auch eher ein spiritueller Weg, als Glauben, Ritual und Religion. Guru Nanak, der Gründer der Sikh Religion, hat bei vielen Gelegenheiten die Menschen dazu inspiriert, sinnentleerte Zeremonien über Bord zu werfen und eine wahre Beziehung zu Gott im eigenen Herzen zu entfalten. Dabei scheute er auch nicht davor zurück schon im mittelalterlichen

Indien Gleichstellung der Frau, Abschaffung des Kastenwesens und selbst die Abschaffung einer etablierten Priesterschaft zu predigen und einzuleiten. Es gibt keinen angebeteten lebenden Guru der Sikhs. Die heiligen Texte der Gurus — gesammelt im Guru Granth Sahib — füllen die Herzen der Devotees mit Weisheit und Liebe. Sie beinhalten die Kraft und Herrlichkeit der alten heiligen Meister. Bei den gläubigen Sikhs steht dieses Buch im Mittelpunkt ihrer Gottesverehrung und ihres Gottesdienstes.

*In folgendem Yogazentrum kann Kundalini Yoga erlernt werden:
Guru Ram Dass Ashram
Isesstraße 127
2000 Hamburg 13
Telefon (040) 488082*



Zusammengestellt von Sat Hari Singh

Diese Stellungnahme — hier auszugswise — verbreiteten die Hamburger Sikhs des Kundalini Ashrams nach den jüngsten blutigen Ereignissen im Goldenen Tempel in Indien. (Das Kursivgedruckte sind Zitate Yogi Bhajans)

Was am 6.6.1984 in Amritsar im Goldenen Tempel passierte, übersteigt unsere Vorstellungskraft. Vielleicht ist das Verhängen einer totalen Nachrichtensperre — und damit das Fehlen von Bildern — noch ein gnädiges Ereignis, denn so bleibt uns ein konkreter Anblick erspart. Unarmherziges Morden von wohl über tausend Männern, Frauen und Kindern. Pilgern oder Kämpfern an ihrem allerheiligsten Ort und dessen teilweise Zerstörung durch Panzer und Granaten. ...

Der Schock dringt nah bis hierher: Maschinengewehrsalven in Goldene Wände, erschlagene Leiber voll Blut auf Marmorböden, die täglich mit Milch gewaschen wurden, unter ständiger Meditation Jahrhunderte ohne Unterbrechung.

Der Goldene Tempel ist von heilenden Wassern umgeben. Die ganze Anlage besteht zu 40% aus festen Bauwerken und zu 60% aus Wasser. Und so verhält es sich mit unserem Körper. In dieser Anlage, inmitten des heilenden Wassers, setze er einen wunderschönen kleinen Tempel aus reinem Gold — das Gemüt, das Herz — und in dieses Herz wurde das heilige Wort Gottes gebracht — die Seele. Ein so einfaches Bild. Innen die Schönheit, die Ruhe, der Reichtum, die Stille. Im Verhältnis zum Goldenen Tempel ist das Wort, die Seele, ganz klein. Aber doch ist alles auf sie konzentriert, bezieht sich auf sie, meditiert auf sie. Und dies ist nichts weiter, als eine ausgebreitete Darstellen dessen, was du bist.“ (Yogi Bhajan)

Es brannte ein Licht im Hari Mandir (Tempel Gottes). 200 Jahre wurde dort ununterbrochen meditiert. Das ist einmalig. Wenn Plätze von Gebet und Frieden verdorben werden, dann beginnen sich die großen Prophezeiungen zu erfüllen. (Yogi Bhajan)

„Das geht nicht nur Sikhs an. Etwas größeres als menschliche Kraft und Regierung ist aufgehalten worden. Was wird aus dem Frieden in der Welt?“

★ NEON STERNE ★

STERNE LICHTER

— Astrokalender 1985 —

Sternenlichter
Astrokalender 1985

Dieser TASCHENKALENDER bietet:

- tägliche Angabe der Gestirnsstände für alle Planeten und Vesta und Chiron, berechnet auf 24 Uhr MEZ, bzw. Deutsche Sommerzeit
- Zeitangabe der Zeichenwechsel aller Planeten
- eine Einführung in die Astrologie, 100 Seiten Texte und Bilder zu den Elementen, Planeten und Tierkreiszeichen
- viel Raum für Eintragungen, Dates ... (2 Tage pro Seite)

INFORMATIV, ASSOZIATIV,
PRAKTISCH, GEFUHLVOLL,
MODERN,
REICH ILLUSTRIRT

320 Seiten, Fadenheftung,
Format 10,2 x 14,2 cm 12 DM



NEON STERNE

Verlag Petra Niehaus,
Malmeyerstr. 27,
5100 Aachen



für den Buchhandel zu beziehen
über: EDITION WANDLUNGEN

GASTON SAINT-PIERRE und
DEBBIE BOATER

Die Metamorphische Methode

Grundlagen und Anwendung



Dieses Buch ist die erste Veröffentlichung, in der die Metamorphische Methode dargestellt wird, die auch unter dem Namen Praenatal-Massage bekannt ist.

Als Weiterentwicklung der Fußreflexzonen-Massage geht die Metamorphische Methode davon aus, daß sich die Energie-Muster unseres Lebens während der praenatalen Phase (ver-)festigen. Durch Behandlung des Reflexbereiches der Wirbelsäule an Füßen, Händen und Kopf nehmen wir direkt Einfluß auf diese vorgeburtlichen Prägungen und ermöglichen innere und äußere Wandlung in Richtung auf unser ursprüngliches, ganzheitliches Wesen.

Diese Methode ist von jedem an jedem anwendbar und befreit unsere Lebensenergie, die innere Kraft der Selbst-Heilung in Körper, Geist und Seele.

128 Seiten, 13 Schautafeln
DM 18,00
ISBN 3-88419-018-0

Schautafel zur
Metamorphischen Methode
Tafel im Format 50 x 70
gefaltet, im Umschlag, DM 8,00

ISBN 3-88419-024-5
gerallt, DM 10,00
ISBN 3-88419-025-3

EDITION PLEJADEN
MANTEUFFELSTR. 47

1000 BERLIN 36

STARR HOUSE

Institut für persönliche Entwicklung
Klausbernd Vollmar, Dipl. Psych.

An der
englischen
Küste in einem
kleinen Dorf
direkt am Meer
biete ich
folgende Kurse
auch als
Ferienkurse an:

Traumworkshop:

Jungische Traumarbeit, kreative künstlerische Arbeit mit Traumhalten, lucides Träumen, 14tägig

Yoga:

- Einführung ins Yoga
Einführung ins Hatha-Yoga (Körper und Atemarbeit, kreative Meditation) 14tägig und 21tägig
- Chakrenarbeit
Einführung in die Vorstellung von Chakren, Körperarbeit, Arbeit mit Affirmationen — für Anfänger und Fortgeschrittene, 21tägig
- Ferien mit Yoga und Körperarbeit (Bioenergetik)

Astrologie

- Einführung in die Astrologie mit Traumreisen, Körperarbeit, Beschäftigung mit dem eigenen Geburtshoroskop
- Spiel mit astrologischen Symbolen für Fortgeschrittene

Alle Gruppen als Kleingruppen mit max. vier Personen

unverbindliche Information:

Klausbernd Vollmar
Starr House
Cley-next-the-Sea
near Holt
Norfolk NR 25 7RF
Great Britain

NETWORKING

Heilen durch die Kraft der Liebe

Erleben und Nutzbarmachung geistiger Energien
3. + 4.11.84, Kursleiterin Barbara Simonsohn
Telefonische Anfragen bei Barbara,
Tel.: 040/454170

Findhorntreffen in Hamburg

jeden 1. Sonntag im Monat
Rothestr. 46a (HH-Ottensen)
— Meditationen — New Games —
Sacred Dances — Singen —
Informationen bei Barbara,
Tel. 040/454170

Reiki

Wochenend-Seminar mit Reiki-Meister Gary Samer, Findhorn 8. und 9.12.1984
Eppendorfer Weg 209, 2000 Hamburg
Informationen bei Barbara,
Tel. 040/454170

Alternative Gemeinschaften

Wege in eine Welt von morgen
Findhorn, Taize, die Arche, Bonfin 24. und 25.11.1984
Kursleitung und Info: Barbara Simonsohn, Tel. 040/454170

Kum Nye

Selbstheilung durch Entspannung
Kurse mit Matthias Steurich:
27.10.-3.11.84 Intensivkurs (Retreat) im Haus „Maiezty“ bei Habkern in der Schweiz. Anmeldung: Frau Johanna Brügger, Finkenweg 1, CH-3110 Münsingen
4.11.-11.11.84 Intensivkurs (Retreat) im Haus Schwarzenberg im Allgäu. Anmeldung: Haus Schwarzenberg, Hinter-schwarzenberg 8,89967 Oy-Mittelberg, Tel. 08366/897
17.11.-18.11.84 Wochenendkurs in Berlin. Anmeldung: Weg der Mitte, Zentrum für ganzheitliches Wachstum e.V., Milinowskistr. 35, 1000 Berlin 37, Tel. 030/81131040
4.12.-10.12.84 Intensivkurs (Retreat) im Haus der Stille in Roseburg. Anmeldung: Haus der Stille e.V., Mühlenweg 20, 2059 Roseburg, Tel. 04158/214
14.12.-16.12. Wochenendkurs in Bremen. Anmeldung: Bernhard Sobotta,

Birkenweg 15, 2883 Stadtland 4, Tel. 04731/89390
Am Anfang Oktober 1984 wird Matthias Steurich wieder fortlaufende Kum Nye-Kurse in Bremen und Oldenburg unterrichten. Die Kurse finden einmal wöchentlich für je zwei Stunden statt. Anmeldung: Matthias Steurich, Hamburger Str. 49, 2800 Bremen 1

Yoga

10.-15.5.1985 in Lahnstein-Friedrichsgegen
Indische Gäste: Dr. Swami Gitananda, Rishipatni Meenakshi Devi u.a.
Information: R.u.H.V. Hasselbach, Verlag Yoga im Dasein, Gartenweg 32, 5423 Braubach 2

Yoga und Tai Chi

16.-18.11. in Euskirchen-Kirchheim, Raum Köln-Bonn
Information: R.u.H.V. Hasselbach, Gartenweg 32, Braubach 2, Tel. 06776/504

Alchemie-Laborkurs

mit Manfred Junius
29.10.-2.11. in Bremen
Anmeldung: ALIF-YA Institut Bremen, c/o Noor Community, Sauveterer Str. 10, 2724 Sottrum, Telefon 04264/9748
Weitere Termine der Europareise von Manfred Junius:
5.-9.11. Seminar indische Musik in Hamburg
10.11. Konzert in Bremen
12.-13.11. Konzerte in Hannover
13.11. Gesprächskonzert in Hamburg
15.-16.11. Seminar indische Musik in Bremen
Genauere Informationen hierzu: Prof. Dr. Gerhard Kissel, Fehrfeld 10, 2800 Bremen 1

HL-Zentren

Esoterische Kunst, praktische Anwendung ursprünglicher Weisheit gemäß dem vierten Weg.
Aufnahme von Studenten: Tel. 030/872918

Polarity

Workshops und Ausbildung mit Wilfried Teschler
Ausbildungsdauer 2 Jahre in 15 Wo-

chenenden und 1 mal I4 und 1 mal 5 Tagesseminaren.

Info: W. Teschler, Lehwaldstr. 51, 4050 Mönchengladbach 2, Tel. 02166/43899 Frankfurter Ring

Veranstaltungen Nov./Dez.:

- 3./4.11. Kreislauf der Bewegung 1
 - 3./4.11. Pranaenergetik
 - 3./4.11. Hatha Yoga
 - 8.11. Weisheit der Upanishaden
 - 10./11.11. Upanishaden-Meditation
 - 10./11.11. I Ging
 - 17./18.11. Eutonie
 - 23.11. Der innere Weg
 - 24./25.11. Ikebana
 - 1./2.12. Einstimmung
 - 8./9.12. Kreislauf der Bewegung
 - 8./9.12. Der Weg der Wolke
 - 12.12. Auferstehung
 - 14.-16.12. Nofret-Agyptenfahrt
 - 16.12. Besinnliche Stunde
- Info: Frankfurter Ring, Kobbachstr. 12.
6000 Frankfurt 50

HSG-Würzburg

Haus für Gesundheit und Selbstverwirklichung

Atmen — Fließen — Leben:

2.11.-4.11., 8.2.-10.2., 5.4.-7.4.

Wintercamp:

26.12.-29.12. (1. Teil), 29.12.-1.1. (2. Teil)

Weiter Informationen: Therapeutisches Team, Luitpoldquelle 10, 8700 Würzburg, Tel.: 0931/92523

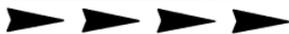
Musik-Aktionen und Selbst-Bewußt-Sein

Ein Wochenende in einem Heide-Dorf (4./5.11.1984) mit Gelegenheit zu erholsamen Spaziergängen.

Wir werden an einem einfachen Instrumentarium in spielerischen Übungen unser Erlebens- und Ausdrucks-Spektrum — von meditativ bis ekstatisch — erfahren und gestalten: alle Seiten in uns zum Klingen bringen, mit-teilen und annehmen lernen.

Keine musikalischen Vorkenntnisse!
Teilnahmegebühr DM 50,—, makrobiotische Verpflegung sowie Unterkunft extra.

Anmeldung/Auskunft: D. W. Steiner, Tel. 04132/8563



INSTITUTION GANYMED - D-6000 FRANKFURT AM MAIN 90
Ruf: 069/784754 + 783970 - Niddastraße 18

Jedermann willkommen, jung oder alt; tolerant, vielseitig, musisch, gesundheitsbewußt: Vollwerternährung, vegetarisch und schmackhaft, reichlich und gut. Nikotin-/Alkoholfrei!

- GROSSE SILVESTERFREIZEIT SCHLOSS SCHNEY Lichtenfels U/Bamberg 27.12.84-1.1.85 mit wertvollem Programm. Seminar-NEUE DIMENSIONEN mit Eberhard Kohler danach 1.-6.1.85
- Ebenfalls HASENSPRUNGMÜHLE Leichlingen bei Köln. Im Anhang
- BIOTECHNIK (Aloys Kokaly) und KOSMOBIOLOGIE (H.H.Dörr).
- KUM-NYE, HERZENS-HEILMEDITATION, HEILUNG DURCH DEN INNEREN ARZT Okt./Nov./Dez 84; ENTIGTUNGS-ROHKOST-KUR am Edersee Okt.; FUSSZONENREFLEXOLOGIE Okt.; NATÜRLICHE AUGENSTÄRKUNG
- PENDELKUNDE (Anf./Fortg.), KOSMOBIOLOGIE, MENSCHENKENNTNIS
- PASTENKUR Jew. Nov. Lün./Heide, Schwalwald und Schwabenland, sowie Berg.Land.
- 16.3.-13.4.85 SKIFREIZEIT ENGELBERG/Zentralschweiz.

Betr. Merkblatt bitte unverbindlich zusenden lassen!



Felder, Helmuth und Gerda: Lebenskreis

Ein Lese- und Schaubuch

Hier kannst Du Dich in einen ganzen Lebenskreis hinein-lesen, hinein-schauen — wie aus dem tiefen, in sich ruhenden See, ein wildes Wasser, ein reißender Strom wird, der wie alle anderen Wasser, die sich auf dem Weg befinden, schließlich doch wieder sehnsüchtig in die Einheit des Ozeans findet.

Illustriert (Bleistift-Kohle-Zeichnungen), gebunden, DM 19,80, 148 Seiten, Verlag Helmuth Felder, A-6020 Innsbruck

Zum Seminar:

Keltisches Bewußtsein
(Zweitl, Sommer 1984)

Vom 29.8. bis 2.9.1984 fand ich und um das Zisterzienser-Stift Zweitl, einem geomantisch bedeutsamen Kraftzentrum, das groß angelegte und vom ORF geförderte Seminar zum Thema „Keltisches Bewußtsein“ statt. Als Veranstalter zeichneten einerseits der ehemals „linke“ und immer noch führende „Alternativ“-Verlag Trikont-Dianus, andererseits die Thurnsche „Initiative Stiftung Lichtenfels“. Beide zusammen sorgten für ein recht gemischtes Publikum — von links-alternativ/feministisch bis extrem elitär, mit zahlreichen „von's“, wissenschaftlich Interessierten und „Esoterikern“. Dazu kam noch eine Unzahl von (teilweise recht extremen) Sekten, die — uneingeladen — rund um den Kongreß ihr Unwesen trieben. Und so herrschte denn auch zeitweise eine recht gespannte Atmosphäre.

Die „positiven“ Kräfte lagen, wie es schien, von Beginn an in den Händen von Frauen — Louisa Francia vor allem, und auch Heide Göttner-Abendroth, der wohl bedeutendsten Matriarchen.
Fortsetzung S. 48

Synchronizität, Wahrsage und Kabbala

Andreas Goppold

(Auf welcher Grundlage beruhen Wahrsagesysteme?)

Der Mensch bewegt sich in einer Welt, die Menschgemacht ist. Nicht nur heute, in unserer technisierten und umgewandelten Umwelt, sondern immer, und seit Anbeginn.

Mensch ist das Wort für die unendliche Ineinanderspiegelung des EINEN Bewusstseins in sich selber, die Fraktionierung des EINEN Gedankens in so viele Ichwesen, wie existieren.

Heute leben ebensoviele Menschen auf der Erde, wie zu allen Zeiten der Erdgeschichte zusammengenommen auf der Welt je gelebt haben. Oder, wir sind sehr nahe an diesem Punkt, wie uns das exponentielle Wachstum der Menschheit verspricht. Die Biosphäre des Planeten wird zunehmend von der Lebensform „Mensch“ aufgesogen. Wir reden hier nicht von den ökologischen Katastrophen, die die unausweichliche Folge dieser Entwicklung zu sein scheinen, sondern davon, daß die scheinbare Verteilung des Bewußtseins des Universums über die Jahrmilliarden sich hier auf einen Fluchtpunkt ausrichtet, und alle Dimensionen der Ferne sich verdrehen und vor der Unendlichkeit der Zeiten in die Unendlichkeit des exponentiellen Wachstums übergehen.

Bewußtsein war nie entzweit von der phänomenalen Welt der Erscheinungen. Das hat auch Jung gesagt, als er das kollektive Unbewußte postulierte, das „Traum-Zeit-Land“ der australischen Aborigines, das das eigentliche Substrat, der sogenannte Äther, für alle phänomenale Welt ist.

Aus diesem Äther entsteht, kraft Übereinkunft der „Traumzeit“, also des einen kollektiven Mensch-Wesens, unser aller Umbewußtem, die physikalische Welt mit ihren Gesetzen, ihren Annehmlichkeiten, und Widersissen. Der verborgene Pakt, der Bund der Menschheit mit dem uns-Allen-Gemeinsamen, das, welches einige von uns auch ihren GOTT nennen.

Dieser Gott findet sich in den Trigrammen des hebräischen ALEPH-BETHs in seiner materiell-symbolischen Manifestation, das JHV, die Bindung, der Bund. Die Schmiede dieses Bundes kannten die arkane Kunst, aus dem KräfteSpiel der heiligen drei Grundelemente das gesamte phänomenale Universum abzuleiten, sich abteilen zu lassen, wie eine Computer-Maschine, die seit 4000 Jahren ein Programm abarbeitet. Dies ist die Welt der Erscheinungen, das BERESHYT der Bibel, am Anfang war das Wort, und es ward eine Maschine, diese Maschine war der menschliche Geist, und diese Maschine fing an zu arbeiten . . .

Die Sprachen des vorderen Orient, Hebräisch, Arabisch, Persisch, Ägyptisch ruhen auf diesem dynamischen Kern der in einer drei-Polarität suspendierten Grund-Elemente oder Archetypen. Die Worte ihrer Sprache sind, alle wie die anderen, Trigramme dieses Systems.

Die Archetypen sind durch die Konsonanten des Phonem-Alphabets dargestellt, in ihrer Obstruktion des atmen Menschen sind sie das strukturfahre, numinöse, oder monadische, die Welt des Zeitlosen, un-lebenden, das

die obere Hälfte der einander durchdringenden Pyramiden des Davidsterns ausmacht. Diese Hälfte ist die Emanation, das Ausfließen aus dem GOD-HEAD, aus dem BERESHYT, dem generativen Prinzip des Urwesens, sie liegt den orientalischen Geheimsystemen, den Hieroglyphen, der Kabbala zugrunde. Die Symbolsysteme bezeugen den immerwährenden Drang der Menschen nach Wiedervereinigung mit dem GODHEAD, nach Mitteln zu suchen, wie sie die Gesetze induzieren können, in der Hoffnung, gegen den Strom des unendlich fließenden generativen Systems der Erscheinungswelt schwimmen zu können, gegen Maya, auf den Ursprung, die Vereinigung zu.

Die Micro- und Macro-Kosmischen Ereignisse, wie auch unser persönliches Leben, sind unausweichlich Widerspiegelungen dieses Tanzes des ALEPH mit sich selbst, dem Leela, und so ist alles, was wir tun, eine Widerspiegelung.

Das heilige Werfen der Orakelstäbchen bedeutet den zereemoniellen Akt und die Bekräftigung, daß alles, was wir tun, denselben Gesetzen unterliegt, immerdar, und unausweichlich. Die Kontemplation des Musters der geworfenen Stäbchen, der gelegten Karten, der Eingeweide, erlaubt uns, während wir tun, was wir tun, gewahr zu werden, daß wir nichts anderes tun können, als das, was wir tun, zu erleben, daß jede Handlung das Sinnbild ihrer Selbst ist, und daß jede Interpretation dieses kosmischen Musters unseres eigenen Sinnessystems nichts anderes ist, als auf die Maschine der Erscheinungen eine weitere Ebene der Erscheinung zu überlagern.

Wahrsage wurde zu allen Zeiten für genau diesen Unzweck gebraucht, und ein Beispiel dafür ist die Interpretation der orientalischen Wahrsagetafel mit westlichem Verstand. Der westliche Verstand ist das Produkt einer rigiden Einschränkung des reichhaltigen orientalischen Systems, eine Zuchtwahl auf ein ganz bestimmtes Ziel hin. Der Ursprung der orientalischen Zeichen liegt nicht in einem Konzept, oder einem Laut, sondern er liegt im Universum, gesehen durch dieses Konzept, mit der Brille eines Akzents.

Das orientalische Zeichen ist vergleichbar mit einem Hologramm, das aus einem Blickwinkel gesehen wird. Hologramme haben die Eigenart, daß

die Transformationen, die sie mit dem Wechsel des Blickwinkels durchgehen können, mannigfaltig sind. Heutige Hologramme von normalen Objekten sind, bezogen auf diese Potentialität, eindimensional. Ihre Übergänge sind kontinuierlich, und linear, und entsprechen genau dem Bild, das unsere Wissenschaft der Welt aufgezweigt hat, exakt seit dem Augenblick, seit Newton mit seinem Calculus den unendlichen fraktionierten Dimensionen der Welt eine kontinuierliche Hülle überzogen hat, und die Welt der Erscheinungen glatt und berechenbar gemacht hat.

Die Funktionen der Welt sind nicht kontinuierlich, sondern fraktionierte. Die heutige Darstellung der Fractal-Kunst, auf Computer-Graphik erstellt, entspricht dem Wesen der orientalischen Weltausdeutung viel genauer, und jeder Wechsel des Blickwinkels ist ein Wechsel der Dimensionen. Die Kontinuität der Zusammenhänge ist nur für den Weisen erfassbar, für jeden anderen ergeben diese Bilder eine alpträumhafte Spötterelei über alle Gesetze, die 300 Jahre wissenschaftliches Denken jenem kollektiven Unbewußten aufzwingen, machtvoll, aber oberflächlich, und unter dieser dünnen Schale holt es zu immer heftigeren Gegenschlägen aus, im Begriff, durch ebenso weites Ausschlagen in die andere Richtung die Gesamtsumme der Balance zu kompensieren.

So sind die orientalischen Märchen aus 1001 Nacht, die Wahrsagetafeln, die Kabbala, kosmische Maschinen von uns unbekannter Dimension. Ihre Vielfalt läßt sich nur erschließen durch die tiefe Durchdringung des kosmischen Aspekts des orientalischen Archetyp-Alephbeths. Die 2-dimensionale Anordnung der heiligen Zeichen schafft über die Komplexität einer linear geschriebenen Schrift, deren Untereinander-Verbindungen notgedrungen eindimensional sind, und mit dem Quadrat der Entfernung sich abschwächen, eine viel tiefere Vernetzung der kosmischen Bedeutungsinhalte untereinander, und so kommt es, daß eine westliche Buchstaben-Übersetzung diesen Tafelchen nur 5 Bedeutungen entlocken kann, während der orientalische Geist, auch wenn er nicht über das Verständnis oder korrekte Ausfertigung dieser Maschinen verfügt, aufgrund der sich ihm aufdrängenden Kohärenz des Gebildes seiner Sprache, des Systems, aus dem

SEIN DENKEN besteht, immerhin AHNEN kann, daß diese Maschine Universum in diesem Hologramm von SYMBOLEN ebenso enthalten ist, wie in dem Symbolsystem seines sensorischen und mentalen Instrumentariums, seiner Sinne und Gedanken also, die ihn ja letztlich dazu führten, das Orakel zu befragen.

Wie jedes Produkt der esoterischen Kunst, sind auch diese Maschinen mit sieben Siegeln ausgestattet. Die hohe Kunst der Versiegelung besteht darin, daß der Geist des Fragenden, ist er nicht rein, von selbst auf der ihm entsprechenden Ebene gefesselt wird. Ein Wahrsagesucher wird in der strukturellen Bedeutung der Zeichen die ihm geübte Antwort suchen und finden, während der Kundige über diese Fußangeln hinweggehen wird. Wir sind heute, mit unserem Zahlensystem, kaum in der Lage, in diese geheimen Bereiche einzudringen. Denn diese Tafeln mußten ausgezählt werden, ebenso wie die Stäbchen des I GING. Was Zählen für den Menschen der orientalischen Geisteswelt bedeutet, können wir anhand der Vermutungen zur magischen Bedeutung der Zahlen in der Kabbala zwar ahnen, aber nicht wirklich erfassen. Das Zählen für den heftigeren Menschen bedeutete nämlich nichts anderes als das Anwerfen jener geistigen Maschine, die in dem Zahlensystem selber enthalten war, einschließlich der immer schwieriger zu bewältigenden Sprünge von der Ebene der Erscheinungen in den ersten 9 Ziffern zu den exaltierten Bedeutungen der nächsten beiden Neunergruppen.

Dieser Akt des Zählens mit all seinen magischen Konnotationen, war der dynamische Teil der Universums-Maschine dieses Orakel, und es ist fraglich, ob man hier in den verfeinerten Formen des Orakels nicht mit variablen Zahlen-Inkrementen arbeitete, so daß sich das Orakel-Lesen kontextabhängig gestaltet, man nicht wieder am Anfangspunkt ankam, sondern wahrscheinlich, wie in einem der ebenso beliebten falschen Labirynthe, alle Pfade durchlaufen hatte, wenn man wieder am Ausgangspunkt angelangt war. Es ist anzunehmen, daß solche oder ähnliche Diskontinuitäten eingebaut waren, die dann die Zahl der lesbaren Texte, über das Maß der oben erwähnten Vielfalt hinaus, noch einmal exponenzierten.

... und Alice wurde in einen besondern Saal des Schlosses geführt, in diesem Saal standen nur zwei Spiegel nebeneinander, und die Königin sagte zu Alice:

Diese beiden Spiegel haben ein Geheimnis, sie sind aus verschiedenen Glasarten gefertigt, die die Eigenschaft haben, daß die Lichtbrechung in ihnen genau eine Halbwehre Gangunterschied hat. Wenn ich diese Spiegel gegeneinander kehre, wird das Licht zwischen ihnen interferieren, sich selbst vernichten, und ein schwarzes Loch erzeugen, und das wird das Ende dieses Universums sein.

Beiläufig fragte sie noch Alice: Hast Du schon mal das Märchen von „Spiegeln, Spiegeln an der Wand“ gelesen? ...

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	h	w	g	t	e	ü	e	e	h	n
2	t	r	d	u	t	e	e	u	e	h
3	d	s	l	s	a	i	t	d	i	l
4	ch	h	e	m	t	v	u	d	m	e
5	o	t	i	e	d	r	t	ch	r	i
6	d	h	u	o	c	i	u	n	h	h
7	e	t	d	n	d	s	u	g	e	e
8	e	n	e	f	r	r	r	n	u	s
9	t	e	i	r	ü	h	c	e	c	n
10	a	h	ss	h	d	t	t	e	t	e

Abb.: Weissagetafel
Man deutet mit geschlossenen Augen auf einen Buchstaben, zählt je 5 Buchstaben weiter, notiert sich diesen, usw. bis zum Ausgangspunkt. Es gibt 5 mögliche Antworten.

Baul von Bengalen



von Karima Sen Gupta

Um die Bauls in ihrer eigenen Sprache einzuführen, möchte ich mit der Übersetzung eines ihrer Lieder beginnen:
„Darum, mein Bruder, bin ich ein toller Baul.

*Ich gehorche keinem Meister, keinem Befehl, keiner Sitte.
keine von Menschen geschaffenen Einrichtungen
machen mir Eindruck.*

*Ich gebe mich der Seligkeit
meiner eigenen bereitwilligen Liebe hin.
In der Liebe gibt es keine Trennung,
sondern nur das ewige Einswerden.
So frolocke ich in Lied und Tanz
mit jedem und allen.“*

Baul ist das Lied der wandernden Sänger, die als Bettler durch die Dörfer Bengalens ziehen und singend und tanzend, begleitet von der Ek tara oder Dugi, ihre philosophischen Gedanken in der einfachen Sprache der Dorfbewohner mit Bildern aus der indischen Mythologie ausdrücken, indem sie zur Veranschaulichung ihrer mystischen Lehren Beispiele aus dem Jahreslauf, aus der Arbeit der Bauern, der Töpfer, der Weber oder auch der Hausarbeit gebrauchen, die jedem ihrer Zuhörer verständlich sind. Viele ihrer Lieder preisen die leidenschaftliche Liebe von Radha und Krishna als Symbol der Liebe des Menschen zu Gott. Dabei sind diese Lieder oft voller Widersprüchlichkeit, — Sufi-Geschichten oder Zen-Koans vergleichbar, — so daß sich der verborgene Sinn nur schwer erschließt. Dies macht die Übersetzung der Liedtexte außerordentlich schwierig, oft ist nur eine ungefähre Übertragung des Sinns möglich. Vor allem auch, weil dem westlichen Zuhörer meist die Vergleiche aus der indischen Mythologie unbekannt sind. Die Lieder sind fast durchgehend gereimt. Der Refrain spielt in ihnen eine große Rolle. Er gibt häufig einen Hinweis auf den eigentlichen Sinn und scheint dabei mit dem Haupttext nichts zu tun zu haben. Viele der Lieder sind sehr humorvoll und drücken die Lebensfreude und Weltzugewandtheit der

Bauls aus. Die Bauls wurden trotz ihrer geringen Anzahl ein wesentlicher Bestandteil des ländlichen Bengalens, und bei aller Armut repräsentieren sie eine reiche kulturelle Tradition.

Gleichzeitig ist Baul die Bezeichnung für eine religiöse Sekte. Ihr Ursprung ist dunkel, aber ihr Einfluß auf das religiöse Leben, vor allem in Ostbengalen, ist erstaunlich. Sie haben verschiedenes religiöses Gedankengut aus dem späten tantrischen Buddhismus, dem Hinduismus, dem Sufismus und dem Vaishnavismus aufgenommen und lassen sich zurückverfolgen bis ins 9. und 10. Jahrhundert, als der Buddhismus in Indien zurückging. Aus dieser Zeit stammen die ältesten Überlieferungen von Liedern in bengalischer Sprache, die den Baul-Liedern von heute ähneln. Im 16. Jahrhundert lebte in Bengalen der große Sozialreformer Sri Chaitanya Deva, der die erstarrten Dogmatik sowohl der Hindus wie der Muslims seiner Zeit herausforderte. Zu dieser Zeit formte sich die Sekte der Bauls, deren Lehre in der Liebe zum Menschen besteht, ungeachtet der Schranken von Kaste und Religion, Rasse, sozialer Herkunft oder Geschlecht. Sie stammten aus der untersten Schicht der Hindus und Muslims. ‚Baul‘ ist ein bengalisches Wort, das bedeutet ‚heimgesucht vom Geist des Windes‘, d.h. soviel wie ‚verrückt, toll‘. Es war eine abfällige Bezeichnung, die ihnen von den gebildeten Priestern der bengalischen Gesellschaft gegeben wurde, die ihre Wanderlust und ihr aufrührerisches Verhalten verabschiedete. Die Bauls versuchten, die Unterschiede und Spannungen zwischen Hindus und Muslims abzubauen, was gelegentlich zu Zusammenstößen mit den Repräsentanten beider Religionen führte. Sie verehren keine Götterbilder, sie beachten keine Rituale oder konventionelle Formender Anbetung; sie verachten die Tempel, denn sie sagen: „Was brauchen wir einen Tempel, wenn der Körper des Menschen der Wohnsitz des höchsten Wesens ist.“ Sie glauben an keine heiligen Schriften und besitzen

selbst keine. Ihre eigene Überlieferung bewahren sie ausschließlich mündlich in ihren Liedern, die die universalen Geheimnisse des Lebens in einfachen Worten ausdrücken, um das Herz des einfachen Menschen anzurühren. Bei manchen Liedern wird der Name des Dichters, wie auch sonst in der orientalischen Lyrik, am Schluß eingeflochten. Aber eine große Anzahl ihrer Texte sind anonym.

Der menschliche Körper, der von den meisten Religionen verachtet wird, wird für sie zum größten Heiligtum, in dem das Göttliche auf Innigste verborgen ist als „Maner Manush“, der „Mensch des Herzens“, das innerste Selbst. Sie glauben, daß ihre Liebe zum Menschen der Pfad ist, der sie zur Liebe Gottes führt. Wahre Liebe ist unvereinbar mit irgendeiner Form von Zwang, darum lehnen sie die in Indien übliche, von den Eltern arrangierte Heirat ab, weil sie die Möglichkeit einer wahren Liebe ausschließt.

Einer der größten Mystiker der Baul-Sekte war Lalan Fakir im vorigen Jahrhundert, von dem Tagore in seiner Jugend hörte. Zu seiner Zeit begannen die Hindu-priester und die islamischen Mullahs, aufgebracht durch die Häresien und freiheitlichen Gedanken des Bauls, sie blutig zu verfolgen und ihre Häuser niederzubrennen. Sie flohen in entfernte Dörfer und Wälder, aber ihr Geist war nicht zum Schweigen zu bringen. Auf den Märkten und ihren jährlichen Treffen in Vollmondnächten kamen die Dorfbewohner zu Tausenden zusammen, um nächtelang den ekstatisch singenden und tanzenden Bauls zu lauschen. Erst als Rabindranath Tagore sich der Philosophie der Bauls zuwandte, stieg ihr öffentliches Ansehen. Seine Wertschätzung der Baul-Musik und Dichtung führte dazu, sie als ‚Seele Bengalens‘ zu bezeichnen. Tagore selbst sagt: „In einer langen Zeit innerer Schwierigkeiten hörte ich eines Tages das Lied eines Bettlers, der zur Baul-Sekte gehörte. Was mich an diesem einfachen Lied berührte, war der religiöse Ausdruck. Es war weder grob anschau-

lich im Detail, noch überspitzt metaphysisch, sondern lebendig in emotionaler Aufrichtigkeit. Es sprach von in-
niger Sehnsucht des Herzens nach dem
Göttlichen. Danach habe ich oft ver-
sucht, diesen Menschen zu begegnen
und ihre Lieder zu verstehen, die ihre
einzige Form der Anbetung sind." An
anderer Stelle sagt er: „Diejenigen, die
meine Schriften kennen, wissen, daß ich
vielfach meine Liebe zu den Baul-
Liedern in ihnen ausgedrückt habe.
Ebenso habe ich viele ihrer Weisen in
meinen Liedern verwendet. Daraus
kann man leicht erkennen, wie sowohl
die Musik wie die Botschaft der Bauls
meiner eigenen Gedankenwelt ent-
spricht, als wäre sie mein eigenes We-
sen." (Religion of Man).

Wenn der Baul-Sänger von Dorf zu
Dorf zieht, singt er die Lieder, zu denen
er sich inspiriert fühlt, entsprechend
den Schwingungen, die ihm von den Zu-
hörern entgegenkommen. Es kann auch
durchaus sein, daß er spontan ein neues
Lied singt, das aus einem besonderen
Ereignis entsteht, meist sehr humorvoll
oder spöttisch ist und die Zuhörer direkt
anspricht. Er begleitet sich selbst auf
einfachen Volksinstrumenten, wie der
Ektara, — ein einsaitiges Zupfinstru-
ment, der Duggi, — eine kleine umge-
hängte Trommel und um die Fußgelen-
ke gebundene kleine Schellen. Wenn
zwei oder mehr Bauls gemeinsam wan-
dern, begleiten sie sich gegenseitig, dazu
tanzt der Sänger mit einfachen, sich zur
Ekstase steigenden Bewegungen.

Literatur:

- 1) R. Tagore, „Religion of Man“
- 2) Dasgupta, „Obscure Religious Cults
as background of Bengali Literature“
- 3) verschiedene Plattentexte
- 4) Lizelle Raymond: *To Live Within*,
Combe Springs Press



Guru, jetzt bin ich verloren,
der Krug hielt nicht, ich werde verbrennen.

Ohne das Geheimnis des Töpfers zu kennen,
wurde es nur ein zerbrechliches Gefäß
durch den Übereifer meines Verstandes.
Ich sollte ihn nicht so schnell brennen
und den Lohn im voraus nehmen.

Guru, jetzt bin ich verloren,
der Krug hielt nicht, — ich werde verbrennen.

Wenn der Krug nicht sorgfältig gebrannt wird,
springt und reißt er im Innern.
Legst du ihn auf das Feuer,
wird dein Stolz schnell verschwinden
und auf dem Markt kauft ihn niemand.

Guru, jetzt bin ich verloren,
der Krug hielt nicht, — ich werde verbrennen.

Du hast mich um den Verstand gebracht,
du, Vater der Verlorenen,
mit deiner Vielgestaltigkeit.

Du gibst dem Verfolgten eine Zuflucht
und läßt mich nicht im Meer versinken.

Du bist die Wurzel für den Baum,
das Wasser für die Fische,
das Leben für mich.

Du wirst zur giftigen Schlange und beißt
und wirst wiederum zum heilenden Arzt,
der das Gift entfernt, — wenn es dein Wille ist.

Einmal stiehst du im Gewand des Diebes,
dann fängst du den Dieb im Gewand des Polizisten.
Du verurteilst den Dieb im Gewand des Richters,
und vollziehst die Strafe im Gewand des Henkers.

Du hast mich um den Verstand gebracht,
du, Vater der Verlorenen,
mit deiner Vielgestaltigkeit.

Alle anderen fragen,
was ist der Glaube Lalans
in dieser Welt der Täuschungen?
Lalan sagt: Was ist Glaube? —
Ich verstehe es nicht.

Einige gebrauchen Rosenkränze,
andere tragen Girlanden um den Hals.
Einige beten zu Allah, andere zu Shiva, —
und alle scheinen verschieden.
Gibt es ein Merkmal des Glaubens
bei der Geburt und beim Tod?
Wir kommen und gehen nackt
und sind nur Mensch.

Ein Mann wird zum Muslim durch die Beschneidung, —
aber was geschieht mit der muslimischen Frau?

Ein Brahmane wird erst zum Brahmanen,
wenn er die heilige Schnur erhält.

Aber wie erkennen wir die Frau des Brahmanen?

Alle Unterscheidungen und Widersprüche
sind Menschenwerk, nicht Gott geschaffen.

Das gleiche Wasser wird im Ganges zu Gangeswasser,
im Brunnen zu Brunnenwasser.

Es nimmt die Form des Gefäßes an
und bleibt doch immer das gleiche Wasser.
Darum werfe ich, Lalan, alle Unterschiede
in das Meer meines Herzens.

aus: „*Lieder der Gottesnarren*“
übertragen von *Karima Sen Gupta*



Das ganze Leben erscheint als ein Wunder.

Unsere Seele gleicht einem Haas,
sechs Diebe öffnen die Tore,
der wahre Dieb ist der siebte,
der die verborgenen Schätze kennt.

Unsere Seele gleicht einem Fluß,
Boote ziehen hin und her.

Sechs Ruderer schlagen im Takt,
Das Steuer jedoch hält der siebte
mit ruhiger Hand.

Unsere Seele gleicht einem Garten.
Viele Blumen entfalten ihre Knospen,
doch eine übertrifft alle andern
an Schönheit und Duft,
der die Welt berauscht, —
doch die Seele Lalans bleibt nüchtern.

Mein Zopf bleibt, wie er ist.
Mein Haar wird nicht naß, mein Zopf wird nicht naß,
selbst wenn ich von einem Ufer ans andre schwimme.
Ich gehe ins Wasser, ich spritze mit Wasser,
und doch berührt mich das Wasser nicht.
Ich tauche hinein und gehorche niemandem.

Mein Zopf bleibt, wie er ist.
Mein Haar wird nicht naß, mein Zopf wird nicht naß.

Ich genieße alle Freude,
aber ich leide nicht an ihrem Verlust.
Ich koche und serviere köstliche Gerichte,
aber den Topf berühre ich nicht.

Mein Zopf bleibt, wie er ist.
Mein Haar wird nicht naß, mein Zopf wird nicht naß.

Mein Meister Sasara) sagt: „Hört, ich bin verloren,
wenn ich ihre Schönheit beschreiben soll.“
Ich bin weder treu noch untreu,
doch werde ich meinen Mann nicht verlassen.

Mein Zopf bleibt, wie er ist.
Mein Haar wird nicht naß, mein Zopf wird nicht naß.

Wer ist Bô Yin Râ?

Der fremd klingende Name ist kein Pseudonym, das den Anschein asiatischer Herkunft erwecken will. Bô Yin Râ war gebürtiger Deutscher (seit 1938 Schweizer Bürger), verdankte aber Entscheidendes den orientalischen Lehrern, die am Ausgangspunkt seiner geistigen Entwicklung standen und ihm auch seinen ‚Namen‘ gaben.

Bô Yin Râ gibt völlig neue Einblicke in das Wesen des Menschen und dessen ewig-geistige Herkunft und Bestimmung. Er weist sichere Wege zur Verwirklichung dieser Bestimmung und zur Gestaltung eines sinnvoll erfüllten Lebens. Man lese z.B.

Der Weg zu Gott

Das Buch zeigt, wie sich hinter manchen irdigen Vorstellungen dennoch echte Gotteswirklichkeit erkennen und erleben läßt. 68 Seiten, Leinen, SFR 18,80; DM 22,—

Das Geheimnis

von Sinn und Ziel des Lebens wird hier in erzählender Form — in der dazu spannenden Gesprächen dreier Wanderer durch südliche Landschaft — enthüllt. 292 Seiten, Leinen, SFR 29,80; DM 33,— (brosch. SFR 9,80; DM 11,—)

Das Buch der Gespräche

läßt den Leser an Gesprächen teilnehmen, die für den Autor bedeutsam wurden und zugleich tiefe Einblicke in ewige Bereiche vermitteln. 122 Seiten, Leinen, SFR 20,20; DM 23,—

Das Buch der Liebe

Liebe erschöpft sich nicht in ihrer irdischen Form. In ihrer geistigen Form ist sie eine Kraft, die nach innen und außer größter Wirkung fähig ist. 141 Seiten, Leinen, SFR 22,—; DM 25,80

Das Gebet

Das Buch zeigt, wie die verloren gegangene Kunst des Betens zu neuer, alles Leben befruchtender Kraft gelangen kann. 152 Seiten, Leinen, SFR 22,80; DM 25,50 (brosch. SFR 8,80; DM 9,80)

Auferstehung

Das nach seinem ersten Kapitel benannte Buch spricht in seinen weiteren Abschnitten über: Gesetz und Zufall, Okkultistischer Karmel, Magie der Furcht, Grenzen der Allmacht, Wert des Lachens usw. 149 Seiten, Leinen, SFR 22,80; DM 26,50

Kultmagie und Mythos

öffnet dem Leser die Augen für die wahre Bedeutung der in Mythos und kultischem Wirken verborgenen Werte. 100 Seiten, Leinen, SFR 18,80; DM 21,50

Zu beziehen durch jede Buchhandlung
Gesamprospekt kostenlos durch

Kobersche Verlagsbuchhandlung AG
CH-3001 BERN

Vom Leben und Sterben des Rodney Collin

Die Seele einer Zivilisation wird auf drei Arten genährt, jene drei traditionellen Arten oder Wege, durch die Menschen bewußt werden können . . . Diese „Wege“ und die Schulen der Erneuerung, die bestehen, um sie zu verwalten und ihre Methoden auf der Erde zu lehren, beruhen auf der Idee, Bewußtsein zuerst in einer bestimmten Funktion zu entwickeln. Indem ein Mensch in einer Funktion vollkommen bewußt wird, findet er seinen Weg zum Bewußtsein seines ganzen Seins.

Der erste Weg zum Bewußtsein führt über die Instinktiv- und Bewegungsfunktion. Der zweite Weg führt über die emotionale Funktion. Der dritte führt über die intellektuelle Funktion.

Der erste Weg ist dem ähnlich, was im Westen als *Askese* bekannt ist . . . Der zweite Weg beruht auf einer Verbindung von dem, was im Westen als *Mystik* und *Nächstenliebe* bekannt ist, doch beide Begriffe sind unbefriedigend. Es ist der Weg der Erlangung von Bewußtsein durch Beherrschung der emotionalen Funktion, durch *Überwinden von Furcht*. Es ist der Weg der Umwandlung von Furcht in Liebe. Der dritte Weg ist das, was man früher unter *Philosophie* verstand. Es ist der Weg der Umwandlung von Denken in Verstehen.

Es gibt jedoch einen vierten Weg . . . Er besteht darin, die instinktive, emotionale und intellektuelle Funktion zur gleichen Zeit zu beherrschen; in der gleichzeitigen Umwandlung von Schmerz, Furcht und Denken in ihre höheren Gegenteilteile als da sind Wille, Liebe und Verstehen . . .

Der vierte Weg wird unter den Bedingungen des gewöhnlichen Lebens gegangen . . . Er wird dasjenige sein, das alles erhellt, was geschieht.

Schulen des vierten Weges haben bestanden und bestehen, genauso wie Schulen der drei traditionellen Wege bestanden und bestehen. Aber sie sind viel schwieriger ausfindig zu machen, weil sie — im Gegensatz zu den anderen —

nicht an einer bestimmten Praxis, einer Methode, einer Aufgabe oder einem Name zu erkennen sind. (The Theory of Celestial Influence, pp. 237-241)

Rodney Collin-Smith, der sich als Autor Rodney Collin nannte, wurde am 26. April 1909 in Brighton, England, als ältester Sohn eines Kaufmannes geboren, der sich mit 50 zur Ruhe gesetzt und nach einer Reise durch Europa und Ägypten Kathleen Logan, die Tochter eines Hotelbesitzers, geheiratet hatte. Rodney's Mutter interessierte sich für Astrologie und gehörte der lokalen Theosophischen Loge an.

In seiner Jugend las er unzählige Bücher, in den Schulferien gewöhnlich eins pro Tag. Mit achtzehn wanderte er drei Monate durch Andalusien und machte umfangreiche Aufzeichnungen, die als Ausgangsmaterial für ein Buch von Reiseskizzen dienten, das 1931 unter dem Titel *Palms und Patios* veröffentlicht wurde.

Während seiner dreijährigen Studienzeit an der London School of Economics wohnte er im *Toc H-Haus* und begann für Zeitungen zu schreiben. Nach seinem Abschluß wurde er freier Journalist für Reisen und Kunst. Eine Zeitlang war er Sekretär des englischen Jugendherbergswerkes sowie Gründer und Herausgeber dessen Zeitschrift *Der Rucksack* und arbeitete am *Toc H-Journal* mit. Toc H ist eine Art privater Wohlfahrtsverband.

1929 besuchte er Österreich, Ungarn und die Tschechoslowakei. Auf einer Pilgerfahrt zu den Passionsspielen in Oberammergau begegnete er seiner späteren Frau, Janet Buckley, die acht Jahre älter war als er. Im selben Jahr, 1930, las er *Ein Neues Modell des Universums* von P. D. Ouspensky. Er spürte, daß er dafür noch nicht bereit war, aber daß es später für ihn große Wichtigkeit erlangen würde. Im Herbst 1931 machte er eine Wanderung durch Dalmatien. 1934 wurden er und seine Frau in London getraut und verbrachten ihre Flitter-

wochen mit Wanderungen in Cornwall. Später im gleichen Jahr verbrachten sie sechs Wochen in Sizilien. 1935 wurden sie zu einigen Vorträgen von Dr. Maurice Nicoll eingeladen, brachen jedoch kurz darauf zu einer sechsmonatigen Autoreise durch die Vereinigten Staaten auf, die sie zur Westküste und an der mexikanischen Grenze entlang wieder nach New York zurückführte.

Im Herbst 1936 wurden er und seine Frau mit P. D. Ouspensky bekannt gemacht. Rodney erkannt sofort, daß er gefunden hatte, wonach er beim Lesen und auf seinen Reisen gesucht hatte. Von da an widmete er seine gesamte Zeit dem Studium der Lehren Ouspenskys.

Seine Tochter Chloe wurde 1937 geboren. Er bezog mit seiner Familie ein Haus in Virginia Water in der Nähe von Lyne Place, das Ouspensky und seine Frau als Zentrum für ihre Arbeit gewählt hatten. Er arbeitete viel in Lyne Place. „Rodney hatte eine Neigung zur Anstrengung, Mühe und Selbstdisziplin“, schreibt seine Schwägerin, die Romanautorin Joyce Collin-Smith. Wenn er nicht in Lyne Place war, verbrachte er viel Zeit damit, in der Bibliothek des Britischen Museums jene Aspekte von Religion, Philosophie, Wissenschaft und Kunst zu studieren, die am unmittelbarsten mit Ouspenskys Lehren verbunden zu sein schienen.

1938 beteiligte er sich in London an einer Aufführung der Bewegungen und Tänze, die einen Teil des von Ouspensky gelehnten Systems bildeten, und reiste unmittelbar darauf nach Syrien in der Hoffnung, die „tanzenden“ Mevlevi-Derwische zu sehen. Dies gelang ihm nicht, doch er traf den Scheich der Tekye in Damaskus.

Beim Ausbruch des Krieges zog er mit seiner Familie nach Lyne Place. Kurz darauf gingen seine Frau und seine Tochter in die Vereinigten Staaten, um zu helfen, ein Haus für das Ehepaar Ouspensky zu bereiten, das diese in den nächsten Monaten zu beziehen plante. Rodney blieb in Lyne Place und arbeitete

te tagsüber in London im Zensoramt, das ihn wegen seiner Spanischkenntnisse einzog, die er sich als Achtzehnjähriger auf seiner Wanderung durch Andalusien erworben hatte, und nachts im lokalen Luftschutz. Im Februar 1941 wurde er nach Bermuda versetzt und fuhr per Zufall auf dem gleichen Schiff, das Mr. Ouspensky ein paar Wochen nach seiner Frau nach Amerika fuhr. Da die Reise wegen der U-Boote etwas länger dauerte, lernte er seinen späteren Meister näher kennen.

Nach sechs Wochen auf Bermuda trat Rodney in den Britischen Sicherheitsdienst in New York ein. Während der nächsten sechs Jahre lebte er mit seiner Familie auf der Franklin Farm, Mendham, einem großen Haus mit Garten und Landwirtschaft, in der für die englischen Familien, die sich den Ouspenskys angeschlossen hatten und für viele andere, die an Ouspenskys Vorträgen in New York teilnahmen, Arbeit organisiert wurde. Rodney pendelte täglich per Bahn von der Farm zu seinem Büro und verbrachte die Abende und Wochenenden auf der Farm.

1943 wurde er mit einem offiziellen Auftrag nach Kanada geschickt. In den Jahren 1943, 1944 und 1945 verbrachte er seine kurzen dienstfreien Zeiten in Mexiko, einem Land, das ihn sehr anzog. Nachdem der Krieg vorbei war, verließ er den Britischen Staatsdienst und widmete sich ganz der Arbeit von Mr. und Mrs. Ouspensky.

Allmählich verbrachte er jedoch immer mehr Zeit mit Ouspensky, fuhr ihn zu seinen Treffen nach New York und zurück und verbrachte gewöhnlich den Abend mit ihm in einem Restaurant oder in seinem Arbeitszimmer auf der Franklin Farm. Er entwickelte eine starke Bindung an Ouspensky, in einer Weise, die persönliche Verehrung und Respekt einschloss, ohne durch sie eingeschränkt zu werden. Während er sich früher auf die Lehren Ouspenskys konzentriert hatte, war es nun der Lehrer selbst und was er zeigte, die Rodneys Aufmerksamkeit beschäftigten.

Joyce Collin-Smith schreibt, daß Ouspensky „nach und nach Rodney näher an sich zog, als seinen Chauffeur, seinen persönlichen Begleiter und intimen Schüler. Letztendlich nahezu wie seinen Sohn.“

Zu Beginn des Frühjahrs 1947 kehrte

Ouspensky nach England zurück. Rodney verließ Mendham kurz vor Ostern und verbrachte eine Woche in Paris, bevor er zu Ouspensky in Lyne Place stieß. Er begleitete ihn fortan ständig, den ganzen Sommer und Herbst hindurch, bis zum Tode von Ouspensky am 2. Oktober 1947.

Die Erfahrungen, die Rodney während dieser Zeit durchlebte, berührten tief sein ganzes Sein. Er schreibt später: Ouspensky „sprach kaum noch, nicht einmal zu denen, die mit ihm aßen und bei ihm saßen. Doch man hatte die Empfindung, daß alles, was getan wurde, eine Art Aufführung war . . . Er zeigte den wenigen, die bei ihm waren, was es für einen Menschen bedeutet, obwohl in das Reich des Geistes überzugehen.“ Rodney sah den Tod Ouspenskys als ein Wunder, das auch zum Wohl und Nutzen seiner Schüler geschah, teils



als Höhepunkt der Lehre, die Ouspensky bloß noch durch seine Existenz vermittelte, teils als letzten Akt in einem riesigen Mysterienspiel.

In der Woche nach Ouspenskys Tod, die Rodney Collin fastend in Ouspenskys Sterbezimmer verbrachte, in das er sich eingeschlossen hatte, erlangte er eine Vorstellung davon, was seine zukünftige Arbeit zu sein hatte. Er erkannte, daß, da er für immer und durch alle Zeit hindurch mit seinem Lehrer verbunden war, er in sich selbst das wiederherstellen mußte, was Ouspensky ihm gegeben hatte, und danach die Verantwortung übernehmen mußte, es gemäß seinem eigenen Verständnis auszu-

drücken. Später schrieb er:

„All die buchstäblich wunderbaren Dinge, die sich bei Ouspenskys Tod zutrugen und alles, was sich seither entwickelt hat — sowohl für mich persönlich als auch in Bezug auf die Arbeit als Ganzes — überzeugen mich, daß er nicht starb wie gewöhnliche Menschen sterben, sondern daß er eine Ebene erreichte, wo ein Mensch unsterblich wird, oder zumindest, wo er nicht der Begrenzung der Zeit unterliegt wie wir es kennen, sondern durch die Zeit hindurch handeln und Verbindungen herstellen kann. . . . Weiter, wenn er tatsächlich von der Zeit unabhängig geworden ist, oder wenn er einen vierten Körper (d.h. eine Seele) erlangt hat (. . .), dann ist er jetzt für jedermann erreichbar, denn nach seiner Hilfe mit genügend Dringlichkeit und Glauben verlangt.“

Die Vorträge, das gesamte System, wie er es erklärte, war tatsächlich die Erklärung dafür, wie das Unmögliche zu tun ist, wie Wunder erlangt werden. Warum sollten wir also erstaunt sein, daß Ouspensky selbst dies Wissen zu dem Zweck anwandte, für den es vorgesehen war, und offenbar von denen, die ihm folgten, erwartete, es in derselben Weise zu benutzen. Wenn ich zurückschaue, bin ich einsetzt bei der Erinnerung, wie wir alles als eine Methode aufgefaßt haben, an unserer persönlichen Psychologie leichte Anpassungen durchzuführen . . . Die Ideen, die er erklärte, beziehen sich auf die objektive Welt, und wenn wir darüber nachdenken und daran arbeiten, bereiten wir uns darauf vor, uns in jener Welt zu orientieren, wenn wir sie erreichen. Sie sind eine sehr genaue Landkarte jenes Ortes. Aber um dorthin zu gelangen, müssen wir „durch uns selbst“ hindurchgehen und auf der anderen Seite herauskommen.“

Er zog nach London, wo er und seine Frau die nächsten sechs Monate in Ruhe lebten. Während des letzten Sommers hatte er begonnen, *The Theory of Celestial Influence* zu schreiben; im Frühjahr 1948 war es fertiggestellt. Viele Leute suchten ihn in seiner Wohnung in der St. James Street auf, wo wöchentlich Treffen stattfanden, zu denen eine

Anzahl Leute kamen, die mit Ouspenskys gearbeitet hatten und von denen sich ihm später einige in Mexiko anschließen sollten.

Im Juni 1948 fuhr er mit einer kleinen Truppe nach New York mit dem Ziel Mexiko, das, wie er spürte, sein Platz für einen Neubeginn war.

Sie verbrachten sechs Monate in Guadalajara. Dort stellte Rodney *The Theory of Eternal Life* (deutsch: *Vom Ewigen Leben*) fertig, das er in London begonnen hatte, und schrieb *Hellas*, ein Schauspiel. Danach ging er nach Mexico-City und bezog nach einigen Monaten ein großes Haus in Tlalpam, wo sich ihnen einige Leute anschlossen, viele davon aus England. In einer Wohnung, die man für diesen Zweck in Mexico-City gemietet hatte, wurden Treffen begonnen, die von Mexikanern und Angehörigen anderer Nationalitäten besucht wurden.

Eines der zentralen Projekte, die Rodney in der Woche nach Ouspenskys Tod im Geiste gesehen hatte, war ein dreidimensionales Diagramm, das gleichzeitig die vielen kosmischen Gesetze darstellte, die die Grundlage ihrer Studien waren, eine Konstruktion, durch die man hindurchgehen und seine Bedeutung spüren konnte. 1949 wurde ein Grundstück in den Bergen hinter Mexiko-City erworben und 1951 wurde der Grundstein für das heutige Teccala-Planetarium gelegt. Teccala ist aztekisch und heißt „das Steinhaus Gottes“ und war zufällig der Name des Feldes, auf dem es steht. Dieses Gebäude wurde während der nächsten Jahre der Brennpunkt von Rodneys Arbeit mit seinen Leuten.

1954 und 1955 bereiste Rodney Europa und den Nahen Osten, hauptsächlich aus dem Grund, Material über esoterische Schulen der Vergangenheit zu sammeln und Kontakt zu ihnen aufzunehmen. Bei seinem Besuch in Rom 1954 wurde er in die römisch-katholische Kirche aufgenommen, ein Schritt, den er schon einige Zeit erwogen hatte.

Im Januar 1956 leitete er eine Pilgerreise zu Fuß vom Planetarium zum Schrein Unserer Lieben Frau von Guadalupe über eine Strecke von 30 Meilen. Während der Messe in der Basilika fiel er sichtbar überanstrengt in Ohnmacht; später allerdings wurde klar, daß dies der erste in einer Reihe von Herzanfällen war, denen er am 3. Mai

1956 in Peru erlag.

Wahrscheinlich stimmt bei jedem Menschen die Art des Todes mit seiner Art des Lebens überein. Rodney hat sich körperlich niemals geschont und zwang sich während der letzten Wochen dazu, tägliche Treffen in Lima abzuhalten, unzählige private Gespräche zu führen und stundenlange Bewegungsübungen durchzuführen, obwohl er unter einer Erschöpfung litt, die offensichtlich extrem war. Er bekannte, daß er sich in der großen Höhe von Cuzco — ca. 4000 Meter — „recht seltsam“ fühlte, und nahm entgegen seiner lebenslangen Gewohnheit, Medizin zu vermeiden, mehrere Dosen Coramin.

Am Tag seiner Ankunft fand er einen verküppelten Bettlerjungen in der Kathedrale. Nach dem Essen, als die anderen der Gruppe ausruhten, ging er mit dem Jungen auf den Berg zu der großen Christusstatue, von der aus man die ganze Stadt überblicken kann, um für seine Heilung zu beten. Dann gingen sie in das öffentliche Bad und Rodney wusch ihn mit seinen bloßen Händen und trocknete ihn mit seinem eigenen Hemd ab. Dann kaufte er ihm neue Kleider. Vor dem Laden hatte sich eine Menge angesammelt, die sich wunderte, daß ein Fremder sich so mit einem armen Indianerjungen abgab. Rodney sprach zu der Menge: „Dieser Junge ist Eure Verantwortung. Er ist Ihr selbst. Wenn Ihr zu unserem Herrn betet, um ihn gesundzumachen, wird er geheilt werden. Ihr müßt lernen, was Harmonie bedeutet; Ihr müßt lernen, füreinander zu sorgen; Ihr müßt lernen zu geben — zu geben.“ Jemand aus der Menge sagte: „Das ist alles schön und gut für Sie. Sie sind reich.“ Rodney antwortete: „Jeder kann etwas geben; jeder kann ein Gebet geben. Selbst wenn Sie nichts anderes geben können, können Sie jederzeit ein Lächeln geben. Das kostet nichts.“

Am gleichen Abend kamen einige Leute in Rodneys Hotelzimmer, um ihm Fragen über seine Arbeit zu stellen. Während des Gesprächs sagte ein Mann: „Ich habe mein Leben lang gewünscht zu beten, aber ich konnte es nie.“ Rodney antwortete: „Und was, glauben Sie, tun Sie jetzt? Was sie gerade gesagt haben, ist das nicht Beten?“

Am nächsten Tag kam der Junge, um Rodney zum Glockenturm der Kathedrale zu führen, wo er unter der Glocke

in einer Ecke schlafen durfte. Um dort hin zu gelangen, mußte man 98 Stufen erklimmen. Danach ging Rodney mit dem Rest der Gruppe zu Inka-Ruinen in den Bergen.

Nach dem Essen, während die anderen wieder ruhten, ging Rodney hinaus. Er stieg auf den Glockenturm der Kathedrale, um den Jungen zu finden, und setzte sich auf die Stufe unter der niedrigen Umfassungsmauer, unter einem Bogen. Er sagte dem Jungen, er würde mit einem Artz Abmachungen treffen, um sein verküppeltes Bein operieren zu lassen. Während er sprach, blickte er auf die Christusstatue auf dem gegenüberliegenden Berg. Plötzlich stand er mit einem Keuchen, als ob sein Atem ausgesetzt hätte, auf, taumelte vorwärts auf die niedrige Mauer und ergriff die beiden hölzernen Balken, die den Bogen



„wahrheitsfreude • lebensfreude • liebe“

HL-zentren

Esoterische Kunst

*praktische anwendung
ursprünglicher weisheit gemäß*

Dem vierten weg

*„Ursprung der esoterischen
Stiftung des Lebenswandlers“*

Berlin	130 82248
Hamburg	040 480286
Homburg	06231-2371
St. Gallen	0524 32808
Leipzig	0476 4155
Leud.	046 149431
München	089-482379
Ostl.	0241-482753
Schweden	0479 36387
Stockholm	08 267879
Uppsala	018 128724

stützten. Dann fiel er vornüber und stieß sich an einem von ihnen den Kopf. Sein Körper fiel auf das ausladende Sims, das darunter hervorragte, wie er gefallen war: seine Arme in Kreuzform von sich gestreckt, die Augen offen, als ob er in den Himmel sähe, und lächelte.

Es ist nicht ungewöhnlich, daß ein Mensch an einem Herzanfall stirbt, wenn er nach wochenlangem körperlicher Anstrengung im Zustand der Erschöpfung und in solcher Höhe eine lange steile Treppe emporsteigt. Es ist die natürliche Folge körperlicher Gegebenheiten. Ebenso natürlich ist es — auf einer anderen Ebene —, daß ein Mensch, der mit seinem gesamten Sein geglaubt hat, daß sein Ziel des Lebens darin besteht, alles, was er hat, für die Liebe Gottes hinzugeben, am Ende sich selbst hingibt.

Auf seinem Grab auf dem Friedhof von Cuzco sind die Worte eingraviert, die er zwei Monate vor seinem Tod geschrieben hatte:

*Ich war in der Gegenwart Gottes;
Wurde zur Erde gesandt;
Meine Flügel gekappt;
Mein Körper trat in Materie ein;
Meine Seele wurde von Materie gefangen;
Die Erde zog mich herab;
Ich kam zur Ruhe.*

*Ich bin träge;
Sehnsucht entsteht;
Ich sammle meine Kraft;
Wille ist geboren;
Ich empfangen und meditiere;
Ich verehere die Dreifaltigkeit;
Ich bin in der Gegenwart Gottes.*

Zusammengestellt von P. Sinn

Quellen: Janet Collin-Smitz, *Biographical Note and Cuzco* aus: *The Theory of Conscious Harmony*, From the letters of Rodney Collin, London & Dulverton 1958 (Robinson & Watkins)

Rodney Collin, *The Theory of Conscious Harmony*, ebd.

James Webb, *The Harmonious Circle*, London 1980 (Thames and Hudson)

Anmerkung: Deutsche Übersetzungen von *The Theory of Conscious Harmony*, *The Theory of Celestial Influence* und eines weiteren Werkes von Rodney Collin aus dem Nachlaß, *Mirror of Light*, werden im Verlag Edition Plejaden, Berlin, veröffentlicht.

Die Transfiguration in die elektronische Welt

Das folgende ist ein Auszug aus dem Buch von Rodney Collin „Vom Ewigen Leben“. Erschienen im Verlag „Edition Plejaden“ (156 Seiten, 9 Bildtafeln, geb. DM 35,—)

Welches ist die Natur dieser bewußten Unsterblichkeit? Zunächst haben wir die Möglichkeit der bewußten Unsterblichkeit sehr deutlich zu unterscheiden von der unbewußten Unsterblichkeit. Ein Felsen, der zehntausend Jahre in einer Gestalt besteht, ist unsterblich im Vergleich zum Menschen, aber seine Unsterblichkeit ist unbewußt. Die Dauer der Hölle ist eine ähnliche Unsterblichkeit.



Unsterblichkeit an sich ist also nicht wünschenswert. Tatsächlich hat für jeden, der nicht sehr naiv ist, der Gedanke der Unsterblichkeit, verbunden mit unserem gegenwärtigen Körper und unserem gegenwärtigen Zustand annähernder Unbewußtheit, etwas ausgesprochen Schreckliches an sich. Denn das würde das Ende aller Möglichkeiten der Veränderungen, des Wachstums und der Entwicklung bedeuten. Unbewußte Unsterblichkeit schließt in sich das Gefrieren oder die Versteinigung in eine Form; die Qualität einer Form ist *nicht mehr imstande zu sterben*. Bewußte Unsterblichkeit ist verbunden mit der Fähigkeit, frei von einer Form in die andere überzugehen, niedere Formen in höhere zu transzendieren. Es ist das Wesen eines Lebensprinzips, daß es *unabhängig ist von sterbenden Formen*. Diese beiden Möglichkeiten sind Antithesen zueinander.

Nun hängt das Vermögen zum Wechseln aus einer Form, beziehungsweise einem Träger, das in die unbewußte Unsterblichkeit mit inbegriffen ist, in andere, an einem entscheidenden Prinzip. Um in einer Welt bewußt unsterblich zu werden — d.h. das Vermögen, zum Wechsel seines Trägers in dieser Welt nach Belieben zu erwerben —, ist es notwendig, einen Körper zu besitzen und zugleich zu kontrollieren, der der Welt darüber angehört, einen Körper des nächstfeineren Zustandes der Materie.

Wir können ein sehr einfaches Beispiel für dieses Prinzip nehmen. Häuser, Busse, Flugzeuge, Eisenbahnen sind Träger von Materie in mineralischem Zustand. Der physische Mensch besitzt die Kraft, nach Belieben einen solchen Träger in einen anderen zu verwandeln durch seine vollständige Kontrolle über einen zellulären Körper, einen Körper, der aus Materie in einem höheren Zustand gemacht ist. Wenn sein Auto oder sein Haus »stirbt«, d.h. verfällt oder aufhört zu funktionieren, kann er es aufgeben und ein neues erwerben. So kann in einem gewissen Sinne vom Menschen gesagt werden, daß er unsterblich ist in bezug auf diese Träger. Denn er kann sie nach Belieben betreten, bewohnen, verlassen oder wechseln.

Derselbe zelluläre Körper macht ihn allmächtig in bezug auf Materie in mineralischem oder metallischem Zustand. Er kann Gegenstand solcher Materie formen, einschmelzen, umformen in neue Gegenstände usw. In bezug auf ein Stück Eisen oder den daraus gemachten Trägern ist er sowohl unsterblich als auch allmächtig; er ist ein »Gott«.

Wir können also verstehen, warum der Gedanke, in bezug auf die zelluläre Welt tatsächlich unsterblich zu werden, nur faßbar ist in Verbindung mit der Schaffung eines höheren Körpers, d.h. einer Seele, und mit der vollen Kontrolle über all ihre Kräfte. Zu glauben, daß der bloße physische Mensch Unsterblichkeit und Allmacht in der zellulären Welt erwerben könne, würde der Einbildung gleichkommen, daß ein Fahrrad über

andere Träger auf seiner Stufe die Kontrolle erlangen könne.

Aus alledem folgt, daß dem Universum viele Stufen der Unsterblichkeit innewohnen. Jede Welt aus Materie ist unsterblich in bezug auf die dichtere Welt unter ihr. Die molekulare Welt der Erde ist unsterblich in bezug auf die zelluläre Welt der Natur, die auf ihrer Oberfläche periodisch stirbt und neugeboren wird. Die elektronische oder solare Welt des Lichtes ist unsterblich in bezug auf die molekulare Welt der Erde. Und ein Wesen, das einen Körper von der Natur und Materie einer solchen Welt besitzt, muß sich Unsterblichkeit erfreuen in bezug auf Lebewesen, die die Welt darunter bewohnen.

Wenn daher ein Mensch volle Kontrolle über einen zellulären Körper besitzt, so ist er unsterblich und allmächtig in der Welt mineralischer Körper, und umgekehrt kann ein Mensch, der volle Kontrolle über einen molekularen Körper oder eine Seele besitzt, unsterblich und allmächtig in der Welt zellulärer Körper sein. Und ein Mensch, der volle Kontrolle über einen elektronischen Körper oder Geist besitzt, wird unsterblich und allmächtig sein in der Welt molekularer Körper, — d. h. *er wird unsterblich und allmächtig in der Welt der Menschen-Seelen sein.*

Nun erst beginnen wir die unermeßliche Bedeutung des Geistes zu begreifen. Denn ein Mensch, der imstande ist, in einem permanenten Körper aus dieser göttlichen Energie zu leben, die über gewöhnliche Menschen nur als ein Blitz im Moment des Todes kommt, wird ein *Schöpfer von Menschenseelen* sein. Er wird imstande sein, im Umgang mit molekularer Materie zu arbeiten, zu konstruieren, zu formen und zu zerstören, so wie der physische Mensch das im Umgang mit der mineralischen Materie vermag. Er wird die Gesetze kennen und zu gebrauchen vermögen, welche die molekularen Körper regieren, und er wird daher imstande sein, *Seelen für Menschen zu bilden oder ihnen zu helfen, sich selbst Seelen zu bilden.*

Wenn wir früher schon von der Möglichkeit für Menschen zum Erwerb von Seelen sprachen, so mußten wir hinzufügen, daß die Erreichung nicht eines einzigen Stadiums in diesem Prozeß ohne Hilfe gedacht werden könne. Wenn wir ein mineralisches Gefäß oder Uten-

sil finden, — sagen wir einen gebrannten Krug oder Topf —, so schließen wir sofort auf das Eingreifen eines physischen Menschen. In der gleichen Weise können wir uns einen geformten und vollfunktionierenden physischen Körper nicht ohne das Eingreifen einer Seele und eine geformte und vollfunktionierende Seele nicht ohne das Eingreifen eines Geistes vorstellen.

Somit fangen wir an, drei Stadien zu unterscheiden in der möglichen Entwicklung des Menschen aus seinem gegenwärtigen Besitz eines physischen Körpers, der lediglich teilweise bewußt und weithin unkontrolliert ist.

Zunächst muß er einen Menschen finden, der eine Seele oder einen molekularen Körper erlangt hat. Denn nur ein solcher Mensch ist allmächtig in bezug auf physische Körper. Nur ein solcher Mensch versteht die Gesetze, die für zelluläre Körper gelten, ist imstande, Mängel und Anormalitäten zu diagnostizieren und die sehr komplizierte Reihe von Übungen und physischen, geistigen und emotionalen Schocks vorzuschreiben, die notwendig sind, um Nervenkraft aufzubauen, innere und äußere Gewohnheiten abzubauen und den zellulären Körper normal, kontrolliert, empfindungsfähig und vollfunktionierend zu machen. Die eigentliche Arbeit eines Menschen mit Seele wird es also sein, physische Menschen zu *reformieren, sie normal zu machen*. Er kann eine »Schule für Normalität« leiten. Denn es ist ein Grundsatz, daß sich nur der Normale entwickeln kann, daß nur der Normale supernormal werden kann.

Dazu noch kann er vielleicht seine Schüler die Theorie lehren, wie man eine Seele erwirbt. Er kann ihnen helfen, den Willen, das Gewahrwerden, die Einheit und das Bewußtsein zu entwickeln, die — wie wir gesehen haben — wesentlich sind für diese riesige Aufgabe. Aber er wird sie nicht mit Seelen ausstatten können: Er wird nicht imstande sein, direkt in der molekularen Welt zu arbeiten.

Nur ein Mensch, der selbst *im Geist* lebt, wird Seelen formen und bilden können; so wie ein Mensch mit einer Seele Körper formen und bilden kann. Ein solcher kann mit Menschen arbeiten, die bereits mit Erfolg physisch normal geworden sind und in denen embry-

onale Seelen zu wachsen angefangen haben; und er kann diese Seelen formen, entwickeln und erziehen. Er kann eine »Schule für Seelen« führen, über deren Verhältnisse und Bedingungen wir nur eine geringe Vorstellung haben können.

Schließlich müssen wir Schulen für die Vollendung des Geistes annehmen, über deren Führung und Arbeit wir nicht einmal eine Theorie aufstellen können. »Ich taufe euch mit Wasser zur Buße; aber der nach mir kommt, ist stärker als ich . . . Er wird euch taufen mit dem Heiligen Geist und mit Feuer«, wie Johannes der Täufer sagt. Wasser gilt für die Seele; Feuer für den Geist.

Nur ein Aspekt solcher Schulen ist uns faßbar und betrifft uns. Ein Kandidat muß schon eine reife Seele besitzen. Und die Erwerbung von Geist durch einen solchen Menschen kann verknüpft sein mit der Möglichkeit, daß er seine eigenen Schüler mit der Seele ausstattet, die er bereits besitzt. Das wird seine Prüfung sein. *Er muß jemanden an seine Stelle setzen.*

Dieser Gedanke enthüllt uns eines der Hauptprinzipien, die mit der Schaffung neuer Körper verbunden sind, nämlich einen konsequenten Platzwechsel im Universum. Und er enthüllt uns auch, warum diese Aufgabe so außerordentlich schwer ist. Wie unsere ganze Untersuchung gezeigt hat, ist das ganze Universum fest; es ist ein vollständiges Ganzes, gebildet durch die Wiederkehr eines jeden Dings an seinen eigenen Platz. So daß zwei Dinge notwendig sind, damit ein Objekt »seinen Platz verläßt«, — sagen wir, damit ein Mensch seinen Plan in der zellulären Welt verläßt und einen permanenten Platz in der molekularen Welt erwirbt: Erstens muß irgendein Platz in der molekularen Welt verlassen worden sein, damit er nun für ihn frei ist; und zweitens muß irgendein Mensch aus einem niedrigen Niveau der Einsicht in den Platz aufrücken, den er selbst verläßt. Obwohl wir uns nicht vorstellen können wie, so muß weiterhin dieser Prozeß außer Sicht sowohl oben als auch unten fortgehen. Eine ganze Kette von Menschen muß sich bewegen, jeder

* Matth. 3, 11.

zum Platz des andern. Nur so kann ein wirklicher Platzwechsel geschehen, ohne daß irgendein Platz im Universum leer gelassen wird, d.h. ohne Entstehung eines unmöglichen Vakuums.

Es ist nun klar, weshalb die Überführung von menschlichem Bewußtsein in einen permanenten Körper aus höherer Materie radikal verschieden ist von jeder anderen dem Menschen gestellten Aufgabe. Denn dies, und dies allein, schließt einen Wechsel des Platzes im Kosmos in sich. Wir müssen uns vergegenwärtigen, daß jede gewöhnliche Art von bekannter »Verbesserung« — jede Form von Training und Lernen, der Erwerb neuer Erkenntnis, guter Gewohnheiten, Fertigkeiten, Künste, sogar die Verbesserung des Wesens selbst — die Verbesserung des gleichen Platzes gilt.

Eine Maschine kann gereinigt, geölt, bemalt, beschleunigt werden, sie kann vom Antrieb eines Betonmischers ersetzt werden zur Erzeugung von elektrischem Licht, — und doch bleibt sie dieselbe Maschine. All das ist Verbesserung am gleichen Platz. Denn atmen, fühlen, Junge hervorbringen und zelluläre Struktur erlangen, — das würde für die Maschine einen Wechsel von einem Platz im Universum zum andern bedeuten. Auf einen derartigen Wechsel bezieht sich die Schaffung neuer Körper.

Nun ist eine solche Ketten-Bewegung hinauf in höhere Materie, eine solche konvulsive Erhebung des Bewußtseins, die gleichsam einen vertikalen Riß durch so viele Bereiche erzeugt, ein außerordentlich komplizierter Prozeß. Es bedarf zahlloser günstiger Umstände individueller, kosmischer und sozialer Art. Erstens ist es nur möglich in Verbindung mit der Arbeit einer Schule, die von einem Manne geführt wird, der über alle Kräfte der Seele gebietet und der ernstlich nach einem höheren Niveau trachtet. Zweitens ist es nur möglich an einem bestimmten Augenblick in der Geschichte dieser Schule, einem Augenblick, für den die ganze vorausgegangene Arbeit der Schule nur Vorbereitung war.



Unsere Nahrungsmittel sollen unsere Heilmittel sein

Auf Import und Vertrieb von naturbelassenen Nahrungsmitteln und maximaler Spezifitäten aus Japan sind wir spezialisiert. Alle unsere japanischen Nahrungsmittel unterliegen bei ständigen Kontrollen der Kushi Foundation im Boston, USA. Methoden & Axiome Kushi-Vorbereitungen sind persönlich für die Qualität unserer Produkte.



ARCHE Naturkost ist ein 3. Naturkostgeschäft

* S U F I - M E D I T A T I O N *

-EINFÜHRUNGSWOCHENENDEN-
WIR ARBEITEN MIT ATEM, TROMMELRHYTHMEN,
MANTRISCHEN ÜBUNGEN UND ZIKR.

-BEGRENZTE TEILNEHMERZAHL-

INFOS: GÜL I S T A N
(ROSENGARTEN)

DIEFFENBACHSTR. 73 D-1000 BERLIN 61



Carlo Suarès Es gibt

Es gibt. Das ist eine Aussage. Es gibt — das ist, was ich zuallererst sage. Es gibt — Licht. Es gibt — viele Lichter. Es gibt — die Erde und ihre Luft zu Atmen. Es gibt — Leben. Es gibt — Bewegung. Es gibt — Bewußtsein von allem, was ist. Es gibt ein menschliches Bewußtsein, das allem, was es gibt, gegenübersteht und das gezwungen ist zu sagen: — es gibt. Es gibt — und das ist alles. Es gibt — und nichts weiter. Warum nichts weiter?

Wei, 'Es gibt', was immer es gibt, nicht zu verstehen ist. Es gibt — die einfache Tatsache: es gibt — daß es etwas gibt — ist nicht zu verstehen. Es gibt ein Sandkorn — und sein Geheimnis ist jenseits aller Vorstellungskraft. Die Entdeckung, daß es gibt, füllt mich geradezu mit Erstaunen. Ich bin so voll davon, daß es in mir nichts anderes, keine Religion Platz hat. Meine vielen Freunde, Christen und Juden, Moslems und Hindus, preisen ihre eigene Religion als die einzig wahre, die einzige, die offenbart worden ist. Jeder beansprucht für seine göttlichen Ursprung. Wenn ich diese Offenbarungen studiere, finde ich das Geheimnis aller Geheimnisse, das reine *Es gibt*, undurchdringbar, unübersetzbar. Von schwachen Geistern, die Angst haben zuzugeben, daß wir in einem unvorstellbaren, undenkbaaren Universum leben, wird das Geheimnis zermahlen, gekaut, gekocht, durchgeseiht und assimilierbar gemacht. Das Geheimnis des 'Es gibt' ? Wie einfach. Das Universum ist ein doppeltes Geheimnis, geschaffen von einem dreifachen Geheimnis. (Das hast du nicht gewußt? Es ist aber so!) Das dreifache Geheimnis des Para-Brahman erträumt das doppelte Geheimnis der Welt — du hast das nicht gewußt? Und doch ist es absolut wahr! —, was das einfache Geheimnis des 'Es gibt' erklärt. Das ist es, was von religiösen Offenbarungen bekommen: Sie häufen Geheimnis auf Geheimnis und ihre kindischen Erklärungen schläfeln uns ein. Das Geheim-

nis, das wirklich, unmittelbar, tatsächlich, beständig, bei uns Tag und Nacht gegenwärtig ist, das *Es gibt* wird weggeschoben und in der Dunkelheit der Heiligtümer versteckt in eine Vergangenheit des Nicht-mehr geworfen. (Die Welt ist geschaffen worden — es ist vorbei, warum daran denken?) Und in eine Zukunft des Noch-nicht (Wenn du stirbst, wirst du wissen). Je unklarer, um so eher überzeugen die Erklärungen. Doch die Ursache ist in ihrem Ergebnis, ist hier, jetzt, gegenwärtig. Mein Wille ist nicht zu zerstören und klar: Ich will nicht durch Erklärungen betäubt werden. Es gibt keine erste Ursache — die erste Ursache ist jetzt, lebendig, aktiv, nie so aktiv wie jetzt. Es gibt keine Wirkung, alles ist Ursache der einfachen Tatsache: *Es gibt*. Erzähl mir ruhig, daß das Universum zwei Billionen Jahre alt ist und in seiner Gekrümmtheit unendlich endlich. Erzähl mir ruhig, daß was geschehen ist, vor zwei Billionen Jahren geschehen ist, als es nichts gab, nicht einmal den Raum. Erzähl mir doch, daß das Universum, wenn es einen Anfang hat, auch ein Ende haben muß, und deshalb, vielleicht, keine Mitte hat! Ich lasse mir durch das, was vor Billionen Jahren geschah, nicht den Weg verstellen. Es gab, es wird geben — all das bedeutete und wird bedeuten: *es gibt*. *Es gab* heißt *es gibt* nicht mehr, *es wird geben* heißt *es gibt* noch nicht. Laß das Universum sich zwei Billionen Jahre ausdehnen und dann ins Dasein explodieren und nach noch einigen Billionen Jahren mehr erneut beginnen — das alles reduziert nicht mein Erstaunen vor dem Geheimnis des 'Es gibt' (eines Sandkorns). Die Gegenwart des Kleinsten enthält die geheimnisvolle Gänze dessen, was unvorstellbar ist. Ich kann sehen und verstehen wie jeder andere sehen und verstehen kann, daß alles, was Menschen sich ausgedacht haben, um über das Undenkbare zu denken und das Unerklärbare zu erklären, kindisch ist oder geradezu töricht, nur wert, daß man es fortwirft. Daher meine Aussage, die einfach ist, nackt, unbestreitbar, wahrhaft allumfassend: *Es gibt*. Ich bin entschlossen, die Tatsache des *Es gibt* in ihrer ganzen Schlechtigkeit zu sehen und verbiete mir jede Ausflucht, jede Idee, jeden Begriff, all das was an die Stelle des Gedankens tritt: Rein und einfach bin ich der Tatsache gewahr und

Ideen für zukunftsweisendes Handeln

Hologramm

Magazin für den ganzen Menschen

Alle Aspekte der ganzheitlichen Entwicklung des Menschen werden in der Zeitschrift Hologramm abgedeckt. Sie finden Artikel über Yoga im Gefängnis, das Geheimnis des Tarot, über Gen-Technologie, Mystik der Computer oder die Mystik des Wassermannzeitalters.

Hologramm ist der Zukunft auf der Spur. Alle drei Monate mit dem Bewußtsein auf der Schwelle zum neuen Zeitalter. Es gibt nichts Vergleichbares!

Abonnieren Sie Hologramm, das Magazin für den ganzen Menschen.

Senden Sie einen Verrechnungsscheck über DM 24,— incl. Porto für vier dicke Ausgaben mit 52 Seiten an den Verlag Bruno Martin.

Einzelhefte kosten DM 5,— plus DM 1,— Porto, auch bei zwei zurückliegenden Heften.

Das war in den letzten drei Heften:

Hologramm Nr. 36

- Begegnung mit Frau Tweede
- Lebensenergie in der Musik
- Atemraum und Atemkraft
- Das globale Gehirn
- Computer, die heiligen Schriften und die Wendezeit
- Das Wesen des Samadhi

Hologramm Nr. 37

- Die schöne neue Welt der Biotechnik/Genentechnologie
- Gefängnis als Ashram
- Bhakti-Yoga
- Das Geheimnis des Tarot
- Gift in Bohnenprossen

Hologramm Nr. 38

- Babaji Tod
- Die Lebenskraft
- Erfahrung bei der Arbeit mit Chakren
- Das Horoskop und das Jetzt
- Mystik der Wassermannzeit
- Das Enneagramm
- Milch und Vitamine

Jedes Heft enthält ausführliche Buchbesprechungen und Veranstaltungstermine, Berichte über Filme und Musik.

das wird möglich durch die akute Wahrnehmung meiner äußersten Unfähigkeit, über meinen Verstand hinauszugehen. Dieses Gewahrsein des *Es gibt* ist eine Tatsache, das Ende alles Suches und allen Wissens. Es zündet denn schöpferischen Funken in meinem Verstand, der allein gelassen dieser Tatsache gegenübersteht.

Die Aussage *Es gibt* ist weder subjektiv noch objektiv. Es gibt Gewahrsein des *Es gibt*, nicht das Bewußtsein, das ich das sage. Nein. „Ich denke, es gibt“ oder „Ich weiß, es gibt“ sind nicht Erfindungen des Verstandes, sondern nur das *Es gibt* in seiner unerschöpflichen Fülle. Von Generation zu Generation machen Menschen mit ihren endlosen Disputen über das Bewußtsein weiter, einige finden im Geist den Ursprung der Natur, andere finden in der Natur den Ursprung des Geistes. In ihren Kämpfen vergessen sie, was zuerst kommt — Bewußtsein oder Natur oder, vielleicht, eben das unlogische, unverständbare *Es gibt*. Einige halten dafür, daß der Geist nur aus Denken bestehe; andere nehmen an, Denken sei das Produkt des Geistes. Das unheilvolle Problem des Subjektiven und des Objektiven, des beobachtenden ‚Ich‘ und des beobachteten ‚Ding‘ wird daraus geboren, daß man der einfachen, nackten Tatsachen ausweicht: *Es gibt*.

Ich sage: ‚Es gibt‘, ich sage nicht: ‚Ich denke, es gibt‘. Um eine Aussage zu machen, muß ich denken, aber die Tatsache *Es gibt* ist jenseits des Denkens. Ich weiß, warum sie jenseits des Denkens ist: Im Es sind Zeit und Raum in einer Weise vereint, die ich nicht erfassen kann. Hingegen macht Licht, reflektiert und zerstreut, die Welt, in der wir leben, sichtbar. Und so steht es um unser Bewußtsein, es ist reflektiert, zerstreut und gespalten in Empfindungen und Wahrnehmungen, Gedanken und Gefühle und schafft unsere innere, subjektive Welt. Ich weiß das, denn ich weiß es. Ich brauche nur meinen Verstand anzuschauen. Bewußtsein wird entweder durch seinen Inhalt bestimmt, der auf Empfindungen und Gedächtnissspuren gründet, oder es ist vom Inhalt unabhängig (bezeichnet durch Unvorstellbares wie das Absolute, Ewigkeit, Unendlichkeit, Gott usw.). Unvorgestellt, daher leer. Ja dieses Leer ist ich selbst, die Negation meiner

selbst, und daher die Reflektion meiner Selbst, wie ich mich selbst kenne. Die Gesamtsumme alles ‚Es gibt‘ wie es bis jetzt erfahren worden ist.

Alle Erfahrung gründet auf der Trennung von Zeit und Raum, auf dem Messen von Zeit und Raum in unterschiedlichen Einheiten; ich komme daher zu

dem Schluß: alle Dinge und Gedanken sind verursacht durch die Trennung des *Es gibt* in *Wo?* und *Wann?*

(Aus dem Englischen, in: Luis R.S. Vas (Hrsg.), »The Mind of J. Krishnamurti«, (Bombay: Jaico Publishing House 1975), S. 145-148).



Ein Buch zu diesem Thema war schon längst fällig und wurde sehnsüchtig erwartet! Ein Buch, das aufzeigt, daß sich hinter der Faszination des indianischen Meisters Don Juan das ewige *Urbild des alten Weisen* verbirgt, der eine Lehre verkündet, welche die immer wiederkehrende Essenz aller Religionen und spiritueller Systeme enthält.

Der Leser findet hier zum ersten Mal in konzentrierter Form die Ur-Lehre des Don Juan, eine Überlieferung, welche seit der Morgendämmerung unseres Menschenschlechts die ganze Welt umspannt und alle Völker mit einschließt. Ulla Wittmann, die Ethnologie und Indoamerikanistik studiert hat, findet aufsehenerregende Parallelen in der Mystik des Taoismus und des Zen-Buddhismus, und besonders auffallend in der Archetypenlehre C.G. Jungs und in der humanistischen Ethik Erich Fromms, modern in den neuesten Erkenntnissen der modernen Wissenschaften, vorab der Physik.

Don Juan ist der Archetyp des Weisen: ein Führer, der jeden einzelnen zu seinen Eigen-

kraften zurückführt, zur unbewußten Weisheit, die in jedem schlummert, und zur Ganzheit seines Selbst. So gesehen, sind Don Juans Regeln für das Leben des Kriegers geradezu Vorbild für den Menschen in unserer heutigen Kultur, der nach neuen Werten und Lebensformen sucht. Ein jeder muß wieder seinen eigenen Ort finden, *seinen* Weg mit Herz. Das Leben wird wieder menschlich, weil jeder, der diesen Weg geht, ein Stück Neuland kultiviert, das allen zugute kommen wird.

Lernen bei Don Juan heißt spontan werden für eine neue Wirklichkeit. Daraus lassen sich die entsprechenden Übungen entwickeln: Wie man z.B. alle täglichen Ereignisse und auch ungünstigen Lebensumstände als Herausforderung nutzen und in eine Hilfe für die persönliche Entwicklung umwandeln kann, wie man sowohl die erdrückenden Fremdbestimmungen als auch die eigene ‚Wichtigkeit‘ überwindet, und wie man mit der Angst umgeht und sogar den Gedanken an den Tod als einen Ratgeber nutzt.

„Frei werden für die Wirklichkeit“ und „Wie die Zauberer das Nagual nutzen“ sind die zentralen Themen des zweiten Teils des Buches. Sie führen den Leser mittels verschiedener Methoden und Techniken zur Selbsterfahrung der *einen* Wirklichkeit, wie sie der Erleuchtete schaut.

Ulla Wittmann
LEBEN WIE EIN KRIEGER
Die verborgene Botschaft in den Lehren
des Yaqui-Zauberers Don Juan
272 Seiten, gebunden 36.-
ISBN 3-7157-0068-8

Der indianische Meister Don Juan
und seine Regeln des Kriegers:
das Urbild des alten Weisen

ANSATA-VERLAG
Rosenstrasse 24
CH-3800 INTERLAKEN
Tel. 036 / 22 19 33

Der Blickwinkel des Yoga: Vertiefung üben — Übung vertiefen

Horst v. Hasselbach

Yoga, ein weites Feld. Wie soll man herangehen? Was in den Mittelpunkt stellen? Das Geistige, das Körperliche, die Seele, das Denken, das Tun? Diese Fragen erweisen sich als ungeeignet. Unsere Aufmerksamkeit muß wacher werden. Denken, Wille, Absicht stören. Yoga erschließt die Wirklichkeit.

Der Blickwinkel des Yoga sollte yogamäßig sein, also der einzigen authentischen, geschichtlichen überlieferten Quelle, dem Yoga Sutra des Patanjali, entsprechen: Yoga chitta vritti nirodhah. . . Yoga löst alles, wovon uns der Kopf schwirrt, auf — und umgekehrt: Tigen wir auch den letzten Denkinhalt, sind wir ganz Aufmerksamkeit, ist alles nur noch ein einziges Erlebnis. Denken also, auf das wir im Abendland so stolz sind, wird hier radikal ausgerodet, um auf den Grund der Wirklichkeit zu stoßen.

Vrittayah panchatayyah. . . Fünferlei ist es, wovon uns der Kopf schwirrt: Urteil, Fehlurteil, Vorstellung, Traum, Erinnerung. Allen Fünfen gemeinsam sind Bildinhalte, Bildbewußtsein, das im Kopf selbst statthat, das wonach viele beim Denken die Augen verdrehen, also nicht „außen“ Sichtbares, sondern „Inneres“, im Grunde also wortwörtlich Eingebildetes.

Beim Traum tritt nichts als diese Bilder auf. Bei der Vorstellung ist es gewöhnlich ein Wort, das ein entsprechendes Bild auslöst. Beim Urteil ist es ein Erlebnis, das uns vor Augen steht und festgehalten werden soll — man würde heute computermäßig „gespeichert“ sagen. Dabei sucht es seine „Speicheradresse“ im Kopf. Und es findet seinen Platz einfach dadurch, daß da im Kopf schon ähnliche, ver-

wandte, gleichende Bilder gespeichert sind: Dort wird das Erlebnis „erkannt“ und gleichzeitig mit einem „treffenden“ Wort belegt, dem Urteil, das bei dem Bild gespeichert ist, das dem Erlebnis am nächsten kommt. — Deshalb löst ein Wort auch immer eine Vorstellung aus, weil beide zusammen gespeichert sind. Die Vorstellung dient uns oft als Suchbild, um unsere Aufmerksamkeit auf ein entsprechendes, erlebbares Beispiel in der Wirklichkeit zu lenken, von dem gerade die Rede ist. — Beim Fehlurteil haben wir die falsche Speicheradresse erwischt und damit, „lesen“ wir das falsche Wort; gewöhnlich weil unsere Auffassungsgabe unscharfe Einstellung aufwies. Bei der Erinnerung ist auch das Erlebnis zum bloßen Bild geworden.

Sobald uns etwas durch den Kopf geht, fehlt es uns also in dem Maße, wie dadurch unsere wache, aufmerksame Erlebnisfähigkeit nachläßt, an Yoga-wirklichkeit. Sei das, was uns durch den Kopf geht, nun klistah oder aklistah, uns heimsuchend oder entzückend. Immer wird es uns fesseln und blenden. Fesseln, weil es eine sauber begrenzte Einstellung des Bewußtseins erfordert, blenden, weil die Vorstellung die Sicht verstellt. Die Vorstellung ist klarer, einfacher, festumrissen. So wird urteilendes Sehen immer vereinfachend sein. Die Ausdrucksstärke überdeckt die Eindrücke. Ja, man nimmt die Dinge gar für das, was man sich gerade vorstellt, und merkt sein Fehl- oder Vorurteil gar nicht.

Ungeteilte Aufmerksamkeit aber verändert radikal unser Erlebniswelt. Wir kommen zu unpersönlicher Betrachtungsweise. Man beginnt, sich so zu erleben, wie man ist — statt wie man bis-

her meinte, daß man sei. Das bedeutet zugleich, daß man aufhört, sich selbst und anderen etwas vorzumachen. Man möchte keine Rolle mehr spielen, sondern erlebt die Rolle, die man wirklich spielt. Die Erlebnisfähigkeit selbst steht dabei im Mittelpunkt. Und sie ist nicht zu verwechseln mit unserer Denkfähigkeit, dem Reflektieren, Widerspiegeln können. Die liefert nur Abklatsch von Gewesenem. Erst kommen die Erlebnisse in die Sinne, später erst in den Sinn. Das in die Augen (Ohren) Springende ist das Eigentliche, Ursprüngliche. So beginnt man sich selbst in seiner eigenen Ursprünglichkeit zu erleben, zur Kenntnis zu nehmen.

Tut man dies unvoreingenommen, unpersönlich, so entdeckt man völlig unnötige Spannungen in Geist und Körper. Diese haben sich als Schutzhaltungen ausgebildet, die einen Teil unserer körperlich-seelischen Wirklichkeit nicht wahr haben wollen, die unnötig scheinendes Weh vermeiden möchten.

Die Unnötigkeit dieses Wehs beruht auf Einbildung. Das ist wörtlich zu nehmen. Unser Selbstbildnis drohte verletzt zu werden und das Weh in Leiden überzugehen. Das Bild, das wir uns von uns selbst gemacht haben, also unser eingebildetes Selbst, drohte Schaden zu nehmen. So verdrängen wir das, was sich mit diesem Bilde nicht deckt. Und damit beginnt das Leiden, wie wohl das ursprüngliche Weh überwunden scheint, in Wirklichkeit nur verdeckt wurde. Die geistige und körperliche Anspannung, die zur Aufrechterhaltung eines unangefochtenen Selbstbildes und zur Imagepflege notwendig schien, verkrampft Muskulaturen und Gefäße. So werden bestimmte Gewebe und Organe nicht mehr genügend durchblutet, er-

nährt, gereinigt. Man hat ein „echtes“ Leiden. — Zurück also zum Weh. Es kann den Weg zeigen. Aber es gehört Mut dazu. Nicht nur wegen des Wehs. Vor allem wegen der Begegnung mit unserem eingebildeten Selbst. Denn ohne dieses hätte auch ein Weh nicht bestanden. Unsere Einbildung erzeugt ja auch unsere Absichten. Schlagen wir absichtlich einen bestimmten Weg ein, verstellt uns die Absicht die Sicht, indem diese einfach aus der Sicht gerät. In dem gleichen Maße aber werden wir auch uneinsichtiger. Wir geraten auf Abwege, und zwar durch unsere eingebilddete, abgewegte Einstellung und Haltung. Das Weh ist nur ein Ausdruck für den Grad dieser Abwegigkeit.

Wer seine Vorstellungen geradewegs verwirklichen will, mißachtet die Wirklichkeit, die Umwege erfordert. In dieser Mißachtung liegt die Abwegigkeit. Das Weh zeigt uns also den Scheideweg: Hier der Abweg ins Reich des bloß Gemeinten, Gedachten, Vorgestellten, der geradewegs in den Abgrund führt, — da der vom Weh nachdrücklich erzwungene Umweg, der in die Wirklichkeit zurückführt, die nicht so einfach ist, wie sie vereinfachend gedacht wird. Geht man nicht den vom Weh gewiesenen Weg, so geht das Weh auch nicht weg.

Das Stehenbleiben am Scheideweg ist aber auf Dauer keine Lösung. Denn wer sich durch Innehalten inne wird, wird sich lösen und nicht stehenbleiben. Wer mit Gewalt gegen seine Natur angeht, macht sich kaputt. Wer einfach stehenbleibt, des Lebensuhr wird gestoppt, der Fluß des Lebens wird gestaut. Er sieht die zwei Möglichkeiten, kann sich aber nicht entscheiden, für keinen der beiden Fälle, ist verzweifelt, niedergeschlagen, deprimiert, verliert die Lust am Leben. Dabei kann man nicht mehr, als es gewinnen oder verlieren.

Besser also voran zu machen, auf Schmerz zu achten, auf denselben Rücksicht zu nehmen, sich von ihm leiten zu lassen; durch Versuch und Irrtum, Fehler und Erfolg allmählich feinfühler und insofern erfahrener zu werden: erlebnisfähiger und williger statt eigenwillig. Aber dabei wird unser Selbstbild, unser eingebildetes Selbst, in Frage gestellt. Und nur in dem Maße, wie wir davon lassen können, werden wir geschickter, mit unserem Geschick fertig zu werden. Wir verlieren einfach die Unbeholfenheit mit der Aufgabe

unserer großtuerischen fixen Ideen, die wir überall mit uns herumtragen und mit denen wir überall durch wollen, wie mit einem großen Gemälde durch eine kleine Sperr.

Es gehört schon Mut dazu, sich einzusetzen, daß wir überhaupt ein solches Selbstbild in uns tragen. Denn im gleichen Augenblick können wir unser Erkenntnis nicht entziehen, daß wir — wenn überhaupt etwas Wesentliches an uns dran sein sollte — gewiß kein bloßes Bild sind, sondern etwas viel Wirklicheres! Und diese Wirklichkeit gilt es in uns zu entdecken.

Dazu müssen wir Vertiefung üben. Wir werden uns sammeln und besinnen. Wenn wir alle beisammen haben, wird uns klar werden, daß wir nicht sein kön-



nen, was wir bloß haben — Kleider und Schuh, Hände und Füße, Gefühle und Gedanken — und genau so wenig auch nicht etwas, was sich durch Worte ausdrücken läßt; denn Worte beschwören nur Vorstellungen herauf, abseits des Lebens, fern von der Wirklichkeit.

Es geht also nicht bloß darum, eine gewisse Kopflastigkeit aufzugeben, sondern sich wirklich des Kopfes zu entschlagen, sich in die Leibes- und Lebensmitte zurückzunehmen. Wir müssen uns also nicht nur sammeln und besinnen, sondern auch vertiefen und versenken, bis zur Versunkenheit. Wenn dann alle Bilder unserer Vorstellungswelt sich auflösen, versinken auch alle Weltbilder, Weltanschauungen und ausgedachten oder schön wissenschaftlich im Kopf geordneten Welten, und das bloß Vorgestellte weicht dem Erlebten, der Wirklichkeit. Und diese beginnt dann zu wirken.

Kreislauf, Stoffwechsel kommen in Gang, die Lebensenergie beginnt zu fließen. Und in dem Maße wie Verspannungen sich auflösen, gewinnt der Körper seine ursprüngliche, von Natur angelegte Haltung und Gestalt. Mit dieser kommt er nämlich dem wirkenden Lebensgeschehen am besten entgegen, gibt diesem den besten Halt.

Die Günst der Haltung erlaubt es nun aber auch, statt vom Üben der Vertiefung, von der Vertiefung des körperlichen Übens auszugehen. Dabei kann einleuchtenderweise nicht ohne weiteres sofort die jeweilig aus einschlägigen Yogabüchern bekannte, vollendete Endgestalt eines Yoga asana erreicht werden: Die Verspannung unserer angstgenährten Schutzhaltungen sträuben sich dagegen — — schließlich beruhigt ja alles, was man erreichen möchte, alles, was man unbedingt vermeiden will, weigehend auf der Angst, daß die Dinge so, wie sie sind, nicht auszuhalten, und so, wie sie werden könnten, höchst unbefriedigend wären.

So kommt das körperliche Üben schnell an seine Grenzen, ein Ziehen hier, ein Spannen da und — autsch! — die Schmerzen. Schmerzlich werden unsere Grenzen bewußt.

Falls wir unseren Willen aber nicht darauf versteifen, die Übung mit Gewalt hinzubekommen — oder voreilig aufgeben und uns darauf konzentrieren, uns vor uns selbst und vor den anderen zu entschuldigen — können wir

diesem schmerzlichen Bewußtwerden eine erhöhte Geistesgegenwart abgewinnen.

Statt also nach plausiblen und einleuchtenden Rechtfertigungs- und Entschuldigungsgründen zu suchen, ist in Wirklichkeit nicht mehr gefordert, als innezuhalten und alle Denkreflexe — unter Außerachtlassung ihrer Inhalte, nur auf die damit verbundenen körperlich-geistigen Spannungen hin abzutasten: Wo scheint es im Augenblick in mir zu denken? Von wo scheint dieses Denken auszugehen? Und dann ganz einfach genau da die so aufgedeckte und ausgemachte Anspannung fallen zu lassen. In eben diesem Augenblick klingen die Denkreflexe ab, und das Bewußtsein geht voll in unserer körperlichen Augenblicksverfassung auf.

Lassen wir die Leibhaftigkeit dieses Erlebens nicht abreißen, so können wir ganz ursprüngliche Bewegungsimpulse und Haltungsbedürfnisse erleben, denen wir nur vertrauensvoll zu folgen brauchen, um mit uns selbst eins zu sein, gleich worauf es im Ende hinausläuft — was wieder Mut, Vertrauen, Zuversicht voraussetzt — oft auch einfach durch Zutrauen zu einem Lehrer oder „guru“ ersetzt — zugleich aber alle Gewalt ausschaltet und Haltung und Bewegung Anmut verleiht, wie sie aus der wirklichen Natur des Menschen fließen.

Hingabe an die Wirklichkeit, Aufgabe alles bloß Ausgedachten, Vorgestellten, Eingebildeten, das ist dann schon bereits wieder die Rückkehr zur ersten Aufgabe, Vertiefung zu üben, mit der wir begonnen hatten. Beide Aufgaben stehen in ständiger Wechselwirkung. Die eine verlangt Aufgabe des Denkens, die andere Aufgabe des Willens. Beide Aufgaben ergänzen einander, bilden das Ganze. Beide müssen wir lösen.

Löst sich in uns alles, so sind wir bald voll bei Sinnen, nehmen alles ungetrübt wahr und in uns auf, empfangen geläutert auf allen „Kanälen“: Augenweide und Ohrenschmaus, wohin wir auch schauen und hören, Labsal und der Duft der großen, weiten Welt, in welche Richtung wir unsere Nase auch stecken, leibhaftiges, liebevolles Ergriffensein auf der ganzen Linie. Kein Gedanke narrt uns. Die ganze Welt nährt uns, ohne daß wir uns ihr mühevoll zu nähern bräuchten. Keines angstvollen Gedankens Blässe schnürt uns den Atem ab. Ruhig, tief und kräftig geht der Atem,

heizt das Stoffwechselfeuer an, das hell wie das Bewußtseinsfeuer brennt, ohne den Qualm der die Wahrnehmung verweigernden und damit des Feuers Nahrung nur unvollkommen verbrennenden Gedanken. Kreislauf, Stoffwechsel und Energie-Fluß kommen in Einklang, der Leib lebt aus seiner eigenen Weisheit und liebt das Leben, ohne zu nörgeln, ohne dies oder jenes anders haben zu wollen, ohne nach einem gesonderten, anspruchsvollen, abwegig „geistigen“ Ausdruck zu suchen. Es ist nur noch ein Ansprechen auf den feinsten Reiz, die feinste Regung, in völliger Übereinstimmung mit sich selbst. Die Selbstwerdung ist geglückt. Glück durchströmt den Körper. Friedvoll ruht das Bewußtsein in sich selbst.

Und in dem Maße, wie dies öfter glückt, wird es leichter, zwangloser glücken. — Doch man braucht sich nicht gleich auf die volle Erlebnisfähigkeit aller leibhaftigen Sinne einzustellen. Man kann auch mit der Anschauung des Mondes, eines Baumes, eines Berges, eines Sees, eines Bachs oder Flusses, eines Feuers, von Erde und Himmel beginnen, bis diese ineinander-tauchen, oder auf das Murmeln eines Baches, das Zwitschern der Vögel, das Bellen eines Hundes, das Krächzen eines Raben, das Krähen eines Hahns, das Mauzen einer Katze, das Grollen des Donners, das Knistern des Feuers, das Rascheln der Blätter lauschen, bis man ganz und nur noch Ohr, bis man selbst die Kulisse der Welt, bis man das Le-

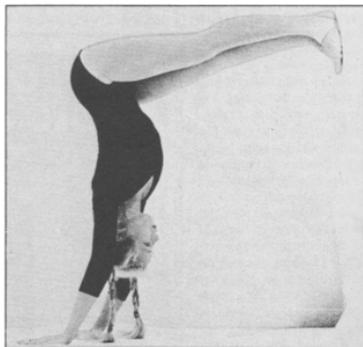
benskonzert selber ist.

Ebenso kann man aber auch einfach den Körper so beanspruchen, daß der Kreislauf in Gang kommt und der Körper so mit sich selbst beschäftigt ist, daß ihm zum Denken gar keine Zeit bleibt, weil er sich auslebt, weil er in den Füßen die Lust verspürt, aufzutreten, aufzustoßen, in den Händen ihre Lust zu tasten, fassen, greifen, packen, streicheln, kosen, in den Beinen ihre Lust zu tragen, stemmen, laufen, in den Armen die Lust sich zu haben, recken, strecken, biegen, halten, schmiegen, in der Brust ihre Lust sich zu dehnen, weiten, füllen, leeren, im Gesäß seine Lust sich zu setzen, zu sitzen und besitzen, und das alles, ohne auch nur eine dieser Leistungen für eine Lust zu halten und als lästig zu empfinden.

Der Duft einer einzigen Blüte, die Kostlichkeit einer einzigen Frucht schon führen mitunter zur Erleuchtung, zur Erlösung. Die Begegnung mit einem einzigen Menschen schon mag uns erscheinen wie ein Gottesbote, wie ein königlicher Prinz, der uns wachküßt, wie eine holde Fee, eine Prinzessin, die uns empfangen, aufnehmen und beglückt.

Welcher Weg der richtige sei? Keiner, den man nennen könnte. Gewiß aber der, den man wirklich geht.

Was sich dann ändert? Nichts! Alles bleibt so, wie es von allem Anfang her schon immer gewesen ist, wenn es uns auch unsägliche Ewigkeiten hindurch immer wieder anders erschienen ist.



Buchbesprechungen

Paul E. Dennison
Befreite Bahnen

180 Seiten, DM 24,-, Verlag für angewandte Kinesiologie, Freiburg

Es macht Spaß und ist eigentlich auch nützlich, etwas über die eigene neurologische Organisation zu erfahren. Dieses Buch hilft dem Leser festzustellen, wo seine Stärken und Schwächen liegen, welche Gehirnhälfte aktiver ist und insbesondere wie die beiden Gehirnhälften integriert werden können. Dr. Dennison hat stets als Pädagoge gearbeitet und widmet sich seit vielen Jahren der Verbesserung der Lernfähigkeit. Die angewandte Kinesiologie sieht das Lernen aus einer neuen Perspektive, d.h. sie geht nicht vom Kopf sondern von den Muskeln aus. Wir lernen, wie man Muskeln „testet“ und ausbalanciert, um ein verlorenes Gleichgewicht wieder herzustellen. Haltungsvorstellungen mit Hilfe entsprechender Übungen erleichtert das Lernen, da unnötiger Streß ausgeschaltet wird. Die Übungen sind sehr einfach, und man wundert sich, daß man nicht selbst darauf gekommen ist. Dieses Buch ist eine konkrete und praktische Weiterführung der Bücher von Dr. John Diamond „Der Körper lügt nicht“ und „Lebensenergie in der Musik“.

BM

Peter Russell
Die erwachende Erde

270 Seiten, DM 9,80, Heyne Taschenbuch, Originalausgabe

Den Hologramm-Lesern ist Peter Russell schon ein Begriff. (siehe Hologramm Nr. 36, „Das globale Gehirn“) Jetzt ist auch das Buch von ihm erschienen und für jeden eine Bereicherung, der die Erde als großes Netzwerk von Kräften sehen kann. Peter Russell macht deutlich, daß wir nicht hilflos irgendwelchen Mächtschichten der Politiker ausgeliefert sind, sondern tatsächlich aufgrund unserer Bewußtseinsentwicklung einen Einfluß auf die Qualität der Energien haben. Peter Russell entwirft auf der Grundlage der neuen Erkenntnisse vieler Wissenschaftsdisziplinen und östlichen Weisheitslehren ein positives Bild von der Zukunft der menschlichen Gesellschaft. Als Schüler von TM-Guru Maharishi hält Russell natürlich sehr viel von meditativer Praxis um die globalen Energien zu beeinflussen; er ist jedoch sehr offen für alle Möglichkeiten: „Der Erleuchtete kennt eine Wirklichkeit, die jenseits der üblichen Dualität von Ich und Nicht-Ich sowie der von ihr verursachten Leiden liegt,

und sein Mitgefühl für die Menschheit bewegt ihn, auch anderen zu dieser Erkenntnis zu verhelfen. Heißt es doch in vielen buddhistischen Lehren, der Erleuchtete gibt sich erst zu frieden, wenn er die Erleuchtung aller erlebt. Dieses Ziel der Erleuchtung muß die Menschheit jetzt anstreben. Bisher haben immer nur hier und da einige wenige Erleuchtung erreicht. Soll die Welt anders werden und wollen wir zu einer Gesellschaft mit hoher Synergie kommen, muß ein solcher Bewußtseinswandel jedoch weitverbreitet sein.“ Das Buch versucht zu beweisen, daß eine Art Verbindung zwischen Menschen besteht, ein „globales Gehirn“, und wir in der Lage sind, dessen Qualität zu verbessern. Sheldrakes Thesen vom „morphogenetischen Feld“ und Lyall Watsons „Hundertster Affe“ finden bei Russell weitere Bestätigung. „Alles deutet daraufhin, daß wir uns rapide dem kritischen Punkt nähern. Und dort gibt es nur zwei Möglichkeiten: Zusammenbruch oder Durchbruch. Wenn wir uns dem auf uns ausgeübten Druck nicht anpassen können, wird die menschliche Gesellschaft wahrscheinlich kollabieren. Gelingt uns aber die Anpassung, können wir vielleicht zu einer neuen Organisationsweise emporsteigen.“

BM

Jim E. Lovelock
Unsere Erde wird überleben — Gaia, eine optimistische Ökologie
220 Seiten, DM 7,80, Heyne Taschenbuch

Dieses Buch ist schon seit 1982 auf dem deutschen Buchmarkt und jetzt als Taschenbuch erschienen. Und das ist gut so. Denn Lovelock versteht es, in verständlicher Sprache wichtige Erkenntnisse der Biologie, Chemie und Ökologie darzustellen, und das mit einem positiven Ausblick. Seine wesentliche These, die auch Russell, Sheldrake, Capra, Wilber und andere teilen ist, daß die Erde ein intelligenter Organismus ist, der es seit Milliarden von Jahren vermocht hat, allen Widernissen zum Trotz zu überleben, sich sogar so zu entwickeln, daß das Leben für den Menschen überhaupt erst möglich wurde. Es mußte eine Atmosphäre geschaffen werden, die aus 21% Sauerstoff und 79% Stickstoff besteht. Ungewöhnlich und erstaunlich ist dabei, daß dieses Verhältnis in keiner Weise „natürlich“ ist! „Mit dem ersten Auftreten von Sauerstoff kündigte sich eine fast tödliche Katastrophe für das frühe Leben an. Daß die frühe Biosphäre nur durch blinden Zufall dem Tode durch Erfrieren oder Sieden, durch Verhungern, durch Übersäuerung oder schwere Störungen des Stoffaus-

halts und schließlich durch Vergiftung entgangen sein soll, ist sehr schwer vorstellbar. Wenn mit der Biosphäre aber mehr als nur die Evolution eines Artenkatalogs verknüpft war, wenn sie die Fähigkeit erlangt hatte, den Planeten zu kontrollieren, erscheint das Überleben in jenen schicksalhaften Zeiten nicht mehr so unbegreiflich.“ Die ganzen Erkenntnisse der Erdentwicklung über Jahrmillionen und die zukünftigen Entwicklungen werden von Jim E. Lovelock sehr provokativ und lehrreich behandelt. Seine These ist, daß der Erde zwar Gefahren drohen, doch sie so hochorganisiert ist, daß sie es verkräften wird — auch wenn der Mensch dabei sich selbst zerstört. Doch er geht noch weiter: „Wenn wir ein Teil Gaias sind, wäre es interessant zu fragen: Bis zu welchem Ausmaß ist unsere kollektive Intelligenz auch ein Teil Gaias? Bilden wir als Art ein Gaiasches Nervensystem mit einem Gehirn, daß bewußt Umweltveränderungen voraussehen kann? Ob wir wollen oder nicht, wir sind schon dabei, auf diese Weise zu funktionieren. . . die Entwicklung des Homo sapiens mit seinem technischen Erfindungsreichtum und seinem ungläublich komplizierten Kommunikationsnetzwerk hat Gaias Wahrnehmungsbereich ungläublich vergrößert. Durch uns ist sie erwacht und sich ihrer selbst bewußt geworden.“ Und er meint, daß wir insgesamt schon in Einklang mit dem Bewußtsein der Erde interagieren werden, damit die Evolution nicht vernichtet wird. Eines der vielen erstaunlichen und vitalen Bücher der amerikanischen Wissenschaftszene.

BM

Ken Wilber
Halbzeit der Evolution
414 Seiten, DM 39,80, Scherz-Verlag

In dieser besprochenen Reihe momentan das wichtigste Buch. (siehe Hologramm Nr. 30) Es ist eine Fortführung und Vertiefung all der Thesen, wie sie von Capra und anderen vorgetragen wurden. Doch Wilber geht weiter. Er listet nicht einfach verschiedene Thesen und Erkenntnisse der Wissenschaft und Spiritualität auf, er ist selbst ein tiefgründiger Forscher in Fragen der Spiritualität. Das Werk zeigt, wie die Menschheitsentwicklung durch verschiedene Bewußtseinsstufen ging. „Auch wenn der Mensch sich bereits auf dem Weg vom Tier zu den Göttern befindet, verbleibt er in der Zwischenzeit in einem recht tragischen Zustand. In der Schweben zwischen beiden Extremen ist er den stärksten Konflikten ausgesetzt. Nicht mehr Tier, aber auch noch nicht Gott — oder schlimmer, halb Tier, halb Gott: So steht es um die Seele des Menschen.“ Wilber versucht in seinem Buch in jeder Zeileperiode die durchschnittliche und die fortgeschrittene Stufe zu

erkennen. Er fand heraus, daß, wenn der Durchschnitt der Menschen auf der magischen Ebene lebte, die höchste Bewußtseinsstufe übersichtlich war. Als das durchschnittliche Bewußtsein mythisch war, war die höchste Ebene spirituell, und als das durchschnittliche Bewußtsein rational war, war die höchste Stufe transzendent. Doch das wichtige an seinem Buch ist nicht eine Aufzählung von Bewußtseinsstufen, sondern die Klarheit, die er in das Verständnis der spirituellen Entwicklung des Menschen bringt. Für Wilber haben wir immer noch nicht die Stufe überwunden, in der das religiöse „Vaterbild“ herrscht. Die neuerliche Verehrung einer Papstgestalt, hervorragenden Gurus und großen Politikern basiert auf dieser Stufe. „Viele Formen der Unterdrückung (ökonomisch, sexuell, kommunikativ) wurden unterstützt und verstärkt, weil die herrschenden kulturellen ‚Väter‘ ohne weiteres die Autorität des echten Vaters für sich in Anspruch nahmen und heute noch nehmen. Die Inanspruchnahme der göttlichen Autorität des transzendenten Gottes erleichtert es den kulturellen Vätern, die eigene politische Autorität und ihren politischen Ehrgeiz zu festigen. Sie schüren noch die Ängste und Vaterprojektionen der ichhaften Massen und verstärken sie, indem sie mit dem ‚göttlichen Recht der Könige‘ ihre Machtansprüche zu kosmischen Dimensionen aufblähen. Meine ganze Hoffnung geht in folgende Richtung: So wie das männliche Prinzip einst das Bewußtsein aus dem chthonischen Matriarchat errettet hat, könnte heute das weibliche helfen, das Bewußtsein aus dem Patriarchat zu retten. Der Drache, den wir jetzt bekämpfen müssen, ist die ichhafte Struktur selbst, und der neue ‚Nibelungenschatz‘ ist zenitaurische und

psychische Bewußtheit. Heute müssen wir Intuition und wache, aber passive Bewußtheit entwickeln, so wie wir gestern unbedingt selbstbehauptende Logik und aktive Mentalität entwickeln mußten.“ Der Zusammenhang, in dem diese Erkenntnis steht, sind die Stufen der Bewußtseinsrevolution, wo wir erst in der Mitte stehen. Wilbers Ebene 5 heißt Nirmanakaya-Ebene: sie entspricht schamanistischer Trance, Shakti, psychischen Fähigkeiten, Siddhis, Kriyas, elementaren Kräften (Naturgötter und Göttinnen), Körper ekstase, Kundalini- und Hathayoga. Wilbers sechste Ebene heißt Sambhogakaya: es ist der subtile Bereich, die Vision von Engeln und Archetypen, ein Gott/eine Gotting, Schöpfer aller niederen Bereiche (Ebenen 5-1); der Demiurg oder archetypischer Herrgott; Religion und Heiligenverehrung, Nada- und Shabda-Yoga usw.

Die Ebene 7, die Dharmakaya-Ebene ist der kausale (ursächliche) Bereich, die nicht-mifeste Leere; Urrund, Einheit von Seele und Gott, Jnana-Yoga, Nirvikalpa-Samadhi, Vereinigung von Göttlichem und Menschlichem. Aber es folgt noch eine höhere Ebene: die Ebene 8, Svabhavikakaya: Identität von Manifestem und Nichtmanifestem, des gesamten Weltprozesses und der Leere; vollkommene und radikale Transzendenz in das und als das Höchste Bewußtsein-an-sich, oder das absolute Brahman-Atman.

Aufgrund dieser Bewußtseinsstufen kritisiert Wilber radikal herrschende Vorstellungen der sogenannten New-Age-Bewegung. Er meint, daß die romantischen Transzendentalisten verschiedene Bewußtseinsformen durcheinander bringen. Sie verwechseln Magie und Psychisches, Mythos und subtilen Archetyp. „Sie behaupten, die Evo-

lution über das Magische hinaus haben einen Verlust an psychischem Bewußtsein gebracht und die Evolution über das mythische Bronze-Zeitalter hinaus einen Verlust an subtiler archetypischer Verklarung.“ Wilber führt aus, daß viele der körper- und sensibilitätsorientierten Psychotherapien zurückführen vor eine vorrationale Ebene und nicht auf eine transrationale. „Deshalb ist bei diesen Individuen gegenwärtige eine Entwicklung in Richtung auf präpersonale, kultische, narzißtische Zielsetzung zu verzeichnen. Die New-Age-Bewegung ist daher meines Erachtens eine seltsame Mischung einer Handvoll wahrhaft transpersonaler Seelen mit Massen von präpersonalen Süchtigen.“ Dennoch sieht er eine positive Zukunft voraus, weil jetzt eine Möglichkeit besteht, diese Dinge besser zu durchschauen und entsprechend zu handeln; auch der gesellschaftliche Bereich wird in diese Entwicklung mit einbezogen.

Das Buch ist derart komplex, daß ich hier nur einige Aspekte von Wilbers Erkenntnisstufen streifen konnte; ich empfehle jedem ernsthaft spirituell Suchenden, dieses glänzende Werk zu studieren, weil es wirklich zur Bewußtseinsänderung beiträgt. Es ist Jnana-Yoga, das Yoga des Wissens.

Bruno Marini

Douglas Lockhart

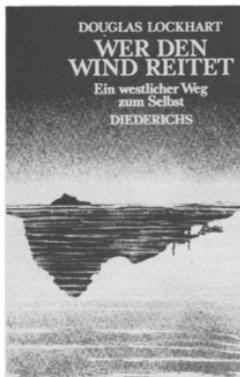
Wer den Wind reitet — Ein westlicher Weg zum Selbst

Eugen Diederichs Verlag, 335 Seiten, DM 29,80

Es hat lange gedauert, bis dieses Buch auf den deutschen Markt kam, doch jetzt ist wohl die Zeit reif dafür. Der Ich-Erzähler Lockhart alias Peter Derwent macht die Begegnung mit einem ungewöhnlichen Mann, Alexius Sabazius, der ihn, wie der Schamane Don Juan in Castanedas Werk, auf eine recht eigenartige und phantastische Reise zum Selbst führt. Man könnte sagen, es ist im Prinzip das gleiche „Strickmuster“ wie sie in spirituellen Romanen der neueren Zeit immer wieder vorkommen. Doch gleichzeitig ist es eine ganz individuelle, einzigartige Geschichte, sicherlich auf fiktive Art geschrieben aber mit einem echten, erlebten Hintergrund. Das Muster ähnelt zwar anderen Geschichten, aber die Art des Lehrens und Lernens sind anders. Sabazius erinnert ein wenig an den bekannten spirituellen Lehrer Gurdjieff, der ja auch griechischer Abstammung ist. Sabazius ist ein „Meister des Augenblicks“; jeder Moment gewinnt bei ihm Bedeutung und er benutzt jede Situation, die ihm für eine Lehre geeignet scheint. Er betont jedoch immer, daß nicht er die Situation schafft, sondern die Wirklichkeit. Er ist nur der Katalysator für die Erfahrung des Schülers.



Ken Wilber



Die verschiedenen Stufen der Schulung gehen vom mechanisch-unbewußten Menschen zur Ebene, auf der die Romanfigur zum „Fühlenden“ wird, d.h. ein Mensch, der die Dinge unmittelbar wahrnimmt. Im Prozeß dieser Lehre passieren merkwürdige Dinge. Realität und Phantasie sind eng ineinander verwoben. Immer kommt es auf den Augenblick des „Fühlens“ an, was wohl Don Juans „Sehen“ entspricht. Doch der Fühlende muß auch Willen entwickeln, um sich wirklich im Griff zu haben. Verschiedene Situationen bringen den Erzähler in derartige Bedrängnis, daß er nicht umhin kann, zu einer anderen Realität aufzuwachen.

Der Leser wird Zeuge eines inneren Lernprozesses, wie er kaum spannender sein kann. Er wird gefangengenommen durch viele suggestive Bilder und Traumreisen, durch haunahme Wirklichkeit und phantastische Mystik. Doch am Ende bleibt, wie in vielen Romanen dieser Art ein schales Gefühl zurück: zum einen ist es instruktiv, einen Meister bei seiner einzigartigen Arbeit mitzuleben, zum anderen fühlt der Leser, daß das Lesen ein Substitut für das eigene, tatsächliche Leben ist. Nicht immer läßt sich der mystische Weg so aufregend darstellen oder erleben. Oft ist der Alltag getränkt mit einer derartigen Möglichkeit, aber mangels geschärfter Wahrnehmung gelingt es uns nicht, auf diese Bewußtseins Ebene zu springen. Wenn diese Erzählung uns nicht einleiten, sondern erwecken soll, müssen wir höllisch aufpassen. Gelingt dem Leser dies, kann er einige Lehren dieses Buches in sein Leben integrieren.

Bruno Martin

„Ohne daß ich mir irgendwelche Gedanken in logischer Abfolge zurechtlegte, wurde mir klar, was ich da tat. Was da schaute und sah, war ich mit allem, was ich war, und nichts wurde vom Netz der Interpretationen herausgefiltert, das man im allgemeinen als „Beteiligsten“ bezeichnet. Das öffnete mir die Augen für eine Reihe von Dingen, vor allem für die Tatsache, daß unsere Augen voreingenommen schauen, denn sie sehen nur das, was sie wünschen. Es ist ein Irrtum zu glauben, was wir sehen, sei die Wirklichkeit. Ständig frisieren wir alles, was wir hören und sehen, damit es zu unseren fertigen Anschauungen über die Wirklichkeit paßt.“

Douglas Lockhart

Annie Wilson/Lilla Bek: Farbtherapie, der sanfte Weg der Heilung.
224 Seiten, 42 Abbildungen, DM 29,80, Scherz-Verlag

Wenige von uns denken über die Natur der Farben nach. Fast jeder hat eine Lieblingsfarbe, Innenarchitekten statten Schlafzimmer in blauen Tönen aus, aber eine tiefere Bedeutung der Farben ist uns fremd.

Licht ist Schwingung, Farbe ist zerlegtes Licht; das erklärt, daß sehr sensible Menschen und auch manche Blinde Farben durch den Tastsinn zu erkennen vermögen, denn Farbe ist Energie.

Es gibt schon viele positive Experimente mit Farbtherapie in Krankenhäusern, Gefängnissen und Schulen. Wer beginnt, sich mit diesen Fragen zu beschäftigen, wird bald merken, wie sehr der Mensch von Licht und Farbe abhängig ist. Noch dazu ist Licht als Schwingung nichts Fixes, sondern beweglicher Fluß; zum gesunden Leben sind also lebendiges Licht und lebendige Farben notwendig, aber kein Neonlicht mit seiner Starre.

Die Weisen des Ostens aber auch helllichtigen Menschen des Westens vermögen einen oder mehrere feinstoffliche Körper in uns um den physischen Leib zu erkennen; sie sehen aber auch die Energiezentren, Chakren, Räder genannt, die im Sinn des Uhrzeigers in steter Schwingung sind. Die verschiedenen Ebenen und Zustände unserer Existenz spiegeln sich in den Chakren.

Lilla Bek, Yogalehrerin und helllichtig, vermag die jedem Chakra zugehörige Farbe zu sehen. Die sieben Chakren leuchten in verschiedenen Farben vom extrovertierten Rot über Orange, Gelb, Grün, Blau bis zum Violett an der Scheitelkrone, dem tausenblättrigen Lotos.

Lilla Bek ist fähig, die Farb-d.h. Energiequalität, Mangel, Störung, Gleichgewicht oder Überfluß in den einzelnen Chakren festzustellen. Als Yogalehrerin versteht sie es, dieses Wissen vom Energiefluß und seiner Konzentration in den Chakren in ihre Yogaarbeit einzubauen.

Anhand des Buches „Farbtherapie“ kann der Leser Aufschluß über seinen eigenen Zustand gewinnen und mittels einfacher Yogaübungen, die durch hervorragende Fotos verdeutlicht werden, das Gleichgewicht und die richtige Qualität der Farben in den Chakren wieder herstellen; ein Zuwenig in den Chakren aufzuladen, ein Zuviel abzubauen.

Farbtherapie ist uraltes Wissen, tausende von Jahren alt, aber im rationalen Westen längst vergessen. Das überraschend interessante Buch öffnet das Tor zu einer neuen Welt; sein Hauptanliegen ist es, zu zeigen, wie durch Yoga- und Atemübungen die Farben der Energiezentren gereinigt und geklärt und untereinander in ihr natürliches Gleichgewicht gebracht werden können, wodurch der geistig-körperliche Mensch die gesunde Harmonie zurück zu finden vermag.

Trude Fontana

B.K.S. IYENGAR. Licht auf Pranayama: das grundlegende Lehrbuch der Atemschule des Yoga.
O.W. Barth Verlag, 360 Seiten
DM 34,—

Iyengars Buch, Licht auf Yoga, war ein Werk, das wohl am ausführllichsten in der ganzen westlichen Yogaliteratur die Wege des Yoga erläutert hatte. 600 Fotos haben die Yoggasana in allen ihren Details auch für den Schüler erklärt, der ohne Meister nur mit dem Buch in Hand lernen und üben will.

Das gleiche Prinzip läßt Iyengar auch in seinem großen neuen Buch, Licht auf Pranayama walten. Prana ist das Wort für Atem, Lebenskraft, Seele, kosmische Energie, ja für Leben selbst. Ayama bedeutet Dauer, Bezähmung, Anhalten, Pranayama meint somit, Bezähmung des Atems, worin auch der Gedanke der bewußten Atemgestaltung enthalten ist.

Durch Belehrung durch seinen Guru, durch eigene Erfahrung und intuitive Intelligenz hat Iyengar das ungeheure Gebiet des Atems mit seinen feinsten Abwandlungen durchforscht und erprobt. Als ursprünglich kränklicher junger Mensch konnte er nicht nur die Steigerung der physischen Gesundheit, sondern auch die Kräftigung und Heilung des Nervensystems und des Willens und die Vervollkommnung des inneren Menschen durch Pranayama an sich selbst erfahren. In seinem kurzen Vorwort umreißt Yehudi Menuhin, Schüler von Iyengar, die Bedeutung des neuen Buches; er zählt es zu den wichtigsten Werken des New Age, das zu einer Aussöhnung und Verbindung der unterschiedlichsten Therapieformen führen könnte, denn — so sagt der große Musiker — Kraft ist die Umwandlung des ganzen Kreislaufes von Luft und Licht in Stoff und wieder zurück.

Das Buch erläutert alle Feinheiten des seit Jahrtausenden in Indien geübten Yogaatems; die Techniken der verschiedenen Atemformen, die bewußte Führung des Atems durch Nadis und Chakras (Kanäle des feinstofflichen Körpers und die feinstofflichen Zentren). Iyengar befaßt sich mit der Theorie des Pranayama, wobei er immer wieder auf alte indische Vorstellungen und Texte zurückgreift. Im praktischen Teil ist er außerordentlich klar, sorgfältig, auf Verständlichkeit bedacht. Die Bewältigung des Stoffes geschieht durch Bündelung in Tabellen und Kurse, die den Lernenden stufenweise leiten, unterweisen, aber auch über möglichen Fehlern und Übertreibungen warnen. Die Auswirkungen auf Körper und Geist der einzelnen Übungsstufen, sowie deren Eignung für die verschiedenen Menschentypen wird angemerkt. Ein ausführliches Glossar mit erschöpfender Erläuterung der Sanskritworte vervollständigt das Werk.

Trude Fontana

Dr. med. E. M. Haas: **Gesundheit durch alle vier Jahreszeiten, Ratschläge aus dem Herzen der Natur.**

277 Seiten, DM 34,—, Scherz Verlag

Der amerikanische Arzt, unzufrieden mit der heutigen westlichen Medizin, begann nach neuen Methoden, die zum Teil sehr alt sind, zu suchen. Er durchstöberte den Wissensschatz der alten Kulturvölker, der Chinesen, Inder, Griechen, Ägypter, experimentierte aber auch an sich selbst, wodurch er zu vielen praktischen Erkenntnissen kam.

Unter anderem studierte er die Wirkung der von den Chinesen sehr wichtig genommenen jahreszeitlichen Zyklen auf die Gesundheit, was dem Buch seinen Titel einbrachte. Jede Jahreszeit stellt an den Körper andere Ansprüche und erfordert eine differenzierte Behandlung. Diesem Wandel der Natur geht Dr. Haas mit zahllosen Ratschlägen nach.

Die Studien und Behandlungsweisen von Dr. Haas gehen aber weit über diese Fragen hinaus; er sucht die Erkenntnisse der modernen klinischen Medizin auch mit Homöopathie, westlicher Naturheilmedizin, mit moderner Ernährungslehre und Pflanzenmedizin zu einem umfassenden, ganzheitlichen Heilsystem zu verbinden.

Es ist ein prächtiges Buch, ohne akademischen Dünkel, geeignet in seiner überwältigenden Vielseitigkeit als nie versagendes Hausbuch; es erklärt geduldig und liebevoll, es ist angefüllt mit unzähligen, erleuchtenden Ratschlägen; es redet dem Kranken und noch Gesunden eindringlich und warmherzig zu.

Großen Wert legt der Autor auf Verstehen und Mithilfe des Patienten, auf geistige

Disziplin und geistige Übungen.

Er spricht daher ausführlich auch über Medizin, Yoga, Atemtechniken und Tai Chi. Zuletzt beleuchtet er auch den Wert der Astrologie für die Erkennung des Charakters, der Dispositionen und für die Erkennung der dem Kranken gemäßen Heilweise.

Trude Fontana

Holger Kalweit
Traumzeit und innerer Raum — Die Welt der Schamanen

Scherz-Verlag, 320 Seiten, Leinen, DM 34,—

„Die Erfahrung einer alles zusammenwebenden mystischen Natureinheit ist ein Grunderlebnis der Einweihungszeit und der schamanischen Weltbetrachtung im allgemeinen. Den wilden Tieren und stürmischen Elementen ausgesetzt, nur wenig Schlaf und Nahrung findend, die Gedanken unablässig auf das Gebet, die Geister, Götter und das Heilige gerichtet, wird er nach dem Zusammenbruch der Ich-Identität mit einer Einheitserfahrung von Welt, Universum, Natur, Tieren, Pflanzen und vor allem mit sich selbst, seinem transpersonalen Selbst, jenem überpersönlichen Ich belohnt: er verkörpert nun die Brücke zwischen der Welt der Menschen und der Welt an sich, dem heiligen Dasein, wie es sich nur dem Offenbart, der sich

zuvor aller ‚Menschlichkeit‘ im Zerstücklungsritual entledigt hat.“ (S. 108)

In diesem Abschnitt ist alles erfaßt, was in jedem Kapitel im einzelnen dargelegt wird. Es wird deutlich, daß Schamane sein ein derart ernstes und aufwendiges — in körperlicher und seelisch-geistiger Hinsicht — Leben mit sich bringt, daß kein Mensch aus freien Stücken diesen Weg einschlägt. Wie es dazu kommt, erfährt der Leser anhand von Berichten der Betroffenen, die sich sehr ähnlich sind, gleich aus welchem Kulturkreis sie stammen. Das Zusammenragen und Nebeneinanderstellen vieler verschiedener Bilder, Symbole und Rituale aus mehreren Ländern zum selben Ereignis macht das Buch zu einer Fundgrube sowohl für den neugierigen Leser als auch für den, der schon eigene Erfahrungen in dieser Richtung gemacht hat. Manche Traumhinhalte erhellten sich; manches Ritual, das nur oberflächlich bekannt war, bekommt seinen Platz und seine Bedeutung.

Das Buch ist in vier Teile gegliedert. Im 1. Teil geht es um Tod und Geburt, Jenseits und Diesseits, Seelenreisen und außerkörperliche Erfahrungen; im 2. Teil um die schamanische Initiation; im 3. Teil um die Wandlungssymbole des Bewußtseins; im 4. Teil um Religion und Wissenschaft.

„... die Seele selbst ist Musik ...“

Pir-o-Murshid
Hazrat Inayat Khan
1882—1927

MUSIK UND KOSMISCHE HARMONIE aus mystischer Sicht

Mit einer Einführung

96 Seiten, DM 20,— (ISBN 3-923000-14-6)



Verlag Heilbronn
Postfach 3541
7100 Heilbronn

Die beiden ersten Teile sind meiner Meinung nach die stärksten. Hier wird ein erstaunlich umfangreiches Material zusammengetragen und erklärt verbunden. Was der Verlust des Ego bedeutet, warum er sein muß, wozu er führt wird so klar, daß man sich fragt: wieso haben unsere Psychologen eigentlich damit so viele Schwierigkeiten!

Es geht um transpersonale Dimensionen, die z. B. den Gesang oder den Tanz als Ausdrucksform haben. Es geht um die Verbindung zwischen materieller und spiritueller Welt, um Balance zwischen Bewußtem und Überbewußtem. Um in diese Dimension vorzustößeln, bedient sich der Schamane verschiedener Techniken, die hier einfach aber keineswegs banal geschildert werden. So kann ein jahrelanges Steinerleben (Monotonie) ebenso zu transpersonalen Dimensionen führen wie eine heftige Krankheit. Krankheit überhaupt wird in ein ganz anderes Licht gerückt.

Während die beiden ersten Teile sehr lebendig und farbig sind, wird es im 3. und besonders im 4. Teil grauer oder ferner. Eine mehr philosophische Zusammenfassung wäre vielleicht gar nicht notwendig gewesen. Es sieht schon alles in den vorher angeführten Erlebnissen. Wer aufmerksam liest — und dazu inspiriert das Buch — kann mit-erleben.

Aminah Feder

Hazrat Inayat Khan

Musik und kosmische Harmonie aus mystischer Sicht

Verlag Heilbronn, 96 Seiten, DM 20,—

Die Grundlage der Schöpfung ist Klang. Das ist eine der Aussagen dieses schönen, fesselnden Werkes des großen Sufi-Mystikers dieses Jahrhunderts. Zu seiner Zeit galt Hazrat Inayat Khan als der bedeutendste Musiker Indiens, er sang und spielte die Vina und weckte in den Menschen, nach der Tradition der Chisti-Sufis geistige Wahrheiten durch Musik. Der Sufi nennt Musik *Giza-i-Ruh*, Nahrung der Seele. Das Buch beschreibt die Entwicklung der Schöpfung aus der Stille und dem Klang und wie wir durch Musik und Meditation uns wieder mit dem Ursprung verbinden können. Ein wichtiges Kapitel ist das über den „abstrakten Klang“; hier erläutert der Autor die sufisch-kabbalistische Lehre der heiligen Laute. Wenn das vor kurzem erschienene Buch von Hazrat Inayat Khan „Musik“ (im Frank Schickler Verlag) als *exoterisch*, also mehr für den allgemeinen Gebrauch gedacht war, ist dieses neue Buch wirklich esoterisch, womit nicht gesagt sein soll, daß nun alle geistigen Erkenntnisse über Musik erschöpft sind. Hazrat I. Khan geht es um den mystischen Aspekt der Musik, um das Zusammenwirken von Seele,

Natur und Kosmos und damit um die heilende (und heiligende) Wirkung der objektiven Musik, durch die Harmonie mit dem Selbst, mit den Menschen, mit dem Universum und dem Unendlichen hergestellt werden kann.

Bruno Marin



Im gleichen Verlag für je DM 2,— sind einige schöne kleine Textreihen „Die Goldene Mitte“ erschienen. Darunter „Die Goldenen Verse des Pythagoras“, „Der Sonnengesang des Ech-en-aton“, und „Die Tafeln der Weisheit des Moïn-ud-Din Chisti“, die meines Wissens erste Veröffentlichung dieses großen Sufi-Meisters aus dem 12. Jahrhundert in deutscher Sprache.

Idries Shah

Die Hauptprobe — Anleitung zum Sufi-Pfad
Herder Verlag, Freiburg, 144 Seiten, DM 16,80, übersetzt von Thomas Poppe

Mit diesem Buch setzt der Herder-Verlag die Idries Shah-Reihe fort, die nun schon aus vier Bänden besteht. Früher erschienen sind: Die Weisheit der Narren, Die fabelhaften Heldenaten des vollendeten Narren und Meisters Mulla Nasruddin, Das Geheimnis der Derwische. Die Hauptprobe ist sicherlich das wichtigste Buch mit Lehrgeschichten; auch die Übersetzung ist wesentlich besser und „sufischer“ als bisher, da der Übersetzer schon einige Jahre auf dem Sufi-Weg ist. Er versteht es die Feinheiten, die Idries Shah in die Geschichten gewoben hat, gut herauszuarbeiten. „Halte Brot von Mäusen fern — und Sufi-Arbeit von Gelehrten.“ Die Hauptprobe enthält Geschichten, die deutlich machen, daß der Sufi-Weg kein mystischer Zeitvertreib ist, sondern einiges von angehenden Schülern verlangt. Es ist ein „Intensivkurs“ für das Denken frei von Schablonen und ohne süßliche Schöngesteirerei. Wenn das beweist, daß die zunächst plausibel erscheinenden Interpretationen unseres Lebens nur allzuoft an der Wirklichkeit vorbeigehen. Wer von den Geschichten profitieren will, sollte sich jeden Tag eine davon vornehmen und sie während des Tages wirken lassen. Vielleicht sogar eine Woche. Diese Arbeit kann eine Wahrnehmung öffnen.

Bruno Marin

Firdausi, Geschichten aus dem Schahname. Ausgewählt und übertragen von Uta von Witzleben

288 Seiten, DM 19,80, Eugen Diederichs Verlag

In Diederichs gelber Reihe ist als Band 50 in Neuauflage eine Auswahl aus dem „Buch der Könige“ des Firdusi (wie Firdausi im deutschen genannt wird) erschienen, das in 60.000 Doppelversen die Geschichte der alten iranischen Könige erzählt. Das Schahname, dieses herrliche Sagen- und Geschichtswerk, ist ein Gewebe aus Historie, Märchen und Philosophie; es ist auch ein Abbild des Lebens überhaupt und man spürt darin noch das Fortleben der alten persischen Vorstellung vom Kampf der beiden Prinzipien von Ormuzd und Ahriman.

Die Übersetzerin Uta von Witzleben hat, was sich mancher Übersetzer zu Herzen nehmen sollte, die Verse in schöne, feste, freie, wohlthuende deutsche Prosa übertragen. Firdusi, „der Paradiesische“ (etymologisch das gleiche Wort) war bereits 63 Jahre alt, als er sein gewaltiges Unterfangen — 8 Mal so groß wie die Ilias — begann und mit unerhörter Geistesmacht, Phantasie und Bildkraft durchführte.

Uta von Witzleben hat die ihr am schönsten scheinenden Kapitel ausgewählt und jedes mit einem Kommentar eingeleitet, der die historischen, kulturgeschichtlichen und religiösen Umstände kurz umreißt. Goethe hat dieses Werk ein „Weltereignis“ genannt und Heine dichtete: Riesenteppich, wo der Dichter sonderbar hineingewählt seiner Heimat Fabelchronik, فارسianische Könige, Lieblichshelden seines Volkes, Rittertaten, Aventüren, Zauberesen und Dämonen.

Trude Fontana

Elisabeth Hämmerling

Orpheus Wiederkehr — Der Weg des heiligen Kluges

Ansata Verlag, 400 Seiten, Leinen, DM 38,—

„Einen besonderen Schwerpunkt gewinnt das Buch dadurch, daß es Orpheus als „Seelenführer“ wiederentdeckt — wie er Elisabeth Hämmerling in ihren Träumen begegnet — und ihn als solchen mit der bis heute lebendigen Psychagogik in Beziehung setzt, die von der modernen Psychotherapie bis zum Schamanentum reicht, das z. B. unter den Indianerstämmen Nord- und Südamerikas seine lebenden Vertreter hat. Der persönlichen Begegnung mit indischen Schamanen, von der in dem Buch fesselnd berichtet wird, verdankt die Darstellung des Orpheus als eines frühgriechischen Schamanen ihre Anschaulichkeit und Überzeugungskraft.“ (aus dem Vorwort von Ingrid Riedel) Das Buch verdient ausführlich besprochen zu werden, was wir erst im nächsten Heft schaffen.

T. H. White

Mr. White treibt auf der reißenden Liffléy nach Dublin

Eugen Diederichs Verlag, 220 Seiten, Leinen, DM 29,80

Eine moderne Sintflut-Geschichte mit viel englischem Witz, eine Fantasy-Reise erster Qualität. Grandiose und spannende Szenen wechseln sich ab mit sarkastischen Stichen auf unsere Zivilisation. Für alle, die gerne Schmöker und diese Art Joyceschen Humor mögen. Das Buch hebt sich auf jeden Fall aus der Reihe vieler gekünstelter Fantasie- und Traumromane heraus, eine „unendliche Geschichte“, die nicht so langweilt.

BM

Eileen Caddy

Findhorn — Zentrum des Lichts

Arbor-Verlag, U. Valentin, Hildastr. 31, 6900 Heidelberg, 194 Seiten, DM 21,—

Eileen Caddy, Mitbegründerin der Findhorn-Gemeinschaft, erhielt in täglicher Meditation Weisungen, was in Findhorn getan werden sollte. Das Buch enthält die wesentlichen Passagen dieser Weisungen. Das Buch erscheint allerdings recht spät, einige Zeit, nachdem sie längst Findhorn verlassen hat. Aber das Buch weckt den Glauben und die Vision, die wir für unsere Zukunft brauchen.

Horst v. Hasselbach

Mut und Anmut — Der denkwürdige Weg

Verlag Yoga im Dasein, 360 Seiten, DM 38,—

Das Buch setzt sich zusammen aus Essays, Berichten, Einsichten des Autors. Es ist „denkwürdig“, gibt Anstöße. Es fordert auf zum Tun, im Sinne eines praktisch und täglich gelebten Yogas. Über die Denkwiese des Autors kann sich der Leser des Hologramms in diesem (oder nächsten) Heft ein Bild machen.

Enthält eine ausführliche und interessante Bibliographie und eine ganze Menge Adressen von Yogalehrern und Lehrern.

Frithjof Schuon

Das Erwige im Vergänglichen

O. W. Barth-Verlag, 190 Seiten, DM 24,80

Mit dieser Neuausgabe wird ein Werk wieder zugänglich gemacht, das zu den „Klassikern“ der ewigen Philosophie gehört und dessen Autor auf dem Gebiet des vergleichenden Studiums östlicher und westlicher Religionen durch seinen Kontakt und Zusammenarbeiten mit Rene Guenon und dem marokkanischen Sufi-Scheich Alawi besonders befähigt ist.

BM

Dane Rudhyar

Die Magie der Töne

272 Seiten, DM 34,—, Leinen, Scherz-Verlag

Peter Michael Hamel schreibt im Vorwort: „Dieses Buch, das unseren Sinn für die Macht der Klänge erweitert und vertieft, ist ein Muß für alle Musikliebhaber.“ (Siehe unseren Auszug in Hologramm Nr. 39)

Adolf Hungry Wolf

Vater Sonne, Mutter Erde

Scherz-Verlag, 224 Seiten, DM 28,—, Leinen

Wie das erfolgreiche Buch seiner indischen Frau Beverly Hungry Wolf („Das Tipi am Rand der großen Wälder“) ist dies ein Bericht, der aus authentischer Erfahrung indianischen Lebens und indianischer Weltanschauung spricht. Adolf ist ein Deutscher, der schon vor Jahren zum Stamm der Blood-Indianer übersiedelte und seither dort lernte und lebte und inzwischen voll integriert ist.

Indianer Kalender 1985

DM 12,—, Werkstatt-Edition

Der Kalender besteht aus schönen einfühlsamen Zeichnungen des Graphikers Peter Dorn, der auch die Zeichnungen im Buch „Das Medizinrad“ gemacht hat, und Texte von Indianern über ihre Natur- und Lebenserfahrung.

Rolf Goetz

Spirituelle Gemeinschaften

Mandala-Verlag, Peter Meyer, 5429 Klingelbach, 230 Seiten

Dieses Buch stellt im ersten Teil aktuelle Gemeinschaften ausführlich dar: Aurville, Findhorn, die Farm und die Lama-Foundation. Im zweiten Teil 200 Anschriften von verschiedenen spirituellen Gruppen, Zentren, Organisationen und Sekten. Außerdem eine Reihe von Literaturhinweisen zu diesem Thema.

Ken Keyes

Rezepte zum Glück

Der Hundertste Affe

Felicitas Hübner Verlag, je 128 Seiten, je 12,80 DM

Ken Keyes schreibt in beiden Büchern kurz und bündig über unsere Lage. Der Hundertste Affe ist eine erschreckende Analyse der Atombedrohung mit positivem Ausblick. Rezepte zum Glück haben vielen Menschen schon geholfen. „Wenn Du es nur gerne hättest, daß die Dinge anders werden, könntest Du das Leben genießen. Aber hör auf zu verlangen, daß sie anders sein sollten als sie jetzt sind, auch wenn Du damit recht hast!“

Michio Kushi

Fernöstliche Astrologie

Verlag Ost-West-Bund e. V. 6639 Rehlingen, 61 Seiten, broschiert, DM 8,80

Ich bin leider kein Experte in Astrologie, doch dieses Büchlein zeigt für einigermaßen Bewanderte sehr interessante, neue Aspekte aus der fernöstlichen Astrologie, die auf dem Yin-Yang-Prinzip aufbaut. Interessant ist, daß diese Astrologie nicht nur die Einflüsse der Planeten einbezieht, sondern auch die Einflüsse der Erde. Die himmlischen Einflüsse bestehen aus Strahlungs- und Schwingungsströmen, welche auf die Erde niedergehen. Die irdischen Einflüsse bestehen aus den Temperatur-, Feuchtigkeits-, Wind- und anderen Auswirkungen. Die himmlischen Einflüsse fluktuieren in einem regelmäßigen Zyklus von 10 bestimmten Phasen und die irdischen wechseln entsprechend einem Zyklus von 12 Bereichen. Durch das Zusammenreffen und ihren gegenseitigen Austausch erzeugen diese beiden Ströme wechselnder Energie innerhalb der Biosphäre ein drittes Muster atmosphärischer Veränderung. In diesem Bereich werden wir geboren und wachsen auf. Die fernöstliche Astrologie basiert des weiteren auf den fünf Wandlungszuständen, die Fünf-Elemente-Theorie, die man verstehen muß, um das ganze System zu erfassen. Ein interessantes Thema mit völlig neuartigen astrologischen Bedeutungen.

BM

Eine Reise in die Traumwelt!

Herausgegeben von der DIES-Reisegruppe

220 Seiten, DM 24,—, Werkstatt Edition, Hauptstr. 17, 7887 Laufenburg

Die Indianer sind zum großen Vorbild geworden für viele Suchende: Ihre natürliche, bescheidene Lebensweise, die jahrtausendealte Weisheit, die sie bei aller Unterdrückung trotz drohender Ausrottung nicht aufgegeben haben. Nachahmung, Übernahme oder einfach: Rückkehr zum natürlichen Leben — hilft uns doch nicht aus dem Dilemma: Wo stehen wir in unserer eigenen Geschichte, in der europäischen Kultur. Im Laufe der Reise der DIES-Gruppe zu verschiedenen Indianerstämmen entwickelten sich Konflikte und Krisen um diese Fragen. Ein Teil des Buches beschreibt die Erfahrungen der Gruppe, ein anderer Teil kulturelle Aspekte der Indianer, die wir immer noch nicht genau kennen: Ehe, Sexualität, Handwerk, Tanz, Spiritualität und andere. Meines Erachtens ein sehr informatives, klares Buch über die wirklichen Indianer.

BM

Keltisches

Fortsetzung von S.25

chatsforscherin. Nicht zuletzt versuchte Freda Meissner-Blau, Obfrau des Österreichischen Informationsdienstes für Entwicklungshilfe (ÖIE), als Teilnehmerin und Moderatoren der Podiumsgespräche, das „keltische Schweben“ etwas in Zaum zu halten. Leider fehlte krankheitshalber der politisch engagierte Jean Markale. Sein Buch „Die keltische Frau“ war eines der Schlüsselwerke dieses Seminars.

Zum einem — allerdings eher negativen — Höhepunkt wurde der neokeltische „Sommernachts(alp)traum“ auf Schloß Lichtenfels, in dessen Rahmen zunächst ein magisch-mystisches Ritual zelebriert wurde, daß in der Verbrennung einer bezinüberbossenen weiblichen Strohuppe giftige (eine recht problematische Symbolik), begleitet von Feuerwerks-Chemie-Gestank. Schließlich erschien auch der bekannte faschistoide „Druide“ Urszovics (die Bezeichnung „Druide“ hat heutzutage nichts mehr mit alten keltischen Überlieferungen zu tun), um sich einer tanzenden Gruppe anzuschließen, die er u.a. mit den Worten: „Hört auf zu denken!“ kommandierte. Was manche auch taten. Anderen jedoch war spätestens diese Äußerung Anlaß genug, gegen das manipulativ-schwarzmagische Treiben des „Druiden“ einzuschreiten, woraufhin sich Urszovics — der schon zu Beginn das Seminar verflucht hatte — verzog.

Die solcherart weiter angeheizte Spannung entlud sich — beinahe tumultartig — im abschließenden Podiumsgespräch, das als antifaschistischer Aufschrei dem Treiben von (Pseudo-)„Druiden und ähnlichen Manipulatoren, die sich immer wieder an derartigen Veranstaltungen anhängen (deren Sinn mir grundsätzlich überdenkenswert erscheint), einen schweren Schlag versetzte. In den einzelnen Stellungnahmen wurde vor allem an das ökologische, soziale und geistige Verantwortungsbewußtsein der Teilnehmer appelliert. Es bleibt zu hoffen, daß sich ein solcherart fundiertes, auf einer Harmonie mit der Natur und den Kräften der Schöpfung aufbauendes politisch-spirituelles Bewußtsein — ob wir es nun „(prä)keltisch“ nennen oder „indianisch“ oder

wie Heide Göttner-Abendroth „matrarchal“ — als eine wirklich positive Kraft für das Leben und Überleben erweist.

E.G.

Schamanismus und Heilen 3. Internationales Treffen 9.-15. Juni 1984 ALPACH/TIROL

Das Treffen der Schamanen wurde im Kongreßhaus in Alpach mit einer persönlichen, rituellen Begrüßung aller Teilnehmer eröffnet. Frauen reinigten die Teilnehmer bei Eintritt in den Saal durch Rauch und Feuer, hießen sie willkommen und baten sie, die Erde, die jeder von seinem Heimatort mitgebracht hatte, in ein großes Gefäß zu geben.

Es war Abend, die Teilnehmer kamen einer nach dem anderen in den großen Saal, setzten sich auf den Boden in einem Kreis und warteten gespannt der Dinge, die da kamen. Kerzen und das reinigende Feuer verbreiteten eine angenehme Atmosphäre. Als jeder Platz genommen hatte, traten die Schamanen in den Kreis und stellten sich vor, jeder auf seine Art. Asta Djimbe, eine junge Frau aus Afrika, kündigte mit Trommelwirbel ihre Veranstaltung „Rhythmischer Tanz“ an, Bear Heart, ein indianischer Mediziner aus USA verteilte Medizin in Form seiner Worte, Alfred Baschi Bangerter und seine Begleiterin sprachen mit dem Wissen der Zigeuner. Weiterhin nahmen an diesem Treffen als Schamanen noch teil: Percy Kuphe, ein Afrikaner, der sich spezialisiert hat auf Traumdeutung und Interpretation von Symbolen, Fritz Lukanschitz, ein Österreicher, der auch ohne Worte hören kann, Carol Lee Sanchez, eine Indianerfrau aus USA, Jabrane Sebnat, ein Marokaner und Joshka Soo's, der die Aura einer Person musikalisch darstellen kann.

Am nächsten Morgen fand noch einmal eine Begrüßung statt. Die Teilnehmer bildeten zwei Kreise, die Kreise wendeten sich einander zu und die Menschen begrüßten sich gegenseitig. Dies war etwas anstrengend, denn alle Leute, die im Raum waren, waren sich bestimmter sensibler Kräfte bewußt, hatten aber auch etwas Angst davor, diese Kräfte geballt und konzentriert zu er-

Schamanen

fahren, d.h. ihre Auren, überhaupt ihr gesamtes menschliches Sein zu erspüren und all die guten und ungunten Sachen, die in der Luft lagen, voll mitzubekommen. Hier zeigte sich wieder einmal, daß eine immaterielle Verbindung zwischen einzelnen Personen besteht und daß manche Personen fähig sind, diese Verbindung realistisch und bewußt wahrzunehmen.

Ich bin nach Alpach gefahren, um zu erfahren, was denn nun ein Schamane ist. Jetzt weiß ich es. Meiner Ansicht nach ist ein Schamane ein Mensch, der die Regeln des Lebens begriffen und sie in sein Handeln integriert hat. Ein Mensch, der den Himmel günstig zu stimmen weiß und die Geister nicht verärgert, sondern erfreut.

Wenn ein Mensch diese Erfahrung einmal gemacht hat, weiß er, das es einen bestimmten Punkt in seinem Inneren gibt, dem er treu bleiben muß, er weiß, daß es bestimmte Regeln im Leben gibt, denen er folgen muß. Befolgt er diese Regeln, wird er gesund und glücklich bleiben und es wird ihm gut gehen. Befolgt er diese Regeln nicht, so wird er durch Schicksalsschläge seine Wegkorrekturen erfahren. Die Schicksalsschläge in Form von Krankheit, Unglück, Einsamkeit, Arbeitslosigkeit werden solange andauern, bis der Mensch die Regeln begriffen hat.

Dabei ist es oftmals so, daß jemand, der die Regeln kennt, gegen diese selbst schon verstoßen hat und selbst schon schwere Schicksalsschläge hat hinnehmen müssen. Aus den Erzählungen der Schamanen konnte man heraus hören, daß sie selbst schon schweres Leiden hinter sich hatten und teilweise dem Tod schon sehr nahe gestanden haben. Aber sie haben überlebt, und das bedeutet, daß sie die Verbindung zu der Kraft gefunden haben, mit der wir Menschen überleben können.

Es ist so wichtig in dieser Zeit, daß wir Menschen den Zugang zu dieser Macht finden, damit wir diese Erde nicht zerstören.

Eine kleine Hilfe dazu lieferten die Schamanen mit ihren Riten, Tänzen, Gesängen und sonstigen Praktiken.

FERNÖSTLICHE ASTROLOGIE

Im Leben, Liebe, Gesundheit und menschlichem Schicksal



MICCHIO KUSHI

SONDERAUSGABE DER OST-WEST MAKROBIOTIK-STUDIEN
SOMMER 84

VERLAG OST-WEST BUND • V. • D-6639 REHLINGEN

ANS DEM INITIALT:

- I. URSPRUNG DER FERNÖSTLICHEN ASTROLOGIE:
- II. DAS STUDIUM DER FERNÖSTLICHEN ASTROLOGIE:
 - a) Die fünf Wandlungszustände
(5 Elemente: Feuer, Erde, Metall, Wasser, Holz)
 - b) Ji Kan (Die 10 himmlischen Einflüsse)
 - c) Ju Xi Shih (Die 12 irdischen Einflüsse)
 - d) Der Einfluss der 12 asiatischen Tierkreiszeichen
 - e) Himmel, Erde u. Mensch
 - f) Der Ki-Einfluss (elektromagnetische Energie) der 9 Planeten
 - g) Ki-Einfluss und Geburtszeit
- III. FERNÖSTLICHE ASTROLOGIE UND MENSCHLICHE BEZIEHUNGEN
 - a) Geburtsmonat
 - b) Geburtsjahr
 - c) 3 naturgegebene Einflüsse jeder Partnerschaft
d) Die Harmonisierung stark gegensätzlicher Charakteren
- IV. FERNÖSTLICHE ASTROLOGIE UND GESUNDE ERNÄHRUNG
 - a) Diagnose durch die 5 Elemente
 - b) Emotionale und psychologische Probleme in der Kindheit
 - c) Stressauswirkungen
 - d) Das mental/psychologische Gleichgewicht
e) Betrachtung der Ki-Einflüsse der 9 Planeten in ihrer polaren Gegensatzlichkeit (Yin und Yang)
- V. FERNÖSTLICHE ASTROLOGIE UND DAS SCHICKSAL DES MENSCHEN
 - a) Das magische Quadrat
 - b) Individuelle Voraussage
 - c) Richtungskunde
 - d) Verminderung der Gefahren bei Reisen
 - e) Richtungskunde und Beziehungen
 - f) Das Schicksal der Menschheit
 - g) Generelle Voraussagen bis 1991

Neue Musik- cassetten

Durch günstigen Einkauf ist es uns gelungen, allen Hologrammlesern ein interessantes Weihnachtsgeschenk zu präsentieren. Die Preise gelten bis Ende Dezember 1984. (Hilfsleistungen möglich, bitte anfragen!) Die meisten Cassetten sind erstklassige Qualität in Real-Time-Duplication (1:1 Aufnahmen), Dolby und auf Chromdioxid.

Larkin O'cean (oh-see-on)

ca. 45 Min., DM 23,—,
Bestellnummer MC 80

Aufwachen des Wellengeräusches des Ozeans und der Stimmen der Wale läßt Larkin auf dieser Cassette eine zeitlose, friedvolle Stimmung entstehen. Auf Seite 1 „Emergence“, war die Flöte live zu den Bewegungen einer Tänzerin aufgenommen, die die Geburt eines Schmetterlings tanzt. Seite 2 „Communiting“, ist der Tanz einer Solo-Flöte, eine wunderbar meditative Musik.

Alex Jones/Doug Cutler Kali's Dream

DM 23,—, 45 Min.,
Bestellnummer MC 69

Die göttliche Mutter träumt ihren großen Traum der Schöpfung. Bewusst von ihrer Ufa oder dem göttlichen Sport erschafft sie, er hält ein, zerstört sie für die Unterhaltung ihrer Kinder. Alle Sonnen, Sterne und Monde bilden ihren Körper, alle Schwingungen sind ihre Stimme. Laßt uns zu ihrer kosmischen Melodie erwachen wenn wir Kals Traum be-
wöhnen.

Doug Cutlers einzigartige Piano-Improvisation fangen wahrhaft das Spiel der göttlichen Mutter ein. Die Melodien weben ein Netz ihres mitfühlenden Herzens.

Jon Bernoff/Marcus Allen Breath

DM 23,—, ca. 45 Min.,
Bestellnummer MC 81

Eine entspannende, meditative Reise mit Vibraphon und akustischem Piano. Ein Gewebe aus feinen und schönen Klängen mit heilsamer Wirkung.

Richard Warner Quiet Heart — Bambus-Flöte

ca. 50 Min., DM 23,—,
Bestellnummer MC 70

Meditationen und Tänze des Herzens gespielt auf einer Solobambusflöte. Ähnlich im Stil der „Klassischen“ Paul Horn „Insidivision“-Reihe, die sanften Improvisationen sind jedoch wärmer und verfeinert. Wir können diese Cassette für alle, die schöne Flötenmusik mögen, empfehlen.

G.S. Sachdev Two Moods

DM 24,—,
Bestellnummer MC 72

G.S. Sachdev hat internationale Bedeutung als Meisterflötist durch seine Auftritte in Europa, Asien und den USA gewonnen. Seit dreißig Jahren widmet er sich der klassischen indischen Musik was in der Reinheit des Tones und den Feinheiten des Rhythmus resultiert. Auf dieser Cassette spielt er zwei Ragas: Kaushtik Dhvani — romantische Stimmung und Purya Kalyan — friedliche, hingebende Stimmung. Begleitet wird er von Zakir Hussain auf der Tabla und der Tanbura.

Alain Kremski Musiques rituelles pour cloches et gongs

ca. 40 Min., DM 24,—,
Bestellnummer MC 73

Eine ungewöhnliche Aufnahme des französischen Musikers Alain Kremski. Auf dieser Cassette spielt er auf 72 alten Glocken des Iran aus dem 17. und 18. Jahrhundert, darunter Glocken aus China, Afghanistan, Syrien und Griechenland. 13 Gongs mit einem Durchmesser von über 1 Meter bringen zusätzliche Schwingungen. Kremski schafft auf dieser Cassette eine tiefe, entspannende Stimmung, die den Zuhörer vollkommen in eine andere Welt transportiert.

Lieferbedingungen

Alle Cassetten nur beim Cassettenversand im Verlag Bruno Martin, Auf der Höhe 10, 2120 Södingergiersen.

Bitte Verrrechnungsscheck belegen, das erleichtert unsere Arbeit. Bestellungen ab DM 50,— sind portofrei. Porto für 1-2 Cassetten DM 1,40. Preisänderungen vorbehalten.

Alain Kremski Gurdjieff — De Hartmann Vol. 1

ca. 45 Min., DM 24,—,
Bestellnummer MC 74

Alain Kremski ist ein vielseitiger Musiker mit erstaunlichen Talenten. Auf dieser Cassette hat er wunderschöne Stücke von Gurdjieff/De Hartmann auf dem Piano aufgenommen, die in ihrer Ausdrucksstärke andere Aufnahmen übertreffen. Die Cassette enthält acht Stücke, die auf der Platte von Keith Jarrett, Sacred Hymns, aufgenommen wurden, doch, wie ich meine mehr nach Gurdjieff klingen als die K. Jarretts. Die Stücke sind:
1. Readings from Sacred Books, Prayer and Despair, Hymn for Easter Thursday, Sayid Chant Nr. 5, The Story of the Resurrection of Christ, Fishermen's Songs, Holy Affirming, Holy Denying, Holy Reconciliation, Sayid Chant Nr. 10, Amreion Chant, Sayid Chant Nr. 1, Easter Night Procession.

David & Amanda Hughes Flowers from the Silence

ca. 60 Min., DM 25,—,
Bestellnummer MC 88 (Neu Nr.1)

Leider gab es Schwierigkeiten mit der Lieferung dieser ausgezeichneten Cassette, weil der Hersteller gewechselt hat. Wir hoffen, daß wir ab November die Cassette ständig auf Lager haben.

Diese faszinierende Musik entstand nach ausgedehnten Studien aller Quellen und Reisen nach Indien. Eine vollkommen harmonische Verbindung traditioneller Meditationsmusik und westlichen Tönen. Die Musik wurde komponiert um zu heilen, zu beruhigen, zu sensibilisieren.

David & Amanda Hughes Dreams of Immortality

DM 25,—,
Bestellnummer MC 89

Laborexperimente, in denen Pflanzen, Tiere und Menschen verschiedenen Musikarten ausgesetzt waren, haben einige erstaunliche Resultate hervorgebracht. Die musikalischen Formen, die den positiven Effekt hatten, basieren alle auf einem Klangsystem, das auf natürlichen Intervallen aufbaut. Diese Cassette basiert auf diesen Untersuchungen. Instrumente sind Bambusflöte, Glocken, Kalimba und Tamboura. Lieferbar im Laufe des November 84.

Gabriel Lee Seasons

ca. 45 Min., DM 23,—,
Bestellnummer MC 76

Eine originale Sammlung neuer klassischer Gitarrenmusik, geschrieben und gespielt von Gabriel Lee. Die Härtekeit und Feinheit der Veränderungen in der Natur sind von dem erstklassigen Gitarrenisten sehr schön eingefangen. Diese Cassette bringt eine Mischung des klassischen Gitarrenstils mit neuer klassischer Musik. Eine Aufnahme aus 1984.

Stephen Winfield Quiet Grace

ca. 50 Min., DM 23,—,
Bestellnummer MC 77

Meditative Musik mit Bambusflöte, Silberflöte, Glockenspiel und Vibraphon. Winfield von Ray Frisby. Background ist Jazz, Rock und Klassik. Auf dieser Cassette vermag er es eine sehr angenehme, entspannende Atmosphäre herzustellen. Die Stücke: Dancing Devas, I Am Spirit, Gentle One, Quiet Grace, Resting on a Painted Cloud.

Sam McClellan Music of the five Elements

DM 24,—,
Bestellnummer MC 78

McClellan ist ein Musiker und Akupunkturist. Die Musik auf dieser Aufnahme ist so entworfen, daß sie die Energieebenen im Körper in Harmonie bringen kann. Die Musik ist ein guter Hintergrund für Körpertherapie oder Meditation. Gitarre, Piano, Chi nesische Flöte, Stimmen, um leichter Synthesizer-Hintergrund.

Judith Pinter Secrets from the Stones

DM 23,—,
Bestellnummer MC 79

Judith Pinter ist eine professionelle Geschichtenerzählerin und Musikerin. Wie man auf diese Aufnahme hört, vermag sie es ihre Fähigkeiten auf beiden Gebieten zu verbinden um die Klänge der Keltschen Harfe in Bilder zu zusetzen. Die Keltsche Musik basiert auf traditionellen und eigenen Kompositionen. Judith Pinter stammt aus Wales.