

Lehren des Brahmarshi Patriji



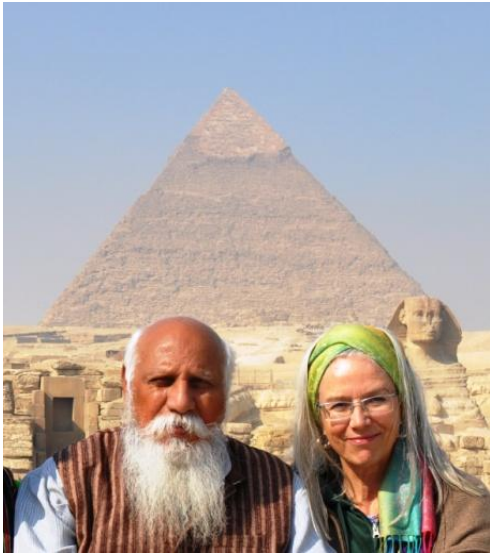
Inhalt

Einführung - Irena Steininger	1
Brahmarshi Patriji	2
Spirituell-Wissenschaftliches Temperament	4
Wundervoller Verstand	8
Wissenschaft der Seele	11
Leerer Verstand	13
Anapanasati Meditation	16
Drei Große Ereignisse in Meditation	18
Meditation und Erleuchtung	20
Nutzen der Meditation	24
Körperenergieverstärkung	27
Ganzheitliche Gesundheit	33
18 Leitprinzipien	35
PSSM Wahrzeichen	36
Pyramidental International	39

Anhang

Sei strenge/r Vegetarier/in	Alice A. Bailey	42
Meditation, der große Lehrer	Verehrungswürdiger Gunaratna	44
Fokus auf den Atem	Jerry & Esther Hicks	46
Vollmondmeditation	Torkom Saraydarian	50
Gruppenmeditation	Torkom Saraydarian	52
Pyramidenenergie	Bill Schul & Ed Pettit	54
Spirituelle Meister der Welt sind vereint		57

Einführung



Irena Steininger

Im November 2013 reiste ich nach Ägypten, um weitere Teile der Westlichen Wüste zu erleben und mein neues Lebensfeld zu finden. Von Freunden von Freunden von Freunden vermittelt, begegnete ich in Kairo der Breath Energy Health Meditation und folgte der Einladung von Madhu und Ramesh, einem Indischen Paar, in deren Wohnung in Gruppe zu meditieren. Meine erste Erfahrung von Anapanasati Meditation war bereits so stark, dass ich mehr davon wollte. Tage später wurde ich dann Dauergast

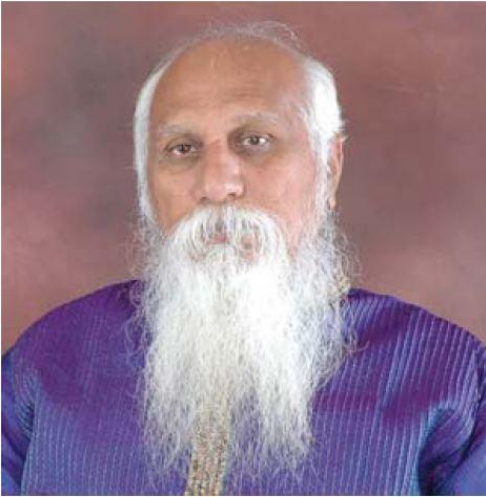
bei den beiden. Ich erlebte Patriji, den Gründer der Bewegung in Kairo im Februar 2014 und reiste im Mai 2014 mit Madhu nach Indien ins Pyramidental zur Feier des Wesak Buddha Vollmonds mit Patriji.

Nach 30 Jahren spiritueller Suche und vielen verschiedenen spirituellen Wegen und Praktiken finde ich hier ein Stück spirituelle Heimat. Diese Bewegung ist universell, offen und wissenschaftlich fundiert. Die Anapanasati Meditation ist sehr einfach und ebenso wirkungsvoll - heilsam - freudvoll - und die Reise geht weiter.....

Das vorliegende Büchlein ist gefüllt mit gebündelt vereinfachter und sehr pragmatischer Information, die Dinge auf den Punkt bringt. Mir war es hilfreich, komplexe Zusammenhänge in einfacher Sprache zu lesen. Der westliche Mensch tendiert dazu, Dinge zu komplizieren und sich darin zu verzetteln und wundert sich über eine zunehmend undurchdringliche Komplexität der Welt, sprich unserer Denkweise. In diesem Büchlein finden sich konkrete Anleitungen, die mensch für sich prüfen kann, mit spirituell-wissenschaftlichem Sinn. Ich entschied mich, dieses Büchlein aus dem Englischen zu übersetzen, um wesentliche Prinzipien der geistigen Gesetzmäßigkeiten in denkgerechten Häppchen zwecks mehr Einfachheit weiterzureichen. Es wurde unter dem Titel „Teachings of Patriji“ zusammengestellt und herausgegeben vom Pyramid Spiritual Societies Movement in Indien. Jede/r spirituell Suchende wird das, was sie/er liest, zutiefst in ihrer/seiner Seele prüfen und durch eigene Erfahrung verifizieren. Ich wünsche allen Lesern eine friedvolle Reise! Ramesh Gajjala half bei der Gestaltung und gab den letzten Schliff. im November 2014

irena.steininger@gmx.net

Brahmarshi Patriji



Brahmarshi Patriji, geboren 1947 in Shakkar Nagar, Bodhan, Nizamabad District von Andhra Pradesh als Sohn des Patri Venkata Ramana Rao und der Patri Savitri Devi.

Die Grundschule absolvierte er in Bodhan und Secunderabad, das College besuchte er in Hyderabad.

Nachdem er 1974 an der Andhra Pradesh Universität für Agrikultur mit einem Abschluß in Bodenwissenschaft graduierte, nahm er 1975 eine Tätigkeit in einer multinationalen Firma für Kunstdünger an.

Subhash Patri heiratete 1974 Swarnamala Siriguri. Er ist Vater zweier Töchter, die 1978 und 1982 geboren wurden.

Meditation und Erleuchtung

Subhash Patri wurde 1979 nach einigen ernsthaften Experimenten mit Meditation erleuchtet. Seitdem verfolgt er unermüdlich das Ziel, jedes Individuum zu erwecken und erleuchten. In den folgenden 10 Jahren las er mehr als 50.000 Bücher über spirituelle Wissenschaften und die Wissenschaft der Meditation.

Erste spirituelle Gesellschaft

1990 etablierte Patriji „The Kurnool Spirituelle Gesellschaft“ in Kurnool mit der einzigen Mission, bei allen Individuen intensive Bewußtheit zu erschaffen über die Wissenschaft der Meditation und ihre oberste Rolle, allen Menschen physische, mentale, intellektuelle Gesundheit und Wohlergehen zu schenken.

Pyramidenmeditation

Patriji erbaute 1991 in Kurnool die erste Pyramide. 1996 folgte die zweite in Uravakonda, Anantapur District.

Darauf folgten mehrere Pyramiden im Staate Andhra Pradesh.

Pyramidenmeditation wurde von Patriji initiiert. Meditation in einer Pyramide ist dreimal stärker.

Aufgabe der weltlichen Arbeit

1992 gab Patriji seine Arbeit in der Kunstdüngerfirma auf und nahm seinen ununterbrochenen Dienst an der Menschheit auf.

Patriji's hingebungsvoller Einsatz seit 1992 resultiert in Hunderten spiritueller Pyramidengesellschaften in ganz Indien.

Bücher über Seelenwissenschaft

Patriji ist Autor von über 60 Büchern und mehreren Audio- und Videokassetten und CD's, meist in Telugu, über verschiedene Themen der spirituellen Wissenschaften und des New Age.

Unter seiner Autorenschaft wurden große Mengen spiritueller Wissenschaft in verschiedenen Sprachen zusammengestellt, durch Magazine, Bücher, Audios und Videos.

Unter seiner Anleitung wurden Bücher großer spiritueller Meister aller Teile der Welt in die Sprachen Telugu, Kannada, Hindi und Tamil usw. übersetzt.

Brahmarshi

1997 versammelten sich die Pyramidenmeister in der Tempelstadt Tirupati in Andhra Pradesh und verliehen Patriji den Titel „Brahmarshi“.

Brahmarshi Patriji reist unermüdlich in jede Ecke und Zipfel Indiens, entfernt gelegene Dörfer eingeschlossen, ganzjährig, und führt Meditationsklassen für Individuen aller Altersgruppen und jeder Bildungsschicht durch.

Bis heute hat Patriji tausende Workshops über Anapanasati, Vegetarismus, Pyramidenmeditation und Spirituelle Wissenschaften des New Age durchgeführt.



Spirituell-wissenschaftliches Temperament

„Wissenschaftliches Temperament“

Die großartigen materiellen Entwicklungen, die wir überall um uns sehen, sind die Ergebnisse unerbittlichen „wissenschaftlichen Temperaments“ all der Wissenschaftler und Technologen.

Heutzutage sehen wir so viele Annehmlichkeiten, so viel Komfort und Luxus: wir haben das Fernsehern, das Internet, Flugzeuge, Laser usw.usw. So viele große Ingenieure und Technologen haben der Menschheit zu diesen klassischen materiellen Entwicklungen verholfen.

Es ist „wissenschaftliches Temperament“, das dem Menschen erlaubte, das Atom zu spalten, in der Luft zu fliegen, die Erdanziehung zu überwinden und auf dem Mond zu landen.

„Mitgefühltemperament“

Trotz all dem steht es dem größten Teil der Menschheit noch an, vernünftig, anständig und zivil zu werden. Der Mensch ist mehr Maschine und weniger Geist. Das liegt daran, daß es unglücklicherweise dem größten Teil der Menschheit an richtigem „Mitgefühl Temperament“ mangelt.

Und wir sehen so viel Grausamkeit: Mensch tötet Menschen, Mensch tötet Tiere. Was ein Mangel an „Mitgefühl Temperament“.

Die meisten Menschen haben noch viel zu lernen über richtiges Essen, richtige Art zu leben, richtige Wünsche etc. Der Mensch muß in großem Maße Mitgefühl lernen - um wahrhaft gesund, wahrhaft anständig und wahrhaft zivil zu werden.

Was wahres Glücklichein betrifft, liegt das Menschenreich so weit hinter dem Tierreich zurück. Ein unglückliches Tier gibt es nicht. Doch es ist selten, einen glücklichen Menschen zu finden. Welche Schande über das menschliche Königreich!

Tierfleisch zu essen ist absolut schrecklich. Menschen sollten kein Tierfleisch essen. Doch 90% der Menschheit der Erde ißt Tierbrüder und -schwestern! Wenn das „Mitgefühl Temperament“ im Menschen nicht dringend aufgerüttelt wird, wird die Menschheit vollkommen vom Planeten Erde verschwinden.

Alle Tiere/Vögel/Fische sind so schön, so wunderbar! Doch sie leiden unter der unaufhörlichen Brutalität durch das Menschenreich. Die Grausamkeit und Brutalität des Menschenreichs am Tierreich ist ein solch trauriges, trauriges Merkmal.

„Spirituelles Temperament“

Um „Mitgefühl Temperament“ zu besitzen, ist es unerlässlich, daß Menschen „spirituelles Temperament“ kultivieren. Mensch muß weniger Maschine und mehr Geist werden, weniger materiell und mehr spirituell.

Aufgrund des Mangels an „spirituellem Temperament“ hat der Mensch vollständig sein Glück verloren. Elend ist eingetreten. Grausamkeit gegen die Tierwelt ist das natürliche Resultat des Mangels an „Mitgefühl Temperament“. Und Mangel an „Mitgefühl Temperament“ ist das natürliche Resultat des Mangels an „spirituellem Temperament“.

Wenn wir nicht innerlich spirituell wacher werden und äußerlich sozial verantwortlicher, haben wir überhaupt kein „spirituelles Temperament“!

Wenn wir durch unsere persönlichen Erfahrungen den Seelenteil unserer selbst nicht verstehen und nach blindem Glauben an einen Gott-weit-weg leben, am Leben nach dem Tod zweifeln etc. etc., bedeutet das, wir haben überhaupt kein „spirituelles Temperament“!

„Spirituell-wissenschaftliches Temperament“

Es ist nun die Zeit gekommen, unser vertrautes „wissenschaftliches Temperament“ anzuwenden bei Fragen wie: „Was sind wir? Woher kommen wir? Wohin gehen wir? Warum sind wir?“, damit wir wirkliche Gesundheit, wirklichen Frieden und wirkliches Glück im menschlichen Leben erschaffen können.

Der Kreis der Zeit ist nun vollendet, dasselbe „wissenschaftliche Temperament“ zu einzusetzen, das die Menschheit zu Erforschung der äußeren materiellen Welt nutzte, um nun die innere spirituelle Welt zu erforschen. Das können wir als „spirituell-wissenschaftliches Temperament“ bezeichnen.

„Wissenschaftliches Temperament“ erfordert logisches und analytisches Hinterfragen materieller Dinge. Jemand, der materielle Dinge nicht logisch und analytisch hinterfragt, hat kein „wissenschaftliches Temperament“.

Und jemand, der nicht logisch und analytisch sein eigenes selbst, sein eigenes Leben hinterfragt, hat kein „spirituelles Temperament“. Und, wir hinterfragen uns in den Zeiten der Meditation, in denen der materielle Verstand überwunden wird.

BUDDHA hinterfragte sich, JESUS CHRISTUS hinterfragte sich. Indem sie ihr eigenes selbst hinterfragten, fanden sie gigantische Wahrheiten - und gaben ihre Erfahrungen beredt der Menschheit preis.

„spirituelle Wissenschaftler“

Wissenschaftliches Studieren der spirituellen Erfahrungen aufrichtiger, ernsthafter und hingeebener Meditierender ist das Hauptanliegen spiritueller Wissenschaftler.

Trainierte spirituelle Wissenschaftler wenden ihr „spirituell-wissenschaftliches Temperament“ in allen Angelegenheiten an, die die menschliche Seele, menschliches Leid, die menschliche Bedeutung und das menschliche Potential betreffen.

Der Sinn des „spirituell-wissenschaftlichen Temperaments“ liegt darin, die ganze Wahrheit zu sehen, wie sie ist.

„spirituelle Wissenschaft“

Seelenschaft ist eine allgemeine Wahrheit, die von intensiv Meditierenden täglich erfahren wird.

Spiritualität muß systematisch erforscht werden.

Spiritualität will zu einer vollgereiften spirituellen Wissenschaft erblühen.

Das Zeitalter spiritueller Wissenschaftler im besonderen und „spirituell-wissenschaftlichem Temperament“ im allgemeinen ist nun auf Erden erwacht. Darum heißt es „Neues Zeitalter“.

Erde unterzieht sich derzeit einer mächtigen „spirituell-wissenschaftlichen Revolution“ auf einer Ebene, die bisher so noch nicht erfahren wurde auf diesem Planeten!

Eine Vielzahl von New Age spirituellen Wissenschaftlern und Gurus arbeiten Tag und Nacht, um der unwissenden Öffentlichkeit die Notwendigkeit ins Bewußtsein zu rufen, sich mit ihrem eigenen inneren spirituellen Potential selbst zu heilen.

„Meditation“

Das neue „spirituell-wissenschaftliche Temperament“ ruft nach regelmäßiger, täglicher Meditation jedes Menschen.

Meditation allein schenkt großartige Energie, durch die wir all unsere Krankheiten und Leiden heilen – chronische oder andere.

Jeder Mensch kann in tiefe Meditation tauchen, um seine eigene Seelenessenz zu finden, durch persönliches Bemühen und persönliche Erfahrung.

„Wirkliche Schönheit im menschlichen Leben – und glückliche Menschen“

Die Zeit ist gekommen, da die Anwendung des „spirituell-wissenschaftlichen Temperaments“ wirkliche Schönheit im menschlichen Leben und wirkliche Harmonie auf dem Planeten Erde hervorbringt und das dauernde Paradies auf dieser Mutter Erde etabliert.

Jede/r wird Meister „spirituell-wissenschaftlichen Temperaments“, das in allen menschlichen Gleichungen angewendet wird.

„Spirituell-wissenschaftliches Temperament“ kann bereits in der Kindheit eingeschärft werden, sodaß jedes Kind als ein natürlich schönes Menschenwesen heranwächst, ein natürlich harmloses Menschenwesen, ein natürlich glückliches Menschenwesen, ein natürlich göttliches Menschenwesen und ein natürlich sozial verantwortliches Menschenwesen.

Vom jedem Menschen wird erwartet, daß sie/er durch die Anwendung wahren „spirituell-wissenschaftlichen Temperaments“ ihre/seine eigene kosmische Natur, ihre kosmischen Dimensionen verwirklicht.

Wir sind „kosmische Gottwesen“, die zeitweise in menschlichen Körpern wohnen. Wir hatten keinen Beginn und werden kein Ende haben: unsere wahre Natur liegt weit über unseren eigenen wildesten Vorstellungen!

Mit der Anwendung des „spirituell-wissenschaftlichen Temperaments“, mit der praktischen Annahme der Anapanasati Meditation wird die gesamte Menschheit bald eine mitfühlende Menschheit, eine gesunde Menschheit, eine vernünftige Menschheit, eine glückliche Menschheit – und eine schöne Menschheit!

Wunder-voller Verstand

„Verstand = Leben“

Verstand ist aus Absichten gewebt
Absichten manifestieren zu Lebenssituationen

Verstand ist die „Saat“ - Leben ist der „Baum“

Leben ist der Baum der Schöpfung, der aus der Saat der Schöpfung des Verstandes entspringt.

Wir sind die Schöpfer unserer eigenen Absichten und wir sind die Erhalter unserer besonderen Verstandesmuster.

Und, in jedem einzigen Augenblick der Zeit können wir das Verstandesmuster beenden und ein neues Muster gebären.

„Soziales Konditionieren“

In der Kindheit beliefern Eltern und das soziale Umfeld das wachsende Muster des kindlichen Verstandes. Wenn jedoch das Kind heranwächst zu einem jungen Erwachsenen, kommt die Zeit, ein besonderes Verstandesmuster selbst zu wählen. In der Erwachsenenwelt gibt es viele viele verschiedene Verstandesmuster und es wäre weise, das beste von allen Mustern zu wählen.

Grundsätzlich gibt es vier Hauptmuster der menschlichen Psyche.

„Grundlegende Muster des menschlichen Verstandes“

-unheilvoller Verstand

-positiver Verstand

-negativer Verstand

-wunder-voller Verstand

„unheilvoller Verstand“

Nehmen wir an, ein Mensch fährt ein Auto oder Rad und er fährt das erste Mal in die Innenstadt. Ein Mensch mit unheilvollem Verstand wird sagen:

„Da ich das erste Mal in die Innenstadt fahre, fürchte ich, daß ein Unfall geschehen wird.“

Mit einem solchen Verstandesmuster wird natürlich ein Unfall passieren. Weil die Person sagte „Unfall wird passieren“. Die Sprache die aus unserem Mund kommt, spiegelt die Muster unseres Verstandes.

„negativer Verstand“

Der zweite Typ Mensch mit dem negativen Verstand wird sagen:

„Ich fahre das erste Mal in die Innenstadt. Ich weiß nicht, was passieren wird, vielleicht habe ich einen Unfall, vielleicht auch nicht, ich weiß es nicht.“

Mit diesem Verstandesmuster wird die Person irgendwie gerade eben ein Unheil umgehen. Doch wird er in irgendein Problem geraten, irgendwo, wie falsch parken, in die falsche Richtung fahren usw. Es gibt kein Unheil, aber auf jeden Fall ein „Problem“.

Bitte beachte den Unterschied in der Beschreibung des negativen zum unheilvollen Verstand.

„positiver Verstand“

Und nun zum dritten Typ Mensch mit dem positiv ausgerichteten Verstand. Er/sie wird sagen:

„Obwohl ich zum ersten Mal ein Auto in die Innenstadt fahre, wird es vollkommen in Ordnung sein. Nichts ungünstiges wird geschehen.“

Obwohl es das erste Mal ist, fährt sie/er in die Innenstadt und wird sich dort wunderbar zurechtfinden und sicher zurückkehren. Es gibt sicher keinen Unfall und auch keine „Probleme“, wie auf die falsche Seite geraten usw.

Beachte auch hier die unterschiedliche Beschreibung, die aus einem anderen Verstandesmuster resultiert. Seelen auf unterschiedlichen Ebenen der Evolution behalten entsprechend unterschiedliche Verstandesmuster bei.

Die Seele mit positivem Verstand ist entwickelter als die Seele mit negativem Verstand und die mit unheilvollem Verstand.

„wunder-voller Verstand“

Und endlich: der vierte Typ Mensch - der Meister - ist ein Mensch mit einem Verstandesmuster, das wundervoll ist. Sie/er fährt nun auch das erste Mal in die Innenstadt. Doch sie/er wird sagen:

„Ich werde in zwanzig Minuten den Zielort erreichen und zurücksein.“

Also, auch wenn es das allererste Mal ist, kann mensch doch ein Ziel setzen, eine Herausforderung für sich selbst. Das ist der wundervolle Verstand.

Zum Beispiel Jesus Christus` Verstand oder Gautama Buddha`s Verstand - diese Art Verstand sind nicht positiv, sie sind wundervoll.

Wir können immer auf einen wundervollen Verstand hinzielen. Das ist ein Meisterverstand.

Das Leben folgt automatisch Zielen.

Wie wir unsere Ziele setzen, geben wir unseren Leben bestimmte Richtungen. Setzen wir keine Ziele, wird unser Leben dahintreiben und umherirren.

Wenn wir kein klares Ziel setzen, weiß das Leben nicht, in welche Richtung es gehen soll. Es wird nirgendwohin gehen. Deshalb müssen wir unserem Leben immer eine klare Richtung angeben, indem wir ein bestimmtes Verstandesmuster beibehalten. Zumindest ein positives und am besten ein wundervolles Verstandesmuster.

Wollen wir unser Leben wundervoll gestalten, müssen wir einen wundervollen Verstand kultivieren und ein wundervolles Ziel setzen.

Haben wir einen unheilvollen Verstand - folgt ein unheilvolles Leben. Haben wir einen negativen Verstand - folgt ein negatives Leben. Haben wir einen positiven Verstand, so folgt ein positives Leben. Kultivieren wir einen wundervollen Verstand, so folgt ein wundervolles Leben.

Wie sein Verstand, so gestaltet sich das Leben eines Menschen.

„Meditation schenkt einen wundervollen Verstand“

Nur intensive Meditation schenkt uns einen wundervollen Verstand. Wenn wir nicht meditieren, bleiben wir höchstens bei einem positiven Verstand stecken. Um uns vom positiven zum wundervollen Verstand aufzubocken, müssen wir intensiv meditieren. Je eher wir zur intensiven Meditation kommen, umso besser ist das für uns!





„Atemenergie“

Atem ist unser Leben.

Ohne Atem gibt es kein Leben.

Atemenergie ist höchste Energie.

Jedes braucht diese Energie - Pflanzen, Bäume, Vögel, Menschen - alle benötigen Atemenergie. Jedoch ist Atemenergie für Menschen von grundlegender spiritueller Bedeutung.

Doch wie kennen wir die Atemenergie? Wie spüren wir deren Großartigkeit? Indem wir eins werden mit der Essenz des Atems.

„leichter natürlicher Atem“

Um Atemenergie zu spüren, müssen wir mit dem Atem sein. Doch wie? Hier ist die Methode: nimm keine langen oder kurzen Atemzüge. Bleib einfach bei Deinem natürlichen, normalen, weichen und leichten Atem.

Werden wir eins mit diesem natürlichen leichten Atem, leert sich unser Verstand automatisch. Wird der Verstand leer, empfangen wir reichlich kosmische Energie. Und bald wird unser sogenanntes drittes Auge aktiviert, das unser Seelenpotential anregt.

„Wissenschaft der Meditation“

Ähnlich unserer beiden physischen Augen haben wir ein „drittes Auge“ und wie unseren physischen Körper haben wir einen Astralkörper. All dies kann nur durch den Atem verstanden werden.

Richten wir unsere Aufmerksamkeit regelmäßig auf den Atem, nennen wir das „Meditation“. Mit mehr und mehr Übung in der Meditation verstehen wir das gesamte Ausmaß der Wissenschaft der Meditation.

„Spirituelle/Seelenwissenschaft“

Durch die Meditation können wir unsere Vergangenheit und unsere Zukunft sehen. Kennen wir unsere Vergangenheit, wissen wir, daß wir viele Körper hatten und durch viele verschiedene Erfahrungen reisten.

Endlich verstehen wir, daß wir nicht der Körper sind - wir sind Seele. „Ayamatma Brahma“ - „Aham Brahmasmi“ - „Tatwamasi“. Das bedeutet, wir beginnen Konzepte wie „wir sind alles“ - „wir sind ewig“ usw.usw. zu verstehen. Dieses ganze Thema nennen wir „Seelenwissenschaft“.

„Spiritualität“

Durch den Atem verstehen wir „dhyana shastra“ und nur durch „dhyana shastra“ verstehen wir „atma shastra“.

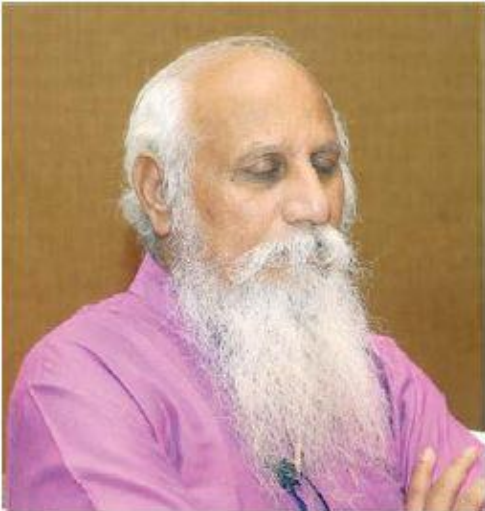
Erst wenn wir einen festen Griff der Seelenwissenschaft haben, können wir beginnen zu verstehen, wie zu sprechen, wie zu essen, wie zu fühlen, wie zu berühren, wie zu gehen...in der Tat jeden Aspekt unseres Lebens, einen nach dem anderen. Dies ist nichts als „Erleuchtung“, auch „Spiritualität“ genannt.

„Religion“

„Religion“ heißt relegare - das heißt „wiedervereinigen“. Nun verstehen wir die Größe aller Religionen. Nun werden wir eins mit allen Religionen der Welt. Jede Religion fußt auf der selben Wahrheit der „Seelenwissenschaft“.

Mit Seelenwissenschaft verstehen wir, daß wir keinen Begrenzungen oder irgendwelchen Einschränkungen unterliegen. Um unsere Seelenschaft zu erfahren, müssen wir eins werden mit unserem Atem. Dies ist der absolut zentrale Punkt.

Leerer Verstand



Die alten Seher Indiens nannten die natürlichen ruhelosen Wellen des Verstandes „Chitta“. Und so definierte Rishi Patanjali „Yoga“ als „Chitta Vritthi Nirodhara“.

Yoga = die ruhelosen Wellen des Verstandes anhalten

Meditation = die ruhigen Wellen des Verstandes anhalten

Der Mensch wird dauernd von der ruhelosen Natur des Verstandes geplagt und beeinträchtigt.

„natürlich existierende ruhelose Wellen des Verstandes“

Die natürlich ruhelosen Wellen des Verstandes verursachen unerwünschte Zerstreuung der Seelenenergie.

Ist die Seelenenergie dermaßen zerstreut, wird der physische Körper geschwächt, sodaß er anfälliger wird für Angriffe aus verschiedenen äußeren Quellen, was zu verschiedenen Krankheiten führt, sowie zu frühem Altern und endlich frühem Tod.

Die Fähigkeit der Konzentration auf anstehende Themen - im gegenwärtigen Moment - ist gravierend gestört von den natürlich ruhelosen Wellen des Verstandes. Und so wird die Gedächtniskraft beeinträchtigt.

Je stärker die natürlich ruhelosen Wellen des Verstandes, desto größer die Unfähigkeit der Person, sich auf irgendeine Arbeit zu konzentrieren - und hier erinnern wir daran, daß ein unkultivierter Verstand natürlich ruhelos ist.

Der natürlich ruhelose Verstand ist das gemeinsame Los der Menschen, die keine Anstrengung unternehmen, den Verstand bewußt zu kultivieren. Unkultiviertes Land jedoch wird von Unkraut überwuchert. Ähnlich füllt sich ein unkultivierter Verstand mit unerwünschten Gedanken.

Die Minimierung der natürlich existierenden ruhelosen Wellen des Verstandes wird erreicht, wenn der Verstand auf eine Arbeit konzentriert ist. Je größer die Konzentration, desto mehr wird der Verstand kultiviert - und im gleichen Maße wird

die ruhelose Natur des Verstandes weniger. Und daher wird der Verstand ruhiger, und somit erhält der physische Körper mehr Energie.

„Kultivieren eines ruhigen Verstandes“

Anfangs bedeutet die Praxis der Meditation die Anstrengung, die Menge der ruhelosen und nutzlosen Wellen des Verstandes zu mindern. Und bald ist ein tief ruhevoller Verstand erreicht, sowie all die nutzlosen Wellen des Verstandes vollständig ausbleiben.

Meditation ist der schrittweise Weg zur vollständigen Beseitigung des natürlich ruhelosen Zustandes des Verstandes. Um dies zu erreichen, muß der Verstand auf den Atem konzentriert sein.

Wenn wir den Verstand auf den Atem konzentrieren, und wir diese Übung regelmäßig durchführen, geschieht etwas wunderschönes. Die ruhelosen Wellen des Verstandes versiegen vollständig. Ein ruhiger, friedvoller und gelassener spiritueller Verstand wird aufgebaut. Der Verstand wird sehr leer.

Je mehr Zeit wir mit dem Atem verbringen, leert sich der Verstand vollkommen – ohne jede Spur von ruhelosen und nutzlosen Gedanken.

Ist der Verstand vollkommen entleert, beginnen riesige Mengen kosmischer Energie in das physische System zu strömen. Je leerer der Verstand, desto mehr fließt die kosmische Energie.

„innere Sinne und „Sehen“

Wird das physische System mit kosmischer Energie gesättigt, ist die natürliche Folge das große Ereignis des „Sehens“.

Ein ernsthafter Meditierender beginnt zu „sehen“. Anfangs sind es vielleicht schöne Naturbilder – bis dato nie gesehen. Diese Bilder sind gewöhnlich aus andersfrequenten Wirklichkeiten.

Im Zustand tiefer innerer Stille stülpen sich die äußeren Sinne vollkommen nach innen. Sie werden zu den „Inneren Sinnen“.

Mit den „inneren Sinnen“ nehmen wir innere Welten wahr. Es gibt mehrere Frequenzen innerer Welten. Der Sinn der Meditation liegt in der Aktivierung der „inneren Sinne“,

in der Begegnung mit den inneren Welten und dem Kontakt mit den Meistern der inneren Welten.

„spirituelle/Seelenweisheit“

Spirituelle Weisheit erlangen wir durch die Lehren der Meister der „inneren Welten“.

Mehr und mehr Meditation führt zu immer mehr und mehr Gesundheit, Kraft und Energie im physischen Körper.

Andere Wirklichkeiten sind andere Wirklichkeiten als die Wirklichkeit, in der wir gegenwärtig leben. Jedes besondere Wirklichkeitssystem existiert in einer anderen Frequenz. Jede Frequenzwirklichkeit ist in der Tat ein unendliches Universum. Der gesamte Kosmos besteht aus einer unbegrenzten Anzahl von Frequenzuniversen.

In jedem Augenblick ist die Seele nur auf ein Schwingungsuniversum eingestimmt, und die Seele glaubt fälschlicherweise, es sei die einzige Wirklichkeit.

In der Meditation jedoch bricht die Seele aus dem Kokon spiritueller Unwissenheit. Neue Wirklichkeitssysteme werden erfahren. Mehr und mehr Meditation führt zu mehr und mehr Verstehen - durch persönliche Erfahrung - der gewaltigen Wirklichkeit des Makrokosmos. All dies nennen wir „Erleuchtung“.



Anapanasati Meditation

„Anapanasati“ ist Pali und bedeutet, die volle Aufmerksamkeit und Bewußtheit auf den Atem zu richten, auf den normalen, natürlichen Atemprozeß.

„ana“ - heißt - „Einatem“

„pana“ - heißt - „Ausatem“

„sati“ - bedeutet - „Einssein mit“

In „Anapanasati“ sollte die Aufmerksamkeit des Verstandes ausschließlich auf den normalen natürlichen Atem gerichtet sein. Die Aufgabe ist freudvolles Einssein mit dem Atem.

Kein „Mantra“ wird gechantet - keine „Gottheit“ wird im Verstand unterhalten - keine Hathayoga oder Pranayogaübungen wie „Khumbaka“ usw. - den Atem halten usw. sollte angestrebt werden.

Nimm eine bequeme Sitzhaltung ein, so entspannt wie möglich. Die Hände sollten gefaltet werden, Augen geschlossen.

Es ist wichtig, den gewohnten Wanderungen des Verstandes zu widerstehen, so gut es geht. Diese wandernden Gedanken sollten sofort abgebrochen werden, wenn sie auftauchen.

„Wenn wir mit der Atemenergie sind, leert sich der Verstand. Dann entsteht ein gewaltiger Fluß kosmischer Energie in den physischen Körper. Und langsam wird das bisher schlafende Dritte Auge aktiviert. Und nach und nach erfahren wir kosmisches Bewußtsein.“

**Spirituelle Gesundheit
erreichen wir durch
Anapanasati Meditation**

„sei mit dem normalen Atem“

atme weich, leicht ein - atme weich, leicht aus

bring Deinen Atem in einen ruhigen Rhythmus

Dein Atem fließt in ruhigem Rhythmus - folge ihm

„sei mental vollkommen ruhig“

benutze Deinen Verstand, Deinem Atem zu folgen - ein - aus - ein - aus - das ist alles

„sei still, physisch“

sei mit Deiner Atemenergie - erlaube Deinen Atemenergie, Dich zu taufen

Anapanasati Meditation - ist so einfach -

so sehr leicht - gar nicht schwierig

Meditation sollte regelmäßig getan werden - täglich

Meditation kann

von jedem - in jedem Alter -

zu jeder Zeit - an jedem Ort praktiziert werden

Meditation sollte so viele Minuten täglich unternommen werden, wie Du Jahre alt bist

**Spirituelle Gesundheit ist die „Wurzel“
Physische Gesundheit ist die „Frucht“.**



Die Drei Großen Geschehnisse in Meditation

Es gibt drei große Geschehnisse in der Übung der Anapanasati Meditation.

„das erste große Geschehnis“

**„wenn wir mit dem einfachen, normalen, leichten,
natürlichen Fluß des Atems sind, leert sich der Verstand“**

Meditation bedeutet, das natürlich existierende unaufhörliche Geschnatter des ruhelosen Verstandes zum Schweigen zu bringen. Wir beginnen dafür mit dem Atem.

Der Verstand muß mit dem Atem sein. Darauf kommt es an. Sonst leert er sich nicht. Der Verstand muß von Unordnung befreit werden und ziemlich leer.

Der Verstand muß all seine unwissenschaftlichen, sozioreligiösen, mentalen Bilder und bedeutungslosen Requisiten verlieren. In der Übung der Meditation spielt das Chanten von Mantren keine Rolle.

Da Meditation den unablässig schnatternden Verstand stilllegen soll, können wir uns auf keine mentalen Bilder konzentrieren.

Wir stimmen uns mit unserem natürlichen, normalen, leichten Atem ein. Dann wird der Verstand sich langsam entspannen, weniger dicht werden und bald ganz leer werden.

Atem ist Botschafter reinen Bewußtseins in unserem großartigen Körpersystem.

Atem geschieht unablässig.

Atem ist so einfach.

Atem kann erfahren werden.

Atem kann verstanden werden.

Auf den Atem können wir uns leicht einstimmen.

Mit dem einfachen, natürlichen Fluß des Atems zu sein ist das Alpha und Omega in der Übung der Meditation.

„das zweite große Geschehen“

**„Wenn der Verstand ziemlich leer ist,
fließen große Mengen kosmischer Energie ins physische System“**

Ein urwaldähnlicher Verstand verhindert, daß kosmische Energie ins Körpersystem einströmt.

Wenn der Verstand wie ein Dschungel ist, wird er eine Barriere - er verhindert, daß kosmische Energie ins physische System einströmt.

Der urwaldähnliche Verstand ist so sehr undurchdringlich, so solide und undurchsichtig. Durch die Meditation jedoch wird der undurchsichtige Verstand transparent, er wird durchscheinend.

Durch Meditation wird der Dschungelverstand zu einem Gartenverstand.

Durch Meditation wird der Verstand viel durchlässiger und kosmische Energie fließt ins Körpersystem - und folgt damit einfachen Gesetzen der Physik.

Also, wenn unser undurchdringlicher Verstand zum transparenten Verstand wird - wo nur wenige streunende weltliche Gedanken und mehr Leere ist - das ist Meditation! Und das geht nur durch den Atemmechanismus.

„das dritte große Geschehen“

„Tritt genügend kosmische Energie ins Körpersystem ein -
Resultiert dies in einer Aktivierung des Dritten Auges“

Wird das Körpersystem mit kosmischer Energie geflutet und die dunklen Stellen im Ätherkörper aufgelöst, wird langsam das Seelenpotential verwirklicht.

Und natürlicherweise hat die Seele unbegrenztes Potential und unbegrenzte Fähigkeiten. Dies alles liegt jedoch ungenutzt und latent, bis wir es nutzen und wecken, indem wir regelmäßig meditieren.

Der Kulminationspunkt der Meditationspraxis ist die Aktivierung der „inneren Sinne“ oder des „dritten Auges“. Das Endergebnis der Meditation ist die Aktivierung unserer außersinnlichen Wahrnehmung. Das Endziel ist die Aktivierung unseres Seelenbewußtseins.

Beim Durchschnittsmenschen ist es, als sei das Seelenbewußtsein verloren.

Dem Durchschnittsmenschen ist das Paradies verloren gegangen. Das Paradies auf Erden darf wiedererworben werden - und das geschieht durch die Meditation.

Meditation und Erleuchtung

(M-E-A-L)

„Meditation – Erleuchtung – Gegenwart – Lebenslust“

Wir alle sind potentielle Götter. Wir sollten jedoch in Praxis Götter werden. Wir sollten Gottsein üben, in all unseren sekundlichen Gedanken, Worten und täglichen Handlungen zu jeder Zeit.

So wie unser Verstehen von spiritueller Wissenschaft wächst durch die unermüdliche Praxis von Meditation werden wir immer besser in der Verwirklichung unseres Gottseins.

Und je besser wir in der Verwirklichung unseres Gottseins werden, je stärker nimmt unsere Lebenslust zu.

Das beständige Ziel von Spiritualität liegt in der Stärkung unserer Lebenslust.

„Meditation – der erste Schritt“

„Meditation bedeutet, die Kontrolle über unseren Verstand zu erlangen. Es gibt drei Phasen der Meditation: Anapanasati – Kayanupassana – Vipassana

„Anapanasati“ bedeutet, mit dem normalen, natürlichen, einfachen, weichen, leichten und sanften Atem sein.

„Kayanupassana“ bedeutet, die Energiefelder leicht wahrzunehmen – wenn sie im Ätherkörper erfahren werden – als Folge von der Übung von Anapanasati.

„Vipassana“ bedeutet, größte Aufmerksamkeit den Dritte-Auge-Erfahrungen zu geben, wenn sie beginnen als Folge der Anapanasati Übung.

„Erleuchtung – die zweite Phase“

Indem wir die Übung von Anapanasati fortführen, betreten wir die Phase des Vipassana und beginnen zu verstehen, daß wir wesentlich ein Drittes Auge sind. Wir verstehen, daß wir eine Seele sind. Dies heißt Erleuchtung.

Indem wir die Aufmerksamkeit auf der Erleuchtung halten, werden wir mehr und mehr zu Meistern des Verstandes, dann werden wir Kandidaten für rechten Intellekt und die tägliche physische Welt.

Die erste Phase der Meditation führt zur zweiten Phase der Erleuchtung.

Damit jedoch die Erleuchtung gefestigt wird, braucht es noch zwei wesentliche Aktivitäten:

Swadhyaya und
Satjana Sangatya

Nur ein gut-trainierter Verstand kann „Swadhyaya“ aufnehmen: die richtigen spirituellen Bücher lesen und „Satjana Sangatya“: mit den richtigen Menschen verkehren.

Ohne richtige Lektüre und den Umgang mit den richtigen Menschen kann die Erleuchtung nicht reifen, wie sie sollte.

Erleuchtung bedeutet noch zwei Dinge:

niemals lamentieren und keine Zeit vergeuden

Wir sind nicht auf der Erde, um uns zu beschweren. Wie immer eine Situation sei oder wie immer ein Erfolg - wir sind hier auf ewig um uns zu erfreuen und zu zelebrieren.

Freude ist natürliche Folge, wenn wir verstehen, daß jedes sogenannte „Versagen“ ein Meilenstein ist für kommende Erfolge.

Wir müssen nur das Bedauern lassen. Bedauern bedeutet, wir investieren unnötig Energie in die Vergangenheit, die für immer dahin ist. Jedes Bedauern ist ein frischer Fehler! Wir begehen Fehler - Fehler sind natürlich - doch sollten wir uns nicht mit verlängertem Bedauern aufhalten.

Zweitens sollte jeder gegenwärtige Moment schöpferisch und produktiv genutzt werden.

„Gegenwart - die dritte Phase“

Nur erleuchtete Menschen sind in jedem Augenblick und in jeder Situation vollkommen gegenwärtig.

„Gegenwart“ heißt, zum „hier“ und „jetzt“ zurückzukommen - vom „dort“ und „dann“.

Beim Entwickeln der Qualität von Gegenwart wird intensive Beziehung mit den Meistern wichtig. Ein Meister ist ein Vorbild der Gegenwart.

„Gegenwart“ hat zwei wesentliche Aspekte:

Im gegenwärtigen Augenblick leben
In der Ewigkeit-für immer Zeitlosigkeit leben

„Gegenwart“ - bedeutet, sich im gegenwärtigen Augenblick ganz und gar der Arbeit hinzugeben, die ansteht.

„Gegenwart“ bedeutet, in jeder gegebenen gegenwärtigen Situation vollständig lebendig zu sein.

„Gegenwart“ bedeutet, fröhlich mit den natürlichen Gefühlen im großartigen „hier“ und „jetzt“ zu sein.

„Gegenwart“ bedeutet auch, im Konzept von Ewigkeit-für immer Zeitlosigkeit zu leben. Da ist die Vergangenheit. Da ist die Gegenwart. Und da ist die Zukunft. Sie sind jedoch keine verschiedenen und getrennten Blocks, sondern ein großartiges und weites Kontinuum der Existenz - eine großartige und weite Zeitlosigkeit.

„Weise leben“ verlangt, daß wir die unmittelbare Vergangenheit und die unmittelbare Zukunft berücksichtigen, um die bestmögliche gegenwärtige Handlung zu ergründen.

„Weise leben“ verlangt auch, daß wir die Ewigkeit der Vergangenheit und die Ewigkeit der Zukunft berücksichtigen, um die bestmögliche gegenwärtige Handlung zu ergründen.

„Lebenslust - das letzte Stadium“

Das Endresultat von Meditation ist die Erleuchtung. Das Endresultat von Erleuchtung ist Gegenwart. Und das Endresultat von Gegenwart ist Lebenslust.

Nun wird jeder Augenblick genossen. Nun wird jede Situation ausgeschöpft. Nun wird das Leben absolut dynamisch. Das Leben wird absolut wundervoll.

Jetzt enthält jeder Gedanke Kraft. Sowie der Gedanke erschaffen ist - manifestiert er sich ohne Verzerrung.

Jetzt wird jedes Wort Dynamit. Jede Handlung wird ein Stück Kunst und Grazie.

Jetzt ist das Leben eine fortgesetzte Feier.

„Lebenslust“ hat zwei wesentliche Aspekte:

leidenschaftliches Geben
leidenschaftliches Empfangen

„Mehr Lebenslust“ bedeutet mehr Mitgefühl - mehr und mehr glückliches und leidenschaftliches Geben. Mitfühlendes und fortgesetztes Geben wird zur natürlichen Gewohnheit.

„Mehr Lebenslust“ bedeutet auch mehr und mehr glückerfülltes Annehmen von allem, was wir erhalten. Fortgesetzter Zustand von glücklichem und leidenschaftlichem Annehmen wird zur natürlichen Gewohnheit.

Gnadenreiches Geben und gnadenreiches Nehmen ist zu allen Zeiten und in allen Situationen da.

Ein dynamisches und lebendiges lustvolles Leben ist eines, in dem die Menge der totalen „Gaben“ und „Annahmen“ sehr sehr hoch ist.



Nutzen der Meditation

Anapanasati Meditation schenkt dem Praktiker spirituelle Gesundheit.

Spirituelle Gesundheit ist die Wurzel und
Physische Gesundheit ist die Frucht.

Meditation ist das größte Geschenk, das wir uns durch unsere eigene Anstrengung selbst geben. Wir können uns so viel geben.

in der Meditation:

werden Krankheiten vollkommen geheilt
das Gedächtnis verbessert sich
schlechte Gewohnheiten sterben einen natürlichen Tod
der Verstand verweilt in einem friedvollen und freudvollen Zustand
Arbeit geschieht mit größerer Effizienz
Schlafbedürfnis reduziert sich
Beziehungen verbessern sich
die Willenskraft steigert sich enorm
die Fähigkeit zwischen richtig und falsch zu unterscheiden wird geschärft
die Lebensaufgabe wird vollständig verstanden

„Krankheiten werden vollkommen geheilt“

Alles physische Leid besteht aufgrund mentaler Sorgen. Alle mentalen Sorgen wurzeln in intellektueller Unreife. Intellektuelle Unreife resultiert aus Mangel an spiritueller Energie und spiritueller Weisheit.

Durch Meditation - wenn wir reichlich kosmische Energie und spirituelle Weisheit erhalten - wird der Intellekt mehr und mehr gesund, wissenschaftlich und reif. Nach und nach verschwinden alle mentalen Sorgen. Und konsequent verschwinden auch alle physischen Leiden. Allein Meditation heilt alle Krankheiten.

Krankheiten manifestieren hauptsächlich aufgrund früheren negativen Karmas, das aus ungesundem, unwissenschaftlichem und unreifem Intellekt entstand. Bis und bevor das negative Karma neutralisiert wird, verschwindet die Krankheit nicht. Keine Medizin hilft, das negative Karma zu klären.

„Gedächtnis bessert sich“

Die reichliche kosmische Energie, die wir in der Meditation erhalten, hilft dem Gehirn, effizienter zu arbeiten und in maximaler Kapazität. Meditation verbessert das Gedächtnis erheblich.

Darum ist die Meditation für alle Studenten absolut notwendig – sowohl auf Schul- wie auch auf Universitätsebene.

„Schlechte Gewohnheiten sterben natürlich“

Es gibt viele schlechte Gewohnheiten wie überessen, überschlafen, zu viel sprechen, zu viel denken, zu viel trinken usw. usw.

Mit den großen Mengen spiritueller Weisheit und kosmischer Energie, die wir in der Meditation empfangen, sterben alle schlechten Gewohnheiten natürlicherweise.

„Verstand wird freudvoller“

Das Leben ist so voller Versagen, Beleidigungen und Schmerzen – für jeden. Für einen Menschen mit höherer spiritueller Weisheit und reichlich kosmischer Energie jedoch ist das Leben immer friedvoll und freudvoll – trotz all der Versagen, Beleidigungen und Schmerzen.

„Arbeit wird effizienter“

Angesichts der reichen kosmischen Energie und höheren spirituellen Weisheit geschieht alle Arbeit – physisch oder mental – mit größerer Effizienz.

In weniger Zeit schafft mensch mehr Arbeit. Mit minimalen Ressourcen wird lobenswerte Arbeit geschaffen.

„Schlafzeit reduziert sich“

Reichlich kosmische Energie fließt während der Meditation. Nur ein Bruchteil dieser Energie wird im Schlaf generiert.

Eine halbe Stunde in tiefer Meditation gleicht sechs Stunden Tiefschlaf – was die Erholung des Körpers und die Energie des Verstandes betrifft.

„Bessere Beziehungen“

Mangel an höherer spiritueller Weisheit allein ist der Grund, warum zwischenmenschliche Beziehungen so sehr unerfüllt und unqualitativ sind.

In Gegenwart höherer spiritueller Weisheit werden alle zwischenmenschlichen Beziehungen hochqualitativ und vollkommen erfüllend.

„stärkere Willenskraft“

Eine Absicht braucht genügend Energie und genügend Kraft, um das Ziel zu erreichen. Im ruhelosen Zustand des Verstandes haben Absichten nicht genügend Kraft. Darum erreichen sie ihr Ziel nicht.

In der Gegenwart eines ruhigen Zustandes des Verstandes jedoch erreichen alle positiven Absichten größere Stärke und werden dramatisch verwirklicht. Einfach gesagt, wird die Willenskraft wesentlich verstärkt.

„Wissen, was richtig ist, was falsch“

Was soll ich tun?

Was soll ich lieber nicht tun?

Dies sind immer Millionendollarfragen.....

Was ist richtig?

Was ist falsch?

Wir sind dauernd im Dilemma - jedoch nur spirituell unreife Menschen erleben Dilemmen. Für den spirituell reifen Menschen gibt es gar keine „Millionendollarfragen“. Er versteht alles bereitwillig und handelt entsprechend.

„Den Sinn des Lebens verstehen“

Wir werden alle mit einem spezifischen Sinn geboren, mit einer spezifischen Mission, einem spezifischen Design, einem bestimmten Plan. Nur spirituell reife Menschen können das verstehen und sich ihres besonderen Sinns, Mission, Designs und Plans in ihrem Leben bewußt sein.

Der Sinn der Inkarnation jeder Seele ist Fortschritt auf spirituell - seelischer Ebene, zu dem auch der Genuß der materiellen Ebene gehört.

Körperenergieverstärkung

(B-E-A-T)

Körper – Energie – Verstärkung – Technologie

kann definiert werden als:

„Die Technologie, mit der wir die Körperenergie erhöhen
und sie auf Gipfelebene halten, jederzeit,
sodaß sie uns ermächtigt, immer in bestmöglicher Weise zu handeln.“

Menschen übertreffen sich im Schwelgen in verschiedenen Dingen, die ganz und gar nicht nötig sind. Und so investieren sie mehr Energie/Zeit als nötig in eine bestimmte zu bewältigende Arbeit.

Energie wird ständig zerstreut – aufgrund der unrichtigen physischen und emotionalen Muster, Tendenzen und Neigungen.

Wenn man jedoch Energie konserviert und das rechte Maß nimmt, um sie zu steigern und auf hohem Level zu halten – indem man die richtigen physischen und emotionalen Lebensmuster erkennt und kultiviert – richtige Tendenzen und richtige Neigungen – dann wird die Qualität der Arbeit, die man tut, wesentlich gesteigert.

Essen

 Energiezuwachs/konservierung	 Energieverlust/zerstreuung
Wissenschaftlich, basiert auf Bedürfnissen und bewußten Mustern der Nahrungsaufnahme, führt zum Anstieg des Energielevels im physischen Körper	Unwissenschaftliche und unbewußte Muster der Nahrungsaufnahme führen zum Verlust des Energielevels im physischen Körper

Schlüsselpunkte

„kein tierisches Essen“

Tiernahrung ist extrem schädlich für den menschlichen Körper – sei strenger Vegetarier – iss mehr frische Früchte, Gemüse, Salate und Sprossen.

„iss nur, wenn es notwendig ist“

Iss, wenn Du wirklich sehr hungrig bist; beende das Mahl, wenn Du noch ein wenig hungrig bist; behalte einen kleinen Hunger im physischen Körper.

„kein gekochtes Essen in den Kühlschrank“

Nimm nur frisch zubereitetes, warmes Essen; vermeide es, gekochtes Essen im Kühlschrank aufzubewahren.

„kaue gründlich“

Nimm Dir viel Zeit zum Kauen Deiner Nahrung.

„Essen sollte gut schmecken“

Zeig Deine ganze Kochkunst, um schmeckendes Essen zu kreieren; koch immer mit höherem Geschmack.

„teile die Essensdosis“

Die tägliche Essenmenge sollte in vielen kleinen Dosen genommen werden.

„Flüssignahrung“

Wähle einen Tag pro Woche, an dem Du nur flüssige Nahrung zu Dir nimmst.

„Vitamine und Mineralien“

Achte immer auf hohen natürlichen Anteil von Vitaminen und Mineralien für Deinen physischen Körper.

Wasserzufuhr

 Energiegewinn/konservierung	 Energieverlust/zerstreuung
Wissenschaftliche und bewußte Muster des Wassertrinkens erhöhen die Energien des physischen Körpers.	Unwissenschaftliche und unbewußte Muster des Wassertrinkens senken die Energien des physischen Körpers.

Schlüsselpunkte

Trinke so oft wie möglich reines Wasser

- Trinke so viel Wasser wie möglich
- Trinke Wasser so bewußt wie möglich

Sprechen

✔ Energiegewinn/konservierung	✘ Energieverlust/zerstreuung
Wissenschaftliche, sinnvolle und bewußte Muster des Sprechens tragen sehr zur Erhaltung der Körperenergien bei.	Unwissenschaftliche, sinnlose und unbewußte Muster des Sprechens tragen sehr zum Verlust der Körperenergie bei.

Schlüsselpunkte

- Sprich nur dann, wenn es unbedingt nötig ist; übe verbale Stille so oft Du kannst.
- Sprich kurz und bewußt, immer auf den Punkt.
- Sprich immer in einfacher, leicht verständlicher Sprache.
- Achte nicht auf den Stil, sondern auf die Klarheit.

Sehen

✔ Energiegewinn/konservierung	✘ Energieverlust/zerstreuung
Wissenschaftliche, sinnvolle und bewußte Muster des Sehens führen zu großer Energiekonservierung im physischen Körper.	Unwissenschaftliche, sinnlose und unbewußte Muster des Sehens führen zu großem Energieverlust im physischen Körper.

Schlüsselpunkte

- 80% unserer Energie verschwenden wir mit Sehen.
- Öffne Deine Augen zum Sehen nur wenn Du Arbeit tust, bei der Du schauen muß.
- Wenn Du mit einem Menschen sprichst, schaue immer in dessen Augen.

Schlafen

✔ Energiegewinn/konservierung	✘ Energieverlust/zerstreuung
Wissenschaftliche und bewußte Muster des Schlafens helfen sehr, die Körperenergien zu erhalten und erhöhen.	Unwissenschaftliche und unbewußte Muster des Schlafens zerstören die Körperenergie.

Schlüsselpunkte

„Position“

Lerne, ab und zu im Sitzen einzuschlafen.

„geteilte Dosis“

Teile Dein Schlafbedürfnis in 2-3 Teile - Nachmittagsschläfchen, Siesta ist sehr wichtig.

„Beobachte den Atem“

- Am Ende des Tages - wenn Du endlich schlafen gehen willst - tue dies und beobachte Deinen Atem bewußt.
- * Sechs Stunden unbewußten Schlafs gleicht einer Stunde Yogaschlaf - Schlaf, in Meditation begonnen.

Atmen

 Energiegewinn/konservierung	 Energieverlust/zerstreuung
Bewußtes Atmen erlaubt, daß viel kosmische Energie einströmt, und versorgt außerdem mit Sauerstoff.	Unbewußtes Atmen führt nur Sauerstoff zu, nicht aber die so wesentliche kosmische Energie.

Schlüsselpunkte

- Übe immer öfter das bewußte Beobachten des Atems - Anapanasati
- Anapanasati heißt, mit dem normalen, natürlichen, einfachen, weichen, leichten und sanften Atem sein.

Denken

 Energiegewinn/konservierung	 Energieverlust/zerstreuung
Wissenschaftliche, sinnvolle und bewußte Denkmuster erhalten die Körperenergien auf höchster Ebene.	Unwissenschaftliche, sinnlose und unbewußte Denkmuster entleeren die Körperenergien dramatisch.

Schlüsselpunkte

- Achte darauf, daß Du wissenschaftlich denkst, d.h. logisch.
- Wenn aktives Denken gerade nicht vonnöten ist, entspanne Dich und genieße Musik, Spiele, Sport usw.

Gefühle

 Energiegewinn/konservierung	 Energieverlust/zerstreuung
Positive Gefühle wie Mut, Mitgefühl, Einheit, Ehrlichkeit usw. maximieren die Körperenergie.	Negative Emotionen wie Ärger, Eifersucht, Furcht, Haß, Selbstsucht, Unterdrückung, Rigidität usw. minimieren die Körperenergien.

Schlüsselpunkte

- Emotionen sollten nie unterdrückt werden – wir sollten immer bereit sein, unsere Emotionen zum Ausdruck zu bringen.
- Ebenso erlaube anderen ihr Recht auf freien Ausdruck ihrer Emotionen.
- Trainiere Dich jedoch, Deine negativen Emotionen so weit wie möglich zu kontrollieren.

Physische Berührung

 Energiegewinn/konservierung	 Energieverlust/zerstreuung
Auf Freundschaft/Zuneigung basierende Muster physischer Berührung neigen dazu, den Körper zu energetisieren.	Unfreundliche und lieblose Muster physischer Berührung rauben dem Körper Energien.

Schlüsselpunkte

- Kinder/Haustiere mögen immer liebevoll berührt und umarmt werden.
- Ein starker Handschlag ist immer gut.

Routinearbeit

 Energiegewinn/konservierung	 Energieverlust/zerstreuung
Alle täglichen Aktivitäten stärken die Körperenergien, wenn sie ausgeführt werden, als seien sie Kunstwerke.	Lieblos und geschmacklos ausgeführte Handlungen haben negative Wirkung auf die Körperenergie.

Schlüsselpunkte

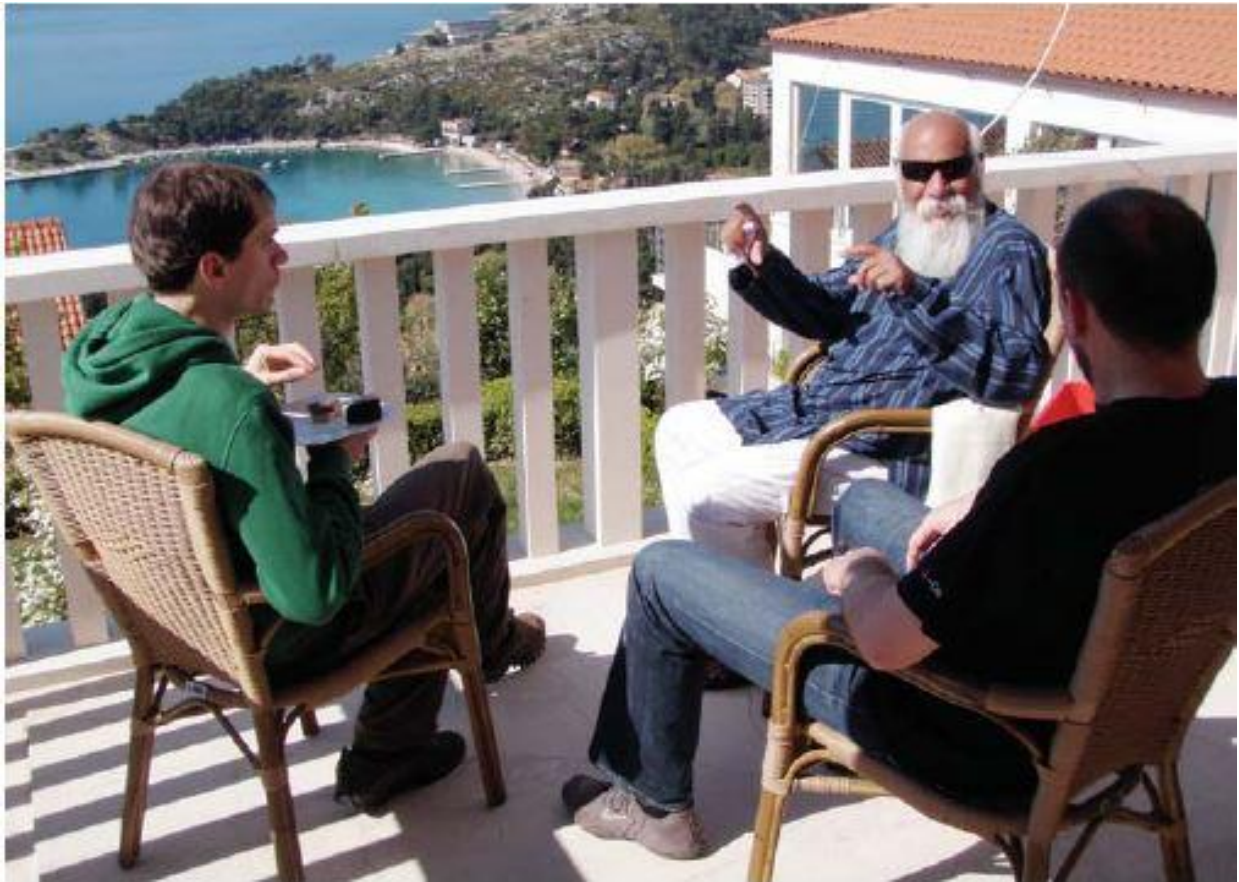
- Wir sollten immer 100% bewußt sein, sogar bei den kleinsten Aspekten jeglicher Arbeit, die wir tun.
- Versuche, die Vernunft, die Logik und die Schönheit in allem Alltäglichen wahrzunehmen.

Weltliche Berufung

 Energiegewinn/konservierung	 Energieverlust/zerstreuung
Die Wahl einer weltlicher Berufung, die Deinen besonderen Fähigkeiten entspricht, ist wesentlich für den richtigen Gebrauch physischer Energien, um den Lebenssinn zu erfüllen.	Eine Wahl, die Dir nicht sonderlich zusagt, untergräbt deine Körperenergien erheblich. Der wahre Sinn des Lebens sollte immer im Auge behalten werden.

Schlüsselpunkte

- Finde heraus, was Du am liebsten tust - und tue es!
- Unsere weltliche Berufung sollte uns ernähren - unsere grundlegenden Bedürfnisse erfüllen - doch nicht unsere mentale Gier nähren.
- Unsere weltliche Berufung sollte auch unserem wahren spirituellen Sinn dienen.



Ganzheitliche Gesundheit

„Ganzheitliche Gesundheit“ bedeutet „ganze Gesundheit“ oder „vollkommene Gesundheit“.

„Ganzheitliche Gesundheit“ besteht aus fünf Komponenten: physischer Gesundheit, mental-emotionaler Gesundheit, intellektueller Gesundheit, spiritueller Gesundheit und sozialer Gesundheit.

„physische Gesundheit“

Freiheit von Leid, Freiheit von Krankheit. Das ist physische Gesundheit.

„mental-emotionale Gesundheit“

Es sollte keine mentale Depression bestehen. Wirst Du beleidigt, solltest Du dennoch nicht Deine emotionale Energie verlieren. Das ist mental-emotionale Gesundheit.

„intellektuelle Gesundheit“

Wenn Du eine alte Schrift liest, solltest Du in der Lage sein, ihre innerste Bedeutung sofort zu verstehen. Verstehst Du diese nicht, ist Deine intellektuelle Gesundheit nicht komplett. Dann ist Dein Intellekt nicht so gesund wie er sein sollte. Liest Du die Veden, solltest Du sie verstehen.

Wenn jemand etwas sagt, und Du bist nicht in der Lage, es zu verstehen, dann ist etwas mit dem Intellekt nicht komplett - das bedeutet, Deine intellektuelle Gesundheit ist nicht, wie sie sein sollte.

„spirituelle Gesundheit“

Spirituelle Gesundheit bedeutet, wir müssen wissen, was wir sind, in unserer wahren Essenz - grundlegend. Wir sollten in der Lage sein, zu fühlen und verstehen, daß wir eine Ewigkeit sind und eine Unbegrenztheit fundamentalen reinen Bewußtseins.

Wir sind „Seele“.

„soziale Gesundheit“

Wir sind verantwortlich für die allgemeine Gesundheit all unserer Mitwesen in der Gesellschaft. Arbeiten wir nicht für die Verbesserung unserer Mitwesen, fehlt uns soziale Gesundheit.

Wenn ich Euch nicht die Meditation lehre, besitze ich keine soziale Gesundheit. Das bedeutet ich erfülle mein soziales Dharma nicht.

Erfüllen wir nicht unser soziales Dharma, fehlt es uns an sozialer Gesundheit.



18 Leitprinzipien für Pyramidenmeister

1. Meditiere richtig - Anapanasati - und lehre diese Meditation allen. Keine schwierigen Asanas und Pranayama Methoden.
2. Lese gute spirituelle Bücher - von Osho, Lobsang Rampa, Castaneda, Jane Roberts, Annie Besant, Linda Goodman, Deepak Chopra, Sylvia Browne usw.usw.
3. Teile deine Meditationserfahrungen mit anderen.
4. Verbringe täglich viel Zeit in Stille; kein weltliches Schwätzen
5. Nutze Vollmondnächte für intensive Meditation.
6. Nutze Pyramidenenergie für die Meditation, so viel wie möglich.
7. Laß alle Medizin - einzig Meditationsenergie heilt
8. Kein Fleisch - kein Fisch - keine Eier. Sei Vegetarier; iß nur wenn nötig.
9. Verbringe viel Zeit in der Natur, in Wäldern, Wiesen, Flüssen, Bergen usw.
10. Keine „spirituelle“ Kleidung; keine „heiligen“ Körpermale; keine ritualistischen Handlungen.
11. Lehre Kinder von Anbeginn die Meditation.
12. Lerne, als Meister zu leben und nie als Schüler.
13. Nimm kein Geld für das Lehren der Meditation.
14. Keine Idolanie; keine Anbetung lebender Meister.
15. Meistere persönliche Probleme durch die eigene Meditationskraft.
16. Erfreue Dich normalen Familienlebens - keine Entsagung.
17. Errichte Pyramiden-Meditationszentren in allen Dörfern und Städten, groß und klein.
18. Veröffentliche Meditationserfahrungen und solche Deiner persönlichen Transformation.





Wahrzeichen
der
Pyramiden Spirituellen Gesellschaft Bewegung

PSSM hat folgende Eigenschaften

- Dreieck * Halbsonne mit Strahlen
- Meditierender mit Auraschild und Chakren
 - Energie - Bewußtsein - Weisheit
 - Offenes Buch * Sei Dir Selbst ein Licht

„Dreieck“

„Dreieck“ repräsentiert das Überselbst.

Das Gesamtziel des Themas der spirituellen Wissenschaft liegt in der Tat darin, die Weisheit und das Verstehen der Essenz des Überselbst in die Unterselbst zu tragen, die wir hier auf der irdischen Ebene sind.

„Überselbst“ ist das „dreieinige Selbst“, das aus Handler, Wissender und Denker besteht. Der Handler kommt als Unterselbst herunter. Das Überselbst heißt auch „Psyche“. In der Meditation sehen wir das Überselbst immer als pulsierendes Dreieck - ein dreidimensionales Prisma.

„Dreieck“ repräsentiert auch eine Seite der Pyramide. Die Kräfte der Pyramide sind viele und eine der Hauptwirkungen der Pyramidenenergie ist, daß sie die Astralprojektion erleichtert.

„Halbsonne mit Strahlen“

„Sonne“ repräsentiert wieder das Überselbst.

Das Unterselbst ist ein bestimmter Strahl des Überselbst. Jeder Mensch auf Erden hat ihr/sein eigenes Überselbst in den höheren Welten. Das Überselbst ist die Totalität unseres eigenen Selbstes mit all seinen Strahlen in ihren besonderen Dimensionen.

Das Ziel jedes Unterselbst ist, so viel der Weisheit seiner eigenen Totalität wie möglich wiederzuerlangen, während es noch im physischen Körper wohnt.

„Halbsonne“ - weil wir nicht das Ganze der Totalität unseres Größeren Selbst aus unserer Erdenperspektive heraus erkennen können, höchstens die Umrisse davon. Den Rest müssen wir theoretisch und intuitiv verstehen.

„Meditierer mit Auraschild und Chakren“

Das PSSM Wahrzeichen zeigt einen Menschen in Meditationshaltung.

Das Hauptziel der PSSM liegt in der Förderung der Wissenschaft der Meditation. Der Weg zur Erleuchtung geht nur durch die Seelenerfahrung in der Meditation.

In der Meditation werden wir zu Antierdanziehungskörpern und unsere Astralkörper befreien sich vom physischen Körper und erlauben uns, frei in den höheren Welten zu reisen. Astralreisen ist eins der Hauptziele, die wir erreichen wollen.

Meditation bedeutet Aktivierung der inneren Sinne. Das „Dritte Auge“ symbolisiert die „Totalität der inneren Sinne“.

In der Meditation wird das „Dritte Auge“ aktiviert und im Endstadium ist es fähig, die Akashachronik wahrzunehmen und hellichtig zu sein.

Wenn das „Dritte Auge“ aktiviert ist, was sieht es? Es sieht das großartige Dahinter. Es schaut andersfrequente Universen. Es sieht alle Ursachen hinter allen Wirkungen, die auf unserer Ebene des Werdens manifestieren. Das Öffnen des „Dritten Auges“ ist Hauptziel aller fortgeschrittenen Seelen.

„Auraschild“ - ist das Schild, das alle individuellen Energien eines Wesens einschließt.

„Chakren“ - sind die grundlegenden Knotenpunkte pranischer Energie im Ätherkörper.

Erfahrungen vieler zeitgenössischer Menschen unter kleinen Pyramiden weisen darauf hin, daß die Förderung von Energie-Bewußtsein-Weisheit in der Tat der Hauptsinn in der Form der Pyramide ist.

Eins der Hauptziele der PSSM liegt in der Verbreitung des Konzepts der „Pyramidenmeditation“. Meditation wird um das dreifache verstärkt, wenn sie unter einer Pyramide stattfindet.

„Energie – Bewußtsein – Weisheit“

Wir sind alle E-B-W-Einheiten. Im gesamten Universum gibt es nichts, das nicht Energie-Bewußtsein-Weisheit ist. Alle Wesen unterscheiden sich lediglich im Inhalt ihrer E-B-W.

Die drei – „Energie“, „Bewußtsein“ und „Weisheit“ sind unmittelbar verwandt und direkt proportional zueinander. Das heißt, wenn wir energiegeladener sind, werden wir bewußter und konsequenterweise offener für Weisheit. Haben wir mehr Weisheit, werden wir bewußter und so viel energiereicher.

Die Essenz all unserer Erfahrungen – die wir „Weisheit“ nennen – hat sich in allen Zeitaltern angesammelt. Weisheit ist eine Essenz – ein Juwel – „eine Blume“ – aus all unserem vergangenen Wissen und Erfahrungen.

Der wesentliche Sinn jeder Lebenszeit eines Unterselbstes liegt darin, das E-B-W zu steigern – das ist es, was Evolution bedeutet – spirituelles Wachstum.

„offenes Buch“

„Offenes Buch“ bezieht sich auf „Swadhyaya“ – die richtigen spirituellen Bücher studieren.

Menschen zum Lesen von Büchern großer Meister wie Lobsang Rampa, Richard Bach, Jane Roberts, Castaneda, Linda Goodman, Edgar Cayce, Swami Rama, Paramahansa Yogananda usw.usw. zu motivieren, ist ein wesentlicher Beitrag von PSSM.

„sei Dir selbst ein Licht“

Wir allein sind verantwortlich für unsere physische Existenz. Nur wir können uns selbst ein Licht sein. Andere können anregen, doch wir müssen es tun. Wir müssen verstehen, daß wir in jedem Augenblick unsere eigenen Wirklichkeiten selbst erschaffen.

Pyramidental International

„Pyramiden Tal International“ ist Heimat einer der Weltgrößten Meditationspyramiden - der Maitreya Buddha Pyramide.

„Pyramiden Tal International“ ist ein Lehrzentrum für die „Anapanasati Meditation“ und dient allen Wahrheitssuchenden Individuen bei ihrer Suche nach Selbstverwirklichung und spiritueller Weisheit und hilft ihnen, ihr verborgenes Potential zu erschließen.

„Pyramidental International“ ist nahe dem Dorf Kebbedoddi, Harohalli Stadt in 40 km Entfernung von der Megametropole Bengaluru, entlang der Bengaluru - Kanakapura Staatsautobahn.

„Pyramidental International“ wurde inspiriert durch eine Vision von Brahmarshi Patriji, dem Gründer der PSSM.

„PSSM“, das Anfang der 90er ernsthaft startete, hat nun seine Schwingen auf viele Länder der Welt ausgedehnt.

„Pyramidental International“ wurde auch errichtet mit dem Herzanliegen, allen spirituellen Wissenschaftlern der Welt eine gemeinsame Plattform zu schaffen.

„Objektiven der Pyramidental International“

- Die Konzepte der Meditationswissenschaften, Vegetarismus und Pyramidenkraft in der Menschheit zu verbreiten.
- Als internationales Meditationszentrum zu dienen und allen spirituellen Wissenschaftlern und spirituellen Meistern aller Welt als gemeinsame Plattform zu dienen.
- Als zentrale Zelle für alle Aktivitäten der PSSM zu dienen.

Schlüsselaktivitäten

- Regelmäßige Kurse, Workshops und Seminare über die Wissenschaft der Meditation und die Spiritualität des neuen Zeitalters durchzuführen
- Jährlich eine Konferenz abzuhalten - mit Teilnahme mehrerer erleuchteter spiritueller Meister des neuen Zeitalters und Forscher der spirituellen Wissenschaften aus aller Welt.
- Meditationserfahrungen und spirituelle Wandlungen aller spirituell Suchenden in verschiedenen Weltsprachen zu veröffentlichen.

- Wissenschaftlich-spirituelle Forschungsaktivitäten durchführen und veröffentlichen.
- Jährlich das Buddha-Purnima zu zelebrieren, mit 1000en Meditierern und Wahrheitssuchenden.

„Maitreya Buddha Mega Pyramide“

Dieses Pyramidental wird auch „Maitreya Buddha Vishwalayam“ genannt.

„alayam“ heißt „Tempel“

„vishwa“ heißt „Welt“

„vishwalayam“ heißt „Tempel der Welt“

Dieser „Maitreya-Buddha Vishwalayam“ soll der hellste und energiereichste Tempel für die Meditationswissenschaft der ganzen Welt sein.

Die Maitreya Buddha Pyramide hat eine Basis von 160 x 160 Fuß - eine Höhe von 102 Fuß - kann ca. 5000 Menschen bequem in sich versammeln zum Meditieren. Tausende Menschen besuchen die Pyramide regelmäßig, täglich, um in dieser hochenergetischen Pyramide zu meditieren.

Die Pyramiden Spirituelle Treuhand (Indien) führt regelmäßig mehrere Programme auf diesem weitläufigen Campus durch, darunter den jährlichen „Globalen Kongress Spiritueller Wissenschaftler“.

Bis heute wurden vier Globale Kongresse erfolgreich durchgeführt, in den Jahren 2008, 2009, 2010 und 2011.



Anhang

Sei strenge/r VegetarierIn

Tierische Nahrung - und in geringerem Maße der Einsatz von Mineralien als Medizin - hat eine Vermischung von Devasubstanzen hervorgebracht und von Schwingungen, die nicht aufeinander eingestimmt sind.

Das Königreich der Gemüse ist in einer vollkommen anderen Situation und Teil seines Karma lag darin, dem Menschen Nahrung zu geben: dies hat zur Folge eine notwendige Umwandlung des Lebens dieses Königreiches auf eine höhere Ebene (das Tier), das sein Ziel ist.

Die Umwandlung des Gemüselebens findet notwendigerweise auf der physischen Ebene statt. Daher seine Verfügbarkeit als Nahrung.

Die Umwandlung des Lebens eines Tieres in das Menschenreich findet auf karma-manasischer Ebene statt. Daher die Nichtverfügbarkeit - aus esoterischer Sicht - des Tieres als Nahrung für den Menschen.

Dies ist ein Beweisgrund für vegetarisches Leben, welches mensch berücksichtigen sollte.

Entwicklung des physischen Auges findet unter Gesetz statt, und unvermeidlich wird die gesamte Rasse Mensch auf lange Sicht den dualen Fokus erringen, der ihm ermöglicht, beide Formen zu sehen - die dichten und die ätherischen Formen.

Im gegenwärtigen Stadium ist seine Unfähigkeit, dies zu tun, zurückzuführen auf Mangel an Pranischer Vitalität. Dies ist hauptsächlich die Folge von falschen Lebensbedingungen und den Mißbrauch von Nahrung.

Der gegenwärtige allgemeine Trend in Richtung gerechter und reiner Lebensbedingungen - die Rückkehr des Menschen zu einfacheren und gesünderen Wegen - das weitverbreitete Gefühl für Baden, frische Luft und Sonnenlicht - und das größere Bedürfnis für Gemüse und Nüsse - wird unvermeidlich zu besserer Assimilation der pranischen Flüssigkeiten führen. Dies wird bestimmte Veränderungen hervorrufen und Verbesserungen - in den physischen Organen und in der Vitalität des ätherischen Körpers.

Jeder Mensch sollte streng vegetarisch leben. Die niederen Naturen werden verstopft und schwer, und die innere Glut kann nicht hervorscheinen, wenn Fleisch im Speiseplan steht. Dies ist eine drastische Regel für Interessenten und sie darf nicht verletzt werden.

An einem bestimmten Punkt des Pfades ist es wesentlich, daß aller Fleischkonsum jeder Art aufgegeben und der Nahrungsweise strikteste Aufmerksamkeit/Bewußtheit geschenkt wird.

Ein Schüler muß sich auf Gemüse, Getreide, Früchte und Nüsse beschränken. Nur so kann er die Art physischen Körper bauen, die dem Eintritt des wirklichen Menschen widerstehen kann, der in seinen feinstofflicheren Körpern vor dem Initiator stand.

Es muß natürlich hier anerkannt werden, daß keine harten oder schnellen Regeln jemals aufgestellt werden können, außer den ersten, die – für alle Interessenten an Initiation – daß Fleisch, Fisch, Alkohol und Tabak absolut verboten sind. Für diejenigen, die es schaffen, ist es besser, auch Eier und Käse von der Speisekarte zu streichen.

Eine Behinderung (auf dem spirituellen Pfad) entsteht im physischen Körper, der aus Fleisch und Alkohol gebaut wurde und in einem Umfeld lebt, in dem frische Luft und Sonnenlicht keine Hauptfaktoren sind. Viele Jahrhunderte lang war verwesene Nahrung und damit solche im Zustand von Fermentation die grundlegende Nahrung der okzidental Völker: und die Folge können wir in Körpern sehen, die unfit sind, die Anforderungen zu erfüllen, die ein geistiger Weg erfordert und die dem klaren Hervorscheinen des inneren Lebens ein Hindernis darstellen.

Wenn frische Früchte und Gemüse, klares Wasser, Nüsse und Getreide – gekocht und ungekocht – den Speisezettel evolvierender Menschenkinder ausmachen, werden Körper entstehen, die angemessene Fahrzeuge hochentwickelter Menschenwesen sind.

Diejenigen, die die Akashachronik lesen wollen oder die bemüht sind, straffrei auf Astralebene zu arbeiten und die Spiegelung der Ereignisse korrekt im astralen Licht zu studieren, müssen ausnahmslos strikte Vegetarier sein.

Nur die, die 10 Jahre lang strikte Vegetarier waren können derart arbeiten im Rekordaspekt des astralen Lichts.

Wenn sie ihren gereinigten astralen und physischen Körpern das Licht der Vernunft hinzufügen und die Erleuchtung des gerichteten Verstandes (was wir sehr selten finden), so werden wir akkurate Interpreten astraler Erscheinungen.

Quelle: „Ponder on This“ von Alice A. Bailey und Djwhal Khul

Meditation, der Große Lehrer

Meditation ist das reinigende Schmelzfeuer, das langsam durch Verstehen arbeitet.

Je größer Dein Verstehen, desto flexibler und toleranter kannst Du sein. Je größer Dein Verstehen, desto mitfühlender kannst Du sein! Du wirst vollkommene Mutter/Vater oder idealer Lehrer/In.

Du bist bereit, zu vergeben und vergessen. Du fühlst Liebe zu anderen, weil Du sie verstehst. Und Du verstehst andere, weil Du Dich selbst verstanden hast. Du hast tief in Dein Inneres geschaut und Selbstillusion und Deine eigenen menschlichen Fehlbarkeiten gesehen. Du hast Deine eigene Menschlichkeit gesehen und gelernt, zu vergeben und zu vergessen. Wenn Du Mitgefühl für Dich gelernt hast, ist Mitgefühl für andere automatisch da.

Ein Meditierender hat das Leben zutiefst verstanden und betrachtet die Welt unvermeidlich mit tiefer und unkritischer Liebe.

Meditation ist wie neues Land zu kultivieren. Um aus einem Wald ein Feld zu machen, mußt Du zuerst die Bäume fällen und die Wurzeln herausziehen. Dann rodest Du die Erde und machst sie fruchtbar. Dann sähest Du die Saat und erntest Deine Erträge. Um den Verstand zu kultivieren, mußt Du zuerst die verschiedenen Irritierungen herausklären, sie an der Wurzel herausziehen, sodaß sie nicht zurückwachsen. Dann machst Du fruchtbar. Du pumpst Energie und Disziplin in die mentale Erde. Dann setzt Du die Saat und erntest Deine Erträge des Vertrauens, der Ethik, der Achtsamkeit und der Weisheit.

Der Sinn der Meditation ist persönliche Transformation.

Das „Du“, das zur einen Seite der Meditationserfahrung hineingeht, ist nicht dasselbe „Du“, das zur anderen Seite wieder herauskommt. Sie wandelt Deinen Charakter durch einen Prozeß der Sensibilisierung, indem sie Dir zutiefst Deine eigenen Gedanken, Worte und Handlungen bewußt macht.

Deine Arroganz löst sich auf und Deine Feindseligkeit trocknet aus. Dein Verstand wird still und ruhig. Und Dein Leben glättet sich. Auf diese Weise bereitet Dich die Meditation, wenn Du sie richtig ausführst, darauf vor, den Höhen und Tiefen des Lebens zu begegnen. Sie reduziert Deine Anspannung, Deine Ängste und Deine Sorgen. Die Ruhelosigkeit verschwindet und die Leidenschaft läßt nach. Dinge fallen an ihren

Platz und Dein Leben gleitet dahin, anstatt ein Kampf zu sein. All dies geschieht durch Verstehen.

Meditation schärft Deine Konzentration und Deine Gedankenkraft. Dann, Stück für Stück werden Dir Deine eigenen unbewußten Motive und Mechanismen klar. Deine Intuition schärft sich. Die Präzision Deiner Gedanken steigt und schrittweise kommst Du zu unmittelbarem Wissen von den Dingen wie sie wirklich sind, ohne Vorurteil und ohne Illusion.



Quelle: „Breath Sweeps Mind“ von Jean Smith

Konzentration auf den Atem

„Dein inneres Wesen“

Akzeptanz Deines inneren Wesens und die Bereitschaft, eine größere, weitere Perspektive zu empfangen sind wesentlich, um die freudvolle, wachstumsgefüllte physische Erfahrung zu leben, die zu leben Du hergekommen bist.

Wenn Du nicht bereit bist, die größere Perspektive anzunehmen und zu gebrauchen, bist Du extrem begrenzt, wie die meisten physischen Wesen, in dem was Du bewußt erreichen wirst.

Ohne die weitere Perspektive, die Dir die innere Dimension anbietet, erfährst Du gewaltige Begrenzungen auf dieser Erde.

Die Verbindung zwischen dem physischen Du und dem weiteren, nicht-physischen Du ist der fehlende Aspekt von dem, was der physische Mensch zu verstehen sucht - und es ist der Schlüssel zu dem spektakulären produktiven Leben, das Du vor Deiner Geburt visioniertest.

„ein Durchgang“

Ein Durchgang so klar daß bewußte Kommunikation zwischen den Dimensionen vor - und zurückfließen kann.

Bis Du diese Verbindung zwischen Deinem physischen Sein und Deinem inneren Wesen herstellst, kannst Du die Absichten nicht zufriedenstellen, die Du beim Eintritt in diesen physischen Körper hieltest.

Da Deine physische Erfahrung vom nicht-physischen Reich unterstützt wird, kann es keine Trennung vom inneren Du geben. Vom Tag Deiner Ankunft in diesem physischen Körper hast Du mit dem inneren Du kommuniziert.

„den bewußten Verstand zur Ruhe bringen“

Es ist wichtig, daß Du einen Wunsch hegst für die Öffnung dieses Durchgangs, damit Du sie erreichst. Du mußt es wollen. Dann mußt Du dem nur etwas Zeit geben, damit es geschehen kann.

Finde täglich 15 - 20 Minuten, um mit der Absicht zu sitzen, Deinen bewußten Verstand zu beruhigen. Es ist nicht notwendig, täglich dieselbe Zeit zu blockieren, doch ist es von großem Wert, konsistent zu sein und keinen Tag zu verpassen, denn dieser Prozeß ist ein fortschreitender.

Deinen Verstand zu beruhigen bedeutet täglich einige Minuten zu sitzen und Deinem Verstand erlauben, zu ruhen, still und ruhig, an nichts zu denken. Das ist nicht leicht für Dich, denn Deine Gedankenmechanismen antworten auf jede Gedankenstimulation, dennoch ist es wichtig, daß Du Deinen Verstand täglich zur Ruhe bringst.

„Konzentration auf den Atem“

Es hilft, auf etwas innerhalb Deiner physischen Bewußtheit zu fokussieren. Nur auf Deinen eigenen Atem zu konzentrieren ist sehr wirkungsvoll! Dein erstes Ziel im willentlichen Öffnen des Durchgangs zwischen dem physischen Du und dem nicht-physischen Du ist, bewußt Deine Gedanken vom physischen Reich zurückzuziehen und Dir erlauben, zu sitzen, ganz still und ewiglich verbunden mit der nicht-physischen Welt.

Es ist jedoch anfangs nicht gut für Dich, zu versuchen, die nicht-physische Welt zu sehen oder fühlen oder hören. Dein Ziel ist einfach und eins: „Ich sitze mit der Absicht, meine Gedanken zu beruhigen“.

„Meditationserfahrungen“

Wenn Du Erfolg hast, wenn auch nur für wenige Minuten, Deinen bewußten Denkmechanismus zu beruhigen, wirst Du Deinen physischen Körper anders fühlen. Du wirst ihn als taub empfinden oder schwer.

Diese Taubheit oder Schwere ist ein Zeichen, daß Du erfolgreich Deinen bewußten Denkmechanismus beruhigt hast und im Moment der Taubheit im Zustand des Geschehenlassens der Anpassung Deiner Energien bist.

„absoluter Zustand des Zulassens“

Dein erstes Ziel ist erreicht, und nun ist Dein inneres Wesen imstande, seine Arbeit zu tun. Wenn Du in diesem Zustand von absolutem Zulassen sitzt, wird Dein inneres Wesen Deine Energien anpassen und die schnelleren höheren Frequenzen der inneren Welt mit den langsameren niederen Frequenzen eurer physischen Welt verschmelzen.

Während dieses Prozesses gibt es für Dich nichts zu tun, außer mit der Absicht zu sitzen, Deinen Verstand zur Ruhe zu bringen. Versuchst Du, aktiv an diesen Prozeß teilzunehmen, verlierst Du Deinen Platz der Taubheit und unterbrichst die Arbeit Deines inneren Wesens.

Jeden Tag, den Du Deinen Verstand zu befrieden erreichst und das Anpassen Deiner Energien zuläßt, verschmilzt Du mehr und mehr bis Du endlich physische Empfindungen wie zuckende Muskeln, jucken oder kitzeln der Haut verspürst. Diese Empfindungen sind physischer Beweis für die Anpassung Deiner Energien.

Gib diesen Empfindungen keine Aufmerksamkeit, denn Du verlierst dann Deinen Ort der Taubheit. Fahre fort, Deinen Verstand zu beruhigen und konzentriere Dich auf diesen Ort der Stille.

Wirst Du bewegt, z.B. Deine Hand sich bewegt, oder Dein Kopf oder ein Finger oder Zeh wackelt und Du weißt, das Signal dafür ging nicht von Dir aus, ist die Anpassung Deiner Energien genügend vollendet und der Prozeß der Kommunikation kann beginnen.

„Führung aus Deinem inneren Wesen“

Wenn Dein Körper sich bewegt und Du nicht bewußt diese Bewegung intendiertest, verstehe, daß die Absicht zur Bewegung aus Deinem inneren Wesen kam, aus der nicht-physischen Perspektive und Du bist der bewußte physische Empfänger des Impulses oder der Absicht. Und wenn das einmal geschieht, ist die bewußte Übertragung und das Empfangen von Gedankenblocks vom nicht-physischen zum physischen erfolgreich erreicht wurde.

Die Zeit zwischen Deiner ersten Entscheidung, den Verstand zu befrieden bis zum Empfangen von Bewegung unterscheidet sich von Mensch zu Mensch.

Die Anpassung der Energien ist ein extrem technischer Prozeß und kann nicht erreicht werden aus der physischen Perspektive.

Du kannst nicht unternehmen, die Energiepunkte innerhalb Deines physischen Apparates zu identifizieren, denn es gibt derer Tausende. Doch ist Dein inneres Wesen sich jedes Energiepunktes vollkommen bewußt und hat volles Gewahrsein der Schwingungsebene in jedem. Es ist absolut die Arbeit Deines inneren Wesens und nicht Deine bewußte Perspektive, die dies erreicht.

„Vertraue Deinem inneren Wesen“

Du kannst darauf bauen, daß Dein inneres Wesen dieser delikaten Aufgabe mächtig ist. Deine Arbeit, aus Deiner bewußten physischen Sicht, besteht darin, Deine klare innere

Absicht, oder Wunsch für diese Anpassung vorzugeben und Dich dann in die physische Position zu begeben, in der Du die Anpassung zuläßt.

Die Anpassung der Energien ist ein fortlaufendes Ding, denn Du wirst keine absolute Anpassung erreichen solange Du durch Deinen physischen Apparat fokussierst.

Erst wenn Du stirbst - nach euren Maßstäben - oder Dich vom physischen Fokus zurückziehst und im nicht-physischen wieder auftauchst - nach unseren Begriffen - verschmilzt Du absolut mit den nicht-physischen Energien! Doch kann ausreichendes Verschmelzen für die höchste Verbesserung Deiner physischen Erfahrung ziemlich leicht erreicht werden!



Quelle: „A New Beginning - Teil II“ von Jerry & Esther Hicks

Vollmondmeditation

Die Zeit des Vollmondes ist die günstigste Zeit für die Lichtkräfte, denn der Einfluß des Mondes ist niedrig, und zu solchen Zeiten können die außerplanetarischen nützlichen Kräfte sicher kontaktiert werden und mit großem Nutzen für die Menschheit.

„Mondkörper“

Zur Zeit des Vollmondes werden all unsere Körper - physische, emotionale und niedermentale, die auch „Mondkörper“ genannt werden, dem direkten Einfluß der Mondin entzogen. Darum können wir unser inneres Licht durch unsere niederen Körper scheinen lassen, die in gewissem Maße noch verunreinigt sind von den vorhergehenden Einflüssen der Mondin.

Wenn die Niederkörper mehr oder weniger ohne Mondstimulation sind, entladen sich die höheren Energien und dringen in Fülle in die menschliche Atmosphäre ein.

„Weltreligion“

Im neuen Zeitalter, wenn sich die neue Weltreligion unter dem Einfluß hereinkommender Energien und tieferem menschlichen Verstehen formiert, wird jeder Vollmond mit einem Festival zelebriert.

„ein spirituelles Fenster“

Über das Jahr gibt es drei große Vollmonde. Sie sind im Widder, im Stier und in den Zwillingen.

Manchmal, wenn der Himmel voller schwarzer Wolken hängt, öffnet sich plötzlich ein Fenster blauen Himmels und die Strahlen der Sonne reichen hinunter zur Erde. Genau das gleiche geschieht zur Zeit des Vollmondes - ein spirituelles Fenster öffnet sich zwischen der Menschheit, der Hierarchie und Shambala und ein Fluß von Licht, Liebe und Kraft strömt hervor, mit Göttlichen Eindrücken geladen.

„Vollmond im Mai“

Kein Preis ist zu hoch um der Hierarchie zu dienen zur Zeit des Vollmondes im Mai, dem Wesak Festival; kein Preis zu hoch um spirituelle Erleuchtung zu erfahren, die zu dieser Zeit ganz besonders leicht möglich ist.

Zu dieser Zeit formieren die Großen, die Initiaten und Adepten durch ihre Meditation, Kontemplation, mystische und heilige Riten und durch ihre großen Anstrengungen, Anrufungen und Kontakte ein großes Energiefeld im Himalaya.



Quelle: „The Symphony of the Zodiak“ von Torkom Saraydarian

Gruppenmeditation

Individuelle Meditation muß endlich zu Gruppenmeditation führen. Die Gruppe besteht aus denen, die sich bemühten, allein zu meditieren und wirklichen Erfolg erzielten.

Gruppenmeditation ist ein Prozeß, in dem ein vereinter Kanal für den Empfang von Licht, Liebe und Kraft geformt wird und auf alle Ebenen ausgestrahlt wird, in denen die Gruppenmitglieder sich aufhalten.

Gruppenmeditation und Gruppendienst sind wie eine Symphonie! Die feinsten vieler Instrumente sind es, gestimmt und miteinander im Gruppenbewußtsein harmonisiert.

Gruppenmeditation verstärkt unser individuelles Licht und unsere Willenskraft gewaltig!

Wir können ein gewisses Maß an Erleuchtung durch individuelle Meditation erreichen, doch ist es unmöglich, die wahre Liebe und die Willensenergie ohne Gruppenmeditation und Gruppendienst zu erreichen!

Höhere Energien können in der Gruppe kontaktiert, befreit und sicher geteilt werden.

Gruppenmeditation kann viele individuelle Mechanismen, die durch falsche Meditation verzerrt oder geschädigt waren, anpassen und wiederherstellen. Sie kann viele individuelle - und Gruppenwunden der Psyche heilen und viele Hindernisse beseitigen.

Gruppenmeditation erschafft ein magnetisches Zentrum, wo immer sie praktiziert wird, denn sie erschafft eine Bündelung höherer Energien um die Meditationsgruppe herum. Diese Bündelung von Energien wird am Ort der Meditation verankert.

Der größte Schutz auf dem Weg ist die Gruppenaura, die Gruppenstrahlung. Diese Aura oder Strahlung kann nur durch Gruppenmeditation und Gruppendienst geschaffen werden.

In der Gruppenmeditation schmecken wir den Geschmack der Einheit, erfahren wir Schwestern - und Bruderschaft und große Entscheidungen fallen für große Opfer und den Dienst. Gruppenmeditation erschafft einen Pool von Energien, Liebe und Licht und die Gruppenmitglieder können daraus ziehen, um sich selbst zu versorgen, jederzeit an jedem Ort.

Gruppenmeditation wischt die egoistische Haltung aus unseren Köpfen und langsam sehen wir „es gibt nur ein Ziel der Meditation: der Menschheit zu dienen im Licht der Hierarchie und mit der „Kraft des Göttlichen Willens“ geladen zu werden“.



Quelle: „The Symphony of the Zodiak“ von Torkom Saraydarian

Pyramidenenergie

„Pyramide“

Die Pyramide ist eine solide Struktur mit vier dreieckigen geneigten Seiten, die auf einer quadratischen Basis stehen - und die vier Spitzen kommen an einem Punkt zusammen, der die Spitze der Pyramide formt. Jede der dreieckigen geneigten Seiten ist ein gleichschenkliges Dreieck, dessen beide geneigte Seiten gleich sind und auch der Winkel an der Basis ist gleich. Die Länge der Seiten sind alle gleich und von gleicher Fläche.

Die Tatsache, daß eine geometrische Konstruktion Energie sammelt und ausstrahlt, war den alten Ägyptern vor mehr als 10.000 Jahren wohl bekannt. Sie wandten dieses Wissen beim Bau ihrer Pyramiden an. Die Pyramiden sind Kraftwerke kosmischer Energien. Die Kraft der Pyramide wurde erreicht durch die Verschmelzung der ausgestrahlten kosmischen Energie mit der Anziehungskraft der Erde.

Gelehrte wissen, daß die Große Pyramide von Gizeh in Ägypten als Ort und Instrument der Initiation in veränderte und höhere Bewußtseinszustände - durch den Mechanismus bewußter außerkörperlicher Erfahrungen - errichtet wurde.

„Pyramidenmeditation“

Meditation in einer Pyramide oder unter einer solchen nennen wir Pyramidenmeditation. Viele Menschen erfahren Empfindungen wie Gelassenheit bis hin zu Euphorie, wenn sie in der Pyramide meditieren.

Meditation in einer Pyramide ist dreimal so stark!

Die meisten Menschen, die mit Pyramidenmeditation experimentieren, beschreiben tiefe Entspannung des Körpers, das Ausschalten unnötiger äußerer Stimuli und unwichtiger Gedanken und endlich eines veränderten Bewußtseinszustandes, der sie befähigt, in tiefere innere Ebenen einzutauchen.

Pyramiden sind sehr wirkungsvolle hochenergetische Umgebung für Meditationsanfänger. Pyramiden helfen, den Stresslevel und die Anspannung im physischen Körper zu reduzieren.

„Pyramidenkraft“

Folgende Experimente in handgemachten Pyramiden offenbarten folgende Pyramidenkräfte:

Erhaltung: Pyramidenenergie bewahrt Früchte, Milch und anderes Verderbliches; der Geschmack von Kaffee, Wein, Fruchtsäften usw. wird verbessert; gebrauchte Rasierklingen und Messer werden geschärft; ist ein Raumerfrischer, schlechte Gerüche verschwinden.

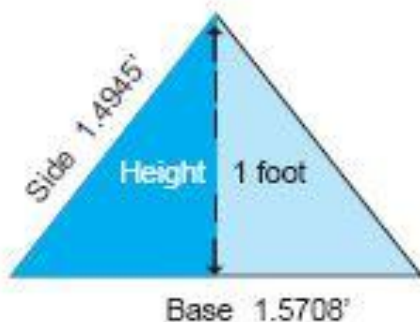
Heilung: Wunden, Beulen und Verletzungen heilen schneller; reduziert Übergewicht und erhöht Widerstandskräfte; verschafft Erleichterung, kuriert Asthma, Zahnschmerz, Migräne, Erkältung, hohen Blutdruck, Arthritis, Herzflattern, Epilepsie, Schlaflosigkeit usw.. Pyramidenenergetisiertes Wasser trinken kuriert Konjunktivitis und andere Augenprobleme; unterstützt die Verdauung; verschafft der Haut einen gesunden jugendlichen Glanz.

Außerkörperliche Erfahrungen: diese geschehen viel eher in der Pyramide. Träume werden klarer und sie haben die Qualität des normalen Wachzustands.

„Pyramidenkonstruktion“

Pyramiden können aus jedwedem Material gefertigt werden.

Für jeden Meter Höhe sind die entsprechenden Seiten 45,55 m lang und die Basis 47,88 m. Seiten werden von der Ecke zur Spitze gemessen und die Höhe ist vertikal von Spitze zur Basis gemessen, perpendicular.



Sind die Seiten der Pyramide richtig platziert, formen sie einen Winkel von $51^{\circ}52''$ zur Basis, in Kleinkopie der Großen Pyramide in Giza.

Die Pyramide muß ausgerichtet sein an den vier Kardinalpunkten von Nord, Süd, Ost und West.

„Pyramidenmaße" (Meter)

Basis	Höhe	Seite
1.2192 m	0.7766304 m	1.1600688 m
1.8288 m	1.1649456 m	1.7401032 m
3.048 m	1.941576 m	2.9004768 m
4.572 m	2.912364 m	4.3507152 m
6.096 m	3.883152 m	5.8009536 m

Quelle: „The Secret Power of Pyramids" von Bill Schul & Ed Pettit

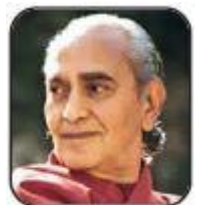
Spirituelle Meister der Welt sind in einer Wahrheit v e r e i n t



„Wesen mit unerlöstem irdischem Karma ist es nach ihrem Astraltod nicht erlaubt, in die höheren Kausalsphären kosmischer Ideen zu gelangen, sie müssen zwischen physischen- und Astralwelten hin und herpendeln.“

Sri Yukteswar Giri

„Im Yoga ist Wissen nicht Folge von Anstrengung; es taucht nach fortlaufender Übung auf. Übung fördert fortlaufende Achtsamkeit. Mit Achtsamkeit kannst Du die Welt genießen.“



Swami Rama



„Da männliche und weibliche Inkarnationen gleich notwendig sind für Selbsterkenntnis, ist es nicht richtig, eine als wichtiger zu betrachten als die andere.“

Meher Baba

„Deine physischen Augen betrügen Dich zu denken, die Welt der Dualität ist wirklich. Öffne Dein spirituelles Auge und schaue Deine unsichtbare Form.“



Paramahansa Yogananda



„Finde den Ursprung Deiner Gedanken. Dann wohnst Du im ewig-gegenwärtigen inneren Selbst und bist frei von der Idee der Geburt und der Angst vor dem Tode.“

Ramana Maharshi

„Jede Handlung generiert eine Energie, die zu uns auf gleiche Weise zurückkehrt - was wir säen ist was wir ernten.“



Swami Vivekananda



„Sitz in Meditation! Denke jedoch nicht! Schau nur auf Deinen Verstand! Du wirst Gedanken hineinkommen sehen! Bevor sie eintreten können, wirf sie fort aus Deinem Verstand bis dieser vollständiger Stille fähig ist!“

Sri Aurobindo

„Du kannst Nerven, Organe erneuern und Teile des Körpers fast sofort zur Vollkommenheit bauen.“



Saint Germain



„Wer andere kennt, ist weise. Wer sich selbst kennt, ist erleuchtet.“

Lao Tzu

„Meditation bedeutet, aus dem Verstand zu gehen, den Verstand fallenzulassen und im Raum des „nicht-Verstandes“ zu sein. Und im „nicht-Verstand“ wirst Du die letztendliche Wahrheit, Dhamma, kennen.“



Osho



„Eines der stärksten Motive für den Wunsch, an sich selbst zu arbeiten, ist die Erkenntnis, daß Du jeden Augenblick sterben könntest - doch mußt Du dies erst erkennen.“

Gurdjieff

„Ein friedvoller und intelligenter Verstand kann erreicht werden einfach durch sitzen und atmen“.



Shunryu Suzuki



„Du wirst ein anderer Mensch, wenn Du Dir Deiner Gedanken und Handlungen in jedem Moment voll bewußt bist“.

Thich Nhat Hanh



„Eure Kinder sind nicht Eure Kinder! Sie kommen durch Euch - aber nicht von Euch! Du darfst ihnen Deine Liebe geben, nicht aber Deine Gedanken!“

Khalil Gibran

„Wenn Du stirbst, d.h. wenn Dein physischer Körper mit dieser Erde fertig ist und Dein Astralkörper zur Astralwelt geht - muß er allein stehen und über Erfolge und Versagen Rechnung legen.“



Lobsang Rampa



„Der Mensch, der meditiert, verliert keine Zeit, verschwendet keine Energie, verpaßt keine Gelegenheit.“

Annie Besant



„Tue Dinge nicht sporadisch. Hab Dein Sadhana jeden Tag mit größerer und stärkerer Intensität.“

Ram Dass

„Jede physische Krankheit - ohne Ausnahme - ist Folge der ursprünglichen Ursache bestimmter mentaler und emotionaler Haltungen.“



Linda Goodman



„Würden Menschen sich erlauben, psychisch die vielen Engel und Geistführer wahrzunehmen, die sie umgeben, müßten sie sich niemals mehr allein oder freundlos fühlen.“

Dr. Doreen Virtue

„Jeder von Euch existiert in anderen Wirklichkeiten und Dimensionen und das Selbst, das Du „Dein Selbst“ nennst, ist nur ein winziger Teil Deiner gesamten Identität.“



Seth



„Alle physische Trübsal ist wegen mentaler Sorgen. Alle mentalen Sorgen sind wegen intellektueller Unreife. Intellektuelle Unreife ist wegen Mangel an spiritueller Energie - Mangel an spiritueller Weisheit.“

Brahmarshi Patriji

„Sich wichtig fühlen macht einen schwer, ungeschickt und eitel. Um ein Krieger zu sein, muß mensch leicht und fließend sein.“

Carlos Castaneda





„Da Du fortlaufend stirbst, während Du lebst, so lebst Du fortlaufend, wenn Du tot bist; wenn nicht in diesem Körper, dann im Körper einer anderen Form.“

Mikhail Naimy

„Meditation kann Möglichkeiten für spirituelle Erfahrungen eröffnen, da der unterbewußte Verstand eine der Pforten in die ewigen Dimensionen ist.“



Dr. Brian Weiss



„Nimm Dir Zeit, still zu sein, zu meditieren, den inneren Dialog zu stillen.“

Dr. Deepak Chopra

„Hier ist ein Test, um herauszufinden, ob Deine Mission auf Erden beendet ist - wenn Du noch lebst, ist sie es nicht.“



Richard Bach



„Du kamst hierher zurück, um Gott zu erfahren, Dich selbst zu verstehen, die Prinzipien des „Ich Bin“ zu leben. Und die Prinzipien des „Ich bin“ umfassen alles, was jeder ist, jede Haltung, jede Emotion, jeden Charakter, jede illusionäre Situation, erschaffen im Reich der Gedanken names „Gott“.“

Ramtha

„Der Sinn des physischen Lebens ist, Dich mit einem Kontext zu versorgen, innerhalb dessen Du erfahren kannst, was im spirituellen Reich zu erfahren Du wählst.“



Neale Donald Walsch



„Bewußtsein ist nicht im Körper; eher ist der Körper im Bewußtsein. Und Du bist dieses Bewußtsein; nicht der Phantomverstand, der Dich so zwiebelt.“

Dan Millman

„Es macht keinen Unterschied, wie Du stirbst. Jeder muß sterben. Wichtig ist, daß Du Dich nicht so auf Ehre fixierst. Dieser Ehrencode ist vollkommen künstlich und hat mit der Seele nichts zu tun.“



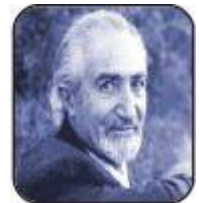
Dr. Raymond A. Moody



„Bedeutungsvolle Zufälle sind Zeichen der spirituellen Evolution der menschlichen Rasse.“

James Redfield

„Die Zukunft der Menschheit liegt nicht in der Medizin oder Physik - sondern in Meditation.“



Torkom Saraydarian



„Es gibt keine Sünde als solche, da es keine ewige Strafe gibt. Es gibt nur Erfahrungen. Alle menschlichen Seelen werden am Ende erlöst durch das Gesetz des Karma, der Reifung und der Integration von Wissen und Weisheit.“

Daskalos

„Das grundlegende Problem der Menschheit liegt darin, daß der menschliche Verstand nicht in der Lage ist, Wahrheit von Falschheit zu unterscheiden.“



Dr. David R. Hawkins



„In der Unendlichkeit des Lebens in der ich bin, ist alles vollkommen, ganz und vollständig. Ich erkenne meinen Körper als einen guten Freund. Jede Zelle meines Körpers hat göttliche Intelligenz. Ich höre auf das, was er mir sagt. Und weiß, sein Rat ist wertvoll!“

Louise L. Hay

„Im Laufe unserer ewigen Existenz verbringen wir unendlich mehr Zeit in der geistigen Welt auf der anderen Seite als in der menschlichen Welt auf Erden.“



Sylvia Browne



„Transformiere Dein Leben durch die einfache Erkenntnis, daß die einzige Zeit die Du jemals hast dieser Moment ist.“

Eckhart Tolle

„Was Du bist ist Gott, oder göttliche Intelligenz, doch Gott nimmt individuelle Formen an, Tröpfchen, und reduziert ihre Kraft zu kleinen Teilchen individuellen Bewußtseins.“



Gary Zukav



„Unsere Subtilenergiekörper spielen eine Hauptrolle in der Erhaltung unserer Gesundheit. Energiestörungen im Ätherkörper gehen der Manifestation abnormer Muster zellulärer Organisation und Wachstums voraus.“

Dr. Richard Gerber

„Alle lebenden Wesen lieben das Leben und fürchten den Tod. Wir wollen nicht vom Tiger gefressen werden, warum also sollten wir Tiere essen.“



Ching Hai



„Gott ist eine intelligente Sphäre dessen Zentrum überall ist und dessen Umfang nirgendwo.“

Gloria D. Karpinski

„Der physische Tod ist nur ein Ereignis in der Bewegung der Seele von einem Reich zum anderen.“



Dr. Michael Newton



„Wenn Du an den höheren Willen angeschlossen bist, und im höheren Fluß, fühlst Du Dich auf physischer Ebene gut. Dein Körper ist entspannt und komfortabel und voller Energie.“

Sanaya Roman

„Das Leben menschlicher spiritueller Entwicklung zu widmen bedeutet, es der Rasse zu widmen, von der Du ein Teil bist und das bedeutet, Du widmest es Deiner eigenen ebenso wie auch deren Entwicklung.“



Scot M. Peck



„Einer der aufregendsten Aspekte des Lebens auf Erden zu diesem Zeitpunkt ist, daß in Deiner DNS ein Umordnen und Umrüsten geschieht.“

Barbara Marciniak

„Wenn Menschen gemeinsam meditieren, setzen sie Energien frei, die helfen, die Berge der Angst und des Ärgers zu bewegen.“



Ruth Montgomery



„Karma ist vollkommen gerecht. Niemand kann das infrage stellen. Es erklärt die vermutete Ungleichheit, die wir täglich um uns herum sehen.“

Dick Sutphen



„Durch Entspannung - ich meine nicht, vor dem Fernseher einzuschlafen oder mit Freunden herunterfahren. Ich spreche vom Beruhigen mentaler Aktivität und Rückzug des Körpers und Verstandes von äußerer Stimulation.“

Dr. Bernie Siegel

„Die Rolle des Lehrers ist einfach, Dir Möglichkeiten zu zeigen und Werkzeug zu geben, damit Du die Arbeit selbst vollenden kannst.“



Ken Eagle Feather



„Seelen organisieren sich in Familien, Gruppenclans, Nationen und Großnationen. Es gibt 7 Seelen in einer Seelenfamilie und 7 Familien in einer Seelengruppe und 7 Gruppen in einem Seelenclan und so weiter.“

John I. Payne

„Je mehr Du Dich auf ein Objekt konzentrierst, je aktiver ist diese Schwingung und je mehr von dem, was schwingungsmäßig dazu paßt, wird angezogen!“



Esther und Jerry Hicks



„Die erleuchtete Wahl erschafft eine Wirklichkeit, die den Wunsch der Seele fördert, davon spricht und ihn manifestiert.“

Chris Griscom



„Ich hoffe, Menschen lernen, Geburt und Tod als Evolutionszyklen zu betrachten, die jeder Mensch viele Male durchlebt und die daher ein natürlicher Teil des Wachstums ihrer Seele sind. Nach dem Tod sind Leben und Existenz auf den anderen Ebene ebenso wirklich wie die physische Welt, die wir jetzt um uns sehen.“

Dolores Cannon



„Wir kommen alle von der selben universellen Lebensquelle. Wir sind eine große Familie, kleine individuelle Schößlinge, die aus dem Ganzen kommen. Dies bedeutet, die gesamte Menschheit ist Teil einer Bruderschaft.“

John Holland

„In der Hypnose ist der bewußte Verstand wach, doch liegt die Kontrolle beim Unterbewußten. Daher erhalten wir in der Hypnose alle Antworten vom Unterbewußten. Es sagt uns, warum es eine Krankheit erschuf. Und es sagt uns, was wir tun müssen, damit Heilung eintreten kann.“



Dr. Sunny Satin



„Das Gesetz der Wiedergeburt wird auf Seelenebene aktiv. Inkarnation ist motiviert und gerichtet von der Seelenebene auf die Mentalebene.“

Alice A. Bailey

Pyramid Valley International



PYRAMID VALLEY INTERNATIONAL

PYRAMID SPIRITUAL TRUST (INDIA)

Kebbedoodi Village, Harohalli Hobli, Kanakapura Taluk, Karnataka

phones : 91-80-27563262 .. 080-27563263



www.pssmovement.org

www.pyramidvalley.org