

Zulma Reyó

Innere Alchemie
Der Weg der Meisterschaft



Scannet by Detlef 


Verlag Hermann Bauer
Freiburg im Breisgau

Die Deutsche Bibliothek - CIP-Einheitsaufnahme Reyó, Zjlma: Innere Alchemie : der Weg der Meisterschaft / Zulma Reyó. [Dt. von Matthias Schossig]. - 1. Aufl. - Freiburg im Breisgau : Bauer 1995 Einheitssacht.: Alquimia interior (dt.) ISBN 3-7626-0488-6

Die portugiesische Originalausgabe erschien 1989 bei Editora Ground Ltda., Saõ Paulo, Brasilien, unter dem Titel Alquimia Interior © 1989 Zulma Reyó Mit 21 Schwarzweißabbildungen Beschreibung des Cover-Symbols siehe Einleitung

Der deutschen Übersetzung lag die englische Ausgabe Mastery: The Path of Inner Alchemy zugrunde. © 1994 by Janus Publishing Co., London, England Deutsch von Matthias Schossig

In ewiger Erinnerung der einen Wahrheit und Liebe
des Gottmenschen in uns und für uns alle.
Dem geliebten Saint Germain
für seine Geduld mit mir. In tiefer Ehrfurcht vor seiner Größe.
Meiner Mutter Rosina,
die mich in die Praxis des Lichts zurückgeführt hat, in ewiger Dankbarkeit.
Meinem Sohn Max,
dessen angeborene Weisheit mich in die Welt zurückbrachte, in Anerkennung.
Meinen Schülern,
die mir die Kraft menschlicher Liebe gezeigt haben, in Respekt.
In Anerkennung und Dankbarkeit all jenen, die an die Macht des Lichts glauben.
Ich bin.

Vorwort	8
Einleitung	11
Einführung.....	13
Überblick.....	13
Die Natur des Bewußtseins	14
Innere oder göttliche Alchemie	15
Warum und Wie	16
Erforderliche Übung.....	16
Die drei Kräfte.....	17
Innere Orientierung und Unterscheidungsvermögen	18
Alleinsein und Ganzheit	19
Die Anatomie des Menschseins	20
Ausgleichen der dreifachen Natur.....	21
Das Gesetz des Einen	22
Licht werden - die Himmelfahrt.....	22
Kosmisches Bewußtsein.....	23
Kreativität.....	23
Die alchemistische Praxis.....	24
Die Wahl	25
Die Folgen	26
Meditation zur Öffnung.....	27
Schütteln der violetten Flamme.....	28
I Die energetische Anatomie des Menschen	29
Überblick.....	29
Unser ursprüngliches Ziel	32
Fragen zur Selbstbeobachtung	34
Die sieben Strahlen.....	35
Tafel I Die sieben Strahlen	37
Individuelle Anwendung	38
Tafel 2 Anwendung der sieben Strahlen zur Reinigung, Transmutation und Manifestation	39
Die sieben Körper.....	41
Der siebente Körper	42
Der sechste Körper	42
Der fünfte Körper	42
Der vierte Körper	43
Der dritte Körper	44
Der zweite Körper	44
Der erste Körper	45
Tafel 3 Die sieben Körper	47
Die Chakras	48
Das erste Chakra oder Basischakra	49
Das zweite Chakra.....	52
Das dritte Chakra.....	52
Das vierte Chakra	53
Das fünfte Chakra.....	53
Das sechste Chakra.....	54
Das siebente Chakra	55
Die Nebenchakras	55

Schutz.....	56
Schlußfolgerungen	58
Polaritäten, Paare und Begegnungspunkte	58
Fehlfunktionen	59
Energiekreisläufe.....	59
Interdimensionale Chakras.....	60
Tafel 4 Die sieben Chakras - Funktionen des Bewußtseins (auf der physischen Ebene)	62
Tafel 5 Das Verhältnis der Strahlen zu den Zentren	64
Kraftlinien	65
Der Erdungskreislauf.....	65
Erdungsübungen.....	65
Visualisierungen zur Erdung.....	66
Heilen und der Heilungskreislauf.....	68
Heilende Visualisierungen	70
Atem.....	71
Gehirnwellen, Atem und geistige Fähigkeiten	73
Atemübung.....	74
Zusammenfassung.....	74
Wie arbeitet der Alchemist?	75
II Die Fähigkeiten des Menschen.....	76
Die Macht der Gefühle.....	76
Gefühle und Emotionen	76
Wie es funktioniert.....	76
Meditation: Harmonisierung der Emotionen und Zulassen der Gefühle	79
Der emotionale Körper.....	82
Gegenseitige Abhängigkeit und Entkräftung	85
Emotionen lockern und sich ihnen stellen.....	85
Emotionale Energien lockern	85
Sich den Emotionen stellen	86
Die Wirkung von Emotionen beobachten	86
Ausgeglichenheit und die drei Schöpfungsstrahlen oder -kräfte	87
Spirituelles Gleichgewicht finden: Meditation	88
Zusammenfassung.....	88
Die Macht der Gedanken.....	90
Tafel 6 Die drei Schöpfungskräfte, wie sie sich in den Chakras ausdrücken	92
Der niedere mentale Körper	92
Der höhere mentale Körper	94
Geistige Energetik Methoden des dynamischen Umgangs mit Energie	96
Gedankenprojektion	96
Sexuelle Energie.....	96
Die Kraft aus der Mitte.....	97
Intellektuelle Energie	97
Was lehrt uns das?.....	97
Meditation über Weisheit	98
Meditation zur Vereinigung von Herz und Erstand	98
Meditation zur Belebung des Gehirns.....	98
Meditation zur Klärung der Gedanken.....	99
Die Macht des gesprochenen Wortes	100
Den Ruf aussenden.....	101
Affirmationen und Glaubenssätze	102
Summen.....	102

Summen in der Gruppe	102
Andere Töne	103
Mantras	103
Stimme und Bewegung	104
Schutzrituale	104
Die Landkarte des Bewußtseins	104
Der schützende Tubus aus Licht	108
Tafel 7 Der alchemistische Kreislauf	110
Die Flamme der Meisterschaft	111
Andere Strahlen, andere Flammen	114
Das Wesen der Farbe	115
Farbatmung	115
Schützende Visualisierungen und Affirmationen	117
Affirmationen (ah Inspiration, um deine eigenen zu finden):	118
Notfall- oder Energievisualisierungen:	119
Vom Wesen negativer Beeinflussungen	119
Angst	119
Hypnotische Kontrolle und Beeinflussung	120
Paranormale Kräfte	121
Das Astrale	122
Empfohlener Ablauf	123
Grundlagen alchemistischer Meditation	124
Physische Entlastung	125
Ätherische Aktivierung	125
Resonanz	125
Affirmationen	125
Invokation	126
Der Ruf oder die Anfrage	126
Ein Beispiel für eine Farbmeditation	127
Erkenne dein Selbst an	127
Die Rückkehr	128
III Spirituelle Fähigkeiten und Interdimensionalität	129
Einführung in die Interdimensionalität	129
Die Vielschichtigkeit der Wirklichkeit wahrnehmen	131
Der Lichtstrahl	131
Invokation	131
Meditation	132
Interdimensionalität	133
Tafel 8 Körper und Dimensionen: Tabelle interdimensionaler Zugänge	134
Tafel 9 Beziehung zwischen Chakras und Körpern	135
Erster Teil	136
Zweiter Teil	139
Die zwölf Dimensionen des Bewußtseins	140
Interdimensionales Denken	141
Interdimensionale Dynamik	142
Die dritte Dimension	143
Die vierte Dimension	143
Die fünfte Dimension	143
Die sechste Dimension	144
Die siebente Dimension	144
Die achte Dimension	144

Die neunte Dimension	145
Von der zehnten bis zur zwölften Dimension	145
Zusammenfassung	146
Spiralmeditation	147
I O Lihum	148
Interdimensionales Handeln	149
Die Beziehung zwischen dritter und siebenter Ebene: der Tod	150
Der ewige Name oder die Klangprägung	151
Interdimensionales Reisen	152
Andere Planeten	152
Interdimensionale Bewußteinskörper	153
Methoden des Zugangs zur Interdimensionalität	155
Empfohlene Übungen	156
Interdimensionalität und Spiritualität	157
Höheres Selbst, Seelenführer, Meister und Außerirdische	158
Engel und Elementargeister	159
Die Vereinigung der drei Naturreiche	160
Die Kommunikationsbrücke	160
Der Stein der Weisen	162
Die Arbeit mit Kristallen	164
Rückblick	164
Geist	165
Meditation: Liebe anziehen und ausstrahlen	165
Erleuchtung ist deine Natur	166
IV Alchemie im Alltag	167
Esoterische Hygiene und spiritueller Schutz	167
Dein Körper	167
Dein Zuhause	167
Deine Freunde und Freundschaften	168
Wie kannst du vorgehen!	168
Energieblocker	169
Psychisches Erwachen	170
Psychischer oder spiritueller Schutz?	171
Visualisierungen	173
Goldene Spiralen	174
Blaue Kreise	174
»Sah - Weh«	175
Menschliche Beziehungen und Alchemie	175
Religion und Gefühl	175
Die Sehnsucht	176
Die alchemistische Hochzeit	176
Sexuelle Energie	178
Die Kunst der Beziehung	180
Energiedynamik	181
Treue	183
Karma	183
Der Schritt aus dem Karma: Vollendung	184
Liebe	185
Alchemie und die Kunst der Beziehung	186
Vergebung	187
Freisetzung mit Hilfe von Affirmationen	188

Mit einem Partner.....	188
Der Rhythmus der Vergebung.....	189
Der Tod - die höchste Form der Alchemie.....	193
Evolution und Entwicklung.....	193
Die gewöhnliche Todeserfahrung	194
Psychologie und Tod des Ego	195
Ein anderer Weg.....	196
Die Bardo- Erfahrung.....	197
Alchemie und der Prozeß des Lebens und Sterbens	197
Traumleben.....	198
Traumebenen im gewöhnlichen Schlaf.....	199
Traumkörper.....	200
Die Traumreise.....	200
Anweisung.....	201
Traumerinnerung.....	203
Feinabstimmung des Traumkörpers	204
Schlußfolgerungen	205
Mut zum Alleinsein.....	205
Wahre Ökologie	206
Gesetzestreue.....	206
Emotionalität, Sexualität und Spiritualität	207
Nachbemerkung	208
Der neue Zyklus	208
Die drei Amerikas	210

Vorwort

Wer sind wir? Was sind wir? Gibt es ein »Leben« nach der physischen, dreidimensionalen Welt, die wir bewohnen? Gibt es so etwas wie Gott, und was meinen wir damit? Was ist Natur, und wie ist unsere Beziehung zu ihr? Was ist überhaupt der Mensch? Das sind die Fragen, die uns bewegen.

In der Geschichte des menschlichen Denkens hat es verschiedene Ansätze gegeben, diese vielschichtigen Fragen zu beantworten. Die Antworten reichen von totalem Aberglauben bis zu vollkommener Ablehnung jeglicher spiritueller oder paranormaler Tatsachen, von gedankenloser Leichtgläubigkeit bis zu unerschütterlicher Skepsis, von religiöser Frömmigkeit und Hingabe an unsichtbare oder eingebildete Mächte bis zur arroganten Überzeugung, daß es jenseits der fünf Sinne und linearen Logik nichts Beweisbares geben kann.

Die Entwicklung des westlichen Denkens ist gekennzeichnet durch eine Vorherrschaft des Empirischen im Bereich der Natur- und Geisteswissenschaften. Vorherrschend ist eine Denkweise, die sich in der augenscheinlichen Gewißheit des sinnlich Wahrgenommenen und der selbstverständlichen Richtigkeit des induktiven Arguments gründet. Sie stellt bruchstückhafte Fragen und erhält entsprechende Antworten. Manchmal ist ein solches Denken erfolgreich; aber immer dann, wenn es um ein komplexes System geht, wie beispielsweise in der Physik, kommt man nur weiter unter Anwendung bestimmter Tricks. Das geschieht, indem man durch die Hintertür Konzepte und Denkmodelle wie Intuition, Verallgemeinerung sowie übergreifende Konzepte und Universalbegriffe einführt, die streng genommen im empirischen Denken, so wie es definiert ist, nichts zu suchen haben. Streng empirisch gesehen sind solche Methoden und Erkenntniswege nicht zulässig. Trotzdem kann man sich ein Leben ohne sie kaum vorstellen. Sie sind ein unersetzlicher Bestandteil des Lebens und machen das Wesen des Menschen eigentlich erst aus.

Es ist interessant zu beobachten, wie das empirische Denken sich selbst ein Bein stellt, sobald es Erfolg hat, denn irgendwann berührt es unvermeidlich Fragen der Metaphysik - genau die Fragen, die es eigentlich überflüssig machen sollte. Die modernen Naturwissenschaften, extrem erfolgreich in ihren Welterklärungsmodellen, sind zugleich extrem metaphysisch. Es ist heutzutage manchmal schwer zu unterscheiden, ob jemand über ein Problem der Quantenphysik oder über eine mystische Erfahrung spricht. Letztlich bleibt immer die Frage: Woher kommen diese Ideen, Begriffe, Erkenntnisse? Woher kommt dieses Wissen? Wie werden sie gebildet und in welchem Raum üben sie ihre Wirkung aus? Ein Gnostiker würde sagen, daß sie schon immer da waren - oder vielmehr hier waren, in jedem einzelnen Menschen - und daß nicht nur Vorstellungen und Begriffe im Menschen zu finden sind, sondern alles, was existiert. Religiös ausgedrückt, würde man sagen: Wenn die ganze Welt ein Abbild Gottes ist, dann ist der Mensch als Abbild Gottes auch ein Abbild der Welt. Das Orakel von Delphi ermahnte seine Besucher, daß sie, um wahres Wissen über die Welt zu erlangen, erst einmal sich selbst erkennen müßten. »Erkenne dich selbst!« Die moderne Naturwissenschaft hat erkannt, daß wir mit unserer Umwelt auf einer subatomaren Ebene verbunden sind und daß wir sie auf diesem Wege beeinflussen und von ihr beeinflusst werden. Auch die Psychologie hat begonnen, sich in diese Richtung zu bewegen. Wir sind, was wir denken, was wir glauben und was wir vorhaben, weil wir buchstäblich immer von unseren Gedanken, Vorstellungen, Gefühlen und Absichten getragen werden und uns in ihnen bewegen. In allem, was wir tun, befinden wir uns an der Quelle dieser Gedanken, Vorstellungen und so weiter, und es bleibt uns gar nichts anderes übrig, als ihnen entsprechend zu handeln.

Es ist ein wichtiger Schritt, von der Annahme, daß die Dinge »da draußen« unabhängig von uns existieren, wegzukommen und zu merken, daß sie ebenso in uns selbst existieren. Das ist jedoch nur ein Teil der menschlichen Entwicklungsgeschichte und auch nicht so ganz neu.

Bereits im 5. Jahrhundert vertrat Plato die Ansicht, daß es nicht ausreicht, um einen Gegenstand zu sehen, wenn das Bild des Gegenstandes das Auge trifft, sondern daß das Auge selbst auch sein Licht auf den Gegenstand werfen muß. Aristoteles vertrat die Auffassung, daß wir immer mit Hilfe von Bildern verstehen und ohne Bilder überhaupt nichts wahrnehmen könnten. Vor nicht allzu langer Zeit zerbrach sich Immanuel Kant den Kopf darüber, inwiefern menschliches Verständnis durch die menschliche Natur bestimmt ist und alles, was wir wahrnehmen und begreifen, durch eine Art Raster, welches wir in uns tragen, läuft. Es ist, als trügen wir eine Brille mit Flecken, die sich nicht beseitigen lassen und uns daran hindern, das »Ding an sich« zu erkennen.

Wir werden aufzeigen, daß es Wege gibt, die Dinge in ihrem wahren Wesen, das »Ding an sich«, zu sehen und erkennen zu lernen. Der Haken liegt jedoch darin, daß wir dazu in unserem Sein und in unserer Erkenntnisfähigkeit einen tiefgreifenden Wandel herbeiführen müssen. Der Kern des Buches handelt im wesentlichen von Ontologie (was wir sind) und Epistemologie (wie wir erkennen, was wir sind). Es ist eine Art »Anthroposophie«. Der Mensch ist das Maß aller Dinge, aber nicht in dem Sinne, daß sich alles nach ihm zu richten hätte, sondern vielmehr insofern, als der Mensch alles, was existiert, widerspiegelt. In diesem Sinne ist er nach dem Abbild Gottes erschaffen, er ist Gott. Das Ziel, der Entwurf, auf den die Existenz des Menschen sich gründet, besteht darin, sich zu »vergöttlichen«, sich mit seinem gesamten spirituellen Potential, mit Gott, zu identifizieren. Das mag vielleicht sehr ehrgeizig und stolz klingen, was es aber keinesfalls ist. Aber wie kann das erreicht werden?

Zulma Reyo führt uns durch eine Reihe von Erklärungen und Übungen, um sowohl den theoretischen Rahmen abzustecken als auch dem ernsthaft interessierten Leser zu ermöglichen, selbst den Weg zu entdecken. Theorie und Praxis müssen miteinander einhergehen, wenn die Erläuterungen keine Phantasien bleiben sollen. Die Theorie sollte irgendwann durch die Praxis der Übungen und Meditationen zur Lebenswirklichkeit werden. Die Erklärungen und Übungen zusammen machen das aus, was Zulma Reyo den »Weg der inneren Alchemie« nennt, der zur Meisterschaft über die eigene Natur und letztendlich zur Vollendung des Schöpfungsprozesses führt. Letztlich läuft alles wieder auf die Mahnung des Orakels hinaus: »Erkenne dich selbst!«

Im Mittelpunkt des Ganzen steht die Liebe. Die niedere Natur des Menschen mag alle möglichen negativen Gefühle, Gedanken und Absichten beinhalten, aber um sich mit Gott zu identifizieren, muß man sich mit der Liebe identifizieren. Sie ist das sine qua non der Gottwerdung. Es bedeutet nichts anderes, als über die eigene alltägliche Natur hinauszuwachsen und die wahre Ontologie dahinter zu finden, die wir mit den Erzengeln und den Herrschern der Planeten gemeinsam haben.

Die Epistemologie, die veränderte Erkenntnisfähigkeit, liegt in den Meditationsübungen, die uns über die allgemeingültige Welt der fünf Sinne und des dreidimensionalen Denkens hinausführen. Dies steht ganz in der Tradition der Initiation. Einige dieser Übungen sind altbewährt, einige neu oder aus älteren abgeleitet. Zulma Reyo schöpft dabei aus Quellen der ganzen Welt sowie aus ihrem eigenen Erfahrungsschatz. Einiges ist Magie, einiges Therapie, reine Psychologie oder Gebet, aber niemals reine Phantasie.

Wir haben lange genug auf kleinliche, antagonistische und lineare Weise gedacht und gelebt, so daß es uns jetzt extrem schwerfällt, uns für ein großzügigeres, globales Denken und Erleben zu öffnen. Es ist jedoch gar nicht so schwer anzufangen, um wenigstens einen kleinen Einblick in die Welt zu erhalten, die sich uns aufgrund dieses erweiterten Verständnisses öffnen kann.

Versuch es doch einmal: Entspanne dich, beruhige deine Gedanken und Emotionen und konzentriere dich entspannt auf einen Gegenstand, einen Stein, eine Pflanze, ein Gebäude, eine Person oder irgend etwas anderes. Sehr schnell wirst du überrascht sein, was für ein Reichtum an Wissen sich dir über den Gegenstand erschließt. Solche Erkenntnisse gehen über das Sinnliche hinaus, sie sind bereits »übersinnlich«, wobei du ja gerade einmal die

Oberfläche angekratzt hast. Du hast jedoch schon damit begonnen, neue Quellen der Erfahrung und der Erkenntnis zu erschließen. Beobachte als nächstes, wie du denkst, fühlst, handelst und reagierst, und sieh dich selbst in einem neuen Licht. Irgendwann wirst du es einschätzen lernen, wie andere Menschen ihr Leben erleben. Allmählich werden dir die großen Ähnlichkeiten bewußt, die zwischen dir und deinen Mitmenschen bestehen, und schließlich auch die zwischen dir und deiner Umwelt. Auf dieser Stufe wirst du überflutet von einer Liebe zu den Menschen und Dingen, die dich umgeben, und beginnen, sie nicht mehr als äußere Objekte erleben, sondern als Teil von dir. Wenn das geschieht, bist du eindeutig auf dem spirituellen Pfad. Du wirst merken, wie du voller Freude im Gebet verharrst und dein von Liebe erfülltes Herz vor Dankbarkeit überfließt. Du bist in Kontakt mit dir selbst, mit Gott in dir.

Jetzt wirst du vielleicht fragen, warum man das Ganze unter religiösen Vorzeichen sehen soll. Ich habe dieselbe Frage vor vielen Jahren einem Mitglied der Großen Bruderschaft gestellt. Seine Antwort war, daß kein Weg daran vorbeiführt, daß jeder, der auf dem spirituellen Pfad ist, früher oder später darauf kommt und daß es eine natürliche Entwicklung ist. Ich konnte das damals nicht akzeptieren. Es dauerte Jahre, bis ich es schließlich selbst erlebte. Der schnellste, sicherste Weg ist es, seinen Blick auf sich selbst zu richten, auf Gott in sich, und daran zu arbeiten. Tatsächlich werden wir zu dem, was wir denken. Der Gedanke von heute ist der Mensch von morgen. Folglich werden wir, wenn wir unsere höhere Natur im Auge haben, uns mit dem Göttlichen in uns identifizieren, schließlich selbst zu Gott. Das ist keine Selbsthypnose, sondern die Rückführung der Energie auf das, was wir wirklich sind, es ist die Bewußtwerdung des Selbst.

Der große, arrogante Fehler des strengen Empirismus, nur das als wahr und real anzuerkennen, was unsere fünf Sinne und lineare Logik uns diktieren, besteht in der ausschließlichen Erkenntnis durch Erfahrung und ignoriert völlig multidimensionales Erleben. Dabei ist es gerade jenes Erleben, das die dimensionalen Schranken überschreitet, welches die wichtigen erkenntnis- und seinsbezogenen Veränderungen enthält. Sie zu ignorieren oder zu verneinen bedeutet, daß wir uns viel zu billig verkaufen. Zulma Reyo jedoch schöpft mit ihrem Kapital aus dem vollen, und das völlig zu Recht. Solche Erfahrungen verbinden uns mit unserem inneren Selbst durch die verschiedenen Energiesysteme, die wir »Körper« nennen und die auf verschiedenen Ebenen einschließlich unserer eigentlichen Quelle funktionieren. Es ist unser Ziel, zur Quelle zurückzukehren, indem wir unser ganzes Bewußtseinspotential verwirklichen. Das ist der Weg der Alchemie. Es zu erreichen, heißt, Gott zu sein, nicht weniger.

Andreas Mavromatis, London, im Februar 1994

Einleitung

Oft scheint es mir, als würde ich ständig sterben und wiedergeboren. Manchmal habe ich überhaupt keine Beziehung mehr zu der Person, die ich voriges Jahr war - oder sogar vorigen Monat. Und dennoch sickert immer wieder irgend etwas von dem, was ich damals, vor dreißig Jahren, war, durch und verbindet alle Persönlichkeiten, die ich verkörpert habe. Jede einzelne dieser Persönlichkeiten birgt ein Talent, eine Erfahrung, eine Tiefe, eine Energie oder eine Ausstrahlung in sich. Man kann sie »psycho-spirituelle« Persönlichkeiten nennen, die zusammengenommen einen wendigen und flexiblen Menschen mit vielen verschiedenen Talenten erkennen lassen. Ich habe gelernt, selbst mit den schwierigsten Situationen zu wachsen und sie zu meinem Vorteil zu nutzen. Die Lektionen, die man im Leben lernen kann, nehmen niemals ein Ende. Diese Schule hat niemals Ferien.

Ich bin Schüler und Lehrer zugleich. Ich bin nichts anderes als du. Ich lehre, was ich als ganzer Mensch erlebt und erfahren und nicht nur mit dem Verstand begriffen habe.

Tatsächlich lese ich kaum noch Bücher. Ich lehre, was ich in meinem Leben mit vielen Menschen aus den verschiedensten Kulturen, Religionen, Ländern und mit den verschiedensten Hintergründen erlebt habe. Ich bin weitgereist. Ich spreche Spanisch, Französisch und Italienisch. Ich habe Menschen aus Europa, Asien, dem Mittleren Osten, Nord-, Mittel- und Südamerika als Schüler gehabt. Und gleichzeitig haben sie mich zur Schülerin gehabt. Ich habe keine Ahnung, wer von wem mehr profitiert hat.

Ich habe in meinem Leben große Risiken auf mich genommen und bin an meine Grenzen gegangen. Dort, so scheint es mir, habe ich die meiste Lebenskraft gefunden. Ich bin in den sechziger Jahren aufgewachsen, eine Zeit der alternativen Lebensweisen. Bereits in meiner Kindheit hatte ich mystische und sensitive Neigungen und bin völlig entwurzelt von einem Land ins nächste gezogen. Ich wurde Lehrerin an einer High-School und kurz danach Therapeutin, nachdem ich mich bei Dr. Arthur Janov auf die Primärtherapie eingelassen hatte. Diese Begegnung wurde zu meiner ersten wirklichen Lehre. Die Zerstörung und der Wiederaufbau der physischen, emotionalen und mentalen Aspekte meines Wesens brachten mir ein enormes Wissen. Ich lernte die verschiedenen Funktionen der Psyche zu beherrschen, was mich allmählich immer tiefer in das Studium der verborgenen Aspekte des Selbst einführte. Ich hatte mich auf die Psychologie der Gegenwart eingelassen und kam in Berührung mit ähnlichen psychologischen Schulen der Vergangenheit. Ich zog nach England und begab mich auf das weite Feld der Selbsterkenntnis.

In Großbritannien und auf meinen Reisen in den Orient beschäftigte ich mich zunehmend mit Esoterik, indem ich mich mit Theosophie, Anthroposophie, Sufismus und druidischen Traditionen vertraut machte. Ich war fasziniert von den Religionsphilosophien und ihrer Psychologie - das Östliche stand zwar im Gegensatz zu den westlichen Standpunkten, aber es ergänzte sich gleichzeitig mit diesen. Zen ... Tao ... Hinduismus ... Tantra ... Die Rückreise in den Westen fünfzehn Jahre später machte eine weitere intensive Neuorientierung nötig: das Lernen mit der Computergeneration und das Vertraut werden mit technischem Denken.

In konventionellen Begriffen wüßte ich nicht einmal, ob ich sagen könnte, wer oder was ich eigentlich bin. Und dennoch weiß ich genau, wer und was ich bin ... ein Wissen, das sich über mein ganzes Leben erstreckt. Bereits sehr früh erkannte ich, daß es mein persönlicher Weg war, danach zu streben, wer ich bin und mich mit dem zu verbinden, was ich bin. Ich habe einen Verstand, ich habe Gedanken, ich habe Emotionen und Gefühle ... Woher kommen sie? Ich habe eine persönliche Geschichte. Warum ist es ausgerechnet diese Geschichte? Seit meiner Kindheit verfügte ich über besondere Fähigkeiten ... Warum? Ich habe immer danach gestrebt, einen Sinn in meinem Leben, in Energien, Dingen und Stimmungen zu finden, die weit über das hinausgingen, was die Psychologie abdeckt. Ich fragte mich: »Bin ich komisch und anders als die anderen? Oder ist jeder insgeheim so wie ich? Wie insgeheim eigentlich?« Ich habe danach gestrebt, eine Brücke zwischen der inneren und der äußeren Realität zu

schlagen, zwischen dem Rationalen und dem Irrationalen, zwischen Denken und Nichtdenken, zwischen den Formen und jener Formlosigkeit, die als Seinszustand hinter allen Formen und Kulturen steht. Ich sprach viele psychologische, kulturelle und soziale Sprachen; ich sprach mit Künstlern, "Naturwissenschaftlern, Intellektuellen und Mystikern. Jeder hatte seine eigene Energie, seinen eigenen Stil. Aber in jedem war dasselbe Leben. Ich fand mich in allen wieder.

Als ich nach all jenen Jahren der meditativen Einsicht in die Vereinigten Staaten zurückkehrte, mußte ich nicht nur aufs neue lernen, was die Menschen hier im Westen taten und waren, sondern mußte mir auch überlegen, wie ich mich selbst nennen sollte. Die Vielzahl der Psychotherapien und New-Age-Variationen, die mir in meiner Umgebung begegneten, war überwältigend. Die nähere Bekanntschaft mit Praktikern auf Gebieten, die vermeintlich mit meinem verwandt waren, erwies sich als noch größere Frustration. Ohne daß man mich angehört hatte, wurde ich gleich abgestempelt, mit einem Etikett versehen und in eine Schublade gesteckt. Ich merkte sehr schnell, daß viele New-Age-Leute sicherlich ihre Sache praktizierten, jedoch mit wenig oder überhaupt keiner Tiefe und Breite. Die Spezialisten aus der Welt der Esoterik, des Spirituellen und der Psychologie hatten sich auf ihre Fachgebiete beschränkt. Ich hingegen fand, daß ich zwar allen diesen Disziplinen angehörte, aber keiner davon richtig, und fühlte mich als eine Art »New-Age-Renaissance-Frau«. Ich war völlig frustriert und gab meine esoterischen Ambitionen auf, arbeitete zuerst als Köchin in einem vegetarischen Restaurant und danach als Chefsekretärin. Dann jedoch hatte ich eine Einsicht, die mein Leben entscheidend beeinflusste. Alle Ichs richteten sich aufeinander aus. Ich entdeckte, daß ich mich auf dem Weg der Alchemie befand.

Alchemie ist die hohe Kunst der Umwandlung des Minderen in das Höhere. Ich erkannte, daß ich schon immer auf der Suche nach einem Universalschlüssel war, der mir die Gesamtheit der Schöpfung erschließen konnte, das Physische ebenso wie das Nichtphysische - ein Schlüssel, der mir die Form erschließen und das Formlose in eine Form führen könnte. Das war Alchemie.

Einsicht folgte auf Einsicht; Bilder, Gefühle und Erkenntnisse tauchten auf. Ich schien mich an andere Leben, andere Zeiten zu erinnern. Ich kam direkt mit einer Quelle des Wissens in Verbindung, die mir Informationen erschloß, die mich völlig aus der Bahn warfen. Die Alchemie war nicht nur eine Methode, sie war eine Perspektive. Sie versah mich mit einem Fenster in die ferne Vergangenheit und in die unmittelbare Zukunft. Dimensionale Tore durch Zeit und Raum öffneten sich in mir. Ich wußte, daß es dies war, was ich zu lehren hatte. Ich hatte diesen Prozeß so verkörpert, daß ich ihn erst sehen konnte, nachdem ich einige Distanz gewonnen hatte. Und der Schlüssel zu dieser Alchemie und ihrer Methode war in mir selbst, in meinem Bewußtsein. Die Alchemie war eine Art zu sein. Das Ganze fugte sich zu einem Mosaik zusammen, und in einer plötzlichen Eingebung hatte ich das Bild vor mir, das jetzt das Symbol auf dem Logo für das Zentrum für innere Alchemie ist.

Das aufrechtstehende Dreieck in dem Symbol ist violett und repräsentiert das alchemistische oder verwandelnde Feuer, die Läuterung, die stattfinden muß, damit aus Blei Gold werden kann. Dieses verwandelnde Feuer ist die Urkraft der Schöpfung. Das umgekehrte Dreieck ist golden und bringt kosmisches Licht herab, die Energie der Sonne oder des Sonnenzentrums, des göttlichen Selbst. Die ovale Sphäre, die das Symbol umgibt, ist der Kausalkörper, den ich silbern vor Augen hatte. Ich sah, wie die violette Flamme auch diesen Körper durchfuhr, ein Hinweis auf höhere Dimensionen. Der Mensch befindet sich genau in der Mitte, dieses Symbols. Die zentrale Sonne oder die Quelle (Symbol der Gottheit) liegt über der Brust oder dem Herzen. Innerhalb dieser zentralen Sonne liegt die Ewigkeit, noch weitaus heller als die physische Sonne, wie ein kristallener Ozean heiligen Feuers. Ich gab dem Werk den Namen »innere Alchemie«, um sie von der äußeren zu unterscheiden, obwohl es in Wirklichkeit nur eine Alchemie gab und gibt.

Dieses Buch ist meine Liebesgabe an dich, ebenso wie die darin enthaltene Botschaft für mich

das Geschenk des Lebens war. Mögest du mit ihr wachsen und erstrahlen, bis wir uns in den Kristalltempeln jenseits der Zeit wiedersehen.

Einführung

Überblick

Unser Erbe

Jeder Mensch hat ein persönliches Lied, das er singt, einen bestimmten Tanz, den er tanzt. Manchmal ist das Lied, der Tanz ganz einfach, ganz klar, manchmal verwirrend und kompliziert, versteckt in den Untiefen eines noch unbekannten, vor uns liegenden Daseins. Jeder Mensch hat etwas, das er tun muß, etwas ganz Eigenes, um seiner Individualität und seinem Bedürfnis nach einem besseren Leben und nach Vollkommenheit Ausdruck zu verleihen. Wenn wir herausfinden, worin dieser Ausdruck besteht, erleben wir große Freude und Erfüllung. Unsere Evolution, der Rhythmus unseres Lebens, scheint sich zu beschleunigen. Wir sind glücklich, stehen mitten im Leben - ganz gleich, ob wir mit Immobilien handeln, Finanzen jonglieren, Mutter sind, den Fußboden wischen, Lebensmittel einkaufen oder ein Theaterstück inszenieren. In diesen Momenten der Erfüllung macht der ganze Kampf mit allen widersprüchlichen, zwiespältigen Elementen plötzlich Sinn: Wir lernen zu sehen, daß er uns die Kunst der Meisterschaft des Lebens lehrt. Eine Integration findet statt. Erfolge draußen in der Welt scheinen Hand in Hand zu gehen mit einer Art innerer Vollendung, einer Lektion, die wir begriffen haben. Und selbst wenn es keine dramatischen äußeren Zeichen gibt, gewinnt das Leben eine neue, aufregende Dimension. Es wird nicht unbedingt leichter, aber sicherlich befriedigender, bekommt einen neuen Fluß. Plötzlich hat das Leben Sinn und Zweck, und du hast etwas zu sagen. Du wirst zum Mitgestalter, Mitschöpfer in Gottes Schöpfung. Der Weg zur vollkommenen Meisterschaft ist nur noch eine Frage der Zeit.

Machen wir uns nichts vor. Das Leben ist kein Zuckerschlecken. Für niemanden. Es ist mit Schmerzen verbunden. Wir sind hier, um etwas zu lernen. Aber was? Vielleicht sind wir wohlhabend, aber nicht gesund.

Oder wir sind gesund, aber uns fehlt die emotionale Stabilität. Leben und Tod sind unbestechlich, vor ihnen sind alle Menschen gleich. Das Leben liefert uns einen nie endenden Lehrplan für den Umgang und die Beherrschung von uns selbst und unserer Welt. Wir lernen die Gesetzmäßigkeiten des Lebens mit Hilfe verschiedener Sprachen und Symbole. Durch Versuch und Irrtum lernen wir seine Grundprinzipien kennen, und dies mit Hilfe der Energiesysteme, die unseren Körper steuern, mit unserem Verstand, unseren Gefühle, unseren körperlichen Ausdrucksformen, unseren Gebärden. Der Mensch ist ein Mikrokosmos. Die Alten wußten es, als sie sagten: »Wie oben, so unten«. Sie wußten, daß die Gesetze, die das Leben leiten - im Inneren ebenso wie im Äußeren - auf der Grundlage von Schwingungen aufbauen, jenen Schwingungen, die im Mittelpunkt der Alchemie stehen.

Traditionell bezieht sich die Alchemie auf Bücher und Geschichten, bei denen uns Bilder von Dämonen, Hexen und Zauberern, Spinnweben und Retorten in den Sinn kommen. Der Alchemist wird als ein zeitloser, mysteriöser und unbesiegbarer Mensch gesehen, ein Wanderer zwischen den Welten, ein sagenhafter Merlin. Hinter der melodramatischen Fassade und der fein gesponnenen Symbolik, die die Prinzipien der Alchemie umranken, liegt jedoch die schemenhafte Vorstellung einer unbeschreiblichen Kraft. Der Alchemist selbst ist die Verkörperung dieser Kraft. Sie liegt in der Fähigkeit, aus seiner Umgebung eine bestimmte Primärenergie zu gewinnen und diese Energie, diese Substanz zu lenken, zu verwandeln, in eine andere Form zu bringen. Viel Angst und Mißtrauen umgibt die Alchemie,

eine Angst, geboren aus Unwissen und abergläubischer Verfälschung, widersinnigen Halbwahrheiten, die ihren Ursprung in dem Vermächtnis einer unseligen Vergangenheit haben, in der die inneren Regeln der Alchemie grob mißbraucht wurden. Unterschwellige Erinnerungen an die Angst vor einer verzerrten und mißverstandenen Lehre wirken bis heute fort.

Aber die Wurzeln der Alchemie gehen viel weiter zurück als bis ins Mittelalter und zur Merlinsage. Sie reichen zurück bis zum Anfang der Zeiten, zur ersten Verwirklichung des Menschen. Zu jener Zeit war die Alchemie natürliches Wissen und Allgemeingut, sie war der modus operandi. Der Mensch war sich seiner besonderen Rolle als Vermittler zwischen der materiellen und der feinstofflichen Welt, zwischen Menschlichem und Göttlichem bewußt. Er war sich nicht nur seiner dualen Natur als Geist in der Materie bewußt, sondern auch seiner dualen Energiesysteme. Er war sich darüber hinaus der Macht und der Fähigkeit bewußt, durch das Eingreifen in Energie und Materie aktiv an der Schöpfung teilzuhaben. Er wußte, daß der Schlüssel zu seiner Macht in der Verfassung seines eigenen Bewußtseins lag. Der Schlüssel zur Schöpfung, zur Materialisation, zur Dematerialisation, zur Levitation, ja, zu sämtlichen Ausdrucksformen menschlicher Naturkräfte, liegt im Verständnis und richtigen Gebrauch des eigenen Bewußtseins. Der eigene Bewußtseinsstand bestimmt, wie man mit den Gesetzen umgeht, denen Energie und Materie unterliegen. Diese Gesetze sind dem Menschen nur insofern ein Rätsel, als ihm seine verschiedenen Bewußtseinszustände selbst verborgen und unverständlich bleiben.

Die Natur des Bewußtseins

Bewußtsein ist ein Mechanismus der Wahrnehmung. Dieser Mechanismus kann sich auf verschiedene Weise ausdrücken, kann verschiedene Wahrnehmungs- und Verhaltensebenen umfassen. Im Buddhismus werden in ausführlichen Schilderungen der Seelenreise nach dem Tod die verschiedenen Zustände klar voneinander abgegrenzt. Diese Zustände, die Bardos, entsprechen verschiedenen Stimmungen oder Charakteren und stellen hervorstechende menschliche Eigenschaften in ihrer Extremform dar: Zorn, Neid, Apathie, Stolz und Ehrfurcht. Tatsächlich kann Bewußtsein vielseitig orientiert sein. Es kann sinnlich oder intellektuell, süchtig nach Emotionen oder rein geistig erkenntnisorientiert, möglicherweise sogar spirituell eingestimmt und an kosmischen Energien ausgerichtet sein. Es kann auch eine Mischung aus all diesem sein. Jede Bewegung, jede Aktivität innerhalb unseres menschlichen Spektrums entspricht einem bestimmten Bewußtseinszustand, nämlich dem, in dem die Bewegung ihren Ursprung hat. Jeder Zustand erzeugt eine Schwingung, eine Energiefrequenz. Der Mensch mit seiner Fähigkeit zum Bewußtsein ist ein höchst empfindlicher und komplizierter Schöpfer grenzenloser Möglichkeiten des Seins.

Die übliche Weise, mit dem Leben umzugehen, ist ziemlich planlos. Wenn wir Erfolg haben, dann ist es häufig reiner Zufall, durch verbissene Hartnäckigkeit und nach der Methode Versuch und Irrtum. Wir haben nicht nur unsere Konzentrationsfähigkeit verloren, sondern auch unser volles Energiepotential, unsere Kraft. Anstatt unsere Kräfte zu sammeln, zu vereinen, zu unserer inneren Kraftquelle zu finden, leben wir in einem ständigen Zustand der Zerstreuung, nach außen gerichteter Aktivität, die unsere Fähigkeiten spaltet, statt sie zu bündeln. Ebenso gespalten ist unsere Wahrnehmung. Wir haben nicht nur vergessen, daß das Leben ein Ganzes ist, sondern auch unsere Fähigkeit und unser Wissen verloren, daß wir von Natur aus die Herrschaft über Materie und Schwingungen innehaben. Wie der Froschkönig im Märchen sind wir in einem fremden Bezugssystem innerhalb unserer eigenen Schöpfung gefangen. Wir können uns nicht mehr erinnern, wer wir eigentlich sind und daß wir immer schon Schöpfer waren und es immer sein werden. Wir sind von unseren Schöpfungen fasziniert und identifizieren uns mit ihnen, sind einer Ebene der Realität in die Falle gegangen, von der wir annehmen, daß sie das Ganze ist.

Es liegt in der Natur des Bewußtseins, sich zu erweitern und zu vertiefen. Das geschieht mit

oder ohne unser Zutun. Ohne unsere aktive Mitwirkung, ohne unsere Bereitschaft, unsere Identifikation und unser Festhalten aufzugeben und loszulassen, wird es nichts geben außer Schmerz und Leid. Aber Schmerz und Leid sind keine Wesensbestandteile des Lebens. Mit der Zeit, mit unserem aktiven Zutun, wird unser Bewußtsein wie ein Strom durch verschiedene materielle und energetische Wandlungen fließen, ungehindert und ungeteilt. Das Leben wird als Fluß gesehen, als ständiger Wandel der Kräfte. Der Schwerpunkt der Aufmerksamkeit verschiebt sich. Nicht mehr die Wirkung steht im Mittelpunkt, nicht mehr die Ablenkung und Verzettlung unserer Aufmerksamkeit, sondern die Ursache, das Zentrum des Bewußtseins. Das, was diese Veränderung wahrnimmt, ist die allerhöchste Intelligenz, die höchste Stufe des Bewußtseins.

Das Leben scheint ein Streben nach Einheit zu sein, ein Zusammenwachsen grundverschiedener Elemente, an die unsere Kraft, unser persönliches Interesse, unsere Bindungen und unsere Identifikationen gebunden sind und die uns in unserer Spaltung festhalten. In der Einheit sammelt sich die Kraft, die bisher ihre Energie nach außen gerichtet hat, im Inneren, an einem Punkt der Quelle, der zunehmend an Tiefe gewinnt. Die Kraft, die in diesem gesammelten Reservoir liegt, ist immens. Mystiker und Magier kennen sie. Okkultisten kennen sie. Selbst Hitler kannte sie. Aber die meisten Menschen kennen sie bis heute noch nicht. Sie ziehen es vor, ihre Kraft in äußere Autoritäten zu investieren, in bärtige Väter im Himmel, in Gurus, Lehrer, Autoritätspersonen, Doktrinen, Lehren und Organisationen.

Die Gottheit in jedem Menschen ist ein Bewußtseinszustand, von dem aus so ziemlich alles möglich ist, denn Bewußtsein ist wie Energie neutral.

Bewußtsein ist ein zweischneidiges Schwert. In den Händen eines Lichtträgers wird es zur göttlichen Meisterschaft, in den Händen eines Egoisten führt es zu Chaos, Disharmonie und Zerstörung.

Innere oder göttliche Alchemie

Die ursprüngliche Formel der Alchemie wurde in Symbole gekleidet, um ihre Praxis gegen Mißbrauch durch Unreine zu schützen. Was sich bis in unsere Zeit überliefert hat, ist, wenngleich von großer Intensität und durchaus imstande, Materie zu verwandeln, doch nur die geringere Form der Alchemie. Die Alchemie, wie sie in vorgeschichtlichen Zivilisationen wie in Atlantis oder bei den Mayas praktiziert wurde, ist eine göttliche Handlung, ein direkter Anschluß an die allerhöchste Quelle von Leben und Licht. Die Praxis dieser göttlichen Alchemie schöpft ihre Kraft aus den höchsten Schwingungen, die wir uns vorstellen können, die alle Ebenen der Realität unterhalb ihrer selbst verwandeln. Alle Schwingungen, die noch über die des Goldes hinausgehen, werden durch die kristallinen Substanzen der Erde repräsentiert: die Edelsteine vom Bergkristall bis zum Diamanten.

Der Schlüssel zur Alchemie liegt im Verständnis von Energie und Materie. Innere Wandlung und letztlich völlige Umwandlung sind nur möglich durch Verständnis. Das geschieht nicht durch Zufall. Materie ist Energie. Licht ist Energie ... Alles ist Energie in verschiedenen Stufen der Verdichtung. Das Leben selbst ist, wie die Alchemisten wissen, eine Schwingung, die die Materie in Bewegung versetzt, und Materie ist ebenfalls Energie. Das tiefste Verständnis betrifft die allererste Urschwingung: den heiligen feurigen Atem Gottes oder das kosmische Licht. Alles Erschaffene, selbst die Welt der Geister, unterliegt bestimmten Gesetzen. Seligkeit - Gnade - Wunder, all dies geschieht durch das Wirken der unveränderlichen Gesetze des göttlichen Lichts. Gott, so wie ihn die alten Zivilisationen, besonders die Mayas, wahrnahmen, ist der »Spender von Form und Maß«, der »Lebensspender«. Solange wir nicht die Ebene der Ursachen erkennen, das Göttliche, werden wir nicht aufhören können, Wirkung auf Wirkung zu häufen, und niemals wahre Meisterschaft erlangen.

Es gibt nicht nur eine Ursache für alles unter der Sonne, sondern die Ursache ist auch noch

intelligent. Alles Erschaffene ist ein Ausdruck dieser energetischen, intelligenten Lebenskraft. Energie reagiert auf menschliches Handeln. Sie reagiert auf Gedanken und Befehle. Sie kann manipuliert werden. Der Mensch hat eine außergewöhnliche Rolle innerhalb der Schöpfung. Er ist das einzige Wesen, das die Macht hat, in die Lebenskraft einzugreifen, etwas zu erschaffen. Er ist der einzige, der sowohl am Schöpfer als auch an der Schöpfung teilhat. Die physische, irdische Verkörperung ist Ausdruck einer tiefen Bindung an den Planeten Erde: Der Mensch hat an der innersten Substanz der Erde teil, umhüllt sich mit ihr. Aber das eigentliche Wesen, die Essenz des Menschen, ist nicht seine physische Gestalt. Der Mensch ist nur Besucher in dieser materiellen Welt. In Wirklichkeit ist er reine Intelligenz, Licht des Bewußtseins mit seinen vieldimensionalen Möglichkeiten, die weit über sein emotionales und mentales Wesen hinausgehen. Der Mensch ist Präsenz, göttliche Gegenwart in der Materie. Wenn er das weiß, wenn er diese Identifikation annimmt, kann er sich direkt an den Kraftstrom der Quelle anschließen. Der bewußte Gebrauch dieser Kraft, die gewonnen wird durch eine Identifikation mit den göttlichen Möglichkeiten statt mit der materiellen Natur, ist die Krone der Schöpfung.

Warum und Wie

Das Ziel der inneren Alchemie ist leicht erklärt. Sie ist das Streben nach einer Anhebung der Schwingungen alles Materiellen auf die Ebene des Geistes oder des Lichts. Darüber hinaus sucht sie ein unsterbliches Gefäß zu erschaffen, durch das sie ihre Meisterschaft kontinuierlich zum Ausdruck bringen kann. Materie hat verschiedene Grade von Dichte und Schwingung, einschließlich ätherischer und psychischer Schwingungen, Tönen und ultravioletter Abstufungen von Licht und Farbe, die in unendlichen Frequenzen oszillieren. Jenseits des Magnetismus (der physische, mentale, emotionale und psychische Kräfte einschließt) liegen noch höhere, weitaus intensivere Kräfte oder Schwingungen, die vom göttlichen Selbst, nicht durch die Persönlichkeit, in Gang gehalten werden. Materielle Substanz, Schwerkraft, Körperlichkeit, ist positive, solide Energie. Das Bewußtsein des göttlichen Selbst ist das Bindeglied zwischen den Polen des Geistes und der Materie, zwischen dem negativen und dem positiven Pol. Ebenso wie jede höhere Kraft die niedere beherrscht, wirkt das Bewußtsein, das sich in Form des höheren Denkens ausdrückt, durch eine Kraft, die eine höhere Schwingung hat als alles andere in der materiellen Natur. Als solches ist es in der Lage, die gesamte Natur und alle natürlichen Abläufe, einschließlich Geburt und Altern, zu steuern.

Das Bewußtsein des höheren Denkens ist eine Fähigkeit des Selbst mit Zugang zu einem Wissen, das den Intellekt übersteigt und alles Wissen umfaßt, weil es selbst die Quelle allen Wissens ist. Höheres Denken kümmert sich nicht um Methoden oder Abläufe, sondern um Ursachen, um das Sein. Es ist das göttliche Selbst, das »Ich Bin«. Eine einfache Möglichkeit, das höhere Denken zu sehen und zu fühlen, ist in Form unserer höchsten Präsenz: durch die Wahrnehmung unserer Ganzheit und unserer Intensität, wenn wir vollkommen in der Gegenwart sind, mit all unseren Fähigkeiten und Energien, einschließlich der körperlichen, konzentriert und offen.

Erforderliche Übung

Die Übung beginnt mit dem Studium des Selbst, mit der genauen Beobachtung von Verhaltensmustern und Reaktionen, mit der Einsicht in die Dynamik menschlicher Energien und des Körpers, und schließlich mit dem Verständnis des Prozesses der Läuterung und Verfeinerung. Die bekannte Form der Alchemie konzentriert sich auf das Pflanzen- und Mineralreich. Sie deckt durch objektives Studium die inneren Gesetzmäßigkeiten von Physik und Chemie auf. Der traditionelle Alchemist besaß die Fähigkeit, zur Substanz vorzudringen und ihre energetische Frequenz zu verändern. Die innere Alchemie jedoch konzentriert sich auf das Studium des Selbst - physisch und nichtphysisch. Von der nichtkörperlichen Ebene

aus versucht der innere Alchimist zur Gesamtheit der Schöpfung vorzudringen. Das Endergebnis ist dasselbe. Ein metaphysischer Sprung in das, was man »Glauben« nennt, ist erforderlich. Dieser Sprung ist die alchemistische Hochzeit mit der Gottheit - der eigentlichen Quelle allen Lebens und aller Kraft im Makrokosmos wie im Mikrokosmos.

Man könnte auch sagen, daß die mittelalterliche Alchemie die Elementarkräfte beherrscht hat, während die innere Alchemie die menschliche Ebene nicht nur mit den elementaren Naturgesetzen, sondern auch mit denen der Engel verbindet. Das Elementarreich regiert alles Materielle; das Reich der Engel regiert die Gesetzmäßigkeiten von Licht und Strahlung. Aber das Reich der Engel kann im Gegensatz zum Elementarreich nicht verunreinigt werden. Eine Partnerschaft mit dem Reich der Engel bewirkt weit erhabenerer Wunder als alles, was seit Menschengedenken bekannt ist. Überreste solcher Wunder finden sich höchstens noch in der Tradition der Druiden.

Innere Alchemie schlägt auch eine Brücke im einzelnen Menschen zwischen seinen menschlichen und seinen göttlichen Aspekten, zwischen Materie und Geist, zwischen Denken und höherem Denken.

Wenn wir verstehen, daß wir weder Körper noch Geist sind, sondern eine Präsenz innerhalb des Lebens, können wir sehen, daß der dichte materielle Körper der physische Ausdruck des Geistes, der geistigen Verfassung ist, und umgekehrt. Das Studium des menschlichen Verhaltens könnte beinhalten, daß wir uns in die frühesten menschlichen und andere Inkarnationen zurückversetzen. In der inneren Alchemie ist es gleichzeitig unerlässlich, daß der physische Körper ausgeglichen bleibt und sich immerfort an der sich entwickelnden intensiven Schwingung ausrichtet. Die Intensität dieser Schwingungen erhöht sich noch, wenn sich Blockaden und verfestigte Gedankenformen in dem Läuterungsprozeß auflösen und dem energetischen System zusätzliche Energie zuführen. Hand in Hand mit dem Prozeß der Orientierung und Integration geht die Umstrukturierung des Denkens. Nutzlose Glaubenssysteme und Wahrnehmungsweisen werden überflüssig und verschwinden. Gleichzeitig mit diesem Läuterungsprozeß findet eine systematische Aufdeckung und Bewertung überpersönlicher transzendenter Inhalte statt, die Beschaffenheit und Verhalten von Energie und Substanz betreffen.

Das praktische Ergebnis innerer Alchemie besteht darin, daß sie die Fähigkeit lehrt, destruktive Energien in konstruktive zu verwandeln. Ärger und Haß werden zu Liebe, Sexualität und Besitzgier zu Sensibilität und Freiheit, und Angst wird in Kreativität und Freude umgewandelt. Auf diese Weise wird Energie nicht nur erhalten, sondern sogar auf eine höhere Schwingungsebene gebracht und in ein System integriert, das sich allmählich auf immer höhere Frequenzen einstimmt.

Die drei Kräfte

Der Sinn des Lebens liegt nicht nur darin, zu wachsen, sich zu entwickeln und zur Quelle in Form von noch weiter verstärktem Licht zurückzukehren, sondern auch darin, zu segnen, zu übertragen und zu erschaffen - im besten Fall an Gottes Schöpfung teilzuhaben. Von der Erschaffung der Welten bis zur Ausformung des Körpers in allen seinen Details muß der Schöpfungsprozeß einem bestimmten Plan folgen, in dem die »drei Kräfte der Schöpfung« wirksam werden. Diese grundlegenden Elemente der Schöpfung wurden vor langer Zeit von Hermes Trismegistos und vom Grafen Saint Germain vor nicht so langer Zeit aufgedeckt. Im Menschen nehmen diese Kräfte die Form von Gedanken, Gefühlen und gesprochenen Worten an. Diese Kräfte bilden die alchemistische Grundformel.

Die Kraft der Gedanken ist leicht zu verstehen. Wir haben die Fähigkeit, zu denken, eine Form zu zeichnen oder die geistige Vorstellung einer Idee oder eines Begriffes zu entwickeln, und sind stets damit beschäftigt, alle möglichen Bilder zu erschaffen, bewußt oder unbewußt. Die Kraft der Gefühle ist schwerer zu greifen. Wir haben eine Fähigkeit zu fühlen, die weit über Emotionen oder Sinneswahrnehmungen hinausgeht. Die Kraft der Emotionen, etwas

hervorzubringen und auf Dinge zu reagieren, ist immens. Tatsächlich liefern Emotionen den Grundstoff für die gesamte Schöpfung. Die Welt wird im Innersten von der Schwingungsfrequenz der Liebe zusammengehalten. Liebe ist die größte aller Kräfte. Sie enthält den stärksten Impuls der Energie, denn sie ist reines konzentriertes Licht. Reine Liebe, reines Licht, ist eine Form von Bewegung aus der Essenz, die nicht nur anziehend wirkt, sondern gleichzeitig ausstrahlt. Liebe ist eine Kraft, die Bindungen erzeugt und in sich eine beständige, selbstgenügsame Bewegung vollzieht. Sie ist eine Konzentration gefühlvoller Energie, die überall, wohin sie sich richtet, etwas manifestiert oder Wünsche in Erfüllung gehen läßt. Aber wir kennen die Kraft oder Macht der Liebe noch nicht, weil wir die Kraft der Reinheit nicht mehr verstehen.

Die Kraft des gesprochenen Wortes bildet den Resonanzboden für die Schöpfung, die Entstehung der Materie. Höchst selten wird sie als Kraft erkannt, und doch ist das gesprochene Wort für die Ordnung oder Zerstörung unserer Welten verantwortlich.

Das geschieht folgendermaßen: Am Anfang steht wie das Negativ eines Fotos ein Gedanke, ein Entwurf, von Gefühlen getrieben und vom gesprochenen Wort in eine Form gebracht.

Klang und Wort (in Form gebrachte Schwingung) liefern das Ausgangsmaterial für die Schöpfung. Von daher kommt all das »Abrakadabra«, das »Sesam- öffne - dich!«, das alchemistische »Fiat!« und die diversen Glaubensbekenntnisse, die eine Methode verdeutlichen, die in dem Satz »Und das Wort ist Fleisch geworden« zum Ausdruck kommt. Glaubensbekenntnisse und Gebete werden in Symbolen und Runen visuell umgesetzt. Die besondere Kunst, den richtigen Ton zu treffen, das Wort zu sprechen, in dem der Ton der Schöpfung verborgen ist, ist uns verlorengegangen.

Die Schöpfung beginnt als Absicht und gewinnt ihre Form durch die Nutzung der drei Kräfte. Vom allerersten Gedankengespinnst bis zur physischen Gestaltwerdung wird die Schöpfung von Regeln oder Prinzipien regiert. Wenn du die Regeln kennst, kannst du die Schöpfung Wirklichkeit werden lassen. Die Mechanismen der inneren Alchemie gehen weit über alle Regeln hinaus: Der einzelne, der diese Mechanismen anwendet, ist entscheidend. Im Menschen selbst steckt die Magie. Er ist es, der durch den Gebrauch seiner fünf Sinne und der fünf Elemente die Materie erhebt und alle Substanz verändert. Regeln sind lediglich Richtlinien, die angewendet werden, solange es im Selbst noch keine ausreichende Meisterschaft gibt.

Innere Orientierung und Unterscheidungsvermögen

Der Mißbrauch, der in der Vergangenheit mit der Alchemie getrieben wurde, hatte seine Ursache in der Anwendung bestimmter Methoden ohne die erforderliche persönliche Integrität. So entfernten sich Alchemisten vollkommen von Gott und gingen davon aus, daß die einzige Quelle allen Lebens im Ektoplasma des lebendigen Organismus zu finden sei. Die Anmaßung und der Wunsch, selbst Gott zu werden und Lebendiges zu erschaffen, führte zu unendlich vielen Morden an Lebewesen, von Menschenopfern und Verwüstungen in grauer Vorzeit bis zu unmenschlichen Experimenten in der Gegenwart.

Man muß verstehen, daß das Leben und die Kraft nicht von außen kommen. Sie kommen von oben, aus dem Inneren. Wer davon ausgeht, daß die Kraft aus äußeren Quellen kommt, aus Gesetzen und Techniken, verleugnet seine eigene Göttlichkeit. Das Leben ist eine Substanz, die von oben empfangen wird. Sie geht von jenen feineren Schwingungen aus, die die Materie mit Leben erfüllen und lenken. Sie kann durchaus im Prozeß der alchemistischen Wandlung nachvollzogen, neu erschaffen werden, aber Machthungrige sollten sich vorsehen. Nur Gott kann das tun. Der Trick besteht darin, sich mit Gott zu verbünden.

Um ein wahrer Alchemist zu werden, um in Harmonie wirkungsvoll am Schöpfungsakt teilzuhaben, müssen wir jene Eigenschaften in uns überwinden, die Mißbrauch und selbstsüchtige Schöpfung fördern. Wir nutzen unsere Kraft, um Mangel, Begrenzungen, Krankheit und Zwietracht zu erzeugen. Statt Liebe erzeugen wir Angst, Zweifel, Haß und

Unsicherheit. Unsere Sprache versieht negative Worte und Begriffe mit Macht. Wir schaffen unsere Welt, unsere Schöpfung, indem wir unsere eigenen Bewußtseinszustände auf sie projizieren. Da wir ohnehin ständig im Schöpfungsakt begriffen sind, sollten wir lieber lernen, das Gesetz zu nutzen, um bewußt am Schöpfungsakt teilzunehmen und Harmonie, Lauterkeit, Licht, Reichtum, Freude und Gesundheit in unserer Welt zu erschaffen.

Auf das Äußere bezogene Techniken existieren für jene, die nicht das Wirkliche vom Unwirklichen, das Gute vom Bösen unterscheiden können. Das Studium der inneren Alchemie fördert dieses Unterscheidungsvermögen, weil es das Bewußtsein stärkt. Nach und nach lernen wir, Zugang zu Informationen direkt von der Quelle zu bekommen, ohne den Umweg über Vermittler. Es wird die Zeit kommen, in der die Bibliotheken all dessen, was in der Vergangenheit gelehrt wurde, überflüssig werden. Schon jetzt sind Siegel des Okkulten gebrochen, alte okkulte Gesetze außer Kraft gesetzt worden. In Wirklichkeit gibt es keine Notwendigkeit mehr für Geheimhaltung, für individuelle Vergeltung, für Selbstmitleid und Leiden. All dies sind Zeichen eines vergangenen Zeitalters. Die Zeichen stehen auf aktive, verantwortliche Teilnahme am Leben. Wir lenken nun unsere Aufmerksamkeit auf das Göttliche in uns. Die Träger des Lichts überbrücken die Welten. Wir sind bereit für den nächsten Schritt: Gottesbewußtsein.

Wir fangen mit uns selbst an und können anderen durch unser Beispiel zeigen, was getan werden kann. Wenn wir uns selbst verändern, erlangen wir eine andere energetische Schwingung. Wenn wir uns durch die Anwendung der inneren Alchemie nach und nach verwandeln, leisten wir das Höchste, was ein Mensch tun kann. Wir werden allein durch unsere Gegenwart, die wie ein Katalysator wirkt, zum Segen für das Leben. Jeder, der mit dir oder deiner Welt in Berührung kommt, wird von der Harmonie und Reinheit deines Energiefeldes gesegnet. Überall, wo du hingehst, verbreitest du ein wenig mehr Frieden, ein wenig mehr Licht und Klarheit.

Alleinsein und Ganzheit

Wer sich auf die Erfahrung einlassen kann, daß er ganz und gar allein ist, wird die tiefergehende Entdeckung machen, daß er ein ganzes, unteilbares Wesen ist.

Wenn wir allein sind, können wir die Mechanismen aufdecken, die ständig blindlings auf der Suche nach Gewohnheiten sind. Gewohnheiten erzeugen einen Mangel an Bewußtsein und führen zu mechanischem Verhalten, sie rauben dem Bewußtsein des gegenwärtigen Augenblicks die Energie. Im Bewußtsein gibt es eine konstante und totale Entscheidungsfreiheit, und mit dieser Freiheit geht eine wachsende Verantwortung einher.

Wir sind für die Aufnahme und Verarbeitung von Energie entsprechend unserem Bewußtseinsstand verantwortlich. Auf höheren Ebenen sind wir sogar dafür verantwortlich, wie wir sowohl auf die Welt unserer Mitmenschen als auch auf unsere eigene einwirken. Ein Mensch, der die Gesamtheit seines Selbst als Einheit erfahren hat, wird sich nicht mehr nach außen wenden, um Belohnungen, Respekt und Rat zu erhalten. Es hat etwas Infantiles, die Antwort auf Fragen des Lebens außen zu suchen. Es raubt der Umwelt ihre Energie. Reife kommt aus dem Mut, allein zu sein. Im Alleinsein liegen Fülle, Kraft, Überfluß und Segen. Normalerweise verschenken wir unsere Kraft an unsere Eltern, an Freund und Freundin, an Ehepartner, Vorgesetzte und so weiter. Wir übertragen die Macht auf andere, von denen wir meinen, sie besäßen Kräfte, die wir in uns selbst nicht finden können. Um unsere Kraft und die Vision von uns selbst, wie wir wirklich sind, wiederzuerlangen, müssen wir allein stehen. In diesem Alleinsein können wir die allumfassenden Möglichkeiten wiederfinden, die wir in uns tragen.

Diese Wiedergeburt kann nur von jedem einzelnen herbeigeführt werden. Niemand kann es für uns tun, ohne uns von Grund auf neu zu programmieren. Aber wir streben nach Freiheit von allen Programmen. Unser Leben ist eine Anhäufung von Wiederholungstaten und Gewohnheiten. Wir geraten immer wieder in die gleichen Beziehungen, die gleichen

Situationen. Die geistige Aktivität, das Denken auf dieser niedrigen Stufe ist nichts geringeres als automatisch, mechanisch, roboterhaft.

Indem wir uns mit dem Mut, allein zu sein, wappnen, beginnen wir, bewußt zu werden. Als bewußt Handelnde suchen wir keine vertraglichen Bindungen mehr, durch die wir in Abhängigkeit geraten. Wir nehmen nicht mehr an jenen unterschwelligen Machtspielchen teil, die uns innerlich spalten und von unserer eigenen Göttlichkeit und Kraft fernhalten. Wir sind nicht mehr jener Verwirrung unterworfen und werden nicht mehr von Menschen und Ideologien in die Irre geführt. In unserer eigenen Integrität können wir mit Leichtigkeit die Fallen und Unvollkommenheiten von allem entdecken, was unterhalb der Wahrheit und Reinheit und des Geistes ist, der sich nach Freiheit sehnt.

In unserer Zeit ist es wichtiger denn je, genau hinzusehen. Zu viele Menschen werfen mit schönen Worten um sich und leben nicht danach. Die innere Alchemie lehrt uns, wie wir zu unserer Göttlichkeit, zur Quelle in uns, zurückkehren können, indem wir unsere Energien bündeln und tief in unsere eigene Individualität, unsere Unteilbarkeit, die Ganzheit unseres Wesens, einschließlich unseres Körpers, hineinfließen. Obwohl die Alchemie uns lehrt, wie wir die Grenzen des Körpers und des Körperbewußtseins überwinden können, können wir dies nicht, ohne total in unserem Körper zu sein, physisch, emotional und mental. Die Wahrheit ist, daß wir niemals zum Herrscher in absentia werden können.

Die Anatomie des Menschseins

Dieses Buch über innere Alchemie enthält einen Grundkurs der Alchemie und der energetischen Anatomie des Menschen. Die Grundlagen der Alchemie werden dargestellt und ihre Anwendung auf den verschiedenen Ausdrucksebenen, die dem Menschen zur Verfügung stehen, aufgezeigt. Wir müssen verstehen, was es heißt, ein Mensch zu sein. Wie funktionieren die verschiedenen Teile des Menschen, und wie passen sie zusammen? Wie können wir lernen, uns mit der Quelle allen Wissens einzustimmen, um uns mit ihr zu verbinden? Den ersten Schritt kannst du sofort tun, indem du dich an dem ausrichtest, was und wer du wirklich bist - in diesem Moment und in verschiedenen Dimensionen.

Wir wissen viel über die Anatomie des physischen Körpers aus der westlichen ebenso wie aus der östlichen Medizin, die Begriffe für die Energiekreisläufe des Körpers, seiner physischen und seiner ätherischen Substanz gefunden hat, einschließlich der Meridiane in der Akupunktur und den Kraftlinien, die in fernöstlichen Kampfsportarten eine Rolle spielen. Wir meinen, viel über die Psychologie und die Funktion des Verstandes zu wissen, der in Wirklichkeit nur einen Bruchteil des gesamten geistigen Potentials ausmacht. Wir werden sehen, daß das, was Psychologen die »Psyche« nennen, in Wirklichkeit nur niedere geistige Phänomene umfaßt, und daß es ein höheres Denken und eine höhere Intelligenz gibt, die nur andeutungsweise in einigen Bereichen der östlichen Psychologie und Philosophie zu finden sind. Wir werden erkennen, daß es ein Bewußtsein jenseits der höchsten Intelligenz gibt, die wir erfassen können.

Wir besitzen einen emotionalen Energiekörper, der sich deutlich von dem mentalen Feld des Körpers abhebt. Worin besteht seine Anatomie? Wie sieht die Anatomie des mentalen Körpers aus? Wie die der physischen und ätherischen Energiefelder? Wie wirken sie aufeinander ein? Wie beziehen sie sich bei verschiedenen Menschen aufeinander? Was geschieht mit der Energie des einzelnen in einer Beziehung? Wie kommt es, daß wir unsere Kraft, unsere Einsichten, unsere Grenzen verändern? Wir vergeuden, verschleudern oder tauschen unsere Energie, unsere Einsichten und unsere Grenzen, schaffen uns Unvollkommenheiten und Verunstaltungen und wissen gar nicht, wie und warum wir es tun. Die innere Alchemie lehrt, wie die Teile des Ganzen sich zu einem zentralen Bild zusammenfügen. Was ist die wirkliche Funktion der Chakras, der sieben Strahlen, der sieben Körper? Wie können wir Wut und Angst auf Dauer aus unserem Inneren verbannen, indem wir sie verwandeln? Nicht was wir aus diesen Dingen lernen, verändert unser Leben, sondern

wie wir uns durch dieses Wissen verändern, wie wir es in unseren Alltag integrieren können. Auf dem Weg der inneren Alchemie können wir alle möglichen Übungen anwenden, es kommt lediglich auf das klare und meisterliche Bewußtsein desjenigen an, der die Übungen macht.

Das Orakel von Delphi ermahnt uns: »Erkenne dich selbst!« Das Studium der inneren Alchemie ist nichts anderes als das Selbststudium. Wir werden uns klar, daß wir in uns ein Abbild des Universums haben. Wir selbst sind der Ursprung aller Universen. Durch das gründliche Studium unserer Anatomie, insbesondere unserer feinstofflichen Energiezentren, Kräfte und Netzwerke, Schwingungsfelder sowie des Empfangs- und Übertragungsapparates, entdecken wir die verschiedenen Dimensionen, die gegenseitigen Beziehungen und die Verwobenheit der gesamten Schöpfung. Es gibt nur eine Substanz, einen Stoff, eine Energie, eine Quelle, der wir den Namen Gottes geben können. Wenn wir uns auf dieses göttliche Selbst einstimmen, sind wir direkt mit Geist und Materie verbunden - mit dem Geist durch die höheren Fähigkeiten und mit der Materie durch die Körperlichkeit.

Ausgleichen der dreifachen Natur

Bevor eine alchemistische Formel angewandt werden kann, sollte die emotionale Natur des Individuums ins Gleichgewicht gebracht werden. Dort, wo sie zu aktiv ist, muß sie harmonisiert werden, wo sie zu unbeweglich ist, muß sie erweckt werden. Durch Gefühle erzeugen die Emotionen das Feuer, das im Schmelzofen des menschlichen Wesens nicht nur Blei zu Gold und Kohle zu Diamant verwandelt, sondern am Ende sogar das Feuer selbst in Licht.

Das emotionale Netzwerk ist ein Schwingungsfeld, das den physischen Körper umgibt und durchdringt. Es erstreckt sich weit über die gewöhnlichen Grenzen der mentalen Frequenzen hinaus. Emotionen sind wie Strudel oder Wirbel in der Aura, die als eine Art Störungen wirken, leicht erregt werden können und ihrerseits sowohl Körper als auch Geist reizen, sofern sie nicht unter Kontrolle gehalten werden. Sie vermischen sich mit körperlichen Empfindungen und verursachen Erregung und Leidenschaft, aber auch das Gegenteil: Frustration und Verzweiflung. Das Ziel alter religiöser Praktiken wie auch moderner Psychologie ist es, diese Wirbel durch spirituelle, mentale oder psychotherapeutische Mittel unter Kontrolle zu bringen. Um sie jedoch ständig zu kontrollieren oder zu bändigen, muß die in ihnen enthaltene Energie in und durch das Bewußtsein des Herzens geleitet werden. Alle Energien, über die der Mensch verfügt, müssen zum Herzen geleitet werden, wo sie durch den Einfluß des Lichts eine neue Qualität bekommen, bevor sie verwandelt und als vertieftes Verständnis und umfassender guter Wille wieder in die Allgemeinheit entlassen werden. Alchemistische Energie, ihre Fähigkeiten und ihre Kraft ruhen in der Kammer des Herzens.

Die dreifache Natur der Körperlichkeit des Menschen (Körper, Geist und Gefühle) braucht Entwicklung, Ausgleich und Integration. Ohne körperliche Lebenskraft, die frei im ganzen Körper zirkulieren kann, besitzt der Geist keinen Anker, durch den er sich im Materiellen Ausdruck verschaffen kann, und wird daher flüchtig und bruchstückhaft bleiben. Auf der anderen Seite ist körperliche Lebenskraft ohne klare geistige Richtung offen für Übertreibungen und Verunreinigungen. Sobald die dreifache Natur harmonisch integriert ist, wird das Ausrichten an den höheren Frequenzen des Selbst erleichtert. Dieser Prozeß geschieht nicht in einer linear ablaufenden Entwicklung, sondern durch einen Kreislauf der Gefühle, innerhalb dessen zyklisch immer größere Anteile des Selbst intuitiv erschlossen und Bruchstücke allmählich in die dreifache Natur des Körpers oder der Persönlichkeit integriert werden.

Das Gesetz des Einen

Es gibt nur eine Macht, eine Intelligenz und eine Substanz: Gott. Weit über alles menschliche Verhalten und alle Psychologie hinaus gibt es eine höhere energetische Dynamik von Materie und Geist - das Zusammenspiel von Teilen der Persönlichkeit mit psychischen äußeren Einflüssen sowie spirituellen und kosmischen Einflüssen. In der inneren Alchemie treffen Psychologie und Religion aufeinander und werden wieder zu einer Einheit, wie sie sich in ferner Vergangenheit durch die Veden, von Patanjali und in jüngerer Zeit von Buddha dargestellt haben. Psychologie und Religion kommen zusammen, weil Materie (physisch, emotional und mental oder geistig) und Geist (Essenz, Sein oder kosmisches Licht) in der Tat eine Einheit sind.

Das höchste Ziel der inneren Alchemie ist die Umwandlung von Materie in Licht. Das schließt die Materie auf Zellebene ein und transzendiert Krankheit, Tod und Zerfall.

Historische Vorläufer dieser Art alchemistischer Wandlung sind uns durch die Überlieferung von Buddha, aber auch in Form der Legende des Quan Yin in China, durch die biblischen Geschichten von Jesus von Nazareth und seiner Mutter Maria und deren Himmelfahrt sowie durch zahlreiche andere bekannt, einschließlich jenes legendären Alchemisten, des Grafen Saint Germain, von dem man glaubt, daß er in dieser physischen Dimension durch seinen unsterblichen Körper aus Licht weiterwirkt. Meister, die das Gesetz des Einen verkörpern, bewegen sich auch heute so innerhalb der Menschheit, wie sie es von Anbeginn der Zeiten getan haben, als man sie noch Götter nannte. Nur der Alchemist oder der Schüler des Lichts besitzt die Fähigkeit, mit dem Herzen zu wissen und zu sehen.

Die Alchemie bezieht sich auf alle Disziplinen, weil diese ursprünglich aus der Alchemie abgeleitet sind. Obwohl die Alchemie ein Prozeß ist, der durchlebt werden muß, ist er Anfang und Ende aller spirituellen Praxis und physischen Manifestation. Der Mensch ist in Wahrheit ein Lichtstrahl, der sich selbst in die Materie hineinprojiziert hat. Die Essenz des Menschen kommt aus der Ebene des Lichts und kehrt nach ihrer Inkarnation wieder dorthin zurück. Die Herstellung eines geschlossenen Kreislaufs zwischen Materie und Geist ist der erste Schritt auf dem Weg zur Ganzheit.

Licht werden - die Himmelfahrt

Ich werde im folgenden die Auffassung darlegen, daß der Sinn des Lebens darin besteht, Materie auf eine höhere Schwingung zu erweitern oder zu erheben, nämlich auf die des Lichts. Für den einzelnen bedeutet das, daß der menschliche Körper - zusammengesetzt aus physischem, mentalem und emotionalem Körper - neu geeicht, verfeinert wird. Während das geschieht, verlieren wir unsere Identifikation mit den schwereren Formen, die für Trennung stehen, und transzendieren die Gesetze der Materie, einschließlich der Schwerkraft und des Zerfalls. Das Gefäß der Persönlichkeit gewinnt an Jugend, wird gesund und schön. In psychischer Hinsicht erleben wir eine neue Leichtigkeit, Lebensfreude, Freiheit von allen Beschränkungen, denn es ist nur die Materie, einschließlich der emotionalen und mentalen Substanz, die an sich selbst festhält und an Gewicht und Dichte zunimmt. In spiritueller Hinsicht führt dieser Prozeß zur Erleuchtung: zur Freiheit vom Karma oder dem Gesetz von Ursache und Wirkung. Dieses Gesetz bezieht sich ebenfalls auf die Materie der emotionalen und mentalen Körper, die nach Zusammenhalt und Kontinuität streben.

Der größte Alchemist der Geschichte war Jesus von Nazareth, dessen Leben ein einziges Zugehen auf andere war und dessen besondere Aufgabe darin bestand, uns zu zeigen, wie wir die niederen Energien meistern können. Seine Lehre wurde niemals vollständig als innere Wissenschaft und als die Kunst der Umwandlung des physischen Körpers in Licht verstanden. Es gibt viele unbekannte Meister, die für sich selbst einen Grad der Reinheit und Identität mit der Gottheit erreicht haben, der ihnen die Meisterschaft über die Mechanismen des

physischen, mentalen und emotionalen Körpers verliehen hat. Um sie herum geschahen scheinbare Wunder, weil die Schwingungsrate ihrer Körper so beschleunigt war, daß von ihnen eine Heilkraft und ein Segen auf alles ausging, mit dem sie in Berührung kamen. Sie wurden häufig für besonders religiöse oder außergewöhnliche Menschen gehalten und brachten immer Frieden und Licht mit sich.

Ein verklärtes Wesen, das »in den Himmel aufgefahren« ist, hat die Gesetze des Materiellen gemeistert und vollkommene Kontrolle über die Schwingungsaktivität jedes der niederen Körper gewonnen. Es ist in der Lage, seine Schwingungen in denen seines lichtvollen Körpers zu sammeln und sie an ihnen auszurichten. Der Tod war schon immer ein kontinuierlicher Prozeß der Neuorientierung und Verschmelzung, der Neuschöpfung und Integration. Der verklärte Mensch erschafft sich buchstäblich neu in einer formbaren Lichtsubstanz. Daher sagt man, er kenne keinen Tod und sei unsterblich. Man kann sagen, daß er im Augenblick des »Todes« Gelegenheit hat, die eigentliche Substanz seines Körpers in ein unsterbliches Gefäß zu verwandeln, das so gestaltet werden kann, daß es in menschlicher Form erscheint. Die Himmelfahrt ist kein Mythos und keine poetische Phantasie. Sie ist die Vollendung des Zyklus der Inkarnation oder physisches »Recycling«. Die Himmelfahrt steht für die Aktivität der Erweiterung des Lebens; die erlöste Substanz kehrt in gesteigertem Glanz mit erhöhtem Bewußtsein zur Quelle zurück. Die Arbeit erleuchteter Physiker wie Itzhak Bentov ist ein deutliches Beispiel für dieses erweiterte Bewußtsein innerhalb der Materie. Das Ziel mystischer oder göttlicher Alchemie oder dessen, was ich heute die innere Alchemie nenne, ist die Erlösung aller Materie und die Erschaffung des unsterblichen Körpers der gesamten Menschheit.

Kosmisches Bewußtsein

Ebenso wie der einzelne seine »Himmelfahrt« erleben und die Schwingung allen Lebens auf dem Planeten durch die Umwandlung seiner physischen Substanz bewirken kann, so kann das Bewußtsein des menschlichen Geistes, das Bestandteil der Materie ist, auf eine höhere Stufe gebracht werden. Dieser Prozeß der Evolution hat in der Gegenwart einen großen Schritt in eine andere Dimension vollbracht, in das, was ich »Christusbewußtsein« oder »kosmisches Bewußtsein« nenne - ein qualitativer Sprung in die Schwingung einer feineren, erleuchteten Struktur.

Die Arbeit der inneren Alchemie dreht sich unter anderem darum, die Schaltkreise zwischen Form und Formlosem wieder zu aktivieren, um zu ermöglichen, daß eine bewußte Schöpfung stattfindet. Die innere Alchemie ist das natürliche Medium des Christusbewußtseins, da es die höheren Schwingungsebenen mit der niederen Materie verbindet, indem es die Schwingung der Materie selbst erhöht - »Wie oben, so auch unten«.

Der nächste Schritt erfordert einen Gestaltwandel vom Festen zum Licht, von der Dichte zum Raum. Statt uns mit unserer Körperlichkeit zu identifizieren, identifizieren wir uns mit unserem göttlichen Selbst, mit dem Teil von uns, der intelligente kosmische Lichtsubstanz ist. Eben dieses Bewußtsein ist es, das uns erlauben wird, unsere angeborenen, aber längst in Vergessenheit geratenen Kräfte und unsere Verbundenheit nicht nur mit dem Leben auf diesem Planeten, sondern mit allem Leben überall in einem Universum des lebendigen, sich ausdehnenden Lichts wiederzuerwecken. Die innere Alchemie ist die Religion der Zukunft. Sie birgt Methoden, die zum kosmischen Bewußtsein führen. Innerer Raum - äußerer Raum. Man wird sehen, wie die Eroberung des inneren Raums die dimensional Tore in den äußeren Raum öffnen wird, bis hin zu den entlegensten Winkeln unseres physischen Universums.

Kreativität

Kreativität ist die eigentliche Flamme oder Essenz des Lebens. Jede unserer Handlungen ist kreativ. Meisterschaft ist die höchste Ausdrucksform des Lebens.

Jeder Mensch ist imstande, seine Emotionen in den Prozeß der Umwandlung einzubringen, seine Gedanken auf eine höhere Stufe zu befördern, unendliche Kreativität und Fülle zu offenbaren, Gutes zu schaffen, ohne dabei irgend etwas von sich selbst oder von anderen zerstören zu müssen. Wir nehmen niemandem etwas weg. Meisterschaft ist eine Fähigkeit, die uns, wenn wir sie einmal beherrschen, nur Gutes bringt.

Wir können sagen, daß die Alchemie eine Kombination aus intuitiver Naturerkenntnis und universeller Religion ist, die ihren Ausdruck in künstlerischen Formen findet. Wissenschaft und Religion treffen sich mit der Kunst in der Alchemie, genauso, wie sie dies in jenem längst vergangenen goldenen Zeitalter getan haben. Die Alchemie ist der Schöpfungsprozeß an sich, ein überreiches Fließen direkt aus der Quelle.

Das Leben ist der größte Lehrer, und die größte Lehre ist die Beobachtung des inneren Lebens, Ebbe und Flut der Kräfte, die die äußeren Manifestationen hervorbringen und im Gegenzug die inneren Zustände beeinflussen. Der Osten weiß um dieses Geheimnis, hat aber vergessen, wie diese Dynamik auf das Äußere angewendet werden kann. Der Westen hingegen weiß um die Nutzenanwendung der aus dem Äußeren gewonnenen Informationen, hat aber die inneren Dimensionen vergessen. Die alten Zivilisationen kannten sowohl die innere als auch die äußere Realität. Wir nähern uns wieder der ganzheitlichen Sichtweise des Lebens, jeder für sich.

Die Methode der Alchemie ist wie alle großen Wahrheiten ganz einfach. Alles, was wir tun müssen, ist, zu wagen, hinzusehen und zu entdecken, was wir wirklich sind. Das kleine Selbst und seine Welt, die Welt der Wirkungen, hinter uns zu lassen - zumindest für einen Augenblick. Dann können wir aus dem Reichtum des Seins schöpfen und immer wieder aufs neue entdecken, daß wir ein Mikrokosmos sind. Wir brechen mit den Gewohnheiten und Ansichten der Vergangenheit und lernen, mit neuen Augen zu sehen. Die innere Alchemie führt uns auf uns selbst zurück und läßt uns entdecken, daß unsere Natur alchemistisch ist. Die grundlegende Perspektive der neuen Landkarte des Bewußtseins ist die Sicht, daß alles Leben Energie ist - fließende Muster verschiedener Schwingungen. Während wir uns freimachen von den dichteren Bestandteilen unserer Natur, erzeugen wir eine Art Vakuum aus Licht, das die feinsten Lichtfrequenzen anzieht. Alchemie ist die Wissenschaft oder Kunst der Schwingung, symbolisiert durch die Hochzeit von Feuer und Wasser - dem Feuer des Geistes und dem Wasser des Lebens. Zu lange haben wir uns erniedrigt, indem wir unsere Macht auf unsere Priester und Politiker projiziert haben, auf unsere Systeme und Organisationen. Wir können nun Gott direkt erreichen und uns auf ihn einstimmen. Jeder kann alles fühlen und wissen, was es zu fühlen und zu wissen gibt.

Die alchemistische Praxis

Wie können wir bewußt Alchemie praktizieren? Durch Rituale. Jeder tut das, was er tut, gern auf eine besondere Art, so ästhetisch, ausdrucksvoll und spontan wie möglich. Wie wir unsere Rituale durchführen, ist eine direkte Spiegelung unseres Geschmacks, unserer Sensibilität und der Qualität unserer Liebesfähigkeit. Also können wir unsere alchemistische Reise beginnen, indem wir zuerst die Bühne vorbereiten: Wir reservieren einen bestimmten Ort und einen festen Zeitraum, um sie in die Tat umzusetzen. Anders gesagt: Wir schaffen einen heiligen Raum, an dem wir erwarten können, direkt mit der Quelle in Verbindung zu treten. Wenn wir die richtige Atmosphäre im Äußeren erzeugen, bereiten wir damit den Boden und verleihen unserem inneren Wunsch nach Vollendung Ausdruck. Wenn wir uns einen zeitlichen Rahmen setzen, machen wir Platz für Kontinuität. Regelmäßigkeit erzeugt den Schwung und die Energie, die eben jene Schaltkreise erzeugen und stärken, von denen wir in der Alchemie Gebrauch machen.

Der nächste Schritt besteht darin, uns auf das anstehende Projekt zu konzentrieren. Wir werden sicherstellen, daß wir so ungestört sein können, wie es die Sache erfordert, und nicht ständig unterbrochen werden. Dann setzen wir uns, bequem und still, und stimmen uns in

unsere feinen Wahrnehmungsmechanismen ein, jeweils auf die Weise, die uns am ehesten entspricht. Dies können wir herausfinden, indem wir uns mit verschiedenen spirituellen und psychologischen Prozessen auseinandersetzen, die unser Unterscheidungsvermögen und unsere Fähigkeit schulen, das Wirkliche vom Illusionären zu trennen, sowie unser Durchhaltevermögen zu steigern, durch das wir lernen können, unsere Wahrnehmung aufrechtzuerhalten und unsere Energie auf ein hohes Niveau zu bringen. Wir wissen, daß wir uns dann auf den Kern unseres Wesens eingestimmt haben, wenn wir einen tiefen inneren Frieden finden, uns vollkommen entspannt in uns selbst fühlen und keine äußeren Ablenkungen mehr auf uns einströmen.

Wenn wir unsere Sinne erst einmal zur Ruhe gebracht haben, beginnen wir das Ritual der Invokation. (Es gibt Menschen, die sich erst einmal körperlich verausgaben müssen, bevor sie das machen können, die einen Weg finden müssen, die physische Energie loszulassen und gleichzeitig aufzubauen, welche es ihnen erlaubt, ihre Gefühlsnetzwerke wahrzunehmen.) Wir rufen Gott oder das göttliche Selbst an. Diese Anrufung löst einen Zugriff unserer Schwingungen auf die höchsten Frequenzen unseres Seins aus, auf den Punkt jener Quelle, die uns ursprünglich in die Materie projizierte und die uns unaufhörlich Leben spendet. Eine Invokation ist etwas anderes als ein Gebet, weil wir im Namen und Kraft unserer göttlichen Autorität eine Aufforderung aussprechen. Wir gehen eine aktive Partnerschaft mit Gott ein. Wir leiten das Herabsteigen des Lichts ein, denn es liegt in der Gesetzmäßigkeit des Lichts, seine Herrschaft über die Materie auszuüben. Es ist am besten, die Invokation wörtlich auszusprechen, obwohl in Fällen, in denen dies nicht möglich ist, bereits die Absicht genügt, um die gewünschte Energie hervorzurufen. Es ist wichtig zu verstehen, daß es der Impuls der Liebe ist, der die Kraft zu einer Ausweitung des Handlungsspielraums gibt, um mit der Frequenz in Verbindung zu treten, die man - linear gedacht - »dort oben« finden kann. Ebenso wichtig ist es, sich zu vergegenwärtigen, daß Gott, wenn wir ihn anrufen, auch antworten wird. Er muß dies tun, denn er ist das Selbst. Wenn wir das erkennen, können wir die göttliche Kraft durch unseren Körper erden. Sie macht uns leitfähig für die kosmischen Kräfte.

Die Invokation ist gelungen, wenn wir die Energie durch und in unseren Körper fließen fühlen. Man erlebt das als eine Art Gnade, Seligkeit, Ekstase. Die Alchemie verleiht dieser Energie einen Ausdruck. Wir haben den alchemistischen Kreislauf erschaffen, die elektronische Spannung, die sowohl den Abstieg des Lichts als auch den Aufstieg der Materie ermöglicht. In alchemistischen Begriffen sind dies die Ströme, die für die Prozesse der Magnetisierung und Vergeistigung notwendig sind, die in der Umwandlung und Manifestation stattfinden. Der alchemistische Kreislauf wird hergestellt, indem man sich mit der höchsten Schwingungsebene des Lichts verbindet und den Strom zurück durch den Körper sendet. Die Invokation liefert nicht nur den Kreislauf, sondern auch die Energiequelle. Wir sind lediglich das Medium, Mitschöpfer mit Gott, wir geben uns her, verschönern, segnen das Leben mit unserem Willen zu lieben, stellen uns in seinen Dienst. Die Intensität der Energie, die uns zur Verfügung steht und von uns angezogen wird, wird immer größer, je mehr wir den alchemistischen Kreislauf durch Invokation und die Anwendung des Gesetzes des Lichts nutzen.

Von zentraler Bedeutung für die Praxis der inneren Alchemie ist der Gebrauch der violetten Frequenz der Wandlung - der Heilfrequenz. Zusammen mit der Farbe und Substanz von Gold hat sich das violette Feuer zu einem Symbol und einer Verkörperung des alchemistischen Prozesses der Umwandlung vom Niederen zum Höheren und umgekehrt des Herabziehens des kosmischen Lichts in die tiefsten Winkel der Materie entwickelt.

Die Wahl

Das Vakuum, das durch eine systematische Auflösung der Dichte entstanden ist, ist eine große Herausforderung. Es verlangt nach einer Verfeinerung des Bewußtseins und des

Unterscheidungsvermögens. Wenn wir Licht anziehen, ziehen wir auch das an, was kein Licht ist. Freiheit, Bewußtsein, Achtsamkeit und Verantwortung bedingen einander. Wir öffnen uns dem Licht und gleichzeitig der Dunkelheit. Wir sind die Öffnenden, die Wählenden und die Handelnden. Vor dem Selbst darf es keine Geheimnisse geben. Das muß uns von Anfang an klar sein.

Es ist wichtig, die Natur der Dunkelheit zu verstehen. Es gibt zwei grundverschiedene Arten von Dunkelheit: die Dunkelheit, die das Licht enthält, und die, die es ausschließt. Die erste ist ein kosmisches Phänomen, die zweite ist menschlichen Ursprungs. Lügen, Intrigen, Tricks und Betrügereien gehören zur zweiten Art Dunkelheit. Dies ist eine Art von Negativität, die nicht nur im Gegensatz zum Licht steht, sondern geradezu dessen Verneinung ist. Die meisten Menschen nehmen irrtümlicherweise an, daß die Dunkelheit ein notwendiger Bestandteil des Lebens ist. Wut, Angst, Zweifel, Unsicherheit, Krankheit und vorzeitiges Altern gehören nicht notwendigerweise zum Leben. Sie sind Fehlleistungen des Selbst, künstlich hervorgebracht und verstärkt durch Tausende von Jahren spiritueller und psychischer Ignoranz.

Sobald wir uns für ein höheres Bewußtsein entschieden haben, müssen wir standhaft bleiben. Diese Entschlossenheit ist notwendig, solange wir uns in einem physischen Körper befinden und den Gesetzen der Materie unterliegen, die unsere Wahrnehmung trüben. Die großartigste Übung, die unser Festhalten am Licht sicherstellt, ist die Übung der Dankbarkeit, die Anerkennung der göttlichen Partnerschaft. Aus diesem Grund enden alle Übungen der inneren Alchemie mit einem Segen als Ausdruck der Dankbarkeit an Gott für das Leben, das Licht und die Liebe. Dieser Segen sollte eine verbale Affirmation des Annehmens der Umstände sein, die wir selbst gewollt haben. Wir danken Gott für die Heilung, die stattgefunden hat, für alles, was uns zuteil geworden ist, jetzt und immer, niemals vergebens und niemals zu spät. Dieses Annehmen besiegelt die Anrufung und führt dazu, daß das Bild, welches wir auf einer früheren Stufe entworfen haben, sich manifestiert. Der alchemistische Kreislauf liefert die Energie und die Substanz, die das anziehen werden, was wir durch die Anwendung der drei oben erwähnten Kräfte angerufen haben - durch den richtigen Gebrauch des Willens durch den Äther vorangetrieben, in Übereinstimmung mit dem Gesetz des Lichts: Gott ist die einzige Gegenwart, die einzige Intelligenz, die einzige Energie und Substanz, die überall wirksam ist.

Die Folgen

Die energetische Anatomie des Menschen ist das perfekte Betätigungsfeld für die göttlichen Mächte. Sie ist sowohl im Äußeren als auch im Inneren für den vollkommenen Ausdruck irdischer ebenso wie kosmischer Gegebenheiten geeignet. Die fünf Finger, die Augenpaare, Nasenlöcher, Füße, Hände und so weiter, die Hohlräume in den Organen, der Schädel, die Resonanzräume innerhalb des Körpers ... wir nehmen so vieles als gegeben hin. In unserem eigenen Körper liegt der Schlüssel zu Göttlichkeit und Meisterschaft, insbesondere in den Gesetzmäßigkeiten des Atems. In den vergangenen zwanzig Jahren wurde sehr viel über die Kunst des Atmens geschrieben. Atem ist synonym mit Leben. Rebirthing beispielsweise ist ebenso alt wie die Alchemie. Selbst im Osten sind die Kräfte, die durch Atemübungen, wie sie im Taoismus und in Yogadisziplinen wie dem Pranayama, nämlich der kontrollierten Atmung, erzeugt werden, größtenteils in Vergessenheit geraten. Wir müssen neu lernen, daß das Atmen keine rein körperliche Angelegenheit ist. Innerhalb des menschlichen Instruments hallt der Atem Gottes wider. Der kosmische Atem ist ein Tanz elektromagnetischer Kräfte, der uns wie ein pulsierender Ozean umgibt.

Atmen aktiviert die Möglichkeiten, die in unseren niederen Fähigkeiten liegen, und liefert gleichzeitig die Substanz zur Umwandlung. Je nachdem, welche Atmung wir einsetzen, aktivieren wir die Elemente Wasser, Luft, Erde oder Feuer und ziehen aus diesen Elementen die Kraft, die wir jeweils haben, anwenden oder verändern müssen. Atem ist ein Katalysator

mit unbegrenzten Anwendungsmöglichkeiten. Durch bestimmte Atemweisen können wir darüber hinaus zu der Harmonie finden, die auf dem spirituellen Weg notwendig ist. Denn nur wenn wir ein ausgeglichenes Leben führen - und das schließt eine gute Portion Humor und Leichtigkeit ein -, werden wir die intensiven Übungen durchführen können, ohne daß unser Organismus darunter leidet. Die innere Haltung der Entschlossenheit und Hingabe darf niemals in Fanatismus und spirituelle Gier ausarten. Wir müssen eine entspannte Haltung einnehmen. Eigentlich gibt es sehr viel Zeit, denn Zeit ist Geist, und die Wahrheit liegt jenseits von Zeit und Geist.

Die innere Alchemie ist weit von der mittelalterlichen Alchemie entfernt, die überzogen war mit Angst und Mystifikation, dunklen und verdunkelnden Mächten und voller unheimlicher selbstsüchtiger Manifestationen. Es gibt in unserer Zeit keinen Platz mehr für Angst und Zerstörung. Die Kräfte des Lichts müssen sich durchsetzen und unseren Weg zu den inneren Wahrheiten erhellen, die unwiderlegbar und nicht umkehrbar sind, sobald wir sie einmal erfahren haben. Aber es gibt keine äußeren Beweise, die man Skeptikern vorhalten könnte. Wenn wir jedoch wagen, es selbst zu erleben, zu sein, dann ist dies Beweis genug, daß es nur eine Energie, eine Substanz, ein Licht, eine Quelle gibt - Gott in uns. Wenn diese Quelle einmal berührt wird, verwandelt sich alles in Gold. Gold und Kristall sind für die Alchemie, was Gott für das Leben ist: Sie stehen für sich selbst, können nicht verunreinigt werden, sind rein und ganz, pure Essenz und Integrität.

Die Seele der inneren Alchemie ist das Feuer des Geistes. Das Feuer ist ebenso wie der Mensch nicht von dieser Erde, obwohl die Erde ein Teil von ihm ist. Die innere Alchemie ist ein Prozeß, der zur eigentlichen Quelle aller Prozesse führt: Gott selbst.

Meditation zur Öffnung

Im folgenden findest du eine Reihe von Anregungen, die helfen, dich auf die Praxis der inneren Alchemie einzustimmen und das Göttliche in dir auf der physischen Ebene zu stärken. Schaffe einen heiligen Ort, der deinem Wesen entspricht. Nimm dir Zeit, um den Platz zu gestalten und ihn zum Ort des Gebetes und der Kommunikation mit der höchsten Intelligenz zu machen. Während du dies tust, achte auf das Gefühl der Ehrfurcht, das in dir entsteht. Du bereitest dich darauf vor, mit Gott zu kommunizieren.

Kleide dich der Gelegenheit entsprechend. Schenke deinem Körper und deinem äußeren Erscheinungsbild die Aufmerksamkeit, die du beim Besuch eines ganz besonderen Menschen aufbringen würdest - denn du bist ja ein besonderer Mensch. Dieser Aspekt wird häufig vernachlässigt, obwohl dein Körper die Wohnstatt für das Allerhöchste ist, für den lebendigen Gott. Einfachheit und Reinlichkeit sind hier die Schlüssel. Vergiß dabei nicht das Innere deines Körpers. Du kannst ein Glas Wasser durch die Kraft des Lichts speziell vorbereiten und spüren, wie das Licht dein Inneres erfüllt, während du das Wasser trinkst.

Schaffe eine harmonische Atmosphäre. Weihrauch und Sandelholz sind ausgezeichnete Mittel, um eine Atmosphäre zu reinigen. Pfefferminzöl ist der Duft der Reinheit. Kläre die Atmosphäre deines Raumes, indem du Weihrauch entzündest, in der Absicht, alle negativen Schwingungen zu vertreiben und den Schutz der Mächte des Lichts einzuladen. Dazu kannst du das Weihrauchgefäß oder das Räucherstäbchen in der rechten Hand halten und den gesamten Raum (oder das Haus beziehungsweise die Wohnung) beräuchern, indem du den Weihrauch dem Uhrzeigersinn entgegengesetzt schwenkst. Folge dem Rauch und stell dir vor, wie er in jeden Winkel und jede Ritze dringt. Wähle eine Musik, die eine besonders wohltuende Wirkung auf dich hat. Möglicherweise möchtest du auch eine weiße, violette oder blaue Kerze anzünden.

Werde still. Am besten ist es, allein zu meditieren, zumindest einen Teil der Zeit. Wenn du mit jemandem zusammen bist, erzeuge in dir das Gefühl, allein zu sein. Zieh dich mit deiner Energie auf dich selbst zurück. (Wenn du dir der Anwesenheit des anderen bewußt bist, ruhest du nicht in deiner eigenen Energie.) Geh körperlich und geistig ganz in dich und laß die

Empfindungen des physischen Körpers und die Gedanken allmählich verebben. Wenn du äußere Ablenkungen und einzelne Gedanken nicht mehr wahrnimmst, bist du bereit anzufangen.

Wenn du Schwierigkeiten hast, ganz still zu werden, versuch deine Ruhelosigkeit auf eine kreative Weise auszudrücken, die den Charakter dessen, was du vorhast, verstärkt. So kannst du beispielsweise zu fließender Musik tanzen.

Schütteln der violetten Flamme

Eine der wirkungsvollsten Methoden, Körper und Geist zur Ruhe zu bringen, ist eine Übung, die ich als »Schütteln der violetten Flamme« bezeichne. Diese Methode ist von den Übungen Rajneeshs inspiriert, die ich sowohl mit Anfängern als auch mit Fortgeschrittenen übe. Jeder, der sich auf den Weg der Alchemie begibt, sollte diese Übung mindestens einmal pro Woche machen.

Rufe violette Flammen an und visualisiere, wie sie durch deinen Körper züngeln, von den Fußsohlen aufwärts durch den ganzen Körper. Stell dir diese Flammen ganz lebhaft vor, wie sie durch die Fußsohlen in den Körper eintreten und spiralförmig um deinen Körper und durch ihn hindurchgehen, genau so, wie sie ein trockenes Stück Holz verzehren würden. Fühle, wie sie sich allmählich nach oben ausbreiten, und während du dies spürst, fängst du an, dich zu bewegen. Schilde erst einmal deine Beine aus, locker aus den Hüften heraus, und lockere dabei die Muskeln, die im Schambereich und um den Bauch herum festhalten. Wenn du dich ganz wohl fühlst und auch keine Spannungen mehr im Schulterbereich, im Gesicht und in den Händen spürst, wenn du deine Bewegungen völlig automatisch werden lassen kannst, dann kannst du zulassen, wie sich das Schütteln allmählich weiter ausbreitet, die Schultern erfaßt, die Arme und schließlich den Kopf und das Gesicht. Schließlich schüttelt sich der ganze Körper sanft - wie eine Stoffpuppe - locker und gleichzeitig fest im Griff durch das Gefühl einer wohlausgerichteten Wirbelsäule.

Gleichzeitig visualisierst du die Flammen, die durch deinen Körper gehen. Wenn du allmählich immer sicherer in der Wahrnehmung beider Elemente - deines Körpers und der Flammen - wirst, kannst du anfangen, die Flammen in bestimmte Bereiche, die mehr oder weniger dicht sind, zu senden und dich selbst dadurch zu heilen. Mit der Zeit wirst du merken, daß diese Flammen etwas Reales sind, besonders wenn du siehst, wie sie Unreinheiten auf Zellebene wegbrennen und auflösen, und möglicherweise spürst du, wie sie anscheinend alle Gedankenformen und Emotionen wie von Zauberhand verschwinden lassen. Du wirst ein Gefühl von Leichtigkeit, von größerer Klarheit und Beweglichkeit haben. Bei der Heilung geschieht eine Klärung, die Farbe der Flammen verwandelt sich möglicherweise von einem tiefen Violett zu einem blassen Ultraviolett, Rosa oder Weiß. Unterbrich die Übung, wenn du dich danach fühlst. Ich höre normalerweise auf, wenn die Flammen weiß werden, oder ich ein körperliches Gefühl von Einheit habe. Im Durchschnitt dauert das drei bis fünf Minuten. Bei schwach ausgeprägter körperlicher Empfindsamkeit sind zehn Minuten täglich über einen Zeitraum von zwei Wochen anzuraten. Dieser besondere Prozeß dient dazu, den Körper in eine Einheit zu bringen, sich zu entspannen und gleichzeitig die Energien, die sich an verspannten Stellen angesammelt haben, neu zu verteilen. Ich schlage vor, du setzt oder legst dich jetzt hin und fühlst die Energien, die durch deinen Körper gehen. Fühle, was du in Bewegung gebracht hast. Fühle die Ströme und Wirbel, die Kreise und Blasen aus Lichtenergie in deinem physischen Körper. Fühle das Universum aus schwingendem, pulsierendem Leben in deinem Körper. Beende die Übung, indem du einen Strom goldenen Lichts visualisierst, der dich wie ein Fluß durchströmt, von oben kommt und bis hinunter zu deinen Füßen fließt. Nimm die goldene Lichtsubstanz in dein Gehirn auf, in die Wirbelsäule, die Nervenenden und jede Zelle deines Körpers.

Stimme dich ein. Fühle das Leben in dir und um dich herum. Verweile in der Stille und Ruhe, in der gewaltigen inneren Aktivität und dem tonlosen Klang der Unendlichkeit. Bleibe so

lange dort, wie du möchtest. Laß deine inneren Sinne sich öffnen. Sei empfänglich. Es gibt dort nichts, was man tun müßte. Sei einfach.

Komm in die gewöhnliche Realität zurück. Bring das Erlebnis deiner eigenen energetischen Anatomie von deinem Ausflug mit und beschließe, sie in deine Alltagsrealität zu integrieren. Während du zurückkehrst, werde dir der physischen Gestalt deines Körpers bewußt. Zeichne in Gedanken den Raum, den dein Körper einnimmt, nach. Tu dies mehrere Male und achte darauf, den ganzen Umfang deines Körpers zu umschließen.

Wenn du das Gefäß deines Körpers klar erfaßt hast, fühle die Energien, die darin enthalten sind. Zieh die Energien, die sich verstärkt haben, die deinen Körper umgeben und dir die Wahrnehmung deiner Aura ermöglichen, und die Energien, die noch darüber hinausgehen, in dich hinein. Spüre die Sicherheit innerhalb der physischen Gestalt, die Festigkeit der gebündelten Energien.

Atme bewußt in den Bauch. Öffne und schließe die Hände, bewege die Füße ... streck dich ... Möglicherweise möchtest du umhergehen, tanzen, mit wundervoller Musik fließen und die Göttlichkeit deines physischen Körpers feiern. Du hast gerade durch den Mikrokosmos deines eigenen physischen Körpers den Makrokosmos besucht. Kehre zur wirklichen Bedeutung des Gebets zurück: Preise Gott in dir!

I Die energetische Anatomie des Menschen

Überblick

Das Studium unserer selbst - unserer Menschlichkeit, unseres Verhaltens, unserer Fähigkeiten und unserer Wahrnehmung - ist das Studium von unzähligen energetischen Wandlungsformen. Neben unserer physischen Anatomie besitzen wir eine sehr komplexe und feine energetische Anatomie, die unsere Gedanken, unsere Gefühle, unsere psychische und spirituelle Verfassung reguliert. Obwohl dies nicht das einzige System ist, werden wir hier die menschliche energetische Dynamik in sieben Körper einteilen, die jeweils von sieben Fähigkeiten betrieben und von sieben Strahlen bestimmt werden.

Es gibt eine Sichtweise, nach der der Mensch auf sieben verschiedene Weisen funktionieren kann, die man die »Sieben Körper« oder »Bewußtseins Ebenen« nennt. Neben diesen sieben Körpern gibt es noch fünf weitere Dimensionen, die nach unserem Verständnis den reinen Geist oder die kosmische Kraft betreffen.

Jeder unserer sieben grundlegenden Körper entspricht in etwa einer bestimmten Wahrnehmung und besteht aus einer Substanz, die wir in unserem Zusammenhang als Partikel in verschiedenen Graden der Dichte oder Kondensation betrachten wollen. Jeder dieser Körper schwingt in einer spezifischen Rate oder Frequenz. Insgesamt funktioniert das Ganze so ähnlich wie ein Orchester. Der Klang des Orchesters hängt ab von der Leistung jedes seiner Mitglieder.

Wir verfügen nur über wenige genaue Maßstäbe, um zu erklären, wie wir reagieren, antworten und warum wir so sind, wie wir sind. Uns als Zusammensetzung aus Energie zu sehen, ist etwas Neues. Wir verstehen noch nicht ganz, daß dieses energetische Netzwerk, aus dem wir bestehen, vollständig programmierbar ist. Unser Verstand ist bereits durch unsere Gesellschaft, unsere Eltern, unsere Umwelt, unsere Kultur und unser Alter darauf programmiert, auf bestimmte Weise zu fühlen und Dinge zu verstehen. Tatsächlich konditionieren, deconditionieren und reconditionieren wir uns selbst. Unsere unmittelbare Welt ist eine Schöpfung, die direkte Folge der Herrschaft der Gedanken über die Materie. Obwohl wir das menschliche Verhalten durchaus im Zusammenhang mit geistigen Gewohnheiten sehen, verstehen wir nur sehr wenig davon, was das Denken eigentlich ist. Wir

fangen erst jetzt allmählich an zu merken, daß wir nur ein Bruchteil unseres Gehirns nutzen. Auch über den Körper wissen wir nur wenig. Wenn die Medizin zwischen Körper und Geist trennt, wird sie lückenhaft und unwirksam. Selbst das Studium psychosomatischer Krankheiten bietet nur eine oberflächliche Sichtweise. Die Naturwissenschaften wissen eigentlich nicht so genau, was den Menschen ausmacht, weder physisch noch psychisch noch spirituell. Das liegt in erster Linie daran, daß sie die Bereiche Kunst und Metaphysik ausklammern. Auch wenn es uns schwerfällt, wir müssen an Wunder glauben. Die innere Alchemie ist das Studium von Wundern, von Gesetzen des Lichts, jenen Gesetzen, die die innere Realität regieren und gleichzeitig die äußere betreffen.

Ich kenne eine Frau, die sich selbst von einer Krankheit geheilt hat, indem sie mentale Konzentrations- und Meditationstechniken praktiziert hat. Auf intuitive Weise hat sie die Lichtsubstanz angerufen, das heilige Feuer, das durch innere Dynamik erreichbar ist. Durch einen Akt des Glaubens hat sie eine Umwandlung herbeigeführt, nur getrieben von ihrem Gefühl und der Ausübung ihres Willens oder der Kraft und den Gedanken des ersten Strahles. Wir haben unsere Verbindung und damit auch unser direktes Wissen um unsere Essenz verloren. Die innere Alchemie ist die Wiedergeburt der Essenz, sauber, klar, einfach und praktisch. Wenn du die universalen Gesetze kennst, dann weißt du, daß es entweder überhaupt keine Wunder gibt oder im Grunde alles ein Wunder ist.

Alles ist Energie. Energie ist das Zusammenspiel von Substanz und Raum. Diese Substanz im Raum besitzt Intelligenz (worüber Itzhak Bentov in seinem Buch *Stalking the Wild Pendulum* [Auf der Pirsch nach dem wilden Pendel] geschrieben hat) und ist empfänglich für gedankliche Vorgaben. Einfach gesehen, ist diese Intelligenz Licht oder Gott. Dieses ursprüngliche Element der Aktivität nennt man prana, den Atem des Lebens. Wir sind gegenwärtig dabei, immer kleinere und kleinere Bausteine unterhalb der Atome zu entdecken, die aus reiner Lichtsubstanz bestehen und die Essenz aller Substanz ausmachen.

Die Tatsache, daß Licht Leben ist, kann von Chirurgen im Bereich der Hypophyse und der Zirbeldrüse lebender Menschen festgestellt werden. Im Körper eines Verstorbenen ist kein Licht mehr. Außerdem wiegt ein Toter mehr. Licht macht das Leben leichter. Die Essenz des Menschen ist reines Bewußtsein, das sich als Geistkörper durch einen Körper aus physischer Materie ausdrückt. Der Körper, in dem wir existieren, hat seine eigene Intelligenz, seine eigenen Signale, seine eigenen Reaktionen und Antworten, aber unser wirkliches Bewußtsein ist von einer höheren Art, es ist aus Licht. Unser Körper und das Bewußtsein oder die Intelligenz, die mit ihm verbunden ist, ist wie unser Haus: Es spiegelt uns wider, aber wir sind es nicht.

Wir meinen nur physische Wesen zu sein, weil die dreidimensionale Realität so überwältigend ist. Unsere Fähigkeiten sind jedoch dualer Natur. Wir haben die Anlagen zum kosmischen, aber auch zum planetarischen Bewußtsein. Und wir sind sowohl den Gesetzen der Materie als auch denen des Lichts unterstellt, sind sowohl planetarische Substanz als auch kosmisches Licht. Wir sind den Gesetzen der Energie auf beiden verschiedenen Ebenen unterstellt.

Auf der Ebene der Persönlichkeit folgen unsere Reaktionen ganz klaren und überschaubaren Gesetzen. Wohin wir auch gehen, immer befinden wir uns in irgendeiner Beziehung zu lebendigen Dingen. Ständig werden Gefühle von und für uns ausgelöst. Es gibt ein bestimmtes Muster, das eine Reaktion hervorruft, und ein bestimmtes Gefühl, das wir als gut oder nicht so gut identifizieren. Aber diese Aktivität ist nicht das, was wir sind.

Unsere Persönlichkeit steht in Bezug zu diesem Planeten, weil sie aus planetarischer Substanz besteht. Der Planet hat ebenso wie wir seine eigenen emotionalen und mentalen Felder, denn auch er ist eine Intelligenz, ein Wesen. Auf der Ebene der planetarischen Substanz gibt es eine Polarisierung, eine Dualität. Damit die Materie zusammenhält, braucht sie einen negativen und einen positiven Pol, eine Spannung, die das Ganze aufrechterhält. Der Mensch, als Teil des Planeten, ist diesen Polaritäten unterstellt. Polaritäten existieren nur in Bezug auf

planetarische Substanz oder Materie, aber nicht auf den höheren Ebenen des Bewußtseins. Diese physischen, mentalen und emotionalen Polaritäten, diese Anhäufung von Gegensätzen, beherrschen unsere niederen Körper, unsere Handlungen und gegenseitigen Reaktionen. Es ist extrem wichtig für unsere Befreiung, zu verstehen, daß unsere planetarischen Erfahrungen sich auf das Gefäß beziehen, nicht auf das Bewußtsein selbst oder darauf, wer wir auf der Ebene des Seins wirklich sind.

Der Weg zur Meisterschaft auf der Ebene der Persönlichkeit liegt im Verständnis der Dualitäten, die in uns aktiv sind, sowie in ihrer distanzierten Beobachtung. Unsere polarisierten Reaktionen wie Freude und Trauer, Liebe und Haß, Harmonie und Zwietracht, Geben und Nehmen, Glück und Unglück sind natürliche Bewegungen der Polarität. Immer wenn wir an einem Pol verharren wollen, ohne den anderen zu berücksichtigen, erzeugen wir ein Ungleichgewicht. Anstatt zu versuchen, dich nicht so traurig oder wütend zu fühlen, kannst du verstehen, daß du in dem Moment Trauer empfindest, obwohl dein eigentliches Wesen voller Seligkeit ist. Dieser Prozeß macht es erforderlich, daß wir uns auf der Ebene des Seins, jenseits aller Dualität, mit uns identifizieren, während wir gleichzeitig die Wirksamkeit der Gesetze der Materie akzeptieren. Das hat nichts mit Unterdrückung zu tun, sondern ist eine Umdeutung von Energie, die wir dann in unser ganzes Wesen integrieren können. Das Gefühl der Hilflosigkeit entspringt aus der Überzeugung, daß wir Materie sind. Darüber hinaus stammt es aber auch aus der Annahme, daß wir auf allen Ebenen der Dualität unterliegen. Die einzige Methode, diesem Teufelskreis zu entkommen, ist, uns als Lichtwesen zu lokalisieren, mit unserem Höheren Selbst eins zu sein. Wenn du traurig bist, achte auf deine Traurigkeit. Nicht du bist traurig, dein Körper ist traurig, die Chemie des emotionalen Körpers geht durch eine Traurigkeit und macht die Erfahrung einer Trennung oder Enttäuschung. Zersplittere dich nicht noch weiter, indem du die Erfahrung verneinst. Nimm sie freudig an. Integriere sie in deine Ganzheit, wodurch sie noch an Kraft und Energie gewinnt und dadurch deine Toleranzschwelle für größere Energien erhöht. Anstatt Energie auszuschließen, transformiere ihre Qualität und füge die Energie zu deinem System als Ganzem hinzu.

Es gibt verschiedene Arten von Energie, die auf uns einwirken und in uns Reaktionen hervorrufen. Am schwierigsten zu meistern sind vielleicht diejenigen, die durch Intimität entstehen, insbesondere durch sexuelle Nähe. Daher rührt auch die in unserer Zeit weitverbreitete Angst vor Intimität. Auf dieser Ebene treffen alle Energien aufeinander, mit der intensivsten und dichtesten Schwingungsrate, die der menschlichen Anatomie möglich ist. Das Basischakra hat die größte Kraft zu einem bestimmten Zweck: Es zieht Energie an und verwandelt sie in eine Form von Leben. Seine Macht ist enorm.

Wenn du deine Energien mit jemandem geteilt hast, der dir physisch, emotional und mental sehr nahesteht, und dieser Mensch dich manchmal aus irgendwelchen Gründen allein läßt, wirst du den Entzug dieses energetischen Zusammenspiels spüren. Die energetische Alchemie von Beziehungen ist absolut grundlegend für den Lebensprozeß, für die Prozesse der Transformation, Umwandlung, Umdeutung und Erweiterung des Bewußtseins. Emotionale Entzugserscheinungen können ebenso schmerzhaft sein wie die Entzugserscheinungen eines Drogensüchtigen. Tatsächlich sind Abhängigkeit und Festhalten eine grundlegende Eigenschaft der Gesetze der Materie, aber nicht des Lichts.

Wie viele Menschen kennen das Gefühl, durch die Trennung von einem geliebten Menschen innerlich zerrissen zu sein? Man fühlt sich nicht mehr als Ganzes. Man hat Schmerzen, kann nachts nicht schlafen. In solchen Momenten erfährt man die Auswirkungen des Gesetzes der Materie, der Verbindung, die stattgefunden hat, der darauffolgenden Trennung, der Heilung und der Ganzheit - wie wenn man eine Pflanze aus der Erde reißt und sie dadurch leidet. Sie wird für ein, zwei Tage dahinwelken, sich dann wieder an ihre neue Umgebung anpassen und wieder kräftiger werden. Eben war sie noch getrennt, und schon ist sie wieder ganz. Auf die energetische Alchemie in Beziehungen werden wir in einem späteren Kapitel ausführlich

eingehen.

Unsere Persönlichkeit ist die Folge der Art und Weise, wie wir auf die Polaritäten in uns reagieren. Wir haben entweder eine glückliche Persönlichkeit oder eine traurige und schwermütige. Wir sind entweder nervös oder lethargisch veranlagt. Unsere Persönlichkeit verrät, wie wir mit unseren Polaritäten umgehen. Sie besteht aus der Gesamtheit der Reaktionen, die wir in unseren menschlichen Computer einprogrammiert haben. Wenn ich aus Angewohnheit oder aus Angst das Elend in meinem Leben hervorhebe, kann ich überhaupt nicht glücklich sein. Statt dessen werde ich düster und schwermütig bleiben. Wenn ich statt der Dunkelheit den Sonnenschein betone, werde ich hell und leicht. Ich erschaffe mich selbst dadurch, wie ich wähle, die Energie meiner Reaktionen auf das Leben zu gestalten. Meine Reaktionen sind wie Magneten für ähnliche Eigenschaften und ziehen allerhand Wirkungen nach sich, positive wie negative.

Wir strahlen aus, was wir fühlen, und kommen dahin, das zu fühlen, was wir ausstrahlen. Jeder weiß, daß alles wunderschön aussieht, wenn man verliebt ist. Wir können alles mögliche tun. Alles entwickelt sich so, wie wir es gerne haben, und daher ist auch alles möglich. Aber sobald uns etwas in die Quere kommt, werden wir ärgerlich, eingeschnappt, reizbar ... Und wenn jemand etwas wirklich Häßliches sagt, werden wir auch noch dazu neigen, es zu glauben, und die Welt, die eben noch so schön war, verdunkelt sich schlagartig. Nichts geht mehr, nichts ist so, wie es sein sollte. Wir sind sauer, und es scheint, als seien alle anderen sauer auf uns.

Was ist passiert? Du hast eine emotionale Kettenreaktion in Gang gesetzt, die auf dich selbst und sogar auf die Ereignisse in deiner Umgebung zurückgeschlagen ist. Du hast deine Vision verloren, die Kraft, dich mit dir selbst als bewußte Präsenz innerhalb des Ozeans von Ursache und Wirkung um dich herum zu identifizieren.

Deine Welt ist in Wirklichkeit eine Reflektion deiner Meisterschaft oder des Mangels derselben. Sie spiegelt sich in deinen Beziehungen, deinen Erfolgen und Mißerfolgen, deiner Gesundheit, deinen Finanzen und so weiter. Wenn sich in deiner Welt keine Meisterschaft zeigt, dann hast du einige Aspekte von dir, die damit in Zusammenhang stehen, nicht integriert. Wenn du noch immer Probleme in deiner Welt hast, ja selbst wenn du das Gefühl hast, andere sind daran schuld, ist das ein deutlicher Hinweis darauf, daß irgend etwas an dir dies anzieht. Das findet sowohl auf den höchsten als auch auf den niedrigsten energetischen Ebenen des Lebens statt. Meisterschaft zeigt sich in Taten.

Das Bewußtsein des Alchemisten als Wesensmerkmal muß die harmonische Kontrolle und die Organisation der drei niederen Körper zum Ausdruck bringen: des physischen, des mentalen und des emotionalen, um Wahlmöglichkeiten zu bieten und die Richtung festzulegen. Er selbst bestimmt, wohin er gehen wird, was er tun wird, wie er seine Welt manifestieren wird.

Nichts ist unmöglich für einen Menschen, der eine weise Kontrolle über seinen emotionalen Körper ausübt. Es darf jedoch bei dieser Art von Kontrolle keine Zwänge geben. Die Kontrolle, über die ich hier spreche, kommt aus der Meisterschaft - der Aufnahme und Umdeutung von Energie. Diese Meisterschaft verleiht uns die Fähigkeit, die Energie in uns zu erhalten und zu transzendieren. Auf der mentalen Ebene ist das eine Form von Wissen. Indem wir die Energie annehmen, sei es auf der physischen, mentalen oder emotionalen Ebene, gewinnen wir nicht nur Kontrolle, sondern auch Klarheit und die Fähigkeit, uns auf schöpferische Weise auszudrücken. Genau darum geht es bei wirklicher Entscheidungsfreiheit.

Unser ursprüngliches Ziel

Wenn wir uns einmal überlegen, wie wir zu dem geworden sind, was wir sind, können wir dies gut in einer Analogie tun. Wie sind wir an dieses »Regenbogengewand«, an unsere sieben Schichten gekommen?

Stell dir vor, Gott ist ein einziges, riesiges Meer aus Feuer, und du bist eine winzige Flamme, die sich von dem Feuer getrennt und eine eigene Existenz angenommen hat. Stell dir weiterhin vor, du möchtest nun deine eigenen Erfahrungen machen und dir womöglich deine eigenen kleinen Universen erschaffen. Als Funke nimmst du dann in dem Augenblick, in dem du dir es wünschst, ein eigenes Leben an. Plötzlich bist du voller Energie.

Der Funke hält sich selbst zusammen, aber wenn er sich mit großer Geschwindigkeit durch den Raum bewegt, haftet auf seiner Reise durch immer tiefere Schwingungsraten zunehmend immer mehr Substanz an ihm. Auf jeder Ebene erschafft die gesammelte Substanz einen Körper oder ein Medium, das seine Aktivität auf der jeweiligen Ebene verdeutlicht. Auf jeder Stufe sind die Schwingungen jeweils so überwältigend, daß das eigentliche Wesen des Funken, das Licht selbst, in Vergessenheit gerät. Während der Funke die dichtesten und größten neuen Schwingungen erlebt, beginnt er, Aspekte der Dichte zum Ausdruck zu bringen, die Schmerzen verursachen, wie zum Beispiel Besitzgier und Eifersucht, Eigenschaften der Materie, nicht des Lichts.

Wenn nun der Schmerz so groß wird, daß keine äußere Zuflucht mehr ausreicht, wendet sich die Aufmerksamkeit als Sehnsucht an die stille kleine Stimme, unsere Erinnerung an das innere Licht. Wenn sich der kleine Funke zu seiner Natur als Licht zurückwendet, breitet sich das Licht immer weiter aus, und der Prozeß der strahlenden Himmelfahrt, die Vertreibung der Dichte, kann beginnen. Darin bestand sein ursprünglicher Sinn: durch Ausbreitung des Lichts Universen zu erschaffen und durch eigene Erfahrungen Meisterschaft zu erlangen.

Sowie der kleine Funke lernt, seine Dichte zu verwandeln, lernt er auch, seine Energie zu kontrollieren. Er lernt, mit dem, was in Wirklichkeit auf einer höheren Frequenz des Seins er selbst ist, in einen gemeinsamen Schöpfungsprozeß einzutreten. Dies tut er auf jeder Bewußtseinsebene, in jedem Medium oder Körper, in dem er sich zum Ausdruck bringt.

Was bedeutet das für uns, hier in dieser dreidimensionalen Existenz? In jedem Atom physischer Substanz gibt es einen Lichtpunkt, der an den ursprünglichen Funken erinnert. Diese Lichtpunkte sind in Wirklichkeit Teil unseres kosmischen Selbst, unseres Lichtkörpers. Während wir in unserer Achtsamkeit und unserem Bewußtsein wachsen, werden wir immer lichter und heller. Einige Heilige haben ein geradezu leuchtendes Aussehen; es gibt ein Strahlen, das vom Fleisch ausgeht. Dieser Prozeß geschieht automatisch. Die innere Alchemie beschleunigt ihn nur, indem sie direkt aus dem eigentlichen Zentrum der Atome unserer Zellkörper bewußt die Lichtpunkte ausweitet. Ich nenne diese Prozesse »Ausrichtung« (Calibration) und habe eine Serie von Audiokassetten entwickelt, die dabei helfen, sich neu auszurichten.

Gleichzeitig betrachten wir die psychologische Entwicklung und versuchen unsere psychische Verfassung als einen energetischen Prozeß zu verstehen. Die Psychologie der sieben Strahlen ist eine Möglichkeit. Leider gibt es viel zu wenige Menschen, die diese Psychologie verstehen und gleichzeitig hellseherisch genug sind und die Integrität besitzen, ihr Wissen in eine allgemeinverständliche Sprache zu übersetzen. Wenn wir unsere eigene Verfassung im Licht der sieben Strahlen sehen, werden wir auch andere verstehen. Wir werden die eigentümlichen Filter verstehen, durch die wir handeln.

Der Sinn des Lebens ist es, das Licht herabzubringen, und die Materie auf allen Ebenen des Bewußtseins zu erheben und zu segnen. Wir tun dies durch unser bewußtes Erleben all dessen, was es zu erleben gibt, und durch die Integration der Energie aus jeder Handlung, jeder Emotion, jedem Gedanken, in unsere Gesamtheit. Dieses Licht wohnt in unserer dreidimensionalen Existenz im Zentrum jeder einzelnen Zelle unseres physischen Körpers. Wenn der Prozeß der Erleuchtung stattfindet, betrifft er alle Schichten, die sich um den ursprünglichen Lichtkörper herum ansiedeln.

Jeder Körper, durch den wir uns ausdrücken, und die psychische Verfassung der verschiedenen uns innewohnenden Persönlichkeiten wird, wie wir sehen werden, durch die sieben Strahlen bestimmt. Die Strahlen bestimmen unsere Einstellungen, Ziele und wie wir

funktionieren, unseren modus operandi. Sie schaffen die Umgebung für den individuellen Ausdruck unserer Lebensqualität in Reinform.

Deine Lebensaufgabe besteht darin, dich selbst auf allen Ebenen zu reinigen, zu »dekontaminieren«, um das reine, persönliche alchemistische Elixir hervorzubringen beziehungsweise dich selbst dazu zu entwickeln. Die Strahlenkombination wurde für den spezifischen Zweck der Vollendung deiner Erfahrungen bestimmt. Sie hängt eng mit der Struktur der zellulären Entwicklungsgeschichte deines Körpers zusammen.

Die Psychologie der sieben Strahlen kann dir noch besser als die Astrologie helfen, deine Struktur zu erkennen, und dir dadurch viele schmerzliche Jahre von Versuch und Irrtum ersparen. Du wirst verstehen, daß du nicht tun kannst, was dein Nachbar tut, aber daß du Dinge vermagst, die er nicht vermag. Diese Psychologie beseitigt Wettbewerb und Vergleich, die wesentlichen Ursachen von Konflikt und Zwietracht in Beziehungen, sowie Angst und Schuld auf den inneren Ebenen. Wenn du deine Stärken ebenso wie deine Schwächen kennst, wirst du dich tief entspannen können und einen Frieden finden, der dich zur Meisterschaft führt.

Frage dich selbst, was du werden und was du tun kannst. Was ist dein positivster Charakterzug? Auf welchen Gebieten hast du Schwierigkeiten? Hier sind einige Fragen zur Selbsterkenntnis. Formuliere darüber hinaus deine eigenen Fragen. Wage es, immer tiefer und tiefer zu gehen, mehr und mehr Fragen zu stellen. Wenn du nicht fragst, bekommst du auch keine Antworten.

Fragen zur Selbstbeobachtung

Du kannst dir diese Fragen etwa alle zehn Tage einmal vornehmen, um den Lernprozeß, der gerade in deinem Leben aktuell ist, zu beschleunigen und zu konkretisieren.

1. Wer bin ich? Physisch, emotional, mental. (Beschreibe, wie du dich auf jeder der drei Ebenen fühlst.)
2. Wie ist meine Beziehung zu den verschiedenen Teilen meiner selbst? Zu meinem Körper (Wie spüre ich meinen Körper? Habe ich Gewichtsprobleme?), zu meinem Geist (Kann ich mich konzentrieren? Kann ich bei einer Sache bleiben? Kann ich meine Gedanken auf etwas lenken und andererseits auch völlig leer werden?), zu meinen Emotionen (Womit identifiziere ich mich? Woran hänge ich? Was macht mir zu schaffen?)
3. Wer bin ich für mich selbst? Habe ich das Gefühl, mir selbst fremd zu sein? Wie sind meine verschiedenen Persönlichkeiten? (Gib ihnen Namen.)
4. Wer bin ich für andere? Zu wem habe ich eine Beziehung? Wie sehen meine Beziehungen aus? Wie lange halten sie? Kann ich intim sein? (Achte auf karmische Einflüsse und Veränderungen, falls vorhanden.)
5. Wie sehen die anderen mich? (Sieh dich selbst durch die Augen anderer.)
6. Wer bin ich in Beziehung zu Gott, zu meinem Höheren Selbst? Wie verstehe ich die Gesetze von Ursache und Wirkung? Wie verstehe ich meine Träume?
7. Wie nehme ich die Realität wahr? (Achte auf Veränderungen und Feinheiten.)
8. Wie intuitiv bin ich? Im Umgang mit Menschen, Ereignissen, mit mir selbst?
9. Welche Gewohnheiten habe ich? (Achte auf Muster und Veränderungen.) Wo und wie kann ich mich von ihnen lösen und mich spontaner verhalten? Auf welchen Gebieten? (Achte auf zwanghafte Handlungen - Sex, Essen, Gedanken ...)
10. Welche Beziehung habe ich zu meiner Arbeit und zu äußeren Ereignissen? Beschreibe, wie du fühlst und funktionierst.
11. Auf welchen Gebieten meines Lebens habe ich keine Kontrolle oder Schwierigkeiten, mit etwas oder jemandem fertigzuwerden? Mit wem?
12. Was unterdrücke/verdränge ich in mir, in meiner Umgebung, in meinen Mitmenschen?
13. Wovor habe ich Angst? (Sei ehrlich. Was hast du zu verlieren?)

14. Was mag ich an anderen nicht? (Finde mindestens drei Charakterzüge in drei Menschen. Sieh, ob du sie auch in dir selbst oder in noch jemandem finden kannst.)
15. Wie kann ich mich bessern? (Sei konkret. Finde eine Tätigkeit oder Handlung, die diese Besserung herbeiführt.)
16. Welche Schritte habe ich bereits unternommen, um mich zu bessern? (Achte auf deine Fortschritte und gönne dir das Gefühl der Befriedigung-)
17. Wo liegen mein Ehrgeiz, meine Wünsche, meine Pläne für die unmittelbare Zukunft? Für die ferne Zukunft? Wie gut verstehe ich, meine Wünsche umzusetzen?
18. Wie sensibel bin ich anderen gegenüber, und wie fühle ich mich deswegen?

Formuliere einen klaren Plan mit einer deutlichen Vorstellung von dir selbst, glücklich, gesund, kreativ, produktiv ... und halte dieses Bild fest. Geh in das Bild hinein (oder laß das Bild sich über dich legen und dich umfassen). Nimm es in deine Zellstruktur auf. Erzeuge das Gefühl, es bereits zu haben. Gestatte dem Gefühl, sich ganz zu entfalten. Laß es wieder gehen. Laß das Gefühl zu, angenommen zu sein - so, als hättest du es schon seit langer Zeit -, und laß dich von ihm einhüllen. Bring dich wieder zurück in die Gegenwart. Sprich mit niemandem darüber und stelle es nicht in Frage. Danke der göttlichen Gegenwart in dir.

Die sieben Strahlen

Die sieben Strahlen sind die Bausteine der Schöpfung. Sie sind ihre wichtigsten Schwingungen, ihre wichtigsten Grundbestandteile. Jeder einzelne Strahl stellt nicht nur eine Farbe dar, sondern auch einen Ton, eine Qualität. Die Strahlen senden eher geballte Kraft als Energie aus. Kraft ist im Unterschied zu Energie zielgerichtet und genau. Wenn diese Kräfte in die Atmosphäre eines Planeten eintreten, sei es ein großer wie die Erde oder ein kleiner wie das Energiefeld eines einzelnen Menschen, färben sie diese Atmosphäre.

Alles, was in der Schöpfung existiert, ist gesättigt mit Strahlen, insbesondere mit den sieben Schöpfungsstrahlen. Die Strahlen können dazu dienen, die Ausgestaltung für die Eigenarten einer bestimmten Lebensform zu bilden. Daher kann das Studium der Strahlen ein tiefes Verständnis der menschlichen Persönlichkeit und der verschiedenen Charaktertypen fördern, denn die Strahlen bedingen ebenso den astrologischen Einfluß, wie er uns direkt betrifft. Unser Planetensystem basiert auf einer Zwölferskala, obwohl das sichtbare Spektrum gegenwärtig nur aus sieben Frequenzen besteht. Obwohl wir von sieben Schöpfungsstrahlen sprechen, ist bereits jetzt, während ich dies schreibe, der Einfluß von weiteren, erst kürzlich entdeckten Strahlen offenbar geworden. Ich spreche von dem goldenen und dem silbernen Strahl, die beide dazu dienen, die atomare Struktur für den interdimensionalen Raum zu öffnen. Die Strahlen selbst sind Kräfte, die als Qualitäten ihren Ausdruck finden und nur symbolisch mit den Farben assoziiert werden. Daher ist es gut möglich, daß du spürst, wie die Farben selbst sich mit den planetarischen Bedürfnissen verändern.

Alles steht in Beziehung zu allem. Alles Lebendige ist letztendlich miteinander verbunden. Die sieben Strahlen färben die sieben Körper und sind darüber hinaus in den sieben Chakras angelegt. Die übrigen fünf Körper und die fünf außerhalb des Körpers liegenden Chakras werde ich in dem Abschnitt über interdimensionales Handeln erklären. Auch auf dieser Ebene existieren kosmische Strahlen, die jedoch nichts mit dem planetarischen Leben auf den menschlichen Ebenen zu tun haben. Ebenso wie es Strahlen gibt, die dauerhaft zur Erde gehören, so gibt es auch Strahlen, die von interplanetarischer Intelligenz für bestimmte Zwecke und bestimmte Zeiträume gelenkt werden. Es gibt eine planetarische, galaktische und intergalaktische Hierarchie hochentwickelter Intelligenzen, die den Ablauf des Lebens lenken und die Evolution steuern.

Zum Zwecke der inneren Alchemie müssen wir erst einmal uns selbst verstehen, unsere eigene Zusammensetzung und Anatomie, wie unsere Teile zusammenwirken und wie wir Meisterschaft über uns selbst und unsere angeborenen kreativen Kräfte gewinnen können.

Anders gesagt: Auf welche Weise können wir bewußt an der Gesamtheit des Lebens teilhaben?

Die sieben Strahlen haben ihren Ursprung in dem Grundmuster dreier Kräfte: die grundlegende Dreiheit des Vater-Mutter-Aspektes, des Sohn- und des Geist-Aspektes. Die Vater-Mutter-Kraft oder der erste Strahl hat die Funktion, das Leben (die Aktivität) weiterzutreiben. Er ist reiner Wille, der sich später als Kraft, als Entschlossenheit und Führung darstellt, Schutz, Macht, Initiative und Vertrauen herbeiführt. Die Farbe für diese Kraft ist Blau: stark, kühl, durchdringend, ursprünglich und unendlich. Von den tiefsten bis zu den blassesten Schattierungen wird Blau Entschlossenheit und Zuversicht ausstrahlen, ebenso wie die entsprechenden Töne.

Der zweite Strahl stellt die Erleuchtung dar: Weisheit durch Liebe. Er wird in der Beziehung eines Sohnes zu Vater und Mutter gesehen, der von der Notwendigkeit befreit ist, sich selbst voranzubringen, und seine Lage neu bewertet, eine Bestandsaufnahme macht, zur Erleuchtung gelangt und zu lehren beginnt. Dieser Strahl wird beispielhaft vertreten von Buddha und Jesus, die beide einen Entwurf - die grundlegende Gedankenform - für die gesamte Menschheit darstellen. Seine Farbe ist die Farbe der Intelligenz, des Friedens und der Erleuchtung: gelb. Es ist auch die Farbe der Sonne, die nicht nur nährt, sondern auch erleuchtet.

Der dritte Strahl erinnert an den Aspekt des Geistes oder der göttlichen Liebe. Befreit von der Notwendigkeit, etwas zu erschaffen und zu verstehen, befaßt sich der dritte Aspekt ausschließlich mit dem freien Spiel, leistet sich den Luxus, seine ganze Fülle auszustrahlen, und ist voll unendlicher Kreativität, die aus einer sich selbst erhaltenden Ganzheitlichkeit und Beständigkeit kommt. Er ist die reine Kraft des fühlenden Denkens, der, wie du dich erinnern wirst, den Antrieb für alle Schöpfung liefert und den übrigen vier Strahlen zur Entstehung verhilft. Das ist die wahre Intelligenz des Herzens. Die Farbe dieses Strahls ist Rosa, von den zartesten Schattierungen bis zum tiefsten Magenta. Historische Gestalten auf diesem Strahl bringen den guten Willen hervor. Der heilige Franziskus von Assisi ist ein hervorragendes Beispiel. Dieser Strahl regiert darüber hinaus das gesamte tierische und pflanzliche Leben auf dem Planeten sowie die gesamte Energieverteilung.

Die folgenden vier Strahlen gehen von der Aktivität des dritten aus. Sie sind die kreativen Kräfte, die in einem allgemeinen Reservoir spiritueller Energie erzeugt werden und nun, da sie ins Leben entlassen wurden, eine Form haben und, von der Kraft der Gefühle belebt, sich bis in die kleinsten lebendigen Formen hinein ausdrücken.

Der vierte Strahl wird »Strahl der Harmonie durch Konflikt« genannt, nicht weil er Gegensätzlichkeiten oder Konflikte begünstigt, sondern weil er eine Stabilität fördert, die nur durch Probieren erreicht werden kann. Wenn die Gedanken erst einmal entstanden sind, erzeugen wir im Zuge der Anwendung in Lebenssituationen die Form durch einen Prozeß von Versuch und Irrtum. Der vierte Strahl wird versuchen, die Reinheit des ursprünglichen Impulses zu bewahren und gleichzeitig seine Anwendung und Erweiterung herbeiführen. Er wird sich aller Aspekte von Expansion und Kontraktion annehmen, denn eine Kontraktion führt letztlich wieder zu einer Expansion. Dieser besondere Strahl ist durch den Begriff der Reinheit verkörpert und von weißer oder kristallener Farbe.

Der fünfte Strahl ist grün gefärbt und stellt die Wahrheit in all ihren Aspekten dar, einschließlich ihrer systematischen Anwendungen im naturwissenschaftlichen Bereich. Er steht für Genauigkeit, Gerechtigkeit und hingebungsvolles Dienen. Symbolisch wird er durch das alles sehende Auge Gottes repräsentiert, das auf alten freimaurerischen Darstellungen zu finden und auf jeder Dollarnote abgedruckt ist. Er ist der wichtigste Strahl für Heilung sowie für das Funktionieren des Gesetzes sowohl in seinen exoterischen als auch in seinen esoterischen Ausformungen.

Während der vierte Strahl Festigkeit erzeugt und der fünfte systematische Anwendung, kehrt der sechste Strahl durch den Aspekt der Demut zurück zur Quelle. Seine Aktivität bezieht sich

auf die Bewahrung des Friedens und ist eng mit dem Gefühlsleben, mit dessen Verfeinerung und Vergeistigung verbunden. Die Beschützerin des Ostens, Kwan Yin, ist ein hervorragendes Beispiel für die Vergebung und Gnade Gottes, die er ausstrahlt. Ebenso wie die Erde ihre Zyklen hat, so herrschen die Strahlen in zyklischer Weise über bestimmte Zeiten. Zur Zeit der Priesterschaft Jesu war der sechste Strahl vorherrschend. Dies war die Zeit großer emotionaler Intensität, und es bestand ein starkes Bedürfnis nach Läuterung. Meister Jesus sprach die Energie der Zeit an, den Aspekt hingebungsvoller Verehrung Gottes des Vaters, und erhob ihn bis zu einer transzendenten Form, so weit, daß man ihn in der Christenheit den »Friedensfürsten« nennt. Dieser Strahl ist eng verbunden mit dem zweiten Schöpfungsstrahl, dem Strahl des »Meisters Jesus«. Die Zeiten haben sich jedoch geändert und damit die Bedürfnisse. Der gegenwärtige Zyklus, kurz vor Beginn des einundzwanzigsten Jahrhunderts, erfordert weniger emotionale Kraft, jedoch mehr geistige Klarheit und aktives höheres Denken. Die Notwendigkeit des sechsten Strahles hat leicht abgenommen, und an seine Stelle ist das Wirken des zweiten Strahles getreten. Der in der Gegenwart vorherrschende Strahl ist der siebente Strahl, die Rückkehr zu einer höheren Ordnung, repräsentiert durch die Begriffe von Freiheit und Zeremonie. Rituelles oder rhythmisches Handeln erzeugt die Bewegung und die gesteigerte Energie, die zur Zeit für eine Art »kosmischen Frühjahrsputz« notwendig sind, der den gegenwärtigen Zyklus kennzeichnet. Der violette Strahl ist das verwandelnde Feuer, die läuternde, heilende, erneuernde Kraft, die zu der anderen Lebensqualität führt, welche sich gegenwärtig auf dem Planeten bildet. Es findet ein Übergang statt vom Einzelnen zum Globalen, vom Persönlichen zum Unpersönlichen, vom Weltlichen zum Spirituellen. Der violette Strahl ist gekennzeichnet durch den zunehmenden Einfluß der Lehren vollendeter Meister, allen voran der Graf von Saint Germain, der berühmteste Alchemist der europäischen Geschichte. Er ist ebenfalls gekennzeichnet durch den Aufschwung ritueller und alter, insbesondere druidischer, erdverbundener Praktiken.

Tafel I Die sieben Strahlen

Erster Strahl Der Wille Gottes - Blau	Die Kraft, die den Entschluß faßt, das Leben einem Zweck zuzuführen. Vorgesetzte und Herrscher stehen normalerweise unter diesem Strahl. Er bewirkt Schutz, Macht, Initiative und Vertrauen
Zweiter Strahl: Erleuchtung - Gelb	Die leitende Intelligenz. Aufgewandte Kraft, die erkennt und erhellt. Wird in jeglicher Wahrnehmung, beim Verständnis und in der Erziehung gebraucht, dort, wo Ideen in die Praxis umgesetzt werden. Beherrscht Lehrer, Erzieher und Studenten, überall, wo es ein Bedürfnis nach Verständnis und Weisheit durch Liebe gibt. Wird beim Unterscheiden, beim Ermessen und bei der Anleitung fürs eigene Leben gebraucht.
Dritter Strahl: Intelligenz des Herzens oder göttliche Liebe -Rosa	Schafft Harmonie. Erhebt, läutert und vervollkommnet die Welt der Gefühle. Fördert die Entwicklung von Ideen, zum Beispiel die Handlungen, durch die sich göttliche Gedanken durch die folgenden vier Strahlen manifestieren. Erweckt das Gute im Menschen. Beeinflußt Schiedsrichter, Künstler und Friedensstifter. Seine Natur ist Bindekraft, die ein Gefühl der Brüderlichkeit, des guten Willens, der Toleranz, Einheit, Kultur und des Takts erzeugt.
Vierter Strahl: Harmonie durch Konflikt-Weiß oder Kristall	Läutert die Gedanken. Dieser Strahl enthält den ursprünglichen göttlichen Plan ohne jegliche Verzerrung. Er bewirkt Rechtschaffenheit und Lauterkeit in allen Lebenslagen (oder Prüfungen). Steht für persönlichen Dienst und regiert Baumeister,

Fünfter Strahl: Wissenschaft - Wahrheit - Grün	Architekten, Ingenieure, Musiker und Künstler aller Art. Bringt wissenschaftliche Darstellung und systematisches Wirken des kosmischen Gesetzes hervor. Verständnis für Genauigkeit und mathematische Präzision der Gesetze der Schöpfung. Flößt Konzentration und Heiligkeit ein, um dem Licht zu dienen. Erzeugt Selbstlosigkeit und äußere Hingabe. Regiert über Berufe wie Arzt, Krankenpfleger, Heiler, Erfinder und Naturwissenschaftler. Ist für jegliche Wissenschaft verantwortlich sowie für Materialisation, Dematerialisation, Levitation, alle Berufungen und Heilung allgemein. Dieser Strahl repräsentierte das alte mosaische Gesetz
Sechster Strahl: Hingabe - Gold/Rubin	Verleiht geistige Nahrung und die Ausstrahlung spiritueller Werte, Frieden, Ruhe, Heilung und Dienen. Liefert die beständige Kraft des Friedens, die notwendig ist, um die Schöpfung dauerhaft zu machen. Regiert über Prediger, Priester, Heiler und alle Berufe, in denen Hingabe, Vergebung, Güte, Gnade und Dienen gefragt sind. War der vorherrschende Strahl zur Zeit Christi.
Siebenter Strahl: Freiheit, Zeremonie - Violett	Steht für die bewußte Invokation, durch die Energie transformiert wird. Ebenso für die Läuterung existierender Formen und die Erlösung ihrer Energien. Daher erleichtert er Sublimation und Transmutation. Wirkt durch Rhythmus (rhythmische Invokationen, Verlautbarungen und Gesänge, die Klänge oder gesprochene Worte verwenden). Beeinflußt elegante und vornehme Menschen auf allen Gebieten, die mit Diplomatie, gutem Benehmen oder mit Dienstleistungen zu tun haben.

Individuelle Anwendung

Jeder Mensch wird von einem bestimmten Seelenstrahl regiert, dem Strahl des interdimensionalen oder Höheren Selbst. Dies wird einer der drei Schöpfungsstrahlen und Kennzeichen unserer Essenz sein. Es ist nicht immer leicht, diesen Strahl zu erkennen, denn er ist normalerweise verborgen hinter der Persönlichkeit.

Der Strahl der Persönlichkeit formt das Temperament, das wir aufgrund einer vorangegangenen Verkörperung besitzen oder selbst gewählt haben, um zu lernen, wofür wir auf die Erde gekommen sind. Dieser Strahl wird unseren individuellen Lebenszweck bestimmen, die Ziele, die uns zum Handeln treiben.

Dann haben wir die Strahlen, die unseren emotionalen Körper, unseren mentalen und unseren physischen Körper färben und uns die Eigenschaften verleihen, die wir gewählt oder geerbt haben, um durch sie zu arbeiten. Diese Strahlen bestimmen, wie wir unseren Lebenszweck erfüllen.

Du kannst dich gern mit den Eigenarten in jedem der Strahlen identifizieren und sehen, welche in deiner Persönlichkeit, in deinem Körper, deinem Geist, in der Sehnsucht deines Herzens am hervorstechendsten sind. Sehnst du dich nach der Schönheit als Ausdruck des Allerhöchsten? Oder ist es Liebe? Möglicherweise ist es die höchste Wahrheit?

Die Strahlen manifestieren sich in den verschiedenen Medien auf verschiedene Weise. Stell die Definitionen ein wenig auf die Probe und bestimme zum Beispiel, welches dein Körperstrahl sein könnte. Ein vom ersten Strahl beherrschter Körper wird normalerweise drahtig und kräftig sein, während ein vom dritten Strahl beherrschter weich und nachgiebig ist. Trau dich, der Sache auf den Grund zu gehen und zu experimentieren. Im folgenden wirst du lernen, wie du die Hilfe deines Höheren Selbst in Anspruch nehmen kannst, um dir Anweisungen zu geben und dir zu helfen, dich selbst zu entdecken und zu verstehen. Dein Höheres Selbst denkt, fühlt und spricht ständig durch dich. Vertraue ihm.

Finde deine Talente und erkunde deine Ziele, deine Handlungen und deine Inspirationen. Entdecke dich selbst als eine Qualität von Energie statt von Psychologie. Geh in jede der Farben hinein und erlebe für dich selbst ihre Qualität. Besorge dir große Bogen Papier der entsprechenden Farbe und hänge sie an deine Wände. Achte darauf, daß es die reinen, unvermischten Farben sind. Setz dich vor jede Farbe und nimm sie in dich auf. Projiziere dich in sie hinein oder schließ die Augen und fühle, wie du von ihr umschlossen wirst. Zu welchen Farben scheinst du eine Zuneigung zu haben und welche scheinen dich eher abzustoßen? Auf welchen Ebenen? Wie wirken sie auf dich? Stell eine Liste deiner Reaktionen zusammen und wiederhole den Vorgang später noch einmal, um zu sehen, ob dieselben Unterschiede noch immer zutreffen, bevor du bestimmst, welches deine ganz persönlichen Strahlenkombinationen sind.

Die Eigenschaften der Strahlen und ihre Anwendung durch Visualisieren, besonders im Zusammenhang mit der Arbeit an der alchemistischen Umwandlung, sind aus den Tafeln I und II zu entnehmen. Ich werde immer wieder im Laufe des Buches Übungen und praktische Vorschläge zu ihrer Anwendung vorstellen.

Tafel 2 Anwendung der sieben Strahlen zur Reinigung, Transmutation und Manifestation

Erster Strahl - Blau	Erweckt Kraft, Willen, Überfluß, Reichtum. Wird eingesetzt, um Substanzen verschiedener Dichte aufzuspalten, zu zerschmettern, zu brechen. Der Strahl wird mit enormer Kraft visualisiert, wie ein Schwert, als blaue Flamme, als Blitz oder als Elektrizität. Er kann darüber hinaus als starkes Schutzschild über Menschen, Plätzen oder Dingen dienen, und sogar über bestimmte Körperteile (besonders in der Region des Halschakras, der Basis des blauen Strahls im physischen Körper). Seine Kraft ist auf der Ebene des Kausalkörpers am unmittelbarsten.
Zweiter Strahl - Gelb	Gehört zur Sonne (oder dem Aspekt des Sohnes in der Dreifaltigkeit). Er färbt den kosmischen Christus, der im physischen Körper auf der Ebene des kosmischen Herzes Gestalt findet. Er stellt die Balance zwischen dem ersten und dem dritten Strahl her, zwischen Kraft und Liebe. Dieser Strahl verfeinert das Denken und klärt das Bewußtsein. Er ist die Farbe des Friedens, und eine Invokation der Farbe besänftigt das menschliche Handeln, besonders das Nervensystem. Er kann als blaßgoldenen, aber auch als leuchtendes Goldgelb visualisiert werden, wobei letzteres der Beschleunigung der Schwingungsaktivität des Gehirns förderlich ist, um dem Gehirn Zugang zu den höheren Dimensionen zu ermöglichen. Er wird als goldenes, flüssiges Licht gesehen, als Sonnenschein, als goldenes Öl (über dem Nervensystem) oder als ein goldenes Siegel (etwa über dem Solarplexus). Es ist sowohl die Farbe des Meisters Jesus Christus als auch des Gautama Buddha und ihres Dienstes an diesem Planeten.
Dritter Strahl - Rosa	Kennzeichnet die Liebe und das Wirken des Heiligen Geistes. Dieser Strahl liefert die Grundsubstanz für alle Aktivität, denn die Liebe ist sich selbst genug, und ihre Natur ist der Zusammenhalt. Aus dieser Kraft kommen die übrigen vier Strahlen, um das Wirken der Kraft der Liebe zu bestimmen. Rot in allen seinen Schattierungen, vorn blassesten Rosa bis zu Magenta wird überall dort eingesetzt, wo die geballte Kraft das einzelne zerstören würde. Rosa zerstört Gewohnheitsmuster, die der inneren oder Selbstliebe entgegenstehen. Am wirkungsvollsten wird die Farbe bei wütenden oder haßerfüllten Menschen verwendet, um das Wirken des höheren Selbst, welches Liebe ist, anzuregen.

Vierter Strahl - Weiß	Dieser Strahl hat eigentlich die Farbe eines Kristalls. Er kann als Flüssigkeit visualisiert werden, in der Farbe des Wassers oder silbrig wie die Silberschnur, die den ätherischen mit dem physischen Körper verbindet. Es ist die Farbe der aufsteigenden Flamme, die den physischen Körper während des Überganges bei der Transmutation umgibt. Ebenso wie er die göttliche Struktur innerhalb des Körpers aufrechterhält, so löst er sie auch. Er hat die Farbe der Reinheit, die in der Umgebung von Engelsenerscheinungen zu sehen ist. Eine wunderbare Anwendung dieses Strahls ist in Form eines Stroms durch das Gehirn, um unser Denken mit unserem Höheren Selbst zu verbinden, das man dicht vor sich, leicht erhoben, visualisiert. Sein Sitz im menschlichen Körper liegt an der Basis der Wirbelsäule.
Fünfter Strahl - Grün	Dies ist der Strahl, der Heilwesen und wissenschaftliche Unternehmungen beherrscht. Als Flamme wird er zur Transmutation von Beschränkungen und zur Entwicklung einer inneren Vision eingesetzt. Sein Sitz ist auf der Ebene des dritten Auges: Er regiert über den niederen Mentalkörper und kann als solcher in die Substanz gelenkt werden, die die Manifestation der Gott-Idee blockiert.
Sechster Strahl - Rubin/Gold	Dieser Strahl fördert überpersönliche Liebe und Hingabe in jedem einzelnen. Als Laser kann dieser Strahl in Gedankenformen eindringen und sie zerstören. Besonders wirksam ist er bei der Öffnung der Welt unter unseren Füßen, wo viele satanische und dämonische Formen existieren, indem er Substanzen nach oben bringt, wo sie verwandelt werden können. Er ist ein sehr intensiver Strahl, besonders weil er durch den Solarplexus den emotionalen Körper und seine Aktivität anspricht. Zu biblischen Zeiten und zu Christi Lebzeiten war sein Gebrauch weit verbreitet. Als Schutz wehrt er negative Aspekte der niederen Welt solange ab, bis man mit ihnen umgehen kann. Man kann ihn sehen in Form von kochendem, rubinrotem Öl (öffnet das Unterbewußtsein), als wachsenden rubinroten Strahl (beseitigt, öffnet und läßt Substanzen explodieren, die nur schwer zu bewegen sind) und als rubinroten Zylinder (der vor Projektionen und negativen Einflüssen schützt). Sein Gebrauch wird weitgehend nicht mehr empfohlen und wurde ersetzt durch den dritten (primären) Strahl (gold).
Siebenter Strahl - Violett	Dies ist zur Zeit der aktivste Strahl der göttlichen Alchemie. Es ist der Strahl, der alle zeremonielle Magie beeinflusst, wie beispielsweise die druidischen Traditionen (Überreste der atlantischen Tradition). Er regt Freiheit an und das Gefühl des Vergebens, der Läuterung und Wiedergutmachung - bewußte Transmutation oder Umdeutung der Substanz. Es ist die Farbe der Meisterschaft über die physische Ebene, als violette Flamme visualisiert, die die Gnade der Christenheit darstellt. Sein Bereich ist der ätherische, der vierte Körper. Er wirkt durch das zweite Zentrum, betrifft alle Ebenen der Körperlichkeit und fördert die Zusammenarbeit mit dem Höheren Selbst und der Fusion mit ihm.

Die sieben Körper

Die Zahl Sieben spielt eine große Rolle in diesem Kosmos. Sie steht für die Gesamtheit der manifestierten Realität. Sieben Strahlen. Sieben Körper. Sieben Chakras ... Jenseits dieser sind fünf weitere Dimensionen, die sich auf die planetarische Erfahrungswelt beziehen, aber nicht auf der Ebene der persönlichen Entwicklung, wie wir später sehen werden.

Wir haben gesehen, daß dein wirkliches Ich ein Funke des Geistes ist, der verschiedene Hüllen annimmt. Der erste erschaffene Körper besteht aus den feinsten energetischen Frequenzen aus Licht. Wir nennen ihn, aus der Sicht der physikalischen Realität betrachtet, den »siebenten Körper«. Der letzte Körper, der erschaffen wird, ist der physische Körper. Für unsere Zwecke ist es der erste Körper.

Wir werden den ursprünglichen Funken das »göttliche Selbst« nennen. Seine Eigenschaften sind die des Göttlichen, und er ist in der Tat die gestaltgewordene Präsenz des Göttlichen, ebenso kostbar, rein und mächtig wie diese, wenngleich verborgen und größtenteils im Schlaf. Diese Präsenz wohnt in den höchsten Regionen der Schwingungsskala des Planeten, der zwölften Dimension. Sie ist das Kennzeichen deiner Besonderheit und stellt deine Lebenskraft auf der elektronischen Ebene dar. Sie ist die Quelle, aus der du schöpfst: Sie ist das Leben. Sie ist Gott - das göttliche Selbst.

Diese elektronische Quelle projiziert sich selbst durch die verschiedenen Dimensionen, bis sie die dritte Ebene erreicht, auf der wir uns in physischer Form befinden. In der Mitte zwischen der dritten und der zwölften Dimension ist die siebente. Die siebente Dimension ist, wie wir in den Kapiteln über Interdimensionalität noch erläutern werden, die Region der Akasha-Chronik und des Höheren Selbst. Sie ist die Zwischenstation, die Brücke zwischen unserem persönlichen und unserem kosmischen Selbst.

Schauen wir uns erst einmal den Schöpfungsprozeß der Körper an und wie sie sich auf uns im Hier und Jetzt beziehen. Jeder Körper vom siebenten bis zum ersten ist eine Art Transformationsstufe, auf der die Lebenskraft in verschiedenen Graden und Ausdrucksformen kanalisiert wird. Die elektronische Schwingung des siebenten Körpers ist absolut. Wie das Göttliche ist es alles, was ist, frei von Eigenschaften. Um etwas auszudrücken, muß es seine Kräfte, Fähigkeiten und Energien aufspalten. Wenn die elektronische Schwingung ins Physische gelenkt würde, bekämost du einen sprichwörtlichen elektrischen Schlag versetzt, der alle deine Schaltkreise durchbrennen lassen würde.

Jeder einzelne der sieben Körper fungiert als Schutzschild für den nächsten. Jeder ist ein Medium des Bewußtseins, das konstant eine bestimmte Schwingungsebene und deren Aktivität wahrnimmt, ob wir uns dessen bewußt sind oder nicht. Auf dem Pfad der inneren Alchemie werden wir versuchen, jede dieser Ebenen bewußt zu erschließen und in ihnen aktiv zu werden.

Obwohl alle sieben Körper als Funktionen des Bewußtseins ihren Ausdruck in der dreidimensionalen Realität finden, bilden nur die ersten drei - der physische, der emotionale und der mentale - das, was wir die Persönlichkeit nennen.

Der vierte Körper ist eine Brücke zwischen den oberen und den unteren drei. Er enthält die Informationen über den Entwurf und die Zusammensetzung der drei niederen Körper und überträgt sie bei deren Bildung. Die drei höheren Körper sind geistiger Natur und dienen als interdimensionale und kosmische Empfänger und Überträger.

Der physische Körper ist in Wirklichkeit ein Gemisch aller anderen Körper, dem noch die planetarische Substanz oder Materie hinzugefügt wurde. Alle anderen Körper bestehen aus Lichtsubstanz. Das erklärt, warum alles Mentale, Emotionale, Psychische und Spirituelle im physischen Körper angelegt ist.

Es folgen die allgemeinen Merkmale der sieben Körper, wie sie auf der physischen Ebene wahrgenommen werden, in der Reihenfolge ihrer Schöpfung im Rahmen des Abstiegs vom Licht in die Materie.

Der siebente Körper

Diesen Körper nennen wir den elektronischen Körper. Er hat eine zylindrische Gestalt und entfaltet alle anderen Körper in sich. Die Substanz des elektronischen Körpers ist, obwohl sie alle anderen Körper bis auf die Zellebene durchdringt, in ihrer reinsten Form in den äußersten Rändern des Zylinders zu finden. Dies ist die edelste Qualität der Lichtsubstanz, die als Fäden aus silbrig-goldenem Licht erscheinen kann.

In unseren Traum- oder meditativen Zuständen, wenn wir uns sehr weit und innerlich frei fühlen, befinden wir uns oft in Berührung mit der formlosen und reinen Realität unseres elektronischen Körpers. Er ist von wahrhaft kosmischer Präsenz ohne Bezug zum Physischen. Visuell nimmt dieser Körper die Unendlichkeit wahr. Es ist das Gefühl weiter Räume und Licht, durchscheinender Substanz und großer Lichtformen. Akustisch hört er sich wie »weißes Rauschen« an oder wie ein tiefes, vibrierendes Summen. Sinnlich erfährt man ihn als überwältigenden Frieden und Stille, unerklärlich und ohne Inhalte, sowie in Form einer Macht, als wäre man eine Sonne von majestätischer Größe und entsprechender Leuchtkraft. Wenn man in der Lage ist, auf dieser Ebene bewußt zu bleiben, was nur durch Meditation in Umgebungen möglich ist, die von äußeren - insbesondere großstädtischen - Reizen entfernt stattfindet, dann kann man das erleben, was man im Osten Samadhi »ohne Keim« nennt, weil es keine Perspektive mehr gibt, aus der man die Realität wahrnehmen könnte, sondern nur noch reines Sein.

Buddhas und Erleuchtete in der Geschichte, die noch immer über diesen Planeten wachen, wohnen ebenso auf dieser Ebene wie unser eigenes göttliches Selbst. Um uns auf den unteren Ebenen zu treffen, müssen sie ihre Schwingung auf ein niedrigeres Niveau herabsetzen, um uns zu erreichen und belehren zu können.

Der sechste Körper

Dies ist der kausale Körper. Er ist eiförmig und nimmt innerhalb des Zylinders einen Raum ein, der etwas kleiner ist als der Zylinder selbst. Er ist wahrnehmbar als eine Form aus schillerndem, pastellfarbig strahlendem Licht, das die Aura umgibt. Dieser Körper hat eine lockere Verbindung mit Bewegungen in der siebenten und höheren Dimension.

Visuell erscheint er als überwältigendes Licht und Lichtformen, die aus einer Zentralperspektive gesehen werden. Akustisch ähnelt er der Wahrnehmung des siebenten Körpers. Sinnlich erlebt man ein Gefühl von Erhabenheit und die Fähigkeit für spirituelle Ekstase und Erfüllung. Er ist die emotionale Seite der spirituellen Ebene.

Wenn das Bewußtsein eines Menschen auf der Schwingungsebene des Kausalkörpers angesiedelt ist, sprechen wir davon, daß er mit seinem christusähnlichen oder Höheren Selbst verschmolzen ist, jener Quelle vollendeter Erfahrung über allen Verkörperungen.

Während der elektronische Körper die Essenz oder Quelle selbst war, das Göttliche in uns, ist der kausale Körper der individuelle Ausdruck auf der Ebene der Essenz. Er ist unser vervollkommnetes Selbst, welches Christen den Sohn im Verhältnis zum Vater nennen. Im Osten wird dies in der Erfahrung des Samadhi deutlich, in dem das vollkommene Selbst den zentralen Bezugspunkt bezieht, durch den man die Gesamtheit der Realität als nonduale Einheit wahrnimmt.

Der fünfte Körper

Dies ist der höhere mentale Körper. Sein Bereich ist begrenzter, und er ist rund. Auf dieser Ebene gibt es eine besondere Intelligenz, die in der Lage ist, sich mit allen Ebenen der Realität zu befassen.

Visuell nehmen wir unsere eigenen seelischen Begleiter und die anderer Menschen sowie Geister auf einer hohen Entwicklungsstufe wahr, wunderschön und strahlend, gottähnlich. Akustisch nehmen wir die innere Stimme wahr und finden inneres Wissen aus der Partnerschaft mit unserem Höheren Selbst. Dies sind die Momente der Inspiration und

Prophetie, in denen wir möglicherweise Stimmen hören und Bedeutungen erfassen. Sinnlich erleben wir das Gefühl der Beherrschung des physischen Gefäßes, eine Erfahrung der Einheit der drei niederen Körper und direkte Verbindung zu höheren Kräften. Stärke und Gewißheit sind seine Kennzeichen.

Der höhere mentale Körper dient als Kommunikationsbrücke zwischen allen Körpern. Er hat eine gesonderte Existenz, die sich deutlich von den anderen Körpern abhebt. Seine Form innerhalb der Aura kann als eine Art elektrisches blaues Gewebe beschrieben werden.

Als Bewußtsein hat der höhere mentale Körper die Funktion der Intelligenz, die über die Dualität hinausgeht und Zugang zu allem hat, was wir jemals wußten oder waren, sowie zu allem, was jemals auf diesem Planeten existiert hat. Dieser Körper versteht die karmischen Kräfte hinter Handlungen. Es ist der göttliche Unterscheider, der sprichwörtliche Beobachter, das Überbewußtsein.

Nehmen wir uns einen Moment Zeit, um uns zu verdeutlichen, daß alle unsere Körper oder Bewußtseisebenen gleichzeitig sowohl getrennt voneinander funktionieren als auch gemeinsam. In diesem Moment bist du hier, in allen deinen Körpern. Dein Bewußtsein ist wie ein Fernsehsender auf einen bestimmten Kanal eingestellt und es entgeht dir, daß du ja gleichzeitig die anderen Realitätsebenen ebenso empfängst.

In diesem Augenblick verstehst du mich durch deinen niederen mentalen Körper, aber dein physischer und dein emotionaler Körper reagieren ebenfalls. Nimm dir einen Moment, um festzustellen, was dein physischer Körper wahrnimmt und wie du dich angesichts dessen, was du gerade liest, fühlst. Stelle fest, wie dein höherer mentaler Körper dies auf ganzheitliche Weise versteht. Werde dir bewußt, wie deine spirituellen Körper summen ... als eine besondere Art der Erinnerung.

Du hast tatsächlich Kontakt mit einigen Fähigkeiten des Fühlens, des Erkennens und des Spürens auf der kausalen Ebene sowie mit der Gnade und Ekstase deines elektronischen Selbst. Wenn du bereits all diese Dinge erlebst, während du liest, kannst du dir vorstellen, wieviel du gleichzeitig erlebst, wenn du läufst, tanzt, liebst oder schläfst.

Der vierte Körper

Diesen Körper nenne ich den ätherischen Körper.

Der ätherische Körper ist näher am physischen. Seine Substanz stammt aus dem vierten Äther und besteht aus einer genauen Kopie des physischen Körpers. Die Farbe des Körpers selbst ist silbrigblau. Er ist in jeder Hinsicht näher an der physischen Erfahrung und dient als Bote zwischen den Dimensionen, besonders zwischen der dritten und der siebenten. Darüber hinaus ist er mit den emotionalen und mentalen Körpern des Bewußtseins in der außerkörperlichen Projektion verbunden. Er ist durch eine Silberschnur mit dem physischen Körper verbunden. Dieses Gefäß enthält Spuren der in der Vergangenheit angesammelten Erfahrung. Alles Karma, das du gesammelt hast - gutes und schlechtes - ist in diesen Körper eingepreßt, ebenso wie die Chakras und die astrologische Programmierung (die Prägungen der planetarischen Einflüsse). Die astrologischen Programmierungen stehen in Zusammenhang mit der Struktur der sieben Strahlen. Alle gemeinsam bilden den ätherischen Körper, der seinerseits den physischen, den niederen mentalen und den emotionalen Körper bildet.

Visuell verfügt dieser Körper über eine genauere und schärfere Wahrnehmung als die physischen Sinne. Ätherisches Sehen schließt Auras sehen sowie die Fähigkeit, durch den Körper und durch materielle Gegenstände hindurchzusehen, ein. Akustisch ist auf der Ebene des ätherischen Körpers telepathisches Hören möglich sowie ein allgemein verschärftes Hörvermögen. Das Tastgefühl des ätherischen Körpers ist extrem empfindlich. Es ist beispielsweise verantwortlich für den Phantomschmerz, der bei amputierten Gliedmaßen auftritt. Als Lichtkörper kann er jedoch so verfeinert werden, daß er schmerzhaft Reize ausschließt. Geschlechtsunterschiede, die in den höheren Körpern nicht vorhanden sind, beginnen ebenfalls auf der Ebene des ätherischen Körpers.

Der dritte Körper

Dies ist der niedere mentale Körperkomplex. Er verhält sich mehr wie eine Bewußtseinsfrequenz, obwohl einige Heiler ihn als eine körperliche Form aus blaßgoldenen Kraftlinien wahrnehmen.

Der Sitz des niederen mentalen Körpers ist das physische Gehirn. Die Funktionen des Gehirns wirken sich, soviel wir wissen, auf alle Teile des Körpers aus. Die Frequenz dieses Körpers ist weitaus leichter zu spüren, wenn man tief in Gedanken versunken ist. Es ist eine lineare, ziemlich kalte Energie. Sie spiegelt die Gesamtheit der Fakten und des Wissens der verschiedenen Zeitalter wider.

Der niedere mentale Körper ist eng mit dem Solarplexuschakra verbunden. Das niedere Denken funktioniert ebenso wie der an Materie gebundene Geist durch emotional geladene Überzeugungen, Urteile, Aberglauben und enorme Selbstgerechtigkeit, Direktheit und persönlichen Willen. Die Ethik des Geschäftslebens, insbesondere der Handel an der Börse, wird vollständig von der Energie des Solarplexus, der Kraft des niederen mentalen Körpers betrieben.

Dieses persönliche Bewußtsein auf kollektiver Basis bildet die Gedankenformen, die der emotionale Körper belebt und manifestiert, aber er ist völlig frei von Gefühlen oder Wahrnehmungen und völlig unsensibel. Er ist in seiner eigenen Programmierung gefangen. Wir werden diesen Körper in dem Abschnitt über die Kraft der Gedanken noch ausführlich besprechen.

Der zweite Körper

Dies ist der emotionale Körper, eine vielfarbige, leicht erregbare, wasserähnliche Energie, die den physischen Körper umgibt und durchdringt. Sie ist in der Lage, sich weit auszudehnen und einen erheblichen Umfang anzunehmen. Jeder weiß, wie eine sehr emotionale, oberflächliche Person in der Lage sein kann, einen ganzen Raum mit ihrer Energie zu füllen. Dieser Körper hat dieselben Eigenschaften wie Wasser, mit Strömungen, Wirbeln, Strudeln und Windungen von Energie, und kann, ebenso wie Wasser, erfrischend, kühl, nährend, aber auch schwer, stürmisch und verletzend sein.

Diese besondere Energie ist von außergewöhnlich dynamischer Natur. Die Gefühlsenergie innerhalb dieses Körpers bewegt sich und sammelt Substanz. Es ist die Energie, welche Gedanken dazu anregt, sich zu manifestieren.

Gelegentlich wird dieser Körper der astrale oder »sterngleiche« Körper genannt. Jedesmal, wenn du deine Emotionen nach außen projizierst, spürst du ihn. Gefühle können so intensiv werden, daß du, bevor du dich versiehst, auch schon von ihnen fortgetragen wirst, in einen emotionalen Strudel, der nur schwer zu beherrschen oder zu kontrollieren ist, besonders weil er dazu neigt, sich in Richtung des von ihm ersehnten Objekts zu bewegen. Emotionen werden im Zentrum des zweiten Körpers und des Solarplexus wahrgenommen. Der Mechanismus, der die Emotionen projiziert, ist ebenfalls am Solarplexus angesiedelt. Die Gefühle selbst werden im zweiten Zentrum geboren.

Der emotionale Körper ist Gegenstand umfangreicher Experimente gewesen, besonders in Laufe der Encounter- und Growth- Gruppen der sechziger und siebziger Jahre. Es ist der Körper, durch den wir uns selbst als emotional bestimmte Wesen erleben, die andere Wesen wahrnehmen: Wir fühlen, wie wir andere fühlen.

Der emotionale Körper ist nicht auf Raum und Zeit begrenzt. Er bewegt sich leicht und flexibel. Liebende kennen das Gefühl, wenn ihr Liebhaber an sie denkt oder wenn er untreu war. Sie wissen dies intuitiv durch die Aktivität des emotionalen Körpers.

Eine emotional abhängige Person ist leicht gelangweilt und muß ein Drama nach dem anderen inszenieren, um am Leben interessiert zu bleiben. Ein harmonischer emotionaler Körper hingegen ist die reine Freude. Er ist das intuitive Medium, das mit dem Herzen des göttlichen Selbst mitfühlt und diese Liebe emotional auf die gesamte Schöpfung auf Erden überträgt.

Dieser Körper und die Dynamik von Gefühl und Emotion sind Gegenstand des Kapitels über die Macht der Gefühle und wird darüber hinaus in dem Abschnitt über das zweite Chakra in dem Kapitel über Chakras erläutert.

Der erste Körper

Dies ist unser gewöhnlicher physischer Körper. Allein durch die Tatsache, daß wir bei der Bildung dieses Körpers auf die planetarische Substanz zurückgegriffen haben, sind wir die Verpflichtung eingegangen, für die Fortentwicklung und den Schutz der Erde Sorge zu tragen. Was wir unserem Körper antun, tun wir der Erde an und umgekehrt.

Der physische Körper umfaßt die karmischen Eindrücke und spiegelt den gegenwärtigen planetarischen Status - quo wider. Nicht alles, was sich im physischen Körper manifestiert, hat seinen Ursprung in der eigenen persönlichen Geschichte. Was wir verkörpern, unsere Lebensqualität, kann dabei helfen, einen Großteil der Verunreinigungen, die sich im Laufe der Zeit gebildet haben, zu verwandeln.

Das Physische offenbart deine emotionalen und mentalen Haltungen. Therapien wie die Reichsche und Neo- Reichsche Therapie, Bioenergetik und andere befassen sich mit dem Entschlüsseln der Körpertypen. Du kannst den Charakter eines Menschen daran ablesen, wie er seine Schultern hält, seine Hüften schwingt, die Beine anwinkelt, die Füße hält, wie seine Zehen geformt sind, wie seine Kieferhaltung und sein ganzes Gesicht aussieht. Der Körper ist wie eine Landkarte, die von jedem, der es gelernt hat, entschlüsselt werden kann.

Der physische Körper existiert nur in den drei Dimensionen von Raum und Zeit. Nur hier kann er sein. Wenn eine Person auf das Physische fixiert ist, kann sie die anderen Ebenen der Realität nicht wahrnehmen. Ihre Schwingung ist niedrig, und ihre Empfindungen sind auf dichte Reize beschränkt.

Innere Alchemie befaßt sich mit dem Bewußtsein des Lichts in der Materie und mit dem Lichtkörper, seinem Erwecken und seiner Integration in alle anderen Aspekte des Lebens. Die sieben Körper, die hier beschrieben werden, beziehen sich auf Bewußtseinssebenen, nicht auf physische Strukturen, wie sie in den mehr naturwissenschaftlich orientierten Heilmethoden beschrieben werden.

Die sieben Körper sind eng mit den sieben Chakras verbunden. Während die Chakras Energiebrennpunkte darstellen, sind die sieben Körper das Bewußtsein, das von dem Zusammenspiel dieser Energiekonzentrationen im planetarischen Leben gebildet wird. Aus diesem Grund sind die Chakras Gegenstand des folgenden Kapitels.

elektronische
(zylindrische Form);
(siebenter Körper)
ungefähr 1 Meter

kausale
(ovale Form)
(sechster Körper)
85 Zentimeter

höhere mentale
(fünfter Körper)
30 bis 60 Zentimeter

niedere mentale
(dritter Körper)
7 bis 20 Zentimeter

emotional stark
dehnbare
(zweiter Körper)
3 bis 7 Zentimeter

ätherisches Doppel
(vierter Körper)
1 bis 4 Zentimeter

*Beachte, daß der
ätherische (vierte)
Körper dem physischen
am nächsten ist.
Der zweite und der
dritte Körper sind
weiter ausgedehnt.*

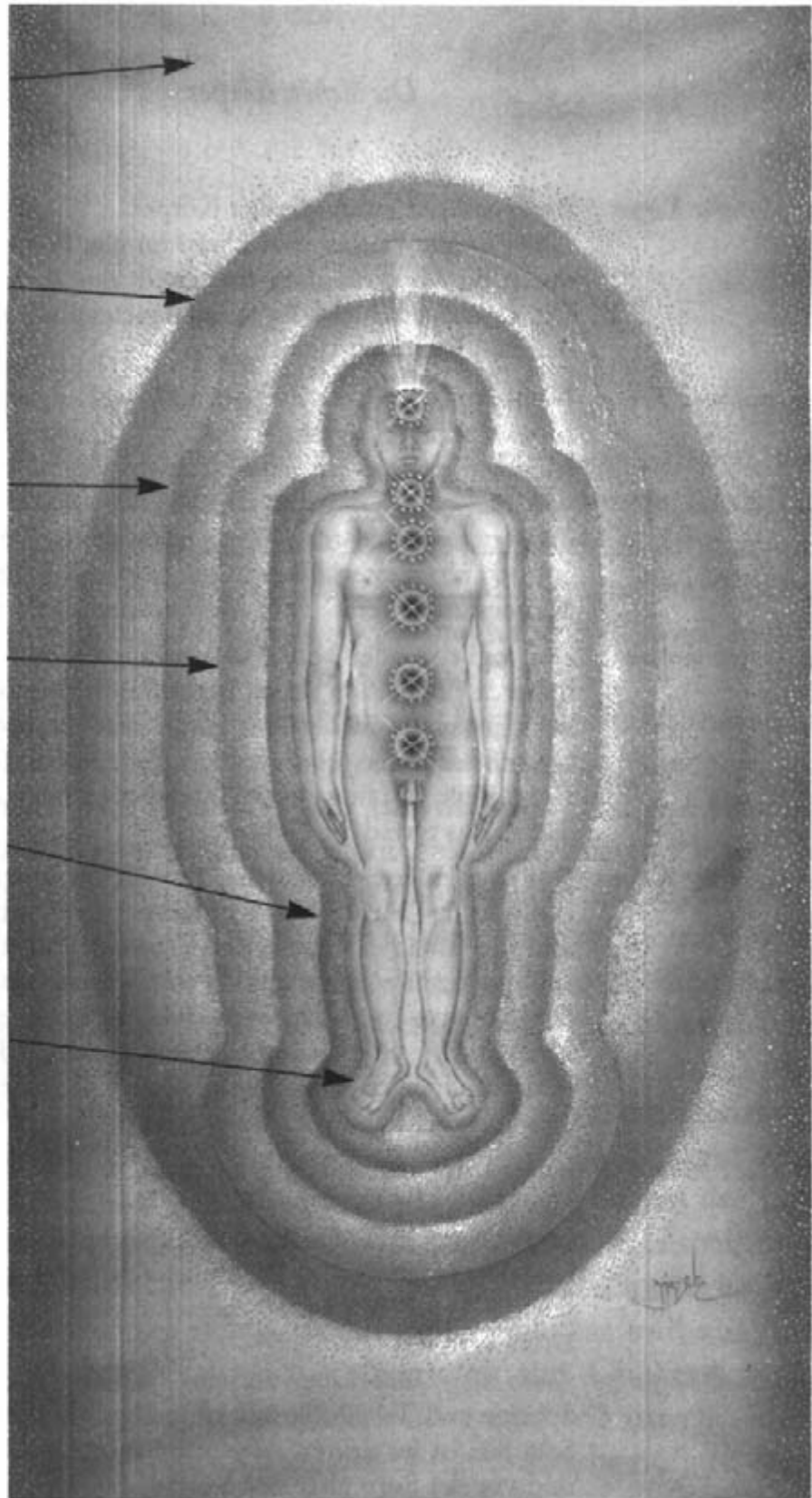


Abbildung 1: Die Schichten der Aura

Tafel 3 Die sieben Körper

- | | |
|-------------------------------|---|
| 1. Der physische Körper | Reservoir der Substanz aller Körper.
Umreißt alle Körper und überträgt alle Energien von den Strahlen durch die Chakras (hier dargestellt durch das endokrine System). Die dichteste Schicht. Existiert ausschließlich in den drei Dimensionen von Raum und Zeit. |
| 2. Der emotionale Körper | Nicht auf Raum und Zeit beschränkt. Reagiert schneller. Seine Sensoren sind ausgestreckt. Erfreut sich großer Intensität und Wandelbarkeit. Reagiert auf feinere Schwingungen. Seine Gefühle reichen von tierischen Leidenschaften bis zu selbstloser Liebe. In Verbindung mit dem dritten Körper übersetzt er Gefühle in Handlungen auf der physischen Ebene und zieht die notwendige Substanz zur Manifestation heran. Sein Mechanismus geht vom Solarplexus aus. |
| 3. Der niedere mentale Körper | Der logische oder konkrete Verstand. Erhält Gedanken von einer höheren Ebene, um sie im Bereich des Physischen auszuführen. Ist für Illusionen anfällig und kann leicht kontrolliert werden. Bildet Gedankenformen überwiegend vom an die Materie gebundenen Geist. Teilt sich in weitere Unterebenen oder Abteilungen auf. Sein Sitz ist das physische Gehirn. |
| 4. Der ätherische Körper | Das »verfeinerte« Physische. Enthält die ätherischen Aufzeichnungen und das Muster des Lichtkörpers, die astrologischen Energien und die Chakras (Quelle der Vitalität). Bietet die Gelegenheit, Beeinflussungen zu meistern. Dieser Körper ist die Brücke zwischen den höheren und niederen Schwingungsfrequenzen. Er ist das Medium für außerkörperliche Reisen, verbunden mit dem mentalen und emotionalen Bewußtsein. Er ist durch eine Silberschnur mit dem physischen Körper verbunden. |
| 5. Der höhere mentale Körper | Jenseits des dualistischen Denkens. Intuition. Wissen. Befreit uns von den Schwingungen der materiellen Ebene. Kann Illusionen unterworfen sein. Fungiert als Vermittler zwischen dem Christusbewußtsein und der Persönlichkeit oder dem Menschen. Das scharfe Auge des Überbewußtseins. Sein Sitz ist in der Gegend des Dritten Auges. |
| 6. Der kausale Körper | Auch als »Christusbewußtsein« bekannt. Die Vorratskammer der Schätze und Talente von der Quelle. Das vervollkommnete Selbst. Sein Sitz ist im dritten Auge, und es erstreckt sich über dem Kopf und vor der Stirn über den Körper hinaus. |
| 7. Der elektronische Körper | Die göttliche Präsenz im Einzelnen oder die Quelle aller Energie. Strahlt reine, ungeformte Energie aus, die in allen Körpern genutzt werden kann. Sein Feld erstreckt sich mehr als neun Meter über den Kopf hinaus. |

Die Chakras

Die Chakras sind kugelförmige Wirbel im ätherischen Körper, die als Empfänger und Sender für die Strahlen dienen und unsere Aktivität auf der physischen Ebene durch die Funktion der endokrinen Drüsen einfärben. Diese Drüsen beeinflussen die physische Substanz auf der Ebene der körperlichen Funktionen, der geistigen Ausgeglichenheit und seelischen Vollkommenheit.

Heutzutage sind Chakras in aller Munde. Es gibt Chakrathérapeuten, Chakraorgeln, Chakraseher und so weiter. Es könnte den Anschein haben, als seien die Chakras das A und O des Bewußtseins und des Lebens auf diesem Planeten. Das stimmt jedoch nicht ganz. Sie bringen lediglich die Ergebnisse des Zusammenspiels komplexer Kräfte zum Ausdruck und sind nicht etwa der Grund für ein bestimmtes Verhalten. Manchmal sind sie überaktiv, manchmal zu schwach, ebenso wie die Drüsen, die sie regulieren. Sie sind jedoch niemals vollständig blockiert oder geschlossen.

Bewußtsein hängt vom gesamten Lebensstrom ab, wie er sich in den Körpern durch die Färbung der Strahlen ausdrückt, was wiederum einen möglichen Lebensplan bestimmen oder prägen kann. Die Chakras spiegeln die Aktivität des Bewußtseins, denn sie selbst stehen im Dienst des Lebensstromes. Ebenso wie Energie sind die Chakras neutral. Konstruktiv oder auch disharmonisch wird ihr Einfluß erst durch unser Zutun. Es kommt ganz darauf an, was wir aus der Bewegung der Chakras und aus unserer eigenen Energie machen. Natürlich reflektieren die Chakras auch die atmosphärischen Bedingungen der Zeit, und wenn wir durch einen bestimmten Strahl oder eine astrologische Konfiguration beeinflußt werden, wird das ebenfalls seine Auswirkungen haben.

Es gibt viele Chakras. In einigen Erklärungsmodellen werden lediglich drei Hauptchakras gezählt, andere, wie das System der Akupunktur oder des Shiatsu, zählen bis zu hundert oder mehr Energiebrennpunkte. Die gebräuchlichste Zahl, um das Netzwerk der feinstofflichen Energie im Körper zu verstehen, ist sieben.

Die sieben Hauptchakras stehen in einem gewissen Zusammenhang mit den sieben Körperschichten, die offenbar an jedem Zentrum einen Berührungspunkt mit dem Bewußtsein der verschiedenen Körper haben. Auf jeden Fall betreffen ihre Bewegungen in erster Linie das irdische Leben und seine Entwicklung. Das niedrigste Chakra bezieht sich auf die Verkörperung in der Materie, und das höchste oder siebente, steht für den Sprung von der materiellen zur kosmischen Dimension.

Es hat im Verlauf der Geschichte viele unterschiedliche Chakradarstellungen und -Systeme in verschiedenen Traditionen gegeben. Die energetische Anatomie des Menschen hat sich parallel zum planetarischen Bewußtsein und den Bedürfnissen der Zeit entwickelt. Die vedische oder hinduistische Darstellung unterscheidet sich von der theosophischen, und alle unterscheiden sich von den zeitgenössischen westlichen Modellen.

Sexualität betrifft den ganzen Menschen: physisch, mental, emotional, psychisch und spirituell. Der Mensch erlebt Sexualität - die Begegnung des negativen mit dem positiven Pol - mit jedem der Chakras. Alles, was mit unserer physischen Verkörperung zusammenhängt, muß einfach polarisiert sein. Die sieben Körper sind bei Männern und bei Frauen, ebenso wie die Chakras, gegeneinander polarisiert. Dadurch wird eine Verschmelzung und Verstärkung von Energie auf allen Ebenen zum Zwecke des Wachstums und der Erweiterung ermöglicht. Leider sind unsere Körperzentren gegenwärtig negative Magneten, die alle Eigenschaften, die uns umgeben, annehmen und in sich aufnehmen, statt positive und strahlende Brennpunkte zu sein, die nur das aufnehmen, was erwünscht ist. Chakras sind dazu da, sowohl magnetisch als auch strahlend zu sein.

Es gibt keine »guten« oder »schlechten« Chakras. Im spirituellen Denken gibt es auch keine »höheren« oder »niederen« Chakras. Für die irdische Lebenserfahrung einschließlich der spirituellen Entwicklung sind alle Chakras notwendig. Es gibt lediglich höhere und niedrigere

Frequenzen, wie in der Musik oder bei den verschiedenen Schattierungen von Farben, die jedoch alle gleich schön und notwendig sind.

In den Chakras selbst gibt es eine Fließbewegung, die sich in zwei Richtungen bewegt, je nach persönlicher Erfahrung und Meisterschaft. In vorangegangenen Entwicklungszyklen wurde die Kundalini- Energie betont. Kundalini ist ein Sanskritwort, das wörtlich übersetzt soviel wie »schlangenähnlich« heißt. Der Begriff umschreibt die wellenförmige Bewegung der Energie in verschiedenen Teilen des Körpers. Am bekanntesten ist die Kraft in jener Form des Yoga, die sich mit der aufsteigenden Energie der Kundalini entlang der Wirbelsäule befaßt, dem Kundalini- Yoga. Die Kundalini vollführt eine spiralförmige Bewegung, die die physische Energie aufwärts zu immer höherem Bewußtsein, Läuterung und verfeinerter Wahrnehmung vorantreibt. Rein physisch betrachtet, verläuft diese Bewegung aufwärts, während das Bewußtsein tatsächlich drei verschiedene Reisen durch das Körperliche macht: aufsteigend zum Geist, wieder absteigend in die Materie und schließlich wieder aufsteigend zu vollständiger Integration, Akzeptanz und Macht über jedes gemeisterte Zentrum. In der gegenwärtigen Phase der planetarischen Entwicklung befindet sich der überwiegende Teil der Menschheit in seiner wiederabsteigenden Phase, wobei er bewußt das Licht auf Zellebene verkörpert und sich dem Spiel der kosmischen Kräfte mit der Materie zur Verfügung stellt. Obwohl die Funktion jedes Chakras im folgenden einzeln dargestellt wird, funktionieren sie gemeinsam als ein Ganzes, und unser Bewußtsein wird sich im Laufe der Zeit auf jedes einzelne oder bestimmte Gruppen von Chakras einspielen. Jedes Chakra hat eine duale Funktion. Mit Ausnahme des siebenten bringt jedes Chakra eine nach außen gerichtete (weltliche) und eine nach innen gerichtete (spirituelle) Aktivität mit sich.

Das erste Chakra oder Basischakra

Die Funktion dieses Chakras wird unsere Verbindung zur Erde und zur Materie bestimmen. Es ist sozusagen der »Anker des Geistes«. Entlang der Wirbelsäule gibt es eine besondere Art von Gewebe, das dafür verantwortlich zu sein scheint, den Körper in seiner Form zu halten. Dieses Gewebe ist offenbar in die Aktivität des Basischakras eingebunden. Wenn es nicht richtig arbeitet, breitet sich Krankheit aus, und der Körper beginnt einen Zerfallsprozeß, was daraufhinweist, daß es auch mit dem Immunsystem in Zusammenhang steht.

Dieses Chakra wird am häufigsten mit Sex in Verbindung gebracht. Es ist darüber hinaus der Sitz der intensivsten Energie im menschlichen Körper, der Energie, welche die Substanz versammelt, um etwas Lebendiges zu schaffen. Dieses besondere Chakra wird wie alle anderen auf den Reiz einer spirituellen Absicht hin aktiviert. Wenn ein Mensch stark durch seine Wünsche motiviert ist, wird er versuchen, Gelüste, die er auf einer bestimmten Ebene verspürt, sofort zu befriedigen. Sobald die Lust gestillt und das Gewünschte erlebt sind, sinkt natürlich der Motivationsspiegel wieder. Mit diesem ständigen Energieloch wird die Energie niemals über das Niveau ihrer ursprünglichen Intensität hinausgehen und weiterhin auf einer instinktiven oder tierischen Erfahrungsebene funktionieren.

Chakra:

Drüsenbereich:

Krone

Drittes Auge

Hals

Herz

Solarplexus

Kreuzbein

Basis

Zirbeldrüse, Haupthirn, rechtes Auge

Hypophyse, Nebenhirn, linkes Auge, Ohren, Nase, Nervensystem

Schilddrüse, bronchial- und stimm-bildender Apparat, Lungen, Speiseröhre

Thymusdrüse, Herz, Blut, Vagusnerv, Kreislauf

Bauchspeicheldrüse, Bauch, Leber, Gallenblase, Nervensystem

Keimdrüsen, Fortpflanzungsorgane

Adrenalindrüsen, Wirbelsäule, Nieren

Abbildung 2: Die sieben Hauptchakras der Wirbelsäule

Wenn jedoch ein Mensch durch ein höheres Streben motiviert ist, so daß er sich auf der emotionalen und energetischen Ebene von bedingungsloser Liebe leiten läßt, wird er freiwillig die Befriedigung auf den niederen Ebenen zurückstellen, bis das höhere Bedürfnis gestillt ist. Die Befriedigung wird möglicherweise sogar insgesamt in eine andere Dimension verschoben, wodurch der ursprüngliche sexuelle Reiz noch nicht einmal mehr als solcher erkannt wird.

Sexualität ist ebenso wie alle anderen Aktivitäten auf der Ebene des Basischakras tierische Lust, Leidenschaft ohne Zärtlichkeit und Respekt. Es ist der Trieb nach sofortiger Befriedigung, auf sich selbst bezogen und nicht auf den anderen. Das Hauptziel auf dieser Ebene ist das Überleben, bei dem Selbsterhaltungstrieb in Form von Nahrung, Sex, Sicherheit und Sinnenlust im Vordergrund stehen.

Da dieses Zentrum für die Invokation und Erschaffung von etwas Lebendigem verantwortlich ist, ist seine ursprüngliche Kraft extrem rein. Die Meisterschaft über dieses Zentrum kann nur durch Lauterkeit und ein Annehmen der Verantwortung, die mit der Verkörperung verbunden ist, erreicht werden. Dies geschieht am besten durch eine ausgewogene Partnerschaft mit der Erde und ihren innewohnenden Kräften.

Der Ablauf ist in groben Zügen der folgende: Das Bewußtsein macht sozusagen einen Kopfsprung in die Materie in ihrer dichtesten Form. Das erste Chakra braucht starke Reize, um sich lebendig zu fühlen. Darüber hinaus braucht es schweres Essen und viel Schlaf.

Ästhetik ist nicht vorrangig, ebensowenig wie soziales Verhalten und Spiritualität. Der von diesem Chakra geprägte Mensch ist vollkommen im Erlebnis des Elementes Erde befangen. Das Chakra aktiviert die Adrenalindrüsen (Fluchtreflex), die Nieren (Angst) und die Wirbelsäule, während es die Wirkung des vierten Strahls verkörpert, der Formbildungs-, Läuterungs- und Reinigungsprozesse bewirkt. Der vierte Strahl projiziert seine Energie also durch die ätherische Dimension und regt auf den physischen Ebenen in der oben beschriebenen Weise die Aktivität der Drüsen an.

Die mit dem Basischakra verbundene Farbe ist rot. Rot aktiviert die Bewegungsabläufe auf den dichtesten Ebenen, treibt sie zum Erleben an.

Das geläuterte Chakra erscheint jedoch weiß oder ultraviolett-weiß, in der Farbe seines entsprechenden Strahls, wobei die Farben in den Chakras in Reinform auftreten. Dazwischen erscheinen die Farben in verschiedenen Stufen mehr oder weniger trübe und verzerrt. Die Aktivität der Chakras gilt als gemeistert, sobald der einzelne imstande ist, ihre Energie rein zu nutzen, freien Zugang zu ihr zu finden und sie, ebenso wie alle anderen im Dienst der höchsten Werte, ohne Zwang oder Selbstgefälligkeit anzuwenden.

Jeder einzelne braucht für seine Aktivität auf der irdischen Ebene ein gesundes, gut funktionierendes, geläutertes Basischakra, ebenso wie ein Baum seine Wurzeln braucht, um in den Himmel zu wachsen. Das Bewußtsein wird auf die unterste Ebene absteigen, ganz durch den Körper hindurchgehen und anschließend wieder aufsteigen, je nachdem, worauf der einzelne sich konzentriert. Sollte er es vorziehen, sich in erster Linie auf die erste Ebene zu konzentrieren, werden seine Einstellungen, sein Aussehen, sein Geschmack und seine Angewohnheiten die Eigenschaften dieses Zentrums spiegeln, einschließlich des Bedürfnisses nach gewalttätigen Beziehungen, die das erste Chakra anscheinend braucht, um das Gefühl der Lebendigkeit zu haben.

Es wird für den angehenden Alchemisten interessant und notwendig sein, seine physischen und emotionalen Neigungen festzustellen und zu merken, wie sie sich von Tag zu Tag ändern, welches Chakra das aktivste ist oder welches weiter erweckt werden möchte, worauf das Bewußtsein sich konzentriert hat, und ob positive oder negative Eigenschaften ausgedrückt werden. Er wird dann die Wahl haben, ob er sich klären, läutern und über sein eigenes Unterbewußtsein hinauswachsen will.

Der absichtliche Mißbrauch dieses Chakras wird Probleme mit der Wirbelsäule und Hämorrhoiden nach sich ziehen, den Verlust von finanziellen Mitteln und Schwierigkeiten im

emotionalen, sozialen und spirituellen Bereich sowie das Gefühl der Entfremdung. Die Probleme auf dieser Ebene haben meistens mit den Lektionen zu tun, die sich um den richtigen Gebrauch des Willens drehen.

Die Erlebnissfelder des Basischakras beziehen sich auf Körperlichkeit, Sicherheit, Kraft und Festigkeit.

Das zweite Chakra

Dieses Chakra hat sein Zentrum im physischen Körper in der Umgebung der Fortpflanzungsorgane oder Keimzellen. Auf dieser Ebene sucht der innewohnende Geist ein Gegenüber zu erleben. Dazu muß er sich selbst als ein fühlendes, emotionales Wesen erleben. Sinnlichkeit ist auf der Ebene dieses Zentrums mit Bewußtsein verbunden und führt zum Zusammenspiel von männlich und weiblich.

Durch das emotionale Training wird auch die Fähigkeit zu nehmen und zu geben gefördert. Wenn diese blockiert ist, wird die gesuchte Erfahrung immer die von möglichst intensiver Lust oder Schmerz sein. Die Karikatur eines Menschen, der auf dieser Ebene stehengeblieben ist, ist der hysterische und nach Emotionen süchtige Charakter. Solche Menschen versuchen ständig, ihre Sinne mit emotionaler Schwelgerei und Intensität zu überfluten. Der Organismus braucht etwa zehn Stunden Schlaf, um sich von einer solchen Lebensweise zu erholen.

Auf der Ebene der Meisterschaft richtet sich die Aufmerksamkeit auf die Integration der sozialen und der persönlichen Identität und deren Gleichgewicht. Die Energie des Menschen fühlt sich auf eine sehr körperbetonte und emotional zugängliche Art stabil, ausgeglichen und für andere verfügbar an.

Die Natur dieses Zentrums ist wie Wasser, von wilden Meeren bis zu den spiegelgleichen, ruhigen Eigenschaften eines stillen Sees. Der einzelne wird mehr zur Erhaltung der Lebensgrundlagen und zu einer sinnvollen Planung der Zukunft beitragen. Dieses Chakra wird von den Kräften des dritten Strahls beherrscht: der Aktivität, die die Materie selbst hervorbringt und neu strukturiert. Die Farbe, die dieses Zentrum mit Energie versieht, ist Orange; die Farbe des gereinigten Chakras spiegelt die violetten Töne dieses Strahls wider.

Das dritte Chakra

An diesem Punkt ist man bereit, durch die persönliche Erfahrung von Herrschaft und Unterwerfung die Lektion zwischenmenschlicher Kontrolle zu begreifen. Viele tiefgreifende Erfahrungen in dieser Richtung können der Meisterung dieser Aktivität auf der Ebene des Solarplexus vorangehen. Das dritte Chakra bezieht sich auf das ganze Nervensystem, die Leber, die Gallenblase, die Bauchspeicheldrüse und den Bauch.

Der einzelne muß lernen, mit seiner eigenen Kraft in der Welt und in sich selbst umzugehen. Er muß ein Gefühl für das Zusammenspiel zwischen sich und seiner Umwelt entwickeln und ein harmonisches Gleichgewicht zwischen Aktivität und Passivität finden. Im schlimmsten Fall lernt er seine Lektionen durch den Kampf um Empfindungen und um Sicherheit, durch Eifersucht und Besitzdenken, die oft in Herzattacken und Magengeschwüren enden.

Schließlich lernt man auf der Ebene des Solarplexus, sich physisch auf angemessene Weise auszudrücken, und bekommt Zugang zu einem Gefühl des Sehens und Vorhersehens.

Tatsächlich befinden sich am Solarplexus eine Art primitiver Gehirnzellen. Das Gefühl, andere durchschauen zu können, sich in Menschen, Orte und Dinge einzustimmen, kommt durch den verstärkten Gebrauch dieses Zentrums, ebenso wie die Fähigkeit, den Körper durch den Äther zu projizieren und sich daran zu erinnern. Das schließt die Kunst des Zeitreisens ein.

In seiner passiven Phase hat ein Organismus, der danach strebt, die Aktivität dieses Zentrums zu verstärken, einen Heißhunger auf schnelle Energielieferanten wie Zucker, Kaffee, Tee, Alkohol und Drogen mit einem Schlafbedürfnis von durchschnittlich acht Stunden.

Das mit diesem Chakra verbundene Element ist Feuer. Es ist in seinem Verhalten und seiner

Totalität wie das Feuer. Der Schöpfungsstrahl, der durch das dritte Chakra wirkt, ist der sechste, der die Läuterung emotional bestimmten Handelns fördert. Der sechste Strahl entwickelt, wenn er aktiviert wird, auch die Fähigkeit, alle Phänomene der niederen Welten und des Unbewußten zu mobilisieren. In unserer Zeit neigen der sechste Strahl und der Solarplexus dazu, Macht und Machtmißbrauch anzuregen, etwa in Form von rücksichtslosem Wettbewerb, und auf der anderen Seite die totale Negierung der eigenen Fähigkeiten, wie sie sich in der heute weitverbreiteten Naivität und Autoritätshörigkeit zeigt. Die belebende Farbe für dieses Zentrum ist Gelb. Die Strahlen, die es nähren, sind rubin- und goldfarben, die Farben des sechsten Strahls.

Das vierte Chakra

Dieses Chakra ist verantwortlich für Mitgefühl und selbstlose Liebe sowie für die Überwindung von Vorurteilen und dualistischem Denken. Dieses Zentrum ist der Sitz des Höheren Selbst, es fördert Bedingungslosigkeit und das Loslassen von Bindungen. Auf dieser Ebene werden Emotionen zu Mitgefühl und tiefem Verständnis. Man entwickelt ein Gefühl von Makellosigkeit und Kreativität, fühlt sich in sich selbst genährt und gleichzeitig nährend und kann diese Eigenschaft auf andere ausstrahlen.

Das Bewußtsein hat sich über die Selbstbezogenheit des zweiten und den Ehrgeiz des dritten Chakras hinaus entwickelt und findet sich nun in einer Beziehung zu seiner Umwelt und seinem Geist. Daher werden in der östlichen Philosophie und Religion die Qualitäten dieses Chakras besonders betont. Das Ego, das Gefühl der Trennung von anderen, beginnt sich aufzulösen.

Das stellvertretende Element hier ist Luft, seine Leichtigkeit und Räumlichkeit. Der Strahl ist der dritte Schöpfungsstrahl der göttlichen Liebe. Die Farbe für diesen Strahl und für die geläuterten Funktionen des Herzzentrums ist Rosa, aber die belebende, ausgleichende Kraft für sein Funktionieren ist Grün, die Farbe der Harmonie und Ausgeglichenheit. Auf dieser Ebene sucht das Selbst die höhere und die niedere Kraft und damit gleichzeitig die Funktionen des linken und rechten Gehirns in sich zu integrieren. An diesem Ort treffen sich alle Dualitäten, in einigen Systemen als Davidsstern dargestellt: die Vereinigung eines aufwärtsgerichteten mit einem abwärtsgerichteten Dreieck.

Die Energien, die hier erzeugt werden, betreffen Herz, Blut und Kreislauf, den Vagusnerv und auch die Thymusdrüse, die für das richtige Funktionieren des Immunsystems verantwortlich ist. Wir können sogar sagen, daß möglicherweise einer der Gründe für die Entstehung von AIDS die eingeschränkte Funktion des Herzchakras ist, und eine Möglichkeit zur Heilung könnte im Öffnen und im Hervorbringen der im vierten Chakra liegenden Kräfte sein. Die positiven Eigenschaften auf dieser Ebene schließen Toleranz und Vertrauen in die allgegenwärtige Aktivität der höheren Aspekte des Selbst ein, während eine negative Reaktion ein Gefühl der Leere ist, das oft in Selbstmord, Falschheit und Oberflächlichkeit endet.

Auf dieser Bewußtseinsstufe ist es möglich, daß du Menschen an ihrem Geschmack erkennst, insbesondere beim Essen. Der Geschmack von Menschen, die durch das vierte Chakra geprägt sind, ist einfach und ästhetisch. Der Schlafrhythmus kann zwischen neun und sechzehn Stunden betragen, je nachdem wieviel Zeit sie für außerkörperliche Aktivitäten und Erholung des physischen Organismus benötigen. Auf der vierten Ebene ist man oft erfüllt von einem Gefühl der Zeitlosigkeit, da der Geist sich gelegentlich mit dem elektronischen Körper vermischt. Das ist möglicherweise der Grund, warum es hier ein so starkes Bedürfnis nach einem physischen Ausdruck durch Berührung gibt.

Das fünfte Chakra

Dieses Chakra bewegt sich in der Halsgegend und beeinflusst Ausdruck und Kommunikation, Hören, Telepathie sowie die gesamte Anwendung von Tönen und Worten im esoterischen

Bereich - man könnte auch sagen: Kreativität durch Tonschwingungen bis hin zur Telekinese. Als Urheber und Modulator von Tonfrequenzen ist das fünfte Chakra das in der Praxis der Alchemie durch Invokation und den Gebrauch von Machtworten, Mantras, Glaubensbekenntnissen und Formeln am meisten benutzte Zentrum.

Dieses Zentrum ist besonders wichtig, weil es gleichzeitig der Treffpunkt für die drei oberen Chakras ist. Im alten Hinduismus wurde das Zentrum als »Bindu« oder »Jadotor« bezeichnet, als Medium für höhere Fähigkeiten. Auf dieser Ebene sammeln sich die Kräfte an der Basis des Gehirns (schlingen sich aus der Halsmitte durch das dritte Auge, die Krone und zurück zur Schädelbasis).

Wenn dieses Zentrum integriert wurde, nimmt die Stimme einen melodischen Klang an, wird harmonisch und wunderschön, gibt einen Eindruck von der Vielfalt der menschlichen Emotionen und Sehnsüchte und ruft höhere Wahrheiten hervor. Die Energie auf dieser Ebene wird zur Nahrung durch Töne, fast wie das sanfte Schlaflied einer Mutter. In der Tat wird das Zentrum durch das Bild von Mutter und Kind symbolisiert, denn »alles Gute kommt von oben«, wodurch der Empfangende nicht nur auf den höheren Schwingungsebenen tätig ist, sondern dort auch neue Kraft schöpfen kann. Daher ist dieses Zentrum auch als »Füllhorn« bekannt: Sobald man einen Wunsch ausspricht, ist er auch schon erfüllt.

Das fünfte Chakra beeinflusst die Schilddrüse, die Bronchien und den stimmbildenden Apparat, die Lungen, die Speiseröhre und darüber hinaus auch das innere Hören (Hellhörigkeit). Auf dieser Ebene ist der Mensch in der Lage, seine Ernährung und seine Schlafgewohnheiten einem radikalen Wandlungsprozeß zu unterziehen. Weil die Schwingungsimpulse dieses Zentrums so hoch sind, kann man hier erst dann das Bewußtsein aufrechterhalten, wenn man die niederen Schwingungsimpulse gemeistert hat. Dazu braucht es ein hohes Maß an Reinheit. Hier ist der Mensch nicht nur imstande, sich zwischen den Dimensionen zu bewegen, sich zu stärken und seine höheren Absichten zu verwirklichen, sondern er kann darüber hinaus auch noch sein Leben verlängern. Es ist das Zentrum, welches für Verjüngung und Langlebigkeit zuständig ist und direkt mit den Aktivitäten des Kausalkörpers in Verbindung steht.

Zwei Elemente werden mit diesem Zentrum in Verbindung gebracht: Das eine ist Holz und das andere Licht. Das erste vermittelt den Sinn für innere Klänge und das zweite die Erweckung von höheren Kräften, die sich auf die Schädelbasis beziehen. Wie auch immer es sich ausdrücken mag, dieses Zentrum wird auf jeden Fall vom ersten Strahl, Blau, regiert, gefärbt und aktiviert.

Wenn durch dieses Zentrum Energie fließt und der Mensch aus irgendeinem Grund nicht in der Lage ist, sie entsprechend zu integrieren, kann er durch Phasen intensiver Verwicklung von innerer und äußerer Realität gehen. Das kann so weit gehen, daß er seine Mitmenschen völlig aus seiner Wahrnehmung ausblendet, wodurch er selbstverloren und introvertiert erscheinen kann. Selbst wenn das nur vorübergehend geschieht, erlebt es der Betroffene als Scheitern in der Welt. Er hat das Gefühl, daß er die Dinge nicht mehr so geregelt bekommt wie früher.

Auf der rein körperlichen Ebene schließt eine Fehlfunktion dieses Zentrums Schwindel, Anämie, Allergien, Müdigkeit und Asthma ein, ebenso Störungen des Sauerstoffaustauschs sowie des Kalziumstoffwechsels.

Das sechste Chakra

Dieses Chakra ist das dritte Auge, das »alles sehende Auge«, das Zentrum visionärer Weitsicht und Hellsichtigkeit. Auf weltlicher Ebene regiert dieses Zentrum den Intellekt, auf geistiger Ebene die innere Vision und intuitive Inspiration.

Hier ist man konfrontiert mit den höheren Formen von Ordnung und Willen, einschließlich der Projektion von Gedankenformen und seelischer Ausgeglichenheit, ebenso wie der Integration rechtsseitiger und linksseitiger Aspekte der Persönlichkeit. Auf dieser Ebene

manifestiert sich der Sprung vom niederen zum höheren Denken. Der Geist Christi wird wirksam, wenn die Energien von Herz, Hals und drittem Auge gemeistert sind. Der Mensch tritt auf die Ebene der Kausalität jenseits der Zeit und bewegt sich über sein persönliches Karma hinaus.

Im physischen Körper beeinflusst das dritte Auge die Hirnanhangdrüse, die linke Gehirnhälfte, das linke Auge und Ohr, die Nase und das Nervensystem. Das dritte Auge ist das Zentrum der ganzheitlichen Persönlichkeit und die zentrale, alles beherrschende Drüse des endokrinen Systems. Das mit dem dritten Auge in Verbindung gebrachte Element ist Alpha, eine Ursubstanz aus Licht.

Wenn eine Integration auf dieser Ebene nicht möglich ist, wird der Ausdruck unlogisch oder kopflastig. Der Betroffene erscheint geistesabwesend, vergeßlich, ängstlich, besonders was die Zukunft angeht, denn die erfordert Planung und Ordnung.

Der Strahl, der dieses Zentrum regiert, ist der fünfte Strahl der Wissenschaften und der Konzentration. Seine wichtigste Farbe ist Grün. Die spirituelle Farbe dieses Zentrums ist jedoch Indigo. Indigo heilt, belebt und regt die Fähigkeiten auf der Ebene des dritten Auges an.

Das siebente Chakra

Obwohl dieses Chakra dem Menschen kosmisches Leben verleiht, geschieht dies auf eine natürliche Weise, die keiner besonderen Invokation bedarf. Gewöhnlich entfaltet dieses Chakra erst dann sein volles Potential, wenn der Mensch sich der bewußten spirituellen Arbeit gewidmet oder auf irgendeine andere Weise die Schutzmechanismen durch Zufall oder absichtlichen Machtmißbrauch verloren hat.

Die Energien, die hier am Werk sind, sind extrem empfindlich und zerbrechlich, von sehr hoher Frequenz, und erfordern ein hohes Maß an persönlicher Integrität, Reinheit und Harmlosigkeit. Wenn ein Mensch, der nicht über diese Eigenschaften verfügt, dieses Zentrum unbeabsichtigt zu stark aktiviert, wird das daraus resultierende Erleben durch Phantasievorstellungen geprägt sein. Man wird sich kontrolliert oder unterdrückt fühlen. Auch auf dieser Ebene werden so die negativen Reaktionen ein Zeichen von mangelndem Vertrauen sein.

Dieses Chakra hat Einfluß auf die Zirbeldrüse, das obere Gehirn und das rechte Auge. Es ist mit dem kausalen und mit dem elektronischen Körper verbunden und wird durch den zweiten Schöpfungsstrahl aktiviert, den Strahl der Weisheit, der Wahrnehmung und des Handelns auf den höchsten Ebenen. Es ist interessant festzustellen, daß die Zirbeldrüse Reste von Netzhautgewebe enthält, ebenso wie ein genaues Abbild aller Chakras und des Bauplans des gesamten Menschen. Diese Drüse ist das Hauptkontrollorgan des Adepten.

Wenn die Evolution des einzelnen ihn zum Scheitelzentrum bringt, schenkt er seinem Sein (im Gegensatz zu seiner Persönlichkeit) Leben. Er hat die Dualität zwischen sich selbst und anderen überwunden und eine Synthese vollbracht. Er hat nun an der Ganzheit des Lebens teil - eine wahrhaftige Vereinigung mit der Schöpfung in Kenntnis der wahren Quelle allen Lebens, die alles Wissen übersteigt. Zum erstenmal versteht er, daß die Schöpfung grenzenlos ist und daß er eins mit diesem Potential ist. An diesem Punkt weiß er ein für alle mal, daß er über die Kraft der alchemistischen Wandlung verfügt. Die Meisterschaft dieser Ebene wird schließlich die Transzendenz des kausalen Körpers selbst mit sich bringen.

Die Nebenchakras

Es gibt Hunderte, wenn nicht Tausende von Energiepunkten innerhalb und in der näheren Umgebung des physischen Körpers, einschließlich der Punkte in den mentalen, emotionalen und spirituellen Körpern. Mit diesen Punkten wird sowohl in den spirituellen Disziplinen, wie in den verschiedenen vedischen und yogischen Praktiken, als auch bei körperbezogenen Heilmethoden bis hin zu antiken Heilpraktiken gearbeitet. Sie entstehen an den

Kreuzungspunkten von Energielinien. Die Hauptchakras werden von den Kreuzungspunkten der einundzwanzig Energielinien gebildet, die Nebenchakras von vierzehn und die kleineren von sieben. Die am weitesten verbreiteten Darstellungen dieser Punkte findet man in der Akupunktur und im Shiatsu. Auf ihnen sind die Zentren und die Energiemeridiane, auf denen sie liegen, aufgezeichnet.

Aus alchemistischer Sicht befinden sich die möglicherweise wichtigsten dieser kleineren Chakras an den Händen und an den Füßen. Die Hände haben die Funktion zu segnen und zu verwandeln und sind das wichtigste Werkzeug des Alchemisten. An dieser Stelle drücken sich die fünf Elemente durch die fünf Finger aus. Eine Umwandlung physischer Substanz kann nur durch den Tastsinn stattfinden, wo Absicht und Substanz sich treffen. Die Füße wiederum segnen die Erde, auf der wir wandeln und vollbringen die Übertragung in die niederen Welten.

Schutz.

In der okkulten Literatur der Antike gibt es Hinweise auf drei »seelische Tore«, durch die Energie in den physischen Körper eintritt: das Steißbein, die Nieren und die Hinterseite des Kopfes. Jedes dieser drei Zentren dient als ein Durchgang für interdimensionale Energien, die in uns einfließen, kann aber auch gleichzeitig unerwünschte Energien aus der Umwelt hereinlassen.

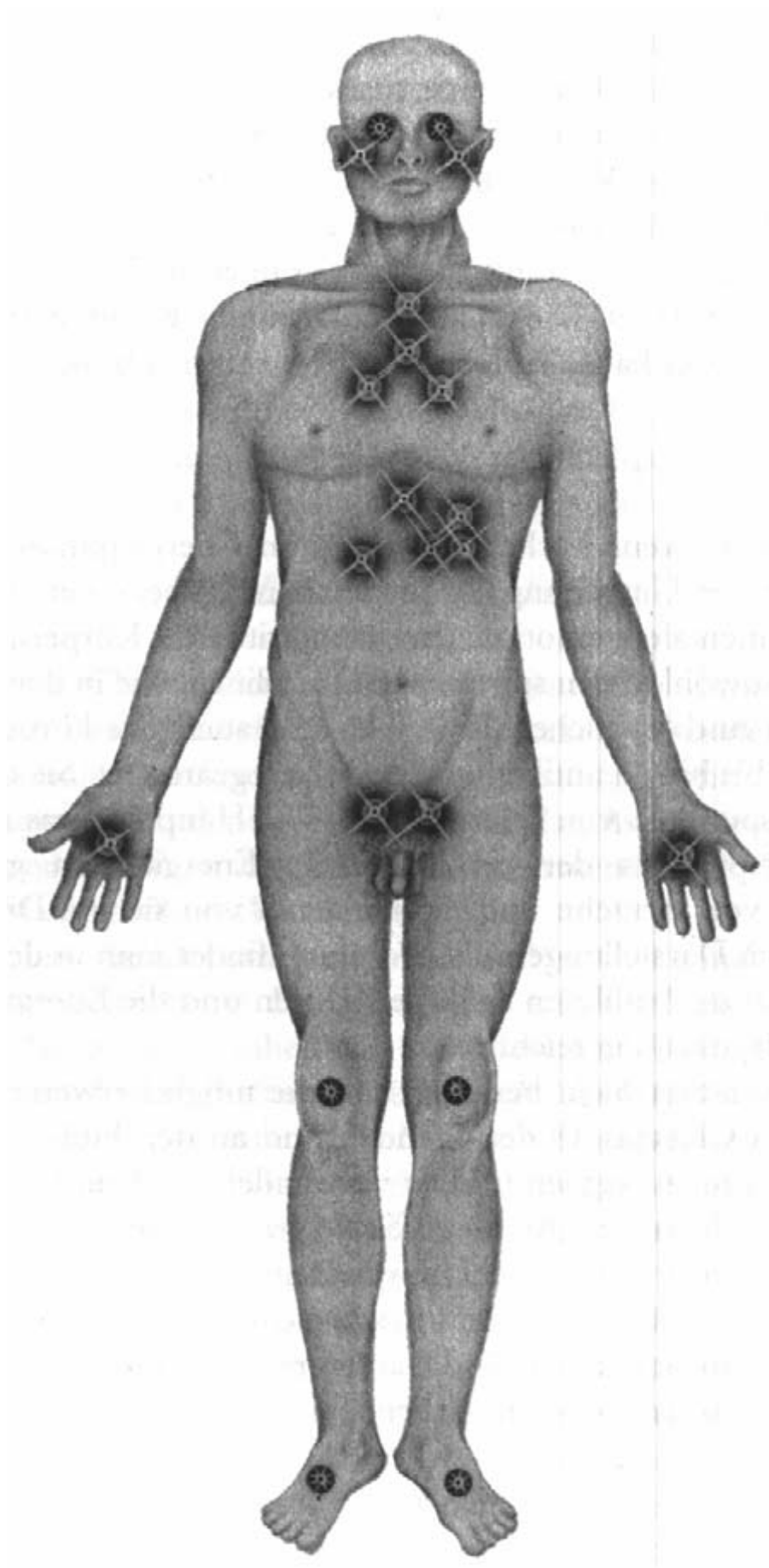


Abbildung 3: Die 21 Nebenchakras

Psychische Selbstschutzübungen lehren uns, diese Bereiche durch bestimmte Visualisierungen zu schützen. Im Christentum, aber auch im Spiritismus gilt seit altersher die Vorstellung eines von einem Kreis umschlossenen Lichtkreuzes als ein mächtiges Symbol. Dieses Bild kann dann auf die gewünschte Stelle projiziert werden, oder man verwendet heiliges Wasser oder Weihwasser.

Eine meiner Lieblingsvisualisierungen ist eine drehende Scheibe aus goldenem Licht hinter dem Solarplexus. Diese Visualisierung deckt den Bereich der Nieren ab und hat nicht nur schützende, sondern auch wohltuende Wirkung auf gestörte emotionale Energien.

Der menschliche Organismus versteht es normalerweise sehr gut, sich ganz automatisch zu schützen. Wenn jedoch ein Mensch aufgrund seiner Persönlichkeit ein bestimmtes Zentrum zu stark aktiviert, wie etwa durch den Mißbrauch des Sexualzentrums, der Kraftzentren oder gar des dritten Auges, dann kann selbst eine Schutztechnik nur sehr wenig ausrichten.

Wenn du dich einmal übermäßigem Druck ausgesetzt fühlst oder überaktiv bist, normalerweise in der Region der Hypophyse, solltest du dich mit Hilfe von Farben heilen. Das ist das Sicherste und Leichteste. Es gibt zahlreiche Bücher über die Heilung mit Farben, in erster Linie sind es jedoch in Grün-, Indigo- und Magentönen gefärbte Lampen, die eine wundervolle Heilwirkung haben. Und schließlich gibt es natürlich noch die Erde selbst, die heilende Wirkung des Grüns in der Natur, die das beste und reichste Mittel darstellt, um Harmonie herzustellen.

Schlußfolgerungen

Auf den Pfaden durch die Chakras bewegt sich die Reise des Bewußtseins sowohl auf aufwärts- als auch auf abwärtsgerichteten Wegen. Bei der Beschreibung der verschiedenen Chakras habe ich die Aufwärtsbewegung erklärt.

Wenn der Mensch den ersten Teil seiner Reise in die Vergeistigung zurückgelegt hat, ist er bereit, bewußt die höheren Frequenzen im Umgang mit der Materie einzusetzen. Er begibt sich dann auf die Rückreise durch die oberen Chakras hinunter in die niederen. Jetzt beginnt die schmerzhafteste Reise in die dichteren Regionen, die dem Geist, der mit den Engeln geschwebt und mit den Göttern gereist ist, soviel Leid zufügen.

Wenn ein Mensch beispielsweise aus dem Bewußtsein des dritten Auges in das Hals- und Herzzentrum zurückkehrt, muß er aufs neue lernen zu vertrauen, ohne sich auf seine Hellsichtigkeit verlassen zu können. Je weiter er sich in die Dichte zurückbewegt, desto mehr muß er den Frieden und das Wissen der höheren Zentren inmitten des Chaos und der Mißklänge widersprüchlicher Reize, die in den niederen Welten auf ihn einströmen, bewahren. Wenn es ihm gelingt, das Höhere auf den niederen Ebenen zu integrieren, gewinnt er die Klarheit seiner allerhöchsten Kraft wieder und verstärkt die Energien auf der Ebene der Substanz (Basischakra) mit Hilfe des Geistes.

Beim Wiederaufstieg wird er sich wieder den Versuchungen des ersten Zyklus ausgesetzt sehen und viele Male fallen, bevor er den Mut gewinnt, sich schließlich wieder zum Schöpfer zu erheben. Auf dieser Stufe mag es ihm scheinen, als müsse er den Freuden der Körperlichkeit, der irdischen Existenz entsagen, bis er zum Verständnis der wahren Bedeutung der Transzendenz und Sublimation findet. Diese Stufe kann man auf keinen Fall überspringen. Auf jeder Stufe gibt es ein Opfer des Selbst und die Hingabe an das Göttliche. Der endgültige Tod - der Verlust des Bewußtseins der Persönlichkeit - führt hier zur endgültigen Wiedergeburt und zum Prozeß der Himmelfahrt.

Polaritäten, Paare und Begegnungspunkte

Das Basischakra des Mannes ist positiv, das der Frau negativ. Diese Polarität setzt sich bis hinauf zum Kronenchakra fort, wobei das Herzchakra der Frau positiv und das des Mannes negativ ist. Beim Halschakra ist es wieder umgekehrt, und beim dritten Auge ist es wiederum positiv bei der Frau und negativ beim Mann. Das Kronenzentrum ist beim Mann positiv und

bei der Frau negativ.

Was bedeutet das? Einfach gesagt, wird ein Mann sich auf der Ebene des Kronenzentrums durch eine positive Polarität oder Aktivität ausdrücken, während eine Frau sich auf empfänglichere, negative Weise zum Ausdruck bringen wird. Eine Frau kann einen Mann auf der Ebene des dritten Auges, am Herzzentrum und am zweiten Zentrum emotional mit Lebenskraft versorgen, während ein Mann dies bei einer Frau auf ganz elementare Weise am Sex-, Kraft- und Halszentrum tun kann. Wir sollten das Bedürfnis ernst nehmen, das Leben sowohl durch einen weiblichen als auch durch einen männlichen Körper wahrzunehmen. Jeder Mensch trägt in sich die Erinnerungen an die Gesamtheit aller möglichen Erfahrungen. Die Chakras funktionieren ebenfalls in Paaren. Die Aktivität des zweiten und des Halschakras zum Beispiel, des Solarplexus und des dritten Auges, des Herz- und des Kronenzentrums arbeiten gemeinsam an einem bestimmten Ziel; sowohl das zweite als auch das Halschakra haben mit Kreativität zu tun; sowohl der Solarplexus als auch das dritte Auge beziehen sich auf Vision und Intelligenz; sowohl das Herz- als auch das Kronenzentrum bringen kosmische Dimensionen zum Ausdruck. Ein Zentrum wird immer dieselbe Funktion auf einer niedrigeren Frequenzebene zum Ausdruck bringen.

Da ebenso wie Krone und Basis auch die anderen Zentren eine doppelte Funktion in der Materie und im Geist haben, umfassen sie auch in sich selbst gegensätzliche Energien. Die wichtigsten Berührungspunkte liegen auf der Ebene des dritten Auges und des Herzens, wo sich alle Energien bündeln, um den Ausdruck des elektronischen Körpers auf der physischen Ebene zu ermöglichen. Im Bereich des Herzens kann die ganze Fülle, die Ganzheit, die Potenz und die Reinheit des göttlichen Selbst ihren Sitz haben. Nur im Herzen können wir die Stimme unseres Höheren Selbst hören und sein Licht sehen, Einsichten und Visionen erhalten und zu einem tieferen Verständnis von allem finden, was ist. Nur im Herzen sind wir präsent sowohl für unser physisches und persönliches als auch für unser kosmisches, interdimensionales Potential. Alle Körper, alle Chakras, alle Kräfte begegnen sich hier. Die geheime Kunst der Alchemie hat ihren Sitz auf der Ebene des Herzens. Die höchsten Kräfte sind nur für jene bestimmt, die vollkommen rein im Herzen sind. Die Mächte des Lichts überwinden alle Dunkelheit.

Fehlfunktionen

Die Chakras sind in Wirklichkeit eine Bündelung von Energien, die von kosmischen Quellen, aus dem kollektiven Unbewußten sowie aus den physischen, mentalen und emotionalen Welten ausgehen. Die Energien strömen auf uns ein und beeinflussen unsere Chemie auf den Ebenen von Persönlichkeit und Psyche. Sobald wir die Lektionen und Energien auf jeder Ebene gemeistert haben, können wir beginnen, die mit ihnen verbundenen Substanzen umzuwandeln und die Energien in feinstoffliche energetische Kanäle entlang der Wirbelsäule zu entlassen. Diese Kanäle bewegen sich in zwei gegenläufigen Spiralen in entgegengesetzter Richtung. Im Osten werden diese Kanäle »Nadis« genannt. Sie münden im allgemeinen direkt ins Nervensystem und beeinflussen das Drüsensystem und irgendwann auch den Blutkreislauf.

Krankheiten haben ihre Ursache in der Unfähigkeit, energetische Schwingungen aufzunehmen, umzuwandeln und zu integrieren. Wenn eine Energie in ein Chakra eintritt und dort auf irgendeine Weise blockiert wird, sucht sie sich durch psychische Fehlfunktionen ein Ventil. Wenn eine Energie bereits in einem Zentrum ist, aber sich dort auf negative, mißgestimmte Weise ausdrückt, die mit dem Rest des Körpers nicht in Einklang steht, wird diese Energie sich irgendwann in Form von physischen Problemen niederschlagen. Das Ganze geschieht völlig unbewußt.

Energiekreisläufe

Die Praxis der Umwandlung in der Alchemie erfordert die Erzeugung von Energie durch das

Medium des Alchemisten selbst. In der traditionellen taoistischen Alchemie wurde dies erreicht, indem man auf systematische Weise Energie durch die verschiedenen Kreisläufe des Körpers sandte. Hier wird ebenfalls ein Energiekreislauf aktiviert; außer bei den Übungen für Fortgeschrittene geschieht dies jedoch nicht durch die physischen Kanäle.

Im Taoismus beruhte der Energiekreislauf auf Punkten innerhalb des physischen Körpers. Hier bezieht er sich auf die ätherischen Gegenstücke, die durch den Willen bewegt, durch das Gefühl belebt und den Geist erzeugt werden. Im Taoismus spielt sich der Energiekreislauf innerhalb eines mikrokosmischen Bereichs ab. Bei uns erzeugen wir einen alchemistischen Kreislauf und ziehen auf dem Wege des individuellen Organismus die kosmischen Energien hinab auf den Planeten selbst. Die taoistische Alchemie, aber auch die mittelalterliche und die zeitgenössische innere Alchemie sind bestrebt, das Niedere ins Höhere zu verwandeln und das Höhere zu verkörpern.

Die Praxis der inneren Alchemie ist vollkommen gefahrlos. Eine Stufe baut auf der anderen auf. Jeder Schritt hat seine eigenen eingebauten Sicherungsmechanismen. Es ist unmöglich, den zweiten Schritt vor dem ersten zu tun. Man kann nicht an den Mächten des Lichts teilhaben, bevor man nicht selbst zum Licht geworden ist. Der einzelne ist mit den Quellen der kosmischen Energie verbunden. Es ist eine Reise weg von sich selbst hin zum Höheren Selbst durch die Erforschung von Raum, Zeit und persönlicher Entwicklung, vieldimensionaler Erfahrung im Jetzt sowie spiritueller Realität und Identität.

Interdimensionale Chakras

Dieses Kapitel über Chakras kann nicht vollständig sein ohne die Erwähnung der fünf außerhalb des Körpers liegenden Energiezentren und der überbewußten Kräfte, die diese hervorbringen.

Da wir in einer dreidimensionalen Realität leben, müssen wir andere Dimensionen in dreidimensionalen Begriffen definieren. Die außerhalb des Körpers liegenden Chakras befinden sich in anderen Dimensionen des Seins. Es ist, als würden sie in der Gegenwart existieren, was sie auch wirklich tun, und sind doch unsichtbar oder mit Hilfe unserer dreidimensionalen Sinne nicht verfügbar. Wenn wir jedoch unsere Schwingung erhöhen, sind wir in der Lage, sie wahrzunehmen, zu spüren und Zugang zu ihnen zu gewinnen. Sie werden uns ebenso vertraut wie unsere dreidimensionalen Fähigkeiten des Denkens, Fühlens und Sprechens.

Um die Chakras auf eine vertikale Weise erklären zu können, wie ich dies mit den sieben grundlegenden, zum irdischen Leben in der dritten Dimension gehörigen Chakras getan habe, müssen wir auch von den außerhalb des Körpers liegenden sagen, daß sie paarweise angeordnet sind. Das erste Paar liegt etwa dreißig Zentimeter über dem Kopf und dreißig Zentimeter unter den Sohlen, das zweite etwa sechzig Zentimeter in beiden Richtungen und das dritte etwa einen Meter zwanzig. Das vierte und das fünfte Paar überschreiten sogar noch unsere dreidimensionalen Begriffe und erstrecken sich in die Unendlichkeit nach oben und nach unten.

Laut Petey Stevens und ihrem Buch *Opening up to your Psychic Self* (Die Öffnung für das außersinnliche Selbst) filtert und reinigt das achte Chakra die kosmischen und irdischen Energien und reguliert sie, um sie nutzbar zu machen. Auf dieser Ebene fühlt der einzelne seine Einheit sowohl mit dem Planeten Erde als auch mit dem Kosmos. Er fühlt seine Verbindung mit den Eigenschaften beider Dimensionen über und unter der dritten, wie etwa dem Elementarreich und den nicht körperlichen Ausdrucksformen des Selbst.

Das neunte Chakra stellt eine Öffnung für eine Art Laboratoriumsdimension dar, in der die persönliche Realität erschaffen und manifestiert wird. Auf dieser Ebene kann der Mensch mit verschiedenen Möglichkeiten des Seins und Habens experimentieren. Diese Bilder werden in nicht körperlichen Dimensionen erzeugt und dann durch die Frequenzen der ersten und zweiten Dimensionen zur Manifestation gezogen. Dieses Chakra könnte das

»Wahrscheinlichkeitschakra« genannt werden, das Zugang zu einer niemals versiegenden Quelle der Möglichkeiten gewährt, indem es eine nährend magnetische Qualität erzeugt.

Tafel 4 Die sieben Chakras - Funktionen des Bewußtseins (auf der physischen Ebene)

Chakra	Eigenschaften	Strahl	Negative Reaktionen/Bedürfnisse (wenn die reinen Eigenschaften nicht integriert sind)	Betroffene Körper/ Sinne
erstes	Gebrauch des persönlichen Willens, Verantwortung für den Planeten, Sicherheit, Erdung (Basis der Wirbelsäule und Beine)	vierter	Entfremdung und Sprunghaftigkeit, braucht zwölf Stunden Schlaf, schweres Essen, Gewalt	Nieren, Adrenalindrüsen, Wirbelsäule, körperlich, Geruchs und Tastsinn
zweites	Invokation, Empfindlichkeit für Schwingungen (Überempfindlichkeit), Individualität, Ausgleich zwischen Soziabilität und Individualität	siebenter	Hysterie, Sinnlichkeit (Lust/Schmerz), jetzt handeln für die Zukunft, laute Musik, Gewürze, zehn Stunden Schlaf,	Ätherischer Körper, Geschmackssinn, Keimdrüsen, Fortpflanzungsorgane
drittes	Beweglichkeit, Persönliche Kontrolle, Frieden, Furchtlosigkeit, Großzügigkeit, Ausgeglichenheit, Fähigkeit, Grenzen zu setzen, Zeit, Reisen, Ordnung und Zusammenarbeit	sechster	Zusammenhangslosigkeit, Unfähigkeit, nein zu sagen, Neigung zu Machtgier, andere zu beherrschen oder sich ihnen willenlos zu unterwerfen, Eifersucht, braucht viel Zucker und acht Stunden Schlaf	Emotionaler Körper, das Nerven System, Sehen, Gallenblase, Bauchspeicheldrüse, Bauch
viertes	Göttliche Liebe, Toleranz, Geduld, Vertrauen, in Kontakt mit sich selbst sein, Zeitlosigkeit, Verbindung von Bewußtsein und Materie	dritter	Gefühl der Leere, Selbstmordgefährdung, aufgesetzte Freundlichkeit, schnell mit Vor urteilen, ißt gern einfach und braucht neun bis sechzehn Stunden Schlaf	Elektronischer und höherer mentaler Körper, Thymusdrüse und Kreislaufsystem, Herz, Blut, Vagusnerv, Tastsinn
fünftes	Göttlicher Wille, Macht, etwas zu erschaffen, Ausdruck und Kommunikation, Hören, Telepathie, Reisen durch Zeit und Raum, Überfluß	erster	Verwirrung, stößt andere vor den Kopf und neigt dazu, sich selbst geringzuschätzen, kann jegliche Nahrung umwandeln und hat keine besonderen Schlafbedürfnisse	Kausaler Körper, Hören, Schilddrüse und Stimme, Bronchien, Lungen und Speiseröhre
sechstes	Das alles sehende Auge, eines Ortes, Hellsichtigkeit, Ordnung und Wille, Konzentration und Segnung die Zukunft	fünfter	Unlogisch, betont intellektuell, fahrig, introvertiert, vergeßlich, Angst vor der Zukunft	Niederer und höherer mentaler Körper, linke Gehirnhälfte, linkes Auge, linkes Ohr, Nasenloch und linke Hälfte des Nervensystems, Hypophyse
siebtes	Invokation, Wissen, das Christus Selbst, keine Grenzen kosmisches Bewußtsein, Einheit, Fähigkeit zur Transmutation	zweiter	Kein Vertrauen, das Gefühl, kontrolliert oder besessen zu werden	Kausaler und elektronischer Körper und die dahinterliegenden Dimensionen, das obere Gehirn und das rechte Auge, Zirbeldrüse

Die oberen drei Chakras das fünfte, sechste und siebente, treffen sich an der Basis des Gehirns und funktionieren als eine Einheit auf der Ebene der interdimensionalen Aktivität In der Antike nannte man diesen Teil des Gehirns »Bindu«, »Jadator« oder »Ort der Glückseligkeit«

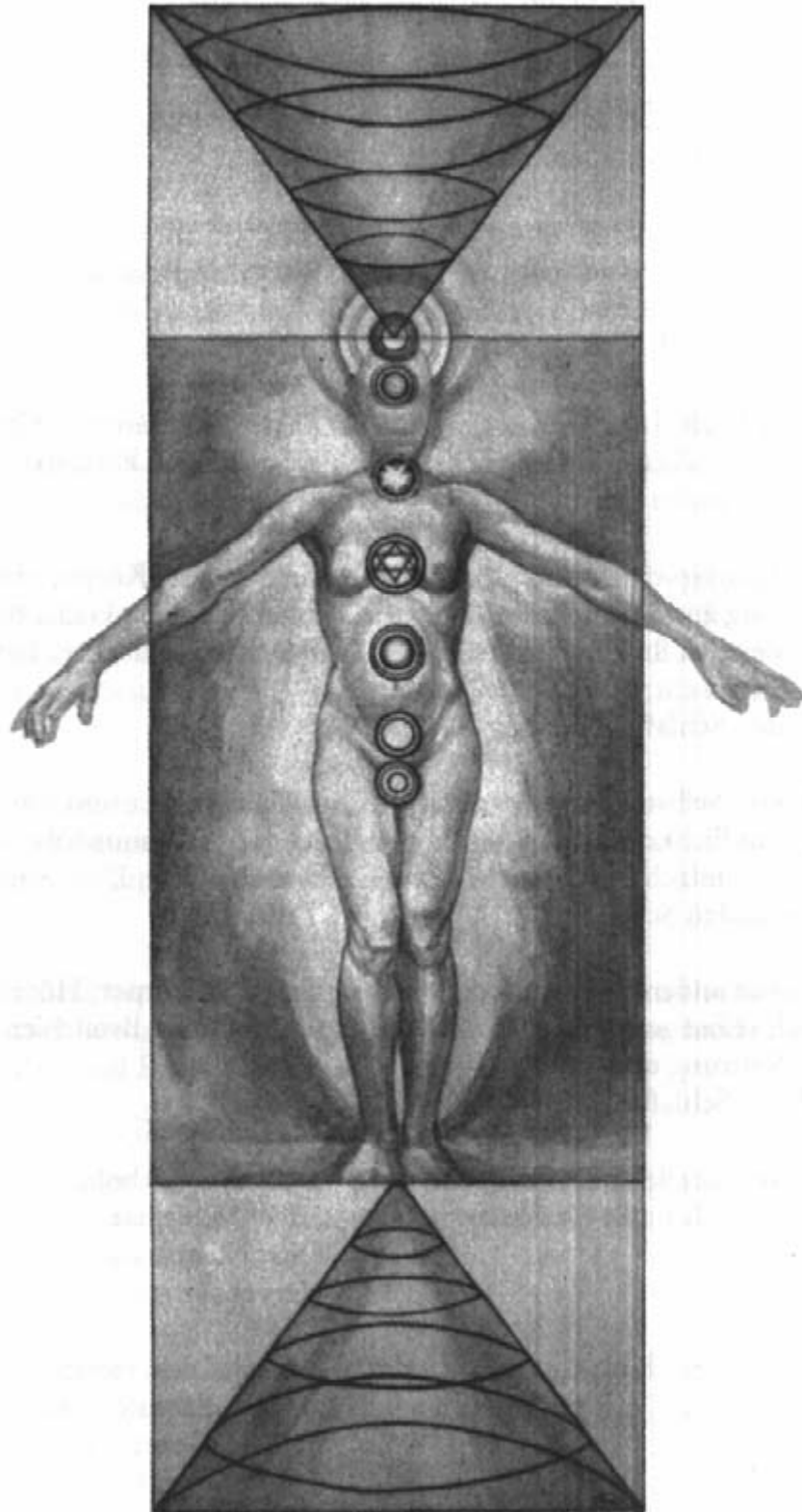


Abbildung 4: Chakras und psychische Zustände, einschließlich der außerhalb des Körpers liegenden Ringe (Ringe der Ganzheit)

Das zehnte Chakra könnte das »Möglichkeitschakra« genannt werden. Es nutzt die kreative Materie des Planeten ebenso wie die kreativen Ideen des Kosmos. Auf dieser Frequenz erzeugen wir vollkommen neue Vorstellungen von einer persönlichen Realität, so, wie ein Prophet oder Hellseher dies tun würde, nur mit dem Unterschied, daß wir den Vorteil haben, neue Kombinationen der Materie für die Erschaffung dieser persönlichen Realität auswählen zu können.

Das elfte Chakra bezieht sich auf kreatives Gruppendenken in Verbindung mit physischer Materie, um das Universum zu erschaffen. Man könnte es das »Universalchakra« nennen. An diesem Punkt sollte man sich darüber im klaren sein, daß diese Chakras immer aktiv sind, gleich, ob wir bewußt an ihnen teilhaben oder nicht. Sie sind, vereinfacht gesagt, oberhalb und unterhalb des Körpers lokalisiert, aber existieren in Wirklichkeit parallel zu unserer Körperlichkeit und haben keine festgelegte Richtung. Ebenso wie andere Chakras sind sie Brennpunkte von Energie und Funktionen des Bewußtseins. Es würde den Rahmen eines solchen Buches sprengen, wollte man sie in allen Einzelheiten beschreiben. Ich möchte lediglich den Leser mit ihrer Realität und dem weiteren Umfeld der göttlichen Alchemie vertraut machen, dem Schauplatz des ganzen Selbst.

Tafel 4 zeigt die Eigenschaften der verschiedenen Chakras, entweder in ihrer reinen, positiven Form oder in ihren negativen, passiv reagierenden Zuständen, mit Beziehung auf die auf der Ebene des Chakras beteiligten Strahlen und die verschiedenen Körper.

Nimm dir Zeit, jedes einzelne Chakra genau zu studieren und dich selbst mit den hier gegebenen Informationen zu vergleichen. Lerne dich selbst in deinen passiven, defensiven ebenso wie in deinen positiven, aktiven Zuständen kennen. Verwende diese Tabelle als ein Werkzeug zur Selbstdiagnose, aber auch, um die Reaktionen deiner Mitmenschen besser zu verstehen. Sobald du die Energiedynamik auf der Ebene der Chakras, Strahlen und Körper besser verstehst, kannst du beginnen, heilsame Liebe und Energie auszustrahlen, um Ungleichgewicht auszugleichen und eine Atmosphäre des Friedens und der Zusammenarbeit zu erzeugen, die wir alle so sehr brauchen.

Achte bitte darauf, daß die Funktionen des Bewußtseins niemals starr festgelegt sind. Du hast immer noch deinen freien Willen, selbst wenn innere oder äußere Umstände energetische Stürme, Umstürze und Beschleunigungen verursachen. Beobachte den Rhythmus deines Schlafs und der Dinge, auf die du Appetit hast (ohne es dir übel zu nehmen), und du wirst viel leichter mit den natürlichen Zyklen gehen und die Bedürfnisse, die dein Körper hat, erkennen können. Dein physischer, dein mentaler und dein emotionaler Körper sprechen zu dir. Du tust gut daran, ihre Sprache zu erlernen und dich um deine Bedürfnisse ebenso hinwendungsvoll zu kümmern, wie du dich um ein kleines Kind sorgen würdest.

Die Informationen in diesem Buch sollen dir helfen und dich nicht verwirren. Letztlich bist du dir selbst dein bester Freund, und deine Intuition ist dein bester Lehrer.

Tafel 5 Das Verhältnis der Strahlen zu den Zentren

Innere Alchemie	Chakras	Die Geheimschulen
Zweiter: Liebe/Weisheit	7	Erster: Willenkraft
Fünfter: Konkretes Wissen	6	Dasselbe
Erster: Willenskraft	5	Dritter: Aktive Intelligenz
Dritter: Liebe	4	Zweiter: Liebe/Weisheit
Sechster: Hingabe	3	Dasselbe
Siebenter: Zeremonielle Magie	2	Dasselbe
Vierter: Harmonie	1	Dasselbe

Kraftlinien

Kraftlinien liegen im ätherischen Körper, aber haben eine identische Entsprechung im physischen Körper als Energiekanäle, die verschiedene Punkte innerhalb des Organismus verbinden. Darüber hinaus gibt es Kraftlinien, die den Organismus mit ähnlichen Punkten innerhalb des Planeten oder in himmlischen Sphären verbinden.

Der Erdungskreislauf

Wie bei den Chakras handelt es sich hier um eine ganze Anzahl verschiedener Modelle, die im Laufe der Jahrhunderte entwickelt und angewandt wurden. In den meditativen Traditionen des Ostens, insbesondere in Indien und Tibet, wurde die physische Energie durch das Basischakra in den Körper des Planeten geerdet. Bei der entsprechenden Körperhaltung wurden die Beine überkreuzt. Die Absicht dabei war, vollkommene innere Ruhe und Leere zu erzeugen, jegliche Aktivität zu beenden. In der ägyptischen Tradition jedoch wie auch in den Kampfsportarten findet die Erdung durch die Fußsohlen statt.

Im einen Fall wird für die innere Arbeit die Erdung gesucht - der Körper wird in Raum und Zeit verwurzelt, um Wiedereintritt, Identifikation und Stabilität zu gewährleisten. Im anderen Fall, in der westlichen hermetischen, der ägyptischen und der Tradition der Kampfsportarten ist der ganze Körper beteiligt. Hier ermöglicht es die Erdung dem Menschen, seinen Körper in Bewegung und in weltlicher Aktivität zu erden. Dabei hängt sein Dienst an der Welt davon ab, wie er innere und äußere Realität verbindet.

In beiden Fällen bedarf es des Dienstes oder der Anwendung spiritueller Prinzipien, mit dem Ziel, die Menschheit in irgendeiner Weise weiterzubringen. Im ersten Fall besteht der Dienst im Gebet und im rechten

Denken und in der Erzeugung der Lichtsubstanz des guten Willens, den Buddha »Bodhicitta« nannte. Im zweiten Fall besteht der Dienst aus praktischem Handeln in der Welt, einem Tun, das sowohl körperliche Transformation als auch Spiritualität erfordert.

Erdungsübungen

Innere Alchemie basiert auf dem Prinzip, daß wir einen Körper aus Licht, ein unsterbliches Gefäß bilden, während wir uns direkt hier auf der physischen Ebene in einer Inkarnation befinden. Wir tun dies, indem wir den physisch dichten Körper verwandeln und den Kern, unseren Körper aus Licht, erwecken.

Die meisten Menschen sind nie genug geerdet. Und wenn wir meinen, wir seien es, dann handelt es sich meistens um die falsche Art von Erdung. Die Substanz der Erde selbst ist so durch materielle und energetische Gifte verschmutzt, daß es kaum eine Erholung ist, sich »der Erde hinzugeben«, wie einige Praktiken des New Age dies nahelegen.

Wenn wir es in unseren Kopf bekommen, daß die Erde genauso ist wie wir, dann können wir verstehen, daß auch sie einen Körper aus Licht, ein Lichtwesen, besitzt. Wenn ich vorschlage, sich zu erden, dann meine ich damit nicht, daß man sich mit der materiellen Substanz der Erde verbinden soll, sondern eher mit ihrem Kern, mit ihrem Herzen. Natürlich sprechen wir davon, das »Licht in einem Gefäß aus Materie« zu verankern, und natürlich funktioniert die Materie als ein Gefäß und ein Sender von Schwingungen, die wir empfangen und weitergeben. Dieses materielle Medium ist nicht dein dichter physischer Körper, sondern dein Lichtkörper, dein ätherischer Körper.

Ich bin fest davon überzeugt, daß wir eine Entwicklung hin zu einer neuen Frequenz des Lebens durchmachen. Dieses Leben wird sich auf ätherischen Ebenen der Aktivität abspielen, ebenso wie es dies auf anderen Planeten in unserem Sonnensystem tut. Die Erde ist in der Tat der einzige Planet in diesem System, der eine dreidimensionale - das heißt physische - Existenz hat. In Vorbereitung für diese neue Schwingung werden unsere Körper und der des

Planeten selbst neu aufeinander abgestimmt.

Visualisierungen zur Erdung

Für diese Visualisierung aktiviert man den Energiefluß im ersten und zweiten Chakra sowie in den Kraftlinien, die deine Beine durchlaufen. Eine meiner Lieblingsmethoden, dies zu tun, ist durch sanfte Betätigung wie beim Tai Chi oder Aikido. Joggen und hartes physisches Training erzeugen nicht das feine Gewahrsein, das nötig ist, um dich für den Energiefluß zu öffnen, der vom Herzen der Erde ausgeht.

Möglicherweise brauchst du nichts weiter zu tun, als die Körperhaltung »das Pferd« einzunehmen. In den Kampfsportarten wird diese Haltung zu Beginn der Übungen solange beibehalten, bis man das Erwachen des »Hara« spürt. »Hara« ist der japanische Begriff für die Energien, die sich am Nabelzentrum sammeln.

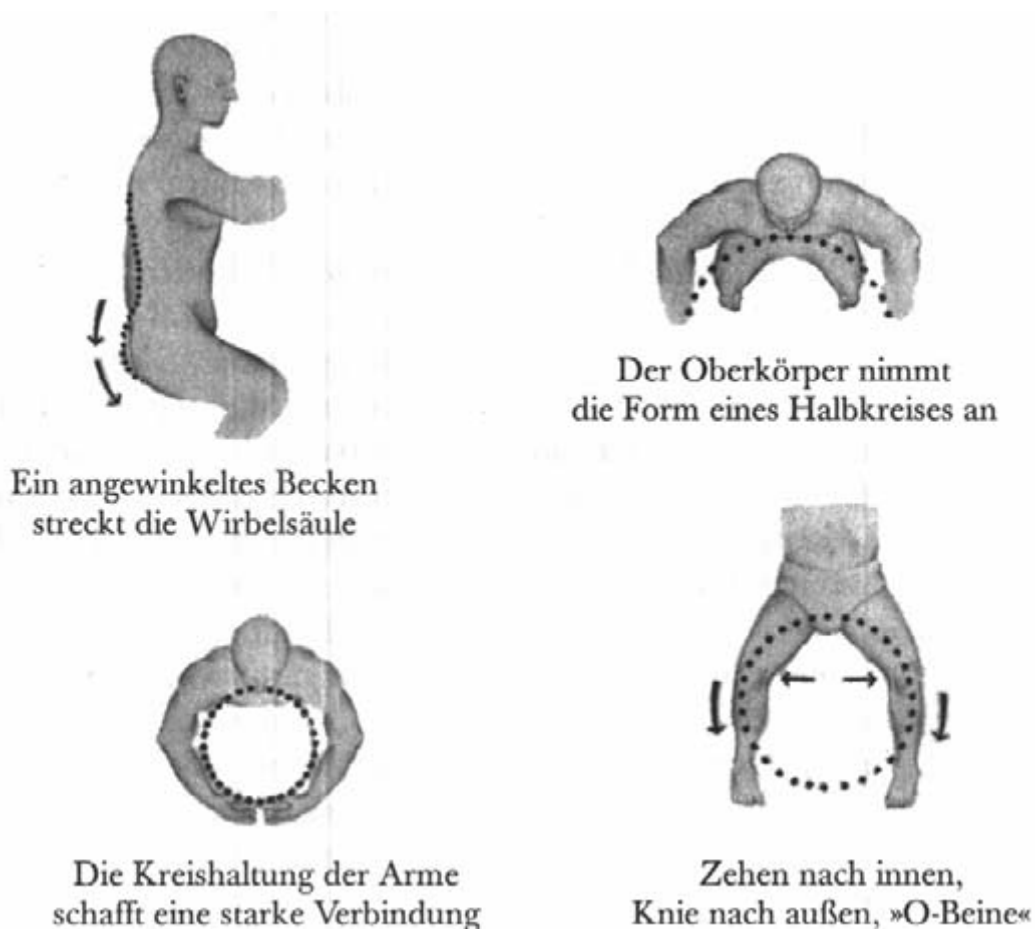


Abbildung 5: »Das Pferd«

Taoistische Alchemisten sahen die Kampfsportarten als eine unentbehrliche Vorübung zur Erschaffung des unsterblichen Gefäßes sowie für die Erhaltung von Spannkraft und Jugendlichkeit und die Erzeugung der Lebensenergie, die man für die alchemistischen Übungen braucht.

Nachdem du eine Zeitlang die Haltung beibehalten hast, wirst du ein Zittern in den Beinen verspüren. Dies ist dasselbe Zittern, wie es in einigen bioenergetischen Körperübungen hervorgerufen wird. Es dient dazu, jene Lebensform zu erzeugen, die die Quelle für den Orgasmusreflex ist. Möglicherweise verspürst du eine brennende Hitze in den Beinen und wirst immer wieder versucht sein, die Übung abubrechen. Die Erweckung dieser Energie löst, wie bereits Wilhelm Reich feststellte, die verschlüsselten Prägungen innerhalb der Überlebens- und emotionalen Zentren aus.

Wenn du die Haltung während des Zitterns aushaken kannst, wirst du spüren, wie Energie durch deinen Körper aufsteigt. An diesem Punkt solltest du bewußt visualisieren, wie dein Hara mit dem Zentrum der Erde verbunden ist. Tu dies, indem du deine Beine als die beiden Seiten eines aufrechtstehenden Dreiecks siehst, an dessen Spitze das Chakra steht. Verlängere die Kraftlinien unter deinen Beinen in ein zweites, umgekehrtes Dreieck, dessen Spitze in der Erdmitte steht.

Eine andere Visualisierung hilft - besonders wenn du nicht in der Lage bist, die körperliche Anstrengung aufzubringen -, den Fluß der Lebensenergie zu erzeugen: die Vorstellung einer Erdungsleitung. Dies ist in einigen westlichen Systemen schon beinahe eine Standardübung zur Erdung. Einige empfehlen, sich mit der Erdmitte zu verbinden, indem man Lichtbogen visualisiert, die in der Schambeingegend verankert sind. Andere regen an, in der Vorstellung nach dem Kern des Planeten zu greifen, indem man sich eine - normalerweise goldene - Schnur oder ein Kabel vorstellt, die man fest um einen dort visualisierten Ring schlingt. Eine andere Technik macht von denselben Lichtpartikeln Gebrauch, wie man sie im Zentrum der atomaren Struktur des Körpers findet. Diese Erdungsleitung ähnelt einem Schwanz und ist eine Fortsetzung des zentralen Energiekreislaufs innerhalb des Körpers selbst. Es kann sehr angenehm sein, sich vorzustellen, daß der eigene Lichtkörper durch die Erdungsleitung mit dem der Erde verbunden ist.

Während dein Körper immer mehr leuchtet, wenn du die Visualisierung der Lichtpunkte im Zentrum jedes Atoms deines Körpers stabilisierst, wird auch der Körper der Erde immer heller. Sieh, wie der Kern des Planeten sich zu einem strahlenden, goldenen, kristallartigen Zentrum entwickelt, von dem ein sanftes rosa Glühen ausgeht. Zehre von ihm wie ein Kind von seiner Mutter. Fühle, wie das strahlende Zentrum durch die Erdungsleitung hindurch aufsteigt und jedes einzelne Atom und Molekül deines Körpers nährt. Fühle die Festigkeit und Sicherheit, dort verankert zu sein. Laß deinen Körper in diesem Gefühl ruhen.

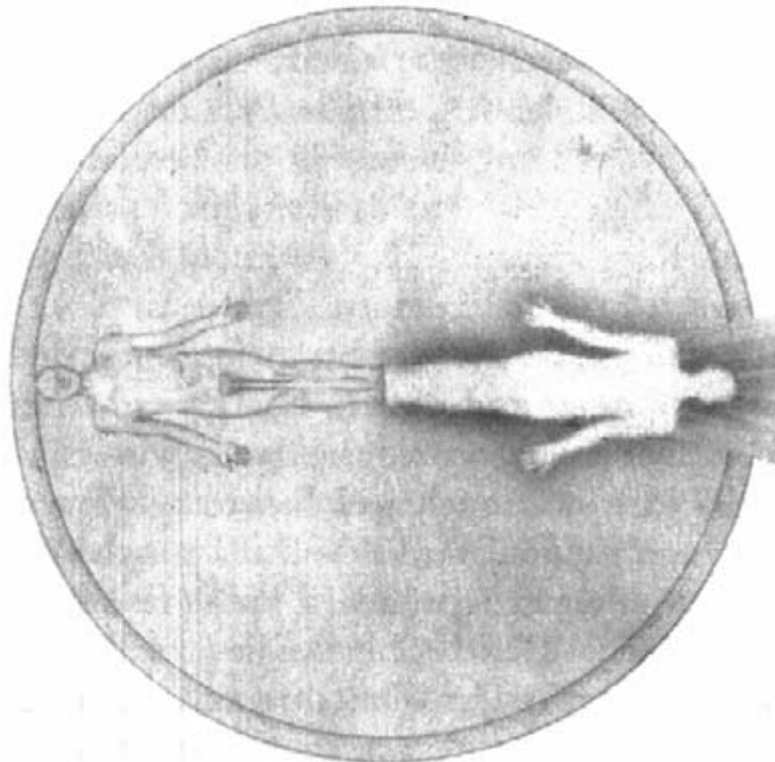


Abbildung 6: Erdung: Die Lichtgestalt

Die Erdungstechnik, die wir im Zentrum für innere Alchemie verwenden, nennen wir »Lichtgestalt«. Sie beruht auf Praktiken, die von den Essenern angewandt wurden, einschließlich - so wurde mir mitgeteilt - des Meisters Jesus Christus selbst. Der vollständige Übungszyklus ist in dem kleinen Büchlein Armour of Light (Rüstung aus Licht) von Oliver Pixley enthalten. Die Grundidee besteht in einem Lichtdoppel des physischen Körpers auf der Höhe der Füße. Dadurch wird das Körperliche direkt im Licht verankert und dient als natürlicher Schutz gegen die Aufnahme negativer Partikel von der Erde und aus der Umwelt. Es ist eine äußerst wirkungsvolle Technik. Du solltest sie versuchen.

Lege dich für diese Übung hin. Spüre eine Gestalt aus Licht zu deinen Füßen, eine genaue Kopie deiner physischen Gestalt, nur aus hellem Licht. Spüre den Kontakt der Gestalt mit deinen Füßen und laß diesen Kontakt deine Füße mit Energie füllen. Dann zieh die Energie aufwärts durch deinen Körper. Beende die Übung, indem du die Verbindung durch die Projektion eines kreisförmigen Lichtstrahls besiegelst, der sich von der rechten Seite über deinem Kopf rings um den Kopf der Lichtgestalt und zurück bewegt, um dann den Kreis über deinem eigenen Kopf zu schließen.

Diese Visualisierung sollte schnell vonstatten gehen. Der Zweck ist nicht nur, den physischen Körper im Licht mit Energie zu versehen, sondern die Kapazität unseres Geistes zu erweitern, damit wir lernen, unverzüglich Kontakt mit dem Licht wahrzunehmen. Es ist ein belebender Prozeß, der beinahe blitzartig durchlaufen werden sollte. Ich habe die Erfahrung gemacht, daß es sehr wohltuend ist, auf diese Weise eine Beziehung zum eigenen Lichtkörper zu finden. Darüber hinaus dient es dazu, eine Balance und die nötige Spannung herzustellen, um den alchemistischen Kreislauf zu erzeugen, auf den wir bald zu sprechen kommen werden.

Heilen und der Heilungskreislauf

Der heilende Kreislauf wird von den Kraftlinien gebildet, die das Herzchakra mit den Nebenchakras an den Handflächen verbinden. Es gibt verschiedene Systeme, von denen einige die gesamte Energie des Körpers nutzen, während andere von reiner Lichtsubstanz zehren, die mit Hilfe außerkörperlicher Mittel und Gedankenprojektion gelenkt wird. Einige Systeme schlagen vor, Liebesenergie durch das Herzchakra auszustrahlen, andere durch den Solarplexus. Einige arbeiten mit körperlichen Berührungen, andere ausschließlich mit der Aura und wieder andere mit Fernheilung durch Gedankenprojektion über weite Entfernungen hinweg.

Die eigentliche Heilung geschieht durch den Geist. Er steigt durch die höheren Chakras in das Bindu an der Schädelbasis herab. Von dort aus bewegt er sich weiter bis ins Herzchakra.

Wenn der Heiler durch Handauflegen heilt, sind seine Schulter- und Handchakras besonders weit geöffnet. Ist er ein stiller, unsichtbarer Yogi, wird er die Heilenergie nur durch seine Aura ausstrahlen.

Der Heilungskreislauf kann die Chakras am Handgelenk, an den Fußsohlen und eine beliebige Anzahl anderer Chakras einschließen. Die wichtigsten Chakras im Alltag sind die Chakras an den Handflächen. Ebenso wie die Füße eine Verlängerung der Wirbelsäulenbasis sind, so sind die Hände eine Verlängerung des Herzens.

Alles, was ein Mensch berührt, und wohin er seinen Fuß setzt, hinterläßt einen Eindruck auf allem Lebendigen. Jeder Mensch ist ein potentieller Heiler, denn jeder Mensch ist eine Batterie, ein Leiter für energetische Schwingungen. Hände und Füße sind dabei besonders wichtig. Alle Elemente spiegeln sich in Händen und Füßen wider.

Die alten Alchemisten erschufen ihren Stein der Weisen, indem sie ihn mit Energie luden, die sie aus anderen Dimensionen heraufbeschworen hatten. Sie gaben der Energie einen neuen Sinn, indem sie sie mit Hilfe der Elemente und durch physische Berührung (durch die fünf Finger) in die Substanz übertrugen. Auf diese Weise kann eine materielle Substanz wie Kohle zu einem Diamanten oder Blei zu Gold verfeinert werden. Durch die gekonnte Manipulation der Schwingungsfrequenz wird die molekulare Struktur des Alchemisten verändert. Die

Schwingungsrate der atomaren Struktur wird durch das Medium des Körpers des Alchemisten angehoben und durch seine Hände durchgegeben. Anschließend kann der Stein der Weisen verwendet werden, um andere Substanzen neu abzustimmen.

Die Folgen, die dies auf die Möglichkeiten der Verjüngung und Heilung hat, sind unabsehbar. Ein System zum Ausgleich der Energien, genannt »Polarity«, beruht auf tiefen Einsichten in die energetische Struktur des Menschen, einschließlich der Polaritäten von links/rechts und innen/außen. Ein anderes, ähnliches System ist die Alexander-Technik. Die Organe selbst, ebenso wie die Körper, haben positive oder negative Polaritäten. Indem man diese Pole aneinander anpaßt, bewirkt man einen Ausgleich. Der wichtigste, geradezu magische Bestandteil für Heilungen aller Art ist die Harmonie.

Eine der heilsamsten Gesten ist eine Umarmung. Besonders eine Umarmung, die aus überströmender Liebe und einem Überfluß von physischer Energie kommt. Die Energie springt förmlich auf die ausgelaugte Person über. Energie sucht immer nach einem Ausgleich. Es ist wichtig, daß du deine Stärken, deine Konstitution, deine energetische Verfassung kennst. Sei dir darüber im klaren, wo deine heilenden Fähigkeiten liegen. Nicht jeder Mensch ist ein Heiler auf der physischen Ebene.

Wenn ich jemandem die Hände auflege, befinde ich mich in Kontakt mit seinem Höheren Selbst. In diesem Zustand bin ich mir meiner Verbindung zum göttlichen Selbst bewußt. Ich lasse zu, daß die Kraft, wie sie jeweils gerade gebraucht wird, durch mich hindurchgeht. Allein dadurch, daß ich einen Körper habe, besitze ich auch die Kontrolle über seine Körperlichkeit. Zwar findet ein Ausgleich von Energien völlig spontan statt und kann in vielen Fällen von sich aus schon eine Heilung bewirken, aber die Heilung selbst kann nicht ohne Absicht, ohne Gebet oder Invokation stattfinden. Die Kräfte des Lichts müssen eingeladen werden. Auf der Ebene der physischen Materie besitzen sie keinerlei Autorität, ganz im Gegensatz zu uns. Heilung geschieht aus einem partnerschaftlichen Zusammenwirken von Materie und Licht.

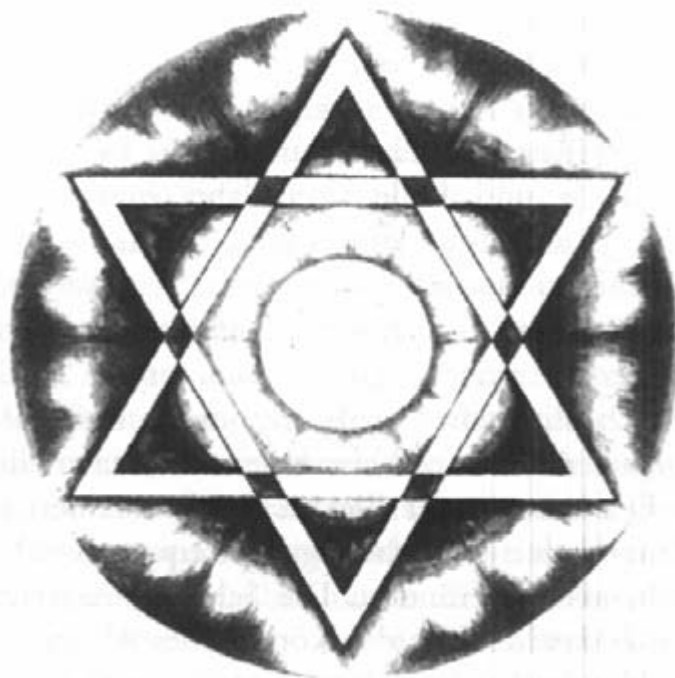


Abbildung 7: Meditation: der Davidsstern, ein sechszackiger Stern

Wenn ein Mensch Berührungen nicht annehmen kann, seien sie physisch oder in der Aura, dann kann Energie auch mit Hilfe von Gedanken projiziert werden. Während man die

physische Substanz dadurch nicht direkt ansprechen kann, ist dies beim emotionalen Körper durchaus möglich, was wiederum bestimmte Strukturveränderungen auf der physischen Ebene bewirken kann. Nach einer solchen Heilsitzung fühlt man sich dann völlig entspannt und wohl.

Ich weiß bei meiner Energiearbeit niemals genau, wie lange ich die Hände an einer bestimmten Stelle halten werde. Häufig schläft die Person ein, was ein sehr erstrebenswerter Zustand ist, weil der Geist (der sich normalerweise gegen den Heilprozeß sträubt) völlig beiseite tritt. Die Gehirnwellen werden verlangsamt, und an diesem Punkt sind die Kräfte, die durch mich wirken, in der Lage, das Gleichgewicht, die Ausrichtung, die Belebung, die Neuabstimmung und die Entspannung herbeizuführen, die wir suchen, und zwar direkt auf der Ebene des physischen Körpers. Der Prozeß der Harmonisierung, der der Umwandlung vorangeht, hat begonnen.

Allein dadurch, daß ich mich durch meine Lebensweise und durch bewußte Invokation an den Kräften des Lichts ausrichte, wird jemand, der in meinen Raum kommt, sofort von den Schwingungen des Lichts berührt.

Jeder Mensch kann das.

Heilende Visualisierungen

Übung, um dich selbst zu heilen:

Visualisiere einen großen goldenen Davidsstern, hell goldgelb leuchtend, direkt vor dir. Sieh dir diesen Stern aus leuchtendem goldenem Feuer an. Achte auf die strahlende weiße Aura, die ihn umgibt. Im Zentrum des Sterns ist eine weiße leuchtende Kugel ... eine pulsierende weiße Sonne ... die weit, weit entfernt scheint ... unendlich weit.

Geh in Gedanken auf den Stern zu, durch ihn durch, in die Sonne in der Mitte hinein.

Verschmelze mit ihr ... nimm sie in dich auf, laß dich ganz von ihr verzehren ... deinen Körper, deine Aura. Sei still und wisse: »Ich bin Gott«.

Übung, um einen anderen zu heilen:

Bring das Symbol des Sterns in dein Herzchakra. Bleib so. Halte seine Intensität aufrecht.

Visualisiere die physische Gestalt der Person, die du geheilt sehen möchtest ... und stell sie in die Sonne in der Mitte.

Es gibt sehr viele wunderschöne und wirksame Visualisierungen, die man anwenden kann, um die Kraft des Lichts anzuziehen, die nötig ist, um eine spirituelle Heilung und Orientierung oder sogar Neustrukturierung zu bewirken.

Erkunde die Formen und Farben, die dich inspirieren und deine Stimmung heben.

Die Kraftlinien bilden die Grundstruktur. Sie sind die Pfade, die eine alchemistische Arbeit ermöglichen, indem sie die Polaritäten von Licht und Materie vereinigen. Diese Arbeit ist normalerweise aufgeteilt in:

Umwandlung: alle Heilungen und Neudefinitionen/Umdeutungen Niederschlag: physische und nicht-physische Manifestationen, und Vergeistigung: die Läuterung der Dichte und ihre Umstrukturierung in Lichtformen.

Es gibt zwei weitere Grundkreisläufe, die ich kurz erwähnen möchte, denn sie bezeichnen näher die Aspekte der Körperlichkeit und Spiritualität, die in einer solchen Arbeit eine Rolle spielen.

Von den alten taoistischen Alchemisten und indischen Yogis wurde der Kundalinikreislauf aktiviert. Er besteht aus dem Kreislauf der Energie durch die Chakras, der sich in einer ständigen Drehbewegung vollzieht, die dazu dient, die Chakras zu aktivieren, alle nacheinander mit Hilfe der Energie des vorangegangenen zu entzünden und diese Energie kontinuierlich durch eine kreisförmige Schwingbewegung zu verstärken.

Die zunehmende Intensität dieser Visualisierung regt den Kundalinikreislauf zur Aktivität an

und verschafft sich häufig ein Ventil. Das kann für die körperliche, mentale und emotionale Gesundheit durchaus gefährlich werden. Ich kenne eine Person, die durch die vorzeitige Erweckung seiner Kundalini stark verängstigt wurde. Sie hatte eifrig die Lehren von Gopi Krishna befolgt und während des Prozesses beinahe ihren Verstand verloren. Daraufhin hatte sie Angst, jemals wieder Kontakt mit ihren spirituellen Energien aufzunehmen. Es warf sie in ihrer Arbeit um Jahre zurück.

Die direkteste und sicherste Verbindung findet man zu dem spirituellen Kreislauf, der Verbindung des persönlichen zum göttlichen Selbst, durch Fühlungnahme, Visualisierung und Affirmation. Der spirituelle Kreislauf verbindet die kosmischen Kraftlinien mit den planetarischen, um das zu erzeugen, was ich den »alchemistischen Kreislauf« nenne. Dieser besteht aus der Bündelung von Energien der niederen Chakras im Herzzentrum, wo sie von Feuer in Licht umgewandelt werden.

Vom Herzen aus geht die erzeugte Energie weiter, um durch das Halszentrum, das dritte Auge und das Zirbeldrüsenzentrum und darüber hinaus durch das Seelenzentrum zum Höheren Selbst zu wandern. Schließlich vereinigt sie sich in der zwölften Dimension mit dem göttlichen Selbst. Das göttliche Selbst läßt die Energie dann in einer Schleife zum Ursprungsort zurückkehren.

Die Verfahren der inneren Alchemie beschränken sich nicht auf die Zirkulation von Energie innerhalb des Körpers. Sie nehmen auch Energie vom Herzen der Erde und verbinden sich mit den himmlischen Sphären. Der alchemistische Kreislauf wird in allen Einzelheiten im nächsten Kapitel besprochen.

Atem

Die Praxis der Alchemie erfordert wie viele andere esoterische und metaphysische Disziplinen den bewußten Gebrauch des Atems. Forschungen haben bewiesen, daß der Atem die Lebenskraft im ganzen Körper verteilt. Je besser, tiefer und voller wir atmen, desto besser, vitaler und gesunder fühlen wir uns. Atem belebt den Blutkreislauf und das ganze System. In den Prozessen der inneren Alchemie spielt der Atem ebenfalls eine sehr wichtige Rolle. Atmen ist möglicherweise eine der leichtesten Methoden, um emotionale Zustände zu verändern und körperliche Verspannungen zu lösen. Ein einziger tiefer Atemzug kann das Blut mit soviel Sauerstoffversorgen, daß die Müdigkeit wie weggeblasen erscheint, selbst inmitten einer verschmutzten Stadt.

Früher wußten die Menschen um die Funktionen des Atems. Ein Teil des yogischen Systems des Pranayama besteht aus verschiedenen Arten des Atmens. Die ausgeglichene Standardatmung - beim Einatmen wie beim Ausatmen die gleiche Zählung - war als Übung für westliche Traditionen wie die ägyptische oder druidische ebenso bedeutend wie für die östlichen Wege. Mantras und religiöse Gesänge sind im Osten wie im Westen eine der angenehmsten Methoden, den Atem zu erweitern und zu vertiefen.

Warum ist es so wichtig, gleichmäßig zu atmen, und warum ist es empfehlenswert, in bestimmten Fällen die Zählung der Atemzüge zu verlängern. Gleichmäßige Atmung schafft und erhält einen ausgeglichenen Körper, da die rechte und linke Seite des Körpers, des Gehirns und des Nervensystems harmonisiert werden. Die ständige Sauerstoffzufuhr wird alle Hindernisse, Verfestigungen oder Blockaden, die im Denken, im Fühlen und im ganzen Körper vorhanden sind, wegspülen und die Gesamtschwingung verändern. Nach wenigen Minuten gleichmäßiger Atmung fühlst du dich entspannter und offener für feinere Wahrnehmungen.

Religiöse Gesänge, Mantras und Rezitationen zwingen den Körper, tiefere Atemzüge zu nehmen, und erhöhen dadurch die Sauerstoffaufnahme, das Fassungsvermögen der Lungen und verlängern die Atemzüge. Das Singen, insbesondere das andächtige Chanten, ist eine der einfachsten Methoden, das Tor zu den spirituellen Kräften zu öffnen.

Eine andere im Yoga empfohlene Praxis ist das Anhalten des Atems, sowohl beim Ein- als auch beim Ausatmen. Probier es doch selbst einmal aus: Wenn du den Atem bei vollen Lungen anhältst, wirst du nicht nur das Gefühl haben, gleich zu platzen, sondern du wirst möglicherweise durch den vermehrten Sauerstoff in den Lungen auch ein Kribbeln in den Gliedern verspüren. Wenn du deinen Atem nach dem Ausatmen anhältst und die Lungen von deinem gewöhnlichen Atem entleert sind, wirst du ein Gefühl der Enge verspüren, die durchaus etwas Beängstigendes haben kann und schließlich sogar zu einem Kribbeln in den Gliedern führt. Die entleerten Lungen zwingen dich, erneut Atem zu holen. In einem vollen Atemzug kann man die ganze Fülle des Lebens spüren, eine Art Wiedergeburt, wobei das Ausatmen als Leere oder als Nacht, als »kleiner Tod« gesehen werden kann. Stelle fest, welche Aspekte des Lebens dir am meisten angst machen: die des Ein- oder die des Ausatmens. Erlebe bewußt, wie du atmest. Unser Atem ist ein ständiges Sterben und Wiedergeborenwerden.

Diese Atemvorgänge und ihre vielen Varianten sind die Basis des Yoga, aber auch des Tao. Die esoterischen Praktiken der Schintoisten - Shugindo - sind bei uns unter dem Namen Rebirthing bekannt. Der Atem ist von zentraler Bedeutung für jegliche Transformationsarbeit. Atem wirkt auf das Blut ein, das Lebenskraft und kosmische Farben durch den physischen Organismus trägt und dabei Körper, Geist und Gefühle beeinflusst.

Mach selbst deine Erfahrungen mit dem Atem. Es ist beinahe unmöglich, tief und ruhig zu atmen und gleichzeitig zornig oder traurig zu sein. Werde dir darüber bewußt, wie du atmest, wenn du deine Launen hast, und du wirst merken, wie du automatisch den Atem anhältst. Einige Emotionen bringen es mit sich, daß man mehr ein- als ausatmet, bei anderen ist es umgekehrt. In einigen emotionalen Zuständen wirst du mehr durch den Mund atmen, in anderen mehr durch die Nase.

Mund- und Nasenatmung haben beide ihren bestimmten Sinn. Die Sufis haben ein System, entsprechend der Elemente zu atmen. Jeder Atemzug bewirkt das Gefühl und die Integration des entsprechenden Elements im Körper. So verstärkt beispielsweise das Ein- und Ausatmen durch die Nase die Läuterung des Elements Erde. Die Mundatmung verstärkt die Erfahrung des Elements Luft. Einatmen durch die Nase und Ausatmen durch den Mund erzeugen das Gefühl von Wasser, und Einatmen durch den Mund und Ausatmen durch die Nase verstärken den Fluß des Feuers durch den Körper. Auf diese Weise kannst du deinen eigenen Körper ins Gleichgewicht bringen und deine emotionalen Zustände in eine ausgeglichene positive Verfassung von Harmonie und Kreativität umwandeln.

Die alten östlichen Praktiken, insbesondere im Yoga, empfahlen ausschließlich durch die Nase zu atmen. Das führte dazu, daß zeitgenössische Anhänger des Yoga davon ausgingen, daß dies noch immer notwendig sei. Aber unsere Körperphysiologie hat sich gewandelt, ebenso wie unsere Bedürfnisse. Für eine ausgeglichene, geerdete Spiritualität sind alle Atemarten vonnöten.

Für die innere Alchemie nutzen wir alle Disziplinen und passen diese den individuellen Bedürfnissen an, statt uns in ein System zu pressen. Der Atem ist für uns ein Brennstoff, ein Katalysator für den energetischen Prozeß, der in der alchemistischen Wandlung gipfelt. Ebenso wie die Kraftlinien dazu dienen, Medium für Energie und Licht zu sein, so dient der Atem als Träger des heiligen Feueratems der Gottheit. Atem enthält Leben - Feuer und Licht. Außerdem verkörpert der Atem die Charaktereigenschaften des Menschen. Der Atem ist der Träger, der Energien aller Art transportiert, versiegelt und erweckt. Wer geschickt mit der Energie des Atems umgehen kann, ist durchaus in der Lage, bestimmte Energien aus der Aura zu vertreiben und andere zu erregen. Wenn der Atem mit Tönen verbunden und bewußt gelenkt wird, ist sein Einfluß noch größer. Das ist einer der Gründe, warum das gesprochene Wort ein so machtvolleres Werkzeug ist.

Es ist beinahe selbstverständlich, daß, alchemistisch gesehen, ein Kuß mehr ist als nur ein Kuß. Bei jedem Kuß wird durch den Atem, aber auch durch die Speichelflüssigkeit Energie

und Lebenskraft übertragen. Der Speichel trägt die physische Lebenskraft und die ätherische Konstitution des Menschen. Viele heilige Handlungen, insbesondere in Zusammenhang mit dem Austausch von Atem und Körperflüssigkeiten bei intimen Beziehungen und sexuellem Kontakt, wurden ursprünglich mit großer Ehrfurcht, Genauigkeit und Bewußtheit durchgeführt. Ein Kuß ist ein höchst wirkungsvoller Akt der Energieübertragung auf vielen Ebenen, mit der Absicht, eine Liebesbindung zu erzeugen.

Alle Körperflüssigkeiten, besonders die Samen- und Vaginalflüssigkeit, sind Träger der Lebenskraft. Die Macht einer Frau über einen Mann wird beispielsweise durch ihre Aufnahme seiner Samenflüssigkeit noch verstärkt. Die energetischen Wirkungen einer solchen Bindung halten über Monate hinweg an. Wenn man das versteht, ist das ein guter Anlaß, innezuhalten und die eigene Einstellung zur Heiligkeit des Lebens angesichts seiner gewaltigen Kraft und des allumfassenden lebendigen Geistes, der alles Lebendige durchdringt, neu zu überdenken.

Gehirnwellen, Atem und geistige Fähigkeiten

Gehirnwellen spiegeln die Aktivität der Gehirnzellen oder Neuronen. Je größer oder schneller die Gehirnaktivität ist, desto logischer und rationaler ist das Denken. Je langsamer die Gehirnaktivität, desto schwerer faßbar und mehr auf die »andere Welt« gerichtet ist das geistige Erleben.

Auf der sogenannten Betaebene beträgt die neuronale Aktivität vierzehn bis zweiundzwanzig Zyklen pro Sekunde. Betabewußtsein ist das gewöhnliche Wachbewußtsein, von dem man festgestellt hat, daß es einer Atemfrequenz von achtzehn Atemzügen pro Minute entspricht. Dies ist das durchschnittliche dreidimensionale Bewußtsein.

Auf der Alphaebene beträgt die Rate sieben bis vierzehn Zyklen pro Sekunde. Hier haben wir eine leichte Trance, die durchaus alltäglich ist, aber nur selten als solche erkannt wird. Wer vor dem Computerbildschirm oder dem Fernseher sitzt, gerät leicht auf natürliche Weise in diesen Zustand, der die Psyche für unterbewußte Beeinflussungen und hypnotische Kontrolle empfänglich macht. Es ist der Zustand des Tagträumens, der, wenn er am tiefsten ist, außersinnliche Fähigkeiten und farbige Träume erzeugen kann. Körperliche Empfindungen der Alphaebene sind angenehm leicht und prickelnd. Dieser Zustand ist vergleichbar dem von Tieren, die ein ausgeprägtes Wahrnehmungsvermögen haben, ein breiteres Farbenspektrum sehen und Töne hören können, die weit jenseits des menschlichen Hörvermögens liegen. Der diesem Zustand entsprechende Atemrhythmus beträgt zehn Atemzüge pro Minute.

Als nächstes kommt die Theta- Gehirnaktivität mit vier bis sieben Zyklen pro Sekunde. Dieser Zustand tritt normalerweise im Schlaf oder in meditativer Trance ein, während der die niedere geistige Aktivität unterdrückt und die Aktivität des Körpers stillgelegt oder betäubt ist. Dieser Rhythmus ist der natürliche Zustand bei Pflanzen. Wenn ein Mensch in diesem Zustand sein Bewußtsein behalten kann, ist er imstande, eine Aura zu sehen und außerhalb von Zeit und Dimensionen durch den Raum zu reisen. Der Atemrhythmus beträgt sechs Atemzüge pro Minute.

Die letzte Variante bekannter Gehirnwellenaktivität ist der Deltazustand mit einem Drittel bis vier Zyklen pro Sekunde neuronaler Aktivität. Dies ist der Zustand tiefen traumlosen Schlafs. Ich gehe davon aus, daß dies der Raum ist, in den der physische Körper fällt, wenn er sich auf der höchsten Stufe interdimensionaler und spiritueller Aktivität befindet. Man sagt, daß dies die vorherrschende Aktivität bei der Teleportation und Bilokation ist. Es gibt keine Möglichkeit, diesen Zustand zu erreichen, außer durch nach innen gerichtete Praktiken wie Meditation und transzendente spirituelle Erfahrungen.

Die Beherrschung des Atems ist einer der schnellsten Wege, um die Gehirnaktivität zu kontrollieren und in höhere Bewußtseinszustände einzutreten. Die Methode, die ich dazu verwende, erfordert, daß man durch den Mund zunehmend immer mehr Luft einatmet, ebenso wie bei den Rebirthing- oder Shugindo- Praktiken. Dies sind hochwirksame Methoden, um mit Energien in Kontakt zu kommen, die in der alchemistischen Arbeit angewendet werden

können. Ein guter Rebirther wird dich in tiefere Zustände führen, indem er deine Atemmuster verändert und dich sanft zu immer höheren Bewußtseinszuständen leitet, insbesondere durch die Ebenen des Unbewußten, auf die du in den Theta- und Deltastufen triffst. Er wird auch wissen, wann es ratsam ist, dich durch emotionale Einstiegserlebnisse und in die dahinterliegenden Bereiche zu führen.

Die Reise mit Hilfe des intensiveren und geleiteten Atems ist deine eigene persönliche Reise durch verschiedene Bewußtseinszustände vom physischen über psychische bis zu spirituellen Zuständen. Das ist deshalb möglich, weil du in deinem gesamten Wesen, einschließlich des Blutes, der Zellen, des Gehirns und des gesamten Nervensystems, die Schwingungsebenen beschleunigst. Die Atmung mit geöffnetem Mund kann dies besser leisten als die Atmung durch die Nase, weil sie die gesamte Zellstruktur betrifft. Nasenatmung wurde in der Vergangenheit häufig eingesetzt, wobei diese Form der Atmung jedoch außerkörperliche Erfahrungen begünstigt, die uns von dem Prozeß unserer physischen Neuausrichtung abtrennen.

Mit abnehmender Frequenz der Gehirnwellen erhöht sich die Wahrnehmungsfähigkeit. Irgendwann wirst du dich in einer Partnerschaft mit deinem Höheren Selbst befinden, selbst wenn diese nur von kurzer Dauer sein mag. Du kannst in Bereiche des Lichts kommen, die dir normalerweise im Wachzustand verschlossen bleiben. Mit der richtigen Anleitung bist du in diesen Phasen, in denen du normalerweise das Bewußtsein verlieren würdest, in der Lage, andere Wirklichkeiten wahrzunehmen.

Atemübung

Als Anfangsübung schlage ich vor, daß du dir erst einmal darüber bewußt wirst, wie du atmest. Ändere deinen Atemrhythmus. Nimm tiefere, vollere Atemzüge. Versuche durch die Nase zu atmen und dabei im gleichen Rhythmus zu zählen, wenn du einatmest und- wenn du ausatmest. Versuche dann noch einmal die Atmung durch den Mund und zähle genauso. Versuche den Atem anzuhalten ... beim Einatmen ... und beim Ausatmen.

Zusammenfassung

Wir haben im vorangehenden die grundlegende energetische Anatomie des Menschen betrachtet. Offenbar handelt es sich dabei um einen höchst empfindlichen Organismus, der zu komplex ist, um bewußt überwacht zu werden. Das ist jedoch überhaupt nicht schlimm, denn man braucht ihn auch nicht in allen Einzelheiten zu kontrollieren. Du bist dein eigener Energieerzeuger und Buchhalter in einer Person. Du befindest dich in dieser dreidimensionalen Existenz, um sie zu erforschen und einen Sinn fürs Detail zu entwickeln. Du bist hier, um auszuschöpfen, was dir diese Dimension zu bieten hat. Du nimmst an den höchsten und an den niedrigsten Formen des Lebens teil. In dir sind die Elemente lebendig, vermehren sich, entwickeln sich und bringen wiederum Neues hervor. Für sie bist du so groß und unendlich, wie für dich die Vorstellung von einer zwölften Dimension ist.

Du brauchst nichts weiter, als für dich selbst und deine Fähigkeiten präsent zu sein, während sie sich entwickeln und erweitern. Wenn du unbedingt Überstunden machen willst, dann kannst du das tun, jedoch nur aus freien Stücken. Wenn du dabei nicht aus den Augen verlierst, daß das Leben auch ein Spiel ist, dann wird das Ganze zu einem aufregenden Abenteuer, in dem dir immer größere Dinge ermöglicht werden.

Fassen wir zusammen: Du hast sieben Gefäße oder Körper. Dein physisches Leben dreht sich um die dreidimensionale Realität und entspricht der Aktivität der ersten drei Körper: des physischen, des emotionalen und des niederen mentalen Körpers. Auf dieser Ebene wird dein physischer Apparat vom endokrinen System betrieben, das alle Teile gleichzeitig beeinflusst. Das endokrine System wird durch die Aktivitäten der Chakras unterstützt.

Die Chakras existieren in einem Lichtkörper, der ein genaues Abbild deines physischen

Körpers ist. Sie werden durch die Aktivität kosmischer Strahlen erschaffen und stammen zwar aus Dimensionen außerhalb unserer physischen, aber unterliegen ebenso den Einflüssen der Umwelt wie Reaktionen innerhalb deines Körpers. Die Aktivität dieser Chakras wird durch dein eigenes Höheres Selbst angeregt, aber durch dein persönliches Selbst verstärkt, verfremdet oder ausgeblendet.

Die Chakras dienen Funktionen in der dritten Dimension, aber sind gleichzeitig Antennen für die anderen Dimensionen unseres Seins. Unsere Chakras haben ihren Sitz im vierten Körper, dem ätherischen, dem Bauplan für den physischen. Die ersten drei Chakras gewähren Zugang zu Informationen bezüglich des irdischen Lebens. Durch die oberen vier Chakras können wir, wenn wir klar und bereit sind, Kontakt mit anderen Dimensionen aufnehmen und diese Informationen in dreidimensionalen Begriffen ausdrücken. Das achte, neunte und zehnte außerkörperliche Chakra bezieht sich auf die vier-, fünf- und sechsdimensionale Existenz. Das elfte und das zwölfte Chakra beziehen sich direkt auf die elf- und zwölfdimensionale Realität. Die Chakras sind jedoch nicht die einzige Möglichkeit, um andere Dimensionen zu erleben. Wir können ebenso durch unsere anderen Körper die Erfahrung des interdimensionalen Lebens machen. Diese anderen Körper, in diesem Fall den fünften, sechsten und siebenten, erfährt man auf spirituellem Wege: Es sind die Lichtkörper, die unmittelbar den Gesetzen des Lichts unterstehen. In diesen Körpern, die in Wirklichkeit Bewußtseinszustände sind, erfahren wir uns selbst in verschiedenen Bewußtseinszuständen, vom spirituellen bis zum kosmischen. Der Alchemist kennt sich selbst und weiß, daß für ihn nichts unmöglich ist, besonders auf der Ebene der spirituellen Evolution. Der Alchemist kennt die Herrschaft des Lichts über die Technik, über die Materie und letztlich über den gesamten niederen Geist. Er hat intuitiven Zugang zum Schöpfer in den letzten Winkeln seines Wesens. Er hat sich entschieden, eine Partnerschaft mit dem Schöpfer im Dienst am Licht einzugehen, und nutzt all diese Aspekte seiner selbst - seiner ganzen »Familie« von Ichs -, um ihm bei der Schöpfung, der Umwandlung, der Heilung und der Segnung seiner unmittelbaren Umgebung, seiner Umwelt und seines Planeten beizustehen.

Wie arbeitet der Alchemist?

Der erste Schritt besteht darin, die Persönlichkeit flexibler zu machen, ihre Strukturen zu lockern und sich gleichzeitig ihrer verschiedenen Blockaden bewußt zu werden. Die zweite Stufe, die mit der ersten einhergehen kann, ist die Erkundung des persönlichen Selbst durch Zeit und Raum. Wenn ein Mensch seine Persönlichkeit läutert, wird er in die Lage versetzt, Zugang zu Erinnerungen an die Archive aus anderen Leben zu bekommen. Das geschieht auf natürliche Weise, aber kann durch das Wissen um die energetische Anatomie noch verstärkt werden. An diesem Punkt wird der Alchemist in spe sich auf die bewußte Reise der Identifikation mit seiner göttlichen Herkunft machen. Er wird absichtlich das Feuer in seinem Herzen entzünden und sich auf den beschwerlichen Weg der Zähmung seiner instinktiven Reaktionen der drei niederen Körper begeben. Wenn er auf diesem Weg Fortschritte macht, wird er in die höheren Chakras eindringen und durch sie andere Wirklichkeiten, andere Dimensionen des Seins erschließen. Dann beginnt die dritte Stufe der Erkundung der multidimensionalen Existenz.

Jetzt fragst du vielleicht: Was ist eigentlich der Unterschied zwischen diesem Weg und dem, der von den Massen der Adepten, Alchemisten und Metaphysiker in der Geschichte gegangen wurde? Möglicherweise gibt es da gar keinen Unterschied. In vielen Fällen ging es jedoch in der Geschichte ausschließlich um persönliche Macht. Hier in der inneren Alchemie geht es jedoch um die Macht der Liebe und das tiefgehende Verständnis, daß diese in Wirklichkeit die größte aller Mächte ist. Alle bisher beschriebenen Stufen werden nur möglich gemacht durch das Wirken des Geistes. Je tiefer wir in dieses Bewußtsein hineinwachsen, in tiefe Bescheidenheit und Dankbarkeit, desto mehr verstärkt sich die Macht des Geistes, der wie ein

Freund auf liebevolle Zuwendung reagiert. Denn das göttliche Selbst ist in der Tat die einzige Gegenwart, die in allen Dingen aktiv ist. Das ist das Geheimnis der Kunst der inneren Alchemie.

II Die Fähigkeiten des Menschen

Die Macht der Gefühle

Hast du dich jemals gefragt, was eigentlich Gefühle sind? Woher kommen sie? Wohin gehen sie? Welche Dynamik steht hinter ihnen? Und schließlich: Wozu sind sie gut?

Möglicherweise waren deine Fragen anders formuliert, aber dennoch fragen wir uns alle, woher unsere Angst, unser Zorn oder unsere Traurigkeit kommen. Wir geben uns nicht zufrieden mit der Erklärung, daß eben jeder Mensch seine Launen und Gefühle hat, manche mehr, manche weniger, sondern gehen ihnen auf den Grund.

Wenn wir dies tun, lernen wir, zwischen guten und schlechten Gefühlen zu unterscheiden, erkennen unsere Motive, unsere Absichten, und merken, daß unser Tun immer in Beziehung steht zu den Werten, die sich in uns entwickeln. Was wir jedoch nicht so schnell begreifen, ist die Tatsache, daß Emotionen ein kollektives Phänomen sind. Wir sind nämlich in Wirklichkeit wie kleine Schiffe, die durch einen Ozean von Gefühlen und Emotionen segeln, ein Meer, das von Millionen Menschen gebildet wurde, die uns vorangegangen sind, Millionen, die uns umgeben, und Millionen, die darauf warten, die Erfahrung von Gefühlen und des Gesetzes von Ursache und Wirkung auf den niederen Ebenen der Materie fortzuführen.

Gefühle und Emotionen

Gefühle sind die Energie der Liebe, schöpferisch und aus sich selbst heraus entstanden. Emotionen sind menschliche Gefühlsbewegungen, unzählige Variationen und Zerrbilder von Liebe oder von mangelnder Liebe. Gefühl ist die Fähigkeit zu erleben und die Energie, die von diesem Erleben erzeugt wird. Emotion ist ein menschliches Phänomen, während Gefühl ein Potential, eine Kraft, eine Macht ist, die von außen kommt - eine der drei Grundkräfte des Menschen.

Es liegen Welten zwischen Gefühlen und Sinneswahrnehmungen. Sinneswahrnehmungen finden ausschließlich durch die Sinne statt, während Gefühle etwas Nichtkörperliches haben. Gefühle sind eine Funktion des Herzens, die von Menschen, deren Bewußtsein in einem der niederen Chakras gefangen ist, leicht in Reizbarkeit, Ärger und Gier, Angst, Eifersucht oder Stolz umgesetzt werden. Von Menschen, deren Bewußtsein durch eines der höheren Chakras seinen Ausdruck findet, wird dieses Gefühl in Menschlichkeit, Freude, Großzügigkeit, Erfüllung und ein breites Spektrum ästhetischer Genüsse verwandelt.

Wie es funktioniert

Wir sind Bewußtsein, Intelligenz innerhalb eines Gefäßes aus Materie. Materie setzt sich aus verschiedenen Elementen verschiedener Wirkungsgrade zusammen - atomar und molekular, elektrisch, magnetisch, elektronisch, in Schallwellen und so weiter. Außerdem befinden wir uns in einem Körper aus Gefühlen, dessen Substanz nichts mit physischer Materie zu tun hat, sondern sich nur in synchroner Resonanz zur Materie befindet. Dies ist der zweite Körper. Der dritte oder niedere mentale Körper hat eine andere Art von Substanz und befindet sich in Resonanz mit dem ersten und dem zweiten Körper. Die ersten drei Körper bewegen sich in der Tat als einer. Sie sind miteinander verwoben in dem, was wir die »Person« nennen. Das bedeutet nichts weiter, als daß alles, was uns physisch, mental oder emotional passiert, entweder seinen Ursprung oder zumindest seine Resonanz in einem der jeweils anderen

beiden Körper findet. Die Psychologie hat das Verständnis dieser wechselseitigen Beziehungen zum Inhalt, aber hat bis heute nicht in ihrer ganzen Fülle die Mechanismen erkannt, die diesen Beziehungen und der Dynamik, die in jedem Körper aktiv ist, zugrunde liegen. Die Psychologie hat sich größtenteils in der Linearität verschanzt, die eine Eigenschaft des niederen mentalen Körpers ist. Gefühl ist nonlinear, konzentrisch.

Wir können die Aktivität der drei niederen Körper mit der Aktivität der Elemente Erde, Wasser, Luft und Feuer vergleichen. Der physische Körper entspricht der Dichte, Stabilität und Festigkeit der Erde. Der emotionale Körper entspricht dem Wasser, seiner Flüssigkeit, seiner Fähigkeit zu erstarren oder zu verdunsten, dem Strömen, Rollen, Spiegeln und Ausfüllen. Der mentale Körper entspricht den Eigenschaften der Luft: kühl, trocken, schneidend oder erfrischend und inspirierend. Feuer bezieht sich auf das Bewußtsein oder den Geist. Es entzündet alles, worauf es sich richtet. Es ist der Funke des höheren Lebens in den Körpern.

Diese drei Körper und ihre Eigenschaften sind Teil der Erlebniswelt unseres Planeten. Jeder hat sie, wenngleich in verschiedenen Graden und Qualitäten. Es ist, als sei jedem von uns dieses großartige Wesen, der Planet Erde, anvertraut worden, indem wir in Form dieser drei Körper ein Bestandteil von ihr sind. Wenn wir uns um die Körper kümmern, wird dies seinen Niederschlag auf der Erde finden.

An dieser Stelle kommen wir auf den Begriff der Qualifikation. Gefühle verstärken Energie. Als bewußte Intelligenz haben wir die Fähigkeit, uns Dinge vorzustellen und ihnen Energie durch unsere Gefühle zu geben. Wenn wir etwas als schön ansehen, dann wird dieser Gegenstand tatsächlich schön. Wenn wir etwas als häßlich oder angsteinflößend empfinden, dann wird auch das wahr. Was wir betrachten, erzeugt ein Gefühl in uns, entweder durch eine Wiederholung aus der Vergangenheit, durch etwas Neues in der Gegenwart oder etwas konstruktiv Willentliches, einen Akt des freien Willens.

Was immer wir anschauen, bestimmen wir neu, geben ihm eine neue Qualität. Wir sind ständig dabei, alles in unserer Umgebung durch die Art und Weise, wie wir es durch unsere Gefühle betrachten, umzudeuten. Je mehr die Menschen etwas in einem bestimmten Licht sehen, desto mehr wird sich dieses Ding ihrer Sichtweise anpassen. Wenn beispielsweise genügend Menschen Sex als etwas Schlechtes ansehen, dann wird Sex sich als etwas Schlechtes manifestieren. Wenn genügend Menschen den Tod als etwas Furchterregendes sehen, dann werden sie den Tod fürchten. Was wir fühlen, vergrößert das, was ist, und je mehr wir fühlen, desto größer die Vergrößerung. Es gibt viele Dinge, die wir für gegeben hinnehmen, einschließlich des Alterungsprozesses und des Zerfalls. Unsere Lebensspanne ist heute im Vergleich zu früher nicht nur wegen Streß und Umweltverschmutzung so kurz, sondern auch wegen der allgemeinen Übereinstimmung, daß wir mit dem Alter gebrechlich werden.

Wenn genügend Menschen an einem bestimmten Ort auf dieselbe Weise denken und fühlen, bilden sich kulturelle Eigenarten. Wenn die gesamte Weltbevölkerung auf dieselbe Weise fühlt, haben wir es mit einer mächtigen, tief verwurzelten Überzeugung zu tun. Dieses Massengefühl erzeugt emotionale Trends und Energiestruel, die auf den einzelnen Menschen ungeheuerere Auswirkungen haben und sich durch Aberglauben, Suggestionen und hypnotische Beeinflussung auf seine eigenen Energien auswirken.

Die Energie des emotionalen Körpers erscheint in ihrer reinen Form wie ein funkelnder Nebel aus feinen Farben, die ebenso interessant schillern wie die einer Seifenblase. Wenn diese Energie durch einen Menschen Qualität annimmt, modifiziert, verstärkt oder eingefroren wird, nimmt sie eine andere Dichte und Färbung an. Die Farben werden dunkler und trüber. Sie wirken nicht mehr auf geistigem Wege, wie sie dies in ihrem Reinzustand taten. Nun reflektieren sie den Egoismus oder den Eigenwillen des Individuums. An diesem Punkt bilden sich durch die Unruhe der Energiebewegungen innerhalb des emotionalen Körpers Wirbel. Jedesmal wenn der Mensch auf diese Weise fühlt, vertieft er noch den Graben und erzeugt

einen noch stärkeren Strudel, der wie ein magnetischer Sog wirkt und ähnlich gelagerte Energien anzieht, diese einfärbt und dann ihre Eigenschaften ausstrahlt, um alles in seinem Umkreis damit zu beeinflussen. Das Gefühl, das nun zu einer Emotion geworden ist, schlägt dich ganz in seinen Bann, und du fühlst dich ihm hilflos ausgeliefert. Ehe du dich versiehst, strahlst du durch die Schwerkraft dieser Emotion Zorn, Angst und Traurigkeit aus. Du verlierst die Kontrolle über dich selbst. Der Wirbel bewirkt, daß du erregt und unruhig bist, und verwickelt dich in negative Gefühle wie Reizbarkeit, Unzufriedenheit, Frustration, Wollust, Gier, Überheblichkeit oder Herrschsucht aus gewohnheitsmäßigem und unbewußtem Antrieb.

Wenn die Wirbel, die von einem Menschen erzeugt werden, anders sind als diejenigen, welche in seiner Region oder zu seiner Zeit üblich sind, fühlt er sich als Außenseiter. Wenn sie der Umgebung entsprechen, werden sie -natürlich - noch weiter verstärkt.

Die emotionalen, mentalen und physischen Körper sind nach einem ätherischen Muster, dem vierten Körper, gebildet. Dieser ätherische Bauplan enthält die Aufzeichnungen sämtlicher Handlungen, Gefühle und Entwicklungen, die in deiner Zellgeschichte jemals vorgekommen sind, einschließlich der emotionalen Wirbel. Diese Aufzeichnungen sind als »Akasha-Chronik« bekannt, wobei »Akasha« ein Sanskritwort für den Adler oder die Schwingung ist, in der menschliche und andere Erfahrungen oder Ereignisse als Erinnerungen aufgezeichnet sind. Du hast die Zellgeschichte deiner Vorfahren in dir und mußt dich erst einmal durch sie hindurcharbeiten. Das äußert sich in deinen Vorlieben und Abneigungen, deinen Ängsten, Zweifeln, deinem Stolz und deinen Beschränkungen. Diese Aufzeichnungen ändern sich nie, es sei denn, du änderst sie, indem du mit deinem Bewußtsein auf sie einwirkst, sie ganz gezielt neu bestimmst und ihnen eine andere Qualität verleihst. Du allein hast die Schlüssel zu diesen Archiven, denn sie sind ein Teil von dir. Wenn sie nicht wahrgenommen werden, fahren die innewohnenden Impulse oder Zwänge fort, ähnlich geartete Charaktereigenschaften in dir zu verstärken, und tragen noch zu der Fülle von Impulsen bei, die von der Zeit, der Kultur, dem individuellen Lebensplan und den Früchten vergangenen Verhaltens erzeugt werden.

Du kannst sehen, wie wichtig es ist, deine Emotionen aufzuarbeiten, sie zu verstehen, dich ihnen zu stellen und sie dir zu eigen zu machen, damit die Kraft der Gefühle frei werden kann, um die bewußte Schöpfung zu beleben und zu ihrer Stärkung beizutragen. Es ist wichtig, daß du dich von der Massenschwerkraft der Energien und deinen eigenen unbewußten Gewohnheitsmustern löst. Diese unbewußten Gewohnheiten führen immer wieder dazu, daß du dich nicht authentisch verhältst, und verstärken alte Tendenzen, die möglicherweise in deinem jetzigen Leben überhaupt nicht mehr erstrebenswert sind. In der Vergangenheit haben wir versucht, unsere Emotionalität irgendwie zu meistern, indem wir uns zurückgezogen haben - im Osten durch Meditation und esoterische Wissenschaften, im Westen durch lineare Formen der Kontrolle in Philosophie und introvertiertem Denken oder durch einige Spielarten der Psychologie.

Die Ursache unserer gegenwärtigen Krankheit rührt aus einem Mangel an Verständnis für die Mechanik der Persönlichkeit als emotionalem Körper. Dieser Körper ist sozusagen mit seinem eigenen Verstand begabt, dem Verstand seiner Gewohnheiten, Impulse, unerkannten oder unausgedrückten Sehnsüchten, Wünschen und Zielen von den gröbsten bis zu den feinsten. In einigen psychologischen Schulen werden diese Impulse als »Ego«, »Es«, »Vierjähriges Kind«, »Libido« oder ähnliches bezeichnet. Im Osten nennt man es einfach das Ego, die Instanz, die dich von der Quelle trennt.

Es wird immer offensichtlicher, daß der Weg durch und weg von der Zugkraft der Emotionen nicht in der Philosophie und im gewöhnlichen Denken gefunden werden kann, sondern nur durch eine andere, höhere Frequenz, die Frequenz der Aktivität des Geistes im geläuterten Denken. Dies ist die geheime Triebkraft der Umwandlung, auf die sich die Alchemisten beziehen. Indirekt wird durch sie die okkulte Kraft des Gefühls anerkannt, ganze Welten zu

erschaffen, von der persönlichen bis zur kosmischen.

Bevor wir jedoch von der Erschaffung von Welten sprechen können, müssen wir unser persönliches Universum verstehen, insbesondere die Beziehung zwischen Körper, Geist und Gefühlen. Ich habe gesagt, daß Gefühle eine Funktion des Herzens sind und daß ihre Kraft von außerhalb kommt. Das Herz ist die »Wohnstatt des höchsten lebendigen Gottes«, des Gottes »Ich Bin«. Es ist unsere direkte Verbindung zum individuellen göttlichen Selbst, das auf der Ebene der zwölften Dimension zu finden ist, der Quelle unseres Lebens und Lichts. Dieses göttliche Selbst spricht durch die Rührung des Herzens. Viele alte Schriften stimmen in der Notwendigkeit überein, in den Eigenschaften des Herzens - Unschuld, Lauterkeit, Bescheidenheit und Brüderlichkeit - »wiedergeboren zu werden«.

Diese Stimme des Herzens ist der göttliche Wille. Folglich ist das Gefühl eine Funktion des Willens. Wenn wir auf das Herz hören, sind wir auf die Quelle eingestimmt. Wenn wir auf unsere Gedanken hören, die dem Herzen widersprechen, handeln wir auf der Ebene des persönlichen Willens. Vielleicht ist dies die Bedeutung des Christuswortes: »Vater, nicht mein, sondern Dein Wille geschehe«. Hier ist einer der wichtigsten Schlüssel zur Kunst der alchemistischen Wandlung: Die Kraft der Gefühle wird durch ein lauterer Herz, das den Willen (den reinen Geist) des Göttlichen zum Ausdruck bringt, noch verstärkt.

An diesem Punkt können wir uns vielleicht selbst die Frage beantworten, die wir am Anfang gestellt haben: »Wofür sind Gefühle gut?« Sie sollen den Willen Gottes hervorbringen, den Strudel der Gefühle zur Triebkraft der alchemistischen Umwandlung machen. Wir tun dies durch das Verständnis, wer und was wir sind. Wir tun dies durch die bewußte und absichtliche Entscheidung, durch einen Willensakt. Wir tun dies, indem wir uns dafür entscheiden, uns mit unserer göttlichen Herkunft zu identifizieren, unsere Einheit mit allem, was ist, anzunehmen, statt uns mit den physischen Gesetzen der Materie und Zeitlichkeit zu identifizieren. Unsere Entschlossenheit bekräftigt unseren Anspruch als Lichtwesen auf die Herrschaft und Meisterschaft, die Bestandteil der Einheit mit dem Göttlichen sind.

Die in diesem Buch empfohlenen Übungen setzen den alchemistischen Umwandlungsprozeß in Gang. Sie beginnen, indem sie das Selbst gegen die Einwirkung von Energien hermetisch mit Hilfe einer Gedankenform abriegeln, die einem Zylinder aus Licht ähnelt. In diesen Zylinder laden wir durch die Aktivität des siebenten Strahls der Umwandlung, der violetten Flamme, das Feuer des Geistes ein. In der Ausübung unseres göttlichen Willens werden wir uns entschließen, uns mit dem Licht zu identifizieren und jede einzelne Tat zu einem bewußten Akt im Dienst an diesem Licht zu machen.

Wir müssen uns dann mit den Fehlentwicklungen der Menschheit auseinandersetzen, denen wir bisher lieber aus dem Weg gegangen sind. Dabei werden einige mehr, andere weniger aufzuarbeiten haben. Für alle wird jedoch der erste Schritt darin bestehen, die Aktivität der Energiewirbel innerhalb des emotionalen Körpers zu meistern, die Emotionen unter Kontrolle zu bringen und diese Kontrolle aufrechtzuerhalten. Das kann sich gelegentlich schwieriger gestalten als das Zähmen eines Wildpferdes. Schließlich werden wir uns entschließen, um es mit den Worten des heiligen Franz von Assisi zu sagen, zu trösten, statt getröstet zu werden, zu verstehen, statt verstanden zu werden, zu lieben, statt geliebt zu werden: »Denn nur im Geben können wir nehmen, im Verzeihen wird uns verziehen, und im Sterben werden wir für das ewige Leben geboren.«

Spiritualität und Wissenschaft sind eins, Lieben und Wissen, Materie und Geist sind zwei Seiten ein und derselben Göttlichkeit. Wir werden in jedem Moment unseres bewußten Lebens neu geboren.

Meditation: Harmonisierung der Emotionen und Zulassen der Gefühle

Dies ist eine Meditation, um Emotionen zu harmonisieren und Gefühle zuzulassen. Sie dient ebenfalls dazu, angesammelte »fehlgeleitete« Substanz zu klären, die sich auf der Ebene aller drei niederen Körper angesiedelt hat.

Beschließe, alle gedanklichen Mutmaßungen darüber, was deine Gefühle sind, woher sie kommen, wessen Fehler sie sind und so weiter, beiseite zu lassen. Mach dich bereit, dich kopfüber in das Meer der Gefühle in dir und um dich herum zu stürzen. Nimm es als eine energetische Erfahrung, die nichts mit dir als Persönlichkeit zu tun hat.

Das ist ein nachhaltiger Prozeß, und ich empfehle, ihn vom Anfang bis zum Ende durchzuführen. Die Substanz des emotionalen Körpers ist dick und dicht. Besonders wenn es starke Prägungen gibt, ist er ziemlich dickflüssig und eher trübe. Du tätest dann gut daran, soviel physische Energie wie möglich aufzubringen, um die Negativität aus seiner Zellstruktur zu beseitigen.

Entstehung durch
selbstbezogene
Visualisierung

Aufdeckung von
Gedankenformen,
-massen und
-verknüpfungen

Abwärts-
bewegung,
Drehung im
Uhrzeiger-
sinn, abwärts-
gerichtet

Aufnahme von
frei beweg-
lichen Rest-
beständen aus
dem materiellen
Bereich

Der Wirbel
trägt den
Abfall zur Erde.

Die Rotation
endet, und die
Ladung fällt
herab, um in den
niederen Reichen
verwendet zu
werden.

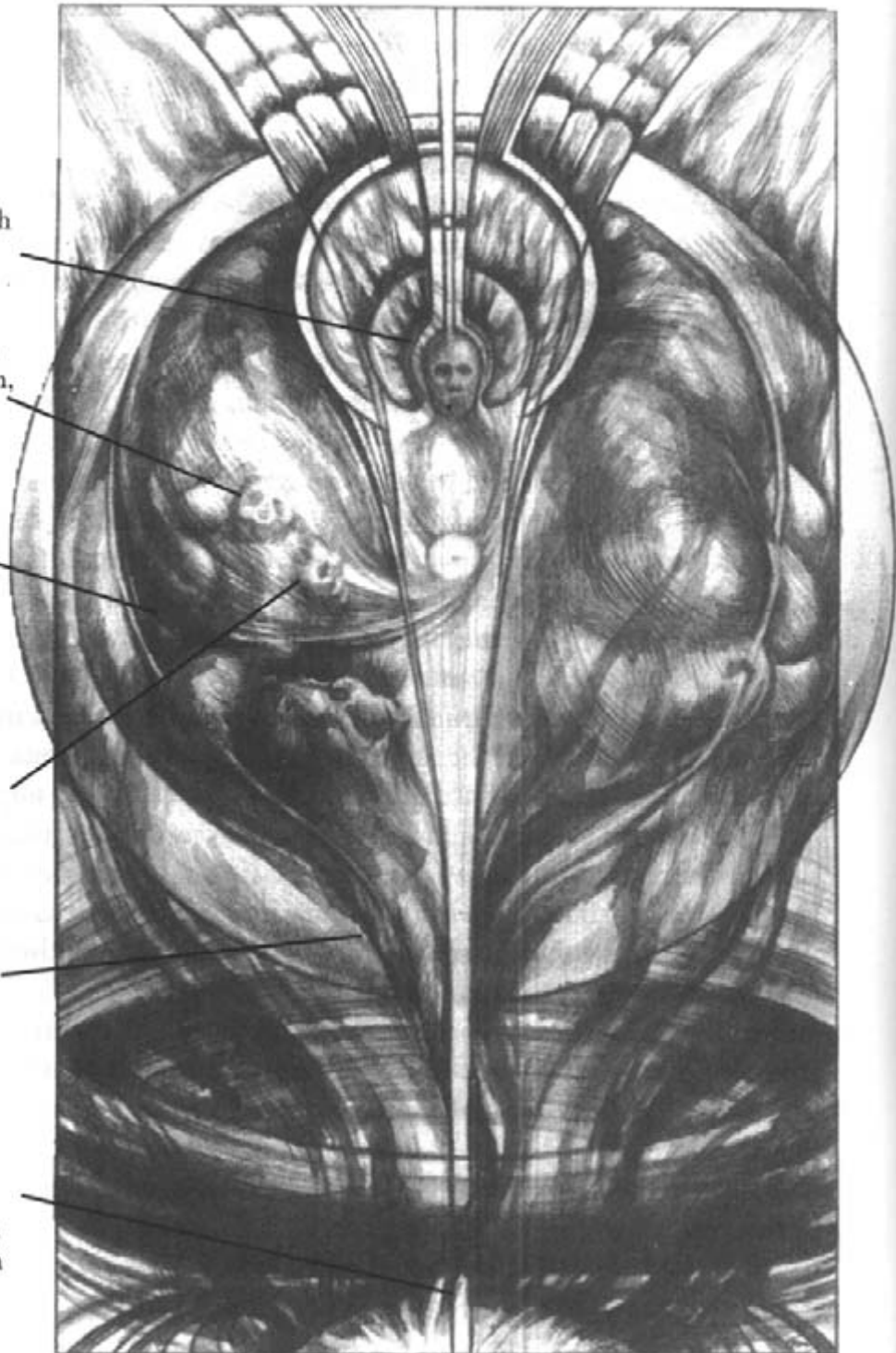


Abbildung 8: Der violette Flammenwirbel

Beginne mit der Übung »Schütteln der violetten Flamme«, wie sie am Anfang des Buches auf Seite 45 beschrieben ist. Halte diese Visualisierung aufrecht, während du das Schütteln verstärkst und auf den ganzen Körper ausweitest.

Verstärke die Aktivität der violetten Flamme und dehne sie aus, bis sie sich über einen Meter weit in alle Richtungen erstreckt. Halte nach drei Minuten inne und steh still an einem Ort. Bleib dort stehen. Wenn du Schwierigkeiten hast, dein Gleichgewicht beizubehalten, übe eine der Erdungs-Visualisierungen. (Du kannst dir dabei vorstellen, wie von deinem Nabel regelrechte Wurzeln ausschlagen und sich durch die Fußsohlen hindurch tief im Erdboden verankern.)

Fahre mit der Visualisierung der violetten Flammen fort und verstärke ihre Aktivität. Beobachte, wie sie anfangen zu wirbeln, bis sie einen drehenden Strudel um dich herum bilden. Die physische Wirbelsäule und eine imaginäre Linie erstrecken sich durch dich hindurch, über deinem Kopf beginnend bis unter deine Füße. Diese Linie bildet die zentrale Achse, um die herum diese violette rotierende Flammensäule sich dreht.

Wenn du über ein einigermaßen feines Gehör verfügst, wirst du jetzt möglicherweise ein tiefes hohles Summen hören, wie ein riesiger Ozean, der dich umfließt.

Halte diese Aktivität zwei weitere Minuten aufrecht. Der Schwung der wirbelnden violetten Flamme weitet die Feuersäule so weit aus, bis sie dich schließlich drei Meter weit umhüllt. Sieh, wie alle Dichte wie Asche um dich herum zu Boden fällt. Stell dir vor, wie die Erde diese Substanz aufnimmt und umwandelt. Achte auch auf den dunklen Rauch, der aus der Säule aufsteigt, um vom Himmel aufgenommen und verwandelt zu werden. Kehre zu dieser Realität zurück und sitze ganz still. Werde dir des Gefühls der Leichtigkeit in dir bewußt. Wenn du nun ganz still sitzt, richte deine Aufmerksamkeit wieder auf die Mitte deiner Brust, zum Herzchakra.

Achte dort auf den Brennpunkt aus Licht, wie eine kleine Sonne. Fühle die pulsierende Strahlung, die von dieser Sonne ausgeht, in dir anschwillt ... und weite sie aus ... wie eine Wärmestrahlung ... von dir in alle Richtungen ausgehend.

Fahre fort, das strahlende Licht zu beobachten, das von der Sonne in deinem Herzen ausgeht, bis es dich vollständig umhüllt. Sei die sonnige Präsenz des göttlichen Selbst in deinem physischen Körper. Dehne dieses Gefühl von Energie immer weiter und weiter aus. Laß es alle und jeden umfassen. (Du kannst dies später noch abwandeln und jemanden umfassen, mit dem du gerade besondere Schwierigkeiten hast oder jemanden, der krank ist oder dem du einfach nur helfen willst.)

Während du zurückkommst, nimm dir die Zeit, um die Schwingungsaktivität, die du durch die Kraft deiner Gefühle in Bewegung gesetzt hast, langsam abklingen zu lassen.

Jetzt möchtest du dich vielleicht hinlegen und bei sanfter Musik etwas ruhen. Stelle nun fest, wo du mit deinen Gefühlen bist.

Der emotionale Körper

Die physische Schnittstelle für den emotionalen Körper ist das gesamte Nervensystem. Dennoch, so könnte man sagen, hat das emotionale Gehirn seinen Sitz im Großhirn. Es schließt das limbische System ein, das Randgebiet zwischen Großhirn und Hirnstamm, von dem gefühlsmäßige Reaktionen auf Umweltreize ausgehen und das der Schaltkreis ist, der Botschaften und Erinnerungen vermittelt. Das Großhirn hat hier eine Verbindung zum Hirnstamm, zum Immunsystem und zum vegetativen Nervensystem. Der emotionale Kreislauf betrifft unseren gesamten Körper.

Der emotionale Körper wird auch der »astrale Körper« oder »Körper der Wünsche« genannt. Das Bewußtsein innerhalb dieses Körpers ist durch seine Wünsche bestimmt. Er verlangt nach Kreativität im Zusammenspiel mit anderen Energien. Es liegt in seiner Natur, zu begreifen, sich einzumischen und sich auszudrücken. Seine ursprüngliche Sehnsucht war es, die

Schöpfung zu umfassen, durch die Vereinigung mit ihr ihre Schwingung zu erhöhen und sie zum Ursprung zurückzuführen.

Wir dürfen nicht vergessen, daß der emotionale Körper ein Teil des planetarischen Körpers ist. Wegen der größtenteils selbstsüchtigen, festhaltenden Natur fehlgeleiteter Gefühle auf dem Planeten wurde die ursprünglich fließende Beweglichkeit dieses Körpers immer dichter und klebriger. (Chris Griscom nennt ihn den »Stickum«, den »Kleister«.) Diese Substanz dehnt sich aus, hält an anderen, ähnlichen Substanzen fest und erzeugt ein Gefühl der Schwere.

Der emotionale Körper wird auch mit dem Astralreisen in Verbindung gebracht. Emotionen, insbesondere starke Gefühle wie Ärger, Angst, sexuelles Verlangen und Neugier bringen einen Menschen dazu, seine Gestalt auf den Gegenstand seines Verlangens zu projizieren, der die eigene Lebensenergie trägt.

Diese Projektionen, seien sie bewußt oder unbewußt, treiben Raubbau am physischen Körper, weil der astrale und der emotionale Körper durch sie aktiver ist als der eigentliche physische Körper. Sie zehren von der Lebenskraft des physischen Körpers. Verlangen überlagert das ätherische Doppel mit einer dichten Schicht, die als schwere, langsame Schwingung wahrgenommen wird, die magnetisch zur Erde hingezogen ist. Jeder, der über Erfahrungen mit Astralprojektionen verfügt, kann das Gefühl der Bewegung wie durch Wasser beschreiben, manchmal mit etwas Schlagseite, durch Wände fließend, treibend, fliegend, zwischen verschiedenen Oberflächen hindurchgehend ...

Das »niedere« Astrale, ein Begriff aus der Theosophie, bezieht sich auf das kollektive Verlangen der Menschheit auf der Ebene der niederen Chakras. Der emotionale Körper selbst wird durch die Aktivität - wie Anziehen, Abstoßen und karmische Lektionen - der ersten drei Chakras diktiert. Wenn ein Gefühl schließlich die Ebene des Herzchakras erreicht, geht die Aktivität auf einen der höheren Körper über.

Der emotionale Körper kann sich nur entwickeln, wenn er ständig angeregt wird. Er interpretiert den Mangel an solchen Reizen als Langeweile. Wie das zweite Chakra, dem er entspricht, besitzt der emotionale Körper alle Eigenschaften des Wassers und ist leicht aufgerührt und innerlich bewegt. Ein Mensch, der auf das Bewußtsein dieses Körpers fixiert ist, hat intensive Vorlieben und Abneigungen und ist auf gewisse Weise süchtig nach der Reizung des zweiten und dritten Chakras in Form gefühlsbetonter Empfindungen und Handlungen.

Dies ist der primär an allen Arten von Beziehungen beteiligte Körper. Die ätherischen Prägungen aktivieren die Wirbel in diesem Körper auf eine Weise, in der ihre Intensität das Karma fortbestehen läßt. Alles, was in Beziehungen mit Bedingungen und vertragsmäßigen Rechten zu tun hat, mit Erwartungen und zahlreichen Methoden der Beeinflussung, ist eine direkte Folge der Aktivität dieses Körpers.

Weil diese Energie dazu neigt, sich zu projizieren, richtet sich unser emotionales Denken meist in Form von Urteilen und Anklagen an unsere Umwelt. Wir hassen jemanden, mögen ihn nicht und sind reizbar durch Menschen und Situationen, die etwas in uns selbst oder aus unserer emotionalen Vergangenheit widerspiegeln, was wir noch nicht richtig verarbeitet haben. In anderen Worten, wir ringen noch immer damit.

Das kann man beispielsweise bei einem Perfektionisten beobachten, der verlangt, daß andere ebenso perfekt sind, wie er vorgibt zu sein. Er wird intolerant und ungeduldig, unfreundlich und lieblos, obwohl er eigentlich viel lieber freundlich und liebevoll wäre. Da er intolerant und fordernd sich selbst gegenüber ist, ist seine Selbstverneinung das genaue Gegenteil dessen, was er als Tugend hochhält. Dasselbe gilt für die Vergebung. Menschen, die nicht verzeihen können, haben es schwer, sich selbst zu verzeihen. Der Schlüssel liegt immer in der Fähigkeit, sich selbst zu lieben.

Die meisten Bindungen, die unter dem Etikett »Liebesbeziehungen« laufen, sind extrem destruktiv. Dies ist an den trüben Kraftlinien zu erkennen, die emotionale Körper von

Menschen aneinander binden in gegenseitiger Ausbeutung von Energie, Einstellungen und Überzeugungen. Das kann so weit gehen, daß das eigene Gefühl und die Identität des einzelnen in einer Beziehung größtenteils verlorengegangen sind.

Achte darauf, wie Zweifel und Angst die wichtigsten Ventile für Negativität bilden. Wenn du diese Mechanismen genau beobachtest, wirst du sehen, daß sie beide auf der irrigen Annahme beruhen, daß man allein in einer fremden Welt sei. Wenn wir nicht auf Gott vertrauen können, auf das Höhere Selbst oder auf die Kräfte des Lichts, dann sind wir verletzlich, verängstigt. Diese Angst drückt sich in Zweifeln auf der gedanklichen Ebene aus. Du kannst dir selbst nicht trauen und auch keinem anderen. Diese beiden Mechanismen senken die Frequenz unserer Schwingungen und laden negative Kräfte ein. Alle negativen Emotionen kommen in der Tat aus Angst und Zweifeln, einschließlich derjenigen unseres klassischen Perfektionisten, der innerlich Angst davor hat, Fehler zu machen und zu nachsichtig mit sich selbst zu sein.

Es ist besonders wichtig, seinen emotionalen Körper dauerhaft in einem harmonischen Zustand zu halten. Nur auf diese Weise können wir positive Kräfte sammeln. Emotionale Energie baut sich nur auf positiver Kraft auf. Achte auf deine Erwartungen. Jeder Mensch ist in den Trugbildern seines eigenen emotionalen Körpers gefangen. Sei nicht nur sensibel dir selbst gegenüber, sondern auch für die Tatsache, daß andere wegen ihrer eigenen Projektionen möglicherweise überhaupt nicht in der Lage sind, sich selbst - oder dich - zu sehen. Die Arbeit der inneren Alchemie auf dieser Ebene besteht darin, deine eigenen Vorlieben und Abneigungen zu verstehen und zu erleben, deine blinden von deinen verantwortungsvollen Reaktionen zu unterscheiden. Wir müssen unsere Deutungen - wie wir die Wirklichkeit durch die Brille unserer Emotionen hindurch sehen - beobachten und die Fehldeutungen in positive Bewegungen umlenken.

Frage dich selbst:

Wie fühle ich mich?

Reagiere ich automatisch, oder gehe ich auf meine Umgebung ein?

Wie wirke ich auf andere?

Kann ich meine Gefühle anderen verständlich machen oder werde ich anders interpretiert?

Wie kann ich meine Selbstwahrnehmung verändern?

Wie kann ich die Wahrnehmung, die andere von mir haben, verändern?

Wie bin ich, wenn ich ganz für mich allein bin?

Und wie unterscheidet sich das davon, wie ich mich in Gesellschaft verhalte?

Wie verhalte ich mich meinen besten Freunden gegenüber? Wie Fremden gegenüber?

Was sind meine Vorlieben und Abneigungen?

Wie süchtig bin ich nach ihnen und nach bestimmten emotionalen Gewohnheiten?

Wen mag ich nicht und warum?

Haben diese Menschen Charakterzüge, die ich in mir selbst nicht akzeptiere?

Wenn du nun diese Fragen ehrlich beantwortet hast, dann solltest du auch entsprechend handeln, insbesondere in Hinblick auf jene Menschen und Eigenschaften, die du nicht magst, und sei es auch nur ein bißchen. Denn unsere Schwingungen wandern wie Schallwellen, die sie auch in Wirklichkeit sind, zu dem Gegenstand unseres Mißfallens und kehren dann, mit derselben Qualität, jetzt jedoch verstärkt, wieder zu uns zurück. Dann manchen sie sich in unserer Aura breit und tragen dort noch zum »Stickum« bei.

Die Substanz des emotionalen Körpers reagiert wie alle Substanzen - von der gröbsten bis zur feinsten - auf Rhythmen, insbesondere auf Musik. Sie liebt die Künste, die Natur und das ganze Spektrum der menschlichen Emotionen. Emotionale Intensität bewegt sich in zylindrischer Form. Wenn wir das verstehen, können wir dem »Zusammenbruch« entgegenwirken, der normalerweise auf einen Höhepunkt folgt, und damit das manisch-

depressive Syndrom vermeiden, das einen Großteil unseres Sozialverhaltens prägt. Auf diese Weise beginnen wir eine gewisse Meisterschaft über die Energien innerhalb unseres emotionalen Körpers auszuüben und dadurch das Gleichgewicht herzustellen, das zur Harmonie führt.

Gegenseitige Abhängigkeit und Entkräftung

Die möglicherweise schwierigste Lektion, die eine dreidimensionale Existenz uns zu bieten hat, ist die gegenseitige Abhängigkeit, die vielfältige Formen annehmen kann. Überall, wo wir anderen auf allen Ebenen des Bewußtseins begegnen, wo unablässig Vorlieben und Abneigungen projiziert werden, wo Autoritätspersonen, unsere Eltern, Partner und beste Freunde, Medien und Erziehungseinrichtungen manipulieren, wo hypnotische Beeinflussungen als gutgemeinte Ratschläge von Freunden, Astrologen, unzähligen »Hellsehern« dich umzustimmen versuchen und auf deine Gefühle wirken, Ängste, Zweifel und Abhängigkeiten schüren, zeigen sich Abhängigkeiten, insbesondere gegenüber Autoritäten und Außenstehenden. Wenn unsere Aufmerksamkeit das innerste Selbst aus dem Auge verliert, geben wir unsere eigenständige Kraft aus den Händen.

Eine menschliche Aura ist nicht unbedingt ein schöner Anblick. Es ist daher eine Gnade der Natur, daß die meisten Menschen sie nicht sehen können. Wo die drei niederen Körper die Eigenart des emotionalen Körpers, alles zu verstärken, dominieren, herrschen die rötlichen und bräunlichen Kleckse von Starrsinn, Egoismus und Falschheit vor, und die Tränen und Wunden vergangener Katastrophen deuten die Stellen an, wo wir unsere Kraft sexuell, emotional und intellektuell vergeudet haben. Hier sind die Energien - üblicherweise Überzeugungen - anderer Menschen angesiedelt, die wir als unsere eigenen übernommen haben, während wir unsere eigenen Energien in der Aura anderer Menschen verstreut haben, indem wir sie auf irgendeine Weise manipuliert und damit ihnen statt uns selbst Kraft verliehen haben.

Wenn wir uns aus diesen Verstrickungen lösen, ist es, als würden wir uns häuten. Es ist der lange und schmerzliche Pfad der emotionalen Meisterschaft durch Beziehungen, der gleichwohl für unsere spirituelle Evolution unerläßlich, intensiv und unvermeidlich ist.

Emotionen lockern und sich ihnen stellen

Emotionale Energien lockern

Bei dieser Methode verwenden wir eine Art sinnentleerter Sprechlaute, um den Zugriff unseres Verstandes auf unsere Emotionen zu umgehen und uns ohne intellektuellen Gehalt oder Bedeutung ausdrücken zu können.

Setz dich sehr bequem hin. Allein.

Stell das Telefon ab und sieh zu, daß du so ungestört wie möglich bleibst, um dich frei ausdrücken zu können. Es kann sein, daß du dabei sehr laut wirst.

Fang an, sanft hin und her zu schaukeln. Lockere die Vorherrschaft deines linearen Denkens über deinen Geist.

Fang an, Grimassen zu schneiden, wobei du unbedingt auch deine Zunge zu Hilfe nehmen solltest.

Fang an, mit der Zunge zu schnalzen und mach die seltsamsten Geräusche, sinnlose Laute, etwa wie wenn ein Motor brummt: »Brrrrmmmmmm ... la la la prrtto o offa ... la ... la ... mmmuuu ... lagga...«

Fahre mit den sinnlosen Lauten fort, und bau dir allmählich ein richtiges Vokabular von unsinnigen Wörtern auf.

Schauspieler. Tu so, als würdest du dich mit irgend jemanden in dieser Nonsenssprache

unterhalten und ihm eine aufregende Geschichte erzählen. (Achtung! Wenn irgendeines deiner Wörter eine Bedeutung hat, zeigt das, daß dir dein Verstand in die Quere gekommen ist.)

Übertreibe noch stärker, indem du Gesten machst und deinen ganzen Körper einbeziehst. Vertreibe alle Gedanken daran, es könnte lächerlich aussehen, oder du könntest etwas Sinnloses tun. Steh auf, wenn die Energie dies erfordert. Du wirst ein Zunehmen der Energie bemerken, wenn es soweit ist.

Fahre mit dem Monolog fort und werde immer dramatischer. Laß die Energie sich auf- und wieder abbauen und langsam wieder steigern.

Werde dir des Bedürfnisses nach Kommunikation bewußt. Fühle die Energie in dir ansteigen und verleihe ihr eine Stimme und Gestik. Laß dich direkt von der Energie führen.

Tu dies etwa zehn Minuten lang und mach dann eine Pause. Werde dir der Emotionen bewußt, die du zum Ausdruck gebracht hast. Wenn du das Ganze mit einem Kassettenrecorder oder auf Video aufgenommen hast, kannst du sehen, wie du ausgesehen und dich angehört hast, bevor du wahrscheinlich in deiner törichten Eitelkeit dieses einmalige Dokument wieder löschen wirst.

Sich den Emotionen stellen

Für diese Übung kannst du jede Emotion nehmen, die in dir auf natürliche Weise aufkeimt oder mit der du Schwierigkeiten hast.

Stell dir vor, daß du mit der Emotion Wut konfrontiert bist. Dabei spielt es keine Rolle, ob du auf jemanden in der Gegenwart oder in der Vergangenheit wütend bist.

Ruf das entsprechende Gefühl in dir hervor. Achte darauf, wie es von bestimmten Gedanken ausgelöst wird. Verstärke das Gefühl.

Dramatisiere es. Übertreibe es. Werde dir der Energie bewußt, die es enthält.

Wenn du Zugang zur Qualität dieser Emotion gefunden hast, versuche, diese Energien positiv auszudrücken.

Die Wirkung von Emotionen beobachten

Dies ist eine Partnerübung mit jemandem, bei dem du dich wohlfühlst und dem du deine Emotionen anvertrauen kannst. Es sollte für euch keinerlei Hemmungen geben.

Setz dich deinem Partner gegenüber von Angesicht zu Angesicht. Sprecht euch gegenseitig Anerkennung und Dank dafür aus, daß ihr euch für dieses Experiment zur Verfügung stellt.

Wähle eine beliebige Emotion oder eine negative Eigenschaft wie Wut, Gier, Erschrecken, Falschheit. Jeder von euch wird die Emotion nun vor dem anderen ausagieren.

Dabei solltet ihr auf keinen Fall körperlich gegeneinander vorgehen und trotzdem die Emotion vollkommen frei zum Ausdruck bringen. Entscheidet, wer zuerst aktiv wird. Die passive Person soll die andere sorgfältig beobachten, aber auch sich selbst - die eigenen körperlichen Reaktionen und Gefühle -, wobei sie nicht äußerlich in irgendeiner Weise auf den anderen reagieren sollte - kein Lachen, Unterbrechen, Beruhigen oder Trösten des anderen. Die aktive Person sollte beginnen, indem sie sich an eine Zeit oder eine Gelegenheit erinnert, in der sie dem betreffenden Gefühl ausgesetzt war. Wenn es Wut ist, dann soll sie sich an eine Gelegenheit erinnern, bei der sie diese Wut gefühlt hat ... diesen Zorn ... diese Entrüstung. Wenn du Schwierigkeiten hast, dich daran zu erinnern, stell dir eine Figur in einem Roman oder einem Film vor, die eine solche Emotion durchlebt. Schließ dabei die Augen. Denk an die Bilder und Ereignisse, die diese Wut ausgelöst haben oder auslösen

können. War es eine Ungerechtigkeit? Verstärke deinen inneren Zorn. Der Partner kann dabei der Person behilflich sein, wenn sie Schwierigkeiten hat, sich in das Gefühl hineinzuversetzen.

Fahre fort, die Emotion aufzubauen. Wenn du bereit bist, öffne die Augen, und nimm dir die volle Freiheit, das Gefühl verbal und durch Gesten vor der anderen Person auszudrücken. Der passive Partner hat versprochen, nicht zu reagieren, sondern nur zu beobachten.

Mach nach drei Minuten intensiven Ausdrückens eine Pause. Der passive Partner hat in der Zwischenzeit versucht, sich gegen diese Energie abzuschildern. Er kann sich dabei umdrehen, an etwas anderes denken ... was immer er für richtig hält, um nicht in die emotionale Energie, die ihm entgegenkommt, verwickelt zu werden. Zweite Phase: Der aktive Partner fährt fort und projiziert sexuelle Energie, aber der passive Partner geht nun dazu über, die Energie zu empfangen. Visuell und emotional nimmt er die Energie mit dem Herzen auf. Beide Partner achten dabei darauf, was sie erleben, vorerst ohne darüber zu sprechen.

Achte auf die Wirkungen dieser Emotion auf deinen physischen Körper. Laß die emotionale Reaktion zu, wie auch immer sie geartet sei, selbst wenn du zitterst oder schreien willst. Laß es dann abklingen und wechsle mit deinem Partner die Rollen.

Der passive Partner hat ebenfalls auf seine Reaktion auf diesen Gefühlsausbruch geachtet. Er sollte dann die folgenden Fragen stellen:

An wen erinnert mich das?

Worin liegt meine übliche Abwehrhaltung? Renne ich fort, verstecke ich mich oder greife ich an? Wie ist mein Körpergefühl? Wie fühle ich mich jetzt?

Tauscht die Rollen. Wiederholt die gesamte Übung mit derselben Emotion.

Erst wenn beide Partner einmal Gelegenheit hatten, sich vor dem anderen auszudrücken, sollten sie über ihre Erlebnisse während der Übung sprechen.

Zum Abschluß möchtest du vielleicht leise summen, tief durchatmen oder die Meditation der Präsenz der Sonne aus dem vorangegangenen Kapitel durchführen.

Ausgeglichenheit und die drei Schöpfungsstrahlen oder -kräfte

Wir haben die Schöpfungsstrahlen bereits als reine kosmische Eigenschaften kennengelernt, die ihren Ursprung in der zentralen Sonne haben. Sie sind die Grundbestandteile der gesamten Schöpfung. Das Licht breitet sich in Strahlen aus, aber wenn es die Oberfläche der physischen Dichte der Erde erreicht und auf die Materie einwirkt, wird es zu einer ätherischen Flamme, wie die violette Flamme, die du bereits kennst.

Im Herzen unseres Wesens liegen die drei Flammen, das Fundament unserer geistigen Form.

Hier ist im Keim all unser Tun angelegt. Sie sind ein exaktes Abbild des Herzens der Schöpfung. In unserer physischen Form, am Herzchakra, finden wir eine verkleinerte Kopie dieser dreifaltigen Aktivität des heiligen Feuers. Dies ist ein ätherisches Phänomen, das leicht gespürt werden kann und dem man sich jederzeit nähern kann, um sich Energie zu holen, zu heilen und ins Gleichgewicht zu kommen, die Aura zu stärken und auf alle unsere Mitmenschen Vollkommenheit auszustrahlen.

In der fernen Vergangenheit, in einer Zeit, in der die physische Dichte des menschlichen Körpers noch nicht so kompakt, sondern eher durchscheinend war, war diese dreifaltige Flamme viel größer und umgab den ganzen Körper. Mit der Verlangsamung der Schwingung schrumpfte die Flamme bis zu ihrer heutigen Größe. Diese Meditation dehnt die Flamme zu ihrer ursprünglichen Größe aus und erzeugt die Harmonie, die uns als Lichtwesen zusteht.

Spirituelles Gleichgewicht finden: Meditation

Setz dich in einer ruhigen, ungestörten Umgebung hin. Versetz dich in einen Zustand der Ruhe: physisch, mental und emotional.

Spüre eine kleine Flamme in Zentrum deiner Brust. (Wenn du ein gläubiger Christ bist, kannst du dich des Herzens Jesu oder Marias erinnern.)

Fühle die Aktivität dieses energetischen Brennpunktes des inneren Lichts und laß deine ganze Aufmerksamkeit darin ruhen. Geh hinein. Sieh, daß im innersten Zentrum dieses leuchtenden Kerns eine dreifache Flamme ist.

Die erste Farbe, die dir auffällt, ist die helle goldgelbe Flamme in der Mitte. Geh ganz hinein und fühle sie.

Links davon ist eine tiefrosa Flamme mit einem magentafarbenen Zentrum. Laß dein Herz diese rosa Flamme umfassen. Rechts davon ist eine blaue Flamme, blaß mit elektrisierenden blauen Feuerstreifen. Laß dein Herz sich ausdehnen, um auch diese Flamme in sich aufzunehmen.

Bleib bei dieser dreizüngigen Flamme und spüre, wie sie in großartigen verschlungenen Flammen in dir züngelt.

Da bemerkst du eine Kristallkugel, die die Flamme zu umfassen scheint. Du kannst sie dazu bringen, ein vielfarbiges sanftes Licht auszustrahlen.

Während du dich auf diese Flamme konzentrierst, spürst und siehst du, wie sie immer heller leuchtet und sich immer weiter ausdehnt. Laß sie sich so weit ausdehnen, bis sie deinen Körper und deine Aura umgibt.

Bleib bei dieser dreifachen Flamme, während sie Frieden und Ausgeglichenheit auf deinen ganzen Körper ausstrahlt.

Wenn du bereit bist, in deine gewöhnliche Welt zurückzukehren, laß die Flamme auf ihre ursprüngliche Größe schrumpfen. Atme ein paarmal tief durch und erde dich.

Drücke deine Dankbarkeit für dieses Licht aus in Anerkennung deiner Essenz, deines göttlichen Selbst. Jetzt, wo du die ganze Größe ihrer Macht gespürt hast, laß deine Gefühle sich in demütiger Bescheidenheit vor ihr verneigen.

Zusammenfassung

Wo kommen Emotionen eigentlich her? Und wo gehen sie hin? Sie haben ihren Ursprung in dir. Sie spiegeln wider, wo du dich als Persönlichkeit befindest, wie fein du auf dich selbst als Geist eingestimmt bist. Individuelle emotionale Muster sind so verschieden wie Schneeflocken.

Siehst du dein Verhalten aus einer rein physischen Perspektive? Nimmst du dir die Zeit, deinen Körper von innen heraus zu spüren? Damit meine ich nicht die Anspannung und den Streß athletischer Übungen. Ich meine die sanfte Bewegung des Atems in dir oder wie sich dein Bauch anfühlt, wenn du zuviel gegessen oder ihn mit Alkohol oder anderen Giften zugeschüttet hast. Hast du einmal innegehalten und genau gespürt, was du deinem Körper antust, wenn du rauchst? Was für Absichten hegst du, wenn du anderen Körpern nahekommst? Hast du Lust, sie auszubeuten, oder fühlst du dich voller Ehrfurcht für das ihnen innewohnende Leben?

Was ist mit deinen emotionalen Verhaltensmustern? Wie sehr bist du darauf aus, etwas für dich zu bekommen - selbst wenn es sich um deine eigene Erleuchtung handelt? Wie realistisch und gründlich bist du, wenn es darum geht, negative Energiemuster umzukehren? Machst du dir wirklich etwas aus dem Leben, das in jedem einzelnen pulsiert? Bist du betroffen von hehren Idealen, wie der Beseitigung des Welthungers oder der Obdachlosigkeit, aber tust dich schwer mit der Vorstellung, einem Bettler auf der Straße zu begegnen? Oder ein AIDS-Opfer zu berühren?

Als dreidimensionale Wesen existieren wir in einem Ozean von Energiewellen, die beständig wiederkehrende Gedankenmuster beleben. In dieser Realität verfügen wir über die Möglichkeit, Energie und Substanz durch die bewußte Anwendung der Gesetzmäßigkeiten des Lichts zu lenken und zu erneuern. Aber nicht nur durch die bewußte Anwendung, sondern auch durch die unbewußte Nutzung der Mechanismen dieser Gesetze verfügen wir über Energie und Substanz. Das Gesetz ist immer gültig, egal, ob wir uns ihm bewußt unterwerfen oder nicht. Wir haben lediglich die Wahl, es bewußt oder unbewußt zu tun. Bewußt erschaffen wir positive Formen, unbewußt setzen wir Elend, Mangel und Begrenztheit, Krankheit und Streit fort.

Innere Alchemie fördert die absichtliche und bewußte Anwendung der göttlichen Gesetze des Lichts im gewöhnlichen alltäglichen Leben, zuallererst im emotionalen Bereich. Unser emotionales Leben bildet die Grundlage für alles, was auf diesem Planeten geschieht. Wir müssen nicht nur die Prinzipien verstehen, die den unbewußten Mechanismen des emotionalen Körpers zugrunde liegen, sondern sie auch konstruktiv anwenden.

Ich kann gar nicht genug die enorme Kraft der menschlichen Gefühle betonen, besonders wenn man seine emotionalen Fähigkeiten auf die Projektion von Energie anwendet. Wir brauchen uns nur einmal genau anzuschauen, was wir von einem Moment zum anderen alles tun, denken und fühlen, um die Vorherrschaft der automatischen, dem Menschlichen unwürdigen Verhaltensmuster zu erkennen. Wir sehen, denken und handeln aus Angst. Angst ist die emotionale Keimzelle für alle Negativität, einschließlich der Wut und Gewalt, die ihren Schatten über unsere Zeit wirft.

Statt miteinander zu sprechen, tratschen wir nur. Statt uns zu lieben, vergeuden wir unsere Energie durch falsch verstandene Beziehungen. Und wenn wir einander anschauen, tun wir das mit Gier und Wollust, Haben wollen, Eifersucht und Ausbeutungsgedanken, statt einander als einzigartige Wesenheiten aus Licht, Liebe und spiritueller Kraft zu sehen. Wenn wir mit Unrecht konfrontiert werden, rächen wir uns mit noch mehr Unrecht. In einer Zeit, in der ständig Lippenbekenntnisse für die Tugenden wie Demut, Vergebung, Frieden und Brüderlichkeit an der Tagesordnung sind, verdrehen wir in unserer Ignoranz diese Botschaften, indem wir noch mehr von unserer Macht an neue Formen politischer und religiöser Autorität abgeben.

Und trotzdem verstehen wir irgendwie, worum es geht. Hier und dort tauchen Freunde des Lichts auf, die die Lehre des Lichts verkörpern, die die Vision aufrechterhalten und mit großem Mut, sanft, aber mit unbeugsamer Festigkeit die Flamme halten, die die Welt erleuchtet. Halte nach solchen Menschen Ausschau. Aber ich warne dich. Wir leben in trügerischen Zeiten. Die Dinge sind nicht, wie sie scheinen. Du wirst das »Wirkliche« nur sehen, wenn du die göttliche Wahrheit im Inneren kennst und siehst. Der kürzeste Weg zur Wahrheit ist ein Sprung in die Dimensionen jenseits all dessen, was deinem alten Selbst bekannt ist. Es gibt keine Lehrer und Führer, es gibt keine Lehre. Es gibt nur dich, ganz allein. Wenn du dich an der Fülle deines Alleinseins erfreust, dann hast du dein wahres Zuhause gefunden und bist gleichzeitig überall. Nur dann wirst du dasselbe in anderen Menschen erkennen, jenseits der gewohnten Markierungen des Bekannten. Nur dann wirst du die wahre Bedeutung der Macht des Lichts erkennen.

Die Macht der Gedanken

Gedanken sind Visionen mit Bedeutung. Die Macht der Gedanken ist in jedem Aspekt der Schöpfung ebenso wichtig wie die Macht der Gefühle. Beide ergänzen einander. Jedesmal, wenn du ein bestimmtes Gefühl hast, gibt es ein visuelles Gegenstück - eine Erinnerung, eine Wunschvorstellung - die das Gefühl auslöst. Ein Gedanke oder eine Idee erscheint, wenn es ein Bild gibt oder eine Serie von Bildern, die eine bestimmte Bedeutung vermitteln. Diese Bedeutung schlägt dann einen entsprechenden Akkord im Menschen an, eine Erwiderung oder eine Reaktion - entsprechend dem Bewußtseinsgrad-, die eine bestimmte Handlung nach sich zieht.

Gedanken sind etwas Greifbares. Hellseher und sensitive Menschen, kennen dieses Phänomen sehr gut, ebenso wie Parapsychologen, die ständig ASW (Außersinnliche Wahrnehmungen) und Telepathie untersuchen. Auch Machthaber sind sich dessen bewußt, wenn sie ihre Psychopropaganda verbreiten oder »psychotronische« Kriegsführung unter Einsatz psychologischer Mittel üben, um an bestimmte Informationen zu kommen. Natürlich ist es auch den Medien bekannt, wie sie Bilder und Stimmungen produzieren, die sich in den Köpfen und den Gefühlen der Menschen festsetzen. Jeder Mensch verwendet auf seine Weise Gedanken als etwas Greifbares, ohne sich immer dessen bewußt zu sein.

In der Tat sind Gedanken nicht nur eine greifbare Realität, sondern sie sind ein wesentlicher Bestandteil unseres gegenwärtigen Realitätsentwurfs. Aber dadurch, daß wir dies nicht erkennen, entstehen immer wieder negative, verwirrende Prägungen. Es gibt einen ständigen Gedankenstau, der unsere Atmosphäre verschmutzt durch Menschen, die meinen, daß ihre Gedanken allein dadurch, daß sie sie nicht zum Ausdruck bringen, auch nicht existent seien. Wir halten nicht nur vor unseren geliebten Mitmenschen, sondern auch vor uns selbst vieles geheim. Auf den höheren Bewußtseinsebenen gibt es jedoch keine Geheimnisse. Es gibt auch keine Notwendigkeit für Geheimnisse, denn überall dort, wo das Licht vorherrscht, ist Liebe - Ehrlichkeit, Lauterkeit und Reinheit. Geheimnisse sind ein Phänomen, das in direktem Bezug zum dreidimensionalen Leben steht, wo die dichte Hülle eine uniforme Erscheinung zuläßt und wo das Getöse schwerer Frequenzen dem Sehenden die Sicht verstellt und ihn von der Wahrheit fernhält.

Gedanken haben eine klare und eindeutige Form. Sie nehmen Raum ein und haben die Qualität des mit ihnen assoziierten Gefühls. Sie werden die Aura eines Menschen so lange umgeben, bis sie sich durch irgendeine Form von Auflösung wieder aufheben. Gedanken werden so lange festgehalten, wie die Gefühle sie beleben. Sie lösen sich erst dann auf, wenn sie entweder in die Tat umgesetzt oder durch Mangel an Energie und Aufmerksamkeit von selbst verschwinden. Jeder Mensch ist von einer Vielzahl von Gedankenformen umgeben, einige stärker, andere weniger stark, und einige währen ein ganzes Leben lang.

In dem Energiefeld, das einen Menschen umgibt, sind nicht nur die Wirbel enthalten, die durch die gewohnheitsmäßigen Gefühlsbewegungen verursacht werden, sondern auch eine Vielzahl von Gedankenformen, die der menschlichen Verkörperung entspringen. Jeder, der dies auf die richtige Weise gelernt hat, kann diese Bilder und Gefühle lesen und damit nicht nur die persönliche Geschichte der betreffenden Person erkennen, sondern auch ihre gegenwärtigen Absichten und zukünftigen Trends. Es ist eine weithin bekannte esoterische Tatsache, daß an den Höfen der antiken Herrscher, von den ägyptischen Pharaonen bis zu den russischen Zaren, Hohepriester und Hellseher durch ihre Fähigkeit, Menschen zu durchschauen und Weltzusammenhänge zu erkennen, große Macht ausübten.

Ebenso wie der emotionale Körper ein Energiefeld ist, das in einer bestimmten Frequenz schwingt, und gleichzeitig eine Lichtsubstanz, die sich auf eine bestimmte Weise entzündet und dreht, so hat auch der mentale Körper sein eigenes Feld, seine eigene Frequenz und seine Eigenarten. Ebenso wie es innerhalb des emotionalen Körpers, dessen Inhalt durch Gefühle zum Ausdruck gebracht wird, Emotionen gibt, so gibt es innerhalb des mentalen Körpers

Gedankenformen, deren Fassungskraft durch Gedanken zum Ausdruck kommt. Der mentale Körper ist jedoch nicht so sehr die Gesamtheit der Gedankenformen, sondern mehr die Substanz, in der diese Gedankenformen enthalten sind.

Die Kraft, die Gedanken hervorbringt, entspringt dem Verstand. Der Verstand ist das Medium des Bewußtseins. Er erkennt, organisiert, versteht, konzentriert sich und projiziert Form und Bedeutung durch den Gebrauch von Intelligenz. Der Intellekt, so interessant und nützlich er ist, ist eine sehr einfache Art von Intelligenz, die nur auf der Ebene der dritten Dimension Verwendung findet. Er neigt dazu, ebenso kurzsichtig zu sein, wie es den Dingen auf dieser Ebene angemessen erscheint.

Intelligenz, die ihren Ausdruck im Sinn für Details findet, bezieht sich natürlich auf die Gesetze der Physik und ist damit berechenbar und definierbar. Sie kann in Regeln zusammengefaßt und auf rein mechanische Weise erlernt werden. Sie verlangt weder Flexibilität noch Spontaneität. Intelligenz auf dieser Ebene ist das, was ich als den »niederen mentalen Körper« bezeichne. Auf den höheren, intuitiveren Ebenen der Wahrnehmung und Organisation funktioniert der Verstand durch den niederen mentalen Körper, der jedoch an einen ähnlichen, wenngleich von der Schwingung her höheren Körper, den »höheren mentalen Körper« ausgerichtet ist. Dieser höhere mentale Körper ist ein höheres Bewußtsein, das Intelligenz interdimensional versteht.

Auf der Ebene des niederen mentalen Körpers manifestiert die Energie sich auf lineare, direkte Weise und wird gelegentlich als Aggression erfahren. Auf der Ebene des höheren mentalen Körpers zeigt sie sich kreativ und sich selbst erneuernd und erfäßt ganzheitliche Begriffe.

Durch seine Fähigkeit zur Visualisierung bildet der Verstand Grundformen oder Baupläne.

Diese Formen erscheinen als Einstellungen, die emotionale Muster auslösen. Solche Einstellungen nehmen auf den niederen und höheren Ebenen verschiedene Formen an.

Glauben beispielsweise, der auf den niederen Ebenen wichtig ist, um Energie zu inspirieren und neu auszurichten, wird zu Vertrauen. Dogma, das notwendig ist, um unbändige Instinkte zu zähmen, wird zur Erfahrung der Erkenntnis. Vertrauen ist, bei rechtem Lichte betrachtet, eine unwiderlegbare innere Erkenntnis. Und Erkenntnis übertrifft ihrerseits ihr Gegenstück auf den niederen Ebenen, das Wissen.

Der niedere mentale Körper und der höhere mentale Körper funktionieren in verschiedenen Kreisläufen.

Der niedere mentale Körper benutzt den Solarplexus als sein Kraftzentrum und ist hauptsächlich auf der Ebene alltäglichen Handelns aktiv. Er befaßt sich mit der äußeren Realität: Ereignisse, Fakten und zeitliche Abläufe. Der höhere mentale Körper benutzt das Halszentrum ebenso wie das dritte Auge als Kraftzentrum, aber seine Hauptenergie kommt vom Herzen. Er befaßt sich mit der inneren Erlebniswelt und mit den verbindenden Aspekten, die die Außenwelt erfahren. Beide Medien setzen das Halszentrum ein, um mittels des gesprochenen Wortes belebten Gedankenformen eine konkrete materielle Gestalt zu verleihen.

Tafel 6 Die drei Schöpfungskräfte, wie sie sich in den Chakras ausdrücken

Kräfte	Chakra	Manifestation
Denken	6	höherfrequente Manifestation
gesprochenes Wort	5	Lichtsubstanz,
Gefühl	4	Gedankenformen
Handeln/Macht	3	niedere Manifestation
Gefühl	2	physische Substanz, Materie
Gedanken	1	

Der niedere mentale Körper

Der niedere mentale oder dritte Körper ist Ausdruck des Verstandes auf der Ebene der physischen Substanz. Zusammen mit dem emotionalen und dem physischen Körper bildet er die Persönlichkeit oder das menschliche Selbst. Dieser Körper nutzt sämtliche Chakras, aber er findet seinen Ausdruck durch die Energie, die im Solarplexus erzeugt wird. Er bezieht sich auf die höhere Intelligenz, die vom Göttlichen auf der Ebene des dritten Auges einfließt, und setzt sie innerhalb des physischen Gehirns wieder zusammen.

Während die Triebkraft aus dem Solarplexus kommt, dient das Gehirn selbst als eine physische Schnittstelle zum niederen mentalen Körper. Das Gehirn erhält seine Reize aus der Umwelt und antwortet darauf, indem es Reize zum emotionalen und zum physischen Körper sendet und dadurch Handlungen anregt. Der Erinnerungsschaltkreis im Gehirn interpretiert die Reize entsprechend der in der Vergangenheit gemachten Erfahrungen. Das ganze System funktioniert so lange völlig automatisch, um den Organismus zu schützen, bis das Bewußtsein der Person sich an den höheren Prinzipien ausrichtet, die innerhalb der Gesetzmäßigkeiten des Lichts gültig sind.

Der Einfachheit halber werde ich vom niederen mentalen Körper so sprechen, als sei er eine eigenständige Einheit. Der niedere mentale Körper empfängt die göttlichen Ideen, die auf der zwölften dimensional Ebene hervorgebracht wurden, nachdem sie vom Höheren Selbst in der siebenten Dimension entziffert wurden. Anschließend führt er diese Ideen mit Hilfe eines logischen oder rationalen Vorgehens in die physische Welt ein. An dieser Stelle müssen wir verstehen, daß das lineare Denken eine Funktion des dreidimensionalen Lebens ist, durch einen Verstand, der in Details und in einer bestimmten Reihenfolge denkt. Das höhere Denken geschieht nicht linear. Es erfährt intuitiv das Ganze. Es ist visionär und sieht über Raum und Zeit hinaus.

Der niedere mentale Körper arbeitet konsequent logisch und ist stolz auf sein reibungsloses Funktionieren. Dieser Stolz führt zu einer gewissen Arroganz und dem Gefühl der Selbstzufriedenheit, die jedoch eine Illusion ist. Es ist, als würde sich ein Manager eines Konzerns zum Vorstandsvorsitzenden machen, was tatsächlich ständig geschieht, sowohl in der Praxis als auch symbolisch. Auf diese Weise macht sich der niedere mentale Körper selbst zum Oberaufseher.

Weil der niedere mentale Körper grundsätzlich sehr kurzsichtig ist und nur auf der Ebene der drei Dimensionen funktioniert, teilt er seine Wahrnehmungen in Kategorien und Gegensatzpaare auf und vergißt die Einheit hinter diesen scheinbaren Gegensätzen. Denk daran, daß Dualität eine Art Naturgesetz ist, das durch Polaritäten und Spannungen funktioniert, um eine natürliche Form zusammenzuhalten. Dualität ist eine Reflektion von Polarität. Die Teilung in Gegensätze ist eine Eigenart des Denkens, um Dualität und Polarität zum Ausdruck zu bringen. Auf diese Weise kann so etwas wie Moral entstehen. Der niedere mentale Körper errichtet auf diesen Teilungen, auf den Begriffen von gut und böse, richtig

und falsch, ganze Systeme. In seinem Versuch, das Denken zu strukturieren, verzerrt der niedere mentale Körper die Wahrheit, wird eingleisig und geht immer nur in eine Richtung. Weil er auf einem falschen Fundament aufbaut, muß der niedere mentale Körper ständig seine Meinungen rechtfertigen, so wie ein Lügner dies tut, wenn er seine Position verteidigt. Wie der Lügner beginnt auch der niedere mentale Körper allmählich seine Lügen selbst zu glauben. Sein Hauptaugenmerk liegt dann darauf, sich zu schützen und das göttliche Selbst nicht in seiner Objektivität zum Ausdruck kommen zu lassen.

Der niedere mentale Körper verfügt über ein geschicktes Datenverarbeitungssystem. Er gliedert und segmentiert Teile von sich selbst wie ein Buchhalter, der sicherstellen will, daß er seine Ablage wiederfindet. Die verborgenen Akten des niederen mentalen Körpers sind jene Gedanken und Erinnerungen, die ihren gegenwärtigen Zwecken am wenigsten dienlich sind oder die drohen, bevorstehende Pläne zu sabotieren. So entstehen die unter- und überbewußten Aspekte des Verstandes.

Diese versteckten Teile des niederen mentalen Körpers sind nicht nur außerhalb des Verstandes, sondern sie haben sich wirkungsvoll vom ganzen Organismus gelöst, insbesondere vom emotionalen Körper. Sie müssen das tun, denn wenn diese Gedanken mit Gefühlen verbunden sind, können sie sich als gefährlich erweisen, möglicherweise sogar als lebensgefährlich. Solche Gedanken, die für »schlecht« gehalten werden, werden ins Unterbewußtsein gestopft, und solche, die für »gut« gehalten werden - und die weniger vom niederen mentalen Körper, sondern eher aus dem kulturellen Umfeld stammen -, werden ins Überbewußtsein weitergeleitet.

Nun kannst du verstehen, warum wir in einer Welt voller doppelter und dreifacher Bedeutungen leben. Worte drücken oft etwas anderes aus, als das Gefühl uns mitteilt, und der Verstand wird sich noch eine weitere »Realität« zusammenbasteln.

Auf den Unterebenen des niederen mentalen Körpers finden wir Gedanken von Dominanz und Besitz, Grausamkeit und Sadismus. Auf den höheren Unterebenen finden wir Gedanken von Schönheit, Kunst, Musik und die Naturwissenschaften.

Alle drei, der bewußte, der unterbewußte und der überbewußte Aspekt des Verstandes sind Teil der Funktionen des niederen mentalen Körpers. Sie sind bemüht um Linearität und dreidimensionales Erleben und nur teilweise um göttliche Ideen. Auf dieser Ebene operiert die zeitgenössische Psychologie.

An diesem Punkt können wir die Absurdität jeglicher psychologischer Theorien erkennen, die auf dreidimensionalen Gesetzen beruhen, was den gesamten Bereich der Psychologie auf das Studium des niederen mentalen Körpers reduziert. Um die Kraft des höchsten, vollständigsten Aspektes unserer selbst zu erkennen, müssen wir den niederen mentalen Körper als das sehen, was er ist - ein Werkzeug von etwas Höherem und Größerem. Seine Funktion ist die Kategorisierung, Bewertung und Anwendung von Ideen. Das beherrscht er mit Perfektion. Er ist ein wundervoller Diener, aber ein arroganter Boß, der, sich selbst überlassen, nichts tut, als zu verurteilen und auszubeuten.

Die Kraft des emotionalen Körpers ist gewaltig. Sie bildet Gedankenformen. Sie hat die Fähigkeit, physische Energien zu mobilisieren. Sie übersetzt Ideen. Sie macht Ideen handhabbarer. Sie ist direkt mit dem emotionalen Körper verbunden und sorgt zusammen mit diesem für alles, was auf der physischen Ebene für den Schöpfungsprozeß notwendig ist. Der höhere mentale Körper hat keinen direkten Zugang zum persönlichen Selbst, außer durch die Wahrnehmung und die Fähigkeiten des mentalen Körpers. Der niedere mentale Körper ist der Sprecher und der Hüter der Massenmentalität. Wir tun gut daran, uns mit ihm anzufreunden. An dieser Stelle kannst du einmal gut nachprüfen, wie es um deine eigenen Einstellungen und Überzeugungen steht. Sei dabei besonders ehrlich, was deine Vorurteile und wirklichen Absichten anbelangt. Vergleiche deine vermeintlichen Gefühle in Bereichen, in denen du dich selbst für schwach oder überfordert hältst. Sendest du widersprüchliche Botschaften aus? Eine einfache Möglichkeit, um festzustellen, ob du in der Tat widersprüchliche Botschaften

aussendest, ist zu beobachten, wie die Welt um dich herum auf deine Bedürfnisse reagiert. Zeigst du dich so, wie du es willst? Schau dir an, wie es in deiner unmittelbaren Umgebung aussieht. Paßt das zu deinen Ideen? Wie oft handelst du aus einem Standpunkt der Sicherheit aus alten Überzeugungen heraus, statt so, wie du es eigentlich meinst tun zu sollen? Wie realistisch siehst du dich selbst und deine Welt? Weißt du, was du kannst und was nicht? Unter- oder überschätzt du dich? Stehst du auf Kriegsfuß mit deinen Emotionen? Anders gefragt: Wie verbunden bist du mit deinen Gefühlen und deinem physischen Körper? Lebst du in deinem Verstand? Denkst du, was du fühlst, und fühlst, was du denkst? Und handelst du dann deinen Gedanken und Gefühlen entsprechend?

Nicht nur deine drei niederen Körper oder Aspekte müssen integriert und harmonisiert werden, sondern du mußt auch die Energie auf jeder Ebene verschmelzen und diese Ganzheit durch dein Verhalten und deine Zellaktivität umsetzen. Wirkliche Integrität zeigt sich im Handeln und in dem Gefühl der Verbundenheit mit allem Lebendigen, jedoch nicht nur in Gedanken, auch wenn sie noch so abgehoben sind. Erst dann beginnst du, von den Fähigkeiten des höheren Verstandes Gebrauch zu machen.

Der höhere mentale Körper

Der höhere und der niedere mentale Körper haben von Natur aus eine gewisse Distanz. Der Unterschied zwischen beiden macht sich im Spektrum ihres Bewußtseins bemerkbar. Was auf einer Ebene als Vorurteil erscheint, ist auf einer anderen möglicherweise Scharfblick. Was als Arroganz erscheinen mag, könnte auf den höheren Ebenen Ehre, Integrität und Furchtlosigkeit genannt werden. Die Essenz des höheren mentalen Körpers verschafft sich selbst Ausdruck durch die Fähigkeiten des niederen mentalen Körpers, sobald der niedere mentale Körper und der emotionale Körper transzendiert und integriert wurden.

Es gibt immer ein gewisses Maß von inspirierter Aktivität des höheren mentalen Körpers, der sich durch alle Bereiche des menschlichen Handelns hindurch bemerkbar macht. Die Inspiration zeigt sich in Gedanken des Friedens, der Brüderlichkeit, des guten Willens und überall dort, wo das Ganze dem Willen des Einzelnen vorgeht. Die Sprache der Inspiration ist überwiegend symbolisch und abstrakt. Meistens jedoch ist ihr Vorkommen kein dauerhafter Bestandteil im Handeln eines einzelnen Menschen, es sei denn, dieser hat einen bedeutenden Schritt in seiner persönlichen Evolution vollzogen.

Um auf der Ebene des höheren mentalen Körpers funktionieren zu können, müssen wir über das Rationale hinaus Dinge verstehen und wahrnehmen. Wir müssen uns selbst von der Massenmentalität lösen. Außerdem müssen wir die Lektionen des emotionalen Körpers verinnerlicht haben. Erst dann können der niedere mentale Körper und der emotionale Körper sich gemeinsam in Harmonie bewegen. Die Kapazität des Gehirns kann sich auf beide Seiten, die rechte ebenso wie die linke, ausweiten und darüber hinaus den mittleren Teil aktivieren, der für die Wahrnehmung jenseits der Dualität zuständig ist. Das Denken mit dem ganzen Gehirn ist eine Eigenschaft des höheren mentalen Körpers.

Es gibt zahlreiche Möglichkeiten, Denken mit dem ganzen Gehirn anzuregen und ein höheres, volleres Lebens zu visualisieren. Wenn das Gehirn auf natürliche Weise beginnt, als Ganzes zu funktionieren, tritt ein vollkommen neuer Seinszustand zutage, der eine andere Qualität darstellt. Man kann sagen, daß auf dieser Ebene der höhere mentale Körper etwas Christusähnliches bekommt. Die Richtung, die der betroffene in seinem Leben einschlägt - seine Energie und seine Aufmerksamkeit - bewegt sich auf die Ebene des sechsten oder kausalen Körpers (der Aufbewahrungsort aller durch mehrere Lebensspannen hindurch erworbenen Güter).

Der christusähnliche höhere mentale Körper ist die wahre Intelligenz des Herzens. Seine Energie ist nonlinear. Er liegt auf der Ebene der Intuition und jenes »Wissens«, das von gesammelten inneren Erfahrungen ausgeht.

Auf dieser Ebene ist die fühlende Natur bereits durch die Hitze leidenschaftlicher Intensität

hindurchgegangen und besitzt nun ein leidenschaftsloses Mitgefühl und ist zum Dienen bereit. Der höhere mentale Körper spiegelt das wider, was wir das »Überbewußtsein« nennen. Das Überbewußtsein lebt von hell- und scharfsichtigen Impulsen der Seele, wie sie bei jedem einzelnen ankommen. Wenn dieser Körper das Christusbewußtsein annimmt, wird sein Handeln von Mitgefühl, Liebe, Verständnis und Verzeihen inspiriert sein. Er wird sich zwar weiterhin der Mechanismen des niederen mentalen Körpers in seiner Funktion als Überbewußtsein bedienen, indem er Entscheidungen fällt, wann etwas fortgeführt wird und wann nicht, aber er tut dies vollkommen objektiv und unpersönlich. Sein begünstigter Ausgangspunkt führt nicht nur zur Offenbarung des göttlichen Plans für das Leben des Individuums, sondern zeigt auch alle Möglichkeiten auf, wie dieser in Erfüllung gehen kann. Der christusähnliche höhere mentale Körper geht eine Partnerschaft mit dem siebenten dimensional Selbst ein. Erst durch die Gnade des Höheren Selbst in Gestalt des höheren mentalen Körpers sind wir überhaupt imstande, höhere Prinzipien intuitiv zu erfassen. Je vertrauter wir mit dem Höheren Selbst sind, desto stärker wird unsere Partnerschaft mit ihm sein. Durch die Vervollkommenung des persönlichen Selbst ist das Schwingungsniveau des Menschen insgesamt höher, was ihm einen direkteren Zugang zur höheren mentalen Aktivität verschafft, solange er die Frequenz aufrechterhalten kann. Es ist jedoch auf Dauer nicht möglich, mit dieser Frequenz zu leben.

In der inneren Alchemie suchen wir das Physische, das Emotionale und das Mentale zu einem solchen Grad zu läutern, daß wir in ganz bewußter und enger Nachbarschaft mit dem Höheren Selbst und den Dimensionen jenseits der siebenten existieren können, wodurch wir Zugang zu den schöpferischen Ideen, Kräften und Mächten bekommen, die uns in die Lage versetzen, das Selbst, die Welt und den Planeten in größerer Vollkommenheit neu aufzubauen. Wir können dies nur tun, wenn wir beginnen, die Emotionen zur Ruhe und das endlose Geplapper der Massenmentalität in uns zum Schweigen zu bringen.

Die Kontrolle des Verstandes kann nur erlangt werden, nachdem die Emotionen zur Ruhe gebracht worden sind. Du mußt den Mut aufbringen, nicht nur dir selbst ins Auge zu schauen, sondern auch auf die tiefsten, häßlichsten, eruptivsten Teile deiner Emotionen einzusteigen. Aus einem totalen Annehmen der Erfahrungen wird Meisterschaft erwachsen. Emotionen dienen dazu, uns darin zu trainieren, die zunehmende elektrische Spannung der Energie zu ertragen.

An dieser Stelle müssen wir verstehen, daß der Verstand in seiner üblichen Arroganz des niederen mentalen Körpers denken wird, er habe eine bestimmte Erfahrung gemacht, er habe zum Beispiel jemandem verzeihen, und fortfahren wird, so zu handeln, »als ob«. Er wird den Selbstbetrug fortführen, der die Menschheit in einem permanenten Zustand der Verwirrung gefangenhält. Menschen, die unter dem Einfluß dieses Denkens stehen, fehlt die emotionale Sensibilität für ihre Umwelt.

Ein durch geläutertes Gefühl gemäßigter Verstand verwandelt egoistisches Denken in rücksichtsvolles Handeln und eine umfassendere Vision des Ganzen. Die Gedankentätigkeit wird verlangsamt und die Frequenz erhöht. Die Verlangsamung ermöglicht Nischen des Schweigens, die weitaus größere und höhere Gedankenformen und gleichzeitig die regenerative Kraft des Geistes vermitteln. Dies ist die Stille, die in der Meditation gesucht und gefunden wird, die Stille, die das All enthält.

Klarheit ist eine Tugend des Schweigens, und die endgültige Klarheit ist die Erfahrung der höchsten Frequenzen, die als die ursprüngliche Leere oder das unendliche Weltall erfahren werden. In dieser überwältigenden und ehrfurchtgebietenden Erfahrung erkennen wir das »Ich Bin«, die einzige aktive Kraft, die durch Gefühl, durch Gedanken und nun auch durch die Fähigkeit des gesprochenen Wortes aktiv wird.

Geistige Energetik Methoden des dynamischen Umgangs mit Energie

Gedankenprojektion

Diese Übung funktioniert am besten, wenn sie von Paaren in einer Gruppe von mindestens sechs Menschen durchgeführt wird.

Wie in der Paarübung am Ende des Kapitels, die sich mit der Kraft des Fühlens befaßt, verlangt auch diese Übung deine ungeteilte Aufmerksamkeit und die Entschlossenheit, die Energien in den Gedankenformen, die üblicherweise unbewußt sind, ohne Einschränkungen zu erkunden.

Setz dich bei den folgenden Übungen deinem Partner von Angesicht zu Angesicht gegenüber. Erkennt gegenseitig das Licht im anderen und in euch selbst an und sprecht euren Dank aus für die Gelegenheit, euch in einer schützenden Umgebung voller Vertrauen und Zusammenarbeit selbst erforschen zu können.

Du wirst nun die drei grundlegenden Energien kennenlernen, die üblicherweise auf dich projiziert werden und die du häufig auf andere projizierst. Diese bilden die Ausgangsbasis für Verführung, Manipulation und Zwang. Diese speziellen Gedanken sind stark durchwachsen von der Kraft der Gefühle der unteren Chakras.

Sexuelle Energie

Sowohl das andere Geschlecht als auch das eigene sollten erfahren werden.

Entscheidet, wer zuerst aktiv sein soll. Der passive Teilnehmer darf keine Reaktionen zeigen. Er sollte darauf aus sein, sich selbst zu beobachten, seine Gefühle, seinen Energiefluß, seine gewohnten Impulse - Vermeidung oder Genußsucht.

Eine wichtige Erweiterung dieser Übung besteht darin, daß der passive Partner gebeten wird, sich vor der Energie, die auf ihn zukommt, abzuschirmen. Er sollte dies jedoch auf eine Weise tun, die für ihn völlig natürlich ist. Es sollte ganz still geschehen, ohne es vorher anzusagen. Der Zweck der Übung ist, zu entdecken, wie wir uns schützen und einen Schild aufbauen können, ganz gleich, wie effektiv dies sein mag.

Der aktive Partner sollte nun die Gedanken hervorrufen, die in ihm sexuelle Gefühle auslösen. (Dies kann für einige Menschen sehr schwierig sein. Daher muß die Übung in einer ungestörten, angenehmen Umgebung stattfinden.) Der ganze Prozeß sollte ohne Worte und ohne Berührungen ablaufen. Stimme, Gesten und Bewegungen können eingesetzt werden. Fahre fort, die Gedanken und Gefühle zu verstärken. Werde dir bewußt, welche Gedanken am besten funktionieren. Achte auf deine Atmung und verstärke sie. Erlaube dir, Laute von dir zu geben ... und wenn du bereit bist, öffne die Augen und umfange deinen Partner mit deiner Energie. Achte darauf, ob du irgendwelche Ängste hast, und geh über sie hinaus. Du erforscht diese Energie in einer liebevollen Umgebung. Du bringst sie aus dem Verborgenen ans Licht.

Verstärke die Energie ganz massiv und projiziere sie noch etwa zwei Minuten lang. Halte an. Werde dir bewußt, wie du dich physisch, mental und emotional jetzt fühlst. Gleichzeitig hat der passive Partner versucht, sich vor dieser Energie abzuschirmen. Möglicherweise hat er sich umgedreht, an etwas anderes gedacht ... was immer er für richtig hält, um nicht in die sexuelle Energie verwickelt zu werden, die auf ihn zukommt. Zweite Phase: Der aktive Partner fährt fort, sexuelle Energie zu projizieren, und der passive macht sich jetzt bereit, die Energie in seinem Herzen zu empfangen. Sowohl der aktive als auch der passive Partner halten fest, was sie erlebt haben, ohne jedoch bereits darüber zu sprechen. Nun werden die Rollen getauscht.

Nachdem beide Partner die Gelegenheit hatten, ihre Gefühle zu projizieren, sich vor der Energie zu schützen und sie anschließend im Herzen aufzunehmen, teilen sie sich ihre Erfahrungen gegenseitig mit.

Die Kraft aus der Mitte

Diese Übung ist mit der vorangegangenen fast identisch, nur daß diesmal die projizierte Energie die Kraft aus der Mitte ist - die Energie des Solarplexus.

Beide Partner sollen den Antrieb projizieren, etwas zu erreichen: einen Wettbewerb gewinnen, etwas Gutes verkaufen, sich für seine Sache engagieren, einem Politiker im Wahlkampf helfen ... Erfinde deine eigenen Aktionen, in denen du in deinem Leben diese Energien zum Einsatz bringst. Und wenn du zu den eher passiven Menschen zählst, stell dir jemanden vor, der ein Powertyp ist und schlüpfe in die Rolle dieser Person. Tu dein Bestes, um ganz zu dieser Person zu werden und deinen Partner in deine Handlung einzubeziehen. Der passive Partner soll versuchen, sich mit allen ihm zur Verfügung stehenden Mitteln der Energie zu widersetzen.

Nach etwa drei Minuten beginnt der passive Partner die Energie zu einem von beiden oder von einem dritten festgelegten Zeitpunkt ins Herz einzulassen.

Anschließend werden wie zuvor die Rollen getauscht.

Intellektuelle Energie

Diesmal stammt die projizierte Energie aus dem niederen Teil des geistigen Apparates, so als würdest du jemanden von etwas überzeugen oder einen Streit gewinnen wollen.

Versetzt dich in die Lage, wie du dich fühlen würdest, wenn du recht hättest und der andere unrecht. Versuche den anderen mit deinen Argumenten zu überzeugen. Versuche jeglichen Widerstand, der sich dir entgegensetzen sollte, zu überwinden.

Die passive Person schützt sich erst, um dann - zu einem festgelegten Zeitpunkt - die Energie im Herzen aufzunehmen. Das erfordert normalerweise, daß du visuell die projizierte Energie von der Vorderseite des dritten Auges zum Herzen umlenkst und dort eintreten siehst. Tauscht nun die Rollen.

Was lehrt uns das?

Jede dieser Übungen enthüllt uns nicht nur unsere eigene psychische Verfassung und die Arbeitsweise unseres Denkens, sondern auch die verschiedenen Arten, wie man sich ohne Erfolg gegen etwas zu wehren versucht. Diese Übungen sind normalerweise völlig ungefährlich, wenn sie in einer übungsgerechten Umgebung durchgeführt werden. Falls irgendwelche Ängste oder Zweifel auftauchen, laß die Übung lieber ausfallen. Wenn du dich unsicher fühlst oder dir über deinen Partner nicht sicher bist, laß sie ebenfalls weg.

Diese Technik ist ein ausgezeichnetes Training, um die verschiedenen Energien, die im Zusammenhang mit den Chakras projiziert werden, zu unterscheiden und auseinanderzuhalten. Achte besonders auf die unterschiedlichen Sinneswahrnehmungen. Stelle fest, welche der drei Energien am schwierigsten zu vermitteln war, welcher du dich am schwersten widersetzen und welche du am schwersten annehmen konntest. Dann stelle fest, was du als Sender und was als Empfänger erfahren hast, wenn eine der drei Energien in deinem Herzen empfangen wurden. Hierin liegt das Geheimnis wahrer Selbstverteidigung.

Meditation über Weisheit

Diese Visualisierung klärt und reinigt das Gehirn von Unreinheiten und erhöht seine Schwingungsrate.

Nachdem du genug Energie erzeugt hast und dich gut ausgerichtet und ruhig fühlst, visualisierst du eine goldene Pyramide mit einer Seitenlänge von etwa einem Meter, die Spitze nach oben gerichtet, etwas über dir in der Mitte des Raumes. Stell dir mit geschlossenen Augen ein einzelnes Auge innerhalb dieser Pyramide vor. Sieh, wie von dem Auge Lichtstrahlen in alle Richtungen ausgehen. Spüre, wie die Strahlen in dein organisches Gehirn und in das allessehende göttliche Auge, das in dir ist, eindringen. Ruhe in der Stille dieser Gewißheit.

Meditation zur Vereinigung von Herz und Erstand

Diese Übung stammt von Olive Pixley. Wir arbeiten hier zusätzlich noch mit der Stimme.

Stell dir ein goldenes, aufrechtstehendes Dreieck vor, das ininigem Abstand über dir in der Mitte des Raumes schwebt. Sieh, wie das Dreieck immer näherkommt, bis es direkt an deiner Stirn anliegt. Zieh das Dreieck durch den Kopf in deinen Körper und laß es in dir eine dreieckige Basis bilden: eine Ecke an jedem Handgelenk und eine dritte auf der Rückseite des Kopfes. Die obere Ecke liegt ganz in der Nähe des Kronenchakras. Während du das Dreieck in dich aufnimmst, atme tief ein zum stimmlosen Klang des Wortes »Pei«. Beim Ausatmen zum inneren Klang eines »Ju« visualisiere, wie sich das Dreieck in dir links herum dreht (wie eine Socke) und auf den Kopf stellt. Sieh, wie die Basis des Dreiecks sich über deinen Kopf erhebt und die Spitze nun nach unten in dein Herz zeigt. Beginne die Visualisierung noch einmal von vorn und fülle diesmal die Basis des Dreiecks mit allen Gedanken und Problemen, die dich gerade beschäftigen. Während du ausatmest, entbiete diese Gedankenformen dem Göttlichen zur Umwandlung. Fühle das Licht, das im Gegenzug von oben in dich hineinströmt.

Meditation zur Belebung des Gehirns

Diese spezielle Visualisierung fördert insbesondere die interdimensionale Wahrnehmung.

Visualisiere eine hell leuchtende goldgelbe Sonne vor dir, etwa von der Größe einer Pflaume. Zieh diese Sonne in deinen Kopf hinein. Halte die Visualisierung der hellen goldenen Sonne in deinem Gehirn fest und visualisiere, wie sie die graue Hirnmasse mit einem goldgelben Licht erfüllt. Sieh, wie dein Gehirn ganz golden wird. Spüre die gleißende goldgelbe Sonne in deinem Kopf und sieh, wie sie goldene Strahlen in alle Richtungen um dich herum aussendet. Folge nach etwa einer Minute der goldenen Sonne, während sie durch den Kopf hindurch aufsteigt und etwa dreißig Zentimeter über dem Kopf in der Luft schweben bleibt. Entspanne deinen Kopf und halte das Bild fest, solange du kannst. Laß alle Bilder, die dir in den Sinn kommen, einfach zu. Nimm sie zur Kenntnis, ohne sie zu beurteilen. Kehre stufenweise wieder in deine übliche Realität zurück. Achte darauf, daß du dich gründlich erdest, indem du den ganzen Raum in deinem Kopf mit deiner eigenen Präsenz erfüllst. Wenn du gut in deinem Körper bist, kehre zurück. Wenn du willst, zeichne deine Erfahrungen im Tagebuch auf.

Meditation zur Klärung der Gedanken

Diese Meditation ist ebenfalls ein Teil von Olive Pixleys Übungsreihe zur Bildung eines Schutzschildes aus Licht.

Beginne, indem du dich mit der großen zentralen Quelle der Sonne durch das Bewußtsein deines göttlichen Selbst verbindest. Rufe die Kräfte der zentralen Intelligenz dazu auf, herabzusteigen. Berufe dich auf das innere Bild deines eigenen Höheren Selbst oder das eines Meisters wie Jesus, Buddha, Quan Yin oder der Sonnenpräsenz, das Abbild der individuell verwirklichten göttlichen Kraft. Visualisiere einen Strahl weißen Lichts, der aus der Unendlichkeit über und hinter dir kommt, vor deinem Gesicht herunterkommt, den Hals durchstößt und auf die halbe Höhe des Hinterkopfes hinaufschießt, dann gerade zurück durch die Stirn des Seelenführers oder Lehrers, den du visualisiert hast. Diese Übung kann im Stehen oder im Sitzen durchgeführt werden.

Die Kraft des Lichts, das durch deinen Kopf strömt, wäscht den Geist rein von allen staubigen Gedanken, die sich im Laufe des Tages angesammelt haben. Obwohl diese Übung zu jeder Tageszeit durchgeführt werden kann, empfiehlt sie sich für den Abend. Am Morgen danach sollte der Geist von den Frustrationen des vorangegangenen Tages geklärt erwachen.

Ablauf:

Auf den Klang des Wortes »Ahlla« (aus dem Altaramäischen) auf einen tiefen Atemzug bringst du das Licht durch den Hals herunter und hinter dem Kopf wieder herauf.

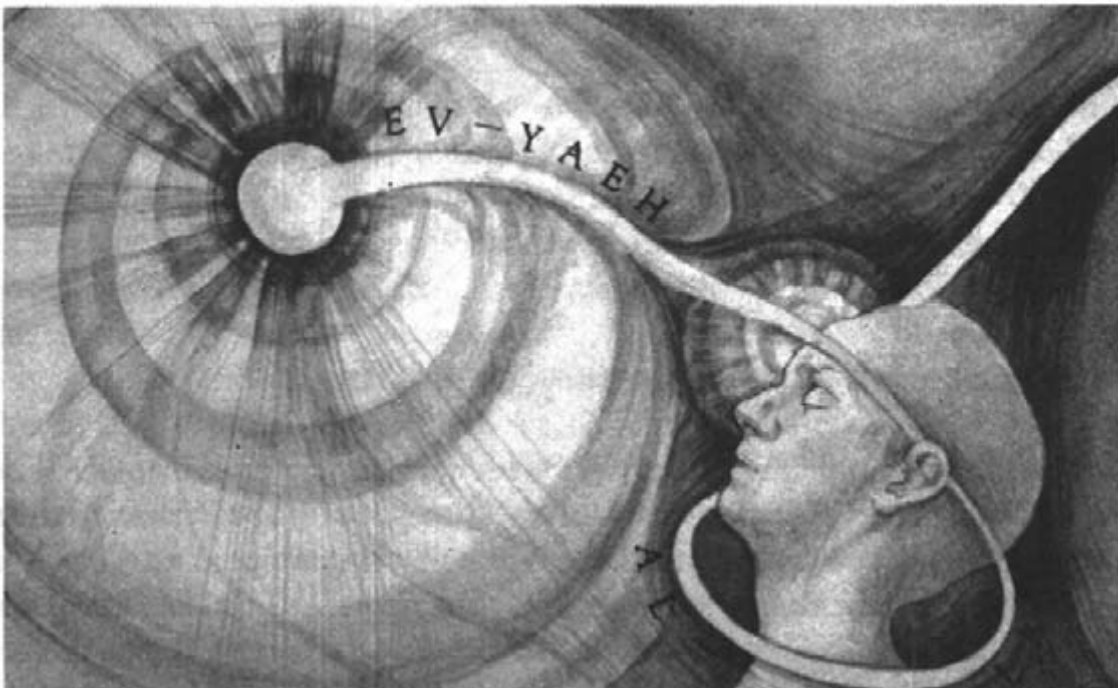


Abbildung 9: Meditation zur Klärung des Denkens: »Allah-he-äy-we«

Auf den Klang »He-Äy-We« (mit kurzem, geschlossenem »e« wie im französischen »de«) während eines kräftigen Ausatmens läßt du das Licht durch den Kopf und durch die Mitte der Stirn wieder hinausblitzen, zurück in die visualisierte symbolische strahlende Gestalt des Geistes Christi.

Der Kopf sollte leicht nach oben geneigt sein, und die Übung sollte dreimal durchgeführt werden, immer dann, wenn du ein dringendes Bedürfnis nach klarem Denken hast.

Die Macht des gesprochenen Wortes

Wer hat nicht schon einmal über die Bedeutung der ersten Worte der Bibel nachgedacht: »Am Anfang war das Wort ... « Warum und inwiefern ist eigentlich das Wort der Anfang? Und was heißt überhaupt »das Wort«?

Man kann sich den Ursprung alles Seienden als ein Geflecht von Schwingungen vorstellen, aus dem alle Substanz und alle Eigenschaften entspringen. Diese ursprüngliche Quelle ist das Eine. Das muß so sein. Es ist die universelle Summe aller nicht näher bestimmten Energie - alles und nichts zugleich. In dem Moment, in dem die Energie festgelegt wird, wird ihre Schwingungsaktivität herabgesetzt, und sie wird zu etwas Bestimmten. Der Prozeß der Energiebestimmung geschieht durch Klang. Aus einem ozeanischen, alles durchdringenden Summen (»Om«, »Aum«, »Ich Bin« ...) vereinzelt sich die Klangenergie in Noten und Resonanzen. Jede Resonanz schwingt auf ihre einzigartige Weise, verfestigt sich oder zerbricht in irgendeine Form oder Gestalt: Sie erwirbt Substanz. Klang ist die sich niederschlagende Eigenschaft, die Substanz erschafft, indem sie Energie zu einander ähnlichen Anhäufungen versammelt, die sich dann zu einer bestimmten Gestalt formen. Farbe ist klangliche Substanz. Wir können nun allmählich verstehen, wie sich alles, was ist, aus Strahlen zusammensetzt. Aus Farben und Kombinationen von Farb-Klang-Frequenzen bilden sich Formen aus Lichtsubstanz und physischer Materie.

Wenn Klänge Dinge erstehen lassen können, dann kann man daraus schließen, daß sie sie auch zerstören können. Die Zerstörungskraft von Tönen haben wir in unserem Jahrhundert beispielsweise erlebt, als der legendäre Tenor Enrico Caruso mit seiner Stimme Gläser zum Zerspringen brachte oder wenn ein Flugzeug die Schallmauer durchbricht und auf der Erde die Fensterscheiben platzen.

Wir machen uns dieselben Prinzipien zunutze, wenn wir uns und unsere Welt erschaffen. Da wir nicht wissen, wie wir Klänge in Reinform nutzen sollen, verwenden wir die Energie von Tönen in Form des gesprochenen Wortes. Ein Wort ist ein Klang, der mit Bedeutung versehen wurde. Er trägt eine Gedankenform und ein Gefühl. Worte müssen keinen verstandesmäßigen Sinn ergeben oder eine bewußte Absicht haben, um eine Wirkung zu erzielen. Der Ton selbst wird ein Gefühl übermitteln und die Umgebung entsprechend färben. Wenn jedoch zu einem Wort, das bereits eine Absicht in sich trägt, noch der entsprechende Ton hinzugefügt wird, haben wir es mit einem »Machtwort« zu tun. In jeder Sprache gibt es zahlreiche Beispiele für bestimmte Ausdrücke, Gesänge, Bekenntnisse oder Affirmationen, die so kraftvoll sind, daß sie die entsprechenden Ergebnisse nach sich ziehen. Wenn jemand sagt: »Ärger, Ärger, nichts als Ärger«, dann ist es schwer, diese Beschwörung zu durchbrechen und eine positive Stimmung zu erzeugen. Auf der anderen Seite kann ein gut vorgetragener Scherz die Atmosphäre in einem Raum schlagartig ins Positive umschlagen lassen.

Wir haben bereits festgestellt, wie das Halschakra, ein Medium für die Aktivität des ersten Strahls, für den Ausdruck des Willens, sowohl den persönlichen als auch den göttlichen, zuständig ist. Der Wille ist die Triebkraft der Schöpfung. Wenn der Hals zum Werkzeug des Willens der niederen Chakras wird, überträgt er dessen Eigenschaften auf den Zuhörer und schafft eine Stimmung bittersüßer Emotionalität, Romantik und Sentimentalität oder ungeschliffener Kraft, wenn nicht sogar Gewalt. Wenn das Halschakra jedoch den höheren Chakras dient, dann inspiriert, ermuntert, beruhigt und öffnet sein Klang den Menschen für die inneren Wahrheiten. Die Funktion des Halschakras ist darüber hinaus eine nährende. Es fördert den Lebenswillen und vermittelt das Gefühl sinnlicher Geborgenheit oder verträumter Orte voller Licht und Liebe.

Sobald die Gedankenform empfangen wurde, dient der fotografische (ätherische) Eindruck, entstanden durch die Kombination der Aktivitäten des niederen mentalen Körpers und des emotionalen Körpers, dazu, sie zu gestalten. Wir brauchen nun das Material, um das physische, dreidimensionale Gegenstück erstehen zu lassen oder die Bedingungen für dessen

Materialisierung zu schaffen. Wir brauchen Substanz. An diesem Punkt folgen wir genau der Ebene beschriebenen grundlegenden Schöpfungsprozedur. Wir verwenden Klang: das Wort. Alle Worte sind mit geballter Kraft, mit Energie ausgestattet. Magische Formeln und Zaubersprüche sind mit der Energie von Tausenden von Magiern und Adepten aus den vergangenen Jahrhunderten geladen und manifestieren einen mächtigen Energiewirbel. Obwohl das Wissen um einige dieser Formeln erhalten geblieben ist, haben wir die meisten verloren und mit Sicherheit auch das tiefgehende Verständnis der damit verbundenen Dynamik. Wie immer, so schulden wir auch hier unseren Dank der Gnade des Geistes und jener lichtvollen Gestalten, die uns beschützen und inspirieren, denn sie haben das Wissen um die Dynamik des Gesetzes vor einer Zivilisation, die nicht bereit war, mit Weisheit davon Gebrauch zu machen, mit einem Siegel der Verschwiegenheit verborgen, um es nun wieder zu brechen. Jetzt ist die Zeit, die Schöpfung zu erneuern. Wir entdecken erneut das Wirken des Gesetzes aus dem Bewußtsein der heiligen Partnerschaft mit dem Göttlichen - dem »inneren Guru«, dem Höheren Selbst.

Den Ruf aussenden

Um den »Ruf auszusenden«, ist es erforderlich, sich mit dem göttlichen Selbst durch das Medium des Höheren Selbst zu verbinden und das zu errichten, was ich den »alchemistischen Kreislauf« nenne. Das geschieht energetisch durch Visualisierung, Gebet oder Affirmation - die Rezitation von Machtworten.

Die eigentlichen alchemistischen Formeln folgen denselben Mechanismen wie der alchemistische Kreislauf und bestehen aus drei einfachen Schritten:

1. Invokation - Erweiterung deiner physischen Lebenskraft (Denken oder Visualisieren, Gefühl und Worte) hin zum göttlichen Selbst, das dazu dient, jene höhere Frequenz zu erreichen und sich mit ihr zu verbünden und zwar auf eine Weise, die ihre Resonanz im physischen Körper findet. Auf dieser Stufe formulierst du den »Ruf«, das gewünschte Ergebnis, aufklare Weise.
2. Identifikation - Aneignung der Frequenz als deiner eigenen und Vereinigung mit ihr, so vollständig, daß die Energiewellen aufsteigen und innerhalb des darunter verankerten physischen und emotionalen Gefäßes aufrechterhalten werden. Gleichzeitig sagst du etwas zur Bestätigung dieser Identifikation, wie zum Beispiel: »Ich bin ganz Licht«. Auf diese Weise projizierst du selbst Energie von der höchsten Ebene hinunter ins Physische. Du sprichst die Antwort, um die du auf der ersten Stufe gebeten hast, selbst aus.
3. Annehmen - der Wiederabstieg in das Bewußtsein des physischen Körpers und die Verkörperung des Lichts, das in den höheren Dimensionen erfahren wurde. Du akzeptierst deine Identität als göttliches Selbst innerhalb der Materie sowie die Erfüllung des »Rufs«, den du auf der ersten Stufe durch die Invokation ausgesendet hast. Die Annahme geschieht als Feststellung einer Tatsache, die bereits geschehen ist. Auf diese Weise bestimmst du den mentalen Plan, die Form, in der die hervorgerufene Situation oder Aktivität stattfindet.

Diese Vorschrift wird seit Jahrtausenden eingehalten und wurde erst kürzlich von Leonard Orr (auf den das Rebirthing zurückgeht) in seiner Manifestationstechnik veröffentlicht und von anderen Schulen später übernommen. Sie ist ein wichtiger Bestandteil der Seminare über positives Denken und aller Arten von Selbsthilfeprogrammen, denn sie funktioniert. »Den Ruf aussenden« folgt denselben Prinzipien wie das Gesetz von Angebot und Nachfrage. Wenn du den Ruf aussendest, erzeugst du eine Nachfrage, damit das Angebot (das, wonach du fragst) für dich verfügbar gemacht wird. Tatsächlich greifst du nach dir selbst und beschenkst dich mit dir selbst. Du kommst von einem Ort aus der Mitte und der Ganzheit mit Konzentration auf das Herz durch die Fähigkeiten des höheren Denkens.

Affirmationen und Glaubenssätze

Eine Affirmation oder ein Glaubenssatz ist eine Art spirituelle Ermächtigung. Alle Substanz, sei es Licht oder Materie, muß dem Befehl dieser Worte gehorchen. So ist das Gesetz.

Die meisten Menschen sind von unharmonischen und widersprüchlichen Prägungen umgeben, die sich gegenseitig aufheben und sich im Laufe der Zeit durch Unaufmerksamkeit zerstreuen. Es gibt auch Gedankenformen, die durch den jahrtausendelangen gewohnheitsmäßigen und unbewußten Gebrauch von Worten erzeugt wurden. Diese bilden starke Prägungen, die als magnetische Anziehungskräfte wirken und Menschen in störende Verhaltensformen ziehen können. Die einzige Möglichkeit, das Siegel dieser Prägungen zu brechen, ist durch den Gebrauch desselben Mechanismus, der sie ursprünglich hervorgerufen hat.

Eine Affirmation wird mit Macht gesprochen, das heißt, eine Zeitlang mit der entsprechenden Gefühlsintensität und Visualisierung wiederholt, um eine dynamische lebendige Kraft hervorzubringen, die sich zu einem positiven Bild innerhalb der Aura verfestigt. Ein neues Muster wird gebildet, das zur physischen Manifestation oder für neue Gefühle oder Gedanken dienen kann.

Summen

Summen ist eine der wirkungsvollsten Methoden, um sich ins Gleichgewicht zu bringen, denn es wirkt auf alle Körper. Die durch Summen ausgelöste Schwingungsaktivität bewirkt auch eine Neuverteilung der Energie innerhalb der Zellstruktur. Die Energie, die durch Summen aufgebaut wird, hat eine wichtige Funktion. Nachdem du angefangen hast zu summen, solltest du es wenigstens zehn Minuten lang fortführen.

Schließe die Augen.

Setz dich bequem in einer Stellung, die du beibehalten kannst, ohne dich bewegen oder zurechtrücken zu müssen. Lockere deine Kleidung.

Beginne zu summen. Zuerst wirst du es nur in der Halsgegend und im Kopf spüren. Laß es sich allmählich im ganzen Körper ausbreiten.

Sei in deinem Körper und breite sanft mit Hilfe der Kraft deiner Visualisierung und deines Gefühls die Schwingung bis in die Zehenspitzen aus, bis in die Fußsohlen ... Fühle deinen ganzen Körper mit jedem Laut pulsieren. Jetzt dehne deine Achtsamkeit auf den Raum aus, der dich umgibt, und fühle das Summen wie eine unsichtbare Membran, die um dich herum schwingt. Sieh deinen physischen Körper als eine zentrale Saite, die Resonanzen von sich gibt, die durch den ganzen Raum vibrieren.

Wenn du dich in einem Teil deines Körpers unwohl fühlst, richte für einige Minuten den Klang dorthin. Du kannst mit Hilfe deiner Hände die Energie an der betroffenen Stelle konzentrieren und anschließend die Schwingungsaktivität auf den gesamten Körper ausdehnen.

Du kannst die Aktivität verstärken, indem du deine Arme ausbreitest - die Handflächen nach oben, um Energie abzugeben, nach unten, um sie zu sammeln. Experimentiere mit beidem.

Färbe die ausfließende Energie nun mit der Energie deines Herzens. Sende deine eigene Gefühlsenergie durch Töne und durch deine Handflächen hinaus ins Universum. Tu dies, solange du magst.

Nachdem du mit dem Summen aufgehört hast, setz (oder leg) dich hin, solange du es brauchst.

Summen in der Gruppe

Das gemeinsame Summen kann äußerst wirkungsvoll sein, besonders wenn man sich dabei die Hände reicht. Wenn man in einer Gruppe summt, und wenn der Klang ohne

Unterbrechung beibehalten wird, bildet sich eine intensivere Energie. Dabei sollte man darauf achten, daß immer jemand summt, während die anderen Atem holen.

In der Mitte eines Kreises, in dem Menschen summen, bildet sich auf natürliche Weise eine eindrucksvolle Säule aus blauen Flammen. In diese Säule hinein kann man Menschen oder Bilder von Menschen oder Orten stellen, die man mit dieser Energie heilen oder segnen möchte.

Andere Töne

Vokale sind besonders mächtig. Sammle deine eigenen Erfahrungen bezüglich der verschiedenen Energiearten, die jeder Vokal erzeugt. Achte darauf, wie du dich fühlst, wenn du den jeweiligen Vokal summt. Achte ebenfalls darauf, wie es sich anfühlt, wenn ihn jemand anders summt.

Du kannst für dich selbst herausfinden, wie man mit Hilfe von Tönen andere harmonisieren kann. Das funktioniert gut zu zweit, besser noch zu dritt. Einer oder zwei singen den harmonisierenden Ton, während der Empfänger sich mit geschlossenen Augen hinlegt und die Wirkung des Tons auf seinen Körper empfängt.

Singe jeden Vokal ganz weich. Wenn du mit anderen gemeinsam singst, achte darauf, daß die Töne in Harmonie zueinander stehen. Stellt euch ganz nahe zueinander und spürt die Region des Körpers, auf die ihr euch konzentriert. Du kannst mit der Bauchgegend anfangen und dich auf dem Erdungskreislauf abwärtsbewegen, durch die Beine und die Füße ... Anschließend kannst du den Heilkreislauf probieren, vom Herzen abwärts durch Arme und Hände. Wenn man in der Gruppe »chantet«, ist es nicht empfehlenswert, in der Kopfgegend zu harmonisieren. Auf dieser Ebene kann man dies weitaus effektiver allein tun.

Achte auf die verschiedenen Wirkungen jedes einzelnen Vokals. Das »A« dient der Ausdehnung. Das »E« geht ein wenig tiefer und ist runder, und es erzeugt einen weichen Strudel. Das »I« ist sehr konzentriert und scheint in Form einer Spirale zu schwingen. Das »O« dringt ins Innere vor und schwingt dort. Das »U« geht am tiefsten von allen, fast wie ein Laserstrahl.

Nun erkunde die verschiedenen Tonhöhen.

Immer wenn du das Harmonisieren übst, stelle sicher, daß du mit der Person, die du harmonisieren willst, darüber sprichst. Der andere soll sich wohl fühlen und aus der Erfahrung heil und ganz wieder herauskommen. Ihr könnt die Harmonisierungsübung mit ein paar Minuten stillem Handauflegen beenden, einer am Kopf und der andere an den Füßen, und euch sanft mit ihm in liebevoller Bewußtheit vereinen.

Der gesamte Sinn dieser Übung besteht darin, die Wirkung von Tönen auf deinen physischen, mentalen und emotionalen Körper zu erleben. Sobald du dich mit ihnen vertraut gemacht hast, kannst du immer wenn du es brauchst, Töne einsetzen, um dich zu harmonisieren oder deine Energie aufzufrischen.

Erkunde die Wirkungen des Summens der mächtigen Kombination von Vokalen, die das heilige Wort »I-A-O-U-E« bilden.

Mantras

Worte haben eine noch stärkere Wirkung. Es gibt Kombinationen, die du selbst herstellen kannst. Ich singe besonders gern immer wieder »Ich Bin«. Der Klang und das Gefühl geben mir zusammen mit der Visualisierung Energie und Harmonie.

Stelle deine eigenen Experimente an. Wenn du mit dir selbst auf inter-dimensionalen Ebenen Verbindung aufgenommen hast (wie im nächsten Abschnitt erklärt), kannst du den Klang deiner eigenen Stimme auf verschiedenen Seinsebenen entdecken. Wenn du mit deinen inneren Sinnen einen solchen Klang oder einen Namen hörst, dann »chante« ihn und erkunde seine Eigenschaften.

Schließlich gibt es noch die traditionellen Mantras wie das »Aum«, die seit Jahrhunderten

gebündelte Energie sammeln. Obwohl dieses Mantra phänomenale Wirkungen haben kann, gehört es einem vergangenen Zeitalter an.

Hier ist ein Beispiel für ein extrem wirksames buddhistisches Mantra für das Herz. Er erzeugt Frieden und Ruhe: »Aditya Hridayam Punyam, Sharu Shastru Bina Shanam«. Übe das Mantra, bis du es in einem Atemzug aussprechen kannst.

Eines meiner Lieblingsmantras ist das Sufi-Gebet »Nichts existiert außer Gott«: »La lila Ha, Il Alla Hu«. Es gibt viele Mantras. Mach deine eigenen Experimente.

Stimme und Bewegung

Es gibt eine sehr wirkungsvolle Kombination, die von den Sufis in Form von »Zikhrs« begangen wird. Dies sind Mantras, die in Verbindung mit Bewegungen und Tänzen auf rituelle Weise vorgeführt werden und an traditionelle Stammesrituale erinnern.

Die Sufis verfügen möglicherweise über das beste praktische, erdverbundene esoterische System, das Körper, Verstand und Geist vereint. Wenn du etwas für Gesang, Rhythmus und Gottesverehrung übrig hast, tust du gut daran, die Praktiken der Sufis zu erkunden, einschließlich des wirbelnden Tanzes der Derwische.

Ich möchte hier eine einfache Übung vorschlagen, die es dir ermöglicht, selbst die Kraft von Stimme und Bewegung zu fühlen, um dich in deiner Körperlichkeit und deiner Geistigkeit gleichzeitig zu zentrieren.

Sitze mit überkreuzten Beinen auf dem Boden oder auf einer flachen Oberfläche. Falls dies nicht möglich ist, setz dich auf einen Stuhl, mit deinen Füßen fest, aber locker auf der Erde. Für diese Übung brauchst du dich nicht anzulehnen.

Nachdem du die Übung mit dem anfangs beschriebenen Summen begonnen hast, lege beide Hände auf die Höhe des Nabels, während du fortfährst zu summen. Beginne deinen Körper aus dem Becken heraus im Uhrzeigersinn zu drehen. Der Rücken sollte dabei ganz gerade sein. Die Achse für die Bewegung liegt direkt auf der Ebene des Nabelzentrums. Achte auf deine Schultern und wirke der Neigung entgegen, die Schultern hängen zu lassen. Vermeide jedoch auch einen zu steifen, durchgedrückten Rücken, der dich ebenfalls davon abhalten kann, mit dem Zentrum in Kontakt zu kommen.

Du wirst dich nach dieser Übung stärker und zentrierter in deinem Körper fühlen. Das visuelle Gegenstück könnte ein dicker, runder Buddha oder eine Art kleines Stehaufmännchen sein. Mach die Übung und sieh selbst.

Schutzrituale

Die Landkarte des Bewußtseins

Um in unserer Erfahrungswelt Kontakt mit den höheren Schwingungsfrequenzen aufzunehmen, müssen wir ein dreidimensionales Vokabular verwenden. Obwohl es natürlich keine wirklichen Landkarten für die Dimensionen jenseits der unsrigen gibt, können wir uns mit Hilfe bestimmter Visualisierungen und Gefühle orientieren und auf diese Weise die multidimensionale Realität in dreidimensionale Linearität übersetzen. Die beste Bewußtseinskarte, die ich gefunden habe, ist vertikal angeordnet. Sie ist so alt wie die Menschheit auf diesem Planeten, wurde der Öffentlichkeit jedoch erst durch die theosophische Bewegung am Ende des vorigen Jahrhunderts wieder zugänglich gemacht und in den dreißiger Jahren durch Guy W Ballard und seine Frau in gemeinverständlicher Form vorgestellt.

Während wir einen vertikalen Aufstieg visualisieren, bewegen wir tatsächlich die Energie in aufsteigender Richtung durch die Dimensionen und bewirken eine Beschleunigung der Schwingungen. Versuch es einmal selbst.

Unser individuelles göttliches Selbst ist die höchste Schwingungsfrequenz, die einer verkörperten Intelligenz möglich ist, die sich noch nicht in der ursprünglichen Quelle oder der Leere aufgelöst hat. Die reine, andauernde Intensität dieser Frequenz aus der zwölften Dimension ist etwas, was auf dieser Stufe der Evolution oder in dieser Dimension nicht möglich ist. Darüber hinaus hat sie für uns keinen Bezugspunkt. Sie ist effektiv in sich geschlossen. Wie die Dimensionen jenseits der hiesigen und unterhalb des individuellen göttlichen Selbst wird sie als ein parallel existierender Raum innerhalb des Jetzt erlebt. Die Tatsache, daß diese Dimension gleichzeitig da ist und als feinere Energiefrequenz erlebt werden kann, weist darauf hin, daß wir auch dort mit unserem Sein gegenwärtig sind. Was jedoch kein Teil von uns ist, können wir auch nicht erfahren.



Abbildung 10: Die vertikale Karte

Aus unserer Perspektive der Linearität in Raum und Zeit gesehen, können wir uns die zwölfte Dimension etwa zehn Meter direkt über uns vorstellen, wenn wir sitzen oder stehen über dem Kopf, und wenn wir liegen über dem Körper. Es gibt keine direkte Verbindung zwischen Distanz und Dimensionalität, lediglich eine ungefähre Annäherung (mehr darüber in dem Kapitel über Dimensionalität). Wenn du in die höhere Dimension aufsteigst, hast du ein Gefühl, wie wenn du in einem Überschallflugzeug von der Erde abhebst.

Bevor du jedoch »abhebst«, mußt du ganz und gar in deiner Körperlichkeit sein - sinnlich, emotional und mental. Dein Körper dient als Anker. Darüber hinaus ist es ja gerade das physische Gefäß, welches wir mit Energie versehen wollen, um die höheren Frequenzen um uns herum in Form eines Segens übertragen zu können.

Als nächstes lokalisierst du das Herzzentrum, denn durch das Herz schaffst du die Verbindung zu anderen Dimensionen und zum Geist. In historischen esoterischen Traditionen

wird diese Verbindung als das »heilige Herz« oder die »Wohnstatt des heiligen Feuers« gesehen, als Heimat des göttlichen Funkens. Wie wir bereits aus der Meditation für geistige Ausgeglichenheit am Ende des Kapitels über die Macht der Gefühle wissen, haben die ersten drei Strahlen hier ihre Basis in Form einer dreifachen Flamme. Dort, wo die drei Strahlen sich in Gestalt einer Flamme treffen, bildet sich eine vielfarbige Flamme, die in alle Richtungen ausstrahlt, entsprechend der Lauterkeit und geistigen Entwicklung des betreffenden Menschen. Diese Flamme kann wiederum vergrößert und erweitert und entsprechend unserer Fähigkeit, im Licht zu weilen, genährt und aufrechterhalten werden.

Im heiligen Feuer des Herzens wohnen alle göttlichen Mächte und Eigenschaften des Lichts. Obwohl wir durch die Entwicklung der oberen Chakras und die Anwendung von Energie bestimmte Fähigkeiten erwerben können, kommen wir niemals über eine bestimmte Ebene hinaus, ohne uns spirituell weiterzuentwickeln.

Das heilige Herz ist ein genaues Abbild von uns selbst als Essenz auf den elektronischen Ebenen der zwölften Dimension, wie es in der feinstofflichen Anatomie des physischen Körpers angelegt ist. An diesem Punkt verstehen wir vielleicht, daß wir tatsächlich auf verschiedenen Ebenen gleichzeitig existieren und daß unser physisches Selbst eine Projektion der entferntesten Dimensionen ist.

Wenn du einer energetischen Linie folgst, einem Lichtstrahl, der sich vom Herzen aus nach oben bis zur Quelle etwa zehn Meter über dir ausbreitet, gehst du durch das Herz, den Hals, den Kopf und die Schädeldecke so lange weiter, bis du einen Brennpunkt von Licht erlebst, der so intensiv ist, daß du seine Energie kaum aushaken kannst.

Das Licht erscheint leuchtendweiß und enthält alle verschiedenen Strahlen und Farben des Spektrums. Es besteht aus konzentrischen Kreisen oder Kugeln aus Licht, die eine Ursubstanz abstrahlen wie die Sonne ihr Licht. (Die physische Sonne ist, nebenbei gesagt, ein eigenständiges Wesen, genau wie wir. Sie stellt in ihren Umrissen die »große zentrale Sonne« dar.) Unser göttliches Selbst ist eine einzelne innere Sonne. Dieses göttliche Selbst wird das »Ich Bin« genannt.

Angesichts unserer Totalität des Seins können wir nun verstehen, warum es in der Bibel heißt: »Ich bin (hier unten in der physischen Verkörperung) der »Ich Bin« (dort oben in der Lichtsubstanz).« Dies in Form einer Affirmation zu sagen, stellt einen alchemistischen Kreislauf im Äther her und verbindet die Materie deines irdischen Körpers mit der Substanz deines Lichtkörpers.

Die Art und Weise, wie wir das gesprochene Wort einsetzen, wenn wir einen Ruf aussenden, ist von grundlegender Bedeutung, ebenso wie die damit zusammenhängende Invokation.

Achte auf den Unterschied zwischen dem, was einige Menschen ein »Gebet« nennen, und einer Affirmation, wie oben zitiert. Häufig wird das Gebet als Betteln an einen Gott »dort draußen« mißverstanden. Du suchst Hilfe in der Ferne. Das bedeutet, daß du dich selbst als etwas Untergeordnetes siehst. Auf diese Weise identifizierst du dich unwillkürlich mit deinen Grenzen, deiner Vergänglichkeit, deiner Dreidimensionalität, und ermächtigst eine äußere Quelle. Durch den Gebrauch der Macht Worte »Ich Bin« sprichst du eine Affirmation aus, du formulierst einen Anspruch und stellst in Wort und Tat (Visualisierung) fest, daß du mit der Quelle eins bist.

Wenn du den Ruf jetzt, auf der dritten Stufe des Annehmens, aussendest, sagst du folgendes: Ich weiß, daß du und ich eins sind. Ich weiß auch, daß dort, wo du bist, weder Raum noch Zeit sind. Alles existiert dort als pure Möglichkeit. Während ich die Anrufung der Manifestation deiner göttlichen Geschenke und die Erfüllung deines göttlichen Plans für mich auf Erden ausspreche, ist dieser Ruf bereits erfüllt.

Du ziehst die Kernidee oder Affirmation in die physische Realität herab. Du bist dir vollkommen darüber bewußt, daß du in zwei Dimensionen gleichzeitig existierst und Macht sowohl über die Substanz des Lichts als auch der Materie ausübst.

Der schützende Tubus aus Licht

Der Tubus aus Licht ist eine Emanation des göttlichen Selbst, die infolge eines durch Invokation herbeigeführten und aufrechterhaltenen Kontaktes entstanden ist. Er ist eine Ausströmung der Ebene des Göttlichen, die das physische Selbst umhüllt. Er sieht aus wie ein Rohr oder ein Zylinder, der den siebenten Körper enthält, aber recht verschieden von diesem ist. Er wird bewußt hervorgerufen und hat eine schützende Funktion.

Auf Ebenen außerhalb der physischen Substanz bildet der Lichttubus mittels des göttlichen Selbst einen Schutz für die Gefäße, in denen er sich ausdrückt. (Er dient darüber hinaus als Tunnel oder Durchgang, der bei der Projektion des Bewußtseins und im Moment des Todes zum Tragen kommt.) Beim Beginn einer physischen Verkörperung auf dem Planeten hat sich dieser Tubus völlig automatisch gebildet. Im Laufe der Jahrhunderte bewegten wir uns immer mehr in Richtung persönlicher und körperlicher Befriedigung, ohne diese in die spirituelle Erfahrung zu integrieren. Dadurch erniedrigten wir unsere Orientierung, zerstörten die schützenden Hüllen und gaben somit unsere göttlichen Kräfte preis. Das geschah, so muß man wissen, ganz von selbst, als die Schwingungsaktivität herabgesetzt wurde: Die Frequenzen des Lichts konnten nicht mehr länger aufrechterhalten werden, und unser Zugang zu ihnen versiegte allmählich.

Wir funktionieren in diesen dunklen Zeiten der Seele seit unserer Verkörperung auf diesem Planeten schon seit langem ohne Schutz. Das hat uns empfänglich gemacht für Manipulation und Aberglauben. Es ist kein Wunder, daß wir verzweifelt und sogar so weit gegangen sind, die Existenz des Göttlichen in Frage zu stellen. Selbst dort, wo Schutzmechanismen zur Verfügung stehen, werden sie oft auf unbewußte, mechanische Weise angewandt, ohne inneres Verständnis. Wir haben immer nur zu einem Gott »da draußen« gebetet. Selbst wenn wir sagen, wir wissen, daß wir eins sind mit ihm, will es uns doch einfach nicht gelingen, danach zu leben. Wenn wir es täten, und sei es nur für einen Tag, würden wir ein Wunder erleben.

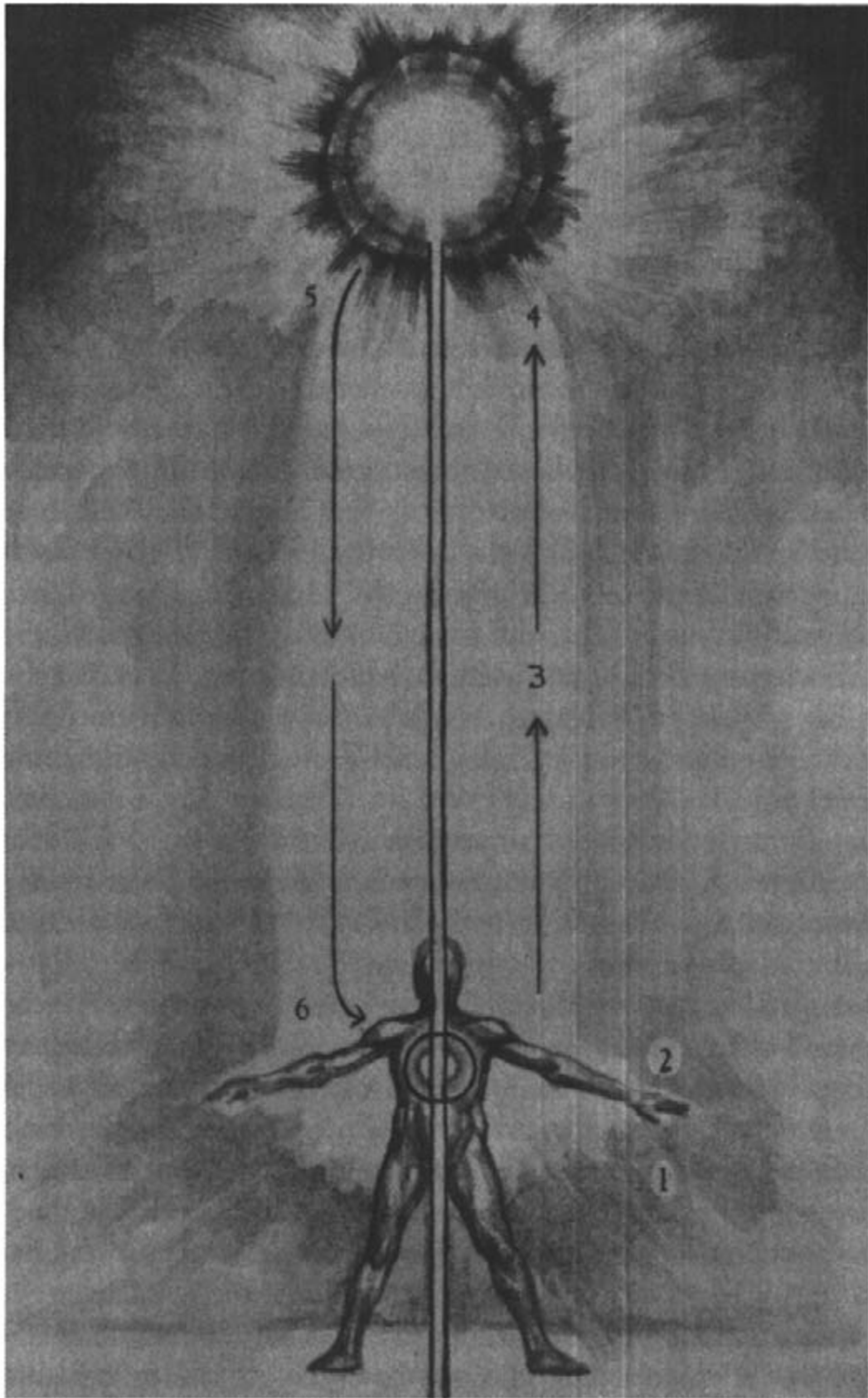


Abbildung 11: Der alchemistische Kreislauf

Um den Schutz, den wir verloren haben, wiederzugewinnen, müssen wir uns dem Licht zuwenden und bewußt durch den Gebrauch der ersten drei schöpferischen Kräfte von Gedanken, Gefühlen und dem gesprochenen Wort den Lichttubus wieder aufbauen. Der erste Schritt erfordert, daß man Vertrauen in die Kraft des göttlichen Selbst hat, sich mit ihr identifiziert, ihrem Erleben traut, sich oft genug an sie erinnert und sie im Leben anwendet. Anders gesagt: Mut zum Glauben. Dann sendest du den Ruf aus.

Alles bewegt sich im Rhythmus. Was ausgesandt wird, kehrt irgendwann energetisch zum Sender zurück. Jeder Rufer zwingt eine Antwort Dies ist eine energetische Tatsache, und das hat wohl Jesus Christus, der Meister, gemeint, als er sagte: »Klopfet an, und es wird euch aufgetan.« Jeder Ruf wird beantwortet. Das Problem liegt nicht im Vorgang des Antwortens, sondern in der Art und Weise, wie der Ruf ausgesendet wird. Wenn er das Produkt von Angst und einem eingeschränkten Bewußtsein ist, dann wird er in einem ähnlichen Zustand auch zum Rufer zurückkehren. Wenn er jedoch aus einer Haltung der Unschuld und des Vertrauens kommt, dann ist eine positive Wirkung sicher. Wenn ein Ruf aus vollem Bewußtsein und mit Macht projiziert wird, mit Lauterkeit in der Absicht, mit entschlossener Anteilnahme und Zielgerichtetheit, dann ist kein Wunder zu groß.

Tafel 7 Der alchemistische Kreislauf

1. Die Erweckung der Lichtpunkte im Zentrum der physikalischen Atome des gesamten Körpers, die als Ganzes den Lichtkörper ausmachen. Dies ist ein Prozeß, durch den man sich sowohl des Gewichtes der Materie als auch der Elektrizität des feinstofflichen Körpers bewußt wird. Der Höhepunkt ist die Schaffung eines Ankers im Prozeß der Erdung.
2. Die bewußte Stimulierung des Herzzentrums als Identitäts- und Treffpunkt kosmischer Energien, die ein Abbild des »Ich bin« aus der zwölften Dimension in der Materie darstellen.
3. Die Invokation oder aktive Lenkung der energetischen Beschleunigung: der Ruf, der eine Antwort hervorruft.
4. Kosmische Identität: die Handlung des Sich- Eins- Fühlens mit dem Quell des Lebens oder der individuellen göttlichen Essenz. Verschmelzung.
5. Die bewußte Projektion, die aus der Perspektive des »Ich bin« aus der zwölften Dimension in das dreidimensionale »Ich« geht und die dazu dient, verschiedene Wirklichkeiten zu durchdringen und den Kreislauf zu vollenden, der auf der dritten Stufe begonnen wurde: die Antwort.
6. Das Annehmen: die Verkörperung von sowohl kosmischer als auch physischer Realität bei gleichzeitiger Verschmelzung mit dem Selbst, welches das ganze Identitätsspektrum in seiner Multidimensionalität umfaßt.

Zusammenfassend ist zu sagen, daß der Prozeß des Wiederaufbaus des Lichttubus den Anruf des göttlichen Selbst und die Verbindungsaufnahme mit ihm erfordert. Zuerst wird das so scheinen, als würdest du - schon wieder - zu einem fernen Gott beten. Wenn jedoch erst einmal der Raum für den Empfang des Göttlichen bereitet ist, dann ist die Erfahrung einmalig und unvergeßlich. Wenn du daran denkst, daß die Energie, die du projizierst, Liebesenergie ist, wirst du sie hervorrufen und dich dann mittels der kreativen Visualisierung dort ausbreiten.

Bei der Wiedererrichtung des Lichttubus wird der invokative Aspekt des Rufs erfordern, daß du das göttliche Selbst mit deinen Worten ansprichst. Das könnte etwa folgendermaßen lauten:

Geliebte Gegenwart Gottes, die »Ich Bin«. Ich sende meine Liebe zu dir und bitte dich, daß du in mir dein Licht der reinen elektronischen Substanz entfaltest, das mich gegen alles schützt und abhält, was nicht vom Licht ist, und mich in mir selbst bewußt empfänglich für

dich macht.

Wenn du mit solchen Worten dein göttliches Selbst ansprichst (und ich empfehle, deine eigenen Worte zu verwenden und dabeizubleiben, bis du merkst, daß die Energie sich aufbaut), mußt du dabei bewußt fühlen, was du sagst, und die Kraft dieses Gefühls und des Kreislaufs, den du damit erzeugst, direkt erleben. Darüber hinaus solltest du die Visualisierung aufrechterhalten und sie so real machen, daß du deine Arme heben und sie um dich herum ausbreiten möchtest, um die Gedankenform zu spüren, die du durch die Kraft des Geistes mit Hilfe der Identifikation geschaffen hast.

Fühle und sieh dich selbst als das göttliche Selbst. Wenn du auf dein physisches Selbst hinabschaust, siehst du dich umgeben von einem Zylinder, wie ein großer Lichtstrahl, den du als das göttliche Selbst projiziert hast. Sende dir selbst (dort unten) soviel Liebe, daß du das Gefühl hast, dein Herz läuft über. Visualisiere diese Liebe, wie sie herabfließt und über deinen physischen Körper strömt, wie sie den Tubus oder Zylinder aus reiner elektronischer Lichtsubstanz kräftigt. Dann komme wieder zurück und fühle dich selbst aus der Perspektive des menschlichen Selbst, das von diesem Lichttubus umgeben ist. Möglicherweise möchtest du das noch einmal bekräftigen mit Worten wie:

»Ich Bin« ein Kind des Lichts. Ich liebe das Licht. »Ich Bin« geschützt, erleuchtet und vom Licht versiegelt. Ich bewege mich im Licht und lebe auf immer im Licht.

Werde dir von nun an der Worte »Ich Bin« bewußt, wann immer du sie verwendest. Laß sie dir als Erinnerung des göttlichen Selbst dienen, des göttlichen »Ich Bin«. Du kannst dazu etwas sagen wie:

»Ich Bin« der schützende Kreis, der mich umgibt, der unbesiegbar ist und unmittelbar alle Unstimmigkeiten von meinem Sein und meiner Welt fernhält. »Ich Bin« die Vollkommenheit meiner Welt, jetzt und für immer.

Du endest immer mit einem Satz des Annehmens und einem Segen, einem Ausdruck der Anerkennung und Dankbarkeit. Das könnte etwa so lauten:

Im Bewußtsein des »Ich Bin« sind Raum und Zeit eins. Sobald diese Worte ausgesprochen sind, soll es so sein! Ich weiß es. Ich sehe es. Ich glaube es. Ich akzeptiere es. Und ich danke dir.

Eine solche Erfahrung ist voller Bescheidenheit und gleichzeitig voller Macht. Wenn du den Ruf nach dem schützenden Zylinder aus Licht oder nach etwas anderem absendest, übst du deine Macht über die physische Substanz und deine Verantwortung für die Erschaffung deiner Welt aus. Gleichzeitig erkennst du auch dein göttliches Selbst und die Macht des Lichts an, die der Geist ist. In der Vergangenheit haben wir entweder immer zuviel (von der Persönlichkeit geprägte) Macht ausgeübt oder zuviel Bescheidenheit. Das erste hat uns rücksichtslos, das zweite wirkungslos in dieser Welt gemacht.

Die Abschlußphase der Aussendung eines Rufs ist das Siegel, die Anerkennung, welche die physische Realität bestätigt:

»So soll es sein. Es ist getan. Amen.«

Die Flamme der Meisterschaft

Sobald nun sozusagen dein »Territorium befriedet« worden ist, indem du den schützenden Lichttubus durch dein göttliches Selbst herabgerufen hast, mußt du als nächstes daran arbeiten. »Territorium« bedeutet hier nichts anderes als du selbst, deine Aura, dein mentales, emotionales und physisches Selbst. Du wirst dich den Dingen stellen und dich innerlich wandeln müssen, wirst Neigungen, Gewohnheiten, Beweggründe und Zwänge, Glaubensinhalte und sogar physische Substanz, Krankheiten und Fehlbildungen, Fehlfunktionen und Projektionen neu bestimmen und umwandeln. Dies verwirklichst du durch die Invokation des siebenten oder violetten Strahls.

Die Aktivität dieses Strahls dient dazu, alle Energie und Substanz umzuwandeln. Sie ist die Grundlage aller alchemistischen Arbeit. Sie ist die »mysteriöse« Schwingung der

Substanzwandlung und göttlichen Gnade. Sie ist das, was unsere Zeit charakterisiert, in der alte Gedankenformen aufgelöst werden und in der ein so großer Teil der Menschheit und der Substanz des Planeten umgewandelt wird. In diesem Sinne kann man die violette Flamme als ein Beispiel für Reinigung und Erlösung sehen, das eine Umwandlung und Läuterung, eine Erhöhung der Energie auf eine höhere Frequenz, nahelegt.

Innere Alchemie findet statt, wenn die violette Flamme durch die Anwendung der drei Kräfte in die Substanz hineingezogen wird, mit dem Ziel, einen inneren Zustand zu verändern. Die violette Flamme spricht dann die dieser Substanz innewohnende Intelligenz an, die sich ihrerseits so stark beschleunigt, daß sie auf eine völlig andere Schwingungsrate kommt und eine insgesamt qualitativ andere Substanz hervorbringt. Diese Aktivität umfaßt dann zwangsläufig den ganzen Menschen in seiner Verkörperung, den Erschaffer seiner eigenen Welt, im Bewußtsein des direkten Zugangs zur physischen Substanz, den Menschen, der durch seine Verpflichtung gegenüber der Evolution des Planeten Autorität über seine Substanz ausübt.

Die violette Flamme wird angerufen und auf jeden der drei niederen Körper gerichtet. Ihre Gegenwart dient dazu, alle Unreinheiten oder Fehler in der Schöpfung ans Licht zu bringen, damit sie untersucht und neu definiert werden können. Das heißt, wir müssen uns diesen Fehlern stellen, müssen sie anschauen, mit ihnen physisch, mental und emotional umgehen und sie gleichzeitig aus der Perspektive des Höheren Selbst und des Umwandlungsprozesses sehen. Wir nutzen unseren Willen und unsere Entschlossenheit, um die Energie in neue Bahnen zu lenken. Für den Fall physischer Krankheiten oder Störungen müssen wir die eigentlichen Ursachen hinter diesen Leiden erkennen.

Wenn ein Fehler in der Schöpfung erkannt und verstanden worden ist, kann er korrigiert werden. Diesen Prozeß nennt man »Ätherisierung«. Ätherisierung ist die Freisetzung der Bausteine oder Elektronen (physisch oder nicht-physisch) zurück in die Formlosigkeit. An diesem Punkt wird ein magnetisches Zentrum gebildet, das Raum für das Licht (den heiligen Geist) läßt, damit dieser herabsteigen kann und die Substanz nach seinem Abbild, in Vollkommenheit, neu erschaffen kann. Dieser Teil des Prozesses wird »Magnetisierung« genannt. Die violette Flamme ist sowohl verantwortlich für die Ätherisierung als auch für die Magnetisierung auf allen Ebenen der Substanz, von den Substanzen des Lichts bis zu denen der Materie. Möglicherweise verstehst du jetzt, warum diese Flamme auch die »Flamme der Vergebung und Gnade« genannt wird. Aus der Sicht des persönlichen Selbst wird sie als göttliche Gnade erlebt.

Neben dem violetten Flammenstrudel, dessen Erzeugung in dem Kapitel über Gefühle beschrieben wurde, kann die violette Flamme der alchemistischen Wandlung auch auf folgende Weise eingesetzt werden:

1. Visualisiere die violette Flamme, wie sie deinen Körper einhüllt. Fühle sie, spüre sie außerhalb deines Körpers, an deiner Haut und auch in dir, in deinem Solarplexus, deinen Genitalien und so weiter. Sieh sie auch um dich herum, wie sie sich ausdehnt, um deine Aura innerhalb des schützenden Lichttubus zu bedecken.
2. Lenke sie überall hin, wo du sie brauchst - physisch, mental und emotional -, und sieh, wie sie dort wirkt, Gedankenformen auflöst und Substanz auflöst. Achte darauf, was sie tut, wie sie gelegentlich umherfegt, auflodert, sengt, sich dreht, züngelt ...
3. Beanspruche die verwandelte Energie. Du kannst sie mit Liebe und Vergebung als einen Teil von dir aussenden, mit Segenswünschen und gutem Willen, oder als heilende Kraft in dir anerkennen.
4. Teste und untersuche ihre Wirkungen, stelle fest, daß die auslösenden Gedanken, Leiden und Emotionen nicht mehr länger da sind.
5. Werde auf der physischen Ebene aktiv, indem du dich setzt, die Übung abschließt und den inneren Raum versiegelst.

Es ist nicht genug, vage zu beten. Es ist nicht genug, sich etwas vorzustellen. Es ist nicht genug, wenn du dich selbst davon überzeugst, daß du dich selbst vergessen hast oder daß dir jemand unrecht getan hat. Es ist absolut unerläßlich, daß alle Arbeit im Physischen verwurzelt ist. Du wirst dein Handeln durch physische Aktivität verkörpern müssen. Du mußt verzeihen können und die betroffene Person auch tatsächlich besuchen, ihr schreiben oder sie anrufen. Du wirst deine Denkgewohnheiten, deine Mängel und Beschränkungen überprüfen müssen, um sicherzustellen, daß die Zustände sich nicht im Körper, im Denken oder Fühlen erneut festsetzen.

Deine Affirmation oder dein Bekenntnis zur Anwendung der violetten Flamme könnte etwa so lauten:

Geliebte Gegenwart Gottes, die »Ich Bin«! Fahre jetzt mit deiner alles verwandelnden Flamme durch mich und meine Umgebung. Läutere und wandle in mir und meiner Welt alles, was nicht vom Licht ist: alle Unreinheiten, verhärteten Gefühle, falschen Vorstellungen, einschließlich zerstörerischer ätherischer Restbestandteile - Ursache, Wirkungen, Erinnerungen und Prägungen - bekannte wie unbekannte. Bewahre dein segensreiches und allnächtiges Wirken. Definiere alles aufs neue und ersetze es durch deine geläuterte Substanz, deine Wirkmacht und die Erfüllung des göttlichen Plans.

Um dich auf die multidimensionale Arbeit vorzubereiten, machst du dir die Visualisierung deines Lichttubus und deiner violetten Flamme zur Gewohnheit. Diese Schutzrituale trennen dich von dem Netz der vom Menschen gemachten Sehnsüchte und Gedankenformen, damit du deine eigenen Schöpfungen in den alchemistischen Umwandlungsprozeß einbeziehen und mit deiner Evolution, dem Sinn deines Lebens, fortfahren kannst. Die Gewohnheit wird dir die Energie geben, die neuen Gedankenformen zu verfestigen und zu stärken.

Es ist gut, gleich morgens nach dem Aufstehen und noch einmal vor dem Schlafengehen den Schutzschild zu errichten. Anfangs wirst du den Wunsch haben, ihn während des Tages immer wieder neu aufzubauen, besonders wenn du Ängste, Zweifel oder Unsicherheiten erlebst, denn deren niedere Frequenzen sind sehr durchdringend und zerstören die feineren Schwingungen des Lichts, die deinen Schild bilden. Nun kannst du sehen, warum es so wichtig ist, dich darin zu üben, die positiven Verhaltensmuster beizubehalten.

Wenn du am Abend vor dem Schlafengehen deinen Schutzschild noch einmal visualisierst, erinnere dich daran, daß dein Körper im Feuer der alchemistischen Wandlung gehalten wird. Dein Bewußtsein auf der anderen Seite geht hinauf durch den Tubus in die höheren Schwingungsebenen. Ohne diesen Durchgang könntest du durch die umgebenden psychischen und niederen astralen Kräfte, die unsere Realität durchdringen, verunreinigt werden.

Sprich oft mit deinem göttlichen Selbst. Erkenne es an, beginne einen Dialog mit ihm und lenke deine Gedanken ebenso wie deinen inneren Willen in die vertikale Richtung. Höre auf Antworten, die zuerst nur in Form von Schwingungen, aber mit der Zeit auch als Bilder oder sogar Worte zu dir kommen werden. Wenn du nichts weiter tust, als diese Prozesse zu üben, werden sich die alchemistischen Geheimnisse ganz automatisch in dir entfalten.

Wegen deiner begrenzten Perspektive auf dieser dreidimensionalen Ebene müssen wir zu unserem göttlichen Selbst so sprechen, als sprächen wir zu einem fernen Gott. Es ist eine Institution, die immer für dich da ist. Bitte sie um Hilfe. Bitte sie darum, dich dorthin mitzunehmen, wo sie lebt. Bitte sie, dich zu lehren, dir etwas zu zeigen, dich zu vervollkommen. Bitte sie, dir zu zeigen, was du tun sollst.

Gib dich ganz dem Dienst am Höheren Selbst hin. Besonders wenn du abends schlafen gehst, kannst du deine Hilfe in außerkörperlichen Zuständen anbieten. Schon bald wirst du in Verbindung mit der interdimensionalen Realität kommen. Du wirst außerdem deine eigenen spirituellen Kräfte sensibilisieren und sehen, wie du selbst (und andere) aus der bevorzugten Perspektive des Höheren Selbst aussiehst. Du wirst Zugang zu einem höheren Wissen und zu neuen Einsichten erhalten, unmittelbar und direkt. Es wird passieren, daß du Antworten auf Fragen oder ausweglose Lebenssituationen gezeigt bekommst. Du gewinnst an Verständnis

für bestimmte Aspekte deines eigenen Wesens, die dich zu einem Verhalten führen, das völlig neu und ungewohnt sein kann. Deine Persönlichkeit wird sich enthüllen. Die Geschichte deines individuellen Lebensstromes wird sich zu offenbaren beginnen. In der Akasha-Chronik werden deine Erinnerungsinhalte in visueller und greifbarer Form für dich offengelegt und dir darüber hinaus dimensionale Durchgänge geöffnet.

Diese Praxis, das göttliche Selbst anzusprechen, kann auch eingesetzt werden, um das göttliche Selbst anderer Menschen anzusprechen, mit denen du in Verbindung kommen möchtest, einfach indem du es in anderen visualisierst.

Als erstes wirst du jedoch das aufrichtige und brennende Verlangen in dir entfachen müssen, zu wissen. Auf diese Weise kannst du Raum schaffen für Antworten, Einsichten und höhere Kommunikationen, die dir zuteil werden. Der Raum wird durch Schwingungen erzeugt. Jedesmal wenn du den Kreislauf öffnest und in jene höheren Frequenzen eindringst, wirkst du auch auf deine physische Zellstruktur ein. Du definierst dich neu in Mustern aus Lichtsubstanz. Du wirst selbst zu Licht.

Andere Strahlen, andere Flammen

Als du auf der höchsten Stufe des göttlichen Selbst warst, hast du bemerkt, daß es dort konzentrische Ringe verschiedener Färbung gab, was darauf hinweist, daß du direkten Zugang zu jedem der Strahlen hast. Die Energien anderer Strahlen können in der inneren Alchemie eingesetzt werden, um Veränderungen im Menschen und in seiner Umgebung zu bewirken. Sie können in Verbindung mit der violetten Flamme genutzt werden, die, wie bereits erwähnt, von zentraler Bedeutung ist. Du kannst dich selbst und andere mit Licht und Farbe umgeben, in Licht und Farbe lenken und damit einhüllen.

Die möglicherweise zweitwichtigste Farbe, besonders für den emotionalen Körper, ist Blau. Gold besänftigt, heilt und regt eine gesunde und friedliche Aktivität des Solarplexus an, dem energetischen Sitz der niederen Chakras. Die Visualisierung eines goldenen, fließenden Lichts ist besonders hilfreich, wie die Visualisierung einer goldenen Sonnenscheibe direkt im Zentrum des Solarplexus, eines goldenen Schutzschildes oder einer goldenen Rüstung, die den Körper umgibt. Diese Rüstung aus Licht kann auch blau oder violett sein.

Eine andere Lieblingsfarbe des emotionalen Körpers ist Rosa, das immer dort, wo eine andere Farbe zu grob oder rauh ist, schnell und sanft einfließt. Eine Freundin aus New York hüllt gern unfreundliche Verkäuferinnen in eine rosa Lichtwolke. Ein paar Sekunden später sind sie sanft wie die Lämmer.

Wirf noch einmal einen Blick auf die Tabelle mit den Strahlen und ihren verschiedenen Nutzungsmöglichkeiten. Finde heraus, wie jede der Farben auf dich persönlich wirkt. Bei der Anwendung von Farben ebenso wie beim Aussenden eines Rufs kannst du die verschiedensten Eigenschaften anrufen: Reinheit, Heilung, gedankliche Klarheit, Überfluß ... Du wirst die Farben erleben, die aus den höheren Dimensionen ausströmen, ohne das Bedürfnis zu haben, unter ihnen zu wählen oder sie auf dich zu lenken. Oder du kannst an der Freude teilhaben, heilend selbst Farben zu projizieren, falls du das wünschst. Alles, was du dazu tun mußt, ist zu bekräftigen: »Ich bin, was ich bin«. Worauf du deine Gedanken auch richtest, immer ist es das, was du wirst.

Es ist wichtig zu verstehen, daß du keine Angst davor haben darfst, von diesen Schutzritualen oder Projektionen Gebrauch zu machen oder nicht. Angst zu haben wäre schädlich für das, was wir zu erreichen suchen. Du darfst dich nicht so sehr von den Praktiken überwältigt fühlen, daß du es als Belastung empfindest, sie anzuwenden, oder gar Angst vor ihnen hast. Diese Einsichten sind Geschenke des Geistes, und sie rufen die Macht des Lichts hervor. Sie sollen voller Freude benutzt werden, nicht voller Widerwillen. Sie sollten aus tiefem Verständnis heraus eingesetzt werden und nicht aus Angst.

Liebe ist der beste Schutz. Aber du darfst auch nicht ins andere Extrem verfallen und so

selbstzufrieden und naiv sein, anzunehmen, daß es Liebe ist, wenn du dich ohne Unterschied allen Menschen gegenüber völlig offen und verwundbar zeigst. Liebe ist auch richtiges Handeln, Scharfblick und Wachsamkeit. Liebe erfordert Bewußtsein und Aufmerksamkeit. Und das führt zu Disziplin und Gesetzestreue, ganz gleich, welchen Weg du wählst. Die Macht der Gefühle dient dazu, den Treibstoff oder die Energie zu erzeugen, die für alle Aktivität erforderlich ist, besonders die der Schöpfung. Damit die Erfüllung deiner Anrufungen stattfindet und das, was du anrufst, für dich freigesetzt werden kann, mußt du an dein göttliches Selbst glauben und in Partnerschaft mit ihm handeln. Außerdem mußt du ganz bewußt in der Wahl deiner Worte sein. Wir haben es hier mit einer Arbeit zu tun, die rund um die Uhr stattfindet: im Beruf, im Schlaf, in der Freizeit, beim Handeln durch deinen Körper, durch deine Gefühle und Gedanken, im Lachen, im Traurigsein, im Sterben und im Geborenwerden.

Das Wesen der Farbe

Wir wollen die Abläufe verstehen, die hinter der Farbe stehen, wie Farben sich auf Töne beziehen, und, was am wichtigsten ist, wie wir Farben verwenden können, um unsere Schwingungsaktivität auf der Ebene des Physischen zu beeinflussen.

Metaphysisch gesehen, ist Gott das Leben, wissenschaftlich gesehen, ist Licht das Leben. Uns allen zeigt sich Licht als Farbe und Ton. »Am Anfang war das Wort« kann man auch so verstehen, daß am Anfang auch die Farbe war.

Die Quelle, die ich die »große zentrale Sonne« nenne, drückt sich dimensional als physische Sonne in jedem der galaktischen Systeme aus. Diese physische Sonne strahlt Licht-Leben aus, indem sie eine gewisse Substanz oder Lebenskraft absondert oder projiziert, die, in der Materie aufgenommen, zum Leben wird, wie wir es kennen. Die Sonne nährt beständig dieses Leben durch ihr Licht oder ihr heiliges Feuer mit noch mehr Leben. Das heilige Feuer enthält die Ur-Materie der Strahlen und verschiedene Flammen, die verantwortlich sind für alles Leben überall.

Licht im physikalischen Sinn als Sonnenlicht erreicht die Menschen durch die Zirbeldrüse und den Sehnerv. Diese beeinflussen die Funktionen des Gehirns und aller Lebensprozesse, einschließlich des autonomen Nervensystems und der Hirnanhangsdrüse, die ihrerseits alle körperlichen Systeme durch die Sekretion von Hormonen reguliert. Die Wirkung von Licht und Farbe auf unser physisches Leben ist ohne Zweifel von zentraler Bedeutung.

Farben in der Umwelt beeinflussen unser Verhalten. Das Einatmen der Farbe Grün inmitten der Natur ist eines der besten Dinge, die wir tun können. Grün ist die vorherrschende Farbe in der Natur und auch die mittlere Farbe des Spektrums. Darüber hinaus ist es die Farbe des Strahls, der das Herzchakra betrifft. Es ist die Farbe von Ausgeglichenheit und Harmonie. Indem wir das physische System der reinen Schwingung irgendeiner Farbe oder ihrem Gegenstück als Ton aussetzen, können wir das neuroendokrine System des Körpers ausgleichen. Je mehr wir im Bewußtsein wachsen, desto aufmerksamer werden wir für Farben in unserer Umgebung, unserer Kleidung, unseren Gedanken und unserer Musik. Es gibt zahlreiche Untersuchungen über die Wirkung von Farben auf den menschlichen Körper.

Farbatmung

Die wirksamste Methode, die ich gefunden habe, um Farben zu nutzen, besteht darin, sie nicht nur zu atmen, sondern sie durch die gesamten fein-stofflichen Energiekreisläufe des Körpers zu lenken.

Dies ist eine Methode, die ich vor einigen Jahren in einem in Kalifornien erschienenen Handbuch zur psychischen Entwicklung gelesen habe: Opening up (Sich öffnen) von Petey Steves. Seitdem habe ich verschiedene zusätzliche Farbkombinationen entwickelt. Ich halte dies nach wie vor für einen der schnellsten Wege, veränderte Realitätszustände zu erreichen, wenn der Mensch in der Lage ist, Farben zu visualisieren. Falls du Schwierigkeiten hast, die

entsprechenden Farben hervorzurufen, schlage ich vor, du kaufst im Schreibwarenladen Posterkarton in verschiedenen kräftigen Farben. Befestige die jeweilige Farbe an der Wand und schau sie dir so lange an, bis du dir den Farbeindruck mit geschlossenen Augen vorstellen kannst.



Abbildung 12: Farbatmung

Diese Technik funktioniert nicht nur wegen der Schwingung der verwendeten Farben, sondern weil sie die Energiekreisläufe innerhalb des Körpers nutzt und die verschiedenen Körper sowie deren innewohnende Funktionen, Kräfte und Fähigkeiten betrifft. Darüber hinaus ist sie in der Lage, interdimensionale Fähigkeiten herauszubilden, indem sie auch die außerhalb des Körpers liegenden Chakras aktiviert.

Folge denselben farblichen Zuordnungen, wie sie für die Strahlen beschrieben wurden: Stärke für Rubinrot, Frieden und Mitgefühl für Blau, Vitalität für Orange und Vision für Violett. Kristall, Silber und Gold sowie Kombinationen daraus existieren auch in feinstofflichen Energiezuständen mit höheren Frequenzen und wirken auf diesen Ebenen.

In diesem Zusammenhang ist es interessant zu beobachten, daß im physischen Bereich Gold - die traditionelle Farbe der Alchemie - eine Kombination aus Orange und Blau ist: das Alpha und das Omega. Im Umgang mit dem kabbalistischen Lebensbaum - der hebräischen esoterischen alchemistischen Tradition - bedeutet Gold Glück und Schönheit. Die Anrufung der Farbe Gold bewirkt sofortige energetische Beschleunigung.

Die Invokation von Gold bringt die ewige Flamme des Lebenslichts in unser persönliches Bewußtsein. Gold entzündet den Geist und reinigt das Blut. Es ist die Flamme der Verjüngung. Die Invokation von Violett, der anderen reinen Farbe, die in der Alchemie Verwendung findet, bewirkt die Eigenschaften der alchemistischen Umwandlung unseres

physischen Systems, in erster Linie des Blutes, und betrifft dadurch die Lichtzellen aller Körper.

Beginne mit der Farbe Grün. Visualisiere einen dunkleren tannengrünen Ton für die Erde und einen blasserem apfelgrünen Ton für die kosmische Quelle. Ziehe Ströme von Tannengrün aus dem Zentrum der Erde und laß diese Ströme durch die Fußsohlen in den Körper bis hinauf ins Becken. Ziehe gleichzeitig mit Hilfe der Meditation über dein individuelles göttliches Selbst den apfelgrünen Strom der kosmischen Quelle hinunter durch die obere Seite des Hinterkopfes, durch den Körper und ins Becken. Ziehe beim Einatmen die Energie aus beiden Quellen.

Halte den Atem ganz, ganz kurz an und visualisiere, wie du die beiden Farbtöne innerhalb des Beckens vermischt und beim Ausatmen die Mischung durch den Körper aufwärts und auf der vorderen Oberseite des Kopfes hinaus aus dem Körper projizierst. Tu dies, solange es sich gut anfühlt. Schon bald wirst du in einen veränderten Zustand kommen.

Das nächste Mal kannst du mit anderen Farbkombinationen experimentieren. Möglicherweise möchtest du es mit Kupfer vom Mittelpunkt der Erde und Türkis von der kosmischen Quelle versuchen oder mit Purpur und Lavendel oder Hellgrün und Himmelblau.

Schützende Visualisierungen und Affirmationen

Der Lichttubus und die Visualisierung der violetten Flamme sind schützende Techniken, die als erstes am Morgen und als letztes am Abend angewandt werden sollten.

Die anderen Visualisierungen können zu jeder Tageszeit durchgeführt werden. Es ist jedoch immer am besten, eine bestimmte Zeit und Dauer festzulegen.

1. Visualisiere eine durchsichtige, kristallklare Schädeldecke und eine Rüstung um deinen Körper.
2. Ruf die Kraft des blauen Strahls durch die Vorstellung eines Schwertes aus blauen Flammen an. Halte dieses Schwert in deiner Hand und schwinde es mit aller Kraft kreuz und quer, mit der Absicht, dich von Kraftlinien freizuschlagen, die dir möglicherweise gesendet wurden und dich nun binden oder dir Grenzen setzen.
3. Rufe ein Kreuz aus weißem Feuer an und visualisiere es direkt vor dir. Du kannst den Schutz noch verstärken, indem du die Visualisierung erweiterst durch sechs weitere Kreuze hinter dem Rücken, an beiden Seiten, über dir und unter dir. (Kreuze aus blauen Flammen bieten noch stärkeren Schutz.)
4. Visualisiere dich selbst in einem neunzackigen Stern im Zentrum eines Kreuzes aus weißen Flammen.
5. Stell dir ein Schild aus einer goldfarbenen Substanz über deinem Solarplexus oder eine drehende Scheibe aus Licht am Rücken vor.
6. Umkreise die Region deines Zwerchfells mit einem Band aus blauen Flammen. (Diese Visualisierung ist auch gut für den Hals.)
7. Sieh dich in einer schäumenden Perle aus flammendem Licht.
8. Ruf einen Stern der Reinheit an, der in die Struktur deines Gehirns hinabsteigt. Dann sieh, wie seine Strahlen von deinem Kopf ausgehen wie von einer Sonne. Tu dasselbe mit dem Brustbereich. Anschließend kannst du die Übung außerhalb des Lichttubus durch ein Oval aus Licht besiegeln.
9. Stell dir eine silbrigblaue Lichtkugel in deinem Hals vor.
10. Sieh dich selbst in einer Säule aus Licht: violett, weiß, blau ... Dann projiziere dieses Licht in alle Richtungen. Beginne mit deiner unmittelbaren Umgebung und dehne es dann weiter aus: über deine Stadt, über dein Land, über die ganze Erde.
11. Ruf eine goldene Flamme an und sieh sie in deinen Schädel hinabsteigen wie eine große,

goldene, flüssige Spirale. Sieh, wie sie ins Zentrum des Körpers und dann ins Zentrum der Erde hinablodert. Mach eine Pause, um sie in jeden Nerv und jede Zelle deines Körpers einfließen zu lassen. Segne besonders deine Füße und entscheide dich dafür, den goldenen Strom, wohin du auch gehst, immer durch dich hindurchfließen zu lassen.

12. Sende den Ruf nach der Auflösung all deiner negativen ätherischen Aufzeichnungen aus, in deinem Körper, deinen Gedanken, deinen Emotionen, deiner Umwelt, deinen Beziehungen und allem, was du tust.
13. Umgib dein Zuhause, dein Auto, deinen Arbeitsplatz mit einem undurchdringlichen Ring aus blauen Flammen oder mit Kreuzen aus blauen Flammen.

Affirmationen (ah Inspiration, um deine eigenen zu finden):

1. »Ich Bin« ein weißes Flammenwesen von der zentralen Sonne, das in diesem Körper aus Materie lebt, und verwirkliche mich in der Vollkommenheit in jeder einzelnen Zelle. »Ich Bin« die Präsenz meines göttlichen Selbst, das vollkommene Gesundheit, Jugend und Schönheit, vollkommene Intelligenz, Ausgeglichenheit und innere Ruhe manifestiert.
 2. »Ich Bin« die Intelligenz, die alles weiß, was sie wissen muß. Ich durchschaue alles, was nicht Licht ist!
 3. Geliebtes göttliches Selbst, das »Ich Bin«, und alle wundervollen Wesen aus Licht und Liebe! Schützt mich vor allem, was nicht aus Licht ist, und ganz besonders vor allen Unfällen, Eifersucht, Ungerechtigkeit, Klatsch, Zwietracht, Unreinheit, Haß (und allem anderen, was dir wichtig erscheint) .
 4. »Ich Bin« die Präsenz meines göttlichen Selbst, in vollkommener Kontrolle über meinen Geist, meine Gefühle, meine Angelegenheiten, meine Finanzen, meine Beziehungen.
 5. »Ich Bin« im Licht des heiligen Feuers des Göttlichen, in ewiger Sicherheit.
 6. Geliebtes göttliches Selbst, das »Ich Bin«! Steh mir bei, wenn ich heute nacht im Schlaf meinen Körper verlasse. Erfülle Körper und Geist mit Ruhe und Frieden, mit Klarheit und Verständnis, mit allem, was ich brauche, um mein Tagewerk harmonisch und erfolgreich zu vollenden.
 7. Sieh, daß ich in mein Wachbewußtsein die Erinnerung dessen mitbringe, was »Ich Bin«, damit ich in allem, was ich während des Tages tue, davon Gebrauch machen kann.
- Geh zum Abschluß genauso vor, wie in dem Abschnitt über die Versiegelung einer Affirmation beschrieben.

Notfall- oder Energievisualisierungen:

1. Visualisiere nach der Erstellung eines alchemistischen Kreislaufs blaue Strahlen in Form von blauen Blitzen, die alles Negative oder Destruktive treffen, jede Form, jedes Gefühl und jeden Gedanken, der von dir ausgeht oder auf dich gerichtet ist.
2. Sieh dich selbst, wie du immer mehr Licht vom göttlichen Selbst empfängst.
3. Visualisiere jemanden, mit dem du vielleicht Schwierigkeiten hast. Bitte um Erlaubnis, mit dessen Höherem Selbst in einen Dialog zu treten. Sprich ihn aus der Perspektive und mit dem Gefühl deines eigenen Höheren Selbst an. Bitte ihn, dir zu helfen, die Harmonie, die du suchst, oder die Botschaft, die du übermitteln willst, zu erzeugen. Vertrau darauf, daß es geschieht.

Es ist immer weitaus wirksamer, wenn du gleichzeitig mit deinen Visualisierungen vom gesprochenen Wort Gebrauch machst. Formuliere ganz für dich allein deine eigenen Affirmationen.

Vom Wesen negativer Beeinflussungen

Angst

Wir wissen bereits, daß Angst und Zweifel unsere wichtigsten Schwachstellen sind, durch die Negativität in uns Eingang findet. Derartige Gemütszustände beziehen ihre Energie aus der Überzeugung, daß wir getrennt vom Göttlichen sind. Betrachten wir einmal näher die Dynamik, auf der Angst beruht.

Angst ist ein Wesensbestandteil des tierischen Lebens. Sie bezieht sich immer auf den Körper und auf Überlebensstrategien. Schau dir deine Angst einmal genau an, und du wirst sehen, daß sie sich immer um dieselben Dinge dreht: die Furcht, physisch verletzt zu werden, Schmerz zu ertragen, nicht weiterzukommen, nicht genug Geld zum Überleben zu haben oder zu sterben.

Wenn du weißt, daß du nicht mit deinem physischen Körper identisch bist, wird der Mechanismus, auf dem die Angst beruht, schwächer werden. Aber die Erinnerung an die Angst ist noch immer in Form von zellulärem oder animalischem Instinkt in den Zellen des Körpers angelegt. Es ist die Methode des Körpers, uns vor Gefahr zu warnen. Wenn du die Straße überquerst und ein Auto kommt angefahren, wird der Körper instinktiv reagieren und dich in Bewegung setzen. Wenn eine Bedrohung in der Luft liegt, ein Gefühl bevorstehenden Unheils oder Todes, wirst du das auch in deinem emotionalen Körper spüren. Du registrierst bedrohliche oder gewalttätige Schwingungen durch eine Vorahnung. Auch dein mentaler Körper warnt dich durch intuitive Schlußfolgerungen. Diese Formen von Angst sind Teil des Mechanismus der niederen Körper in ihrer Verwirklichung innerhalb des irdischen Lebens. Sie sind Teil der tierischen Herkunft und Weisheit des Menschen.

Eine Manipulation geschieht, wenn jemand vorsätzlich diese Mechanismen aktiviert, in der Absicht, Kontrolle über Menschen und Situationen zu bekommen. Wenn du dich einmal fragst, wer eigentlich von künstlich erzeugter Angst profitiert, wirst du schnell merken, daß Priester, Politiker, Establishment und »Obrigkeiten« seit Jahrtausenden von diesem Mechanismus Gebrauch machen. Angst erzeugt Abhängigkeiten. Wenn eine Person Angst hat, daß ihr Partner sie verläßt, gibt sie ihre Autorität als göttliches Wesen, ihre Energie sowie ihre Autonomie und Unabhängigkeit ab. Sie glaubt, daß sie den anderen für ihr Überleben braucht.

Wenn wir Angst haben, daß wir nächsten Monat die Miete nicht bezahlen können, haben wir die Überzeugung angenommen, daß wir weder Glück haben werden, noch erfinderisch genug sind, um an Geld zu kommen. In gewisser Weise glauben wir daran, daß wir nichts wert sind. Der Mangel an materiellen Ressourcen ist stark verknüpft mit Schuld und Angst.

Ebenso haben Menschen Angst vor Flugzeugen, lauten Geräuschen, Kommunismus, Kapitalismus ... und so weiter. Wir fürchten, daß Schmerz oder Vernichtung - Tod - die Folge ist, wenn wir uns auf uns selbst verlassen.

Es ist eine Art Kunst zu lernen, wie man die Signale entschlüsselt und die echten Ängste, die wirkliche Warnungen sind, aussortiert und von den künstlich ausgelösten, der »Propaganda«, unterscheidet. Die Meisterschaft besteht darin, aufzuhören, sich aus dem direkten Impuls der Angst heraus, selbst wenn sie real ist, zu identifizieren. Erst dann können wir die höheren Fähigkeiten freisetzen, die uns den Weg zur alchemistischen Wandlung ebnen.

Eine gute Möglichkeit, die in unserer Aura gesammelten Überzeugungen abzuschleifen, ist zu bekräftigen: »Ich bin Licht«, »Ich bin göttlicher Schutz«, »Ich bin Wahrheit, Klarheit, Frieden« und so weiter. Wenn wir einen Satz wie »Das Licht Gottes ist immer gegenwärtig« oder den Satz Christi: »Ich bin die Auferstehung und das Leben« wiederholen, programmieren wir unsere mentalen und emotionalen Schaltkreise neu und gewinnen eine intelligente Distanz von unserer tierischen Natur, um sie bewußt lenken zu können.

Es ist erstaunlich, wie viele Menschen glauben, sie seien ein Körper, ein Name, ein Beruf, ein Geschlecht oder eine Partnerschaft. Identität ist eine Schöpfung, eine Illusion, etwas Irreales. Diese Erkenntnis markiert einen wichtigen Schritt auf dem Weg unserer Befreiung von der Angst oder, um es genau zu sagen, von der Angst vor der Angst.

Frank Herbert schrieb einmal: »Die Angst ist der Mörder der Vernunft«. Angst tötet alles. Sie öffnet die Tore zur Negativität, zur Manipulation und Fremdbestimmung. Das Gegengift ist die Erfahrung und der Kontakt zum göttlichen Selbst.

Zweifel sind eine Form von Angst.

Hypnotische Kontrolle und Beeinflussung

Die Ethik des Lebens erfordert Ehrfurcht und Respekt. Wir sollten niemals den freien Willen eines anderen Lebensstromes beeinträchtigen. Das Problem heute ist, daß die Menschen nicht mehr so genau wissen, wie sie das anstellen sollen. Sie ziehen es vor, sich auf äußere Autoritäten und Regeln zu verlassen. Niemand kann gegen seinen Willen hypnotisiert werden. Die Tatsache, daß Millionen gesagt bekommen wollen, was sie tun sollen, gibt niemandem das Recht, andere zu beherrschen und zu kontrollieren. Und trotzdem wird es getan, jeden Tag, auf der ganzen Welt, kollektiv und privat, von Staatsführern bis zu Ehemännern, Frauen und Kindern.

Die Kontrolle über die Stimme des kollektiven Unbewußten durch die persönlichen Interessen äußerer Autoritäten führt zu hypnotischen Überzeugungen und Ideen. Hypnotische Kontrolle ist ein Ergebnis von Massenmentalität. Wenn wir etwas oft genug hören, wird es zur Tatsache. Wenn die Menschen nicht wissen, wer oder was sie sind, wenn sie darum betteln, daß man ihnen sagt, was sie tun sollen, wenn sie um jeden Preis geliebt und akzeptiert werden wollen, weil sie sich selbst nicht lieben und akzeptieren, was sollen wir da anderes erwarten? Wenn jedoch genügend Menschen gewillt sind, das Risiko einzugehen, allein zu stehen, wenn genügend Menschen glücklich, selig, ekstatisch in ihrem Alleinsein sind, ohne Verzweiflung und ohne Bedürfnisse, ohne von Angst verfolgt zu werden, dann wird eine hypnotische Kontrolle unmöglich sein. Du kannst dich von der Masse absetzen. Sobald du in die vertikalen Dimensionen des Bewußtseins vorgedrungen bist, wird es unmöglich für irgend jemand anderen, dich zu hypnotisieren.

Der hypnotische Effekt der unterschiedlichen Meinungen, die an dich herangetragen werden - »Das sieht nicht gut aus«, »Das steht dir gut«, »Du siehst aber alt aus« -, hat zur Folge, daß wir auf unbewußte Weise und manchmal auch ganz offen beeinflußt werden. Wir fangen an zu glauben, was wir hören. Du brauchst überhaupt nicht hungrig zu sein, aber nachdem du dir den Film im Fernsehen angeschaut hast, der mit Werbung für Eßbares durchsetzt war, wirst du einen Bärenhunger haben. Unbewußte Botschaften prasseln permanent auf unsere physischen, mentalen und emotionalen Körper ein und regen unseren Mund, unsere

Geschlechtsorgane und unseren Machtinstinkt an.

Hypnotische Kontrolle funktioniert durch die Kraft von Suggestionen. »Warum versuchst du nicht einmal dies?«. Suggestionen sind die Hypnose des Laien. Meistens werden sie völlig ohne böse Absicht aus Gewohnheit ausgesprochen, ohne die Wirkung zu berücksichtigen, die sie auf Menschen haben können, ohne Sensibilität und völlig gedankenlos. Ständig geben Menschen ihre Meinungen über alles mögliche von sich, und andere Menschen übernehmen sie als ihre eigene. Originalität, Individualität und Authentizität bleiben meistens nicht viel mehr als ein Lippenbekenntnis, denn es ist ja im Grunde revolutionär. Göttlichkeit ist die größte aller möglichen Revolutionen.

Immer wenn dir jemand einen Befehl oder eine Anregung gibt, etwas zu tun, halte einen Moment inne. Erwinnere dich deiner Selbst. Aus Höflichkeit . oder auch aus einer aufrichtigen Haltung des Mitgefühls kannst du ja zuhören, aber langfristig erinnerst du dich daran, wo deine wirkliche Kraft liegt. Erwinnere dich an Gott in dir. Freiheit ist das höchste Gut: Freiheit für das Selbst. Sogar die Liebe steht da an zweiter Stelle.

Die beste Lösung wäre sagen zu lernen: »Nein, vielen Dank. Ich bin nicht interessiert.« Und zwar auf eine bestimmte, aber sanfte Art. Leider sind sogar die sanftesten Wohltäter vor den Kopf gestoßen, wenn du nicht auf ihren Rat hören willst.

Der Mensch muß sich befreien von seinen gesellschaftlichen Prägungen und Einflüssen sowie von der Angewohnheit, auf andere Menschen durch »gute Ratschläge« einwirken zu wollen. Wir müssen lernen, unsere Göttlichkeit und die des anderen zu akzeptieren.

Dazu kannst du einen Dialog mit deinem göttlichen Selbst führen, der etwa folgendermaßen lauten könnte:

Geliebtes göttliches Selbst, das »Ich Bin«! Befreie mich von aller hypnotischen Kontrolle und Beeinflussung. Kläre meine Gedanken und Gefühle, auf daß ich dich sehe und fühle und in der Welt manifestiere.

Hypnose und Beeinflussung wirken auf die Persönlichkeit, besonders bei Menschen, die sich innerlich noch nicht den höheren Werten zugewandt haben. Innere Alchemie bietet einen Weg, um sich von den Kräften zu befreien, die uns binden, verführen und begrenzen. Ohne den Gebrauch des Lichttubus und der violetten Flamme sind wir genauso wie alle anderen, bewegen uns in einem Meer von Einflüssen und Reaktionen. Der größte Dienst, den wir irgend jemandem tun können, besteht darin, uns selbst und andere in die violette Flamme einzuhüllen. Das schützt nicht nur dich und macht deinen Weg frei, sondern strahlt auch auf deine ganze Umgebung aus.

Paranormale Kräfte

Paranormale Beeinflussung unterliegt dem Angstprinzip. Ihr Einfluß ist viel stärker, als gemeinhin angenommen wird. Es gibt zahlreiche Schulen, die sich der paranormalen Selbstverteidigung widmen und die Dynamik hinter dieser Kontrolle aufdecken.

Paranormale Macht ist eng verwandt mit astralen Wesenheiten und astraler Realität, die ihrerseits in engem Zusammenhang mit den kollektiven Impulsen und Bedürfnissen der niederen Chakras steht. In anderen Worten: Sie ist vom Menschen gemacht. Die Schwingungen sind beträchtlich niedriger als die des Geistes, aber sehr intensiv. Sie wirken auf dich durch deine eigenen körperlichen Wünsche, durch emotionale Bindungen und mentale Beeinflussung, die auch über Entfernungen hinweg möglich ist.

Paranormale Machtausübung ist eine Tatsache und eine wirkliche Gefahr. Ein Mensch, der sich vollkommen mit seiner Persönlichkeit identifiziert, ist eine tödliche Gefahr. Seine persönlichen Begierden suchen permanent seine Umwelt zu kontrollieren. Seine Motivation ist weit davon entfernt, humanitären Idealen zu folgen. Er wird unbewußt Worte und Bedeutungen verdrehen, damit sie seinen eigenen Zwecken dienen. Er wird verführen. Er wird manipulieren. Er wird sogar aus dem wachsenden Bedürfnis der Menschen, sich mit einer höheren Macht zu verbinden, Kapital schlagen. Er wird sich zum Guru machen. Einer

solchen Person zu widerstehen, ist oft nicht leicht, weil sie die Wahrheit sagt. Aber ihr Handeln, ihr eigentliches Sein, ist durch die Dichte persönlicher Habgier befleckt. Möglicherweise besitzt die Person sogar ein hohes Maß an Magnetismus und die Fähigkeit zu heilen.

Die ersten Schwarzmagier wollten die Herrschaft der Mächte des Lichts an sich reißen. Heute gibt es weitaus weniger Schwarzmagier, die durch die Macht hypnotischer Beeinflussung und Angst Menschen so manipulieren, daß diese glauben, sie seien frei.

Laß uns einer Erklärung des astralen Phänomens folgen, die dich dazu anregen und stärken kann, von deiner eigenen Urteilskraft und deiner eigenen Dynamik Gebrauch zu machen.

Das Astrale

Alles, was mit Emotionen zusammenhängt, könnte man »astral« nennen. Astrale Aktivität findet die ganze Zeit über statt, insbesondere in der Nacht, wenn unser bewußter Geist die Zügel gelockert hat und die unterdrückten emotionalen Triebkräfte die Herrschaft übernehmen. Astrale Manifestationen sind für nächtliche Träume verantwortlich, in denen geheime Wünsche wahr werden. Das schließt erotische Träume ebenso ein wie Alpträume. Der Geist sucht immer nach Lösung und Vollendung. Alles, was nicht getan und gesagt bleibt, übt eine Anziehungskraft auf die Gefühle aus und wird zu einer unbewußten Triebkraft.

Die astrale Dimension ist eigentlich keine richtige Dimension, wie wir in dem Kapitel über Interdimensionalität sehen werden. Das Astrale ist ein Teil der dreidimensionalen Realität. Es besteht nicht nur aus unseren eigenen ungefühlten, unausgedrückten Wünschen und Ängsten, sondern auch aus allen unausgedrückten, ungefühlten Ängsten und Wünschen all jener, die uns vorangegangen sind. Es gibt Millionen von astralen Gedankenformen, die über die Erdoberfläche streifen und nach Ausdruck suchen. Jedesmal, wenn wir etwas ähnlich Geartetes fühlen, schalten wir uns in die astrale Form ein - oder sie schaltet sich in uns ein. Auf diese Weise wurden die sogenannten »archetypischen Bilder« erschaffen, Götter und Göttinnen, Dämonen und Geister heraufbeschworen und durch Hexerei und ähnliche Praktiken, die vom Aberglauben und anderen emotionalen Dynamiken zehren, aufrechterhalten.

Die »astrale Ebene«, wie sie üblicherweise genannt wird, liegt auf einer niedrigeren Schwingung als unsere physische Realität auf der dritten Ebene. Sie ist dichter, dickflüssiger, schwerer. Sie hat Substanz von den ersten zwei elementaren Dimensionen angenommen, was sie klebrig und dichter macht als eine gewöhnliche Gedankenform. Hier sind Formen entstanden, die solange halten, wie sie von menschlichen Emotionen zehren können. Wir sind es, die ihnen ihre Kraft geben.

Die älteste Formel, um diese Einflüsse aus unserem Leben zu verbannen, ist dieselbe Methode, wie sie im Exorzismus angewandt wird. Erhebe Anspruch auf die Macht des Göttlichen in dir.

Verstehe zuerst deine eigene Emotionalität und versuche dann, sie zu lösen. Das heißt nicht immer, alles auszuleben. Es heißt, die Dynamiken, die unbewußt der Wirklichkeit ihren Stempel aufdrücken, zu verstehen und sich davon innerlich zu trennen. Stell die Dinge beiseite, besonders wenn du dich bereit machst, schlafen zu gehen

Steh inmitten deiner ganzen Kraft, direkt ausgerichtet an der göttlichen Gegenwart über dir, innerhalb des alchemistischen Kreislaufs. Je mehr du dir dies zur Gewohnheit machst, die Welt als Ausfluß des Geistes zu betrachten, desto stärker wird deine Verbindung mit der Kraft der Quelle, so weit, bis sie dich schließlich auch im Schlaf trägt. Du weißt, daß dann die Kraft tief in dich eingesunken ist, wenn du merkst, daß du sie auch in deinen Träumen nutzen kannst.

Gleich, ob du inmitten emotionaler Aufruhr, wach oder schlafend, voller Halluzinationen oder in niederen astralen Phänomenen gefangen bist, du brauchst in einer alchemistischen Struktur

die Macht des gesprochenen Worts, um die Kraft des Lichts zu lenken und wirksam werden zu lassen:

Im Namen Gottes, des Allmächtigen, befehle ich dir, aufzuhören / zu gehen (oder was immer erforderlich ist).

Im Namen des auferstandenen Jesus Christus ...

Durch die Autorität des göttlichen Selbst, das »Ich Bin« ...

Im Namen der Wahrheit ...

Gebrauche deine Autorität, um alles wegzuschicken, was nicht vom Licht ist. Falls es hartnäckig ist, richte dich darauf und sage mit Überzeugung und Stärke: »Du hast keine Macht!« Wiederhole das so oft wie nötig. Wenn du dann schließlich die Herrschaft über die reinsten und höchsten Frequenzen hast, bekräftige:

»Ich Bin« die einzige Macht, die einzige Substanz, die einzige Intelligenz, die in meiner Welt aktiv ist.

Übung zur Förderung des Schlafbewußtsein (vor dem Schlafengehen)

Verstehe die Natur des Schlafes und handle entsprechend. Unter optimalen Bedingungen ist der Schlaf die Zeit zum Kraftschöpfen, zur Läuterung und Erleuchtung, aber auch zum Dienen. Bereite dich körperlich und geistig auf den Schlaf vor, als würdest du in einen Tempel gehen, um Gott persönlich zu besuchen.

Schlafe in frischem, sauberem Bettzeug und umgib dich mit angenehmen Düften. Befreie dein Schlafzimmer und die ganze Wohnung von geistigem Unrat, indem du ein Reinigungsritual wie das der violetten Flamme, die Kreuze der blauen Flamme, der Strahlen oder ein anderes Reinigungsritual durchführst. Lade das Licht ein, deine Wohnung zu füllen. Widme dich mit deiner Umgebung wieder dem Dienst am Licht. Errichte durch Visualisieren eine Mauer aus Licht, die deine Wohnung und - wenn du bereit bist, zu Bett zu gehen - insbesondere dein Bett umgibt, und halte sie aufrecht. Das kann in aller Stille getan werden, wenn nötig, sogar wenn du nicht allein bist.

Laß die letzten Gedanken des Tages (ebenso wie die ersten am Morgen) voller Licht sein, und identifiziere dich mit dir selbst als Licht. (Verwende dafür eine der vorgegebenen Affirmationen oder formuliere deine eigenen.)

Empfohlener Ablauf

1. Erinnere dich noch einmal an die Ereignisse des Tages. Übe dich darin, die geistigen Bilder der Ereignisse des Tages und von dir selbst anzuschalten. Stell sie dir vor, ehrlich, aber völlig urteilsfrei. Sollten dir irgendwelche Handlungen einfallen, die unbewußt oder verletzend waren, oder wenn du von jemandem verletzt wurdest, stell dir vor, wie es anders hätte sein können.
2. Verzeih dir dein unbewußtes Handeln und überleg dir, wie du es durch direktes Handeln später richtigstellen kannst. Erlöse andere, die dir unrecht getan haben, indem du keinen Groll mehr gegen sie hegst. (Sieh sie von Licht umgeben und dich selbst in deinen niederen Körpern geheilt. Versteh das Geschehen auf eine tiefere Weise, wie du es selbst angezogen hast.) Laß das Ganze los, einschließlich aller Ereignisse des Tages. Sollte es etwas geben, was noch von vergangenen Tagen oder Wochen an dir nagt, führe das Ereignis auf seinen Ursprung zurück und laß es los. (Dieses Loslassen wird dir ermöglichen, mit mehr Sensibilität für die feineren Schwingungen deines Wesens ohne den »Lärm« deines physischen Lebens in das Schlafbewußtsein einzutreten.)
3. Laß los, verzeihe und segne jene Personen, mit denen du noch etwas zu klären hast, indem du sie dir im höchsten Licht ihres Höheren Selbst vorstellst. Sprich zu ihrem Höheren

Selbst und bitte um Klarheit und Heilung sowie um die Freiheit von allen Bindungen. Bitte auch um die Auflösung aller destruktiven ätherischen Reste, die zwischen euch stehen. Stelle dir die Vollkommenheit in ihnen vor, die sich auf deine Region, deine Stadt, dein Land und den ganzen Planeten erstreckt. (Diese Vorstellung, belebt durch dein Gefühl, ist deine »Fernheilung« an der Menschheit und dem Planeten.) Nun bist du bereit, in die feinstofflicheren Realitäten einzutreten.

4. Errichte deine Schutzschilde, einschließlich des Lichttubus. (Dieser Tubus wird als dein interdimensionaler Durchgang dienen, wenn du deinen Körper verläßt, und verhindern, daß du die paranormalen oder niederen astralen Dimensionen aktivierst oder dich in ihnen verlierst. Er wird dich direkt in die höheren Frequenzen führen.)
5. Formuliere deine Absicht, falls du eine haben solltest, das heißt, falls es etwas gibt, wonach du suchst, sei es Anleitung oder Erleuchtung, Heilung oder Information. Definiere es, stell es dir vor, bitte (wörtlich und genau) um die Offenbarung der Information. Bitte darum, dich zu erinnern, was dir begegnet, schau es dir an und entschließe dich, es zu tun. Mit der Zeit wird es dir gelingen. Bitte darum, dorthin geführt zu werden, wo du dich am nützlichsten machen kannst.

Nun ist alles, was du anrufen oder dir vorgestellt hast, bevor du zu Bett gehst, in gedanklicher Substanz durch Gedankenformen geprägt und wird viel tiefer und effektiver wirken, während du schläfst.

6. Fülle dein Herz mit Dankbarkeit für dieses Wissen um das Gesetz des Lichts und laß dich in der Gewißheit in den Schlaf sinken, daß deine Anrufungen durch dein göttliches Selbst mit der Hilfe und dem Schutz aller Lichtwesen überall beantwortet werden.

Wenn du dich entschließt, die Lichtzellen deines Traumkörpers bewußt zu aktivieren, oder den Prozeß, der da stattfindet, zu beobachten, mußt du lernen, während der verschiedenen Stufen, die in den Schlaf führen, deine Achtsamkeit zu bewahren. Denk daran, daß die wesentlichen Elemente der Alchemie Achtsamkeit, Entschlossenheit und Furchtlosigkeit sind. Letztere kann nur erreicht werden im Verständnis und im Annehmen der Kraft, die aus deinem direkten Kreislauf mit der Quelle kommt. Wenn du weißt, daß du und Gott eins sind, wie kannst du dich da noch fürchten? Du mußt verstehen, daß das Wesen der Angst aus dem Körperbewußtsein kommt und immer mit dem Gedächtnis der Zellen und dem Überlebensinstinkt verbunden ist. Die Angst wird und kann niemals deine Essenz berühren. Alle Trainingsprogramme zielen darauf, den Übergang von der Identifikation mit der Materie zur Identifikation mit dem Licht zu erleichtern.

Es empfiehlt sich, ein Traumtagebuch für deine Aktivitäten zu führen, ganz gleich, wie zusammenhanglos sie anfangs erscheinen mögen.

Beginne deinen Tag immer, indem du das Licht in dir preist.

Grundlagen alchemistischer Meditation

Die folgenden Übungen verhelfen zu einer erhöhten Schwingungsfrequenz, die für die alchemistische Arbeit benötigt wird, sowohl für die eigene innere Alchemie als auch für deinen Einfluß auf die Welt. Diese Technik wird auf dieser Stufe eingeführt, damit du ihr Potential auf eigene Faust erkunden kannst.

Bevor du mit irgendeiner Meditationspraxis beginnst, solltest du dir verdeutlichen, daß du identisch mit der Quelle bist. Sieh dich als ein Lichtwesen innerhalb der Materie. Erkenne emotional deinen Platz im Universum, bezeuge deine Dankbarkeit für das Leben, seine Schönheit, seine Größe. Erkenne die Unterstützung, die das Leben dir in vielfältiger Form besonders jedoch in deiner persönlichen - zugute kommen läßt.

Im folgenden findest du Anregungen, wie du mit deiner Meditationspraxis beginnen kannst, immer unter Einbeziehung deines Körpers und aller deiner Sinne sowie mit Unterstützung eines ganzen Universums von Lichtformen. Du kannst an diesem Punkt ein Gebet sprechen.

Am wichtigsten ist jedoch, daß du innerlich eine Gebetshaltung einnimmst.

Am Anfang jeder alchemistischen Praxis steht die Invokation. Sie beginnt, nachdem du deine physischen Energien gesammelt hast. Sobald deine Fähigkeit, schnell Energie zu sammeln, sich steigert, brauchst du weniger Vorbereitungszeit.

Physische Entlastung

Wenn du dich körperlich verspannt fühlst oder spürst, daß dein Körper Bewegungsfreiheit braucht, tanz eine Weile oder streck deinen Körper so, wie es dir am besten bekommt.

Dadurch kannst du nicht nur loslassen, sondern du erzeugst auch noch vitale Energie, die in deiner Meditation auf feinere Ebenen übertragen werden kann. Wenn du fühlst, wie die Energie dich durchströmt, ist es an der Zeit, dich still hinzusetzen und sie auf die feineren Ebenen zu übertragen.

Ätherische Aktivierung

Nun versiehst du den Körper, den Jean Houston den »kinästhetischen Körper« nennt, mit Energie, indem du dir vorstellst, daß du dich bewegst, schaukelst, tanzst, einen Arm hebst. Du kannst eigene Variationen erfinden. Wichtig ist, daß du den Unterschied zwischen physischer und ätherischer Bewegung wahrnimmst.

Zum Beispiel: Wenn du still an einer Stelle sitzt und dir vorstellst, du stehst vor dir. Stell dir vor, du drehst dich herum und schaut aus dieser Perspektive auf den Boden. Kehre dann wieder in den physischen Körper zurück und versuch das Ganze noch einmal. Achte auf die Veränderungen. Möglicherweise beginnst du ein Summen in den Ohren zu bemerken, eine gesteigerte optische Wahrnehmung oder eine erhöhte Empfindlichkeit für Berührungen. Stell dir vor, du schrumpfst zu Boden. Stell dir vor, du wirst immer größer. Stell dir vor, du drehst dich ganz schnell.

Beende die Übungen immer, indem du die Energie wieder zurück überträgst und in die Energie des physischen Körpers integrierst.

Resonanz

Du kannst auch Töne verwenden. Versuche es mit Summen. Achte auf die Wirkung des Summens auf deinen physischen Körper. Höre den Ton in deinem Körper und fühle die Resonanz der Organe. Laß die ganze Galaxis deiner Körperzellen zu dem Summen vibrieren. Du aktivierst alle Körper auf einmal, indem du die Resonanzfrequenz verwendest.

Experimentiere auch mit anderen Tönen und achte auf die Wirkung.

Farbenströme

Du kannst Farben einsetzen. Nimm zarte Farbtöne. Atme sie durch deine Füße aufwärts in deinen Körper hinein. Atme sie in deine Chakras. Begib dich auf Entdeckungsreise. Eine meiner Lieblingsmethoden ist die Visualisierung eines goldenen Lichtstroms, der mich durchfließt. Ich habe festgestellt, daß dieser Strom, wenn ich ihn von den Füßen an aufwärts richte, meine Schwingungsfrequenz erhöht. Wenn ich ihn von oberhalb des Kopfes hinunter zu meinen Zehen lenke, hat er eine heilende, beruhigende, lindernde Wirkung.

Nutze die Farben, besonders die kühlen Farbtöne, um dich zu beleben und zu erfrischen. Du kannst die Farben in Form von Lichtkugeln an die betreffende Stelle lenken. Stell dir vor, du hältst einen Globus aus hellblau elektrisierendem Licht oder eine Sonne aus schimmerndem goldenen Feuer. Fühle sie, sieh sie, rieche sie, höre sie.

Kombiniere Farbe mit Tönen oder Atem mit Bewegung, wenn du möchtest. Du kannst dir vorstellen, daß du unter einem Wasserfall aus durchscheinenden Regenbogenfarben stehst und dich genüßlich drehst und räkelst.

Affirmationen

Affirmationen haben die Macht, das Denken ruhigzustellen, während man in einen Dialog mit

dem Geist tritt. Es ist eine Möglichkeit, das konstante Gedankengeplapper auszutricksen, indem man ihm etwas zu tun gibt. Gleichzeitig beseitigt es einige der unbewußten, quälenden Gedanken, Melodien und Sätze, die immer dann wie aus heiterem Himmel auftauchen, wenn du sie überhaupt nicht erwartest. Schlagermelodien und Radiowerbung gehören zu dieser Kategorie.

Was auch immer du tust und sagst, mach es so real, wie du nur kannst. Laß deine Phantasie spielen. Sei dir darüber bewußt, daß du in Gedanken etwas entwirfst und es mit deinen Gefühlen belebst. Du erschaffst etwas!

An diesem Punkt weißt du, daß du getan hast, was du konntest, um deine Energien auf der Ebene der ersten vier Körper zu erzeugen. Du bist bereit, in eine Partnerschaft mit deinem Höheren Selbst, mit dem Licht, mit der göttlichen Kraft einzutreten.

Invokation

Hebe deine Arme. Öffne dein Herz und deine Gefühle für die Majestät der Schöpfung. Laß deine Gedanken, deinen Körper, deine Gefühle hinaufreichen ... ganz hinauf zum Brunnquell allen Lebens.

Nun füge deine Worte hinzu. Beginne mit einer Anerkennung deines individuellen göttlichen Selbst in Würdigung und Dankbarkeit. Rufe die großen Wesen des Lichts der großen zentralen Sonne an, die heilenden Mächte, die Engel oder Lichtwesen aus diesem Sonnensystem.

Bekräftige das Licht. Sei das Licht. Sei in deinem physischen Körper und in deinem Höheren Selbst auf der Ebene des göttlichen Selbst. Fühle die Verbindung energetisch, und während du sie fühlst, sei dir bewußt, daß du den alchemistischen Kreislauf schließt, durch den alles möglich wird.

Während du den Ruf nach oben richtest, fühle die energetische Antwort auf dich herabsteigen. Sei hier und sei dort.

Der Ruf oder die Anfrage

Stelle aus der Autorität deines göttlichen Selbst heraus und aufgrund der Autorität, die du auf der physischen Ebene durch deine Eigenschaft als ein verkörpertes Wesen besitzt, deine spezifische Anfrage und bring deine Affirmation vor. Dies kann eine Bitte um Heilung deiner selbst oder eines anderen sein. Es kann auf das Wohl eines beliebigen Menschen, eines Landes oder des ganzen Planeten gerichtet sein. Es kann so spezifisch sein, wie du es für nötig hältst. Hab keine Angst, um etwas für dich selbst zu bitten. Stell dir vor, du bist in einer vollkommen harmonischen Umgebung, versorgt mit einem endlosen Vorrat an allen guten Dingen. Stell dir vor, anderen geht es genauso.

Bitte immer um die Erfüllung des göttlichen Plans, besonders wenn du etwas für jemand anders bittest. Du kannst dir niemals sicher sein, welche Motive oder Gründe in der betreffenden Situation oder Lage eine Rolle gespielt haben. Du kannst nichts weiter tun, als darum zu bitten, daß das Licht die Person erreicht und in der bestmöglichen Weise hilft. Wenn die Dinge sich dennoch nicht so entwickeln, wie du denkst, daß sie es sollten, dann kann es gut sein, daß dein persönlicher Wille in die Quere gekommen ist. Bekräftige und vertraue dem Licht und kümmere dich nicht darum, ob es richtig oder falsch ist. Halte einfach das Bild.

Sieh, wie das Vorhaben sich manifestiert, wie die Situation sich klärt und heilt, und halte dich bereit. Bekräftige es mit all deiner Kraft. Und tu es wenn möglich mit lauter Stimme. Sieh, wie es bereits Wirklichkeit wird.

Während dieser Phase kannst du einen Lichtstrahl visualisieren, der aus deinem göttlichen Selbst kommt und das Gewünschte für dich manifestiert. Du weißt, daß du durch deine Affirmation und dein Festhalten des Bildes direkt aus der Quelle schöpfst. Sieh dich selbst als ein Instrument dieser Quelle. Mach dich zu ihrer handelnden Kraft.

Wenn du die Details dessen, was du manifestiert sehen möchtest, verstärken willst, kannst du sie aufschreiben, aufzeichnen, Bilder von etwas finden, was deinen Ruf konkretisiert. Benutze all deine Phantasie und umgib dich auf jeder Ebene mit schönen Dingen.

Der Segen

Erkenne an, daß deine Anfrage sich manifestiert hat, und danke dafür, daß sie Wirklichkeit geworden ist. Versiegele den Raum, wie in den vorangegangenen Kapiteln beschrieben. Wisse, daß es getan ist, und laß es los. Wenn du weiterhin mit einem Seinszustand oder einer Situation arbeiten möchtest, solltest du rhythmisch vorgehen, in dem du den Vorgang regelmäßig wiederholst, jedesmal aufs Neue, jedesmal mit all deinen Sinnen, jedesmal mit der vollen Kraft deiner Erkenntnis im Licht.

So sei es. Es ist getan. Amen.

Ein Beispiel für eine Farbmeditation

Diese Meditation dient dazu, die höheren Chakras zu entzünden, zu heilen und die inneren Sinne zu erwecken. Sie wurde ursprünglich an der Duke University in Durham, North Carolina, entwickelt, um außersinnliche Wahrnehmungen zu aktivieren.

Nach einer entsprechenden Vorbereitung legst du dich hin. Atme langsam und regelmäßig, solange du brauchst, um dein Festhalten am physischen Körper zu lockern und dich zu entspannen.

Erkenne dein Selbst an

Fühle, wie dein Körper mit der Fläche auf der du liegst, verschmilzt. Fühle dein Gewicht. Fühle den Boden, der dich hält. Stell dir vor, du machst dich bereit, schlafen zu gehen und beendest so die Tagesaktivitäten. Laß deinen Geist ebenfalls los.

Fühle die Energie in deinem Körper zirkulieren, von innen ... von außen ...

Zehre von der Kraft des Lichts durch deine Identität als individuelles göttliches Selbst. Stell dir einen Brennpunkt des Lichts in der Mitte deiner Brust vor, im Herzchakra.

Färbe dieses Licht hellgrün und beobachte, fühle, spüre es wachsen und glühen, bis es die Größe einer kleinen Sonne von etwa zehn Zentimetern Durchmesser hat.

Fühle das Pulsieren dieser kleinen hellgrünen Sonne in deiner Brust, wie sie Wellen von hellgrüner Strahlung um dich herum aussendet. Nun spüre, wie diese Sonne sich in Dampf auflöst und langsam in deinem Körper aufsteigt, durch den Hals, den Kopf, sich ein kleines Stück über dem Kopf sammelt, etwa dreißig Zentimeter über dir, und eine hellgrüne, strahlende Wolke dort bildet. Halte die Wolke für eine Weile und spüre dann, wie sie sich verteilt, abwärts, über, unter und um dich herum, bis hinunter zu den Füßen, und dich in einen hellgrünen, dunstigen Mantel aus dampfender Strahlung einhüllt.

Nun laß deinen physischen Körper das hellgrüne Licht aufnehmen. Fühle, wie es in deine Zellen einfließt, bis hinein ins Knochenmark, bis es sich vollkommen in dir auflöst.

Nun folge dem gleichen Ablauf wie für das hellgrüne Licht und ziehe aus der göttlichen Präsenz, die du bist, eine Quelle hellen elektrisierend blauen Lichts, das vom Zentrum deines Halses ausgeht. Laß sie wachsen und glühen, bis sie die Größe einer kleinen Sonne hat.

Fühle kreisförmige Wellen von dieser hellen elektrisierende blauen Kugel ausgehen - mit durchscheinenden Farben wie ein wunderschönes Glasfenster -, die sich in alle Richtungen ausbreiten. Höre auf ihren Klang.

Nun spüre die elektrisch blaue Kugel aus glühendem Licht sich in einen blauen Nebel auflösen und langsam, sanft durch deinen Kopf aufsteigen, um sich in Gestalt einer lebhaft blau gefärbten Wolke direkt über dir zu sammeln.

Halte die Wolke dort für eine Weile und sieh dann, wie sie sich in deinem ganzen Körper, über dir, unter dir und um dich herum ausbreitet und dich in einen Mantel aus hellem, elektrisch blauem Nebel einhüllt.

Fühle sie, sieh sie, spüre sie, wie sie in deinen physischen Körper gezogen wird und sich in den Zellen, dem Blut, dem Knochenmark auflöst.

Schließlich spürst du eine Kugel aus hellem, fast blendendem weißem Licht, ein Weiß, wie du es nie zuvor gesehen hast, ohne eine Spur Gelb, ein Weiß, so weiß wie unberührter Schnee. Sieh dieses Weiß in Form eines hell leuchtenden Lichts in deinem Kopf, in der Gegend des dritten Auges, und fülle deinen ganzen Kopf damit. Fühle, daß nun in deinem Kopf eine Sonne aus leuchtendem, reinsten Weiß leuchtet.

Fühle ihre Wellen sich in alle Richtungen ausbreiten. Spüre ihr Pulsieren, höre ihren Klang. Nun beobachte in Ruhe, wie sich die reine weiße Sonne auflöst und ihr Dampf in Form einer Wolke über deinem Kopf aufsteigt. Halte das Bild dieser Wolke eine Weile über deinem Kopf und spüre dann, wie sie sich in deinem Körper, über, unter und um dich herum ausbreitet und dich bedeckt, umhüllt und in einer Wolke aus reinsten weißer Strahlung hält.

Fühle, wie dein Körper diese weiße Strahlung sanft aufnimmt und sich jede Zelle an ihr labt, von ihr genährt, geheilt, erhoben, geläutert wird, bis das Weiß sich völlig im Körper auflöst, bis ins Knochenmark.

Fühle, was du jetzt bist. In dieser Stille spürst du: »Ich Bin«.

Bleibe solange in diesem Zustand wie möglich. Wenn du wieder zurückkommst, mach dich daran, alles, was du erlebt hast und was dir begegnet ist, was du gesehen und gespürt sowie energetisch durchgemacht hast, aufzuschreiben.

Die Rückkehr

Vor deiner Rückkehr solltest du deine physische Gestalt in Gedanken nachzeichnen, direkt nachdem du dich entschlossen hast zurückzukommen oder von deinem Partner wieder zurückgerufen wurdest. Definiere den Raum, den der Körper einnimmt und identifiziere dich mit seinem Gefühl, seinem Gewicht, seinen Energieströmen, dem Temperaturgefühl, dem Zustand des Raumes, der Oberflächen, Gerüche und so weiter.

Eine der besten Methoden, um in die Normalität zurückzukehren, ist, in den Bauch zu atmen, zum Bewußtsein des Wurzelchakras zurückzukommen, die Beine zu spüren sowie Hände und Füße zu bewegen und zu massieren. Es dauert oft eine Weile, sich wieder anzupassen. Laß dir Zeit.

Eine angenehme Möglichkeit, wieder zurückzukommen, ist zu tanzen. Spiele eine besonders frohe Melodie und fühle die Großartigkeit des Lebens ... der Fähigkeit, hier zu sein ... und dort ... und überall.

III Spirituelle Fähigkeiten und Interdimensionalität

Einführung in die Interdimensionalität

Wir haben gesehen, daß die alchemistische Arbeit in erster Linie mit der Definition des Selbst in Raum und Zeit zu tun hat. Sie besteht aus der Arbeit an der Persönlichkeit, befaßt sich mit der Form und damit, wer du bist. Sie bezieht sich auf den horizontalen Aspekt der Zeit. Sie hat eine bestimmte Reihenfolge und untersteht dem Gesetz von Ursache und Wirkung oder Karma.

In dieser Phase der Erkundung erforscht das Selbst verschiedene Fragen der Identität, insbesondere im Verhältnis zu anderen. Alle Beziehungsfragen, Körperfunktionen - einschließlich der Ursache und Heilung von Krankheiten sowie Zeitreisen und Erkundung vergangener Lebensphasen -, aber auch die Nutzung von Talenten, die durch genetische oder karmische Prägungen vererbt wurden, spielen auf dieser Ebene eine Rolle. Es ist wichtig zu verstehen, daß dies der emotionale und psychologische Aspekt der Entwicklung des menschlichen Potentials ist. Er führt zur Meisterschaft und ermöglicht die Grenzüberschreitungen, die nötig sind, um höhere Frequenzen der Schwingungen des Seins zu erreichen. In dieser Phase lernen wir, mit Emotionen und Gedanken auf die Materie in ihrer dichtesten Form einzuwirken. Durch die Entwicklung eines ganzheitlichen Selbstbewußtseins können wir immer besser auch intensivere Energien der Selbstverwirklichung zulassen und auf Dauer integrieren.

Der zweite Aspekt der Entwicklung oder Selbsterkundung, der manchmal mit dem ersten Hand in Hand geht, hat etwas mit Multidimensionalität zu tun. In dieser Phase des Abenteuers unserer Selbsterkenntnis sorgen wir uns nur wenig um unser »kleines« Selbst, unsere Persönlichkeit. Wir beginnen, unser spirituelles Potential zu entwickeln und uns auf immer höhere Aspekte unseres Denkens und unseres Geistes vorzuwagen, in Dimensionen, die man »vertikal« nennen könnte. In dieser Phase befassen wir uns mit reinen Fähigkeiten und mit immer umfassenderen Dimensionen.

Der dritte Aspekt der Arbeit am Selbst, der mit dem zweiten Hand in Hand geht, bezieht sich auf den Prozeß eines sich erweiternden Bewußtseins von der ersten bis zur zwölften Dimension und darüber hinaus in den Bereich des reinen Geistes. Er bezieht sich auf die Entwicklung der Seele oder Spiritualität. Die Seele kann als Energiesubstanz gesehen werden, die durch das Einwirken des Geistes auf die Materie gebildet wird. Sie kann als verkörpertes Licht oder als Intelligenz erfahren werden, die den Aspekt ihrer Form überwindet, um eine reine, ursprüngliche Energie zu werden. Die Dimension des Geistes hat die Form einer Spirale. Sie ist die Energie der Schöpfung, und unsere Wahrnehmung von ihr wird widerspiegeln, inwieweit wir uns mit dem Schöpfer und mit unserer Rolle als Mitschöpfer identifizieren.

Die horizontale Dimension ist linear. Die vertikale ist kreisförmig und konzentrisch. Ihre Spirale dringt durch die gesamte Schöpfung. Wenn du die Gleichzeitigkeit aller drei energetischen Aktivitäten visualisieren und spüren kannst, wirst du einen Einblick in dich selbst und dein Leben auf allen drei Ebenen gleichzeitig bekommen.

Der Trick besteht darin zu wissen, was wohin gehört. Die Wahrnehmung der Realitäten auf der ersten und der zweiten Ebene ist oft etwas verwirrend. Wie soll ich wissen, ob ich gerade ein vergangenes oder ein zukünftiges menschliches Leben wahrnehme, ob ich an einer anderen Realität oder an einer fremden planetarischen Existenz teilnehme, ob ich meine eigenen astralen Projektionen sehe oder die eines anderen, oder ob ich mich in einem außerkörperlichen Zustand befinde. Es gibt keine fest strukturierte Art, die Vielzahl der Dimensionen und Realitäten unserer Existenz zu verstehen. Das wenige, was wir wissen, ist in eine religiöse und metaphysische Terminologie verkleidet, zu abstrakt, zu abgehoben für das alltägliche Verständnis.

Jeder Mensch hat Zugang zu allen drei Aspekten der Realität, in Traum und Phantasie, in durch Drogen hervorgerufenen veränderten Bewußtseinszuständen sowie in Beziehungen und in bestimmten Zuständen erhöhter Kreativität.

Als erstes sollten wir uns klar machen, daß diese Zustände durchaus Bestandteil unserer Erfahrungswelt sind. Der Grund, warum sie im allgemeinen als etwas Ungewöhnliches gelten, liegt in der Kurzsichtigkeit der dreidimensionalen Wahrnehmung. Alles, was wir wahrnehmen und von uns geben, wird durch die Sprache dieses besonderen Bewußtseins gesehen oder projiziert. Weil wir in einer dreidimensionalen Existenz leben und uns darin präzise und folgerichtig zum Ausdruck bringen, verfügen wir über Hände und Füße, Verdauungsorgane, Fortbewegung, eine bestimmte Art und Weise, uns Schutz und Unterkunft zu suchen, und über unsere eigene Art des logischen Denkens. All dies sind Widerspiegelungen dieser Dimension, und all dies wird nur hier benötigt. In den Dimensionen darüber bedürfen wir dieser Funktionen nicht. Auf den höchsten Ebenen gibt es möglicherweise überhaupt keinen Unterschied mehr zwischen innerer und äußerer Realität, nur Raum und Schwingungen zunehmender Frequenz.

Eine der gebräuchlichsten Methoden, Zugang zu dem zu bekommen, was ich die »spirituellen Fähigkeiten« nenne, ist durch Meditation. Durch das Stilllegen unseres Denkens bewegt sich die Energie in höhere Wirklichkeiten. Je nach den unbewußten oder überbewußten Bedürfnissen und Motiven der Person werden sich vergangene Leben entfalten, interdimensionale Ebenen eröffnen oder formlose, spirituelle Zustände ergeben.

Ich hatte ein Erlebnis während einer Operation, das mich an ähnliche Zustände erinnerte, die ich beim Meditieren erlebt hatte. Während des Einsetzens der Anästhesie wurde ich Zeuge einer allmählichen Auflösung meines Körpers. Es war, als würde jemand das innere Licht dunkler und dunkler drehen, bis nur noch ein alles durchdringendes Grau übrig war, wie eine uranfängliche Umhüllung, die alles im Raum umgab. Mein eigenes Ich, mein Freund, ebenfalls Arzt, der im Operationssaal gegenwärtig war und meine Hand hielt, der operierende Arzt und die Assistenten, die Gegenstände in dem Raum ... alles löste sich in diesem Grau auf, das zu pulsieren und einen summenden Ton von sich zu geben schien.

Innerhalb dieses pulsierenden grauen Meeres tanzten kleine Lichtpartikel umher, jedes vollkommen undifferenziert von den anderen. Ich bekam einen Einblick in die Substanz, den Grundstoff alles Erschaffenen: von dir und mir, allen Gegenständen und der gesamten Realität. Alles bestand aus ein und demselben Stoff. Ich konnte sehen und fühlen, daß wir in der Tat alle eins sind und uns in einem Meer von Energie bewegen. Als ich zurück in den Wachzustand kam, erlebte ich den umgekehrten Prozeß. Aus dem Einen wurde Vieles. Von da an wußte ich, daß Gott nichts anderes ist als das Ganze, was natürlich auch uns einschließt. Während der Entfernung eines Weisheitszahns unter Betäubung hatte ich schon früher einmal eines meiner ersten Erlebnisse interdimensionaler Aktivität. Ich kann mich zwar nicht erinnern, meinen Körper verlassen zu haben, aber ich fand mich plötzlich durch hell erleuchtete Korridore vorangetrieben. Die Wände und Gegenstände innerhalb der Räume, die von diesem Korridor abgingen, waren aus einer hellen Substanz. Die Farben waren rein, lebhaft und von einer wundervollen Klarheit. Die Menschen, die ich beobachtete, hatten durchscheinende Körper. Das Erlebnis war kurz und flüchtig. In späteren Meditationen bin ich wiederum an diesen Ort gereist.

Ich habe Momente erlebt, in denen sich alles drehte und es kein Verhältnis mehr zur Linearität gab. Ich erlebte mich selbst und andere als reine Präsenz ohne Form. Und ich habe auch die gewaltigen Empfindungen der astralen Ebene erlebt, die emotionale Verführung und Anziehung, und mich schwerfällig in einem dichten, wenngleich feinstofflichen Körper durch bekannte physische Bereiche bewegt.

Ich hatte diese und andere Erlebnisse in Phasen erhöhter Energie, beim Tanzen und beim Lieben, in Angespanntheit und Konzentration. Und so geht es vielen anderen auch. Das Außergewöhnliche liegt im Gewöhnlichen, wir müssen nur wagen hinzuschauen.

Normalerweise verdrängen wir diese Erlebnisse einfach. Wir nehmen sie nicht ernst. Der Lärm der alltäglichen Aktivitäten übertönt alles Andersartige.

Hast du schon einmal einen Traum gehabt, in dem du jemanden angeschaut und dich mit ihm telepathisch verständigt hast? In dem du plötzlich wußtest, was der andere dachte, und seine Stimme in deinem Kopf hörtest? In deinen Erkenntnissen, deinen Voraussetzungen, deinen Gefühlen und deinen Inspirationen stecken die Fähigkeiten des Höheren Selbst. Künstler, Philosophen und Wissenschaftler haben starke Verbindungen zu den höheren geistigen Dimensionen. Sie sind ständig an die höheren Dimensionen angeschlossen und haben Zugang zu diesem Material, ohne zu merken, daß dies etwas Außergewöhnliches ist.

Es leuchtet ein, daß wir, wenn wir anhand der Schwingungen und der besonderen Qualität erkennen, was die verschiedenen Dimensionen sind und wie wir sie unterscheiden können, auch in der Lage sein müßten, in sie hineinzugehen. Dadurch können wir uns bewußt diese Ebenen, einschließlich der Informationen und Fähigkeiten, die wir brauchen und die uns von Geburt an zustehen, zunutze machen.

Das Grundprinzip ist, zu akzeptieren, daß wir in einer dreidimensionalen Existenz ansässig sind, mit bestimmten Fähigkeiten, einer Sprache und einer Dichte, die dieser Existenz entspricht. Wenn wir dies verstehen, können wir allmählich die Hindernisse überwinden, die unsere gesteigerten Wahrnehmungen blockieren, insbesondere die Gefühle von Angst, Unwürdigkeit, Mangel und Begrenztheit.

Als planetarische Körper des Bewußtseins transzendieren wir die Bindung an eine persönliche Existenz. Aber die Bewegung geht durch sie hindurch, nicht daran vorbei. Die persönliche Erfahrung versieht uns mit der Energie, der Kraft, die wir brauchen, um immer großartigere und vollkommeneren Schöpfungen ins Leben zu rufen. Wir müssen uns daran erinnern, daß wir sehr viel mehr sind als unser kleines Selbst. In dieser Erkenntnis liegt die Nahrung, der Anreiz und die Energie, uns an der höheren Wahrheit auszurichten. Jeder von uns ist mehr als nur ein Individuum in einer dreidimensionalen Welt. Wir sind eine ganze Familie von Ichs, die gleichzeitig auf zwölf Ebenen oder Fähigkeitsstufen zusammenleben und durch drei Aspekte der Realität reisen: Zeit, Raum und Geist. Während wir immer vertrauter mit den Teilen unseres Selbst werden, erhalten wir diese Energie zurück und richten uns an ihr aus - eine Energie, eine Fähigkeit, die immer weiter zunimmt, immer leuchtender und immer stärker wird.

Die Vielschichtigkeit der Wirklichkeit wahrnehmen

Der Lichtstrahl

Dieser Strahl ist die Kraftlinie, die dein Geist verwendet, um sich in die dritte Dimension zu projizieren. Er ist die Zentralachse, um die die Substanz deiner Körper gewoben ist. Elementarkräfte versammeln Atome um Kraftlinien. Das gilt für die Atome deines Körpers ebenso wie für jeden anderen Gegenstand in der Schöpfung. Substanz wird gedreht, versponnen, erst in einer horizontalen wirbelnden Bewegung, dann in einer vertikalen. Das Gewebe dieser Drehbewegungen erzeugt die Atome und die Substanz, die uns umgibt. Auf eine sehr reale Weise sind wir wie Atome in einem Körper, der größer ist als jedes Universum, das wir uns vorstellen können. Der im Herzen verankerte Lichtstrahl ist die zentrale Lebenslinie und Hauptverbindung zu dir selbst als einem interdimensionalen Wesen, das aus vielen Aspekten, Körpern und Bewußtseinsebenen besteht.

Invokation

Schließ die Augen. Setz dich bequem hin. Bewohne deinen Körper vollständig und versetze ihn in einen Ruhezustand in tiefer Entspannung. Verfahre wie bei den vorangegangenen Meditationspraktiken.

Wir rufen die Bruderschaft aller Lichtwesen überall um Hilfe, Führung und Erleuchtung, und

unser Höheres Selbst und unsere Freunde, die Engel, um Öffnung des Weges und Anleitung an.

Wir streben danach, euch alle (die verschiedenen Aspekte unseres Selbst) kennenzulernen, auf daß wir im Dienst der Erleuchtung aller Wesen partnerschaftlich und harmonisch zusammenarbeiten. Wir streben nach Verkörperung des Lichts und der Erkenntnis des Schöpfers auf den höchsten Ebenen der Wahrheit, der Liebe und der tiefsten Einheit. Visualisiere dich selbst in Beziehung zu deinem individuellen göttlichen Selbst, indem du dich vertikal ausrichtest. Sieh, daß der göttliche Funke in deinem physischen Herzen verankert ist. Sieh den Lichtstrahl, der dein physisches Selbst mit ihm verbindet. Stell dich in den schützenden Tubus aus elektronischer Energie. Entzünde die Flamme in deinem Herzen. Laß dich mit tiefster Liebe und einem überwältigenden Gefühl der Dankbarkeit für dieses Licht von dem Lichtstrahl in die Höhe tragen, und greife mit aller Liebe deines Herzens nach den höheren Ebenen.

Meditation

Laß deinen Kopf von einem goldenen Glühen erfüllt werden. Laß dieses goldene Licht sich im Zentrum deines Kopfes entzünden und das ganze Gehirn füllen.

Fühle, wie das goldene Licht sich leuchtend in deinem ganzen Kopf verstärkt.

Laß es so hell leuchten, wie du kannst. Verstärke es immer weiter. Nun lokalisier den Lichtstrahl deines individuellen göttlichen Selbst, der in deinem physischen Herzen verankert ist, und folge ihm bis hinauf ins Zentrum deines Kopfes.

Folge dem goldenen Lichtstrahl bis hinauf unter die Schädeldecke und noch darüber hinaus.

Projiziere dein Bewußtsein auf einen Licht- oder Brennpunkt etwa einen Meter über deinem Kopf. Achte auf die Schwingung, die du in deinem physischen Körper spürst, sowie auf alle Bilder, Töne oder Empfindungen, die du möglicherweise wahrnimmst.

Bewege dich nun noch ein wenig höher, zu einem weiteren Brennpunkt etwa zwei Meter über deiner physischen Gestalt. Achte auf die Veränderungen innerhalb deines physischen Körpers und in deiner Wahrnehmung.

Laß dich nun noch höher steigen, durch den Lichtstrahl deines Bewußtseins hindurch, der in deinem Herzen verankert ist. Geh jetzt etwa drei Meter hoch ...

Laß dein Bewußtsein in dem Gefühl von Licht und Helligkeit, von Liebe, Raum und Frieden weit werden. Sende den Ruf aus:

Geliebtes göttliches Selbst, das »Ich Bin«: Ich suche dich zu kennen. Wer bin ich? Schau dich um. Wo bist du? Wer bist du?

Erlaube dir, noch höher zu steigen, und entzünde in deinem Herzen die Flamme der Liebe, die dich immer weiter und weiter trägt. Projiziere dich noch weiter in diese Quelle allen Lebens hinein und geh immer höher und höher.

Dehn dich bis etwa zehn Meter hoch über deinem Kopf aus, was im Bewußtsein noch viel höher ist, hinaus bis an die entlegensten Ecken dieses Planeten.

Geliebtes göttliches Selbst, das »Ich Bin«: enthülle dich mir. Dehne, strecke, erweitere dich, soweit du kannst, und sei dir gewiß: »Ich Bin«.

Achte auf die Atmosphäre um dich herum, wo immer du dich befindest.

Achte auf die Körper, Strukturen, Lebensformen und Farben. Achte auf deine eigene Existenz auf diesen Ebenen. Nun stellst du dir auf der höchsten Seinsebene, die dir momentan verfügbar ist, den Brennpunkt des Lichts vor, jene individuelle Präsenz Gottes, dein göttliches Selbst ...

Verkörpere genau das, die leuchtende Präsenz des »Ich Bin« ... das »Ich Bin« in uns allen.

Fühle und erkenne dich selbst. Schau herab auf all die »Ichs«, die du bist, und halte auf der siebenten Ebene, auf der dein Höheres Selbst wohnt. Projiziere dich von dort hinab in die dreidimensionale Welt. Sieh deinen physischen Körper und sende ihm Liebe. Umfange ihn

mit der Flamme deines Herzens.

Nun bring die Klarheit und die Intelligenz von der siebenten Ebene mit herunter und ziehe alle Teile von dir selbst, sowohl die darüber als auch die darunter, mit dir hinein in deinen physischen Körper. Bringe jene Bewußtheiten hinab in den physischen Körper und spüre das Gefühl der Fülle.

Öffne für einen Moment deine Augen und stelle fest, was und wie du jetzt durch deinen Körper wahrnimmst. Laß all diese Teile von dir jetzt mit deinen Augen sehen - nur für einen Moment - und schließ dann die Augen wieder.

Nun gehen wir wieder hinauf, bis ganz hinauf zum weitesten, äußersten Rand deines Seins. Halte dort, in den elektronischen Feldern deiner Lebensquelle, eine Weile inne.

Nun beginne wieder deinen Abstieg, jedoch mit dem Unterschied, daß du diesmal die verschiedenen Energiekörper auf den entsprechenden Ebenen hinter dir zurückläßt.

Trenne dich von jedem einzelnen, während du langsam wieder zurückkommst. Laß jede der Schichten zurück und bring nur dein dreidimensionales Selbst mit.

Öffne die Augen wieder und schau dich kurz um. Achte auf deine Wahrnehmung und dein Selbstgefühl. Schließ die Augen wieder. Nun werden wir dein Höheres Selbst einladen, sich mit uns durch unseren Lichtstrahl zu verbinden, damit wir eine Partnerschaft mit ihm eingehen können.

Projiziere dich auf die siebente Ebene. Fühle dich dort und fühle dich gleichzeitig hier in der dritten Dimension. Verankere visuell dieses Gefühl durch einen Lichtstrahl, der in deinem physischen Herzen wurzelt.

»Ich Bin« hier, und »Ich Bin« dort. »Ich Bin« die bewußte Präsenz überall. Stelle den energetischen Kreislauf zwischen den Ebenen wieder her. Projiziere dich zurück in das dreidimensionale physische Selbst mit der zusätzlichen bevorzugten Perspektive der siebenten Ebene. Sei hier, sei dort, beides gleichzeitig. Und komme dann ganz, ganz sanft wieder zurück ... hierher.

Interdimensionalität

Interdimensionalität ist die Schwingung der möglichen Zukunft, so wie sie in der Gegenwart erscheint. Es ist konzentrische Zeit, die in der Vertikalen erreicht wird. Es ist die Arena des Raums - im Inneren wie im Äußeren.

Interdimensional zu leben heißt in der Lage sein, auf parallele Frequenzen zuzugreifen, die in einer schnelleren Schwingung existieren als unsere dreidimensionale Realität. Um diese Wirklichkeiten zu verstehen, müssen wir die Ebenen unserer evolutionären Reise in die Verkörperung simulieren, müssen nachvollziehen, wie das Bewußtsein aus dem Formlosen in immer dichter werdende Formen projiziert wurde. Der Verlauf vom Zustand des absoluten Seins durch die Ebenen der Existenz erzeugte auf jeder Ebene ein Gefäß, ein Medium. Diese Gefäße bestehen weiter, unabhängig von dem Bewußtsein, das wir von ihnen haben.

Als Intelligenz oder Bewußtsein, als Funken aus der Quelle, erwarben wir diese Hüllen, die in den Stufen der Transformation eine fortschreitende Verminderung der elektrischen Ladung erfahren haben und uns darüber hinaus Ausdrucksformen für jede der verschiedenen Ebenen des Lebens bieten. Alle diese Ebenen tragen etwas zu unserem Leben in der dritten Dimension bei. Wir machen Gebrauch von ihnen, ohne zu wissen, was wir gebrauchen. Jede Dimension kann dann annäherungsweise in eine bestimmte Eigenschaft, Kraft oder Fähigkeit unserer Intelligenz übersetzt werden, auf allen Ebenen vom alles umfassenden kosmischen Bewußtsein bis zu den kleinsten Details.

Während der Initiationsreise wird jede Dimension zur Konzentration des Geistes, der in ihr wirkt, beitragen und durch eine Reihe von Spezialisierungen sein schöpferisches Potential erhöhen, bis er in der vierten Dimension ankommt, die ein Spiegelbild der dritten ist. An diesem Punkt ist der Geist bereit, die bislang komplizierteste Spezialisierung zu erfahren: den

Erwerb der physischen Substanz des Planeten bis ins kleinste Detail.

Tafel 8 Körper und Dimensionen: Tabelle interdimensionaler Zugänge

<i>Chakras</i>	<i>Dimensionen</i>	<i>Körper</i>
(außerhalb des Körpers)	12. - göttliches Selbst	elektronisch - 7.
12. - Unendlichkeit	11. - Begriff	"
11. - das Allgemeine	10. - das Kollektive	elektronisch und kausal
10. - Möglichkeit	9. - Individuation	kausal - 6.
8. - Wahrscheinlichkeit	8. - Veranschaulichung	kausal, höherer Verstand - 6. und 5.
(innerhalb des Körpers)	7. - planetare zentrale Verbindungsstation	kausal, höherer Verstand - 6., 5. und 4.
7. - Zirbeldrüse		
6. - Hypophyse	6. - persönlicher Geist	ätherisch - 4.
5. - Hals	5. - individueller Geist	"
4. - Herz	4. - Manifestation	
	3. und/oder astraler (innerhalb des 3.)	nieder mental - 3.
3. - Solarplexus		emotional - 2.
2. - Nabel		physisch - 1.
1. - Wirbelsäule		

Obwohl dies gelegentlich frustrierend kurzfristig erscheinen mag, hilft es, sich zu konzentrieren, und führt Schritt für Schritt zur Meisterschaft.

Die dritte Dimension liefert die neutrale Umgebung für die physische Substanz des Planeten.

Hier können wir die Bewußtseinsstufen der verschiedensten Grade von Meisterschaft erreichen, die alle in der physischen Verkörperung zu finden sind. In den anderen Dimensionen können nur solche Schwingungen nebeneinander bestehen, die eine ähnliche Qualität haben wie die Dimension selbst. Auf diese Weise kann die dritte Dimension so etwas wie ein Testlabor und eine Lernumgebung sein, ein Ort, an dem wir uns mit anderen, die sich in ihrer eigenen Evolution auf einem mehr oder weniger gleichen Niveau befinden wie wir, zusammensetzen können. Dieses Zusammenspiel erzeugt Karma, gutes und schlechtes. Wir werden immer wieder diesen Planeten bewohnen, so lange, bis wir unser Leben meistern und Verantwortung übernehmen können. Das schließt die Richtigstellung sämtlicher fehlgeleiteten Energien und Formen ein, die wir durch unsere Beziehungen und in unserem Handeln erzeugt haben.

Der Teil von uns, der hier auf der physischen Ebene existiert, ist der bestausgestattete Teil unseres gesamten Mechanismus, der auf sämtliche Details des Lebens auf dieser Ebene eingehen kann. Es wäre unangemessen, auf dem »Marktplatz« des Diesseits rein kosmische Kräfte wirken zu lassen oder umgekehrt physische Kräfte in den kosmischen Raum zu projizieren. Jede unserer Ebenen ist eine spezifische Ausdrucksform des Geistes durch die Substanz.

Wenn wir die Reise unseres Abstiegs in die Materie verstehen, erhalten wir Einblick in die

Mittel und Wege, wie wir immer mehr zu dem werden, was wir bereits sind. Wir lernen, wie wir Zugang zu unseren interdimensionalen Fähigkeiten finden.

Wir müssen folgendes verstehen: Wenn wir mit nichtkörperlichen Wesen, Seelenführern, Meistern und Lehrern in der Realität und nicht nur in der Phantasie kommunizieren, dann können wir das nur, weil wir unser Bewußtsein auf dieselbe Ebene richten wie sie. Wir kommunizieren in der Tat durch unser Höheres Selbst auf dieser Ebene und sind nicht mehr länger auf Hilfe von außen angewiesen. Wir können die Informationen und Wahrnehmungen in Anspruch nehmen, die durch unser Höheres Selbst zu uns kommen. Was manchmal als Lehrer oder Seelenführer erscheint, ist häufig die Wahrnehmung unserer eigenen leuchtenden Gestalt, wie sie in anderen Dimensionen existiert.

Das Bewußtsein, das in der zwölften Dimension wohnt, kann als der Teil von uns gedeutet werden, der die Kraft des Kerns darstellt - unser individuelles göttliches Selbst. Es ist die Quelle des Lebens und der Vitalität, aller Intelligenz und allen Lichts. Immer wenn wir beten oder etwas anrufen, wenden wir uns an diese Quelle, so, als würden wir uns direkt an Gott wenden. Unser Höheres Selbst scheint so weit von unseren gewöhnlichen Eigenschaften entfernt zu sein, daß es für uns Gott ist. Die Formlosigkeit und das Licht, die in der Stille und im Raum der mystischen und transzendentalen Erfahrung wahrgenommen werden, sind Teil unserer gewöhnlichen Erfahrung in dieser Dimension. Die religiöse Erfahrung wird uns sämtliche Ebenen jenseits der siebenten enthüllen, auf denen Wesenheiten und Wirklichkeiten viel größer und heller erscheinen und in elektrisierender Spannung voller Ekstase und Seligkeit schwingen. Diese Frequenz wird durch unseren siebenten Körper erreicht und durch den physischen Körper immer dann, wenn es möglich ist, entschlüsselt und zugänglich gemacht.

Die siebente Dimension ist unser Höheres Selbst. Sie ist die Ebene, die für die leuchtenden, intuitiven Fähigkeiten und für die höhere, ganzheitliche Intelligenz zuständig ist. Diese Frequenz wird durch unseren sechsten Körper erreicht, während wir uns in der physischen Verkörperung befinden.

Der fünfte Körper drückt die Frequenz von der vierten bis zur sechsten Dimension aus. Der vierte oder ätherische Körper dient als Muster für das physische Medium, als Übertragungskörper für das Bewußtsein der ersten drei Medien oder Gefäße. Dieser Körper dient ebenso wie der fünfte - der höhere mentale Körper - dem höheren Denken.

Die Chakras, die im ätherischen Körper lokalisiert sind, haben durch das Drüsensystem entsprechende Formen energetischer Aktivität. Wenn sie durch die bewußte Persönlichkeit funktionieren, kreuzen sie sich körperlich und dimensional wie folgt:

Tafel 9 Beziehung zwischen Chakras und Körpern

Chakra	Körper
7. - Zirbeldrüse	höherer mentaler -5
6. - Hypophyse	niederer mentaler -3
5. - Hals	kausaler - 6.
4. - Herz	elektronischer - 7
3. - Solarplexus	emotionaler - 2
2. - Sakrum	. ätherischer - 4.
1. - Wirbelsäule	physischer - 1 .

Ich kann gar nicht genug betonen, wie wichtig es ist, sich diese Information zu Herzen zu nehmen und zu fühlen, daß Gott in dir ist, daß seine Macht, seine Gedanken, seine Wünsche und seine Gefühle ausschließlich durch deine eigenen Gedanken, Gefühle und Wünsche, wie

sie durch deine Intuition vermittelt werden, gefunden werden können. Wir müssen unsere höheren mentalen Fähigkeiten in Anspruch nehmen und beginnen, die Meisterschaft auszuüben, die bereits auf der Ebene unseres Höheren Selbst und unserer Interdimensionalität vorhanden ist.

Jeder Mensch hat Zugang zu diesen Teilen von sich selbst, aber nicht jeder ist in der Lage, mit diesen Frequenzen umzugehen, denn nicht jeder hat seine ersten drei Körper, seine Persönlichkeit, und seine Aktivität in den anderen Dimensionen gemeistert. Die wichtigste Voraussetzung ist die Integration der physischen Ebene: Körper, Geist und Gefühl. Bevor wir dies nicht gemeistert haben, werden wir überhaupt nichts erreichen.

Ausrichtung

Der alchemistische Kreislauf ist die energetische Verbindung mit deinem Höheren und deinem kosmischen Selbst. Er ist deine Verbindung zur Quelle nicht nur deines Lebens und deiner Welt, sondern zur Quelle all dessen, was ist. Wenn du dies verstehst, wirst du spirituelle Meisterschaft erlangen, eine Meisterschaft, die sich in der Qualität deines Lebens zeigen wird, in deinem Körper, deiner Umgebung, deinen Beziehungen. Dieser primäre Energiekreislauf verbindet deine empfindlichen Empfangsorgane, deine inneren und äußeren Sinne, mit der Erde und gleichzeitig mit dem Himmel, von dem du ebenfalls ein Teil bist. Du verbindest dich mit dem Ursprung aller Kraft, aller Energie, allen Lichts - deinem Höheren oder göttlichen Selbst.

Als Menschen nehmen wir sowohl am Göttlichen oder an der reinen Intelligenz teil, die wir Licht nennen, als auch an der Materie der Erde. Unsere körperlichen, geistigen und emotionalen Bestandteile bestehen aus der Substanz der Erde. In der Fülle unserer Erdennatur verbinden wir uns mit Gott auf eine Weise, die uns zutiefst verwandelt.

Erster Teil

Laß dich ganz in deinem Körper sein. Fühle jeden Körperteil von innen heraus. Spüre deinen Körper von innen. Werde dir zuerst seiner Teile bewußt und dann des ganzen Körpers als einer Einheit. Fühle sein Gewicht, aber auch seine Flüssigkeit, fühle sein Feuer und seinen Raum. Achte darauf, daß du direkt in der Mitte deines Körpers bist, nicht auf der einen oder anderen Seite - mitten in deinen Füßen, nicht oberhalb oder unterhalb deines Körpers. Lockere deine Kleidung. Sei präsent in deinem Körper, seinen Empfindungen und dem Gefühl für den dich umgebenden Raum. Nun lenke deine Aufmerksamkeit zum Himmel und fühle deine Verbindung mit ihm. Fühle deinen Geist sich nach der Unendlichkeit ausstrecken. Fühle die Sehnsucht und die Freude, die daraus kommt. Du bist beides: Erde und Himmel. Du bist der Übergang ... und der Kreislauf ist in dir.

Spüre die Präsenz der Erde unter dir und deine eigene Präsenz in Partnerschaft mit der Erde. Schließ die Augen und fühle deinen Körper in vollkommener Ausrichtung, entspannt und offen. Werde dir deines Atems bewußt. Fühle die Sanftheit des Atems in deinem Körper, das Leben in dir. Sieh das Wunder des Lebens: Wir atmen nicht nur Sauerstoff, sondern auch Licht, Lebenskraft. Jedesmal, wenn du atmest, gibt es einen kleinen Verbrennungsvorgang, in dem sich die Zellen deines Körpers erneuern.

Laß deine Herrschaft über den physischen Körper jetzt los. Laß ihn liegen und tief ruhen. Laß deine Gedanken gehen, so als sei nichts weiter zu tun, nirgends hinzugehen ... Auf diese Weise werden wir den Schwerpunkt vom Materiellen zu den ganz feinstofflichen, aber nicht weniger intensiven Aspekten des Lebens in dir und um dich herum verschieben.

In jeder Zelle und jedem Atom deines Körpers ist ein Lichtpunkt. Dieses Licht ist der Keim der physischen Substanz. Die Ursubstanz deines Körpers ist um dieses Lichtmuster herum angeordnet. Diese Ursubstanz deines Körpers ist dieselbe wie die des Planeten Erde. Alles in der Materie existiert zuerst im Licht. Denn das Licht enthält das Muster der Vollkommenheit. Innerhalb deines Körpers aus Materie, wie wir ihn nun sehen, sind Milliarden von

Lichtpunkten, die deinen Lichtkörper bilden, deinen ursprünglichen Bauplan. Dieser Körper, diese Substanz, ist absolut vollkommen.

Der Geist hat die Macht, alles, worauf er sich konzentriert, auszudehnen. Nutze diese Macht, um die Lichtpunkte in allen deinen Zellen zu erweitern. Während wir dies gemeinsam tun, sollst du wissen, daß, während sie sich erweitern, alles, was um das Licht herum nicht vollkommen ist, verbrannt und dadurch geheilt und verwandelt wird. Das Licht erhöht alle Schwingungsebenen deines eigenen Gefäßes, deines Körpers, und all dessen, was darin wohnt, deines Geistes und deiner Gefühle.

Visualisiere mit der Macht deines Geistes diese Lichtpunkte. Spüre und fühle sie. Nutze die Macht deiner Gefühle, des positiven Aspekts deiner Emotionen, um das Leben zu entzünden und die Lebensfreude in jedes Atom deines Körpers zu bringen. Visualisiere und fühle Milliarden von kleinen glühenden Lichtpartikeln sich verstärken, so als seist du elektrisch geladen (was du in Wirklichkeit ja auch bist). Entscheide dich für die Identifikation mit dem Licht in dir und seiner Vollkommenheit. Laß seine Reflektion deinen Körper, deinen Geist und deine Emotionen sich in Reinheit und Liebe erfrischen

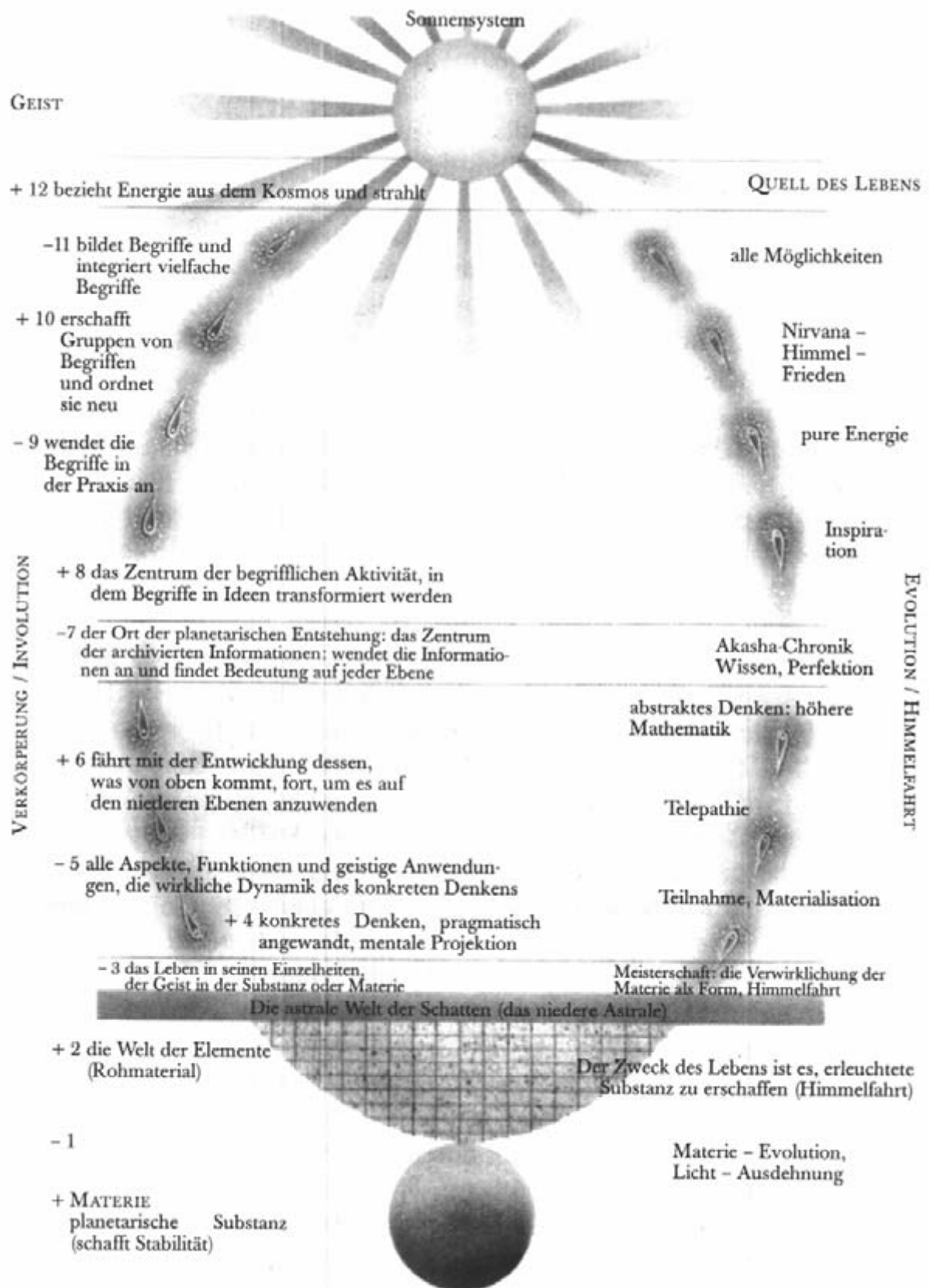


Abbildung 13: Interdimensionale Karte

Zweiter Teil

Spüre die Lichtpunkte jetzt in deinen Füßen und mach sie heller. Spüre deine Füße, wie sie von der kribbelnden Energie dieser Lichtpunkte, die immer leuchtender werden, lebendig werden. Laß diese Gefühle sich auf deine Fersen, Waden und Knie ausbreiten und spüre, wie die Lichtpunkte weiter werden und die Innenseiten deiner Beine mit immer mehr Lichtpartikeln füllen. Nutze die Kraft deiner Aufmerksamkeit - deiner Visualisierung und deines Gefühls - bewege sie zur Innenseite deiner Hüften und hinauf in deine Schamgegend, fühle die feinen Strömungen fließen und glühen, so als hättest du nun Beine aus ganz hellem Licht. Spüre, wie dieses Licht die Lichtpunkte außerhalb seiner selbst entzündet, in den Organen deines Körpers, in deinem Bauch. Fühle, wie das Licht die Dichte verzehrt und die Materie deines Körpers mit seiner Substanz zum Glühen bringt.

Bewege dich aufwärts, hinauf durch die Bauchregion ... deinen Rücken und deinen Rumpf hinauf ... deine Brust ... sogar in die Lungen und das Herz ... bis hinauf zu den Schultern ... Fühlen, Atmen ... Sein ... Licht!

Fühle, wie es die Schultern herabkommt, die Arme hinunter, und deine Hände zum Leuchten bringt. Arme aus Licht.

Fühle, wie du durch und durch erglühst, wie dein Körper auf deine Anweisungen reagiert ... Fühle die Bewegung hinauf durch den Hals und in die Schädelbasis. Spüre, wie das Licht sich dort in kristallinen Klängen bricht. Der Klang des Kristalls: kristallenes Gold ist die Farbe dieser Lichtpunkte ... fühle dich wie kristallenes Gold ... werde ganz weit ...

Spüre und fühle die Lichtpunkte in deinem Gehirn, wie sie es von innen her erleuchten. Sieh, wie die graue Gehirnmasse ganz golden wird. Fühle dieses goldene Glühen, während dein Gehirn scheinbar seine Frequenz erhöht, seine Schwingung intensiviert und immer feinere Wahrnehmungen hat.

Weite die Lichtpunkte jetzt aus, um deine Haut zum Glühen zu bringen ... den Schädel, die Augen, die Nase ..., so daß dein ganzer Körper nun vom Scheitel bis zur Sohle ein einziger glühender Lichtkörper ist. Flammend vor Licht. Und während die Flamme lodert, fühle das Brennen, wie es alles verzehrt, was weniger vollkommen ist als dein inneres Selbst.

Während die schwereren, dichtereren Elemente deines Körpers wie Asche zum Boden zu fallen scheinen, fallen auch alle Krankheiten, Ängste, Beschränkungen, Zeichen des Alters, überflüssiges Fett und alle Verspannungen von dir ab, und du kannst wieder deinen Lichtkörper mit all seinen Kräften, deinen Traumkörper, in Besitz nehmen.

Fühle dich in diesem Lichtkörper in der Materie und spüre, wie deine Schwingungen intensiver geworden sind. Du bist in einem Körper, der in der Lage ist, sich in kosmische Kanäle einzustimmen, ein wunderschönes, wunderbar kompliziertes Instrument. Nun verankere diesen Lichtkörper im Körper des Planeten. Spüre Kraftlinien direkt durch die Erde, durch Felsen, Wasser, Mineralien, durch die Edelsteine, Gase und Feuer der Erde, bis hinab in den Kristallkern im Zentrum der Erde, der aus strahlendem goldenen Licht besteht, ebenso wie dein Körper jetzt. Fühle die Heimkehr und freue dich.

Sende deine Liebe zu dieser intelligenten Kugel, diesem Wesen, diesem Planeten, dafür, daß sie dir ein Zuhause gibt und dich an ihr teilhaben läßt. Fühle ihre Festigkeit, das Gefühl von Form, das uns von dieser großen Mutter verliehen wurde. In dieser Festigkeit können wir fest in unserer Göttlichkeit stehen, in unserer Spiritualität und unserem kosmischen Selbst.

Verankere dich in diesen tiefen Wurzeln unseres Planeten und laß deine Äste nach dem Höchsten greifen.

Du verbindest dich mit jener anderen Dimension deines Seins, der Dimension der reinen Intelligenz, des kosmischen Raumes, in deinem Traumkörper, deinem Lichtkörper.

Auf daß du wachsen und den Ruhm des Lichts in der Materie mehren mögest.

Die zwölf Dimensionen des Bewußtseins

Falls du die Existenz einer Vielfalt von Dimensionen in Zweifel ziehen solltest, dann nimm dir einen Augenblick Zeit, um die folgende Geschichte zur Kenntnis zu nehmen.

Ich ging vorige Woche durch den Central Park. Es war ein wunderschöner Frühlingstag, und die ganze Stadt schien auf den Beinen zu sein. Während ich mit meinem Freund durch den Park spazierte, kam es mir so vor, als gingen wir durch verschiedene Universen. An dem einen Platz wurde ein Volkstanz aufgeführt, an einem anderen lagen einige in der Sonne, meistens allein, ein Buch in der Hand. An anderer Stelle waren Familien, Kinder und spielende Hunde anzutreffen ...

Auf der großen Wiese spielten die Leute Frisbee, machten Picknick, spielten Fußball, und außerhalb der Freilichtbühne führte jemand seine Aerobic-Übungen vor. Schließlich gab es noch die Eichhörnchenfreunde, die Tauben- und Möwenfütterer ... Als wir uns an die Promenade setzten, in den Schatten und mit Blick auf die alten Häuser, bemerkten wir die tiefe Einsamkeit einiger älterer Menschen neben den Müttern und Kindern in Kinderwagen, die Kleinkinder ...

Die Radfahrer waren in einer vollkommen anderen Welt und ebenso die Reiter. Die Museumsleute in der Gegend des Metropolitan Museum hatten offenbar überhaupt kein Gefühl für den Park, während die Jogger, die um den Teich in der Mitte des Parks rannten, völlig mit ihrer eigenen Welt beschäftigt waren.

Die reichen und konservativen Menschen von der East Side vermischten sich mit den wohlhabenden Yuppies von der West Side, während die Künstler eher zum Teich, zu den Wolken und zum unendlichen Grün der Blätter gehörten. Die Schwulen und die »schönen« Menschen hatten ihr eigenes Revier, das sich über ein ziemlich großes Gebiet in Richtung der West Side erstreckte, bunt gekleidet und reich geschmückt ... hier und da träumten frisch Verliebte miteinander und bekamen überhaupt nicht mit, was um sie herum geschah ... Jede dieser Gruppen lebte in einer vollkommen anderen Dimension des Seins.

In New York City gibt es die besten und die schlechtesten aller möglichen Universen: Spanish Harlem, Black Harlem, die Bowery, die Lower East Side, das Village, Chinatown, die Park Avenue, Madison Avenue, Wall Street, Chelsea, Soho, Brooklyn Heights und die Bronx, Riverside und Riverdale und so weiter ...

Ich bin niemals überfallen oder vergewaltigt worden, obwohl ich in einer Stadt lebe, in der Vergewaltigungen und Überfälle an der Tagesordnung sind. Du kannst den Bürgermeister treffen oder mit Donald Trump dinieren, bei Bergdorff's oder in der Orchard Street zum Einkaufen gehen oder dir einen Boxkampf im Madison Square Garden anschauen. All dies sind Aktivitäten, die mit Gruppen von Menschen stattfinden, die in bestimmten Dimensionen der Stadt leben.

Eine Dimension ist ein innerer Ort für ähnliche Bewußtseinszustände, die auf eine spezielle Weise funktionieren. Was eine Dimension bestimmt, in der Menschen leben, ist weder ihr Geld noch ihre Schulbildung, weder ihr kulturelles Erbe noch ihre Erziehung. Es ist ihr Bewußtsein. Warum bestimmte Dinge bestimmten Menschen passieren und nicht anderen, ist das Ergebnis eines bestimmten Seinszustandes, der direkten Folge des »Karmas« oder der Art und Weise, wie ein Mensch das Leben wahrnimmt. Auf der höchsten Seinsebene bestimmst du selbst deine Lebensbedingungen.

Dimensionalität ist ein inneres Phänomen, das sich auf innere Realität und Wahrnehmung bezieht. Jede Dimension besteht wie die Welt, die sie ist, aus einer bestimmten Art von Leben und Aktivität. Diese Dimensionen durchdringen und beeinflussen unser gewöhnliches dreidimensionales Leben, je nachdem, inwieweit wir zu ihnen - bewußt oder überbewußt - Zugang haben.

Die Menschen im Park befanden sich in verschiedenen psychischen Zuständen, aber auch die eigentliche Qualität ihrer geistigen Funktionen war unterschiedlich. Wir konnten den

Besuchern des Parks nicht in die Köpfe schauen. Wir konnten lediglich aus ihrer physischen Aktivität schließen, wo sie sich dimensional befanden. Das Bewußtsein der Liebenden konnte beispielsweise irgendwo zwischen den niedrigsten Chakras und den poetischen Höhen höherdimensionaler Aktivität liegen, in denen man die Emanationen von Licht und Kraft wahrnimmt, die von transzendenter Natur sind. Die Menschen, die Bücher lasen, die Einsamen, die Museumsbesucher, sogar die Jogger und die Menschen beim Picknick konnten irgendwo zwischen dreidimensionaler Logik bis zu höherer Quantenmechanik liegen, während die Eichhörnchenfütterer sich in einer Welt der Schöpfung tief in den Schluchten des elementaren Lebens befanden.

Wir erreichen das höhere Denken, wenn wir den emotionalen Sog der Persönlichkeit und der Sinne transzendieren und in der Lage sind, das Leben zu beobachten und mit ihm auf der Ebene der Ursachen zu kommunizieren. Aber das höhere Denken selbst ist in zwei Ebenen gespalten. Die erste Ebene ist abstrakt, aber noch immer persönlich und bezieht sich auf die vierte, fünfte, sechste und siebente Dimension. Die zweite Ebene des höheren Denkens wirkt auf der siebenten bis zur zwölften Dimension, jenseits persönlicher Identität. Dies ist das spirituelle Reich der Essenz und des Geistes.

Die Wirklichkeit dieser Dimensionen besteht aus Lebensformen und ihnen innewohnenden Aktivitäten. Während wir diese Dimensionen berühren, zehren wir nicht nur von ihnen, sondern machen auch unsere eigenen Erfahrungen in ihnen. Auf diese Weise leben wir in vielen Dimensionen gleichzeitig. Wir sind uns bestenfalls der Möglichkeiten dieser Dimensionen bewußt, wie sie sich in unserer unmittelbaren Umgebung ausdrücken, während wir nur eine vage Ahnung haben von den Lichtformen, von der höheren Intelligenz und dem wissenschaftlichen, musikalischen und technologischen Potential höherer Lebensformen, in denen wir gleichfalls mit unserem Sein zu Hause sind.

Der Mensch kann sein Bewußtsein in einer Welt verankern, in der höhere Mathematik, Ästhetik, spirituelle Prinzipien, intellektuelle Disziplinen und technischer Sachverstand sowie geniale Musikalität und hellhörige oder -sichtige Fähigkeiten herrschen, je nachdem, auf welchen Frequenzen sein Gefäß schwingt. Durch den Pfad der inneren Alchemie können wir mit allen diesen Dimensionen Kontakt aufnehmen, indem wir unsere Schwingungen auf die Ebene erheben, auf denen sie existieren.

Die Ebenen des Bewußtseins selbst entsprechen Körpern des Bewußtseins, die den sieben Körpern ähnlich sind. Diese Ebenen sind nicht nur um unseren physischen Körper herum angeordnet und durchdringen ihn, sondern liegen auch in konzentrischen Ringen um den Kern des Körpers unseres Planeten. Eine wird als äußerer Raum, eine andere als innerer Raum wahrgenommen. Von der Erfahrung her sind beide identisch. Um das zu verstehen, müssen wir einen Sprung in unserem Denken machen.

Interdimensionales Denken

Stell dir vor, du wirfst einen Stein in einen stillen Teich. Achte auf die konzentrischen Ringe um den Punkt herum, auf den der Stein fiel. Der äußerste Ring ist der größte. Er hat den größten Umfang (sprich: Energie und Erfahrung) und erreicht das Ufer als erster. Die nach innen zu immer kleineren Ringe folgen dem größten als kleine Wellen. Sie haben auf dem Weg zum Ufer eine größere Entfernung zurückzulegen. Im Gegensatz zum niederen Verstand, der in geradliniger, folgerichtiger Logik funktioniert, arbeitet unser höherer Verstand in der gleichen Weise wie jene Wellen, wie Töne, Radarwellen und ähnliche Elemente dies tun. Die Praxis des interdimensionalen Denkens verläuft konzentrisch.

Während unser Denken sich über die Persönlichkeit und schließlich sogar über die Person selbst hinaus entwickelt, sind wir in der Lage, immer höhere dimensionale Ebenen zu erreichen. Dazu müssen wir mehr und höhere Energiefrequenzen erzeugen, ergänzt durch einen feineren Grad von Konzentration und Eingestimmtheit.

Im Moment mögen uns diese Dimensionen wie Zukunftsmusik vorkommen, denn ihre Entwicklung, die aus unserer Perspektive einen utopisch hohen Grad von mechanischer und naturwissenschaftlicher Entwicklung voraussetzt, hat noch nicht einmal begonnen und wird mit äußerster Skepsis betrachtet. Forscher wie Nicola Tesla haben sich in ihre eigene Aktivität auf jene höheren Ebenen eingestimmt und eine Vielzahl von nützlichen Erfindungen in unsere Dimension gebracht, von denen viele noch immer rätselhaft sind und von einer niedrig entwickelten Menschheit als gefährlich betrachtet werden. Wilhelm Reich war ein weiteres Genie dieser Art, dessen Pionierarbeit auf dem Gebiet der menschlichen Bioenergetik häufig falsch angewandt und weitgehend mißverstanden wird.

Man muß jedoch kein Genie sein, um von diesen Dimensionen zu profitieren. Wage es, dich in deine eigenen Energien einzustimmen. Finde heraus, wie du bewußt deine Schwingungsebene erhöhen kannst. Gestatte dir, die Kontakte zu jenen Dimensionen bewußt wahrzunehmen und im Gedächtnis zu behalten, besonders die nächtliche Aktivität, in der ein solcher Kontakt auf leichte und natürliche Weise zustande kommt. Führe ein Tagebuch über deine Wahrnehmungen. Konzentriere deine Aufmerksamkeit auf die kleinsten Veränderungen deiner inneren Bilder. Stimme deine Empfänglichkeit ganz fein ab, um immer feinstofflichere Wahrnehmungsebenen zu erschließen. Registriere sie, ohne zu urteilen oder dich einzumischen, ganz gleich, wie seltsam oder trivial sie dir vorkommen mögen. Werte deine Wahrnehmungen aus. Rufe deine Familie von Ichs an - dich selbst, wie du in all diesen Dimensionen existierst.

Erinnere dich daran, daß deine Wahrnehmung zuerst durch die Koordinaten der dritten Dimension gefärbt sein wird. Zehre von deiner Verbindung mit deinem Höheren Selbst und den Meistern, Lehrern und Seelenführern, die dir aus den höheren Ebenen des Lichts zur Verfügung stehen. Nimm dich ganz sanft an der Hand und baue geduldig dein Vertrauen auf. Vergleiche deine Notizen nicht mit anderen. Wage es, allein zu sein, dich allein zu fühlen. Vergiß nicht, daß in diesem Alleinsein deine Ganzheit, deine Meisterschaft liegt. In diesem Zustand bekommst du direkte Antworten auf deine Fragen und deine Bedürfnisse. Glaube an sie ebenso, wie du an dich selbst glaubst. Denk daran, wer und was du wirklich bist.

Du kannst die Methode der geleiteten Phantasiereise anwenden, oder du kannst deine Chakras aktivieren. Du kannst die Lichtpunkte im Zentrum der Atome deines physischen Körpers verstärken, oder du kannst durch den Lichttubus in die höhere Dimension des Seins reisen. Einige Menschen erleben die Interdimensionalität als einen Aspekt ihres Innenlebens, andere erleben sie als eine Dimension über und außerhalb der hiesigen. Die Wege sind so verschieden wie die Religionen der Welt, wenn wir bedenken, daß jede Religion ein Versuch ist, systematisch Fähigkeiten und Kräfte zu erlangen und zu nutzen, die Bestandteil des interdimensionalen Lebens sind.

Welche Methode du wählst, spiegelt deinen Charakter wider. Für einen gefühlsbetonten Menschen ist die einfachste Verbindung mit der Quelle und der interdimensionalen Führung das Gebet, nach oben gerichtet voller Vertrauen, Verehrung und tiefer Dankbarkeit für das Licht. Für einen Menschen, bei dem Intellekt und Intelligenz im Vordergrund stehen, kann es durch Naturwissenschaft und Logik möglich werden, den Geist durch immer breitere und intensivere Parameter zu projizieren. Für den Mann der Tat und Menschen mit physischen Neigungen ist es der Pfad des physischen Dienens, und sogar der Tanz kann eine Form des Gebetes sein und ein Weg, die Frequenzen des Lebens zu erhöhen.

Der Schlüssel liegt immer in den Schwingungen.

Interdimensionale Dynamik

Die höheren Ebenen bestehen aus reinster Lichtsubstanz, die auf der höchsten Ebene pure Intelligenz oder Licht ist. Der Geist äußert sich hier auf höchst abstrakte Weise in parallelen Welten. Auf den niedrigsten Ebenen haben wir kondensierte Substanz als eine Form von Materie in der dritten Dimension, die sich in Details und in einer bestimmten Ordnung

ausdrückt. Die erste und die zweite Dimension sind unbewegliche Ursubstanz, die Ebene des elementaren, im Werden begriffenen Lebens.

In der Tabelle der interdimensionalen Zugänge sehen wir, daß diese Dimensionen ebenso durch unsere sieben Körper wie durch die Aktivierung der höheren Chakras erreicht werden. Die Ebenen sind zunehmend vergeistigt, größer, weiter (und unser Bewußtsein als Körper unermesslich größer), je höher und beschleunigter ihre Frequenz ist.

Alle Bewohner der höheren Dimensionen sind Lichtwesen, die immer umfassendere Begriffe verkörpern. Innerhalb der Ebenen wohnen die verkörperten Bewußtseins-elemente des Geistes ebenso wie die lediglich potentiell verkörperten dort dienenden Wesenheiten. Alle werden durch das Gesetz der Anziehung in diese Dimension gezogen.

Folgende Fragen geben uns Aufschluß über die Beschaffenheit dieser Dimensionen:

Wie drückt sich der Geist in diesen Dimensionen aus? Welche Aktivitäten sind in ihnen angelegt? Wie sehen sie aus? Wie fühlen sie sich an? Was geben dir diese Dimensionen oder was können sie dir geben?

Die dritte Dimension

Dies ist die Ebene, in der wir gegenwärtig unseren Sitz haben. Wir sind für die Lebensdauer unserer physischen Gefäße in ihr stationiert und kehren so lange in sie zurück, wie es dauert, Meisterschaft über die Materie der drei Ebenen (oder niederen Körper) zu erlangen.

Dies ist die einzige Ebene, auf der wir der Komplexität und den Störungen durch die menschliche Emotionalität, die diese karmische Ebene auszeichnet, ausgesetzt sind. Sie ist ein wahres Versuchsfeld für den Geist, auf dem wir die Fertigkeiten und die Durchsetzungskraft entwickeln können, die wir in der gesamten Schöpfung nutzen.

Der Verstand drückt sich in Form von Details und logischen Folgen aus. Die Umgebung ist dicht und besteht aus unzähligen Einzelteilen, die Stück für Stück physisch zusammengesetzt werden - in größere, brauchbare Einheiten.

Wir leben immer dann auf dieser Ebene, wenn wir in Bruchstücken oder in Sequenzen denken, wenn wir uns mit der Materie und der Sterblichkeit identifizieren, wenn wir uns allein fühlen und wenn wir emotional gestört sind. Wir lernen, mit Energie und Substanz umzugehen und sie zu kontrollieren.

Die vierte Dimension

Dies ist eine spiegelbildliche Ebene zu unserer physischen Existenz, eine parallele Welt, jedoch ohne die Beschwerlichkeit physischer Dichte. Hier bringt der Verstand praktische Dinge hervor, die auf unserer Ebene nutzbar sind. Während wir in der dritten Dimension Schritt für Schritt vorgehen, funktionieren wir in der vierten in Einheiten.

Gegenstände erscheinen in Einzelteilen, und der Geist setzt sie zusammen. Der Geist sondert durch das Medium der Substanz das ab, was er sofort braucht.

Die Umwelt ähnelt ansonsten der hiesigen, sie unterscheidet sich lediglich in den Lichtstrukturen.

Hier sind wir, was wir denken.

Wir beziehen uns auf diese Ebene immer dann, wenn wir uns vorstellen, wie etwas aussehen oder funktionieren könnte, wenn wir verschiedene Dinge kombinieren. Hier wohnen die Prinzipien der Manifestation und der Materialisation, die beim visionären Denken und Planen genutzt werden.

Die fünfte Dimension

Viele Naturwissenschaftler haben Zugang zu dieser Dimension. Die Entwicklungen der sechsten Dimension finden hier ihre Anwendung.

Der Geist drückt sich telepathisch als Ganzes, als Vollständiges aus. Gegenstände werden in ihrer Ganzheit wahrgenommen.

Die Umgebung ist ultramodern, mit offenen Räumen aus Licht.

Wir sind immer dann hier, wenn wir telepathisch funktionieren oder uns eine ganze oder vollendete Aktivität vorstellen, wenn uns plötzlich einfällt, was notwendig ist, und wenn uns einer jener Geniestreiche gelingt.

Wir erleben mentale Erkenntnis ebenso wie die Antworten auf mentale Probleme.

Die sechste Dimension

Auf dieser Ebene wird die mentale Aktivität von den höheren Ebenen im Licht der persönlichen, individuellen Anwendung noch einmal aufs neue verarbeitet, bevor ihre Anwendung in der fünften Dimension Gestalt annehmen kann. Die Neuverarbeitung erfordert das ständige Hervorbringen von Gedanken, die alle Bereiche des Verstandes umfassen. Der Geist drückt sich als Fähigkeit zur Beweglichkeit und Dynamik sowie zu ständigem Wachstum aus.

Die Umgebung macht elektronisch und mechanisch einen futuristischen Eindruck.

Wir berühren die sechste Dimension, wenn wir einen kreativen Gedankengang entwickeln, verschiedene Alternativen ausprobieren und große Sprünge in unserem Denken machen. Es ist eine elektrische Energie, die manchmal so schnell ist, daß wir sie nicht begreifen oder verstehen können. Hier lernen wir dynamische Gedankenkontrolle und dringen in lebendige Zustände der Quantenphysik und höheren Mathematik ein.

Die siebente Dimension

Für unsere persönliche Entwicklung auf dem Weg der inneren Alchemie ist es besonders wichtig, die Natur der Aktivität dieser Dimension zu verstehen.

Dies ist der Bereich dessen, was ich das »Höhere Selbst« nenne, in dem der christusähnliche höhere mentale Körper wohnt und von dem er seine Energie bezieht. Hier befindet sich die Akasha- Chronik, und für jede einzelne Gruppe von Geistern und Ereignissen auf dem Planeten können hier die Prägungen der vergangenen Aktivitäten gefunden werden.

Hier ist die Aktivität nicht nur höchst vergeistigt und abstrakt, sondern zugleich individuell und persönlich. Diese Ebene schlägt eine Brücke zwischen höherem und niederem Denken, höherem und niederem persönlichen Selbst sowie innerer und äußerer Aktivität. Sie ist das Zentrum für Forschung, Information und philosophische Spekulation sowie für intergalaktische Aktivität. Wir können sagen, daß die siebente Dimension die galaktische Metropole des Planeten ist, in der fremde Planeten eine Außenstelle unterhalten und sowohl Transport- als auch Kommunikationskanäle existieren, um die verschiedenen interplanetarischen Stationen miteinander zu verbinden.

Auf dieser Ebene betrachten wir die Bilder der Vollkommenheit, nach der wir auf den niederen Ebenen streben. Hier existieren sie als Tatsachen. Unterhalb dieser Ebene ist das persönliche Leben und der gestaltgewordene Geist. Über ihr ist das hoch vergeistigte Leben und der hoch abstrakte Geist. Alles, einschließlich der Schwingung des Selbst aus der zwölften Dimension, muß durch die siebente Ebene, um uns zu erreichen.

Das Bewußtsein auf dieser Ebene erfährt Wissen und Vollkommenheit und deckt ursächliche Ebenen auf, die für die persönlichen Lebensströme von Bedeutung sind.

Das Denken drückt sich als Lehre aus, insbesondere in Form von Mythen und Fabeln.

Die Umgebung ist die eines Lebens in großem Maßstab, einschließlich großer Zentren, Luftschiffen und Archiven.

Wir sind immer dann in der siebenten Dimension, wenn wir die Bedeutung des individuellen Lebens und den Sinn der Schöpfung erkunden, uns mit Philosophie und höherer Psychologie beschäftigen.

Die achte Dimension

Dies ist die Ebene der Veranschaulichung, die den hohen Abstraktionen der Ebenen darüber

folgt. Sie übersetzt die individuellen Begriffe. Dennoch ist ihr Spektrum noch immer höchst abstrakt. Die Begriffe von dieser Ebene springen auf die sechste Dimension über, wo sie für unseren Gebrauch angemessen angewandt werden.

Hier drückt sich der Geist in dem Bemühen aus, eine individuelle Gestalt anzunehmen. Man könnte diese Dimension mit der Rohform einer Skulptur vor ihrer Vollendung (der siebenten Ebene) vergleichen, die ausschließlich subjektiv von jedem einzelnen interpretiert wird.

Die Umgebung ist elektrisch und voller nicht verwirklichter technischer Anwendungen.

Wir sind in der achten Dimension, wenn wir wissen, daß wir es »geschafft haben«, aber noch nicht genau wissen, wie - das »Aha-Erlebnis« kurz vor der Erstellung des konkreten Bauplans. Ein Kontakt mit dieser Ebene ermöglicht die intuitive Eingebung technischer Ideen.

Die neunte Dimension

Dies ist für uns die Ebene der Wahrscheinlichkeit, der Bereich der ultraabstrakten Wissenschaften und Forschungen.

Der Geist belebt und bewegt die Ideen und erschafft globale Systeme.

Die Umgebung ist geprägt von komplizierten Ansammlungen von Material über Kommunikation, Elektronik und mechanischen Systemen.

Falls es eine Möglichkeit gibt, etwas zu tun, dann wird der Kontakt mit dieser Dimension sie zeigen. Wenn wir auf dieser Ebene sind, gewinnen wir tiefes Verständnis für Systeme und ihre Allgemeingültigkeit.

Von der zehnten bis zur zwölften Dimension

Diese Dimensionen müssen als Einheit erklärt werden. Ihre Aktivität findet überwiegend in der Vorstellung statt, und sie übersteigt unser Verständnis, ganz gleich, wie hoch unser Intellekt auch entwickelt sein mag. Wir können diese Dimensionen nicht verstehen, es sei denn, wir sind bereit, den eigentlichen Prozeß unseres Denkens aufzulösen.

Diese Dimensionen werden mit mystischen Erfahrungen in Zusammenhang gebracht sowie mit dem Bewußtseinszustand, der im Zen »No-Mind« genannt wird. Wir können diese Ebenen aufsuchen, um die dort innewohnenden Eigenschaften der reinen Intelligenz zu durchdringen.

Auf der Ebene der zwölften Dimension bewegt sich der Geist in den weitesten Bereichen philosophischer Begriffe. Diese Dimension verkörpert die Kraft des Geistes auf individuelle Weise. Der lebendige Geist in ihr ist dein eigenes göttliches Selbst, dessen Funktion es ist, Leben hervorzubringen, die Substanz des lebenspendenden Geistes. Es ist eine treibende, strahlende Kraft voller Vitalität. Um bei dem Bild unserer konzentrischen Kreise auf dem See zu bleiben, ist der äußerste Kreis auch der am weitesten fortgeschrittene, was seine Erfahrungen anbelangt, und der dem Ufer am nächsten, was seine Eigenschaft als reinen Geist anbelangt. Er dient dazu, die Energie zu erzeugen, die sich zur Mitte hin bewegt, um die anderen ebenfalls anzuziehen.

Die Geistwesen dienen hier als Wächter der Schwelle. Sie sind das göttliche Selbst, der im einzelnen gestaltgewordene Geist. Die Identität auf dieser Ebene besteht aus Klängen und Schwingungen, die jene individuelle Frequenz widerspiegeln, die von der großen zentralen Sonne im Schöpfungsprozeß vorgegeben wurde.

Während wir die elfte Ebene betrachten, machen wir einen Sprung vom reinen Licht und Klang zum Begriff. Nach dem Glanz der Unendlichkeit, die auf der zwölften Ebene sichtbar veranschaulicht wurde, stellt die elfte Brüderlichkeit und Einheit dar.

Für mich ist die Aktivität auf der elften Ebene so, als wären reine Klänge in Noten, ursprüngliches Licht in Spektralfarben aufgespalten worden und als hätte die reine Intelligenz individuelle Begriffe geboren. Der Kontakt mit dieser Ebene wird als Universalität erfahren. Das möglicherweise beeindruckendste Beispiel, das wir geben können, ist zu sagen, daß diese Ebene verantwortlich für die Ideen des New Age ist, die so viele von uns in dieser Zeit

inspirieren.

Die zehnte Dimension schließlich drückt die Begriffe der elften durch seine majestätische Stille und den Frieden seiner Ordnung aus. Diese himmlische Ebene ist verantwortlich für die Erschaffung der Natur als lebendige Kraft. Für uns stellt sie die Ebene der Möglichkeiten dar.

Zusammenfassung

Niemand braucht mehr länger zu warten, denn die Informationen, die von diesen Dimensionen ausgehen, dringen bereits zu uns vor. Immer wenn wir über Manifestation, Affirmation und positives Denken sprechen, erreichen wir die vierte Dimension. Das Einfließen dieser Ideen enthüllt die Aktivität der vierten Ebene, einschließlich der Fähigkeit, sofort alles zu projizieren, was wir uns wünschen.

Die Dinge als ein Ganzes zu sehen, den mühsamen elementaren Prozeß des Zusammenzählens beiseite zu lassen, ist ein intuitiver Sprung in die höhere Mathematik der sechsten Dimension. Wenn du Problemlösungsprozesse durchdringen möchtest, geh auf die Ebene des aktiven Denkens in der fünften Dimension. Hier nehmen wir an der Funktion des ganzheitlichen Denkens teil, einschließlich höherer Berechnungen und Schlußfolgerungen. Hier existieren telepathische Fähigkeiten als eine natürliche Funktion des ganzheitlichen Denkens.

Elektronik und Mechanik auf einer höheren Stufe sind in der sechsten Dimension verfügbar. Wenn du etwas über dich selbst erfahren willst, wenn du einen Lehrer oder eine Lehre suchst, gehst du auf die siebente Ebene.

Wenn du dich nach spirituellem Erwachen und Vitalität sehnst, kannst du die Hilfe höherer Dimensionen jenseits der siebenten in Anspruch nehmen, wo Erleuchtung und Stille als Schwingung die Antwort auf der Ebene der Seele geben und wo Nahrung in Form von Harmonie, Frieden, Raum und Licht gesendet wird.

Auf der zehnten Ebene des Nirvana finden wir, was im Westen der »Himmel« genannt wird. Dies war die Ebene, die von den Adepten der alten Welt aufgesucht wurde, wenn sie ihr Bewußtsein auf die Ebene der höchsten Stille erhoben hatten und erfrischt, gestärkt und durch reine Begriffe und ein Wissen, das alles Verständnis übersteigt, erleuchtet zurückkehrten. Durch dieses Tor traten sie auch in die elfte und zwölfte Dimension ein sowie in die Leere des klaren Lichts.

Die zwölfte Dimension ist die Ebene der reinen Poesie und Göttlichkeit. Form und Definition tragen zur fortschreitenden Verzerrung dieser Ebene bei. Daher begann Lao Tse das Buch der Lehre mit dem Satz, daß das Tao, über das man sprechen kann, nicht das wahre Tao ist. Über höhere Lehren kann man nicht sprechen. Ihre Erfahrung kann nicht übersetzt werden. Sie sind pulsierendes Licht, pure Energie.

Die wahre alchemistische Lehre geschieht durch Energieübertragung. Dennoch müssen wir auf allen Ebenen diese Begriffe von Wahrheit integrieren und verkörpern. Die Lehre, die durch Worte vermittelt wird, zeigt den Weg in die Erfahrung. Sie ist Inspiration, keine Didaktik. Sie befreit, erhebt und verschönert. Sie zerstreut unsere Ängste und geleitet uns sanft in die innere Loslösung von der Dreidimensionalität. Sie gibt uns Sicherheit und Wert. Sie umfängt und erhält uns auf jeder Stufe unseres Wachstums. Sie versichert uns, daß das Leben unendlich ist und der Tod eine Illusion.

Die Erde bewegt sich auf ein weiteres Bewußtsein und eine erhöhte Aufmerksamkeit zu. Wir bewegen uns in eine größere Aufmerksamkeit für uns selbst, nicht nur als Kinder des Lichts, sondern als Kinder des Raums, des inneren wie des äußeren.

Alle Dimensionen existieren gleichzeitig innerhalb der Gegenwart und innerhalb der Rahmenbedingungen des dreidimensionalen Lebens. Wir müssen Verantwortung für unsere Gedanken, unsere Gefühle, unser Handeln, unsere Aufmerksamkeit und unsere Aufgeschlossenheit übernehmen, ebenso dafür, wie wir mit dem Leben in unseren Beziehungen umgehen und wie wir in jedem Augenblick in unsere Umwelt eingreifen und

Neues erschaffen.

Wenn wir im Bewußtsein wachsen, wachsen wir auch im Licht, was bedeutet, daß wir eine immer stärkere Intensität des Lichts nicht nur ertragen, sondern auch projizieren und ausstrahlen müssen. Je mehr Energie wir integriert haben, desto mehr werden sich Menschen, Dinge und Ideen - vom Licht angezogen - manifestieren. Es steht viel mehr von uns zur Verfügung, auch mehr Kraft, die Kraft des Lichts. Ähnliches zieht sich an. So einfach ist das. Was wir wollen, ist, unsere Energiefrequenz hochzuhalten. Alles, was unsere Frequenz verringert, wird unsere Kraft rauben und unsere Wahrnehmung trüben sowie unsere Fähigkeit mindern, Licht anzuziehen, auszustrahlen, zu manifestieren und Zugang zu ihm zu bekommen.

Spiralmeditation

Diese Meditation befaßt sich mit Musik und Visualisierung. Sie nimmt dich mit auf den Weg durch den interdimensionalen Raum in die kosmische und spirituelle Realität. Du brauchst für die Übung einen Partner oder ein Tonband sowie eine Uhr.

Wähle ein Musikstück, das dich durch den konzentrischen Raum tragen kann. Es sollte ein gleichmäßiges Stück sein, mit vielen Wiederholungen und langsamen, tiefen, elektronischen Bässen. Eines der Stücke, die ich verwende, ist »Planetary Unfolding« von Michael Sterns. Es gibt jedoch noch andere, die möglicherweise für dich passender sind.

Führe die bekannten Anfangsschritte der Meditation durch und erzeuge die erforderliche Energie, um deine höheren Körper zu aktivieren.

Wenn du bereit bist, lege dich mit ausgestreckten Armen auf eine Matte. Stell die Musik laut genug, um dich ganz einzuhüllen. Du wirst deine Energie mit der Kraft deiner Gedanken spiralförmig bewegen. Die Bewegung entgegen dem Uhrzeigersinn öffnet dich, und die Bewegung im Uhrzeigersinn schließt dich und bringt dich zurück in die dritte Dimension. Visualisiere einen Faden aus silbernem Licht, wie aus fein gesponnenem Metall, biegsam, aber nicht flüssig.

Lokalisier deine Vitalenergie auf der Ebene des Solarplexus. (Dies ist das Zentrum, das die Grundenergie für alle Funktionen liefert, die von der Ebene des Physischen ausgehen.) Nun visualisiere einen silbernen Lichtfaden, der sich entgegen dem Uhrzeigersinn spiralförmig zum Herzchakra windet, und führe die Spirale fort bis zum zweiten Chakra ... zu den Nebenchakras auf den Schultern ... hinunter zu den Chakras in den Handflächen ... hinauf zum Halschakra und wieder hinunter zu dem Zentrum in den Kniekehlen ... hinauf zum Zentrum hinter dem Gesicht und an der Schädelbasis und wieder zurück zu den Füßen. Fahre weiter fort hinauf zum dritten Auge ... wieder hinunter zu den Fußsohlen ... wieder hinauf zur Schädeldecke ... wieder hinunter bis unter die Füße ... über den Kopf ... und immer im Kreise herum ...

Und immer im Kreise herum ... Und immer im Kreise herum ...

Laß die Spiralen immer weiter werden, immer größer ... bis hinaus vor die Stadt ... über das ganze Land ... den ganzen Planeten ... Immer im Kreise herum ...

Geh, soweit du kannst ... weiter als dein Verstand reicht ... über dein gewöhnliches Bewußtsein hinaus.

Kehre nach einer gewissen, vorher festgelegten Zeit oder wenn dein Partner, dem du dich anvertraut hast, dich dazu auffordert, wieder zurück.

Bring die Energie mit dir zurück, indem du Schritt für Schritt über die Spirale im Uhrzeigersinn wieder zurückkehrst, von der äußersten Peripherie bis in deine Aura ... von der Schädeldecke in einer Drehbewegung bis hinunter unter die Füße ... vom dritten Auge zu den Füßen ... von der Schädelbasis und der Mitte des Gesichts ... zu den Knien ... zum Hals ... zu den Handflächen ... den Schultern ... dem Steißbein und dem Herzen ... und wieder zurück in die Zuflucht deines Solarplexus. Sei ganz ruhig. Fühle das Universum in dir.

Lege ganz besonders großen Wert darauf, dich zu erden, bevor du voll in den Wachzustand zurückkehrst. Nach dieser Übung - und nach allen anderen Übungen, die dich in den interdimensionalen Raum führen - tust du gut daran, den Raum, den dein physischer Körper einnimmt, genau zu bestimmen, und zwar dreimal hintereinander, sowohl in der Breite als auch in der Tiefe. Fühle den Raum in deinem Körper und fühle das Gewicht des Körpers. Stelle sicher, daß deine Energie in diesem Raum ist und sich gleichmäßig innerhalb des Körpers verteilt.

I O Lihum

Dies ist eine andere Lichtübung der Essener. (Die Essener waren überwiegend in der Wüste wohnende Asketen mit einem großen Wissen über die Natur und ihre Gesetze sowie über Licht und Energie.) Diese spezielle Übung ist besonders hilfreich, um dich mit deinem Höheren Selbst zu verbinden. Die Übung wurde Olive Pixley, einem christlichen Medium in England, eingegeben. Olive Pixley behauptet, daß die Praxis des Lichts von Jesus selbst durchgeführt wurde. Ursprünglich wurde daher die Gestalt Christi als Modell für das Höhere Selbst genommen.

Wenn du möchtest, kannst du ebenfalls das Bild Christi an die Stelle deines Höheren Selbst setzen. Wenn du dich auf einen anderen Meister beziehen willst, verwende dessen Bild. Ich finde es am wirkungsvollsten, mein Höheres Selbst auf der Ebene der siebenten Dimension direkt anzurufen.

Ganz gleich, welchen Meister aus der äußeren Welt wir anrufen, er wird immer nur die Wahrheit, die Schönheit und die Liebe widerspiegeln, das unser göttliches Selbst durch das Medium unseres Höheren Selbst einfließen läßt.

Die Übung wird im Sitzen durchgeführt. Bring dich selbst zur Ruhe und werde ganz still. Gewöhne dich allmählich an den Klang der Silben: »I«, »O« und »Lihum«. Sprich sie ein paarmal hintereinander aus und fühle, wie flüssig der Klang ist. Besonders das »Lihum« ist ganz weich und fast geflüstert.

Übe die Silben nun im Stillen und kombiniere sie mit dem Atem. Sage beim Einatmen: »I-O ... « und beim Ausatmen: »Lihum«. Visualisiere nun einen kristallinen Lichtstrom, der in deine linke Schläfe eindringt. Sieh und fühle ihn, wie er mitten durch deinen Kopf und deine Gedanken fließt, sie reinigt, klärt und kühlt. Nun stell dir dein Höheres Selbst vor, wie es direkt vor und über dir steht.

Du wirst nun dein Bewußtsein mit dem deines Höheren Selbst verbinden, indem du deinen und seinen Geist mit Hilfe des kristallinen Lichtstroms miteinander verwebst. Das kristallene Licht strömt in deine linke Schläfe hinein und aus deiner rechten wieder hinaus, macht vor dir eine Kurve und tritt in die linke Schläfe deines Höheren Selbst ein. Dann verläßt es durch die rechte Schläfe dein Höheres Selbst und bewegt sich spiralförmig hinauf zum göttlichen Selbst.

Du bist bereit, die Übung zu beginnen. Atme ein, visualisiere das kristallene Licht, wie es durch deine linke Schläfe zum inneren Klang des »I« und des »O« eintritt, über dem Höheren Selbst kreist und durch es hindurchgeht. Beim Ausatmen, zum Klang des »Li-hum« läuft der Faden spiralförmig hinauf in die Unendlichkeit.

Wiederhole die Übung, solange du magst. Verweile in der Stille und der Intimität mit deinem Selbst, solange du willst.

Interdimensionales Handeln

Die Beziehung zwischen dritter und siebenter Ebene: das Leben

Dies ist möglicherweise die bedeutendste aller Beziehungen, nur noch übertroffen durch die primäre Beziehung zum Schöpfer selbst. Ich spreche natürlich von der Beziehung zum Höheren Selbst.

In der Geschichte der Religionen, insbesondere bei den Sufis und Christen, wird diese Wesenheit als die Verkörperung von Liebe und Schönheit gesehen. Die Sufis nennen das Höhere Selbst gar den »Engel«. Und für die Christen ist die Verkörperung des Höheren Selbst natürlich Jesus von Nazareth, der eins war mit dem Bewußtsein seiner siebenten Ebene, dem Christus.

Wenn die ganze Fülle des christusähnlichen Höheren Selbst gespürt oder betrachtet wird, gibt es ein Gefühl der totalen Verschmelzung und Zugehörigkeit, so, als würde man sich mit der größten aller Geliebten vereinigen. Eine Flut von Frieden und Liebe überwältigt den Menschen, selbst wenn es nur für einen Augenblick ist. Man fühlt sich erleuchtet, wie gelähmt, ekstatisch. Es ist in der Tat die größte aller Vereinigungen, die von den Suchern aller Zeiten angestrebt wurde. Der dazugehörige Begriff ist »Yoga«, was nichts anderes heißt als Vereinigung. Die Vereinigung von höherem und physischem Selbst, vollendet auf Dauer die unfreiwillige Verkörperung in der irdischen Existenz.

Wie wir gesehen haben, ist die siebente Ebene das philosophische Zentrum des Planeten, das Zentrum für Gelehrsamkeit und geistige Entwicklung. Immer wenn wir das Wesen und den Sinn des Lebens erkunden wollen, schöpfen wir aus der siebenten Ebene und ihrem Wirken. Auf dieser Ebene sind wir als Identität vorhanden, als eine flexible Intelligenz, die sehr beweglich ist und nicht nur auf interdimensionalen Ebenen zur Verfügung steht, sondern auch Leitung und Stütze während der Arbeit an der Entwicklung der Persönlichkeit bietet.

Solange der Mensch noch immer durch Anziehung, Abstoßung und Begierden geleitet wird, bleibt das Höhere Selbst überwiegend auf seiner eigenen Ebene. Die Reinkarnation karmischer Impulse ist größtenteils zufällig. Wenn die physische Verkörperung für einen entwickelten oder außerordentlich bewußten Geist gesucht wird, wird die siebente Ebene in den Archiven suchen und zusammen mit den archetypischen Intelligenzen, die die Qualität der Substanz niederer Ebenen bestimmt, die Natur, den Zweck und die Funktion des kommenden Lebens beherrschen.

An diesem Punkt formt der ätherische Körper sich selbst entsprechend der Schwingungsfrequenz seiner Impulse und seiner Bedürfnisse. Diesem ätherischen Bauplan haftet physische Substanz von den Genen der Eltern an. Die Zusammensetzungen von Strahlen und astrologischen Einflüssen, die Beziehung zu anderen Wesen, die Einflüsse der Zeit und so weiter werden den Moment und die Art der Verkörperung bestimmen, die erforderlich sind, um die Lebenserfahrung zu erfüllen, und zum Bewußtsein des Planeten als Ganzes beitragen. Nun wird der in Erwartung befindliche Körper der dritten Ebene, falls er in eine Verkörperung kommt, wieder ein Gefäß haben, durch das er sich vervollkommen und Meisterschaft erwerben kann.

Die erste und die zweite Ebene liefern das Ausgangsmaterial - die Substanz - für die dreidimensionale Aktivität und dienen darüber hinaus als elementares Übungsgelände für das höhere Leben.

Bei der Betrachtung der dritten Ebene müssen wir der Tendenz widerstehen, alle Hierarchien in Begriffen von Wettbewerb und Wertmaßstäben zu sehen. Die dritte Ebene ist eine Ebene, auf der wir in allen Einzelheiten die Aktivität, die alle Ebenen beeinflusst, planen und anregen. Auf dieser Ebene vereint die Intelligenz alle Kräfte und erlangt Meisterschaft mittels Behinderungen, Verzögerungen, Interferenz, Ablenkung sowie eine Ausgrenzung von Primärenergien und -kräften, die gleichzeitig wirksam sind. Sie ist ein zentrales Testlabor für alle Dimensionen.

Wenn wir durch die Anwendung der alchemistischen Methode der bewußten Orientierung und Partnerschaft mit den eigenen höheren Kräften die Aktivität auf dieser Ebene meistern, erhöhen wir dadurch unsere Frequenz weit genug, um das Bewußtsein der siebenten Ebene, das uns geführt, beeinflusst und angezogen hat, während wir uns ihm durch Invokation und Angleichung der Schwingung annäherten, zu erreichen und mit ihm zu verschmelzen. Die Meisterschaft über die Substanz ist eine Art Implosionsprozeß. Dieser geschieht allmählich, während sich unsere Schwingungen durch die Verfeinerung unserer niederen Körper anheben. Der Lichtkern im Zentrum des physischen Atoms entzündet, erweitert und absorbiert Materie, definiert die Schwingungsaktivität neu und wandelt sie allmählich in seelische Substanz um.

Eine Folge davon ist, daß im Augenblick des physischen Todes das Höhere Selbst, das sich zwischen den verschiedenen Ebenen bewegt und uns von der höchsten Schwingungsaktivität bis zur niedrigsten verbunden hat, mit dem physischen Selbst verschmelzen und sich dauerhaft mit ihm verbinden kann. Ein neues Gefäß wird hergestellt, noch mächtiger und flexibler als das ätherische, das imstande ist, sowohl die Meisterschaft in der Materie als auch im Licht zum Ausdruck zu bringen. Dies ist der Prozeß der Himmelfahrt oder der totalen Glückseligkeit. An diesem Punkt werden wir selbst zu erhabenen Meistern oder nehmen die Identität des »Engels« an, wie diese Wesenheit von einigen genannt wird. An diesem Punkt besitzen wir das, was man den »unsterblichen Lichtkörper« nennt.

Die Beziehung zwischen dritter und siebenter Ebene: der Tod

Wenn ein Mensch eines natürlichen Todes stirbt, ohne die volle Meisterschaft erlangt zu haben, löst sich die Materie in ihre ätherischen Bestandteile auf, und die Geistenergie kehrt zur siebenten Ebene zurück. In der siebenten Dimension wertet der höhere mentale Körper die jüngsten Erfahrungen aus und integriert sie mit den Erfahrungen des Ganzen.

Falls während der physischen Verkörperung das Bewußtsein nicht auf die Interdimensionalität und den Geist eingestimmt war, wird das mentalemotionale Gegenstück der Essenz auf einer niederen Ebene bleiben, umgeben vom dreidimensionalen Leben, bis es sich auf natürliche Weise auflöst, sich an einen sich verkörpernden Lebensstrom anschließt oder beginnt, auf einer der dimensional Ebenen zu lernen, die den Planeten umgeben. Diese »Phantome« sind die Geister, die von Medien und Spiritisten kontaktiert werden. Das Niveau ihrer Entwicklung ist normalerweise nicht sehr hoch, obwohl sie gelegentlich harmlos und gutwillig sind.

Während wir lernen, uns auf die feinstofflichen Ebenen der Realität bereits in der dritten Dimension einzustimmen, ist es wichtig, zwischen diesen Phantomgeistern und der Wahrnehmung des Höheren Selbst sowie Lehrern, Seelenführern und Meistern zu unterscheiden. Die einzige Möglichkeit, dies zu tun, ist durch die Wahrnehmung der Intensität der Emotionen und ihrer Schwingungsfrequenz. Man kann sich nicht auf verbale Kommunikation verlassen, denn diese ist oft irreführend. Um das Höchste zu erreichen und mit ihm zu kommunizieren, muß man in der Lage sein, zwischen den emotionalen Frequenzen und spirituellen Schwingungen zu unterscheiden. Dazu muß man erst einmal selbst auf der höheren Frequenz schwingen. Wir gehen nicht auf die zwölfte Ebene, bevor wir nicht auf den niedrigeren Ebenen vervollkommen wurden. Der Außenposten der zwölften Ebene ist weiterhin unsere Quelle der Kraft, der Energie, des Lichts und der Inspiration. Darüber hinaus kanalisiert er die mächtigen und wirkungsvollen Strahlen von den kosmischen Ebenen auf die Erde, strahlt irdische Emanationen auf das System aus und reflektiert für uns die himmlischen Höhen. Dies ist der elektronische Körper des »Ich Bin«, das gestaltgewordene Selbst. Jenseits des planetaren Außenpostens gibt es eine höhere Gottheit, die wir an dieser Stelle die »Quelle der großen zentralen Sonne« nennen wollen.

Der ewige Name oder die Klangprägung

Die elektronische Frequenz auf der zwölften Ebene ist Klang - individuell und einzigartig für jeden Geist. Niemand sonst hat diese Schwingung. Sie ist dein individueller Name oder deine Frequenz.

Dieser »Name« war der Klang deiner Lebenskraft, wie er im Moment deiner Schöpfung widerhallte, als deine Essenz sich von der Quelle löste. Er ist die Qualität deines Lebensstroms, deine reine Identität.

Als dein Lichtstrahl sich durch die verschiedenen Ebenen bewegte, geriet er in unterschiedliche Resonanzen, wodurch der ursprüngliche Klang leicht verzerrt wurde und eine Vielzahl von »Namen« auf allen verschiedenen Ebenen oder Aspekten deines Selbst entstand. Indem du die Kommunikation mit den verschiedenen dimensionalen Frequenzen wiederherstellst, verschmelzt du die Familie der Ichs, einschließlich der Namen, Eigenschaften und Identitäten. Du stellst jeden dieser Namen und die Prägung oder Fähigkeiten, die er für dich erschließt, auf die Probe. Am Ende wählst du die höchste Tonfrequenz aus, die sich auf dich bezieht. Diese Frequenz wird den Ultraschall des göttlichen Selbst von sich geben.

Jeder Mensch kann durch diszipliniertes Üben oder durch eine besondere Initiation seinen »Namen« oder Klang wiederentdecken und durch ihn nicht nur zum Höheren Selbst, sondern zum Göttlichen in sich selbst Zugang finden.

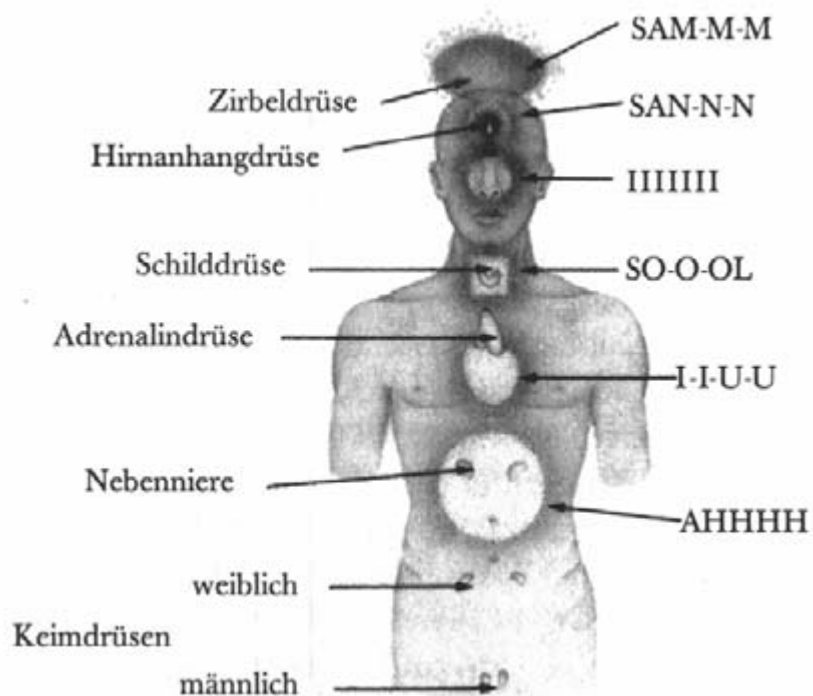


Abbildung 14: Klangatmen (Spirituelle Zentren)

Über die dimensionalen Durchgänge können wir uns am besten auf die dimensionalen Ebenen einzustimmen. Diese sind direkt in unserem physischen Apparat zu finden, in Bereichen, die allem Anschein nach mit unseren Chakras übereinstimmen. Diese Bereiche werden in der Abbildung oben aufgezeigt. Diese Informationen stammen von Bryce Bond.

Ebenso wie es in unserem physischen Selbst interdimensionale Durchgänge gibt, die uns mit anderen Dimensionen verbinden, so gibt es auch entsprechende Durchgänge im Körper des Planeten, die ihn mit anderen Galaxien und Systemen verbinden. Ein solcher interdimensionaler Durchgang ist das Bermuda-Dreieck. Es gibt jedoch noch zahlreiche

andere solche Orte, die Zugang zu Bereichen jenseits unserer Zeit-, Raum- und Ortsdimensionalität ermöglichen. Dies sind Orte, von denen man sagt, daß du dort die Vergangenheit aufarbeiten oder die Zukunft gestalten kannst und an denen du mit parallelen Persönlichkeiten und Realitäten experimentieren kannst.

Interdimensionales Reisen

Der menschliche Geist ist nichts anderes als die Essenz und die Fähigkeit des Bewußtseins, sich in vielfältiger Form auszudrücken. Im ersten Abschnitt habe ich auf verschiedene Ebenen des Geistes hingewiesen: den niederen, den gewöhnlichen, den höheren Verstand und den christusähnlichen Geist. All diese nutzen die verschiedenen Bewußteinskörper.

Wir haben zwar Zugang zu interdimensionalen Ebenen durch telepathische Prägungen oder durch Kommunikation, aber das Reisen geschieht durch den ätherischen Körper. Das Ätherische verbindet sich mit den verschiedenen bewußten Wesenheiten, die den verschiedenen Ebenen innewohnen. Durch zunehmende Erfahrung kommen wir dazu, unsere eigenen höheren Körper für immer längere Zeiträume zu bewohnen.

Auf der Ebene des höheren Bewußtseins gehen wir über gewöhnliche Mechanismen zur Problemlösung hinaus und erreichen die Ebenen der Interdimensionalität. Damit dies geschehen kann, darf die Person jedoch nicht mehr unter irgendwelchen Spannungen stehen, die sie immer wieder auf die dichter astralen Ebenen von Ängsten und Wünschen herabziehen. Sie muß ihr Leben so weit im Griff haben, daß sie die Dinge sich selbst überlassen kann, ohne daß diese auf sie eindringen, ihre Stimmung beeinträchtigen oder sie belasten. An diesem Punkt wird der Traum oder die Reise inspirierend, prophetisch, heilend und zutiefst transformatorisch sein. Selbst wenn keine bewußten Erinnerungen bis in das niedere Denken herabdringen, wird die Wirkung immer erhebend sein.

Auf einer Stippvisite in den interdimensionalen Raum haben wir Zugang zu unserer gesamten persönlichen Geschichte und zukünftigen Realitäten. Im unmittelbaren Zusammenhang finden wir Inspiration und höhere mentale Fähigkeiten, einschließlich der fortgeschrittenen Konzepte von Wissenschaft, Musik und Kunst. Wir haben alles, was wir brauchen, um in vollkommener Übereinstimmung mit allen Ebenen zu funktionieren.

Andere Planeten

Auf jedem Planeten unseres Sonnensystems gibt es Leben, jedoch nicht auf der dreidimensionalen Ebene. Daher kann es auf naturwissenschaftlichem Wege nicht gelingen, Leben auf der Venus, dem Mars oder irgendeinem anderen Planeten zu finden. Erst wenn das höhere Denken funktioniert, ist man in der Lage, ein Verständnis des Lebens in seiner Vieldimensionalität zu gewinnen. Das höhere Denken funktioniert nur, wenn wir unsere energetische Frequenz durch eine Neuausrichtung auf Zellebene angehoben haben. Die damit verbundene Beschleunigung geschieht auf natürliche Weise, wenn alte, nicht mehr angebrachte Denkgewohnheiten durch spirituelles Verständnis abgelegt werden können, sowie durch eine aufrichtige Suche nach Vollkommenheit und Licht.

Durch die innere Alchemie können wir lernen, uns in uns selbst mit uns selbst in Verbindung zu setzen. Wir haben dadurch Zugang zur gesamten Geschichte, nicht nur dieses Planeten, sondern des ganzen Sonnensystems.

Alles, was wir mit unserem physischen Auge von unserem eigenen Planeten sehen können, ist sein Kern von dreizehntausend Kilometern Durchmesser. Mit einer offenen Wahrnehmung jedoch können wir die konzentrischen Dimensionen, die die Erde umgeben, sehen, die einen Gesamtdurchmesser von 3 647 465 Kilometern haben. Dieselbe Fähigkeit versetzt uns in die Lage, nichtkörperliche Wesen und Leben in anderen Dimensionen zu sehen.

Interdimensionale Bewußteinskörper

Alle Körper und Ebenen existieren in einer Polarität, als positive und negative Pole. Da alles Energie ist, ist alles, was Energie in sich trägt - und es gibt ja nichts in der gesamten Schöpfung, bei dem das nicht der Fall ist - eine Batterie mit positiven und negativen Polen oder Leitern. Dasselbe gilt für die Bewußteinskörper, die auf jeder der zwölf Ebenen wohnen. Diese Körper entsprechen in etwa den zwölf Körpern oder Schichten der Aura, die uns umgibt, solange wir uns in einer physischen Verkörperung befinden.

Die Existenz bewegt sich zwischen den Polen des Geistes und der Materie. Der Geist ist reine Empfänglichkeit: der negative Pol. Die Materie ist die Substanz, die dem Geist zur Umwandlung und Schöpfung der vergeistigten Substanz zur Verfügung steht: der positive Pol.

Der Geist nimmt auf der zwölften Dimension Materie an, wodurch diese Ebene eine positive Polarität bekommt. Von diesem Punkt an wechselt die Polarität bis zur dritten Dimension. Die dritte ebenso wie die siebente Dimension sind negativ und tragen zu ungeheurer Flexibilität und Wachstum bei. Alle negativ geladenen Dimensionen sind Ebenen der Integration, der Aufnahme und der Anwendung, während die positiv geladenen Dimensionen Bereiche von Kristallisationen sind.

Diese Polaritäten spiegeln sich in den Funktionen oder den eigentlichen Körpern des Bewußtseins wider. Auf den positiven Ebenen sind diese Felder kristallin. Auf den negativen sind sie kugelförmig. Diese Formen sind jedoch nur ein Hinweis auf ihre Funktion.

Die Anwendung der Übungen für Atem und Stimme, wie sie im vorigen Kapitel beschrieben wurden, bringt die Bewußteinskörper zum Schwingen und ermöglicht einen schnelleren und direkteren Zugang zu den Dimensionen. Die Übungen öffnen die interdimensionalen Tore, die sich in diesen Körpern befinden.

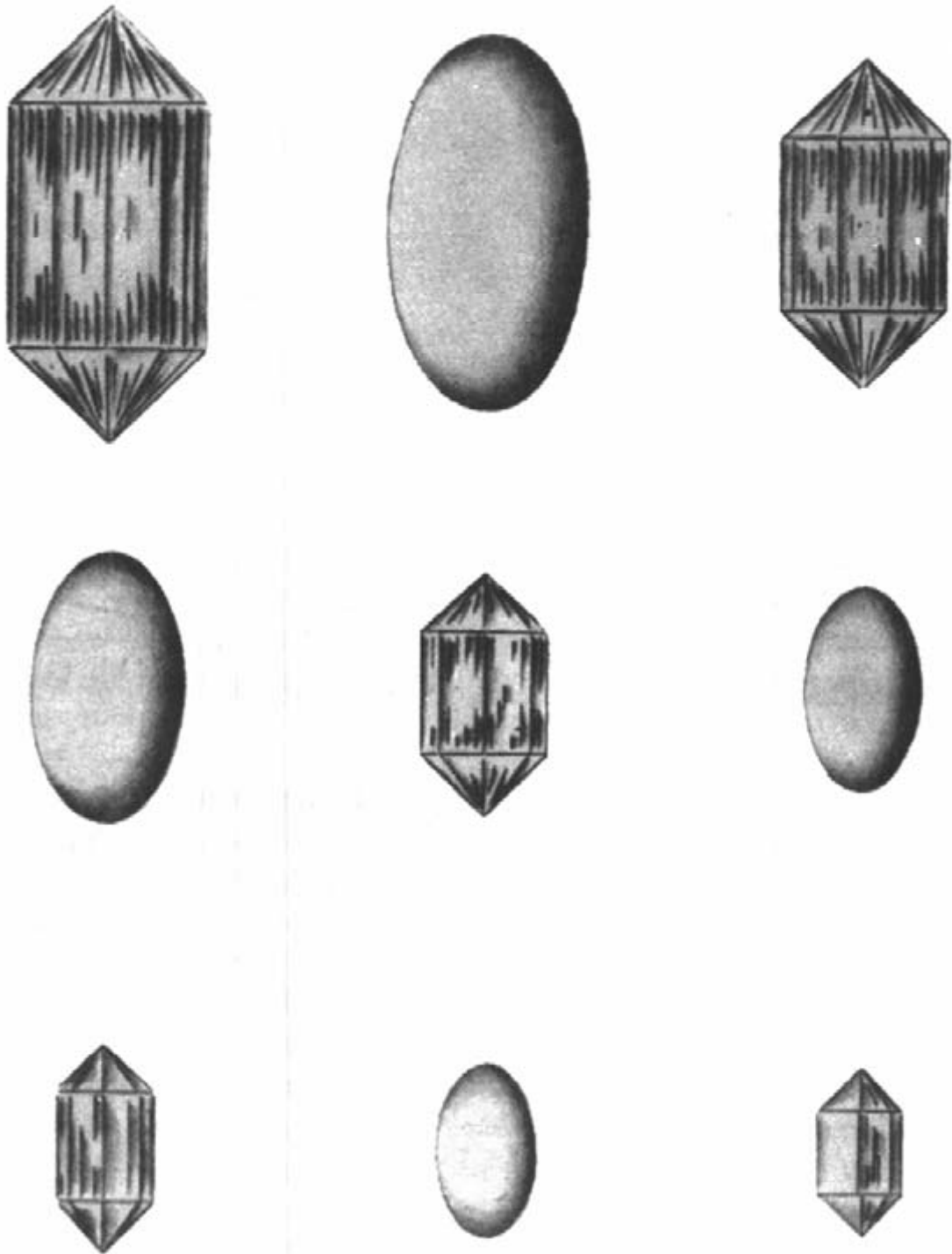


Abbildung 15: Die Formen des Bewußtseins

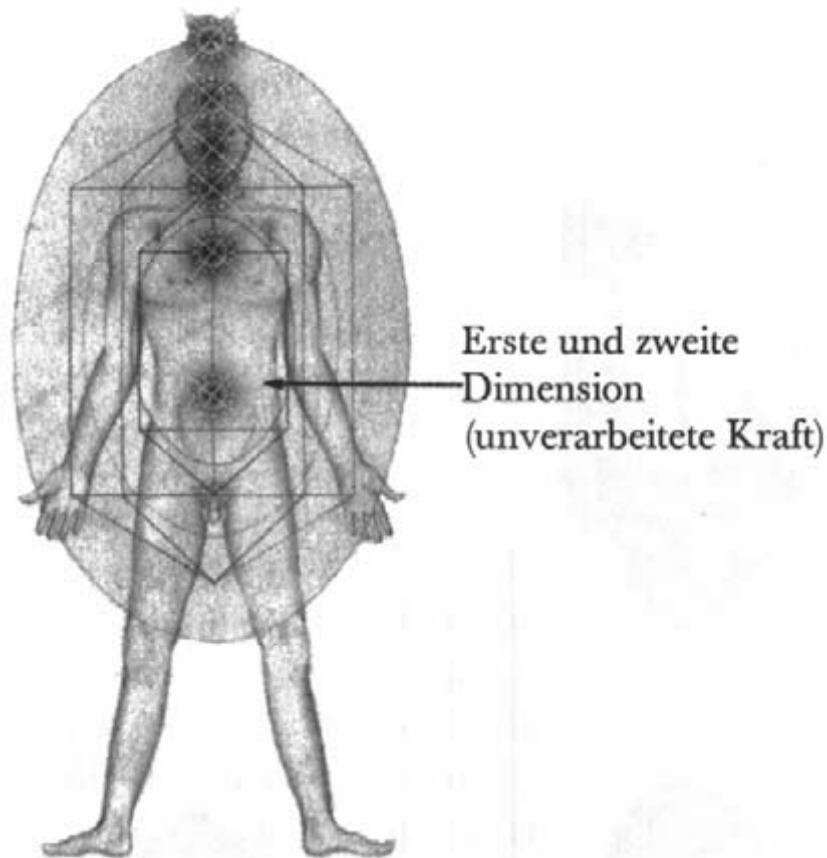


Abbildung 16: Der Körper und die interdimensionalen Formen

Du wirst feststellen, daß die Position dieser Klangzonen den oberen Chakras entspricht, wodurch deutlich wird, daß die Chakras die Doppelfunktion interdimensionaler Durchgänge haben. Für jemanden, der noch keinen Zugang zu diesen Durchgängen hat, funktionieren die Zonen als Chakras, als Energieverteilstationen, die sowohl die Entwicklung der Persönlichkeit als auch die Funktion der verschiedenen Körper beeinflussen. Sobald das Bewußtsein und die Wahrnehmung eines Menschen einen Punkt erreichen, an dem es ihm gelingt, die verschiedenen Funktionen auseinanderzuhalten, können die Chakras auch als interdimensionale Durchgänge dienen.

Methoden des Zugangs zur Interdimensionalität

Die alchemistische Formel, die in den ersten Kapiteln beschrieben wurde, ist im Grunde eine Formel der Interdimensionalität. Nur von dieser Ebene, durch die Kraft, die in die individuelle Präsenz des göttlichen Selbst einfließt, kann alle Macht ausgehen, alle Intelligenz, alle Energie und Substanz. Keine Veränderungen, insbesondere keine alchemistischen Umwandlungen, können ohne den Einfluß der Schwingungen von dieser Dimension, die den Keim allen Lebens auf dem Planeten in sich trägt, stattfinden.

Sobald diese Frequenz durch das Schließen des alchemistischen Kreislafs erreicht ist, wird der Prozeß der Erlangung all dessen, wonach man sucht, von der Person selbst bestimmt. Obwohl die Formel im Grunde immer dieselbe ist, sind die Wege, die Spielarten der Verbindung so vielfältig wie die Arten der Individualität. Es gibt den Weg des Herzens, den Weg des Intellekts, den Weg des aktiven Dienens. Ein einfacher Mensch wird sein Ziel durch demütiges Gebet und direkte Kommunikation mit dem Herzen erreichen. Für viele ist eine komplexere gezielte Handlungsweise, wie etwa das Herstellen des alchemistischen Kreislafs, erforderlich.

Hier sind einige Vorschläge, um die Schwingungsrate des Körpers zu erhöhen. Dies geschieht

mit Hilfe von Visualisierung und Gefühl, nachdem die Erhaltung eines alchemistischen Kreislaufs zur zweiten Natur wurde.

Dabei ist es wichtig, daß du die Visualisierung der violetten Flamme und der anderen Schuhtechniken, die im zweiten Teil des Buches beschrieben sind, regelmäßig durchführst und dich mit der Realität, so wie sie sich in dir und deiner Welt manifestiert, konfrontierst.

Empfohlene Übungen

Die folgenden Übungen dienen dazu, die Lichtpunkte im Zentrum jedes Atoms in deinem physischen Körper zu verstärken.

1. Halte das Gefühl und die Visualisierungen solange wie möglich fest, ohne dabei den physischen Körper zu verspannen. Du merkst, wie du dich verspannst, wenn die Körpertemperatur zu rasch ansteigt. Gönn dir zwischen den Visualisierungen einzelne Ruhepausen. Es empfiehlt sich, die Zeiten langsam zu steigern. Du wandelst die physischen Zellen deines Körpers buchstäblich um, und dein emotionaler sowie dein mentaler Körper brauchen Zeit, um sich daran zu gewöhnen.
2. Folge den Anweisungen des Übungsprogramms »Traumleben« von Seite 340 einschließlich der Visualisierung der Lichtringe im ganzen Körper. Dieser Prozeß aktiviert die außerhalb des Körpers liegenden Chakras an Kopf und Fuß und trägt dich in den Sphärenraum.
3. Eine andere Möglichkeit, um in den interdimensionalen Raum zu kommen, ist durch den bewußten Gebrauch der fünf außerhalb des Körpers liegenden Chakras, wie er in dem Kapitel über Chakras beschrieben wird. Wie erklärt, funktionieren die Chakras paarweise. Sie weiten die Polarität der physischen Substanz ins Ätherische aus und wirken direkt auf die ätherische Energie ein, verstärken und aktivieren sie.
Wenn wir diese Chakrapaare aktivieren, versehen wir das konzentrische oder sphärische Bewußtsein, das in der höherdimensionalen Realität wohnt, mit zusätzlicher Energie. Dadurch, daß du dich in beide Richtungen ausdehnst, kannst du die größeren Bewußtseinskörper einnehmen, die, wie du weißt, nicht linear sind. Du kannst die Paare einzeln visualisieren und jedesmal, wenn du dich auf die nächste Ebene bewegst, auf die Schwingungsveränderungen sowie auf jede Realitätsveränderung achten.
4. Visualisiere den Eintritt in jede Dimension durch die Schichten deiner Aura (deiner Körper) oder durch die interdimensionalen Bewußtseinskörper, die dein physisches Gefäß überlagern und sich in deine Aura hinein erstrecken. Abbildung 2 und 3 können dabei eine Hilfe sein.
Ebenso kannst du durch die Visualisierung der Chakras selbst den traditionellen vertikalen Aufstieg anwenden.
5. Verwende die Überschallmethode, um die interdimensionalen Durchgänge innerhalb deines Körpers und über deinem Kopf in Schwingungen zu versetzen und durch den Ton in den immer intensiver werdenden Schwingungsraum zu kommen. Diese Methode ist möglicherweise die wirkungsvollste, da sie Atem, Stimme, Visualisierung und Gefühle gleichzeitig einsetzt.
6. Setz die Farbentatmung ein, um verschiedene Farbkombinationen durch deinen gesamten physischen Körper zu senden und die Chakras, die Lichtpunkte und -körper zu entzünden und zu aktivieren.
7. Projiziere dich durch den schützenden Lichttubus, den du täglich aufrufst. Richte dein Anliegen an dein Höheres Selbst.
8. Visualisiere ein goldenes Licht, das dein Gehirn erfüllt, und laß dich in andere Dimensionen erheben. Diese und alle anderen Methoden, die ich noch beschreiben werde, erfordern Vertrauen. Sie sind in erster Linie geistig orientiert. Wenn du dich auf diese

Weise selbst ansprichst, funktioniert das am leichtesten und am sichersten, wenn Vertrauen und Zuversicht gewissermaßen in Fleisch und Blut übergehen. Entzünde die Flamme in deinem Herzen und fühle dich ganz sicher.
--

Chakras, Körper, interdimensionale Bewußteinskörper - alle bewegen, entwickeln und erweitern sich gleichzeitig. Ich wünschte, es gäbe eine einfache Methode, die für alle Menschen gleichermaßen funktioniert. Es gibt jedoch ganz individuelle, unterschiedliche Herangehensweisen. Sei kreativ! In deiner Individualität liegt der Schlüssel zu deiner Meisterschaft und dein privater Kontakt mit dem Göttlichen.

Am wichtigsten ist jedoch, daß du nicht vergißt, daß der Zugang zu diesen Räumen ganz natürlich geschieht, während dein Bewußtsein sich entwickelt und du immer mehr Erfahrung im Umgang mit Energie gewinnst. Der Entwurf, den ich hier anbiete, soll lediglich das Verständnis von etwas ermöglichen, was bereits geschieht. Die innere Alchemie ist so alt wie die Schöpfung selbst. In Wirklichkeit ist sie die Schöpfung. Ihr Verständnis macht dich zum bewußten Teilhaber an einem gemeinsamen göttlichen Schöpfungsakt.

Interdimensionalität und Spiritualität

Der Geist durchdringt alles. Er ist die Grundlage des Lebens, des Lichts und der Intelligenz. Je höher du mit deinen Schwingungen kommst, desto höher ist auch die geistige Ebene, auf der du dich befindest. Der reine Geist ist jenseits aller Formen. Wir dürfen technische und gedankliche Entwicklungen jedoch nicht mit Geist und Spiritualität verwechseln.

Gedanken, besonders wenn sie einem universellen Verstand entspringen, verfügen über eine gewaltige Macht, aber die größte Macht von allen übersteigt selbst die des Denkens: Es ist die Macht der Quelle, des Geistes. Je weiter du dich vom Kern des Planeten entfernst, der sich in der Dichte deiner eigenen physischen Gestalt manifestieren kann, gleich, ob du ihn von außen oder von innen betrachtest, auf desto mehr spirituelle Kraft wirst du treffen. Auf der anderen Seite werden die wirksamen Kräfte immer weniger spirituell sein, je weiter du dich nach innen in den Körper bewegst, zumal sie sich auf Folgen und Details beziehen und weniger auf Kausalität.

Die integrative Wirkung des Geistes auf die Materie erzeugt eine lichtvolle Substanz, die man »Seele« nennen kann. Dies wird nur durch einen Menschen erreicht, der seine Körperlichkeit mit seiner Spiritualität in Einklang bringen kann. Diese Materie, die sich als Seele entwickelt, enthält immer mehr Raum und Licht, mehr »Geist« sozusagen. Das schlägt sich in der Struktur des Körpers nieder, in Geisteshaltungen, emotionaler Ausgeglichenheit, Einsicht, Intuition, Kreativität, Freude und einer liebevollen und wohltuenden Ausstrahlung.

Die Lebensformen, die in der zwölften Dimension zu Hause sind, enthalten die großartigste, reinste Qualität und Quantität von Seele und vergeistigter Substanz. Wesenheiten aus den höheren Dimensionen scheinen, wenn wir sie sehen können, von größerer Gestalt und leuchtenderer Erscheinung zu sein.

Es gibt Fortschritte in abwärts- und aufwärtsgerichteter Entwicklung. Das heißt, daß die zwölfte Ebene sowohl das göttliche Selbst von Wesenheiten enthält, die sich auf einer abwärtsgerichteten Reise befinden, als auch von Wesenheiten, die Meisterschaft erlangt haben und in ihre wahre Heimat zurückgekehrt sind. Unsere Position auf der dritten Ebene verleiht uns die notwendige Tiefe, die Verankerung, um die Kraft zu entwickeln, nach dem Höchsten zu greifen. Während wir an der Ebene teilhaben, die den Göttern zugeschrieben wird, können wir durch diese Allianz die Substanz selbst auf den niedrigsten Ebenen alchemistisch verwandeln.

Höheres Selbst, Seelenführer, Meister und Außerirdische

Dein wichtigster Seelenführer ist dein Höheres Selbst. Häufig nehmen Menschen ihr eigenes Höheres Selbst in Zuständen erhöhter Wachsamkeit wahr, aber weil sie es nicht gewohnt sind, aus eigener Kraft aktiv zu werden, ziehen sie es vor, einen äußeren Seelenführer oder Meister in ihm zu sehen.

Seelenführer und Meister sind keine Außerirdischen im üblichen Sinn. Nur wenige Menschen verstehen die Auswirkungen des Außerirdischen auf uns. Wir haben Angst vor UFOs und Marsmenschen, sie könnten ja eine Invasion vorbereiten, uns entführen oder irgendwie beeinflussen. Obwohl diese Angst vollkommen natürlich und sogar nicht einmal ungesund ist, wird sie doch größtenteils von den Medien geschürt und von der wenig erleuchteten animalischen Angst, die die Massen beherrscht, noch verstärkt.

Ich kann gar nicht genug betonen, wie wichtig es ist, sich nicht von Emotionen leiten zu lassen, die uns blind machen und Angst, Gefahr, Zwietracht und Krankheit nicht nur projizieren, sondern geradezu anziehen. Sowohl die Angst als auch die Faszination für sogenannte »außerirdische Lebewesen« weist auf eine gewisse Verantwortungslosigkeit und einen Mangel an Aufmerksamkeit für die enormen Kräfte des inneren Selbst hin. Ganz gleich, ob ein »außerirdischer« Einfluß gut oder weniger gut gemeint ist, die meisten Menschen haben eine von gefährlichen und unrealistischen messianischen Erwartungen geprägte Anhängermentalität, die sie empfänglich macht für ungewollte telepathische Beeinflussung. Hand in Hand mit außerirdischen Einflüssen kommen uns Wesenheiten aus anderen Dimensionen dieses Planeten, insbesondere von der siebenten, in ihrer Eigenschaft als Helfer, Lehrer und Seelenführer entgegen. Einige sind den Weg der physischen Geburt gegangen, andere strahlen Zuversicht, Unterstützung und Inspiration in ihrer Eigenschaft als Engel auf uns aus.

Das Höhere Selbst als Wesenheit besitzt in den meisten Fällen eine völlig eigenständige Existenz. Im Idealfall kommuniziert es mit uns durch Träume und Phantasien. Normalerweise erkennen wir es überhaupt nicht als einen Teil von uns selbst, obwohl es das Medium ist, durch welches wir Licht, Liebe, geistige Nahrung und Belehrung erhalten. Selbst wenn wir äußere Autoritäten und Kräfte anrufen, kommt die Hilfe durch unseren eigenen Lebensstrom in Form unseres Höheren Selbst.

Ein wahrer Meister ist in der Regel niemand, der sich gegenwärtig in einer physischen Verkörperung befindet, sondern eine Wesenheit, deren Bewußtsein in Dimensionen jenseits der siebenten verankert ist. Obwohl häufig auch lebende Menschen so genannt werden, möchte ich klarstellen, daß es nur äußerst selten möglich ist, gleichzeitig vollkommen geläutert und in einer physischen Form zu sein. Ganz gleich, wie spirituell ein Mensch auch sein mag, allein aufgrund seiner Körperlichkeit ist er noch immer Illusionen und einer verzerrten Realitätswahrnehmung unterworfen.

Meister werden eher gespürt als gesehen, obwohl sie sich auch in sichtbarer Form manifestieren können. Ihre Ausstrahlung ist von überwältigender Intensität. Ein erhabener Meister ist jemand, der durch seine Verkörperung gegangen ist und die verschiedenen Ebenen der Meisterschaft über die Materie bis zu einem Punkt durchlaufen hat, an dem die physische Substanz seiner Zellen einen Wandlungsprozeß vollzogen haben. Erhabene Meister können sich willentlich materialisieren und dematerialisieren. Es ist auch möglich, daß sie sich weiterhin eines physischen Gefäßes bedienen, um zu lehren, anzuleiten und Einfluß auf die Bedingungen der Welt zu nehmen.

Es gibt Meister, die niemals in einer physischen Verkörperung waren, die auf höheren Ebenen leben, von dort aus wirken und ihre Hilfe durch Strahlen, Energien und besondere Vermittler projizieren.

Engel und Elementargeister

Wenn ich auf das Thema Engel oder Elementargeister komme, klärt sich oft etwas in meinem Hals, meine Haltung verändert sich plötzlich oder ein Lächeln huscht über mein Gesicht.

Gleichzeitig überkommt mich das Gefühl einer geheimen Freude, einer Verschwörung. Engel und Elementargeister gelten als Kinderkram. Dabei sind es doch die Kinder, die unsere Erde einmal erben werden. Das stellten schon die Kahunas, die mystischen Priesterinnen des alten Hawaii, wie auch die Bibel fest. Kinder können mit dem Herzen sehen und erkennen, und das Kind in uns ist der Schlüssel zur Transzendenz.

Wenn wir Zugang zu den interdimensionalen Ebenen der Realität gefunden haben und das Leben auf den verschiedenen Ebenen unseres Seins erfahren, wenn wir die Liebe, die Lehre, die Führung intuitiv erfahren, die von den höheren Ebenen durch unser eigenes Höheres Selbst kommen, durch unsere eigenen Meister und Seelenführer, wenn wir wissen, daß das Leben in vielen unendlichen Formen existiert, einige davon vor unseren Augen verborgen, können wir dann daran zweifeln, daß es ... vielleicht ... tatsächlich Engel gibt?

Neben der Evolution des Menschen gibt es noch zwei weitere Wesensarten, in denen sich die stetig entwickelnden Lebensformen ausdrücken: Engel und Elementargeister. Beide drücken einen Aspekt des Göttlichen aus. Das Engelreich ist auf einer höheren Schwingungsstufe der Evolution als wir und das Elementarreich auf einer einfacheren, weniger komplexen.

Der Mensch steht in der Mitte. Er nimmt an beiden teil. Sein materieller Teil ist von den Elementargeistern erschaffen, deren Aufgabe darin besteht, Formen zu bilden, während sein spirituell-emotionaler Teil von engelsgleicher Macht und Größe ist.

Beide, Engel und Elementargeister, leben mit dem Menschen friedlich zusammen, und beide dienen ihm als Helfer. Wir können sie sehen, spüren und hören, je nachdem, wie sensibel wir sind und wie unser Schwingungsfeld beschaffen ist, gewissermaßen proportional zu unserer Unschuld und Lauterkeit. Daher können Kinder mit ihnen kommunizieren. Sowohl Engel als auch Elementargeister sind liebevolle Lebensformen, die in ihrer Feinstofflichkeit im Dienst an der Menschheit und an dem Planeten stehen.

Engel werden als Lichtformen wahrgenommen und gesehen, die Eigenschaften wie Reinheit, Harmonie und Schönheit verkörpern, wie ein Hauch frischer, nach Pfefferminze duftender Luft. Wenn du jemals eine Seifenblase beobachtet hast, die an einem sonnigen Tag vor einem dunkelblauen Himmel schwebt, dann hast du eine ungefähre Vorstellung von der Farbigkeit und Substanz von Engeln. Ihre Flügel sind Emanationen von Licht. Elementargeister hingegen haben ganz unterschiedliche Formen, je nachdem, mit welchem Element sie verbunden sind.

Engel können so groß sein wie ein Haus oder so klein wie ein Mensch. Ihre Evolution geschieht nicht in der Substanz wie unsere, sondern in der Fähigkeit, mit Licht umzugehen und es zu lenken. Die Aufgabe der Engel ist es, die reine Lebenskraft direkt durch ihren Lichtkörper zu absorbieren, aufzunehmen und abzugeben.

Das Amt der Engel ist ebenso komplex wie das Amt des Menschen. Sie halten die Schöpfung im Gleichgewicht. Sie heilen und reinigen die ätherische Substanz, schützen und verteidigen die Menschheit und die Erde. Jeder verkörperte Mensch hat einen Schutzengel, dessen einzige Aktivität darin besteht, den Menschen sein Leben lang zu beschützen. Dieser Engel hat einen »Namen« in Form eines Klanges, der ebenso kennzeichnend für ihn ist wie unser Name.

Die Elementargeister zu sehen und mit ihnen zu kommunizieren, ist etwas schwieriger. Ich habe gleichwohl niemals einen Elementargeist direkt zu Gesicht bekommen, sondern immer nur ihre flüchtigen Schatten und vorübergehenden Bewegungen. Offenbar gibt es Menschen, die mit ihnen Kontakt aufnehmen und sie sogar malen können. Ein solcher Kenner sagte mir einmal, daß der Name des Elementargeistes in meinem Wohnzimmer, der für meine Blumenecke sorgt, »Eschu« laute. Von da ab begann ich, zu ihm zu sprechen, obwohl ich ihn nicht sehen konnte. Er reagierte, indem er mit den Blättern raschelte und meine Katze Mia

jagte. Elementargeister lieben das Spiel, ihr ganzes Wesen ist verspielt. Elementargeister sind einfache Geschöpfe. Ebenso wie Menschen in einen interdimensionalen Entwicklungsprozeß zum Göttlichen eintreten und Engel sich auf die Ebene der Erzengel ausdehnen, stehen sie in einem Entwicklungsprozeß zur höchsten Ebene im Elementarreich, der Ebene der meisterlichen Welterbauer, der Elohim. Die Elohim sind ebenso wie die Erzengel sieben an der Zahl und reflektieren damit die Aktivität der sieben Strahlen. Die Besonderheit der Elementargeister besteht in ihrer Wesenseinheit mit der Natur. Die Natur ist der Weg, auf dem uns der Geist auf der Ebene der physischen Substanz mit Nahrung versieht, die von der Kraft der Sonne oder des Lichts durchdrungen ist. Die Elementargeister haben sich mit jedem Element verbündet: Erde (Gnome), Wasser (Undinen), Luft (Sylphen), Feuer (Salamander). Feen und Devas haben in ihrer Eigenschaft als Aufseher und Freunde des Menschen dieselbe elementare Entwicklungsstufe erreicht. Sie sind mit bestimmten Bereichen der Natur und deren Aktivität betraut. Elementargeister können am besten von solchen Menschen gesehen werden, die nah an der Natur und am Salz der Erde sind.

Die Vereinigung der drei Naturreiche

Als Menschen üben wir sowohl über das Elementarreich als auch über das Engelreich Autorität aus, denn wir existieren in beiden. Die frühen Alchemisten wußten dies. Insbesondere die Atlantier nutzten dieses Bündnis, um die Elementargeister bei ihren Formbildungsprozessen zu beherrschen und ihnen zu befehlen, besondere Gestalten anzunehmen. Es liegt im Wesen der Elementargeister, in einer Art Mimikry Gestalt anzunehmen und den Plan, der kraft der Gedanken des Menschen entworfen wurde, umzusetzen. In ihrem einfachen Wesen gehorchen und folgen die Elementargeister bis auf den heutigen Tag den Launen und Phantasien der Menschen und sind häufig in Gestalten gefangen, die sich mit ihrer liebevollen Natur überhaupt nicht vertragen. Engel, die eigentlich gar keinen substantiellen Körper besitzen, können den Gesetzen der Natur und dem Mißbrauch durch das Wollen des Menschen in keiner Weise unterstellt werden. Im aktiven Zusammenspiel mit dem Menschen ziehen sie ihre Kräfte gelegentlich völlig aus unseren sichtbaren Welten zurück, bis eine Zeit kommt, in der unsere Reinheit sie aufs neue anziehen und einen Kontakt mit ihnen halten kann. Die Elementar-, Engel- und Menschenreiche bilden eine schöpferische Dreifaltigkeit, die sich auf die alchemistische Grundformel »Wie oben, so unten« bezieht. Gedanken rufen Elementargeister hervor, die vom Geist vorgegebene Muster ausführen. Gefühle rufen die spirituelle Essenz der Engel hervor, die auf der höchsten Ebene die Reinheit der Gefühle ausdrücken und die Zeugungskraft der Schöpfung liefern. Das gesprochene Wort schließlich verleiht der Kraft des Menschen, durch sein eigenes einzigartiges Schwingungswesen die Ebene der Schwingungen zu beherrschen, eine ausformulierte Gestalt. Der Tag ist nicht mehr fern, an dem wir offen mit den Engeln und Elementargeistern kommunizieren und uns an ihrer Schöpfung beteiligen, an einer Welt, in der die drei Naturreiche friedlich die Erfüllung des göttlichen Plans regieren. Die innere Alchemie bezieht ihre Inspiration aus diesem Gedanken.

Die Kommunikationsbrücke

Die Kommunikation mit den eigenen inneren Welten umfaßt jedoch noch nicht die intensiven Frequenzen, die zur interdimensionalen Wahrnehmung gebraucht werden. Dennoch wirst du dich allmählich ganz natürlich auf sie einstimmen. Die beste Möglichkeit, die Gegenwart eines Engels zu spüren, besteht nach meiner Erfahrung darin, die äußeren Schichten der Aura zu aktivieren. Indem ich mein Gewahrsein auf diese Weise erweitere, bin ich in der Lage, den segensreichen Einfluß der Engel aufzunehmen - ihre liebevolle Sanftheit, die niemals aufhört, mich innerlich so zu bewegen, daß mir Tränen der Freude und Dankbarkeit für ihre Gegenwart kommen. Um sie zu hören, finde ich es am

besten, ganz, ganz still zu sitzen, wenn ich sie um Hilfe angerufen habe, und mit meinem Herzen und dem Halschakra zu lauschen.

Die Elementargeister scheinen auf Freude und Abschalten der Gedanken sowie auf ein Gefühl von Vitalität zu reagieren. Manche Menschen können ein wahres Abbild des Charmes, des Schalks und der Schläue eines Kobolds sein.

Wenn du erst einmal eine Kommunikationsbrücke zu Engeln oder Elementargeistern - oder beiden - geschlagen hast, wirst du dich von einer Welt der höheren Manifestationen getragen fühlen, dich im Herzen des Schöpfungs- und Entstehungsprozesses von Welten befinden. Solange wir uns in einer physischen Verkörperung befinden, bezieht sich diese Form höherer Kreativität auf Heilung und auf Erzeugung einer harmonischen Atmosphäre. In dieser Hinsicht empfehle ich dringend, die Erde in die heilende Liebe einer violetten, rosa oder blauen Flamme eingehüllt zu visualisieren.

Gleichzeitig kannst du die Engel anrufen, auf daß sie läutern und heilen, und die Elementargeister, auf daß sie bilden und vervollkommen. Gleichzeitig kannst du das Bild einer klareren, saubereren Welt bewahren, einer Welt erleuchteter Wesen auf einem Planeten, der von höheren Prinzipien regiert wird. Du kannst die Visualisierung so spezifisch machen, wie du möchtest. Du kannst sie nach Washington und Moskau, in den Mittleren Osten, nach Afrika, nach Mittel- oder Südamerika, zu den Führern von Staaten und zu Lichtarbeitern überall senden.

Elementar- oder Naturgeister haben die besonders schwierige Aufgabe, mit der Umweltverschmutzung auf der Erde fertigzuwerden. Wir tun gut daran, ihnen dafür zu danken, indem wir sie liebevoll mit der Energie unseres Höheren Selbst ansprechen, die wir durch unsere physischen Sinne senden, um ihre Last zu erleichtern. Sie können unsere Hilfe in dieser Zeit gut gebrauchen, ebenso wie unser geläutertes Bewußtsein.

Engel lieben es, wenn sie erkannt werden, und reagieren fast unmittelbar auf jede Bitte um Hilfe und Unterstützung. Da Engel durch Strahlung arbeiten, kannst du sie um Dinge bitten, die dich stärken und aufrichten, wie etwa Frieden, Inspiration, Reinheit, Freiheit und Überlegenheit. Sie werden dir dann diese energetischen Qualitäten zukommen lassen. Eine weitere wichtige Art, wie sie dir dienen können, besteht darin, sie anzurufen, alle Unreinheiten, die du möglicherweise erzeugt hast oder die auf dich projiziert wurden, aufzulösen und mit ihrem »Gefühl« neu zu besetzen. Auf diese Weise kannst du dich von jenen Kraftlinien befreien, die dich in den Grenzen der Dreidimensionalität halten. Obwohl wir sehr wohl in der Lage sind, aus unserem göttlichen Selbst in der zwölften Dimension diese neuen Qualitäten selbständig hervorzubringen, können wir auch von der einfacheren, liebevollen Unterstützung Gebrauch machen, die uns von der Ebene der Engel angeboten wird. Sprich mit den Engeln und finde es selbst heraus!

Die Elementargeister helfen auch, die Atmosphäre zu reinigen. Während Engel Frieden, Harmonie, Heilung und Freude ausstrahlen, können die Elementargeister, besonders die Sylphen und die Salamander, unerwünschte Gedankenformen oder psychischen Müll ganz leicht aus deiner Umwelt beseitigen. Rufe ihre Hilfe an und verlaß dich auf die Elohim und die Erzengel, wenn es einmal besonders schlimm ist. Wenn du nicht sofort greifbare Ergebnisse beobachten kannst, achte besonders auf deine gefühlsmäßigen Antennen, die anzeigen, daß die Atmosphäre deiner Welten lichter geworden ist.

Auf ähnliche Weise hat sich das Spielen von Musik und das Sprechen zu Pflanzen als eine erfolgreiche Methode erwiesen, Wachstum zu fördern, da es die Elementargeister anspricht, welche die Pflanzen bilden, sowie die Feen oder Devas, die ein Auge auf die gesamte Pflanze oder den Baum haben. Gnomen und Elfen werden ebenfalls seit Jahrhunderten von den nördlichen Völkern in ihrer Eigenschaft als Schutzgeister für Wälder und Berge, Flüsse und Seen beobachtet.

Erforsche die Möglichkeiten einer Teilnahme an der Schöpfung nicht nur mit deinem göttlichen Selbst, sondern auch mit anderen Kindern Gottes, einschließlich der Engel und

Elementargeister.

Der Stein der Weisen

Kristalle stellen für die innere Alchemie das dar, was das Gold für die Alchemisten des Mittelalters war. Sie reflektieren die Kraft des Lichts. Insbesondere Quarz ist reine Lichtsubstanz, die durch die Kraft des Geistes erzeugt wurde. Alle Kristalle vergrößern oder verstärken die Gefühlsenergie. Sie tun das, was ein geläuterter emotionaler Körper tun würde. Sie nehmen dir jedoch die Arbeit nicht ab, ebensowenig wie irgend etwas anderes dies könnte. Sie reflektieren einfach deine Energie und verstärken sie. Die größte Kraft liegt im Inneren.

Kristalle sind ebenso wie Edelsteine Lichtsubstanz, die durch die Aktivität der Strahlen aus kosmischen Quellen hierher projiziert wurde mit dem Ziel, gereinigte Energie auszustrahlen und ein Gleichgewicht auf dem Planeten zu erhalten, das häufig hilft, Negativität zu neutralisieren.

Ein persönlicher Kristall, insbesondere in Form eines Stabes oder eines in sich geschlossenen Kristalls mit zwei Enden, kann von dem betreffenden Menschen so aufgeladen werden, daß er heilt oder eine meditative oder spirituelle Erfahrung ermöglicht. Du kannst einen Kristall aufladen, indem du die gewünschten Eigenschaften auf ihn projizierst, entweder visuell, durch Berührung, durch gelenkten Atem oder durch die Kraft der Worte.

Strahl	Elohim (männlich/weiblich)
erster Strahl	Herkules/ Amazone
zweiter Strahl	Kassiopeia/Minerva
dritter Strahl	Orion/Angelika
vierter Strahl	Clair/Asrea
fünfter Strahl	Vision/Kristall
sechster Strahl	Gelassenheit/ Pazifika
siebenter Strahl	Arkturus/Diana

Diese Namen entsprechen einer Klangschiwingung und erzeugen Gedankenformen, die uns mit den jeweiligen Energien, die oben erläutert wurden, verbinden.

Die Abbildung unten zeigt die Reihenfolge der Strahlen innerhalb des spirituellen Zentrums, das seinen Sitz in der Region des dritten Auges hat. Historisch wurden diese Strahlen als die Lichtabsonderungen gesehen, die den Kopf umgeben und die Energie des göttlichen Herrschers in Form eines Diadems oder einer Krone ausstrahlen.

Obwohl die Strahlen Grundfarben darstellen, wirken sie durch Farbkombinationen, wie in der Abbildung dargestellt. Jede der Flammen auf der Stirn ist der Bereich und die Wirkung eines Elohim (des höchsten Bewußtseins und Amtes, das im Elementarreich vorkommt).

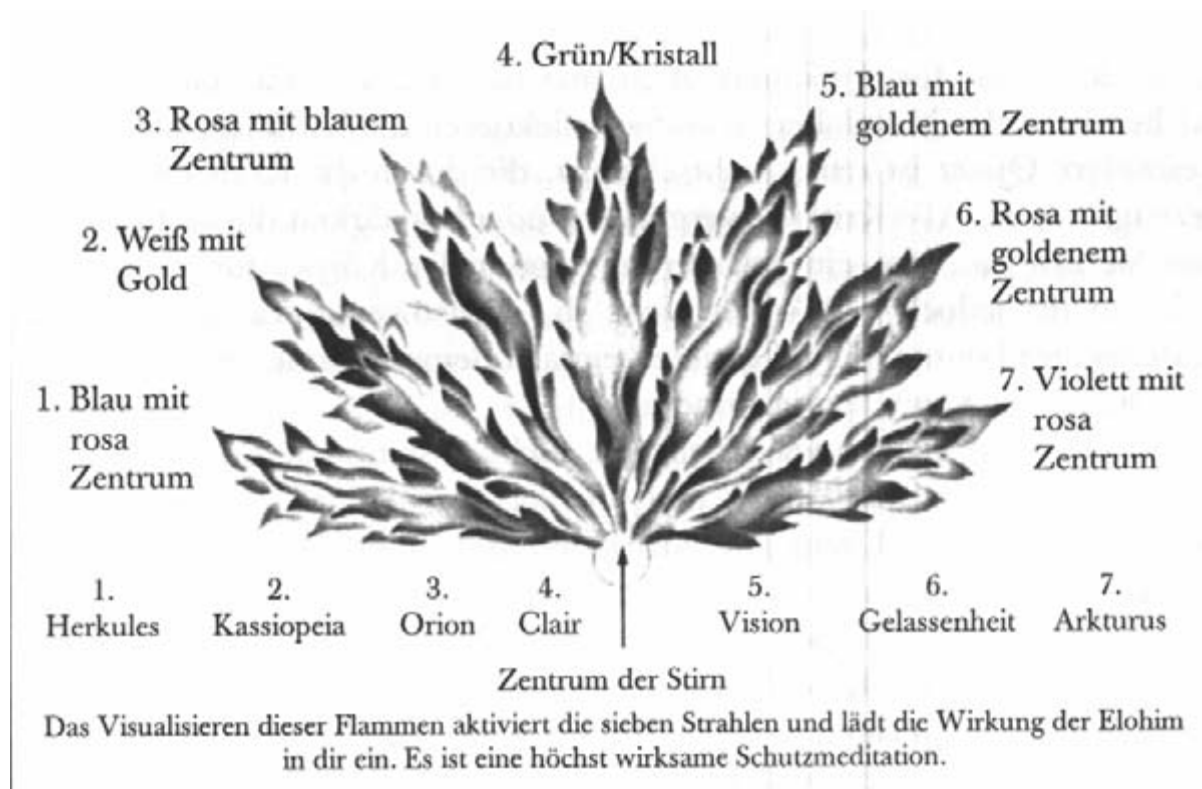


Abbildung 17: Die siebenfaltige Flamme¹

Die Hand funktioniert als Leiter für Energien, die auf den höheren Ebenen auf den Kristall übertragen wurden. Wenn der Kristall nochmals benutzt wird, sammelt sich die Energie in ihm an, und er wird zu einem alchemistischen Werkzeug.

Ich visualisiere in meinen Kristall oft heilende Liebe. Dabei kann ich eine Sonne visualisieren, die wie unsere physische Sonne aussieht, und dieses Bild in den Kristall projizieren. Wenn ich dann den Kristall über den Körper oder über die Erde einer Pflanze halte, wird er die Eigenschaften der Sonne darauf übertragen. Als Lichtwerkzeug kannst du einen Kristall programmieren, alles Mögliche zum Guten beizutragen.

Ein Kristall kann sich parallel zum Menschen entwickeln. Insbesondere milchigtrübe Kristalle sind dafür bekannt, daß sie innerhalb von Monaten klar werden können, je nachdem, wie schnell sich der Mensch entwickelt. Kristalle beeinflussen Schwingungsfrequenzen im physischen Körper ebenso wie im Denken und Fühlen. Einige wenige Menschen verspüren nach der Anwendung eines Kristalls vielleicht Kopfschmerzen oder andere Leiden; das liegt jedoch nicht an dem Kristall, sondern daran, daß ihre eigenen verstimmten Energien verstärkt zu ihnen zurückkommen.

Kristalle haben sechs Seiten. Ein großer Kristall erzeugt eine enorme Energie und wird diese auch aufrechterhalten. Kleinere Kristalle müssen erst durch eine bestimmte Methode gereinigt werden. Es gibt eine Unmenge an Literatur über Kristalle, in denen Methoden zur Klärung und Reinigung enthalten sind. Für weitere Informationen über Kristalle wie für alles andere auch, ist dein eigenes Höheres Selbst dein bester Lehrer mit dem sichersten Urteilsvermögen. Ich ziehe es vor, der Einfachheit halber nur mit Quarz und Amethyst zu arbeiten. Amethyste strahlen die Eigenschaften des violetten Strahls aus und sind daher bereits alchemistisch. Sie wirken reinigend, transformierend und verwandelnd auf Substanzen. Das Tragen eines Amethysts hat eine schützende Funktion. Der Amethyst wehrt auch negative Energien ab. Einige Alchemisten verwendeten Amethyst und Quarz zusammen in ihren Invokationen: Der Amethyst wurde auf die linke, empfangende Hand gelegt und der Quarz auf die rechte, aktive.

¹ Die obere Tabelle und Textblock gehören zur Abbildung 17

Achte darauf, daß du, um in irgendeinem Bereich eine Veränderung zu bewirken, selbst die Veränderung verkörpern mußt. Das Geheimnis der Alchemie liegt im Alchemisten selbst.

Die Arbeit mit Kristallen

An irgendeinem Punkt in der alchemistischen Arbeit schlage ich manchmal die Anwendung eines persönlichen Kristalls vor und wende den Kristall auf den betreffenden Menschen an. Kristalle, die in Mustern um den Körper oder auf den Körper plaziert werden, helfen beim Prozeß der alchemistischen Neuausrichtung. Im Gegensatz zu anderen Kristalltherapeuten empfehle ich jedoch weder den ausschließlichen Gebrauch von Kristallen noch seine Notwendigkeit. Die Alchemie geschieht auch ohne materielle Kristalle.

Die chemische Natur des Quarzes ist Siliziumdioxid, SiO_2 , und jeder Arzt wird bestätigen, daß es im ganzen Körper Spuren von Silizium gibt. Man nennt diese Kristalle »Blutkristalle«, und sie können ebenso wie materielle Kristalle aufgeladen werden. Obwohl der Prozeß der Kristallisation in bezug auf die Zustände im Blut eine negative physische Erscheinung ist, sind ätherische Kristallisationen auf der Ebene der Gedanken höchst nützlich für den Prozeß der alchemistischen Belebung. Ich sehe manchmal Kristalle in einem Körper und setze sie zur Heilung und zur Balance ein. Ebenso projiziere ich kristallines Licht durch meine Finger und Hände und dehne dadurch das Kraftfeld meiner eigenen Blutkristalle aus.

Zu Zeiten von Atlantis wurden Kristalle nicht nur eingesetzt, um Energie zu erzeugen und zu verstärken, sondern auch als interdimensionale Durchgänge. Auch heute kann man Kristalle in dieser Weise verwenden. Projiziere dich einfach in einen Kristall oder vergrößere den Kristall um dich herum durch die Kraft deiner Gedanken und nutze die Beschleunigung, die der Kristall - das Licht - um das Feld deiner Aura herum erzeugt, für den Zugang zu anderen Dimensionen. Es gibt zahlreiche andere Techniken, um Kristalle anzuwenden, und viele Bücher, die den Leser mit Möglichkeiten zu experimentieren vertraut machen.

Als ich entdeckte, daß die dimensional Körper des Bewußtseins von Natur aus kristallin und kugelförmig sind, stellte ich eine interessante Verbindung her. Die kristallinen Bewußtseinskörper der vierten, sechsten, achten, zehnten und zwölften Dimension entsprachen irgendwann einmal materiellen Kristallen mit denselben Winkeln. Die einzigen Kristalle, die wir heutzutage in der Natur vorfinden, haben sechs Seiten. Zu atlantischen Zeiten wurden auch Kristalle mit zwölf, zehn, acht, sechs und vier Seiten verwendet, um Zugang zu den jeweiligen verschiedenen Dimensionen und ihren Eigenschaften zu gewinnen. Marcel Vogel und Frank Alper stellten Experimente mit Kristallen verschiedenartiger Struktur an. Marcel Vogel brillierte besonders mit seiner Anwendung von Kristallen zur fotografischen Belichtungssteuerung und anderen Erfindungen. Dr. Frank Alpers Buch über Atlantis und die Anwendung von Kristallen enthält zahlreiche anregende Ideen.

Rückblick

Am Anfang dieses Kapitels fragte ich: Woher soll ich wissen, daß das, was ich wahrnehme, in irgendeiner Weise real ist? Woher soll ich wissen, ob ich mich in einer vergangenen, einer gegenwärtigen oder in einer zukünftigen Realität befinde? Woran soll ich merken, daß ich mich tatsächlich astral aus dem Körper hinaus projiziere? Gibt es da einen Unterschied? Unterscheiden sich diese Zustände in irgendeiner Weise von meiner alltäglichen Realität? Wenn du weißt, wer du in persönlicher und multidimensionaler Sicht bist, macht das in deinem Leben sicherlich einen Unterschied. Es ist das Hauptanliegen dieses Buches, dich so mit den Dimensionen und Ebenen der Realität deines Selbst vertraut zu machen, daß du anfangen kannst, deine Grenzen zu überschreiten, und schließlich zu größtmöglicher Freiheit findest, auf daß es dir gelingt, dich, deine Welt und ein immer erfüllteres Leben auf allen Ebenen zu erschaffen.

Ein Schüler des Lichts, der seine Aufgabe ernst nimmt und der auf dem Weg zur Initiation ist, sorgt sich nicht darum, ob er auf astrale oder interdimensionale Reisen geht. Das einzig

Wichtig ist, daß unsere Suche über das sogenannte »gewöhnliche Leben« hinausgeht und sich auf die intuitive Möglichkeit ausweitet, wahrzunehmen, daß wir mehr, unendlich mehr, und größer sind, als wir jemals gedacht hätten.

Durch die innere Alchemie wirst du dich auf eine sehr aufregende und erfüllende Reise der Selbsterkundung und -meisterung begeben. Nicht jeder muß gleich auf den Mount Everest klettern. Aber alle, die wirklich meinten, ein solcher Kraftakt war der Mühe wert, sowie alle, die über deren Erfahrungen lesen, können dies als eine persönliche Bereicherung empfinden, die ihr Leben von Grund auf verändert hat.

Wenn du emotional an deinen Erlebnissen auf den verschiedenen Ebenen der Realität beteiligt bist, kannst du sicher sein, daß deine Teilnahme nicht auf interdimensionaler Ebene stattfindet. Es ist durchaus wahrscheinlich, daß du Wünsche und Ängste auf dein Erleben projizierst. Zwischen der astralen und der spirituellen Ebene des Bewußtseins liegen Welten. Wenn der astrale Körper oder der Körper der Wünsche sich auf eine Reise begibt, ist das Ergebnis emotional. Das Erlebnis der astralen Projektion ist, wie wenn man durch dickflüssiges Wasser oder durch eine sirupartige Flüssigkeit läuft. Es ist langsam und ermüdend für den physischen Körper. Wenn die Projektion durch den niederen mentalen Körper geschieht, wie in der Gedankenprojektion, dann ist das Erlebnis schneller, aber nicht so klar, und unterliegt Illusionen und persönlichen Vorurteilen.

Das Bewußtsein des astralen oder niederen mentalen Körpers verzerrt die Wahrnehmung. Die beste außerkörperliche Projektion ist die Projektion des Bewußtseins durch den Lichttubus im Schlaf oder in der Meditation, gelenkt vom höheren Willen.

Die einzige Möglichkeit, herauszufinden, auf welcher Stufe du dich befindest, ist, zu fragen. Frage dein Höheres Selbst. Alles läuft auf deine Beziehung zu deinem Höheren Selbst, auf die Herstellung und Anwendung des alchemistischen Kreislaufs hinaus. Übung macht in der Tat den Meister.

Geist

Über die rein spirituelle Erfahrung als solche kann nur wenig ausgesagt werden, weil sie scheinbar so weit von unserer Realität und unseren Möglichkeiten entfernt ist. Denk an das Gefühl, das du in deiner Sehnsucht nach der höchsten Liebe, der größten Schönheit, der höchsten Güte, der letzten Wahrheit hast ... in dieser Sehnsucht liegt der Widerhall, die Erinnerung des unsterblichen Geistes.

In deiner Liebe und deinen Freuden macht sich die zarte Stimme deines Geistes bemerkbar. Schau dich überall um, besonders dort, wo du dich traurig und niedergeschlagen fühlst. Achte auf die Schönheit einer Blume oder eines Sonnentages, den Glanz des Lichts, der dich umgibt. Berühre ein Kätzchen oder einen Hasen, denk an die Unschuld eines Kindes. Schau einem Kind in die Augen ... dort wirst du den Geist finden, die Macht des Schöpfers.

Der Schöpfer ist im Erschaffenen, und du ... du mein teurer Freund, mein Bruder, meine Schwester, bist sowohl der Schöpfer als auch der Erschaffene. Geist umgibt dich überall, und Geist ist in den verborgensten Winkeln deines Wesens. In deiner Ekstase wie in deiner Trauer ist der Klang, der lebendige Klang des Geistes.

Der größte Alchemist verbeugte sich vor der Macht und Größe des Geistes. »Dein Wille geschehe!«, sagte er. »Ich bin der Weg«, sagte es dann in ihm, und: »Ich bin immer bei dir«.

Meditation: Liebe anziehen und ausstrahlen

Öffne dein Herz für die tiefste Sehnsucht nach dem Höchsten in dir. Greif nach der größten Liebe. Entfache das Feuer dieser Liebe in deinem Herzen, das heilige Feuer des Herzens. Sieh seine Flammen sich entzünden und auflodern. Sieh, wie sie dich in Flügel aus Licht einhüllen...

Geliebtes göttliches Selbst, das »Ich bin«! Ich bitte Dich, gib Dich mir zu erkennen!

Lenke dein Gefühl aufwärts und visualisiere den Lichtstrahl, der in deinem Herzen verankert ist. Folge ihm nach oben durch alle Dimensionen des Seins bis zur zwölften Ebene. Spüre die Schwingung des Geistes, wie sie durch diesen Lichtstrahl in dein physisches Herz strömt und dich mit Liebe überflutet, mit Licht, Heilung, Nahrung, Mitgefühl und Verständnis. Laß dich lieben! Fühle dich hier ... und dort !

Sende nun Wellen der Liebe in alle Richtungen der Erde aus, indem du von der Kraft deines eigenen göttlichen Selbst in deinem physischen Herzen zehrst. Sende sie zu den Menschen, die du kennst, und zu jenen, die du nicht kennst, zu den Tieren und Pflanzen, den Ländern und Meeren, den Mineralien, Gasen und Substanzen der Erde...

Fühle, wie diese Wellen sich wie konzentrische Ringe aus Licht ausbreiten. Werde selbst zu einer Sonne ... strahle Licht aus, laß es durch deinen eigenen Körper pulsieren.

Weite diese Kraft nun aus und schließ die Dimensionen ein, die die Erde umgeben. Fülle den gesamten Raum mit deiner Liebe, deiner Lebenskraft. Fühle sie spiralförmig drehen, sich nach außen in die Unendlichkeit ausdehnen, ausgreifen, erforschen ... und gleichzeitig das Licht deiner Liebe auf alles ausstrahlen, was ist. Fahre damit fort, solange du kannst.

Kehre sanft diesen Prozeß um. Fühle die Liebe der Unendlichkeit, wie sie in dich zurückströmt, fühle konzentrische Kreise aus Licht, die in deine innere Unendlichkeit fließen. Sei gesegnet.

Komme wieder zurück, langsam, ehrfürchtig, dankbar. Verbeuge dich vor dem Schöpfer und vor der Schöpfung. Und verbeuge dich vor der Würde deines Selbst: »Geliebte Präsenz, die »Ich bin«.

Erleuchtung ist deine Natur

Ich bin Licht ... Ich bin ganz Licht ... Ich bin das Licht Gottes in mir, bringe Frieden und Freude und wieder erstarkte Kraft. Erleuchtung ist deine Natur.

Du bist Licht ... der endlose kreative Fluß, Ebbe und Flut des Lebens, niemals endendes Leben. Du bist die Projektion des Lichts in die Materie. Dein Zuhause ist das Licht.

Fühle dich jetzt als Licht - ein Lichtstrahl, auf die Erde projiziert. Dein Körper ist eine Funktion dieses Lichts. Jedes Atom deines physischen Körpers enthält eine kleine Sonne kosmischen Lichts. Du bist eine schillernde Galaxis leuchtender Sterne, inmitten dieser fleischlichen Form. Du bist dieses Licht, genau jetzt in diesem Moment.

Jetzt. In diesem Körper schillernder Sonnen ist ein Brennpunkt, direkt in der Herzgegend, eine zentrale Sonne für deine Millionen Sonnen. Schau jetzt in sie hinein. Sie ist so hell, erstrahlt in einem Weiß, das heller ist als jedes Weiß, das du jemals zuvor gesehen hast. Alle Farben vibrieren um ihren Lichtkreis in magnetischen Ringen pulsierenden Glanzes, aber in seinem Zentrum, in dieser kristallweißen Unendlichkeit ist eine Flamme, deine Flamme, die Quelle deines Lebens, das Bewußtsein deiner Energie, der Keim deines göttlichen Selbst. Laß dich in der Flamme inmitten deines Herzens sein. Du wirst sehen, daß die Flamme drei große Zungen hat. Der mittlere Teil ist golden - kräftige, flackernde Töne in warmen goldenen Schattierungen. Auf der rechten Seite ist eine wunderschöne blaue Flamme -tiefes elektrisches Blau mit Wirbeln aus dem blassesten Blau. Auf der linken ist eine zarte, rosa Flamme mit Flecken eines dunkleren Rottons, Magenta. Zusammen bilden diese Flammen eine herrliche Flamme, das Zentrum deiner Kraft. Irgendwann war diese Flamme so groß, daß sie deinen ganzen physischen Körper einhüllte und sich über ihn hinaus erstreckte.

Laß die kleine Flamme in deinem Herzen wieder zu ihrer ganzen Größe anwachsen ... laß sie glühen, erstrahlen und immer größer werden. Größer und größer ... du fühlst dich, als sei dein Herz entflammt und ganz weit.

Ich bin Licht ... Ich bin ganz Licht ... Ich bin das Licht Gottes in mir. Ich bringe Frieden und Freude und wieder erstarkte Kraft. Erleuchtung ist meine Natur.

Bewahre das Bewußtsein deines physischen Körpers als Licht, eingehüllt von Materie, aber

laß das Licht durch dich hindurchscheinen. Du bist ein Lichtkörper in der Materie. In deinem Herzen erstrahlt eine glorreiche Sonne. In dieser Sonne ist eine Flamme ... so groß, daß du ganz und gar hineinpaßt. Fühle die Kraft, die du durch dieses Licht wiedergewonnen hast. Fühle die Freude und den Frieden, der du jetzt bist, der du immer warst. Du hattest es nur vergessen. Erwinnere dich jetzt. Gestatte dir, dich zu erinnern. Erleuchtung ist dein angeborenes Recht.

Laß dich als Licht bewegen und schwingen. Du kannst dies physisch oder in deiner Vorstellung tun. Erfahre die Freiheit des Lichts in der Materie. Die Lösung. Die Freude. Du wirst merken, daß überall, wo du hingehst, ein violetter Schimmer um dich herum ist, wie auch um die anderen. Dies ist das ultraviolette Feuer der alchemistischen Wandlung. Dieses Feuer ist eine Manifestation deines Lichtwesens. Es ist die heilende Flamme. Fühle dich als das Zentrum der heilenden, verwandelnden Liebe, die in violetten Zungen ausgreift, um die Welt zu läutern und mit Licht zu füllen. Sei geheilt und sei selbst ein Quell des Heils. Erleuchtung ist dein Geschenk an das Leben.

Du bist eine Sonne des Lichts innerhalb einer größeren Sonne. Erleuchtung ist dein Recht von Geburt an und dein Geschenk an das Leben. Laß deine Gedanken jetzt wandern und stell dir die Menschen und Orte vor, die du gern mit dem Licht deiner Liebe segnen würdest. Laß es über die ganze Welt reisen, über Raum und Zeit. Es gibt keine Grenzen. Du kannst mit deinem Licht alles erreichen. Ich bin Licht ... Ich bin ganz Licht ... Ich bin das Licht Gottes in mir, bringe Frieden und Freude und wiedererstarke Kraft. Erleuchtung ist meine Natur.

IV Alchemie im Alltag

Esoterische Hygiene und spiritueller Schutz

Dieses Kapitel handelt von den besten Methoden, deinen Organismus für immer intensiver werdende Schwingungszustände auf dem Weg der inneren Alchemie vorzubereiten und zu erhalten.

Dein Körper

Als erstes solltest du dir klarmachen, was für einen Lebenswandel du führst, was du ißt, wieviel du dich bewegst oder nicht bewegst, deine sexuellen Neigungen und so weiter. Dein Körper ist an bestimmte Gewohnheiten gebunden, also beginne sie zu beobachten, ohne über sie zu urteilen. Möglicherweise möchtest du dabei ein Tagebuch führen.

Beobachte, wieviel Schlaf du bekommst und wie dein Schlafrhythmus ist, was du ißt und wie oft. Ißt du Fleisch? Treibst du Sport und wenn ja, welchen? Wie oft badest du? Wie oft wäschst du dir die Haare?

Was ist mit deiner Kleidung? Trägst du gern enge oder weite Kleidung oder beides? Welche Farben trägst du gern? Welche Muster? Wie oft wäschst du deine Kleider? Das schließt Bettlaken und Handtücher ein.

Nimmst du Vitamintabletten? Wie viele und wie oft? Nahrungsergänzungen und diätetische Lebensmittel? Gehst du gelegentlich auf Freßtouren? Wie sieht das aus? Untersuche genau deine Exzesse, aber auch deine Entbehrungen. Was tust du, um deinen Körper zu erhalten, und wie haushaltest du mit deinen Kräften?

Wie pflegst du dein Gesicht und deine äußere Erscheinung? Verwendest du Cremes und Lotionen? Was hältst du von Schönheitspflege? Wie oft, wenn überhaupt, schaust du in den Spiegel und siehst deinen ganzen Körper ... dein Gesicht ... schaust dir tief in die Augen? Wie findest du das, was und wen du da siehst?

Dein Zuhause

Beschreibe, wo du lebst. Wie sauber hältst du deine Wohnung? Wie gut aufgeräumt sieht sie

aus? Wann hast du zum letztenmal deinen Schrank aufgeräumt? Den Kühlschrank gereinigt? Die Küchenregale? Hast du Pflanzen, und wie sorgst du für sie? Besitzt du ein Haustier? Welche Farben herrschen in deiner Wohnung oder deinem Haus vor? Welches sind deine Lieblingsecken, und wo hältst du dich nicht so gern auf? Wie riecht es in deiner Wohnung? Gehst du gern nach Hause? Bist du gern zu Hause? Bist du gern allein? Lebst du gern allein? Wenn du mit jemandem zusammenlebst, gibt es einen Ort, den du ganz für dich allein hast? Wenn ja, ist er anders als der Rest der Wohnung oder des Hauses? Was nimmt in deiner Wohnung den größten Platz ein und was ist am wichtigsten? Ist es die Küche, das Bad, das Schlafzimmer? Oder ist es das Arbeitszimmer? Stehen Bücher und Illustrierten im Mittelpunkt oder deine Papiere? Wie ordentlich hältst du deine Papiere zusammen?

Deine Freunde und Freundschaften

Schau dir deine Freunde genau an. Wie viele Freunde hast du? Was passiert gewöhnlich in deinen Freundschaften und Beziehungen? Wieviel Zeit verbringst du mit Freunden? Wie wichtig sind sie in deinem Leben? Wie intim bist du mit deinen Freunden? Aufweiche Weise? Wie ist das Verhältnis von männlichen zu weiblichen Freundschaften? Ziehst du Männer oder Frauen vor? Welche Beziehungen sind für dich die schwierigsten? Wie sehen dich die anderen? Wie ist das im Vergleich zu der Art und Weise, wie du dich selbst siehst? Hängst du an irgendwelchen Lebenslügen, oder gibst du etwas anderes zu sein vor, als du in Wirklichkeit bist? Was ist mit deinen Freundschaften, die du über weite Entfernungen pflegst? Wie stark sind diese Beziehungen? Denkst du an sie? Wie deutlich kannst du sie dir vorstellen? Kannst du sie fühlen? Wie beeinflussen sie deinen Alltag? Gibt es irgendwelche Feindschaften, irgendwelche unfertigen Beziehungen, in denen andere gegen dich irgendwelchen Groll hegen oder du gegen sie? Wer haßt dich? Mag dich nicht? Und wen haßt du oder magst du nicht? Was für eine Art Menschen magst du im allgemeinen nicht?

Wie kannst du vorgehen!

Niemand kann dir sagen, was du tun muß oder wie du vorgehen muß, wenn du dein Leben in Ordnung bringen willst. Sei so realistisch wie möglich. Fang sanft und beständig an, deine Gewohnheiten zu verändern. Das Ziel ist es, jede Handlung so bewußt wie möglich zu machen. Laß jede deiner Handlungen ein Ausdruck und eine Reflektion deiner selbst sein. So einfach ist das.

Investiere deine Liebe, dein Gefühl für Ästhetik, in alles, was in dir, an dir und um dich herum ist, ganz besonders in dich selbst. Wähle Farben, die Reinheit und Schönheit repräsentieren. Such dir eine saubere, schöne Umgebung. Ernähre dich von einfachen, nahrhaften Dingen, die deinen wirklichen Bedürfnissen entsprechen, und gehe, ohne zu übertreiben, auf deine Gelüste ein. Versage dir nichts, aber übertreibe auch mit nichts. Wie du aussiehst, wie du lebst, wie du dich ernährst und wie du schläfst, all dies reflektiert deinen inneren Zustand und die Ebene deines Bewußtseins. Ein unordentliches, verwahrlostes Zuhause reflektiert einen unordentlichen, verwahrlosten Geist. Schmutzige Unterwäsche und Löcher in den Socken sagen viel darüber aus, wie du dich fühlst und wie du mit dir selbst umgehst.

Das Argument, daß du dir keine besseren Sachen leisten kannst, zieht nicht. Einfachheit und Reinlichkeit, Ordnung und Lauterkeit haben kein Preisschild. Es braucht Achtsamkeit und Sorgsamkeit - die beiden wichtigsten Voraussetzungen für Bewußtsein. Alles, was du tust, ist mit allem anderen in dir und im Kosmos der Formen verbunden. Spirituelle Meisterschaft beginnt mit einem sauberen Laken und einem gesunden, nicht unbedingt gigantischen Bankkonto.

Energieblocker

Hier sind ein paar Dinge, von denen ich gemerkt habe, daß sie mit meiner Energie in Konflikt geraten. Einige sind für mich sogar absolut tödlich, wenn es um bewußtseinsfördernde Praktiken geht. Diese sind mit einem Sternchen versehen:

- * Zigaretten Fleisch Alkohol
- * Betäubungsmittel
- Aerobic ,Joggen
- synthetische Stoffe
- laute Musik
- künstliche Lebensmittel und Süßstoffe
- * gewalttätige oder lüsterne Filme
- dunkle Räume und dunkle Möbel
- * unsaubere Gerüche und schmutzige Erscheinung
- * Pornographie
- dunkle, unsaubere Farben (Wäsche)
- * unmäßiges Essen
- * Sex mit jemandem, mit dem ich mich nicht verstehe
- * einen Groll hegen

Alles, was sich gegen deine Sensibilität, die Gefühle deines Herzens, dein Wohlergehen, das Wohlergehen des Ganzen richtet ... Wahrscheinlich stimmen die meisten mit den letzten Punkten überein, obwohl viele bei den ersten fünf anderer Meinung sind. Du mußt selbst herausfinden, was für dich gut oder schlecht ist. Beobachte, was diese und andere Dinge, die für uns selbstverständlich sind, mit dir anstellen. Komme eine Weile ohne sie aus, wenn du kannst, probier sie danach noch einmal und stelle ihre Wirkungen auf deinen Energiehaushalt oder deinen Bewußtseinszustand fest.

Ich habe acht Jahre lang kein Fleisch, keinen Fisch und keine Milchprodukte zu mir genommen. Meine Empfindlichkeit war so ausgeprägt, daß es gelegentlich schon unangenehm war, manchmal sogar ganz schlimm, besonders als ich wieder zurück in mein Apartment nach New York City zog. Also beschloß ich, mich allmählich zu erden. Fisch half dabei, aber als ich wieder einmal Hühnchen aß, merkte ich, daß ich nicht mehr schlafen konnte.

Außer wenn ein Tier in liebevoller Hingabe und mit seinem Einverständnis getötet wird, wie es vor langer Zeit und auch heute noch bei den amerikanischen Indianern üblich ist, ist Schlachten immer mit Gewalt und Verletzung verbunden. Diese Energie geht direkt in die Zellen des Körpers und schlägt sich als Disharmonie nieder.

Möglicherweise spürst du die Energie eines geschlachteten Hühnchens nicht auf dieselbe Weise wie ich, aber du beobachtest andere Reaktionen. Schreib auf, was du spürst. Bilde dir selbst ein Urteil. Letztlich bin ich mir sicher, daß du dich für die Harmonie und für konstruktive Schwingungen entscheiden wirst.

Du gibst ständig Energien ab und nimmst Energie durch deine Sinne, deinen Organismus auf - fein- und grobstofflich. Du läßt ständig deine Umgebung in dich hinein und wirst von einem permanenten Kreislauf der Energien, die dich durchfließen, geprägt. Du bist selbst verantwortlich dafür, was du in dich hinein- und aus dir herausläßt. Du nimmst Nahrung in Form von Tönen und Geräuschen, Farben und Lebensmitteln in dich auf und gibst neben den Ausstrahlungen deiner psychischen Verfassung auch ständig Färb- und Tonschwingungen an deine Umwelt ab.

Wenn du dir bewußt wirst, was du tust, ist dies der erste Schritt dahin, das zu beschützen, was du bist. Das schließt die Art und Weise, wie du deinen Körper behandelst, ein. Wir

mißhandeln ständig unseren Körper durch Exzesse aller Art. Strenge Diäten und Körperübungen sind heutzutage sehr verbreitet. Es gibt einen feinen Unterschied zwischen der Pflege des Körpers - einschließlich der Würdigung und Achtung seiner Bedürfnisse - und darin, den Körper zu zwingen, deinem Willen zu gehorchen.

Wir scheinen geradezu besessen davon zu sein, unseren Willen durchzusetzen. Wenn wir mit jemandem schlafen, ist dies ein Akt höchster Intimität, selbst wenn es keinen Sex gibt. Wenn die Motive unklar sind, oder wenn du gegen deine natürliche Intuition und die Bedürfnisse deines Geistes handelst, wirst du dich auf irgendeine Weise hinterher ausgelaugt oder zerrissen fühlen. Um deinen eigenen Schutz zu gewährleisten, mußt du wissen, wann du nein sagen mußt und wann ja. Wenn du nicht zuerst an dich selbst denkst, wirst du nicht in der Lage sein, auf empfindsame und verantwortliche Weise zu handeln.

Sobald du deine physische, mentale und emotionale Realität geklärt und deine Entscheidungen getroffen hast, bist du bereit, bewußte Schutzmaßnahmen anzuwenden. Denk an das Prinzip, daß sich Ähnlichkeiten anziehen. Wenn du selbst unordentlich, unsauber oder voller gewalttätiger, ungezügelter Impulse bist, wirst du leicht von den Bedürfnissen oder Wünschen anderer auf derselben Ebene beeinflusst. Da werden dir auch keine Schutztechniken mehr nützen. Psychische Selbstverteidigung und spirituelle Selbstschutzmethoden werden Ergebnisse hervorbringen, die der Qualität deiner eigenen Energie und deiner eigenen Integrität entsprechen.

Gelegentlich werde ich nach Methoden gefragt, mit denen man sich durch alltägliche verwirrende und widersprüchliche Situationen retten kann. Die Menschen, die mich fragen, wollen anscheinend etwas haben, was sie tun können. Das, was du bist, beschützt dich. Menschen, die sich auf den spirituellen Pfad begeben und die innere Ausstrahlung des Herzens entdecken, glauben, daß es ausreichenden Schutz gibt, wenn man liebevoll und offen miteinander umgeht. Das ist jedoch nicht der Fall.

Wirkliche Liebe verlangt Stärke, Individualität und enorme persönliche Integrität. Sie ist keine blinde Hingabe an einen Guru, eine Lehre, nicht einmal an das Leben. Sie verlangt ein scharfes Urteil. Ganz gleich, aus welcher Perspektive wir das Leben sehen, es ist immer harte Arbeit. Es erfordert Bewußtsein und Entscheidungen. Es erfordert die Macht der Liebe, nicht die Liebe zur Macht. Es erfordert Entschlossenheit und Handlungsfähigkeit.

Sobald du den Weg der spirituellen Entwicklung gehst, wird alles auf ein höheres Niveau gebracht. Du wirst dir all dessen bewußt, was du nicht getan hast, deines Mißbrauchs von Energie und deiner schlechten Taten. Deine eigenen Gedanken werden auf dich zurückfallen. Obwohl die Welt immer wie gewöhnlich fortfahren wird, wirst du, wenn du zu erwachen beginnst, anfangen, deine eigenen Projektionen und die anderer Menschen wahrzunehmen. Dein emotionaler Körper wird enorme Energieschwankungen durchmachen. Scheinbar hat sich alles gegen dich verschworen. Du wirst ungeduldig, insbesondere bei den Charakterzügen, an denen du in der Vergangenheit hart gearbeitet hast und die du bereits für überwunden hieltest.

Du wirst die Beherrschung verlieren, die du noch hattest, als deine Handlungen automatisch waren. Während du bewußt wirst, werden die Gewohnheiten ihre Macht über dich verlieren. Du wirst anfangen, in Frage zu stellen, wieviel von dem, was geschieht, eine Spiegelung deiner eigenen emotionalen Zustände ist. Du wirst an deiner Persönlichkeit genauso viel arbeiten wie an deinen spirituellen Ebenen.

Wie sagte doch der erhabene Meister Saint Germain: »Komm, sieh und siege!« Du weißt, daß es keinen anderen Ausweg gibt.

Psychisches Erwachen

Du wirst beginnen, deine Handlungen und Motive zu untersuchen. Du wirst denken: »Vielleicht ist sie ja doch ganz anders, aber meine Mutter war jedenfalls so.« Und: »Er oder sie erinnert mich an meine Mutter«. Oder irgend jemand erinnert dich an deinen Vater, vor

dem du bereits in jungen Jahren weggelaufen bist. Dieses Gefühl wird dich verfolgen, bis du deinem Vater vergibst und ihn vergißt, bis du diese Erfahrung in deinem Bewußtsein integrieren kannst.

Bestimmte Menschen werden aus irgendeinem Grund von dir angezogen. Deine gesamte emotionale Geschichte spiegelt dich und deine Art zu reagieren. Und durch jede deiner Reaktionen (oder deren Mangel) erzeugst du weitere Reaktionen. Das ist »Karma«, das Gesetz von Ursache und Wirkung, vor dem es kein Entkommen gibt. Selbst im Nichtstun tust du etwas. Wenn du einer Entscheidung aus dem Wege gehst, triffst du auch eine Entscheidung.

Das höchste östliche moralische Ideal ist die buddhistische Vorstellung von Ahimsa, Gewaltlosigkeit. Ahimsa bedeutet Lauterkeit ohne Extreme: der goldene Mittelweg. Wenn du in der Mitte stehst, kannst du »kommen, sehen und siegen«. Nur dann kannst du die Dinge ohne die Barrieren deiner eigenen Wünsche wahrnehmen.

Hüte dich vor Selbstgerechtigkeit. Vielleicht hast du ja in vielem, was du tust, recht, aber wenn du dich ärgerst, kann das ein Zeichen für eine gewisse Intoleranz oder Ungeduld in dir sein. Vielleicht hast du in dem, was du meinst, absolut recht, aber unrecht in deiner Selbstgerechtigkeit darüber. Es gibt Wege, Dinge zu sagen, die gesagt werden müssen, ohne dadurch für dich Karma anzusammeln. Wenn jemand sich angegriffen fühlt, mußt du damit umgehen. Du mußt deine Motive überdenken, aber auch die Art und Weise, wie du sie vorbringst.

Halte andere Menschen, insbesondere solche, mit denen du nicht einer Meinung bist, im Bild des Göttlichen fest. Mach es dir zur Angewohnheit, ihr »Ich bin« zu visualisieren, direkt über ihnen, mit ihrem Herzen verbunden. Wenn du anfängst, Menschen auf diese Weise zu sehen, wirst du entsprechend auf sie reagieren können. Du wirst beginnen, dich von innen heraus zu verändern. Das ist die wahre Revolution.

Wunder sind möglich. Durch die Anwendung der Methoden des Lichts kann man Menschen erreichen. Wenn sie nicht sofort reagieren, bleibt diese Energie so lange an der Peripherie ihres Wesens, bis sie sich öffnen, um sie zu empfangen. Möglicherweise reagieren sie nicht direkt auf dich, aber sie werden später reagieren, auf irgend jemand anders. Es spielt keine Rolle. Versuche die Welt nicht so persönlich zu nehmen.

Die Welt ist sicherlich auch deswegen in einem solchen Zustand, weil wir ständig krampfhaft versuchen, immer das Richtige zu tun, auch und besonders im spirituellen Bereich. Aber sei nicht allzu streng mit dir selbst. Das ist wichtiger als alles andere. Sei sanft, liebevoll und tolerant zu dir. Behandle dich selbst so, wie du ein Kind behandeln würdest, das einen Fehler gemacht hat. Du wirst das Kind nicht gleich verprügeln, oder? Du wirst mit ihm sprechen, es belehren. Trotzdem prügelt du immer wieder auf dich selbst ein.

Wenn ich dich dabei beobachten könnte, wie du verärgert auf jemanden reagierst, der möglicherweise arrogant oder überkritisch ist, und dann auf diese Verärgerung mit noch mehr Gereiztheit und Ungeduld reagierst, dann würde ich sofort sagen, daß du den anderen auf dieselbe Weise siehst, wie dich selbst: überkritisch. Du liebst dich selbst nicht genug. Du mußt dir selbst gegenüber mehr Liebe und Geduld aufbringen, auch das an dir lieben, was Fehler macht, sogar das, was das Licht so sehr liebt, daß es manchmal fast fanatisch wird. Deine Einstellung dir selbst und anderen gegenüber, ist von entscheidender Bedeutung für den Schutz, den du hast.

Psychischer oder spiritueller Schutz?

Der grundlegende Unterschied zwischen psychischen und spirituellen Methoden ist die Energiequelle, aus der du deine Kraft schöpfst. Das Psychische bezieht sich auf die persönliche Welt, das Spirituelle auf das Göttliche.

Wenn du die spirituellen Schutztechniken anwendest, bist du dir ständig darüber bewußt, ein Werkzeug des Lichts zu sein. Du erkennst dieses Licht als die Quelle deines Lebens und

deiner Aktivität. Du erkennst, daß alles, was zu dir kommt, durch das Höhere Selbst vom Göttlichen kommt. Du erkennst, daß du an einem intelligenten Universum von Lichtwesen teilhast, die in Harmonie und Brüderlichkeit zusammenwirken.

Diese Erkenntnisse sind im Grunde alles, was du brauchst, um vom Licht geschützt zu sein. Die Visualisierung und das Gefühl, das diese Erkenntnis begleitet, erzeugen eine Mauer aus Licht um dich herum. Wir bewegen uns in einem Ozean von Einflüssen und sind ihnen zu allen Zeiten unterworfen. Neben dem ständigen Gebrauch der violetten Flamme, die deine Gestalt, deine Umgebung und deine sämtlichen Angewohnheiten einhüllt, findest du im folgenden einige empfohlene Methoden in Stichworten:

Für den physischen Körper:

- Bade häufig und trage saubere Kleidung (Kleider halten die Energie der Umgebung noch stundenlang in sich.)
- Nimm abwechselnd heiße und kalte Duschen, die deine Widerstandskraft gegen Krankheiten und gleichzeitig deine physisch-ätherische Ausgeglichenheit kräftigen.
- Gönn dir öfter mal eine Massage. Ich empfehle besonders Shiatsu und Akupunktur, die den ganzen Körper einbeziehen, besonders das energetische System.
- Liebe deinen Körper von innen heraus und von außen. Schau ihn dir an und würdige ihn, so wie er ist.

Für den emotionalen Körper:

- Mach von der Visualisierung des Lichts um den Solarplexus herum in Form einer Scheibe oder einer Kugel Gebrauch, besonders des goldenen Lichts, das die Nerven beruhigt und Frieden bringt.
- Umgib den Solarplexus mit einem breiten Gürtel aus elektrischem Blau, der deinen gesamten Hüftbereich umhüllt, vorn und hinten.
- Visualisiere ein Kleid aus Licht, das den ganzen Körper bedeckt (das ist sowohl für das Physische als auch für das Emotionale gut).
- Mudras, bestimmte Handhaltungen, unterbrechen die Aufnahme von emotionalen Energien von außen nach innen:

Daumen, Fingerspitzen von Zeige- und Mittelfinger berühren sich; Falten der Hände mit verschränkten Fingern; Arme über dem Solarplexus kreuzen.

- Visualisiere einen spiegelnden Schild um dich herum und schick alle Energien, die nicht Licht sind, wieder zum Absender zurück.
- Stell dir Kreuze aus blauen (weißen oder goldenen) Flammen vor, die entweder auf der Höhe des Solarplexus und des Bauchs vor dir schweben oder mindestens so groß sind wie dein gesamter physischer Körper. Dies ist eine allgemeine schützende Visualisierung mit vielseitigem Nutzen.
- Sieh einen Strom aus goldenem flüssigen Licht, der sich aus deinem göttlichen Selbst in dich hinein ergießt, insbesondere über deine Wirbelsäule; er fließt durch dich hindurch in dein gesamtes Nervensystem und umhüllt besonders das Gehirn. Diese Visualisierung wirkt anregend auf die Gedankentätigkeit.
- Stell dir vor, du stehst in einer goldenen schützenden Sonnenkugel - in Gegenwart deines göttlichen Selbst oder irgendeines Wesens, das du angerufen hast. Dies ist eine allgemeine Schutzmaßnahme, die dir immer zur Verfügung steht, sobald du dich der Arbeit am Licht widmest.
- Stell dir vor, du schmiedest ein Schwert aus blauen Flammen und befreist dich (oder einen anderen Menschen) mit mächtigen Hieben von allen Kraftlinien oder Einflüssen, die die Freiheit und die Erhaltung des Lichts beeinträchtigen könnten. Dies ist eine dramatische

mächtige Handlung, die auf allen Ebenen wirksam ist, besonders wenn du den Einflüssen die Affirmation entgegenhältst: »Ihr habt keine Macht«.

- Rufe die himmlischen Heerscharen an. Die Namen der Erzengel Michael, Raphael, Gabriel und Uriel bergen eine ganz besondere Macht. Lade sie und ihre Engelslegion ein. Du kannst auch die Engel jeder einzelnen Eigenschaft anrufen, die du brauchst: Sieg, Freiheit, Reinheit, Friede, Heilung und so weiter.

Für die mentalen Körper:

- Halte die Präsenz des Lichts in deinem physischen Gehirn, besonders die des goldenen Lichts. Sieh, wie es die graue Masse deines Gehirns in eine goldene Substanz verwandelt und die Schwingungsebene in deinem Gehirn anhebt, damit du die höheren Eindrücke wahrnehmen kannst.
- Visualisiere eine Kappe aus strahlend weißem oder kristallinem Licht, die deinen Schädel bedeckt, oder trage ein Stirnband aus goldenem Licht um deinen Kopf, wie es bis heute von nordamerikanischen Indianern getragen wird.
- Lade die leuchtende Präsenz der Lichtwesen ein, dich zu überschatten, deinen Geist zu klären, dir zu helfen, besser zu denken und dich zu erinnern.
- Visualisiere die Flammen der sieben Strahlen auf deiner Stirn, die sich direkt auf die Aktivität der Elohim beziehen. (Siehe auch die Abbildung in dem Kapitel über die Engel und Elementargeister.)

Diese Visualisierungen wurden mir im Laufe der Jahre von der Bruderschaft des Lichts übermittelt, und sie geschehen ganz spontan, ohne daß ich etwas dazutun müßte. Es liegt jedoch in unserer Natur, ständig Dinge tun zu wollen. Wir können daher unseren Tatendrang gut nutzen, um den Geist und die Schwingung des Lichts anzurufen. Wenn sich deine meditativen Fähigkeiten entwickeln und du in der Lage bist, dich in die Quelle dieser Energien einzustimmen, werden dir mehr und mehr Variationen offenbar werden. Die Welt der Farben und des Lichts in den höheren Schwingungsoktaven sind von berauschender Schönheit, sie stärken uns und erfreuen unseren Geist. Es gibt keine größere Macht als die Macht des Lichts. Denke daran. Und wage, danach zu leben.

Lege die Zeiten und den Rhythmus der Meditationen fest. Ganz gleich, wie kurz sie sein mögen, beginne und ende immer deinen Tag mit einer Lichtübung. Bevor du dein Zuhause oder deine Wohnung verläßt, schütze sie und dich selbst. Du kannst dir sogar vorstellen, wie du durch eine Rüstung aus Licht geschützt wirst. Oder du stellst dir den altbewährten undurchdringlichen magischen Zirkel vor, der von Zauberern, Magiern und Alchemisten zu allen Zeiten verwendet wurde. Umrunde dich selbst und den Bereich, den du schützen willst, mit einem Ring aus Licht.

Denk an die Kraft des gesprochenen Wortes. Achte auf dein Reden und paß auf, worauf du deine Kraft überträgst. Denn alles, was du denkst und sagst, wird sich auf irgendeine Weise immer bewahrheiten, irgendwann...

Außerdem solltest du wissen, daß das Licht, das in dir und durch dich immer heller erstrahlt, auf jeden Menschen scheint, der dir begegnet. Auf diese Weise wirst du, indem du dem ewigen heiligen Feuer des Geistes dienst, andere ebenso läutern, vervollkommen und schützen wie du dies für dich selbst tust.

Visualisierungen

Diese und die nächste Übung Olive Pixleys stammen aus dem Repertoire der Essener und werden am besten jeden Abend vor dem Zubettgehen durchgeführt. Die erste Übung räumt auf mit den Gedankenformen, Gefühlen und Eindrücken, die während des Tages und in der Vergangenheit angesammelt wurden; sie hilft uns, unseren unbewußten Widerstand gegen eine neue Lebensqualität zu überwinden und schützt uns, indem sie uns mit einer blauen Aura

umschließt.

Goldene Spiralen

Steh entspannt. Achte darauf, daß dein Körper gut ausgerichtet ist - die Knie locker (nicht ganz durchgedrückt), das Becken ein klein wenig eingezogen, um den Energiefluß die Wirbelsäule herauf und hinunter nicht zu behindern, die Schultern entspannt, das Kinn hängend, damit die Energie von der Wirbelsäule ins Gehirn auf- und wieder absteigen kann. Fühle, wie du in dem Lichtstrahl gehalten wirst, der in deinem Herzen verankert ist und direkt durch dich hindurch in die Erde geht. Spüre deine Füße fest auf der Erde, das Gewicht gleichmäßig zwischen der Ferse und dem Fußballen verteilt.

Nun visualisiere einen langen goldenen Faden, wie eine flexible goldene Schnur, die du insgesamt neunmal durch die Wirbelsäule fädelst. Jeder Teil deines in verschiedene Abschnitte geteilten Körpers wird durch eine der spiralförmigen Windungen durchschnitten. In der Abbildung 18 kannst du sehen, wie die Spiralen im Nacken beginnen und über dem Kopf von hinten nach vorne gezeichnet werden.

Beschreibe bei jedem Einatmen eine Drehung der Spirale. Zieh sie beim ersten Atemzug über den Kopf und durch den Hals... Beim Ausatmen führst du sie durch den Hals, im Nacken aus dem Körper hinaus, nach oben und vor dir wieder herunter, wobei die Spirale beim zweiten Einatmen am Brustbein wieder in den Körper eindringt...

Fahre damit fort, bis der Rumpf auf der gesamten Länge der Wirbelsäule neunmal durchschnitten wurde.

Achtung:

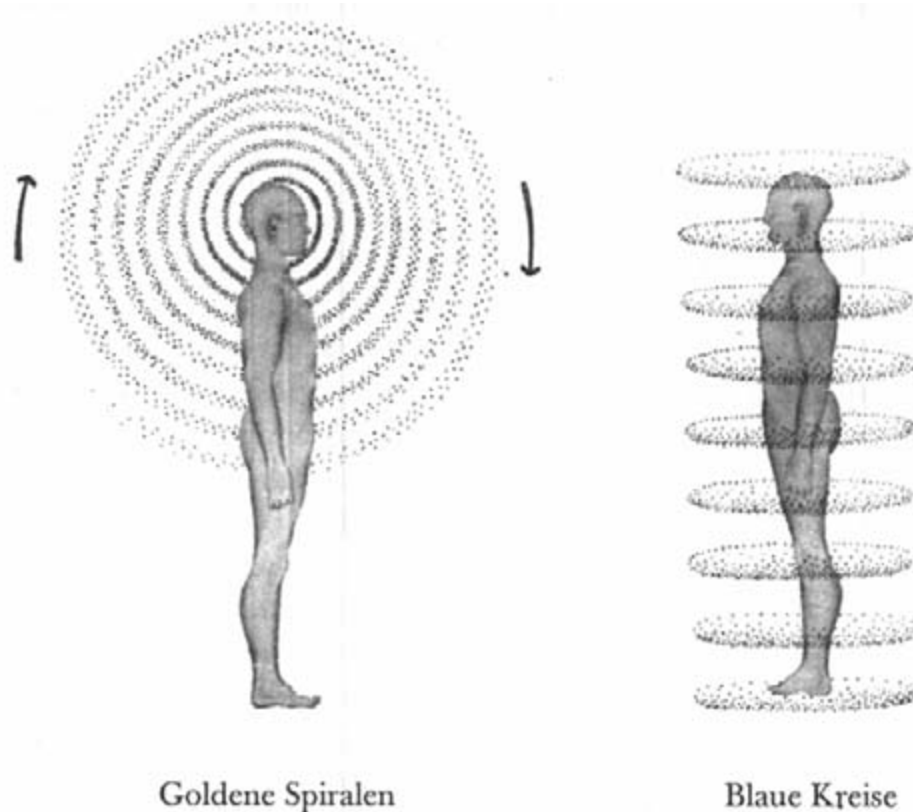
Dieses goldene Licht ist eine Substanz, die vollkommen mühelos alle anderen Substanzen durchdringen kann. Dies ist keine leichte Übung. Oft wird das Licht nicht direkt durch die Mitte gehen, sondern zur Seite schießen. Je mehr dies passiert, desto schwieriger ist es, das Licht zu beobachten, wenn es durch den Körper geht, aber desto wichtiger ist es, die Übung durchzuführen.

Blaue Kreise

Visualisiere einen Kreis aus wunderschönem Blau, mit dem Glanz eines lebendigen Saphirs, direkt über deinem Kopf. Der Kreis sollte weit genug sein, um den Kopf zu umrunden, aber nicht zu berühren. Unterhalb dieses Kreises umgeben acht weitere Kreise deinen Körper, der letzte, wie in der Abbildung zu sehen, direkt an den Fußsohlen.

Ziehe beim Ausatmen den blauen Kreis über deinem Kopf herunter zum zweiten Kreis. Halte für einen Moment dieses Bild fest ... und laß dann die beiden Kreise miteinander verschmelzen.

Ziehe anschließend die Kreise herunter auf die Herzebene und schau zu, wie die drei Kreise ebenfalls zu einer Einheit verschmelzen. Fahre so lange damit fort, bis du dich neunmal umrundet hast, wobei du die jeweils obersten Kreise herabsenkst. Wenn alle neun Kreise vereint deine Füße umrunden, verschwinden sie von selbst. Du kannst diese Übung dreimal hintereinander durchführen. Wenn du zu Bett gehst, kannst du dich selbst als Lichtkreuz visualisieren, von Kopf bis Fuß und quer über die Schultern.



Goldene Spiralen

Blaue Kreise

Abbildung 18: Goldene Spiralen und blaue Kreise

»Sah - Weh«

Diese Übung wird ebenfalls im Stehen durchgeführt und schließt den gesamten Energiekreislauf aller deiner Körper ein. Visualisiere einen goldenen Halbmond über der rechten Seite des Kopfes und einen weiteren tiefblauen zwischen den Füßen, die Teil dieses Halbmondes sind.

Ziehe zum Klang eines geflüsterten »Sah« auf ein tiefes Ausatmen den goldenen Halbmond hinab zur Erde. Gleichzeitig ziehst du den blauen Halbmond durch die Mitte des Körpers herauf, bis ganz an die Spitze des Kopfes, wo du ihn mit Licht erfüllst. Beim Einatmen zum Klang eines »Weh« steigt der goldene Halbmond wieder hinauf und der blaue sinkt herab. Beim nächsten Ausatmen kehren zum inneren Klang eines »Sah« die Halbmonde wieder zu ihrer ursprünglichen Position zurück. Visualisiere, wie das Licht, das in den blauen Halbmond hineingeflossen ist, im ganzen Körper und in jeder Zelle verteilt wird. Wiederhole die Übung dreimal.

Menschliche Beziehungen und Alchemie

Religion und Gefühl

Die Kraft, die hinter der Dynamik von Gefühlen steckt, ist gewaltig. Es ist die Kraft, die durch den Druck freigesetzt wird, der vom Bewußtsein auf die Materie ausgeübt wird. Anders gesagt, es ist die Kraft hinter der alchemistischen Wandlung. Diese Kraft kann Berge versetzen. In ihrer reinsten Form kann sie menschliche Emotionen dazu bringen, die Kraft des Glaubens, des Gebetes, zum Ausdruck zu bringen. Die Weisen des Altertums kannten die Kraft der menschlichen Gefühle und versuchten, möglichst viele Menschen auf möglichst viele verschiedene Weisen über den Begriff des Göttlichen zu belehren.

Im Orient wurde Gott als ein Gast gesehen, der jeden Moment unerwartet eintreffen konnte. Der Suchende oder Schüler lebt im Schatten dieser allmächtigen Größe, die sich unangekündigt, äußerst flüchtig und unberechenbar, von Zeit zu Zeit manifestiert. Er muß ein gutes, hingebungsvolles Leben führen, allzeit bewußt und offen, um nicht den Moment des göttlichen Besuchs zu verpassen.

In der jüdisch-christlichen Tradition wird Gott als Vater-Sohn-Einheit gesehen, der sich emotional auf seine Kinder durch Strafe und Belohnung, durch aktives Handeln sowie durch verdiente Gnade bezieht. Die Zeit ist kurz, und es gibt nur ein Leben. Gebet ist hier ein Dialog, der gelegentlich zu einer Art Tauschhandel wird, ein Geben und Nehmen, das in Abwesenheit echter Liebe noch immer einen Geschmack des alttestamentarischen »Auge um Auge und Zahn um Zahn« trägt.

Die Sufis sehen Gott als die Geliebte. Der fortgeschrittene Sucher nimmt die Rolle des männlichen Werbers ein. Gott muß erobert und verführt werden. Das Gebet ist ein Liebeslied, und die Emotionen werden bis zur Ekstase und Verzückung gesteigert.

Die Moslems sehen in Gott einen Freund, und die Tugenden des rechten Handelns und der Verehrung werden in der Umgebung des alltäglichen Lebens zur Kunst des Rituals erhoben. Die amerikanischen Indianer betrachten Gott als den großen männlichweiblichen Geist, in dem alle Funktionen und Kräfte, Manifestationen und Lehren wohnen. Er repräsentiert den Pfad des Kriegers, die Grundlage der Mystik ganz Amerikas.

Religion, wie wir sie kennen, ist in erster Linie emotionale Begegnung mit dem Göttlichen. Sie hat ihre Wurzeln im Glauben und im subjektiven emotionalen Erleben. Emotion ist die Triebkraft der Schöpfung, und sie ist, wie wir wissen, ein Aspekt des Sexuellen.

Durch die ständige Betonung von Emotionen, die auf Wünschen und Begierden beruhen, anstatt auf echten Gefühlen, echter Sensibilität und einer Bindung an die innere Quelle, begann der Mensch zu glauben, daß die Kraft außerhalb seiner selbst liegt, daß Gott eine Kraft im Äußeren ist. Wenn die oberste Beziehung die zum Schöpfer ist, werden alle anderen Beziehungen dies reflektieren. Wir nehmen uns selbst die Verantwortung aus der Hand und geben sie nach außen ab.

Die Sehnsucht

Ebenso wie bei einer sexuellen Beziehung hat die Sehnsucht in einer emotionalen Bindung ihre Wurzeln in dem Urtrieb, sich wieder mit dem Göttlichen zu vereinigen und zu jener ursprünglichen Einheit und Ganzheit zurückzufinden, die nur noch in einer blassen, aber tiefsitzenden Erinnerung vorhanden ist. Diese Sehnsucht wird auf unsere Beziehungen übertragen, womit eine Enttäuschung geradezu vorprogrammiert ist. Die Beziehung zum Schöpfer hingegen ist vom Wesen her nicht emotional - sie beruht nicht auf Gegenseitigkeit und unterliegt keinerlei Bedingungen. Außerdem bezieht sie sich nicht auf etwas außerhalb unserer selbst und unterliegt nicht der Vergänglichkeit der dreidimensionalen Physikalität. Wenn wir dies wirklich verstehen würden, dann würden wir uns nicht so tief in menschliche Beziehungen verstricken. Wir würden nicht soviel erwarten und fordern, würden gar nicht erst versuchen, andere zu beeinflussen, und damit dem emotionalen Gefängnis von Zurückweisung, Betrug und Trauer, das die zwangsläufige Folge solchen Verhaltens ist, entgehen.

Die alchemistische Hochzeit

Die Vereinigung zweier Menschen, insbesondere verschiedenen Geschlechts, erzeugt ein Kraftfeld, das in seiner Dynamik dem Schöpfungsprozeß entspricht. Das Kraftfeld entsteht durch die Vereinigung der negativen und der positiven Polarität auf allen energetischen und dimensional Ebenen. Die Vereinigung reflektiert den Prozeß, der individuell in jeder Person auf Zellebene stattfindet: die Begegnung von Licht und Materie in der Erschaffung des Bewußtseins.

Die äußere Beziehung ist ein Abbild der inneren Beziehung zum eigenen Sein oder der eigenen Quelle. Ich kann andere Menschen nur dann so sehen, wie sie wirklich sind, und ihnen offen begegnen, wenn ich mir selbst begegnet bin und mich selbst sehe. Wenn ich mich nicht selbst sehe, werde ich alles, was ich nicht sehen und annehmen will, auf jemand anders projizieren. Das schließt das Negative ebenso ein wie das Positive. In der Praxis dienen menschliche Beziehungen dazu, alles, was wir emotional, mental und physisch projizieren, auf uns selbst zurückzuwerfen.

Ich kenne zwei Psychotherapeuten, einen Mann und eine Frau, die eine außerordentlich starke Beziehung zueinander hatten, vereinigt in ihrer gemeinsamen Vision des Dienens - in der Zusammenarbeit für das Licht. Beide sind hoch entwickelte vergeistigte Menschen mit einem hohen Bewußtsein für die Verantwortung, die das Leben uns überträgt, und beide gleichermaßen körperlich sensibel. Beide genießen einen guten Ruf und leiten Seminare. Beide gelten auf ihrem Gebiet als Autoritäten. Als sie sich begegneten, trafen sich Welten. Nachdem sie sich ein paar Flitterwochen gegönnt hatten, begannen die beiden sich jedoch extrem unwohl zu fühlen. Die andere Seite des Spiegels wurde offenbar. Die Unvollkommenheiten, die beide in die Beziehung einbrachten, ihre Fehler und Schwächen, traten zutage. Die beiden »hochspirituellen« Wesen begannen aufeinander in einer Weise einzuhacken und sich anzuschreien, die sie selbst immer wieder erstaunte. Einer machte den anderen für seine Zwietracht verantwortlich. Sie brauchten eine Weile, bevor sie selbst sehen konnten, was sie da inszenierten. Um die Situation aus der Perspektive des Höheren Selbst zu sehen, bedurften beide fremder Hilfe. Sie erkannten, daß es ihre eigenen Mängel waren, ihre Vorspiegelungen, die Kluft zwischen dem, was sie sein wollten, und dem was sie in ihrer Persönlichkeit tatsächlich darstellten.

Besonders der Mann fand es schwierig, seine Wut zu akzeptieren. Er hatte eine sanfte, glatte Fassade einer angeblich spirituellen Lebensweise entwickelt, samt den dazugehörigen Tugenden von Harmlosigkeit und Offenheit, Anspruchslosigkeit und Bescheidenheit. Er mußte zugeben, daß sein weltlicher Erfolg, besonders in punkto Beziehungen, wiederholt in Frage gestellt worden war. Ganz besonders galt das für die Beziehung zu dieser starken Frau, die ihn - aus seiner Perspektive - seiner Männlichkeit beraubte.

Sie wiederum warf seine unausgedrückte Wut auf ihn zurück in dem Versuch, die Stärke in ihm zu provozieren, die sie bei ihm suchte, um sich sicher zu fühlen. Was sie jedoch auf ihn projizierte, war ihre eigene Angst. Sie war niemals in der Lage gewesen, sich ganz einem Mann hinzugeben. Es mangelte ihr an gesundem Menschenvertrauen, und sie war durch Beziehungen, die aus ihrer Perspektive immer ausbeuterisch und enttäuschend waren, insgeheim verbittert worden. Die Beziehung war auf der persönlichen Ebene für beide eine Enttäuschung. Je sanfter er wurde, desto wütender wurde sie. Und so weiter und so weiter... Es war eine emotionale Sackgasse, aus der sich weder sie noch er aus eigener Kraft befreien konnte, außer mit spirituellen Mitteln. Nur aus einer übergeordneten Perspektive konnten sie ihrer gegenseitigen Aversion den Wind aus den Segeln nehmen. Es stellte sich heraus, daß die beiden zusammengekommen waren, um die Lektionen der Liebe und der Transzendenz zu meistern - die psychische Seite der Ebene des Herzchakras.

Beide spielten sich gegenseitig ihre Unabhängigkeit vor, indem sie meinten, dem anderen ständig zuviel zu geben und ihn therapieren zu müssen. Gemeinsam lernten sie den Rhythmus des Gebens und des Nehmens durch den Läuterungsprozeß von Feuer in Licht. Ihre emotionale Verstrickung war ein notwendiger Prozeß. Indem sie gemeinsam die intensive emotionale Energie erzeugten, zusammen mit dem Feuer, das aus einer Aktivierung der niederen Chakras resultiert, waren sie zu einer Konfrontation gezwungen, die eine alchemistische Wandlung des Feuers in Licht herbeiführte - ein Licht, das weitaus größer war als das, was jeder von ihnen als einzelner bewirken konnte. Ihre Konfrontationen, sowohl positiv als auch negativ, erwiesen sich als eine alchemistische Arena für spirituelles Wachstum.

Die wahre Bedeutung der alchemistischen Hochzeit ist verlorengegangen. Wir können sie nur in uns selbst finden, in der Vereinigung und Partnerschaft als unabhängige, schöpferische Individuen. In einem Zustand gleichbleibend hoher Stabilität kann die Hochzeit, die Verschmelzung zweier gleichwertiger ganzer Menschen wahre Wunder vollbringen. Eine Vereinigung auf dieser Ebene verstärkt die Resonanz und Schwingungsfrequenz, und zwar nicht nur summarisch, sondern in Potenz.

Die alchemistische Hochzeit vereint Feuer und Wasser - die schöpferische Energie des heiligen Feuers des Göttlichen mit der Kraft der flüssigen Energien des persönlichen Gefühls. Das geschieht im Inneren. Das Äußere ist nicht nur eine Reflektion dieses inneren Zustandes, es ist dazu da, dieser Innerlichkeit zu helfen und sie auszulösen. Durch das Medium der Polarität, durch die Trennung in positive und negative Elemente, wird jene Sehnsucht erzeugt, die uns über die Grenzen der Rationalität in die Welt des Herzens trägt, die Welt der reinen Gefühle, durch die wir die Erhabenheit der Quelle in immer höherem Maß intuitiv erfassen können. Menschliche Beziehungen sind im Grunde von Natur aus frustrierend - sie sind eine göttliche Plage.

Sexuelle Energie

Die wichtigste Lektion, die wir in einer Beziehung lernen können, ist die Lektion der liebevollen Partnerschaft. Wir lernen, wir selbst zu sein, indem wir dem anderen gestatten, er selbst zu sein. Wir lernen die Kunst des Gebens und Nehmens, lernen, Kompromisse einzugehen und aktiv am Schöpfungsprozeß teilzuhaben. Diese Lektionen werden begleitet von Schwingungen extremer und verwirrender Intensität. Die sexuellen Energien, die Teil aller Beziehungen sind, seien sie zölibatär oder nicht, üben eine enorme irdische Anziehungskraft aus, einen Drang zur Dichte, zur Dreidimensionalität und Linearität. Die sexuelle Energie wird dominiert vom Rhythmus des Fleisches, sich fortzupflanzen. Sie ist die Schwingung des Animalischen in der Materie, die lauter ist als alle anderen Resonanzen in uns. Sie ist die Pauke, die all die zarten, kleinen, kristallinen Stimmen unseres Höheren Selbst so lange verstummen läßt, bis wir lernen, sie richtig zu orchestrieren.

Dies war ursprünglich die Aufgabe der uralten Disziplin des Tantra, die sexuelle Energie als Weg zum Schöpfer einsetzte. Die frühen Religionen kannten die unbestreitbare Macht des Geschlechtstriebes und trafen Vorkehrungen, sie in die Gesetzmäßigkeiten der Spiritualität zu integrieren. Die alten Weisen wußten, daß die Kraft der Transformation und letztlich auch der alchemistischen Wandlung in der sexuellen Energie enthalten ist.

Der richtige Umgang mit dieser Energie ist ein anderes Thema. Wie bei allen Energien sind wir gefordert, sie meistern zu lernen, sie weder zu verlieren noch zu unterdrücken, noch in ihr zu schwelgen oder sie zur Selbstbestätigung zu mißbrauchen. In einer besseren Welt, in der wir nicht ständig von hypnotisierenden und kulturellen Einflüssen kontrolliert werden, die ständig auf uns eindringen und zu zwanghaftem Essen, Sex und Alkoholmißbrauch anstiften, sind wir auch besser vorbereitet, die sexuellen Energien zu verstehen und mit ihnen umzugehen. Diese bessere Welt fängt bei dir an, in dem Augenblick, in dem du dich entschließt, den Lauf deiner Welt zu stoppen.

Eine meiner Klientinnen, eine junge Frau in den Dreißigern, kam zu mir, weil sie verwirrt war über ihre Rolle als Frau und unter furchtbaren Schuldgefühlen litt, weil sie meinte, homosexuell zu sein. Ihre Eltern hatten es versäumt, ihr positive körperliche Umgangsformen vorzuleben. Ihre Mutter schien eine herzliche Frau zu sein, zu der sie ein »enges« Verhältnis hatte, was die Ratlosigkeit meiner Klientin jedoch noch verstärkte. Ihre Herzlichkeit war niemals körperbezogen. Das Kind war mit Phantasien von weiblichen Körpern aufgewachsen, die in ihren späteren Jahren dramatische Ausmaße angenommen hatten.

Sie war ein empfindliches, vergeistigtes Kind und begann bereits als Teenager zu meditieren. Sie konnte ohne Probleme interdimensionale Ebenen voller Licht und glänzender Schönheit erreichen. Ihr Problem lag vielmehr auf der Ebene ihres Erdenlebens, insbesondere in ihrer

Sexualität. Der überwiegende Teil meiner Arbeit mit ihr bestand darin, ihre körperliche Energie in die niederen Chakras herabzubringen. Das ist völlig anders als der gewöhnliche Ablauf bei »normalen«, etwas materialistisch eingestellten Menschen, deren Energien geläutert, beschleunigt und hinauf in die höheren Chakras gebracht werden müssen. Die Kluft zwischen ihrer Persönlichkeit und ihrer spirituellen Identität war abgrundtief. Ihre Beziehung zur ihrer Mutter verstärkte noch die Atmosphäre, die ihr die Lektion erteilte, die sie zu lernen hatte: die Verkörperung der spirituellen Aspekte in einem physischen Körper, in irdischer Gestalt. Sie mußte lernen, Licht in ihre Sexualität zu bringen. Die wütende Leidenschaft in ihr entsprach dem Grad ihrer Verneinung, als Spiegelung des Mangels an körperlicher Nähe zu ihrer Mutter.

Der Prozeß wurde durch ihre sexuellen Phantasien von Hexerei und Schamanismus noch verstärkt, die bei ihr für Lebensformen mit exzessiven sexuellen Praktiken standen. Das Ganze resultierte in extremer Enthaltensamkeit gepaart mit ausschweifenden Phantasien. Derartige Gefühle können erhebliche Verwirrung in einer fortgeschrittenen Seele stiften, die sich entschlossen hat, an der Auflösung solcher Tendenzen zu arbeiten. Fanatismus und Selbstvorwürfe enden in Schuldgefühlen und sogar in Selbstmordgedanken. Ich half ihr zu sehen, daß hinter den Selbstvorwürfen dieselben Impulse steckten wie hinter ihrem Streben nach Reinheit und Integration. Die Energie, die sie treibt, ist nicht ihr Feind, sondern ihr Freund.

Ganz allmählich konnte sie mit Hilfe des Verständnisses ihrer eigenen energetischen Kreisläufe und der spirituellen Kraft der höchsten ihr zugänglichen Dimensionen die Spannung lösen, die von den Gegensätzen in ihr erzeugt worden war. Gleichzeitig begann sie die Natur ihres körperlichen Verlangens zu verstehen und zu akzeptieren. Wenn du merkst, daß du nicht dein Körper bist, sondern daß dein Körper eine eigene elementare, selbstverwaltete Intelligenz ist, kannst du dich von der Identifikation mit ihm befreien. Du kannst für ihn sorgen, ihn lieben, nähren und liebevoll disziplinieren. Sexualität ist ein körperlicher Trieb, nicht mehr und nicht weniger. Was wir hinzufügen, ist unser eigenes Machwerk und häufig nur dazu da, unsere Wünsche zu kaschieren.

Romantische Verliebtheit ist, nüchtern betrachtet, häufig nur emotional verbrämte Lust. Sie ist emotional ausgelebte Sexualität, die in ästhetische Formen gebracht wird, die dem Charakter der Betroffenen entsprechen. So schön wie eine Romanze sein kann, ist sie doch häufig nur Illusion.

Es gibt drei Ebenen des Ausdrucks von Liebe. Lust ist der physische Kern, romantische Liebe das emotionale Gegenstück in einer höheren Schwingung und spirituelle Liebe oder Mitgefühl die höchstmögliche Resonanz mit einem Geist, der eine Polarität zur Materie bildet. Nur auf dieser Ebene können wir die Energien überwinden, die uns binden, blenden und verführen.

Auf der Ebene der Lust lernen wir Energie anzuregen und zu projizieren, den Trieb zu nutzen und zu befriedigen. Auf der Ebene der Liebe, zusammen mit Emotionen, lernen wir zu geben und zu nehmen, füreinander zu sorgen und uns selbst und den anderen ernst zu nehmen.

Sobald diese Ebene gemeistert ist, beginnt die Sehnsucht nach mehr. Wir merken, daß physische und emotionale Vereinigung nicht genug ist. Emotionale Liebe öffnet die Tore des Herzens, indem sie uns durch Prüfungen von Angst und Zweifeln sowie Furcht vor unser eigenen Existenz und Identität führt. Emotionale Liebe lehrt uns, wie wir die Energien des Gefühls mit der Ursubstanz vereinigen können, die den Sexualtrieb hervorbringt.

Die Liebe im Menschen ist das Tor zum Göttlichen. Die leidenschaftliche Intensität auf der Ebene des Gefühls, sei sie auf einen anderen Menschen oder auf Gott direkt gerichtet, liefert die Energie für mehr und höhere Kreativität, indem sie uns neue Möglichkeiten gibt, uns selbst zu bestimmen. Liebe schließt alles ein. In Liebe sind wir mehr als unser individuelles Selbst. Liebe selbst ist ein Quantensprung, der uns an den Rand des totalen Loslassens führt, der Sprung in die Interdimensionalität. Indem wir andere lieben, werden wir weit, beschleunigen unsere eigene Schwingung bis zu einem Punkt, an dem wir mit unserem

Höheren Selbst verschmelzen. An diesem Punkt sind wir in kosmischer oder spiritueller Liebe und werden zu dem, was man im östlichen Denken einen »Buddha« nennt, einen mitfühlenden Menschen. Ein Buddha zu werden, ist für niemanden unmöglich.

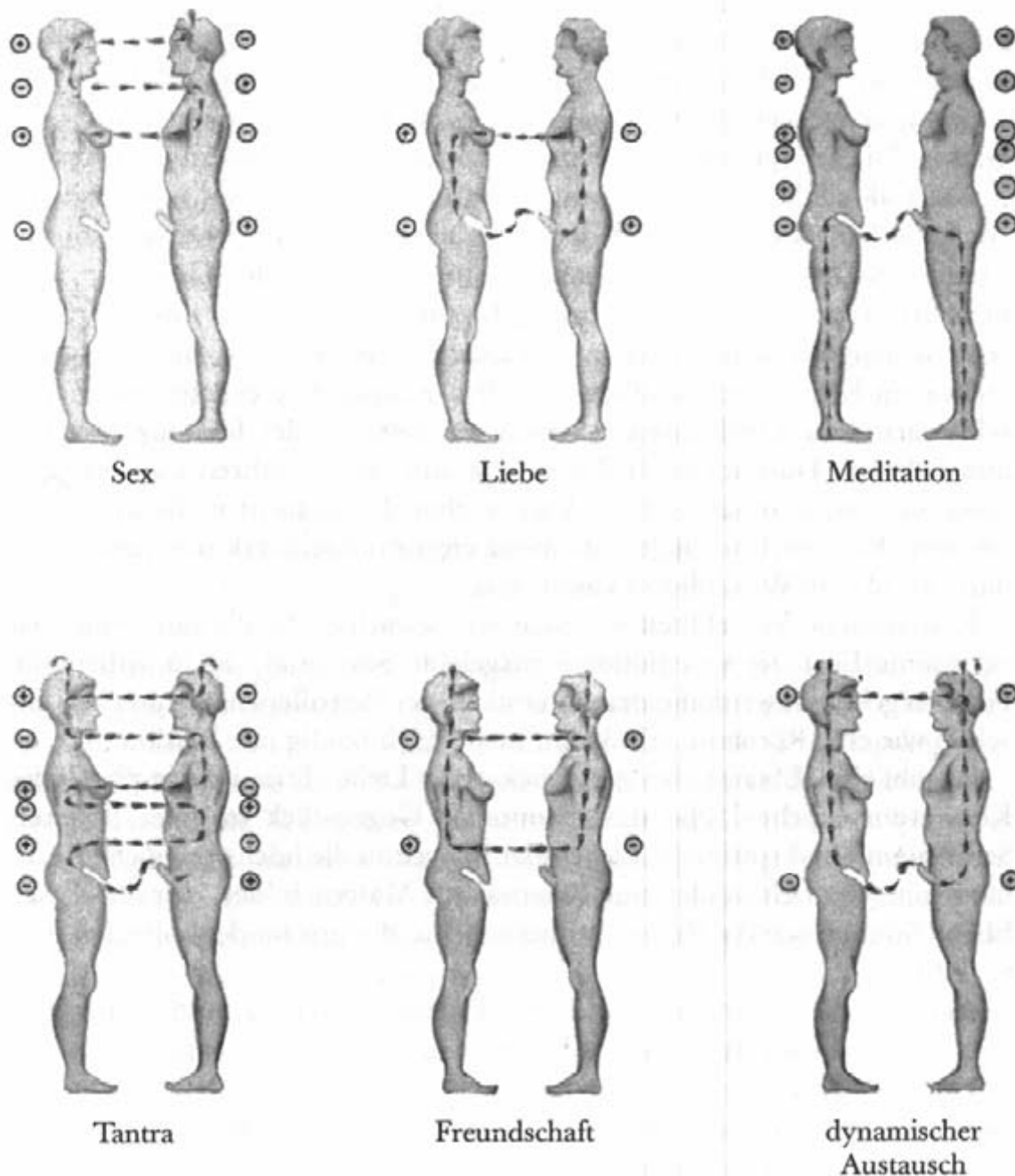


Abbildung 19: Energetisches Zusammenspiel zwischen Partnern verschiedenen Geschlechts

Die Kunst der Beziehung

Die Kunst der Beziehung zu erlernen, erfordert ein gewisses Verständnis und Wissen um die Energien, die in einer Partnerschaft eine Rolle spielen. Zuerst macht es jedoch erforderlich, daß wir den Unterschied zwischen einer Begegnung und einer Verschmelzung verstehen. Bei der Liebe ist der Wunsch, mit dem anderen zu verschmelzen, so total, daß wir uns selbst darin verlieren können. Darin liegt die eigentliche Gefahr. Uns selbst in den Energien der Liebe zu verlieren, ist etwas anderes, als unsere Macht, unsere Identität zu vergeben. Anstatt, wie

Kahlil Gilbran beschreibt, zu »zwei Säulen« zu werden, zerfallen wir zu einer Ruine. Wir geben die Verantwortung an den anderen ab und verlieren uns selbst gleichzeitig. Das nie zu vergessen, ist der Schlüssel zur Kunst der Beziehung.

Die Lektionen der Liebe sind Lektionen der richtigen Anwendung unserer Macht - der Macht über uns selbst und über andere -, die letztlich zur Erkenntnis der höchsten Macht durch uns führt.

In unserer überromantisierten Gesellschaft haben wir es furchtbar eilig, miteinander zu verschmelzen, in der Hoffnung, in der Illusion des anderen das zu finden, an was es uns selbst mangelt. So treffen sich zwei taube, blinde Menschen in der Hoffnung, durch den anderen zu hören und zu sehen. Sie sind enttäuscht, wenn es ihnen nicht gelingt, und machen sich gegenseitig dafür verantwortlich, daß sie ihr Versprechen nicht eingehalten haben.

Energiedynamik

Die sexuelle Verbindung zweier Menschen öffnet einen Energiekreislauf zwischen ihnen, durch den ihre gesamte persönliche Geschichte projiziert wird. Wenn du mit jemandem schläfst - insbesondere wenn du mit ihm Geschlechtsverkehr hast -, dann schläfst du mit jedem, mit dem die Person jemals zusammen war, mit jedem, mit dem diese jemals zusammen waren, sowie mit allem, was sie jemals getan oder gelassen haben. Du verschmilzt mit der gesamten menschlichen Schöpfung durch das Leben auf diesem Planeten und nimmst zwangsläufig ihre gesamte Last auf dich. Du wirst karmisch gebunden. Oberflächlicher Sex und oberflächliche Begegnungen sind eine der Hauptursachen emotionaler Umweltverschmutzung.

Wenn wir verstehen, daß wir ein Energiefeld mit bestimmten Fähigkeiten und Wahrnehmungen sind und daß dieses Energiefeld extrem empfindlich auf andere Schwingungen ähnlicher Natur reagiert, dann können wir beginnen, für es zu sorgen, es zu schützen und die Reinheit seiner Funktionen zu bewahren.

Wenn wir jemanden treffen und von ihm angezogen sind, werden wir die Quelle dieser Anziehungskraft erkennen, ohne sie zu verurteilen oder uns etwas vorzumachen. Wir werden die Freiheit haben, dem Menschen zu begegnen oder mit ihm zu verschmelzen, und wir werden uns darüber bewußt sein, daß die Entscheidung in unserer Hand liegt. Wir sind nicht von blinden Kräften versucht oder getrieben, die wir weder verstehen noch verstehen wollen. Wir haben die Verantwortung für unser Handeln sowie für die Wirkungen unseres Handelns übernommen - hoffentlich im Geist der Liebe.

In dem Augenblick, in dem wir uns sexuell (physisch, mental oder emotional) mit jemandem verbinden, aktivieren wir die Funktion der Chakras auf horizontalem Weg. Wir beginnen, gemeinsam mit dem anderen Energiekreisläufe zu bilden.

Noch komplizierter wird es, wenn wir an die psychischen Merkmale jedes Chakras denken - die Lektionen, die damit verbunden sind, wenn wir mit den verschiedenen Energiefrequenzen und -qualitäten umzugehen lernen, die wir normalerweise »karmisch« nennen.

Am Basischakra bestand die Lektion aus Reinheit und dem rechten Gebrauch des persönlichen Willens. Am zweiten betraf sie den Gebrauch von Emotionen und das Erreichen einer Individualität sowie das Erlernen des Gleichgewichts zwischen sozialer und persönlicher Realität. Am dritten Chakra bestand die Lektion aus Kontrolle und Unterwerfung beziehungsweise Kooperation. Auf der Ebene des Herzens ging es um Vertrauen, Bedingungslosigkeit und die Verbindung von Bewußtsein und Materie.

Die in den höheren Chakras enthaltenen Lektionen sind: auf der Ebene des fünften oder Halschakras Kreativität und göttlicher Wille, am dritten Auge Konzentration und Heiligung und am siebenten kosmisches Bewußtsein und alchemistische Wandlung.

Jedes der Chakras bietet eine Lektion, die nur in einer Beziehung gelernt werden kann, da sie sich auf die richtige Entwicklung der Persönlichkeit in Orientierung auf das Höhere Selbst bezieht. Der Boden ist bereitet, wenn die Energie, die nach Integration strebt (auf der Ebene

der betroffenen Chakras), nach außen strahlt und die entsprechenden Energien draußen findet, die ihr helfen, sich Ausdruck zu verschaffen, eine Lösung herbeizuführen.

Ein Beispiel: Wenn ich Bescheidenheit lernen muß, eine Lektion des Herzens, werde ich ständig von Menschen und Situationen angezogen, die das Stolze und Arrogante in mir hervorbringen. Gleichwie, der Druck der Energie verstärkt sich in einem Maße, daß es im Bewußtsein förmlich explodiert, mir sozusagen ins Gesicht springt, und ich mich einfach nicht mehr entziehen kann. Wenn ich diesmal meine Lektion nicht lernen kann, werde ich immer wieder und immer mehr leiden, bis ich schließlich meine Lektion begriffen habe. Es ist meine eigene Energie, die die Situation bestimmt, meine eigene Unvollständigkeit.

Eine meiner Klientinnen ist in eine Beziehung verwickelt, die typisch ist für die Lektionen, die eine Solarplexus-Bindung bietet. Beide Partner versuchen einander zu dominieren. Eine zwanghafte Anziehung auf der einen und eine gleichermaßen zwanghafte Haßliebe auf der anderen Seite prägen die Beziehung. Sie kommen nicht zusammen, können sich aber auch nicht trennen. Ihre Verbindung wird durch eine starke Sexualität und eine gleichermaßen intensive Emotionalität geprägt.

Es ist typisch für den männlichen Partner, daß er nur zögernd eine Verpflichtung eingeht, während der weibliche förmlich danach hungert. Sie kann nicht aufhören, an ihn zu denken, sich darum zu sorgen, was er tun, mit wem er zusammen sein mag. Ich habe meiner Klientin versucht zu erklären, daß wir, um Klarheit in die Situation zu bringen, sowohl energetisch als auch verbal vorgehen müssen. Ein bloßes Verständnis der Situation wird überhaupt nichts ändern, solange die emotionalen Energien nicht zur Ruhe gebracht sind. Um dies zu erreichen, müssen wir zuerst die Gedanken auf etwas anderes als ihre Sexualität lenken, als nächstes ihre Energien harmonisieren und dann noch einmal genau hinschauen. Gleichzeitig beschäftige ich mich mit ihren mentalen Gewohnheiten und ihren Emotionen. An Spiritualität ist da vorerst nicht zu denken.

Immer wenn sie über Geistheilung oder Methoden des Energieausgleichs einen Punkt der Stille erreicht, werden Angst und Wut in ihr wach. Sie traut sich jedoch nicht, ihre Angst und ihre Wut loszulassen, und bringt sofort wieder Gedanken hervor, die körperlich in ihr eine emotionale Reaktion hervorrufen, welche die Situation weiter fortsetzt. Sie ist das, was man gewöhnlich »manisch-depressiv« nennen würde.

Hinter allem steht das Echo eines kindlichen Hilferufs: »Mama, laß mich nicht allein!« Sie war bereits in jungen Jahren von einer ehrgeizigen schauspielernden Mutter, die unfähig war, sie auch nur ein wenig zu lieben, in eine Schauspielerkarriere gedrängt worden. Bis auf den heutigen Tag lebt sie in ihren Partnerschaften ihr unerfülltes Bedürfnis nach Bestätigung durch ihre Mutter aus. Diesmal hat sie in ihrem Partner die perfekte Ergänzung gefunden, denn seine bloße Gegenwart verstärkt schon ihre Angst vor Verlassenwerden und Zurückweisung, ihr Gefühl der Wertlosigkeit.

Eine konventionelle Therapie würde diese psychische Situation nur in ihre Einzelteile zerlegen und zu einem einzigen Brei vermischen, und nichts würde gelöst. Die Frau ist emotional an ihren Partner und ihre Mutter gebunden. Außerdem wird sie immer wieder mit einer für sie typischen Art von Rachegelesten konfrontiert, einer Art Mißbrauch ihres Kraftzentrums, des Solarplexus. Die Energie auf dieser Ebene verlangt danach, zurückgehalten zu werden. Sie muß lernen, sich selbst statt andere zu kontrollieren. Dabei wird sie auf sich selbst zurückgeworfen, auf ihr eigenes Vermögen, die Kraft in ihr selbst. Sie ist an einem Punkt qualitativer Veränderung. Entweder sie wagt den Sprung in die Spiritualität durch Vergebung, oder sie wird ihr Elend noch weiter verstärken.

Eine solche emotional belastete Beziehung kann ebensogut zwischen gleichgeschlechtlichen Partnern stattfinden. Tatsächlich sind homosexuelle Beziehungen häufig noch intensiver als heterosexuelle. Die Spannung zwischen gleichen Energien verstärkt die Aktivität des emotionalen Körpers, besonders dort, wo sexuelle Energien eine Rolle spielen. Das Verlangen nach Berührungen, Gefühlen und Empfindungen kann eine enorme Sucht sein, die, wie alle

Arten von Abhängigkeit, nur schwer durchbrochen werden kann. Dabei setze ich natürlich voraus, daß wir alle frei von Abhängigkeiten sein wollen.

Zwischen Menschen gleichen oder verschiedenen Geschlechts bilden sich Kreisläufe unterschiedlicher Intensität, je nachdem, auf welcher Bewußtseinsebene beide Partner sich befinden. In homosexuellen Beziehungen gibt es, obwohl die Körper demselben Geschlecht angehören, fast immer eine psychisch-energetische Verschiebung, die den einen Partner mehr maskulin und den anderen mehr feminin veranlagt. Diese Verschiebungen stammen nach meiner Überzeugung eher aus einer persönlichen Entwicklungsgeschichte, die weit tiefer liegt als das, was eine gewöhnliche Erziehung bewirkt.

Es gibt sehr viele verschiedene Dynamiken gegenseitiger Anziehung, und es ist unmöglich, hier alle abzuhandeln. Es erübrigt sich zu sagen, daß es auch rein mentale homosexuelle Beziehungen geben kann, selbst wenn die Partner physisch dem entgegengesetzten Geschlecht angehören. Die Lektionen, die aus der Homosexualität gelernt werden, haben normalerweise mit dem Erlernen der Integration auf körperlicher Ebene zu tun.

Insbesondere für weit fortgeschrittene Seelen ist die Bindung an Empfindungen und Emotionen immer eine zuverlässige Methode, um im Leben Ruhe und Sicherheit zu finden. Man geht jedoch dadurch einer Verfeinerung der Energien aus dem Weg. Man fürchtet den Verlust der sexuellen Lust, des sexuellen Reizes und des Spiels der Geschlechter im allgemeinen. Das trifft aufweite Bereiche unserer Kultur zu. Die Angst hindert den einzelnen daran, höhere und feinere Grade der Ekstase zu erreichen. Auf einer höheren Entwicklungsstufe wird die Sexualität in ihrer richtigen Perspektive gesehen, als eine Art, sich zu begegnen, zu verschmelzen und einander Liebe und Freude zu schenken. Das Besessensein von ausschweifendem Sex ist ein Merkmal einer rückschrittlichen Kultur, die auf die Stimulierung der dichter Elemente der Körperlichkeit fixiert ist.

Dasselbe Prinzip von Sucht und Abhängigkeit gilt für Beziehungen, die im emotionalen Körper verwurzelt sind, wie viele Eltern-Kind-Beziehungen und sogar spirituelle Beziehungen, die ein Leben lang andauern können. Zu Zeiten von Trennungen gibt es enorme Schwierigkeiten. Nur die Energie des Göttlichen kann uns durch den Prozeß der Transzendenz und alchemistischen Wandlung tragen.

Treue

Monogame Beziehungen sind gegenwärtig im Kommen, besonders in einer Zeit der Bedrohung durch AIDS, eine Krankheit, die dazu geführt hat, daß die Menschen ihr Sexualverhalten neu überdenken, sowie wegen des wachsenden Bewußtseins einer spirituellen Dimension der Liebe, die ihren Ausdruck in dem Bedürfnis nach Nähe und Intimität jenseits des Psychischen und Physischen findet. Diese Art Beziehung erfordert eine Verpflichtung zur Treue und Integrität. Beziehungen sind Leben, sei es in einer festen Beziehung oder nicht. Wir haben in der Tat eine Verpflichtung dem Leben gegenüber. Wir sind für seine Lauterkeit verantwortlich sowie für unser eigenes Erwachen und für die Vertiefung der Beziehung zu unseren Mitmenschen. Wir übernehmen keine Verantwortung für das Seelenheil eines Menschen, wenn wir ihn besitzen und ausbeuten wollen. Wirkliche Hingabe und Verantwortung kommt aus dem Herzen und spiegelt die Sehnsucht des Geistes. Wir beziehen uns ständig aufeinander und beeinflussen uns gegenseitig. Angesichts dessen erkennen wir allmählich die Notwendigkeit, die Sexualität aus ihrer Grauzone heraus ans Licht der Liebe und zur Reinheit des Herzens zu bringen. Die Liebe selbst muß geläutert werden, damit sie jede unserer bewußten Ausdrucksformen einschließt - im Handeln, Denken, Sprechen und Tun.

Karma

»Karma« ist das Sanskritwort für den Energiekreislauf, der von Menschen immer dann erzeugt wird, wenn sie etwas miteinander tun. Jede Handlung erzeugt eine Reaktion. Karma

bezieht sich auf das Gesetz von Ursache und Wirkung, wie es in den Funktionen der niederen drei Körper deutlich wird. Karma funktioniert durch die energetischen Kreisläufe auf der Ebene der Chakras. Es wirkt überpersönlich und betrifft jede Schöpfung auf der Ebene der Persönlichkeit.

Der karmische Kreislauf endet in dem Augenblick, in dem du dich auf eine andere Ebene des Seins begibst und dich dem Gesetz der Gnade unterstellst. An diesem Punkt beginnst du, aus der Perspektive der Ursache zu leben. Du wirst zum Meister über die Wirkungen in deinem Leben, indem du ein Bewußtsein auf der Ebene des Verursachers bildest. Du bist nicht mehr länger auf Gedeih und Verderb willkürlichen Wirkungen ausgeliefert, sondern befindest dich nun im Bereich der inneren Alchemie, auf der Ebene des Höheren und göttlichen Selbst. Das bedeutet, daß deine Energie sich vertikal bewegt statt horizontal wie die Chakra- Energie auf der Ebene der Persönlichkeit. Du beziehst dich dann immer auf das Höhere Selbst in dir ebenso wie in anderen.

Normales zwischenmenschliches Verhalten basiert auf Angriff und Verteidigung.

Normalerweise ist Angriff die beste Verteidigung. Unsere Verteidigungsstrukturen variieren entsprechend unseren Fähigkeiten. Wir können eine physische Art von Verteidigung haben, eine mentale Rüstung, oder wir können emotionale Beeinflussung als Abwehr gebrauchen.

Alle diese Möglichkeiten liegen innerhalb des Bereichs der Psychologie.

Wenn du dich aus dem Kreislauf von Ursache und Wirkung befreist, erweisen sich die defensiven und aggressiven Verhaltensmuster als unwirksam und überflüssig. Du beginnst, spirituelle Schutzmechanismen anzuwenden und deine höheren Kräfte in Orientierung auf das höhere Gesetz zu nutzen, und ziehst das an, was du zu verkörpern begonnen hast: Licht.

Der Schritt aus dem Karma: Vollendung

Wie entkommen wir dem Kreislauf von Ursache und Wirkung, den man im östlichen Denken das »Rad des Samsara« nennt? Durch Vergebung. Einer der beiden Partner in einer Beziehung muß den Anfang machen.

Zum Beispiel: Zwei Menschen sind in einer karmischen Bindung gegenseitiger Tyrannei verwickelt, die schon seit langer Zeit anhält. Möglicherweise wechseln sie sich gegenseitig ab. Einmal tyrannisiert der eine den anderen, worauf dieser seine Rache nimmt, indem er wiederum seinen Partner tyrannisiert, und so weiter und so fort. Oder das Muster besteht darin, daß immer nur der eine den anderen tyrannisiert, und jedesmal, wenn der Attackierte wieder auf die Füße zu kommen versucht, wirft ihn der Angreifer auf irgendeine Weise wieder um.

Nun wird irgendwann das angegriffene oder masochistisch veranlagte Opfer aufwachen, und seine Situation wird ihm klar, worauf er sich entschließt, alles anders zu machen und ein neues Leben anzufangen. Wenn er dann meint, plötzlich mit dem anderen fertig zu sein, geht das ganze Spiel von vorne los. Wenn er versucht, den anderen auf irgend einer Weise zu erreichen, zu überzeugen oder mit ihm zu verhandeln, dann dauert alles nur noch länger. Die beste und einzige Lösung besteht darin, sich selbst zu ändern. Man hört einfach auf, die Energie abzusondern, die den Kreislauf erzeugt. Man hört mit dem Kampf auf und wendet sich mit der Energie woanders hin und läßt Vergebung walten.

Die andere Seite, der Aggressor, wird einfach stehengelassen. Er hat seinen Tanzpartner verloren. Natürlich wird er daraufhin versuchen, die alten Reaktionen wieder hervorzurufen. Wenn ihm das nicht gelingt, wird er woanders hingehen und dort sein Muster mit einem anderen Menschen ausagieren.

Die Vollendung von Lebenslektionen, insbesondere die Vollendung von Beziehungen, in denen man möglicherweise viele Rollen gespielt und viele Lektionen gemeinsam gelernt hat, kann nur in Liebe geschehen. Nur die Liebe löst und befreit. Vollendung und Lösung geschehen in tiefer Liebe. Wenn Paare, die sich trennen, Eltern, die ihre Kinder das Haus verlassen sehen, und Liebende, die durch Tod von ihrem Partner getrennt werden, den

anderen doch nur in der Fülle der Liebe loslassen könnten, mit Dankbarkeit für die gelernten Lektionen, wenn sie doch nur »Adieu!« sagen könnten oder: »Danke schön! Wir gehen nun getrennte Wege, bereichert dadurch, daß wir uns gekannt haben, verändert ...«!

Liebe

Liebe ist ewig. Wenn du jemanden einmal wirklich liebst, dann liebst du ihn für immer. Es ist für meinen Mann noch immer schwierig zu glauben, daß ich ihn so sehr liebe, wie ich das schon immer getan habe. Es ist in unserer dreidimensionalen Existenz schwierig, sich Liebe ohne Besitz vorzustellen.

Ich mag die Vorstellung von der Liebe als geöffnete Hand, bei der die Geliebte wie ein Vogel kommen und gehen kann ... vollkommen frei. In dieser Freiheit ist wahre Liebe und Respekt. In dieser Freiheit ist die Würde und die Fülle jedes intensiv gelebten Momentes.

Liebe ist kein Regelwerk, keine Entschuldigung, sich gegenseitig zu beeinflussen, anzuziehen oder zu kontrollieren. Liebe ist kein Leistungssex, keine Therapietechnik oder Rechtfertigung, anderen Vorwürfe zu machen, über sie zu urteilen oder sich in Ausschweifungen zu ergehen.

Liebe ist keine Ego-Massage, mit der man seine Angst vor dem Alleinsein überwinden kann, um schließlich in Abhängigkeit und gegenseitiger Ausbeutung zu enden. Liebe ist kein Argument für Inbesitznahme, Abschottung und Trennung von der Außenwelt, ebensowenig wie eine psychologische Methode, ein analytischer Prozeß oder ein biologisches Labor.

Wirkliche Liebe hat auch nichts mit Weltflucht zu tun.

Liebe ist ein Prozeß, der das Bewußtsein erweckt, ein Weg, um Kooperation und Respekt voneinander zu lernen. Liebe ist eine Möglichkeit, noch mehr Liebe auszudrücken, eine wertvolle, bestätigende Erfahrung. Sie basiert auf der Gleichheit der Unterschiede und auf einem höheren Sinn.

Liebe ermöglicht eine Orientierung an eine höhere Gesetzmäßigkeit, an Segnen, Teilen und Wachsen. Sie reflektiert eine wahre Hingabe an das Leben und seine Wesen, durch eine erwachte, erleuchtete Hingabe an das Selbst. Liebe bereitet auf pragmatische Weise den psycho-spirituellen Boden.

Beziehungen sind das Spielfeld der Liebe, die Brücke zwischen Lust und Mitgefühl. Sie wirken anregend, ausgleichend und nährend. Frage dich:

Wie klar sehe ich den anderen?

Wie tief begegne ich dem anderen?

Wieviel zeige ich dem anderen von mir?

Ganz gleich, ob deine Beziehung freundschaftlicher Natur ist und sich in der Begegnung zweier Menschen äußert, die einander ergänzen, sei es als Parallelen oder als Gegensätze, ob sie leidenschaftlich sexuell und emotional ist, ganz gleich, ob sie Wachstum, freie Entfaltung, Spielen und Teilen fördert, ob sie karmische Lektionen beinhaltet wie Vergebung, Mitgefühl, Selbstlosigkeit, Kreativität und Authentizität, du suchst in Beziehungen immer nach Identität, nach Kraft und nach einer Verschmelzung, die zu einer Teilhabe am Schöpfungsprozeß und an einer gemeinsamen Vision führt.

Es gibt keine Beziehung ohne eine gemeinsame Vision. In dieser gemeinsamen Vision gibt es ein Spiel der Kräfte von innen und von außen, Zusammenspiel und Verschmelzung. In einer Freundschaft, der höchsten und reinsten Form von Liebe, herrscht immer Gleichheit, bedingungsloses Geben, kein Kaufen oder Handeln um Liebe. Man nimmt sich gegenseitig an und verlangt nicht voneinander, sich zu ändern.

Damit eine Beziehung eine dynamische und bewußte Kraft sein kann, muß man ihre Grenzen erkennen. Wir müssen wissen, wann wir zusammen und wann wir getrennt sein müssen. Wir müssen unterscheiden lernen, um den schmalen Grat zwischen persönlicher, subjektiver Realität und dem Objektiven zu erkennen. Wir müssen für jeden einzelnen ebenso wie für die

Beziehung einen geheiligten Raum schaffen. Die Beziehung darf niemals auf Kosten des einzelnen gehen.

In einer Beziehung müssen wir ständig die ursprüngliche Übereinkunft neu formulieren. Jeder Moment sollte in seiner ganzen Fülle gelebt werden, so, als sei es der letzte. Jede Begegnung sollte so sein wie die erste, und niemals sollte man die Gegenwart des anderen für selbstverständlich halten.

Wir müssen lernen, einander nahezukommen, ohne einander einzuverleiben. Wir müssen lernen, uns mit Würde hinzugeben, nicht dem anderen, sondern der Liebe selbst. Beide Parteien sind in einer Beziehung die führende Partei, ganzheitlich und selbständig, beide nähern sich einander in aufrichtiger Weise an.

Wenn es keine Freude und keine Freiheit in einer Beziehung mehr gibt, müssen wir den Mut haben, wieder getrennte Wege zu gehen. Freiheit ist ein höherer Wert als Liebe. Wenn wir merken, daß der Alltagstrott einsetzt, wenn wir emotionale Muster von Zurückweisung und Betrug feststellen, hilft uns die Beziehung nicht mehr länger. Dann soll man den Mut haben, alles auf eine Karte zu setzen, und aussteigen. Wenn die Beziehung von Liebe geprägt ist, wird dein Partner ungeheuer von diesem mutigen Schritt profitieren. Er wird ohne große Auseinandersetzungen, ohne weitere emotionale Verstrickungen, die im Grunde unwürdig und entmutigend sind, die Wirkung deines Schrittes zu spüren bekommen.

Es gibt viele Wege, einen solchen Wandel herbeizuführen, und jeder davon ist richtig. Das wichtigste Element ist deine innere Haltung, die Motivation hinter deinem Schritt und die Art und Weise, wie du ihn herbeiführst. Du kannst einfach fortgehen. Du kannst deine Energie emotional aus der Beziehung herausziehen oder sie woanders hinlenken. Oder du kannst die alchemistischen Techniken einsetzen, um die Energien in der Situation zu reinigen und die Harmonie zu manifestieren, nach der du strebst.

Einer meiner Klienten hat seine Beziehung verwandelt, indem er einige Monate lang zum Höheren Selbst seines Partners gesprochen hat. Jeden Morgen widmete er nach seinen schützenden Visualisierungen und Affirmationen drei bis fünf Minuten der Ansprache an das Höhere Selbst seiner Freundin. Er bat um Hilfe bei der Harmonisierung der Beziehung. Zuerst waren die Veränderungen kaum merklich, aber als er weiter fortfuhr, schienen wahre Wunder zu geschehen. Seine Beziehung verbesserte sich, und er wendet nun dieselbe Methode in der Beziehung zu seinem Sohn an. Ob der Sohn bereit ist, sich für den Einfluß des Höheren Selbst zu öffnen oder nicht, spielt dabei keine Rolle. Wahrer Wandel, wahre Revolution geht von den inneren Ebenen aus, durch die Vermittlung der höchsten aller Beziehungen, der Beziehung zu deinem eigenen göttlichen Selbst.

Wenn wir dann beginnen, einander zu durchschauen, in der Transparenz der Intimität, in der Harmonie und der Intensität des Gefühls, das durch die Ekstase ins Licht erhoben wird, werden wir das Geheimnis hinter jeder Beziehung entdecken. Wir werden das erfahren, was die Sufi-Mystiker meinten, wenn sie ausriefen: »La lila Ha, II Allah, Hu!« - Es gibt nichts außer Gott. Auf dieser höchsten Frequenz sind wir in der Tat eins.

Beziehungen sind wie ein kleiner Tod. Und der Tod - der Tod des kleinen Selbst - ist die Essenz der Alchemie. Beziehungen sind eine Generalprobe für das ewige Leben.

Alchemie und die Kunst der Beziehung

Wie bei allen anderen hier beschriebenen Techniken der Transformation verlangt auch die Praxis der inneren Alchemie den Einsatz des alchemistischen Kreislaufs, der von Anfang an erfordert, daß du dich sowohl mit deinem persönlichen als auch mit deinem transzendentalen Selbst identifizierst. Sich in jedem Moment seines bewußten Lebens im Bewußtsein dieses Kreislaufs zu bewegen, ist die Voraussetzung für Meisterschaft. In deinen Beziehungen sollte es nicht anders sein.

Erkenne das Höhere Selbst im anderen als die Gegenwart einer Schwingung. Sieh und pflege die höchste Vision vom anderen und zieh daraus die Inspiration und Erleuchtung, die du

brauchst. Sieh die Größe eines göttlichen Wesens dir selbst ebenbürtig. Um das tun zu können, mußt du es jedoch erst einmal sein. Um wirklich mit jemandem Zusammensein zu können, mußt du die Erfahrung gemacht haben, wirklich allein zu sein -all-ein - ganz und gar in dir selbst. Du mußt die tiefgreifende Erfahrung gemacht haben, daß alles in dir ruht, daß das Universum, das Sein, bereit ist, dir zu geben, was du verlangst, falls du wagst, danach zu fragen. In dieser Erkenntnis liegt die Lösung aller Bedürfnisse. Erst dann kannst du mit jemandem aus der Fülle heraus, nicht aus einem Mangel, zusammenkommen.

Vielleicht denkst du dir: »Wie soll ich dahin kommen? Ich bin doch so weit von dieser Erkenntnis, dieser Erfahrung entfernt.« Möglicherweise brauchst du mehrere Beziehungen, um zu dieser Erkenntnis zu gelangen, vielleicht aber auch nur eine einzige. Es kann ein ganzes Leben dauern, aber es kann auch in einer einzigen Sekunde geschehen. Jede Beziehung, jede Intimität mit einem anderen, wirft ein Licht auf die Gesamtheit der Erfahrungen in unserem Leben und bereichert, verschönert und stärkt das Repertoire zwischenmenschlicher Erfahrung. Ebenso wie bei der Entwicklung des Bewußtseins müssen wir alle Erfahrungen selbst machen. Wir werden im Feuer emotionaler Erfahrungen geschmiedet.

Sei dort, wo du bist, in der ganzen Fülle und Tiefe des Lebens. In der Tiefe der Erfahrung liegt die Transzendenz. Sei für dich selbst präsent. Es ist so einfach und zugleich so schwer.

In der Zwischenzeit solltest du die Erkenntnisse, die du auf den höchsten

Wahrnehmungsebenen intuitiv erfaßt hast, auf deine alltäglichen Beziehungen anwenden.

Verstehe die Natur der emotionalen Auslöser und automatischen Reflexe, und tu dein Bestes, um sie in deinen alchemistischen Wandlungsprozeß einzubeziehen. Mach Gebrauch von dem violetten Feuer und den Affirmationen. Erschaff dir deine Schutzschilde um dich herum, die sicherstellen, daß du im Hinblick auf deine eigene Schöpfung wirkst. Bewahre die Stille. Und sei vor allem geduldig.

Meine Schüler erzählen mir ständig, wie ihre Geliebten und Partner reagieren, wenn ihre eigenen Reaktionen sich verfeinern, bewußter und schärfer werden. Alles, was du dir selbst antust, tust du auch der Person an, die dir am nächsten steht. Es überträgt sich allein durch die Nähe auf deinen Partner. Besonders wenn du neben jemandem schläfst, wirken deine Ausstrahlungen auf ihn ein. Es ist buchstäblich ein Segen für die ganze Welt und alle ihre Bewohner, wenn du dein Wesen alchemistisch läuterst. Eine physische Neuorientierung ist die direkte Folge der Nähe zum Licht.

Werde dir vor allem der Qualität deiner Beziehungen bewußt und vertiefe sie. Wenn du mit deinem Partner schläfst, sei dir deiner selbst in der Gegenwart bewußt, frei aller Phantasien. Nähere dich sanft, mit offenen Augen, deiner Liebe und sei dir der göttlichen Gnade bewußt, die darin liegt. Halte deinen inneren Dialog und deine mentalen Projektionen an. Ganz gleich, wie vielen Methoden du folgst, die Qualität deiner Erfahrung hängt nur von dir und deiner Entscheidung ab, mit allen Schluß zu machen, was dich daran hindert, vollständig in der Gegenwart zu leben. Darauf läuft letztlich alles hinaus.

Lebt als Energien zusammen und nicht als Persönlichkeiten. Sitzt still und fühlt die Gegenwart des anderen. Meditiert und lernt, auch allein in der Stille zu sitzen. Achtet euch selbst wie den anderen. Und wenn ihr euch sexuell vereinigt, tut es vollkommen entspannt. Denkt an Gott. Denkt an euch selbst. Denkt daran, in der Fülle der Ekstase miteinander zu teilen. Im Teilen wird eure Liebe vervielfacht.

Alchemie in Beziehungen heißt somit, das Göttliche in dir mit dem Göttlichen in deinem Partner auszuleben und damit die gesamte Schöpfung zu erheben.

Vergebung

Vergebung ist eine Freisetzung von Energie, die alle Beteiligten aus dem Zugriff von Ursache und Wirkung löst. Wir schließen ständig »Verträge« miteinander, die ein Leben lang andauern und nicht nur den Lebensfluß des einzelnen, sondern den einer ganzen Gruppe oder

Familie umfassen können, die mit dem Betroffenen verbunden sind.

Ein solcher Vertrag ist wie eine Fessel, die Menschen zwingt, sich auf eine bestimmte Weise zueinander zu verhalten und aufeinander zu reagieren. Häufig wird eine solche Übereinkunft in der siebenten Dimension bekräftigt, um bestimmte Lektionen daraus zu lernen, obwohl sie ursprünglich durch niedere Impulse zustande gekommen ist. Die Beziehungen zwischen Eltern und Kindern beispielsweise sind immer karmisch. Es gibt kein Entkommen aus dieser Beziehung, die dadurch geprägt ist, daß die Eltern einem offensichtlich hilflosen Kind gegenüberstehen. Manchmal werden den Kindern schon in der frühen Kindheit von den Eltern unbeabsichtigt traumatische Erfahrungen zugefügt, aber auch in Fällen, in denen alles scheinbar glatt geht, sind es die Eltern, die die Weichen für die Erfahrungen stellen, die das Kind in seinem Leben machen muß, so oder so.

Dasselbe gilt häufig für Liebesbeziehungen, insbesondere Ehen. Wir fühlen uns gezwungen, Unterdrückung auszuüben oder zu erfahren, die unser Verständnis und unsere Kontrolle bei weitem übersteigen. Vergebung ist die Anwendung des Feuers der reinen Liebe auf die feinstofflichen, psychisch erzeugten Ketten, die uns karmisch binden.

Du brauchst gar nicht an vergangene Leben oder so etwas zu glauben. Möglicherweise führst du nur eine Lektion zu Ende, die du mit einem anderen Partner oder mit irgend jemand anderem begonnen hast. Die Lektion gehört zum Menschsein. Worauf es wirklich ankommt, ist, sie jetzt zu lernen. Im folgenden führen wir drei Wege auf, mit denen du Energien auf den höchsten Ebenen bewegen und damit die Freisetzung und endgültige Auflösung der Kraftlinien bewirken kannst, die dich als Mitglied der Menschheit binden.

Freisetzung mit Hilfe von Affirmationen

Visualisiere die Person vor dir, die freigesetzt werden soll. Stell dir vor, sie untersteht demselben alchemistischen Kreislauf wie du selbst. Lege dein Augenmerk nicht nur auf ihre Verbindung zu ihrem eigenen Höheren Selbst, sondern auch auf die zwischen deinem Höheren Selbst und ihrem. Sprich mit ihrem Höheren Selbst durch deines.

Durch die Kraft meines göttlichen Selbst und mit deiner Einwilligung spreche ich dich als ein Lichtwesen an. Ich bitte um Hilfe bei der Befreiung von ... sowie meiner eigenen Befreiung von den Verwicklungen der niederen Körper. Verwandle die Energien zwischen uns in ihre höchste Form durch die Erfüllung des göttlichen Plans für jeden unserer Lebensströme in dieser Verkörperung.

Mach hier eine Pause und fahre dann fort: Ich setze dich, ..., frei (dreimal). Ich setze mich frei (dreimal).

Mit deiner gesteigerten Klarheit, deinem Mut, deiner Zielgerichtetheit und deinem Schutz, der ewig ist, bist du, ..., frei! (dreimal) Empfange meine Liebe, meine Dankbarkeit und meinen Lobpreis!

Und dann:

Ich bin frei! (dreimal)

Fühle es. Sieh die Kraftlinien sich auflösen und die Energien zu euch beiden zurückkehren.

Mit einem Partner

Diese Übung ist besonders geeignet für die Freisetzung einer ganzen Gruppe oder Familie. Die Methode ist von einem Ritual der Kahuna- Priesterinnen auf Hawaii abgeleitet. Sie umfaßt die gesamte Zellgeschichte von Menschen. Ein Wasserbassin wird zwischen die Partner gestellt, das dazu dient, karmischen Abfall fortzuspülen. Im geeigneten Moment der Freisetzung besprengt die sprechende Person ihre Umgebung sowie die Person, die sie freisetzt, mit diesem Wasser.

Das Ritual kann beispielsweise bei einer Person abgehalten werden, mit der du

Schwierigkeiten hast, vorausgesetzt jedoch, ihr beide habt ein echtes Bedürfnis danach. Dabei braucht die Person nicht unbedingt anwesend zu sein. In einigen Fällen kann man die Übung auch allein machen, wobei man den Platz der vorgestellten Person einnimmt und an ihrer Stelle spricht. Es ist wichtig, daß man beide Partner aussprechen läßt.

Erster Teil

Invokation. Du kannst deine eigene Invokation wählen oder eine Kahuna- Version verwenden: »Göttlicher Vater: Vater-Mutter-Sohn in Einem!«

Sprich nun die Person an, der du verzeihen willst und von der du Vergebung wünschst:

Wenn ich/wir, ..., meine/unsere Familie, Verwandten oder Vorfahren, dir, ..., deiner Familie, Verwandten oder Vorfahren, jemals Unrecht getan haben sollten, in Gedanken, Worten oder Werken, vom Anbeginn unserer Schöpfung bis heute, bitte (n) ich/wir Dich in Demut um Verzeihung für alle Anstrengungen, Zurückweisungen, Schuldzuweisungen, Angriffe, Blockaden und Bindungen, die wir gegen dich gerichtet und angesammelt haben.

Stelle anschließend folgende Frage und schau dabei der Person direkt in die Augen: Wirst du mir vergeben?

Zweiter Teil

Der Partner antwortet:

Ja, ich vergebe dir. Laß dieses Wasser uns von allen spirituellen, mentalen, physischen, materiellen und karmischen Fesseln befreien. Und an das göttliche Seihst gerichtet: Befreie dich aus unseren Erinnerungen und aus unserem mechanischen Denken, löse dich aus allen unerwünschten, negativen Vorstellungen und Blockaden, die uns fesseln, binden und aneinander festhalten lassen. Reinige, läutere und verwandle all diese unerwünschten Energien in reines Licht. Fülle die Räume, die diese unerwünschten Energien besetzten, mit Licht. Laß die göttliche Ordnung, das Licht, die Liebe, den Frieden, die Ausgeglichenheit, die Weisheit und das Verständnis sowie den Überfluß für uns alle und in unserem Tun durch die göttliche Macht des göttlichen Schöpfers verwirklichen: Vater-Mutter-Sohn in Einem, in dem wir ruhen, wohnen, und unser Sein haben, jetzt und in Ewigkeit, Amen.

Es ist wichtig, daß der Augenkontakt aufrechterhalten wird und die Person, die die Freisetzung entgegennimmt, sich Zeit nimmt, sie zu fühlen und zu akzeptieren. Dieser Prozeß wird für den anderen Partner wiederholt.

Der Rhythmus der Vergebung

Keiner von uns wird jemals ganz frei sein, solange es noch Menschen in der Welt gibt, vor denen wir noch Angst haben, mit denen wir in Disharmonie leben, gegen die wir einen Groll hegen oder Vorbehalte haben. All diese ungelösten Dinge halten uns davon ab, frei zu werden.

Vergebung ist die Freiheit von Illusionen über Zustände. Vergebung ist Vergessen, das Reinwaschen von Zuständen. Wir können nicht vergessen, weil solche Erinnerungen noch in unseren Gedanken vorhanden sind. Im Herzen gibt es keine Erinnerungen.

Schwingungen werden von der Erde gehalten, die für alle Eindrücke empfänglich ist. Unser Körper wird Eindrücke und Erinnerungen so lange festhalten, bis eine größere Kraft die Herrschaft übernimmt.

Die nächste Übung ist eine weitere Methode der Essener. Sie besteht aus einem Lichtblitz, der ein für allemal alle Erinnerungen an die Vergangenheit auslöscht, es sei denn, wir wollen sie bewußt beibehalten.

Dies sollte die letzte Handlung in unserem Leben sein. Wir sollten uns absolut freimachen von jeglichen Ansprüchen an irgend jemanden. Dies ist eine dringende Notwendigkeit.

Der Rhythmus der Vergebung ist ein Zick-Zack-Rhythmus mit acht Schlägen. Beginne mit der Invokation. Erzeuge einen alchemistischen Kreislauf. Stärke die persönliche Herzensverbindung zu deinem Höheren Selbst und bitte um Vergebung. Besonders wirksam im Zusammenhang mit Vergebung ist eine tiefviolette Lichtsubstanz. Bade darin. Nimm sie in dich auf...

Du bist nun bereit, das Geschenk an den Schöpfer zurückzugeben. Du bist bereit, alle Unvollkommenheiten aufzugeben, die dich davon abhalten, dich selbst (und andere) zu lieben. Der Rhythmus der Vergebung beginnt in dem Moment, in dem du den Wunsch hast, dein Festhalten am Materiellen, das den Gedanken und Gefühlen in deiner Aura entgegensteht, zu lockern, und sie zur Quelle zurückzuführen. Das Licht blitzt beim Einatmen von links hinten

1. an einen Punkt auf der rechten Seite unter dem rechten Arm,
2. an die Spitze der linken Schulter,
3. an den gleichen Punkt an der Spitze der rechten Schulter,
4. an das linke Ohr,
5. durch den Kopf zum rechten Ohr,
6. an einen Punkt an der Seite des Kopfes, in der Mitte zwischen dem linken Ohr und dem Scheitelpunkt des Kopfes,
7. an den entsprechenden Punkt auf der rechten Seite.
8. Schließlich blitzt es beim Ausatmen aus der Oberseite des Kopfes hinaus. Tu dies, solange du es brauchst.

Gott - »Ich Bin« - Regenbogen-Selbst

Fülle das Behältnis deines Körpers mit deiner eigenen Präsenz und entzünde im Kern jedes Atoms in deinem Körper eine winzige Sonne aus blaßgoldenem Licht.

Laß alle Zellen deines Körpers sich mit Lebensfreude füllen und sieh, wie sie weit und hell werden. Fühle deinen ganzen Körper in deiner Präsenz erglühen, Millionen kleiner Sonnen in dir, ein Körper aus Licht innerhalb deines physischen Körpers. Richte deine Aufmerksamkeit jetzt für einen Moment auf den Körper des Planeten und geh direkt in das Zentrum der Erde hinein. Dort im Zentrum befindet sich eine kristalline Struktur aus violetter und goldener Lichtsubstanz, ähnlich jenen kleinen Sonnen in deinem Körper. Dein Körper ist ein Teil des Körpers des Planeten. Verbinde dich mit diesem Punkt, dem Zentrum und Herz des Planeten. Fühle, wie du dort gehalten wirst. Verankere deine eigene Gestalt in diesem Zentrum. Fühle dich sicher, getragen von der Solidität der Mutter und deines eigenen Körpers.

Lenke jetzt deine Aufmerksamkeit auf das Brustzentrum. Geh hinein und finde das Herz. Es ist wie eine Kugel aus schimmerndem Licht, in der sich eine dreifache Flamme von intensiver Strahlung und Kraft befindet. Hier ist deine Göttlichkeit verankert, dein Geist, das Licht, welches du als Intelligenz, als Bewußtsein, Leben und Vitalität innehast.

Laß deinen Körper im Schutz der Mutter ruhen und folge dem Lichtstrahl, der in deinem Herzen verankert ist, aufwärts in die größere Quelle über dir. Folge dem Licht nach oben, durch deinen Hals und deinen Kopf und immer weiter aufwärts.

Werde dir der Veränderungen der Schwingung bewußt, der inneren Klänge, der Empfindungen, während du auf vertikalen Wegen aufsteigst zu deinem göttlichen Selbst, bis du einen Raum unendlichen Friedens und gleichzeitig unendlicher Intensität erreichst, ein gewaltiges strahlendes Leuchten, das du selbst bist.

Du weißt, daß du in einem materiellen Körper steckst und gleichzeitig eine Quelle des Lichts bist. Ich bin hier ... ich bin dort... Ich bin das »Ich Bin«.

Jenseits von Millionen Sonnen - »Ich bin« - kristallenes Licht, in Regenbogenfarben schillernd, eine große zentrale Sonne in Sonnen großartigen Lichts, weite konzentrische Sphären aus Farben. Ich bin ein unendliches leuchtendes Weiß wie von tausend Sonnen. Eine blendende Perle unbegrenzter Schöpfungskraft ... im weiten Raum.

Ich bin eine schimmernde goldene Sonnenkugel, im Raum schwebend, unendlicher Frieden und Allwissenheit ... im weiten Raum. Ich bin ein glühender, schäumender Globus aus schillerndem Rosa, heilende, nährende Liebe ... im weiten Raum.

Ich bin ein Edelstein aus rubinroter Liebe, verborgene Tiefe, schützender Schild ... im weiten Raum.

Ich bin ein violettes flammendes Herz mit Höfen, die bis in die Unendlichkeit reichen ... alles verwandelnde, läuternde Gnade ... im weiten Raum.

Ich bin die grünliche Glutasche apfelgrüner Sonnen ... überströmend vor Leben und Fülle ... im weiten Raum.

Ich bin das herrliche kosmische Blau der kosmischen Reinheit ... die Matrix aller Schöpfung, der Hintergrund aller meiner Formen ... im weiten Raum.

Der heilige Feueratem Gottes Ich Bin, pulsierendes Leben, pulsierende Liebe.

Gott »Ich Bin«.

Gott »Ich Bin«.

Gott »Ich Bin«.



Abbildung 20: Der Rhythmus der Vergebung

Der Tod - die höchste Form der Alchemie

Evolution und Entwicklung

Gehen wir einmal zurück bis in unsere allerersten Anfänge. Das, was wir in unserer ganzen Komplexität darstellen, besteht aus verschiedenen Schichten von Substanz, sowohl aus Licht als auch aus Materie. Unsere Essenz nimmt die Substanz des Planeten an, wenn sie auf allen Ebenen nach der Lernerfahrung im Umgang mit Energie und Substanz strebt.

Was in der Substanz wohnt, ist Intelligenz oder Bewußtsein. Bewußtsein kommt aus dem gestaltgewordenen Geist und reflektiert verschiedene Stufen der Integration auf verschiedenen Ebenen. Das Zusammenspiel von Bewußtsein und Materie, besonders innerhalb unserer dichten physischen Substanz (dem Kern des Planeten), erschafft die Seele oder vergeistigte Substanz. Diese spirituelle Substanz ist höchst formbar und reagiert direkt auf die Vorgaben des Geistes, der Intelligenz auf der höchsten Ebene.

Das Wirken auf der Ebene der physischen Verkörperung bietet die einzige und beste Möglichkeit zur Meisterschaft und die größte Freisetzung von seelischer Substanz. Tatsächlich besteht der Sinn einer physischen Verkörperung in der Himmelfahrt - der Vervollkommen der Materie der physischen, emotionalen und mentalen Körper. Im Moment der Himmelfahrt vereinigen wir uns als bewußte Präsenz in der Materie mit unserem Höheren Selbst, das seinen Sitz auf der siebenten Ebene hat, und vollenden einen Kreislauf physischer Möglichkeiten.

Wir stehen während unseres Lebens in einem Integrationsprozeß mit uns selbst und entwickeln unsere Möglichkeiten auf den interdimensionalen Ebenen. Je mehr wir von uns selbst erobert und unser Bewußtsein auf den verschiedenen Ebenen entwickelt haben, desto mehr Energie, Kraft und Bewegung besitzen wir, um die Schwingungsintensität des Höheren Selbst zu erreichen und um mit ihm zusammenwirken zu können. Die Lektion, die die physische Verkörperung für uns darstellt, führt dann zu weiteren Lektionen auf höheren und weiteren Ebenen.

Wenn wir einen Moment innehalten und über diesen Lernprozeß nachdenken, werden wir erkennen, daß wir, um auf die menschliche Ebene der Entwicklung zu kommen, bereits andere, vorangegangene Stufen durchlaufen haben müssen.

Es ist ein Wesensmerkmal des dreidimensionalen Denkens, anzunehmen, daß wir von Tieren abstammen. Das ist zwar wahr, jedoch auf eine völlig andere Weise, als dies normalerweise erklärt wird. Als individuelles Bewußtsein, das die Materie beseelt, stammen wir nämlich nicht vom Affen ab.

Der Prozeß der Evolution beginnt, wenn der Geist einen Teil von sich nach außen projiziert und auf den einfachsten amöbischen Lebensstufen in die Materie eindringt. Dieser Teil entwickelt sich zu immer größerer Komplexität, ganz so, wie man es uns gelehrt hat, bis er in der Lage ist, sich mit sich selbst als der Quelle zu vereinigen.

Elementargeister sind Bewußtsein auf einer Ebene, einem »Reich«, das parallel zum menschlichen steht. Sie ist nur insofern niedriger, als sie einfacher und kollektiver ist. Die Elementargeister sind die Erbauer der Form. Ein Elementargeist ist ein Bewußtsein, das lernt, vom Einfachsten zum Kompliziertesten alles zu erschaffen, genauso, wie wir lernen, Meisterschaft vom einfachsten bis zum komplexesten System kreativ auszudrücken.

Elementargeister wachsen und entwickeln sich entsprechend dem Grad der Komplexität der Gebilde, mit denen sie umgehen können. Sie beginnen mit der Bildung eines Atoms, dann eines Moleküls, dann eines Organismus...

Es sind die Elementargeister, die unsere Körper sowie alles, was eine Form hat, bilden, einschließlich synthetischer Stoffe. Alles wird aus der Substanz abgeleitet, die uns durch die Aktivität der Elementargeister verfügbar gemacht wird. Natürlich ist ein Baum viel komplexer als eine kleine Pflanze oder eine Alge und ein menschlicher Körper als eine

Amöbe. Alle Formen werden durch die elementare Aktivität unter Leitung einer höheren Intelligenz gebildet. Elementargeister folgen den Vorgaben, die vom Geist gesetzt werden. Ebenso wie Amöben und der menschliche Organismus sind natürlich auch die Tiere von den Elementargeistern erschaffen.

Die von den Elementargeistern geschaffenen Formen sind ausschließlich vom Bewußtsein paralleler Entwicklungsstufen bewohnt. Das Bewußtsein, das Tieren innewohnt, hat nichts mit dem Bewußtsein zu tun, das in einem menschlichen Körper wohnt. Es gibt eine Kollektivseele, die Hunde, Katzen, Kühe oder Rhinocerosse sozusagen »beaufsichtigt«. Diese Kollektivseele ist elementar in ihrem Wesen und von anderer Qualität als das individuelle Bewußtsein eines Menschen, der die Möglichkeit zur Herrschaft und die Eigenschaften einer höchsten Intelligenz, die zur Quelle gehören, in sich trägt.

Da Elementargeister per Imitation funktionieren, sind sie besonders empfänglich dafür, menschliche Eigenschaften nachzumachen, wie dies bei Elfen, Gnomen, Feen, Salamandern und Sylphen der Fall ist. Elementargeister können durch fortgesetzten Kontakt und die Nähe des Bewußtseins von Menschen gleichfalls ein individuelles Bewußtsein annehmen. Daher beobachten wir, wie Haustiere geradezu menschliche Charaktereigenschaften entwickeln können. Sie sind »fast« menschlich, und es gibt Leute, die meinen, sie seien sogar noch menschlicher als einige Menschen. Das heißt jedoch noch lange nicht, daß sie auf der Ebene der menschlichen Evolution sind.

Wenn ein Tier stirbt, dann entwickelt die Liebe, die es den Menschen gibt und von ihnen empfängt, eine Sehnsucht in dem Tier, sich als Mensch auszudrücken. Man nimmt an, daß dieser Impuls das Tier in die Anfangsstufen der menschlichen Evolution bringen kann. Viele Menschen, die etwas davon verstehen, sind jedoch der Ansicht, daß es keinen Sprung von der Ebene der Elementargeister auf die menschliche Ebene geben kann. Sie vertreten die Auffassung, daß die Beziehung zum Tier ein Ausdruck unserer ureigenen Lebensenergie ist, die zwar die Spezies als Ganzes auf eine höhere Stufe bringen kann, sich jedoch kein Tier daraufhin in Form einer einzelnen menschlichen Inkarnation ausdrücken kann. Menschlich zu sein sei nur eine der Möglichkeiten, denen die Instinkt-Seele unseres geliebten menschlichen Tieres ausgesetzt ist. Als komplexer und hochentwickelter Elementargeist kann er ebenso in andere komplexe und größere Schöpfungen gehen und die menschlichen Ebenen überspringen.

Die menschliche Evolution ist einzigartig, denn sie bildet Individualität und Selbst-Bewußtsein. Sie ist der alchemistische Weg, auf dem Meisterschaft und Teilnahme am göttlichen Schöpfungsprozeß erlernt werden können. Jeder Mensch trägt den göttlichen Keim in sich. Jede Seele in menschlicher Verkörperung ist ein potentiell vereinzelttes Bewußtsein des Göttlichen, mit dessen gesamter Macht und unbegrenzten, wenngleich noch nicht integrierten, Möglichkeiten. Wie das gesamte elementare Leben dient das Tier der menschlichen Evolution, der Entwicklung des göttlichen Keims.

Jenseits und parallel zur menschlichen gibt es noch weitere Evolutionslinien. Wenn wir als Menschen die menschliche Ebene gemeistert, unsere Himmelfahrt und den Höhepunkt der Alchemie erreicht haben, stehen wir vor einem ähnlichen Sprung wie ein fortgeschrittener Elementargeist, der sich in einer anderen Ausdrucksform entwickeln kann. Wir können uns dafür entscheiden, in der Aura des Planeten zu bleiben, aber auch dafür, uns in anderen Systemen oder auf der Ebene der Engel zu bewegen. Die Möglichkeiten sind enorm, und ihre Beschreibung würde den Rahmen dieses Buches bei weitem sprengen.

Die gewöhnliche Todeserfahrung

Was geschieht eigentlich in der Zeit, die einer Himmelfahrt vorangeht, in der der Mensch durch die Wirkung des Karmas oder des Gesetzes von Ursache und Wirkung lernt, immer komplexere Energiesysteme zu erzeugen und mit ihnen umzugehen? Was passiert beim Übergang zum Tod mit dem individuellen Lebensstrom?

Obwohl sich die Körpersubstanz auflöst, bleibt ihr Gegenstück auf der Ebene des niederen Verstandes, die Identität, die sich um den Körper oder die Persönlichkeit bildet, noch eine Weile bestehen. Schließlich löst auch sie sich auf oder bildet sich zu etwas anderem um. Dabei muß man verstehen, daß alle Substanz, die nicht durch die Erschaffung einer Seele oder eines unsterblichen Lichtkörpers bei der Himmelfahrt ins Licht integriert wurde, sich auflöst. Auf diese Weise zerfallen die niederen Körper, der physische, der emotionale und der mentale Körper nach einer gewissen Zeit. Auf den höheren Ebenen gibt es jedoch keinen Zerfall. Die höheren Körper sind sozusagen nicht »verderblich«. Sie sind durch die befreiende, erlösende Kraft der angewandten menschlichen Intelligenz in der Anwendung des Gesetzes des Einen oder des Lichts zu selbständigen Lichtquellen geworden. Es ist möglich, den Tod emotional und mental zu erleben, während man sich noch in der Verkörperung befindet. Man kann den Tod des Ego oder der Identität erleben und sich selbst bewußt wiedererschaffen. Dies ist Teil der Lehrpraxis der inneren Alchemie.

Psychologie und Tod des Ego

Die Psychologie als das Wirken der drei niederen Körper, der »Persönlichkeit«, ist der Schlüssel zum Verständnis der individuellen Persönlichkeit als Teil der gesamten Menschheit. Die Psyche ist die Persönlichkeit oder der besondere Identitätsimpuls des individuellen Lebensstromes, mit dem Drang, sich durchzusetzen.

Was die Psyche angeht, gibt es im Grunde keinen Unterschied zwischen einer lebenden Person und einem entkörpernten Geist. Ein gewöhnlicher Geist hat immer noch die Identität einer persönlichen Welt und wird sich durch diese Persönlichkeit auf die dimensionale Welt beziehen, solange er an ihr festhält oder von den überlebenden Menschen mit Energie gespeist wird. Wenn ein Geist, der zwar frei von Materie, aber im spirituellen Sinn noch nicht befreit ist, keinerlei über das Erdenleben hinausgehendes Wissen besitzt, wird er auf irdische Weise mental eine Realität projizieren, die für ihn wiedererkennbar ist. Er sieht seine eigenen Projektionen, ebenso wie die Lebenden in ihren Körpern. Es gibt Geister, die wir in spiritistischen Sitzungen kontaktieren können, die in bestimmten Häusern spuken und weiteragieren, als seien sie noch lebendig, selbst wenn sie bereits erkannt haben, daß sie nicht mehr in einem Körper sind.

Ich habe in England mit sogenannten »spiritistischen Rettungsgruppen« gearbeitet, deren Hauptfunktion darin bestand, die kürzlich (und nicht ganz so kürzlich) Verstorbenen von der »Veränderung« in Kenntnis zu setzen. Weil diese Geister so gut wie nichts von dem Leben nach dem Tode wissen, ist ihre Perspektive erdgebunden. Statt auf die Helfer in Lichtgestalt reagieren sie auf uns Menschen.

Es war unsere Aufgabe, mit einer Gruppe von Helfern von der »anderen Seite« zusammenzuarbeiten und diese Geister zu solchen Seelenführern zu bringen, die sie richtig leiten und anweisen konnten.

Man kann sich diese Stufe des Nachlebens als eine Art zentralen Verschiebebahnhof vorstellen. Es gibt Helfer, die bereit sind, den Geistern zu helfen, aber sie müssen sich öffnen, damit sie sie sehen und ihre Anweisungen entgegennehmen können. Es war unsere Aufgabe, ihnen zu helfen, ihren »Tod« zu akzeptieren und auf diese Weise ihrem Bewußtsein zu erlauben, sich von der feinstofflichen Materie zu trennen, um beide Teile des Bewußtseins, Licht und Materie, zur Ruhe kommen zu lassen und zu erlösen. Das Bewußtsein des Lichts oder die Intelligenz konnte erst dann zu höheren Realitäten aufsteigen.

Diese Art von Aktivität geschieht auf astralen Ebenen innerhalb der dreidimensionalen Realität, aber ohne die Verankerung des physischen Körpers in der Substanz. Der Neuankömmling fühlt sich entsprechend seiner Sehnsucht und seiner Fähigkeit zur gedanklichen Projektion zu Schwingungsfrequenzen der ätherischen Gegenstücke von Orten, Menschen und Dingen hingezogen. Eine gute Beschreibung, was auf dieser Stufe geschieht, wird in dem Film *Made in Heaven* (Im Himmel hergestellt) gegeben, in dem der

Hauptdarsteller lernt, sich durch Visualisieren und Gefühl selbst zu steuern. Seelenführer erscheinen, die ihn belehren und entsprechend seiner Sensibilisierung für die höheren Wahrheiten zu Schulen und Zentren führen, in denen er den Prozeß seines Erwachens vorantreiben kann.

Wenn er bereit ist und eine größere Energiezufuhr vertragen kann, wiederholt er noch einmal sein unmittelbar vergangenes Leben, führt notwendige Bewertungen durch und entschließt sich, je nach dem Grad seiner Meisterschaft, alles zu verkörpern und zu Ende zu führen, was nötig ist, um seine Lehre auf Erden zu vollenden und alte Rechnungen zu begleichen. Wenn er in seinen Schwingungen nicht an das Höhere Selbst angeglichen ist, wird die Entscheidung zur Verkörperung unabhängig von ihm getroffen. Er kann sich auch entschließen, eine Zeitlang aus seinem außerkörperlichen Zustand heraus zu arbeiten, möglicherweise als Seelenführer oder Lehrer für Menschen, die sich im Körper befinden und ähnlichen Lektionen zu unterziehen haben wie er.

An irgendeinem Punkt muß er im Prozeß der Individuation als Materie-Einheit, als Persönlichkeit, die physische Erfahrung vollenden. Die dritte dimensionale Ebene liefert die Bühne, das nötige Ausgangsmaterial, für die Entwicklung bestimmter Fähigkeiten. Der physische Körper dient als Gefäß. Die alchemistische Umwandlung dieses Gefäßes durch den Prozeß der Himmelfahrt liefert die Erweiterung, die Schwingungsintensität und Kraft, die erforderlich ist, um dauerhaft auf einer qualitativ höheren Schwingungsebene zu existieren. Auf diese Weise ist das, was reinkarniert wird, nicht mehr ganz Mensch, aber auch noch nicht ganz vergeistigt.

Ein anderer Weg

Die in den Totenbüchern enthaltenen Lehren waren möglicherweise die frühesten spirituellen Lehren auf diesem Planeten, und höchstwahrscheinlich die einzigen, die wirklich gebraucht werden. Diese Lehre ist von vielen Kulturen gedeutet worden und wurde uns in Form des "Tibetanischen Totenbuchs, des Ägyptischen Totenbuchs und anderen Schriften überliefert, einschließlich der Tradition der Maya, der Hopi und der Veden. In jüngerer Zeit, in der psychedelischen und meditativen Revolution der sechziger und siebziger Jahre, als die Menschen begannen, sich mit der Interdimensionalität -der formlosen Realität und Welten aus Klängen und Farbschwingungen -auseinanderzusetzen, tauchten moderne Interpretationen des Totenbuchs auf. Zwei Beispiele sind Psychedelische Erfahrungen von Timothy Leary und Richard Alpert und das American Book of the Dead (Das Amerikanische Totenbuch) von E. J. Gold.

Ich habe diese Bücher studiert und auf ihrer Grundlage Seminare entwickelt, wobei ich experimentelle Räume schuf, um unsere Fähigkeit, Realität zu erzeugen, zu erproben und zu verfeinern. Anfangs nannte ich diese Workshops »Persönliche Bardo- Erfahrung«, als Variation des »Bardo Thödol«, der Reise durch das Leben nach dem Tod. Der Prozeß dauerte vier bis zehn Tagen und beinhaltete eine intensive Phase der Neustrukturierung. Der Höhepunkt war der Tod des Ego durch eine bewußt gewählte Methode der Bewußtseinsprojektion jenseits der bekannten Parameter des niederen Denkens.

Bei diesen Seminaren versuchten wir die Fähigkeiten des Denkens, Fühlens und Sprechens zu schärfen und auf alchemistische Weise Formen von Gedanken und Gefühlen hervorzurufen, die unserer Absicht, uns selbst nach dem Abbild des Höheren Selbst neu zu erschaffen, entgegenkamen. Wir entdeckten, daß großartige Transformationen der Persönlichkeit möglich sind, die die physische Struktur sowie das gesamte System der persönlichen Realität betreffen und beeinflussen. Es ist möglich, sich selbst neu zu gebären, nicht nur im Geist (wie in den christlichen und hinduistischen Schriften angedeutet), sondern auch indem man sich physisch und psychisch eine neue Form gibt.

Am Ende des erwähnten Seminars lesen wir gemeinsam eine Zusammenstellung von Texten aus den verschiedenen Totenbüchern, die sich auf die innere Alchemie beziehen und die ich

»Buch des Lebens« nenne. Die Texte bilden Schritt für Schritt eine Reise durch die »Bardos«. Ich verwende dieselbe visuelle Landkarte symbolischer Lichter und Farben wie in der Unterwelt oder dem Schattenreich, auch bekannt unter dem Namen »Astrale Dimension«, hm Tibetanischen Totenbuch weisen die Bardos auf Energien und Fähigkeiten des Höheren Selbst hin.

Die Bardo- Erfahrung

Im ersten Augenblick des Abschieds vom physischen Gefäß, wenn der Impuls des Ablebens am intensivsten ist, kommt das Bewußtsein in Kontakt mit dem Selbst der zwölften Dimension in all ihrem Glanz und ihrer Macht. Wenn das Gewahrsein auf der Ebene des Bewußtseins nicht speziell darauf vorbereitet wurde, diese Intensität auszuhalten, kann es dort auch nicht bleiben und steigt sofort wieder auf die nächste Stufe herab, auf das Selbst der elften Dimension, und anschließend immer weiter abwärts, bis es auf einer dimensional Stufe ankommt, auf der es sich wohlfühlt. Diese erste Stufe nenne ich »den ersten und zweiten Einblick« in die Realität der Bardos.

Auf der nächsten Stufe, die den größten Teil der Reise ausmacht, ist das individuelle Bewußtsein mit der Realität mentaler und emotionaler Projektion sowie mit der Erzeugung von Gedankenformen konfrontiert. An diesem Punkt beginnen die verschiedenen Lichter zu erscheinen, die man im asiatischen Raum als »Götter« darstellt. Sie ziehen das Bewußtsein an oder stoßen es ab, je nach dessen Entwicklung und Fähigkeit, die Eigenschaften in sich selbst anzunehmen. Dieser Prozeß geschieht während verschiedener Zeitspannen, die man einst »Tage« nannte.

Die Lichter sind Grundfarben, welche die Schwingung des Raumes sowie der Elemente repräsentieren, aus denen die drei niederen Körper, die Persönlichkeit, zusammengesetzt sind. Falls das individuelle Bewußtsein die Lektionen auf der Ebene der drei niederen Körper auch nur teilweise gemeistert hat, wird die betreffende Person in der Lage sein, mit diesen Lichtern zu verschmelzen und die rückschrittlichen und negativen Aspekte der Reise zu vermeiden. Falls sie jedoch ihre »Hausaufgaben« im Leben nicht gemacht hat, wird sie fortfahren, Ablenkungen, Hindernisse, Ängste und alle Arten von Schrecken vor sich zu projizieren, entsprechend ihrem eigenen Schuldbewußtsein. Dies wird dazu führen, daß sie die Kontrolle verliert und sich nach den Beschränkungen eines physischen Körpers und nach den Bedingungen sehnt, die ihr vertraut sind. An diesem Punkt ist eine unbewußte Wiedergeburt möglich.

Der Rest der Reise gibt dem individuellen Bewußtsein die Möglichkeit der höchstmöglichen Wiedergeburt für eine spirituelle Evolution und Meisterschaft unter optimalen Bedingungen. Wenn das Bewußtsein nicht in der Lage ist, sich mit den Frequenzen des zwölften, elften und zehnten dimensionalen Selbst zu vereinigen, wird es sich in Teile aufspalten und ein Höheres Selbst, einen Gott, eine Gottheit oder eine Autorität außerhalb seiner selbst projizieren. Auf diese Weise wird ein durchschnittliches Bewußtsein ermutigt, die höchsten Lehrer oder Aspekte, die es kennt, zur Hilfe und zum Nacheifern hervorzurufen, damit sie ihm als Triebkraft zu den höchsten Schwingungsfrequenzen dienen. Er wird ständig erinnert: »Ich bin der Ich Bin«, was ihm als grundlegende Quelle der Selbsterinnerung dient.

Der hier angedeutete psychische Prozeß ist in Form meiner Audiokassette The Book of Life (Das Buch des Lebens) erhältlich. Mein Buch Death and Rebirth: The Ultimate Alchemy (Tod und Wiedergeburt - Die höchste Alchemie) beschreibt die Funktion des gesamten Prozesses der Filtermechanismen im Lauf der menschlichen Erfahrung, besonders verstärkt in der Erfahrung des Todes.

Alchemie und der Prozeß des Lebens und Sterbens

Jenseits des Lebens ist die Unendlichkeit. Gleich, ob wir in einem materiellen oder einem spirituellen Körper sind, der Prozeß ist derselbe. Leben und Tod sind derselbe Prozeß. Wenn

wir Angst vor dem Tod haben, haben wir auch Angst vor dem Leben. Voll und ganz zu leben, dem Selbst in seinen facettenreichen Ausdrucksformen gegenwärtig, des Lebens ringsumher bewußt, heißt auch die Ewigkeit jenseits des Mythos von Tod und Sterben zu kennen. Die Reise durch das Leben nach dem Tode, wie sie im Lauf der Jahrhunderte gelehrt wurde, setzt uns verschiedenen Prüfungen aus. Jeder Aspekt der Reise verlangt nach einer bestimmten Fertigkeit. Jede dieser Fertigkeiten wurde der Menschheit von östlichen und westlichen Schulen des Denkens von der vedischen bis zu schamanischen gelehrt. Die Elemente der Reise sind für jeden dieselben. Die tibetanische Beschreibung unterscheidet sich höchstens äußerlich von den Vorstellungen der Hopi oder der australischen Ureinwohner. Jede Schule in der Geschichte stellt sich die Aufgabe, den einzelnen Menschen im Gebrauch der Fertigkeiten zu unterrichten, die er benötigt, um Meisterschaft zu erlangen. Jeder spirituelle Weg erfordert, daß wir sowohl das Ganze sehen als auch lernen zu unterscheiden, uns hinzugeben, aber auch Widerstand zu leisten, und in der Lage zu sein, ein erhöhtes Niveau von Intensität und Konzentration zu halten. Wir sind gefordert, die Fähigkeit zu entwickeln, Illusionen und »Erscheinungen« zu widerstehen, jenen toten Hüllen, die wir ständig mit uns herumschleppen. Wir bekommen gezeigt, wie wir das innere Potential in seinen verschiedensten Ausdrucksformen verkörpern können. Wir werden aufgefordert, den ständigen inneren Dialog zu beenden, um das Wirkliche hinter der Illusion wahrzunehmen, und wir werden gelehrt, wie wir den Strudel der Emotionen ruhigstellen können, indem wir Geradlinigkeit und Aufrichtigkeit entwickeln. Wir werden mit Praktiken konfrontiert, die uns in Kontakt mit der Vergänglichkeit der Form bringen, mit ihren Mutationen und der ganzen Welt der Energie, wie sie sich in Klängen, Farben und Licht ausdrückt. Wir erhalten Anweisungen, wie wir Gefühle in Formen kanalisieren können. Und schließlich werden wir in eine Orientierung am Göttlichen geführt und dazu gebracht, unser Erbe anzutreten - das Leben als Betätigungsfeld.

Ob deine Reise durch das Leben nach dem Tod einem tibetischen Teppich ähnelt oder einem christlichen Martyrium, die Erfahrung ist dieselbe. Auf einer solchen Reise zu bestehen heißt, die Stufen der Meisterschaft zu erklimmen - zu verlieren heißt, auf eine niedere Ebene des Lebens geworfen zu werden, auf die unsere Gewohnheiten uns herabziehen. In jedem Fall werden wir mit dem Leben, mit unseren Schöpfungen, mit uns selbst konfrontiert. Der Tod gibt uns Gelegenheit zur höchsten Form der Alchemie. Aber du brauchst nicht auf den Moment des physischen Todes zu warten, um in diese höchste Transformation eingeweiht zu werden.

Möchtest du dich auf die Erfahrung des Todes des Ego vorbereiten, kannst du den Anregungen in meinem Buch *Death and Rebirth: The Ultimate Alchemy* (Tod und Wiedergeburt - Die höchste Alchemie) folgen. Du solltest verstehen, daß diese Reise durch die astralen Welten der Wünsche und ihrer Erfüllungen führt. Meditiere nach Methoden, die dein Aurafeld erweitern und zusammenziehen. Führe ein Tagebuch oder ein Protokoll über deine Fortschritte. Meditiere mit Licht und Farbe, Atemübungen und Gebet.

Traumleben

Träumen ist ein weiterer wichtiger Aspekt unseres Lebens. Ob wir wach sind oder schlafen, Träume sind der Stoff, in dem die Schöpfung sich webt.

Bilder

Immer wenn du schaust, denkst, planst oder dir absichtlich ein Bild machst, wird eine visuelle Vorstellung erzeugt, gespeichert und in deine Erinnerung eingegraben. Umfangreiche psychologische Studien sind angestellt worden, um die zentrale Rolle zu dokumentieren, die Bilder für unser Gedächtnis, unser Erleben und unser Denken spielen. Die in unserem Zusammenhang relevantesten Forschungen auf diesem Gebiet stammen von Robert Masters und Jean Houston von der Foundation for Mind Research im Staate New York.

Masters und Houston unterscheiden vier Ebenen des bildhaften Denkens. Jede dieser Ebenen wird von jedem Menschen auf andere Weise erlebt. Je nach Temperament werden die Bilder durch Tasten, Sehen, Hören oder Fühlen aktiviert. Die Ebenen umfassen das unmittelbare Erleben sinnlicher Informationen, den mentalen Prozeß der Aufnahme und Integration im Gedächtnisspeicher, die schemenhafte mythische Wahrnehmung des kollektiven Unbewußten und schließlich die lichte Erfahrung auf der spirituellen Ebene. Jede Ebene des Denkens schließt einen entsprechenden visuellen Bildherstellungsprozeß ein.

Sogar blinde Menschen konstruieren entsprechende Formen, die als Bezugspunkte für das Denken und Funktionieren in alltäglichen Situationen dienen. Das Bild selbst ist nicht das, worauf es ankommt. Der Prozeß des Gebrauchs und der Herstellung der Formen ist das Wichtigste. Was der Atem für den menschlichen Körper ist, sind die Bilder für die Intelligenz. Das Denken ist eine Eigenschaft der Intelligenz und gleichzeitig ein Reservoir von Bildern: Bilder von unserem gegenwärtigen Leben und seinen Überzeugungen sowie von vergangenen und zukünftigen Möglichkeiten, aus interdimensionaler Aktivität, aus kosmischen Quellen und allen vorstellbaren Bereichen des Universums.

Alles, was wir wahrnehmen, wird durch unser Erleben interpretiert. Wir sehen die Realität durch die Brille unserer persönlichen Geschichte. Wir konstruieren und erhalten Zugang zu Bildern, die allen Ebenen des Lebens entsprechen. Wir träumen Träume in Träumen, mit jedem Atemzug, mit jedem Augenzwinkern - bewußt, unbewußt und überbewußt.

Traumebenen im gewöhnlichen Schlaf

Unser Denken hört keinesfalls in dem Moment auf, wenn wir einschlafen. Wenn wir irgendein Problem im Laufe des Tages nicht gelöst haben, wird es im Traum nach einer Lösung suchen. Die erste Ebene des Träumens bezieht sich auf unsere unmittelbare dreidimensionale Realität: unseren Körper, unsere Beziehungen, unsere Geschäfte. Die auf dieser Ebene des Träumens erreichte Lösung wird ihren Zweck erfüllen - positiv oder negativ. Auf dieser Ebene träumen wir davon, aus einer tiefen Quelle zu trinken, wenn wir Durst haben; wir träumen von Sex, wenn wir sexuell frustriert sind; wir träumen davon, unseren Chef zu verprügeln, wenn wir Ärger auf der Arbeit haben, oder davon, einen Freund anzurufen, der tatsächlich, ohne daß wir es wußten, einen Tag vorher zurückgekehrt war. Hier finden wir Hilfe in bedrohlichen Situationen und können über Menschen, mit denen wir emotional verbunden sind, intuitiv Dinge erfahren, die an Prophetie grenzen. Dies ist die Ebene der physischen, mentalen und emotionalen Unmittelbarkeit, die häufigste Traumebene. Nehmen wir an, wir haben unsere alltäglichen Aktivitäten einigermaßen erledigt, und es gibt keine Spannungen mehr, die uns in eine bestimmte Richtung ziehen, dann wird die nächste Traumebene die der Wunscherfüllung sein: unsere Sehnsüchte, Hoffnungen und Ziele. Damit verbunden wird es für viele die »Sabotagetechniken« der tieferen Schichten des emotionalen Körpers geben, die Ebenen des Unbewußten: Schuldgefühle, Ängste, Katastrophenprojektionen von Gewalt und Unglück, Alpträume, die uns verfolgen...

Wenn es uns gelingt, mit unserem alltäglichen Leben ins Reine zu kommen, wenn wir wissen, worum sich unsere Hoffnungen und Wünsche drehen, und wenn wir in anderen Bereichen schöpferische Ventile gefunden haben, dann werden sich die Traumebenen größtenteils auf das interdimensionale Leben erstrecken. Auf dieser Ebene finden sich auch die Lösungen für Probleme, die sich dem höheren Denken stellen, wie bei großen Wissenschaftlern, die der Überlieferung nach die Lösungen zu mathematischen oder wissenschaftlichen Problemen in Träumen oder unmittelbar nach dem Aufwachen gefunden haben. Dieser Bereich des Träumens bezieht sich auf das höhere Denken jenseits des Verstandes der Persönlichkeit und auf das spirituelle Leben auf den höchsten Ebenen.

Auf dieser Traumebene finden wir die Symbole, vom kollektiven bis zu den höchst abstrakten Farbformationen der höheren Dimensionen. Hier finden auch die folgenschweren Begegnungen statt und die manchmal sehr lebhaften Ereignisse aus der

Menschheitsgeschichte, die sich wie in einem Film vor uns entfalten, und die prophetischen Träume, die sich nicht auf die Ebene des unmittelbaren persönlichen Lebens beziehen, die Begegnungen mit weisen Gestalten, archetypischen Prototypen aus Mythen und Phantasie. Diese Traumebenen beziehen sich auf unser Erleben in den Bilderwelten des niederen, höheren und christusähnlichen Geistes und können gleichermaßen aus dem Wach- wie aus dem Schlafzustand kommen. Das schließt Phantasievorstellungen, Tagträume, Meditation, Intuition, Visionen und unerklärliche oder fremdartige Erinnerungen ein.

Traumkörper

Gehen wir noch einmal zurück zu unseren grundlegenden sieben Körpern, die in der Aura enthalten sind und in dem Abschnitt über die energetische Anatomie des Menschen beschrieben wurden. Jeder dieser Körper dient nicht nur als Gefäß für Erfahrungen in den höheren Aspekten des Ausdrucks und der Interdimensionalität, sondern hat auch eine Art eigenen Verstand voller Erinnerungen und Bilder.

An diesem Punkt bezieht sich der Begriff »Träumen« auf eine Aktivität, die Grenzen zwischen Fakt und Phantasie auflöst. Der Traum hat hier dieselbe Bedeutung, die ihm alte schamanische Kulturen gaben, wenn sie von der »Traumreise« sprachen: die einer multidimensionalen Reise durch Zeit und Raum.

Wenn das Bewußtsein seinen Sitz in einem bestimmten Schwingungsrhythmus hat, der sich auf einen anderen Körper als auf den physischen bezieht, und wenn er darin geübt ist, sich dieses Gefäßes bewußt zu sein, dann kann der Mensch Zugang zum Denken und zu den Erinnerungen dieses Körpers finden und mit ihm auf eine Traumreise gehen.

Die Traumreise

Jenseits der Ebene des physischen Körpers, der die Handlungsgefüge des alltäglichen Lebens ausfüllt, einschließlich seiner unangenehmen Seiten, seiner Krankheiten und Verdrängungen, liegt der zweite oder emotionale Körper. Er projiziert wundervolle Visionen, die Fortsetzungen des Sinnlichen sind. Lieder, Mantras, Düfte und Farben beeinflussen Traumzustände in diesem Gefüge aus poetischen und romantischen Visionen von Krishna und seinen Gopis, den sieben Himmeln der Sufis und den Höllengefilden im Christentum.

Der dritte oder mentale Körper enthält in sich die Haltungen und Eindrücke der Vergangenheit im allgemeinen. Er funktioniert völlig konsequent und deduktiv. Dieser Traumkörper reist durch den Raum, jenseits von Angst und Tod. Seine Erlebnisse sind abenteuerlich, beinahe homerisch. Sie umfassen Vergangenheit und Gegenwart.

Der ätherische Körper träumt von der persönlichen Vergangenheit oder Zukunft. Yogische und tantrische Methoden des Fastens und der sinnlichen Askese haben in der Vergangenheit die schöpferischen Ebenen dieses Körpers angeregt, indem sie seine Beweglichkeit herausforderten und eine Distanz, eine Zeugenschaft des Selbst herstellten. Dieser Körper träumt interdimensional und bringt oft Eindrücke von anderen Planeten und anderen Welten. Der fünfte ist der höhere mentale Körper. Dieser Körper geht vom persönlichen zum Höheren Selbst über und ist mit dem Bewußtsein als Ganzes befaßt, einschließlich des Wissens um vergangene Existenzen und Schöpfungsmythen. Er ist ein höchst individueller Körper. Auf der Ebene des fünften Körpers können wir gleichzeitig mit einem anderen Menschen träumen, der ebenfalls auf der fünften Traumebene träumt. Um uns über die Traumebene dieses Körpers hinauszubewegen, müssen wir über den Begriff der Individualität selbst hinausgehen. Der Kausalkörper überschreitet die Schwelle des persönlichen Bewußtseins und reist auf der Ebene der kosmischen Mythen wie den des Brahma und der Begriffe des »Maya« oder der Illusion, um das Einssein zu erfahren. Dieser Körper träumt sich Dinge zusammen, die denselben Ursprung haben wie alle Religionen, und webt gemeinsam mit dem Schöpfer großartige Systeme. Auf dieser Ebene träumen wir einen Traum ohne Träumer.

Der letzte oder elektronische Körper stürzt uns in das Erleben der Leere und Unendlichkeit

sowie in Träume nie endender Stille ohne Grenzen und ohne Zeit. Die Sprache und die Bilder des universellen Geistes, falls es sie überhaupt gibt, sind so gewaltig, daß sie uns nicht existent oder unbegreiflich erscheinen.

Leben und Träumen sind ein und dasselbe. Wenn wir es schaffen, das zu akzeptieren, können wir beginnen, das unbegrenzte Potential auszuschöpfen, das in uns ist und das wir jederzeit in jedem Atemzug, jedem Schritt erreichen können.

Das Traumleben ist das größere, gewaltigere Leben des meisterhaften Alchemisten, der es wagt, wie Cervantes sagen würde, »den unmöglichen Traum zu träumen«.

Anweisung

Wenn du die Absicht hast, dein Bewußtsein zu erweitern, um die Traumzustände einzuschließen, dann tust du gut daran, dich entsprechend vorzubereiten, nicht nur, um in den Traumzustand einzutreten, sondern auch, um die Fähigkeiten zu entwickeln, die du brauchst, um die Wahrnehmungen auf der Traumreise zu entschlüsseln.

Schärfe dein Gewahrsein wie Castanedas »Don Juan«, um alle unterschwelligen Eindrücke mitzubekommen, visuell und energetisch. Lerne deinen Körper ebenso kennen wie deine Psyche, damit du das gewöhnliche Träumen des physischen Körpers verstehen und darüber hinweggehen kannst. Schaff dir den Raum für deine Erkundungen, indem du klar deine Absicht zum Ausdruck bringst. Ruf dein Höheres Selbst und die Lichtwesen um Hilfe und Führung an. Versteige dich niemals zu dem arroganten Standpunkt anzunehmen, daß du irgend etwas in der Richtung allein tun könntest. Du kannst dir sicher sein, daß dein Ruf niemals unbeantwortet bleibt. Bitte darum, belehrt zu werden. Bitte darum, fortgetragen zu werden. Bitte darum, dich zu erinnern. Sieh zu, daß du den Faden der Achtsamkeit nicht verlierst, das Kontinuum des Gewahrseins bis hinein in den Traumzustand.

Beim Einschlafen kontinuierliche Achtsamkeit zu bewahren erfordert Übung. Zuerst kann es wie der Alptraum eines Menschen sein, der unter Schlaflosigkeit leidet, da es die Schwingungsfrequenz des Körpers erhöht, dir mehr Energie gibt und es schwieriger macht, in das gewöhnliche Unterbewußtsein zu schlüpfen. Und wenn du dann tatsächlich einschläfst, sind die Eindrücke möglicherweise zuerst überhaupt nicht so klar. Versuche es weiter. Gib nicht auf.

Was du aus deinen Traumzuständen zurückbringst, ist möglicherweise zuerst gar nicht sehr klar. Vielleicht ist es einfach eine Energie, eine Melodie, ein Symbol ... Was immer es ist, nimm es und dich selbst ernst. Schreib es auf. Trainiere deine Konzentration und deine visuellen Fähigkeiten, ebenso wie deine Fähigkeit, die Bilder im Gedächtnis zu behalten. Und während du übst, achtest du auf die Veränderungen in deiner Schwingungsfrequenz.

Möglicherweise möchtest du ein Biofeedbackgerät verwenden oder einen jener Gehirnwellenapparate, die den Wechsel von Alpha- zu Thetawellen registrieren. Wenn du dich dem Theta- Stadium näherst, kurz bevor du die Augen schließt und du einnicken willst, vergiß nicht, dir selbst ausdrücklich zu gestatten, zu jenen höheren Ebenen zu reisen. Dabei kannst du von dem folgenden Text Gebrauch machen, der dir hilft, dich an deine Träume zu erinnern. Oder du nimmst dir einen eigenen Text auf Kassette auf und hörst ihn dir beim Einschlafen an.

Denk daran, daß dein Gedankenapparat wie ein Computer funktioniert. Du kannst ihn programmieren. Konzentriere deinen Wunsch nach der höchsten Wahrheit und laß dich vom Licht führen.

Es gibt keinen wirklichen Unterschied zwischen Schlaf und sogenannter Trance, besonders nicht für den angehenden Alchemisten. In der Trance dringen wir mit Hilfe des Höheren Selbst und unserer Fertigkeiten auf den verschiedenen dimensional Wirklichkeiten in Zustände erhöhten Gewahrseins ein. In diesen Zuständen kommunizieren wir mit der Natur und nehmen am göttlichen Schöpfungsprozeß teil. Wir gehen eine Partnerschaft mit dem Licht ein. Die Traumreise ist ein bewußter Trancezustand, der durch die selbständige

Aktivierung der verschiedenen Traumkörper erreicht wird.

In dieser Art des Reisens gibt es keinen Raum für Dunkelheit oder niedere Schwingungen, da du die Gewohnheit erworben hast, dich selbst mit deinem Tubus aus elektronischer Lichtsubstanz zu umgeben. Dieser Tubus ist nicht nur ein Schutz, sondern er bildet einen tatsächlichen Durchgang, in dem du durch einen Lichttubus direkt auf die höheren Ebenen aufsteigen kannst, vorbei an den astralen Ebenen, die normalerweise mit Schamanismus, Hexerei und Schwarzer Magie in Verbindung gebracht werden. Dein Tubus aus Licht ist dein Schutz am Tag und dein Durchgang in der Nacht. Mach davon Gebrauch.

Nächtliches Vorgehen Methoden der inneren Alchemie zum Schutz der verschiedenen Körper:

Wenn du mit der Praxis des Lichts beginnst, erhöht sich auch deine Aktivität in veränderten Bewußtseinszuständen. Das liegt daran, daß dein ganzes Wesen zunehmend von deiner Absicht durchdrungen ist. Mit zunehmender Aktivität in dieser Richtung wirst du immer höheren Energien ausgesetzt. Aufgrund der Tatsache, daß Materie immer in Polaritäten existiert, wird mit zunehmender Lichtaktivität auch immer mehr Dunkelheit angezogen. Dieses Licht ist das, was deine früheren Fehlschöpfungen zur alchemistischen Wandlung, Neubestimmung und Integration an dich herangetragen und dich damit auf den Pfad der inneren Alchemie geführt hat.

Dein physischer Körper ist besonders verletzlich, wenn du schläfst. Atmosphärische Energien wirken auf deinen physischen und emotionalen Körper ein, reizen ihn, ermatten oder verändern ihn auf irgendeine andere Weise.

Dies schließt sowohl astrale Einflüsse körperloser Wesen als auch emotionale Gedankenprojektionen von Menschen ein, die sich noch in einem Körper befinden. Wenn du bedenkst, daß Ähnlichkeiten sich anziehen und daß du dich erst einmal durch einen Großteil deiner alten unbewußten Gewohnheiten und Wünsche hindurcharbeiten mußt, kannst du leicht erkennen, warum es so wichtig ist, dich selbst abzuschirmen und die Hilfe anzurufen, die uns von der Intelligenz aus dem Reich des Lichts angeboten wird.

Die wichtigste Verbindung wird dadurch hergestellt, daß du dich in bezug auf die Gesamtheit der erschaffenen dreidimensionalen Realität in ständiger Orientierung auf das göttliche Selbst befindest. Diese Visualisierung verstärkt den schützenden Tubus aus elektronischer Lichtsubstanz um dich herum, was in den meisten Fällen ausreicht, dich den Tag über zu schützen. In der Nacht dient der Tubus als Durchgang zu den überdimensionalen Ebenen der Realität. Er kann zwar weiterhin deine physische Form umgeben, aber für die Nacht empfehlen sich stärkere Methoden des Schutzes.

Wenn du dich am Abend zur Ruhe legst, empfehle ich dir, deinen physischen Körper in eine Flammensäule gekleidet zurückzulassen - die violette Flamme, eine spiralförmige blaue Flamme oder die siebenfältige Flamme, von der Stirn ausgehend und auf den gesamten Körper sowie die Aura erweitert. Lenke dich selbst auf die elektronische Präsenz deines göttlichen Selbst und geh entschlossen zu dem elektronischen Gürtel, der die physische Sonne umgibt. Dieser elektronische Gürtel markiert die höchsten Lichtschwingungen.

Die violette Flamme setzt die Prozesse der Läuterung und Wandlung der Substanz in Gang. Die Visualisierung einer spiralförmigen blauen Flamme erzeugt einen mächtigen Wirbel von Aktivität des ersten Strahls, der unreine Substanz auf der ätherischen Ebene beseitigt und eine schützende Wirkung hat. Die siebenfache Flamme im Bereich der Hypophyse oder des dritten Auges vereinigt sich mit dem Wirken der sieben Schöpfungsstrahlen und steht für das Wirken der Elohim, der Erzeuger der Form. Ihre Erweiterung erzeugt eine mächtige Kraft, die als Schutzschild dient. Schließlich kennzeichnet die dreifache Flamme im Herzen noch den Sitz der ursprünglichen heiligen Feuersubstanz in Beziehung zu den Elementen. Mit dieser Visualisierung rufst du die Partnerschaft mit der göttlichen Kraft (dir selbst) auf der direktesten und höchsten Ebene hervor.

Der elektronische Gürtel um die physische Sonne zeigt die Schwingungsfrequenzen deines

göttlichen Selbst in der zwölften Dimension an. Auf dieser Ebene kannst du dich mit dem Keim des Göttlichen in allem verbinden, was in diesem Sonnensystem existiert, einschließlich des Sitzes physischer Kräfte und Energien sowie des Tempels der Heilung und der höchsten Belehrung. Aus dieser Perspektive wirst du darüber hinaus angeleitet oder inspiriert, die Arbeit zu leisten, die dir gegenwärtig am angemessensten ist. Dein Einfluß als strahlende Präsenz auf den Planeten wird noch erhöht durch den bewußten Kontakt mit dieser Dimension.

Der nächste Schritt vor dem Zubettgehen besteht darin, dein göttliches Selbst anzurufen, damit es deinen physischen und ätherischen Körper mit einer Rüstung aus Licht umgibt.

Diese sieht ungefähr so aus wie eine richtige Ritterrüstung samt einer kristallartigen Kappe und einem strahlenden Kristallkreuz. Das Symbol des Kreuzes durchschneidet alle übrigen Kraftlinien und stellt den vollständigsten und unmittelbarsten Schutz dar.

Falls du mitten in der Nacht aufwachst, versuche immer daran zu denken, wo du gerade warst, und schreibe auf, was du mitgebracht hast. Solltest du auf eine Weise aufwachen, die dich irgendwie beunruhigt, wie etwa in einem Alptraum, dann solltest du dir ein Herz fassen und dem Grund der Beunruhigung nachgehen. Wenn du ihn dann ausfindig gemacht hast, sei es intellektuell oder energetisch, überflute ihn mit der violetten Flamme und rufe, wenn du magst, die Lichtwesen an, um ihn zu beseitigen. Bekräftige noch einmal deinen schützenden Kreis und geh wieder schlafen in dem Wissen, daß du nun sicher bist.

Falls das nicht ausreichen sollte, wiederhole noch einmal eine Affirmation, die dir am geeignetsten erscheint, um die Energie, die dich beherrscht, zu durchdringen. Vielleicht solltest du visualisieren, wie du das blaue Flammenschwert hältst und damit die ätherischen Kraftlinien um dich herum durchschneidest und dabei immer wieder erklärst: »In der Macht und Autorität meines göttlichen Selbst befehle ich, daß du von den Feuern des Lichts und der Liebe verzehrt wirst! Du hast keine Macht!« Diese Affirmationen dürfen auf keinen Fall irgendwelche Angst oder Wut enthalten, selbst wenn sie mit großer Kraft vorgetragen werden. Laß die Aussagen durch die Stimme des göttlichen Selbst in dir kommen und denke immer daran: »Das Licht Gottes versagt nie.«

Traumerinnerung

Gleich wirst du anfangen, auf eine andere, weniger gewöhnliche Ebene der Realität zu kommen. Du kannst anfangen, dich wacher oder aufmerksamer als normal zu fühlen, und trotzdem wird dein Körper ganz ruhig und entspannt sein. Du wirst dich präsenter fühlen, und trotzdem wirst du spüren, wie dein Körper in einem tiefen Ruhezustand ist.

Laß deinen Körper sich jetzt ganz entspannen, sanft und bequem in die Matratze sinken. Du kannst jetzt deinen ganzen Körper loslassen. Du kannst auch deine Gedanken loslassen. Du brauchst nirgendwohin zu gehen. Du brauchst nichts zu tun. Du brauchst nichts zu lenken oder zu kontrollieren. Dein Körper und dein Geist haben eine Ruhepause verdient. Alles, was noch zu tun ist, hat auch bis morgen Zeit, falls du es dann überhaupt noch willst. Jetzt jedenfalls kannst du dir erlauben, dich total zu entspannen. Erlaube dir, dich ganz deiner Entspannung anzuvertrauen.

Erinnere dich jetzt an deine Träume und an deine Aktivitäten auf anderen Ebenen der Realität. Im Laufe der Zeit wirst du dich an immer mehr Träume und Aktivitäten auf anderen Ebenen der Realität erinnern. Allmählich wirst du dem Ariadnefaden deines Bewußtseins durch Schlafen und Wachen hindurch immer leichter folgen können. Schon bald wirst du dich immer mehr an deine Teilnahme an anderen Realitäten und an deine Träume erinnern, so daß du sie aufzeichnen und die Information zurückbringen kannst. Immer klarer wird dein Einblick in deine Essenz, dein Erblühen und auch das Erblühen anderer. Dies ist ein Prozeß, der so schnell vonstatten geht, wie du es wünschst, also faß dir ein Herz. Erinnere dich an deine Träume. Erinnere dich an dich selbst. Bewahre die Liebe in deinem Herzen. Umgib dich mit Licht und laß dieses Licht dich dorthin führen, wo du hingehen mußt. Ruhe dich aus.

Vertraue auf dein göttliches Selbst. Vertraue.

Bewege dich zur Wahrheit und zur Liebe. Erwähne dich deiner selbst.

Erinnere dich, daß du dich jederzeit in deine eigene göttliche Präsenz einstimmen kannst, die Licht und Bewußtsein ist. Erwähne dich deiner selbst!

Am Morgen wirst du erfrischt und hellwach sein, dich immer besser und genauer an deine Träume erinnern können und das Wesen der Realität immer deutlicher verstehen. Du wirst ausgeruht aufwachen und es kaum erwarten können, das Leben und einen neuen Tag zu begrüßen.

Du wirst geliebt.

Du bist die Liebe.

Erinnere dich an deine Träume!

Erinnere dich deiner selbst!

Feinabstimmung des Traumkörpers

Bereite dich nun auf den Schlaf vor in dem Wissen, daß du durch andere Wirklichkeiten und andere Dimensionen des Seins reisen wirst, in denen du ebenfalls mit deinem Sein präsent bist. Leg dich hin. Laß dein Körpergewicht völlig los und werde dir deines Körpers von innen heraus bewußt. Wohin du deine Aufmerksamkeit richtest, immer bist du dir darüber im Klaren, daß du Licht lenkst. Erfülle deinen Körper mit Licht, in dem Wissen, daß alle Spannungen, alle Dunkelheit, alle Dichte durch das Licht aufgelöst werden.

Werde dir nun aller Spannungen in deinen Gedanken, deiner Sorgen, Ängste und Erwartungen bewußt, und laß deine Gedanken, Erinnerungen und Emotionen aus deinem Kopf verschwinden. Fühle, wie deine Gedanken jetzt fließen. Betrachte sie als ein klares Bächlein, kühl, ein Fließen ohne Hindernisse.

Erinnere dich nun an deine Absicht, immer bewußter, immer mehr zum Zeugen für Körper, Geist und Seele zu werden. Achte auf dein Atmen. Laß es immer entspannter werden, während du deinen Zugriff auf Körper und Gedanken lockerst. Dort, wohin du jetzt gehst, brauchst du weder einen Körper noch Gedanken. Spüre das Energiefeld in und um deinen Körper. In dir ist ein Ozean aus Energie. Um dich herum ist ein Ozean aus Energie. Innen ... außen ... Laß Innen und Außen verschmelzen in der Gesamtheit deines Selbst in diesem Augenblick. Reine Energie ... ein schwingendes Energiefeld.

Achte auf die pulsierenden, bebenden Schwingungen, die deinen Körper und dein Energiefeld bilden. Nimm sie wahr und erfreue dich an ihnen. Laß sie dir angenehm sein. Laß sie dich in ein glückseliges Gefühl hineintreiben.

Umgeb dich mit den Farben der Liebe, im Gefühl der Liebe. Spüre ein Feld aus tiefem, tiefem Blau ... oder Violett ... oder Rosa... Nun stell dir einen goldenen Ring vor, der weit genug ist, um deinen Körper und dein ganzes Energiefeld durchzulassen. Sieh ihn direkt über deinem Kopf und spüre ihn auf dich zukommen. Zieh ihn an dich und laß ihn an deinen Körper heran, über dir, unter dir und um dich herum. Sieh und fühl, wie die glitzernde, elektrische, goldene Substanz dich ganz umgibt. Höre ihr Knistern. Fühle sie, wie sie sanft über und unter deinen Körper fließt und allmählich dein ganzes Energiefeld erleuchtet und belebt. Du wirst feiner ... feiner ... immer feiner.

Laß diesen goldenen Ring ganz sanft und beständig immer tiefer auf dich herabsinken, bis hinunter zu deinen Füßen ... und darüber hinaus ... einen halben Meter weiter, halte ihn dort ... und laß ihn los. Sieh, wie er sich in der Unendlichkeit unter dir auflöst, und spüre einen anderen Ring wie eine Welle auf dich zukommen. Sieh und fühl ihn sanft um dich herum, über dir und unter dir ... als ob er dich immer höher trägt ... sanft ... und beständig über deinen Kopf steigt und dann einen halben Meter darüber zum Stehen kommt.

Halte das Gefühl dieses goldenen Energieringes einen halben Meter über deinem Kopf fest ... und laß ihn dann los. Folge ihm, während er sich in der Unendlichkeit über dir auflöst.

Laß einen weiteren Ring auf dich herabsteigen, ebenso wie den ersten ... direkt durch dich hindurch und um dich herum ... hinab in die Unendlichkeit unter dir; und gleich darauf einen weiteren Ring aufsteigen, sich nach oben hin erweitern ... sanft, beständig aufsteigend durch dich hindurch und um dich herum ... in die Unendlichkeit über dir.

Ein kontinuierlicher Fluß von Energieringen erstreckt sich nach unten und nach oben, pulsiert durch dich hindurch und über dich hinaus in die Unendlichkeit unter dir, über dir und um dich herum. Fahre fort, diese goldenen Ringe aus Lichtsubstanz zu fühlen, wie Wellen, die steigen und fallen, deinen Körper hinauf und hinab ... und laß deinen Körper sich in ihnen auflösen ... in einem endlosen Strom aus allem, was ist.

Fühle dein Bewußtsein immer höher und höher steigen, weiter und weiter werden, in die Ringe hinein und durch sie hindurch ... in den Tunnel aus Licht in den reinen Geist hinein und über ihn hinaus ... wo Träume Realität sind, und die Realität nichts als ein Traum ist. Erwache für die Unendlichkeit, die du bist!

Schlußfolgerungen

Mut zum Alleinsein

Das Leben hat eine wundervolle Art, für uns alle zu sorgen. Unser Anteil besteht darin, die Harmonie aufrechtzuerhalten, indem wir ein Gleichgewicht zwischen Aktivität und Passivität herstellen, zwischen Denken und Nichtdenken, zwischen Geben und Nehmen. Wenn wir wirklich auf die Praktiken der inneren Alchemie setzen und es wagen, sie anzuwenden, werden wir erkennen, daß nichts unmöglich ist. Durch die Anwendung dieses Gesetzes und die Partnerschaft mit den Mächten des Lichts ist alles möglich.

In dieser Partnerschaft liegt alles, was wir brauchen, im Inneren wie im Äußeren. Wir finden die Ganzheit oder Einheit unseres Selbst in den vertikalen Dimensionen des Seins. Wenn du diese Fülle, die Präsenz deines Selbst fühlst, wenn du dich »all-ein« fühlst, dann ist das Meisterschaft. Du bist bereit, das Spiel zu spielen ... es auf das Leben anzuwenden.

Die Balance zwischen nach außen gerichteter Bewegung, dem Bezug auf die Welt einerseits und dem Rückzug auf die inneren Welten, dem Annehmen der göttlichen Gnade andererseits, ist der Rhythmus des Lebens. Wenn du auf diese Weise lebst, in Harmonie mit deinem Selbst, dann wird das Leben für dich sorgen. Das heißt nichts anderes, als daß dein Höheres Selbst imstande ist, durch dich zu handeln, dich zu führen, zu lenken und zu benutzen, um das, was du brauchst, direkt anzuziehen. So wird beispielsweise Raum für Beziehungen geschaffen, und zwar für richtige Beziehungen.

Sich auf den Weg der inneren Alchemie zu begeben heißt, bewußt zu leben, ohne sich mit materialistischen Standpunkten zu identifizieren, und sich multidimensionales Denken zu eigen zu machen. Fragen wie: »Wann wirst du heiraten?«, »Wann wirst du Kinder haben?« oder: »Wie soll ich das nur schaffen?« werden dann wie von selbst verschwinden. Wir verstehen, daß unsere Angst diesen Gedanken Leben und Form gibt und daß Vertrauen, gepaart mit richtigem, kreativem Denken und Handeln, unser Leben formt.

Ebenso wie der Planet selbst und alle bewußten Wesen, die auf ihm wandeln, durch die Einweihung des Herzens bewegt werden, so werden auch wir als Einzelwesen höhere und niedrigere Schwingungsfrequenzen, östliches und westliches Denken, planetarische und kosmische Einflüsse integrieren. Und so, wie das Herz in uns allen weit wird, werden wir nicht nur immer mehr sehen und verstehen, sondern wir werden auch mehr lieben. Aber vorerst einige Worte der Mahnung:

Du wirst immer sensibler werden für alles, was dich umgibt, besonders für das Leiden. Deine Aufmerksamkeit wird immer schärfer werden. Du wirst viel mehr sehen und fühlen. Die Wahl zwischen Göttlichem und Menschlichem wird für dich zu einem ständigen Dilemma werden, in allem, was du tust und fühlst. Du wirst das Dunkel sehen, aber auch das Licht.

Wenn du Leid siehst, wirst du den Teil von dir selbst fühlen und spüren, deine Menschlichkeit, die noch immer mit den alten Werten einer sterbenden Welt identifiziert ist - seien es die östlichen Ketten des Karmas oder sei es die jüdisch-christliche Ethik der Schuld. Und dann wirst du diese Bestimmungen durchleben. Zum Beispiel: Wenn du Leid siehst und es fühlst, dann wird ein Teil deines Denkens diese Energie mit einer gewissen Schwere in Verbindung bringen. Du wirst denken: »Das arme Ding!« Du projizierst die Schwere auf die Person, mit der du fühlst. Statt ihre Last zu erleichtern, machst du sie noch schwerer. Wenn du nun auf diese Person schaust, die aus irgendeinem unerfindlichen Grund in einem so »unglücklichen« Zustand ist, und in ihr das Lichtwesen siehst, dann wirst du dieses Licht verstärken, diese Schönheit, die dazu dient, die Person, die du betrachtetest, zu erheben. Du kannst dich entscheiden, nicht mehr aus Schuld oder Angst heraus zu handeln - der normalen Motivation hinter wohlütigem Handeln -, sondern aus deiner Fülle und Positivität heraus.

Wahre Ökologie

Wahre Ökologie beginnt bei dir selbst. Während du deine Wahrnehmung und den Mechanismus deines Denkens und Fühlens darin übst, das Licht zu verstärken, definierst du Energie auf positive Weise. Anstatt etwas zur Umweltverschmutzung auf dem Planeten hinzuzufügen, helfen wir, seine Atmosphäre zu reinigen.

Wir müssen das Licht, das Göttliche in uns, an die Macht bringen. Das heißt nicht, daß wir das Häßliche in uns, alle Ungerechtigkeiten, alle Armut und Krankheit einfach verneinen. Es heißt nicht, daß wir abgestumpft werden oder vorgeben, es gebe nichts dergleichen. Es heißt vielmehr, ein heilendes Elixier zu verabreichen, nicht indem man blind Hoffnung macht, was nur noch weitere Erwartungen, Spannungen und Frustrationen wecken würde, sondern indem man die Lichtsubstanz erzeugt, durch welche eine alchemistische Wandlung in Gang gesetzt werden kann.

Was die Welt im Moment am meisten braucht, ist Verständnis, Bildung. Alte Gedankenformen, Glaubensvorstellungen und Ideen, die alles Handeln und alle Neuschöpfung behindern, müssen gereinigt werden.

Jeder einzelne muß darauf achten, wie Denken funktioniert, was Gedanken sind, was man sich selbst und anderen durch seine Gedanken, durch seine Gefühle, seine Worte und seine Taten antut.

Wenn wir unsere innere Umweltverschmutzung nicht beseitigen, werden wir Blinde sein, die Blinde führen, werden Hilflose sein, die sich mit anderen Hilflosen zusammentun, in dem Glauben, einander helfen zu können. Am Ende haben wir nichts als Hilflosigkeit, die sich nicht nur summiert, sondern potenziert. Um wirklich helfen zu können, müssen wir bei uns selbst anfangen und dort, wo wir in uns selbst unseren Ursprung haben.

Wahre Ökologie beginnt bei unseren eigenen Gedanken und unseren Gefühlen. Wenn die Schwingungsrate unseres Planeten angehoben werden soll, dann nur durch sie. Wenn jeder für seine eigene Kraft die individuelle Verantwortung übernimmt, wird sich diese Kraft in Verbindung mit anderen zu einer aktiven göttlichen Kraft entwickeln.

Gesetzestreue

Wenn wir verstanden haben, daß wir an der Quelle in der Tat alle eins sind, dann wissen wir, daß wir das, was wir jemand anders antun, letztlich uns selbst antun. Aber nur selten halten wir inne, um dies zu sehen. Im Laufe der Jahrhunderte galt diese Form der Selbstverstümmelung als verzeihlich. Jetzt ist jedoch die Zeit gekommen, in der dieses Mißverhältnis durch ein richtiges Verständnis des Gesetzes umgehend richtiggestellt werden kann.

Was ist das für ein Gesetz? Es ist das Gesetz des Lichts. Die höchste Macht über alles kommt vom Licht, nicht dem physikalischen Licht, das seinen Gegenpol in der Dunkelheit hat, sondern dem Licht, das die Quelle von allem ist und jenseits aller Dualität liegt, der

ursprünglichen Quelle allen Lebens. Sie zu achten heißt, ihr zu folgen.

Es ist eigentlich ganz einfach. Wenn du das Licht im Mitmenschen achtest, achtest du auch dein eigenes. Wenn du weißt, daß du nicht der Schöpfer selbst, sondern vom Schöpfer bist, wenn du aus dieser Partnerschaft heraus lebst und arbeitest, dann kannst du in aller Bescheidenheit leben und trotzdem mit einer enormen Verantwortung: der Verantwortung, deine Macht und deine Kraft weise und ehrenhaft einzusetzen.

Ich gebrauche das Wort Ehre und meine damit Liebe in ihrer vollsten, aktivsten Form. Liebe ist vollkommene Aktivität, das grundlegende Gefühl allen Lebens. Sie ist die Kraft der Schöpfung. Liebe ist sich selbst treu und verschenkt sich rückhaltlos, sie ist gleichzeitig magnetisch und strahlend. Sie nimmt auf und erschafft. Liebe ist wie die Sonne: die Schöpfungskraft von allem, was ist. Sie ist die Antriebskraft, das vollkommene Grundgefühl. Wenn wir Liebe personifizieren, verunreinigen wir sie und zerstückeln sie in Millionen von kleinen Bruchstückchen, in dem Glauben, daß wir einen Menschen besitzen können. Wenn wir sie mit Dichte einfärben, wird sie zu Besitzgier. Als vollkommene Kraft ist sie der Grundimpuls oder das Gefühl, das das Leben hervorbringt und erhält. Sie wird zur Energie in der Bewegung, eine Kraft, die gelenkt werden kann.

Gesetzestreue ist die richtige Nutzung der Kraft der Liebe.

Durch die planetarische Initiation auf der Ebene des Herzens erkunden wir die verschiedenen Ausdrucksformen der Kraft der Liebe und bekommen einen Einblick in eine der emotional am höchsten stehenden Epochen in der Geschichte unsere Planeten.

Durch alles, was wir entweder zum Ausdruck bringen oder verdrängen, lernen wir, mit Liebe umzugehen, sie zu verstehen, zu läutern und zu kanalisieren. Anstatt uns selbst dafür zu verdammen, daß wir zu emotional sind, müssen wir das spirituelle Element hineinbringen und das Ganze im Licht der Liebe sehen.

Emotionalität, Sexualität und Spiritualität

Wahrscheinlich liegt es an der Art der Lehre, die ich vertrete, daß die überwiegende Mehrheit der Ratsuchenden, die zu mir kommen, bereits über spirituelle Erfahrungen verfügt. Den meisten von ihnen sagen die Begriffe Liebe, Gewaltlosigkeit, Brüderlichkeit und Erleuchtung bereits etwas. Einige von ihnen sind durch tiefgreifende religiöse Erfahrungen gegangen. Aus diesem Grund haben viele schwerwiegende Probleme mit der Integration ihrer Sexualität in ihr spirituelles Glaubenssystem.

Die meisten Menschen, die »den Weg« gehen, wissen nicht, was sie mit ihrer Sexualität anfangen sollen. Sie stehen vor der Wahl, sie zu unterdrücken, zu verstecken (vor sich selbst oder vor anderen) oder eine Dualität zu leben, in der Geist und Körper sich in ihrer Befriedigung miteinander abwechseln. Glücklicherweise haben es einige von ihnen geschafft, über diese Dualität hinaus zu sehen und zu leben und aus dieser primären Energie heraus freudig und schöpferisch zu sein.

Für die Mehrheit, die noch nicht in der Lage ist, diese beiden Kräfte zu integrieren, ist es wichtig, einige Dinge klarzustellen. Während wir uns der spirituellen Entfaltung öffnen, müssen wir mit dem emotionalen Körper und seinen Abhängigkeiten fertigwerden. Denn unsere Sehnsucht nach Spiritualität stammt ja ursprünglich aus dem Bedürfnis des emotionalen Körpers nach höchster Erfüllung im Geist. Das höchste Ziel unseres Lebens ist das Erlangen der Erleuchtung. Aber weil diese Sehnsucht ihre Wurzeln im emotionalen Körper hat und dieser ein körperliches Bedürfnis sublimiert, was eine peinliche, frustrierende oder anderweitig schmerzhaft Auseinandersetzung mit dem Leben zur Folge haben kann, werden wir uns irgendwann früher oder später damit konfrontieren müssen, insbesondere weil wirkliche Spiritualität sich niemals dem Leben entziehen kann.

Sexuelle Energien verstärken die Emotionalität. Daher haben Frauen während ihres Menstruationszyklus, in Zeiten starker sexueller Bedürfnisse oder intensiver sexueller Kontakte das Gefühl, als würden sie unvernünftig reagieren. Die daraus entstandenen

Ausschweifungen können einen Menschen mit spirituellen Neigungen leicht dazu bringen zu sagen: »Vergiß es! Das ist eine zu starke Ablenkung, zu irritierend.« Diese Einstellung hat in Religionen dazu geführt, daß Sex abgeschafft oder verdammt wird. Und trotzdem können wir nicht in die Wüste ziehen oder auf einen Berg steigen und uns für unbegrenzte Zeit verstecken, ohne daß unsere Sexualität uns von innen heraus folgt.

Du wirst letztlich immer einen anderen Menschen oder eine andere Situation finden, sei sie real oder in der Einbildung. Das Leben wird dir einen Partner schicken, um damit fertigzuwerden, normalerweise jemanden, der ebenfalls auf dem spirituellen Weg ist und dieselben Eigenarten hat wie du. Wenn die sexuellen Energien zueinander passen, können sie zum gegenseitigen Erwachen und zur Standhaftigkeit anregen.

Spirituelle Arbeit kann, wenn sie einmal getan ist, nicht wieder rückgängig gemacht werden. Wenn du nicht gleichzeitig mit Spiritualität und Sexualität umgehen kannst, wirst du sie eben getrennt behandeln müssen. Dein gesamtes Wesen wird nach einem Gleichgewicht streben, bis die Spiritualität in den Zellen auf der Ebene des Orgasmus verkörpert ist.

Orgasmus ist nicht das Ende einer Ekstase, die sich wellenförmig durch das Universum ausbreitet, sondern erst der Anfang. Er ist Materie, die die Kontraktionen und Expansionen der Schöpfung widerspiegelt. Vor dem Orgasmus wegzulaufen heißt, vor dem Göttlichen wegzulaufen. Das heißt jedoch nicht, daß ein Schwelgen im Orgasmus die Verkörperung des Göttlichen ist. Um wirklich die Natur dieser Kraft zu verstehen, muß man sich vor ihr verneigen, muß sie insgesamt würdigen.

Die Lektionen, die Sexualität für uns bereithält, sind eine weitere Facette innerhalb der Lektionen der Liebe auf der planetarischen Ebene, ein weiterer Spiegel, durch den wir beobachten können, wie wir mit uns selbst und anderen umgehen und wie gut wir das Gesetz des Lichts in die Praxis umsetzen. Sexualität ist eine Lektion, durch die wir alle gehen müssen - physisch, emotional und mental.

Unser Planet leidet heute am Mißbrauch dieser Kraft in der Vergangenheit. Uns ist die Pflege, die Sorge und der verantwortungsvolle Umgang mit der größten denkbaren Kraft in die Hände gelegt, damit wir sie in den Dienst der Liebe stellen und sie läutern zur und durch die Kraft des Lichts. Wenn es uns nicht gelingt, klug mit dieser Kraft umzugehen, dann wird die Energie mit eben jenen Qualitäten, die wir ihr verliehen haben, auf uns zurückfallen und sich als Krankheit und Verzweiflung manifestieren. In meinem Buch Karma and Sexuality: "The Human Alchemical Experience (Karma und Sexualität - Die menschliche alchemistische Erfahrung) gehe ich weiter auf diese Thematik ein.

Die einzige Möglichkeit, mit etwas oder mit jemandem ins reine zu kommen, ist, sich darauf einzulassen. Falsche Vorspiegelungen und Lügen bewirken gar nichts. Sex ist die Verkörperung der Liebeskraft auf der Ebene der Materie. Durch sie und über sie hinaus gehen die Ekstasen des Geistes ... nur mit unendlich stärkerer Intensität.

Nachbemerkung

Der neue Zyklus

Evolution ist im wesentlichen ein spiritueller Prozeß, der sich in Zyklen entfaltet. Jeder Zyklus wird durch einen gewissen Entwicklungssprung angekündigt, der auf den ersten Blick möglicherweise gar nicht wie ein Fortschritt erscheint. Die Entwicklung in jedem Zyklus wird durch einen geographischen Ort gekennzeichnet, der die Errungenschaften des Zeitalters oder des Zyklus am besten verdeutlicht.

Der Planet Erde entwickelt sich mit seinen Bewohnern. Das Bewußtsein seiner heutigen Bewohner bewegt sich durch die Lektionen der Liebe zu einem Punkt jenseits aller Dualität und aller Paradigmen des vergangenen Entwicklungszyklus. Der neue Zyklus - oder das »New Age«, wie man ihn gemeinhin nennt - verkörpert nicht nur einen quantitativen

Entwicklungssprung, sondern eine ganze Reihe von Begriffen und Werten einer neuen Qualität. Amerika als Ganzes - Nord-, Mittel- und Südamerika - verkörpert gegenwärtig dieses neue Bewußtsein.

Die Meinungen über den ursprünglichen Sitz der spirituellen Macht und weltlichen Aktivität gehen weit auseinander: Afrika, Nord-, Mittel- oder Südamerika, Asien ... Es gibt Hinweise auf viele große Zivilisationen, insbesondere zu den Amazonasindianern und der großartigen Zivilisation, die einst dort blühte, wo sich heute die Vereinigten Staaten von Amerika befinden: die atlantische oder lemurische Zivilisation. Man sagt, daß Atlantis einmal dort war, wo heute der Atlantische Ozean ist, während Lemuriens spirituelle Aktivität den pazifischen Raum umfaßte.

Das nächste große Zentrum der spirituellen Entwicklung war Ägypten. Gleichzeitig mit diesem erblühten die Zivilisationen des Ostens, die anscheinend zu einer Zeit ihren Höhepunkt erreichten, die dem großen Krieg der Welten, dem »Mahabharata«, voranging. Die vedischen Schriften sprechen sogar von einer noch älteren Kultur. Jede dieser großen Zivilisationen hat einen bestimmten Aspekt des göttlichen Keims entwickelt und eine bestimmte Methode und Ideologie hervorgebracht.

Jede Zivilisation hat zu einem gewissen Gleichgewicht und einer Integration zwischen Persönlichkeit und Spiritualität beigetragen. Die ältesten Zivilisationen führten ein Leben in reiner Geistigkeit mit wenig materieller Dichte, die ihr Handeln oder ihre Wahrnehmung hätte behindern können. Als wir dann die lemurische Stufe erreicht hatten, verkörperte das Bewußtsein die niedrigsten Chakras und rang um die Vergeistigung der Materie. Die atlantische Tradition entwickelte die Kräfte des Wissens und des Verstandes, während die ägyptische darauf aus war, das Bewußtsein direkt in der Erde zu verwurzeln. Gleichzeitig entzifferte der Osten die Gesetze der Natur und der Schöpfung, während im Westen der Gottmensch Jesus Christus kam, um die reine Liebe zu verkörpern.

Um Zugang zur Quelle oder zur Kraft des Göttlichen zu finden, bedarf es eines bestimmten Grades der spirituellen Meisterschaft. Die Entwicklung des Bewußtseins in jeder Tradition, vergangen oder gegenwärtig, verlangt nach einer Neubewertung der Bedürfnisse der Zeit. Unsere Zeit verlangt nach einer Antwort auf die Fragen, die mit dem Gebrauch von Macht verbunden sind - unserer persönlichen, kollektiven und spirituellen - sowie unserem Umgang mit Individualität und Persönlichkeit.

Spirituelle Entwicklung und materieller Fortschritt gehen Hand in Hand. Erfolg baut auf der Grundlage einer Vergeistigung oder Konzentration der Kraft des Lichts auf. Während wir uns auf das Goldene Zeitalter zu bewegen, müssen wir uns selbst mit einer erneuerten Perspektive sehen. Was die spirituelle Entwicklung anbelangt, unterliegen wir noch immer weitgehend den Einflüssen des vergangenen Zyklus.

Im vorangegangenen Entwicklungszyklus der Evolution, den ich das »Buddha-Bewußtsein« nenne, war die von der spirituellen Lehre der Zeit empfohlene Ausdrucksform die Kontemplation und die dazugehörige Methode der Gehorsam. Vollkommenheit wurde erlangt durch Läuterung und Gehorsam gegenüber dem höheren Willen. Der Entwicklungsprozeß bestand in einer Integration der niederen Körper, des physischen, emotionalen und mentalen, in das Schwingungsgeflecht des Solarplexus. Der einzelne machte sich vollkommen frei von der Gewalt der niederen Körper und unterstellte sich dem höchsten Bewußtsein, das sich außerhalb seiner selbst im Lehrer und in der Lehre widerspiegelte. Die Absicht war, einen Zustand der Glückseligkeit und Offenheit zu erreichen: das Nirvana.

Nirvana, ein Zustand von Samadhi, bestand aus der Freiheit vom Ego oder einem Gefühl der Getrenntheit vom Leben, das mit außerordentlicher Liebe und Sanftheit wahrgenommen wurde. Ahimsa bedeutete Gewaltlosigkeit und war die höchste Lektion, die von Buddha gelehrt wurde. Der einzelne löste sich in einem sehr hohen Bewußtseinszustand auf, der die höheren Chakras oder Fähigkeiten direkt verfügbar machte, ohne sie in einer besonderen Form zu aktivieren. Man verschmolz in einem Zustand der Hingabe an den göttlichen Willen,

im Sunnya - der Leere oder des uranfänglichen Nichts.

Das Buddha-Bewußtsein in unserer Zeit wird im Westen von verschiedenen religiösen Praktiken repräsentiert, von denen die Sufi-Tradition möglicherweise die bekannteste ist. Hier wird das Ego des niederen Selbst mitten ins Herz getroffen. Anstatt sich auf die uranfängliche Leere hinzubewegen, besteht das Ziel in der Fülle des Ganzen: Gott als alles.

Auf der Ebene des Buddha-Bewußtseins lösen wir alle Grenzen auf, die uns von anderen trennen oder in einer falschen Überheblichkeit festhalten. Wir verbinden uns mit dem Gewebe der Brüderlichkeit, der Einheit des Lebens, in Vorbereitung auf die nächste Stufe. Nur sehr wenig Energie wird auf Individualität und Körperlichkeit verwendet. Dieser Schwerpunkt spiegelte sich in den kulturellen und politischen Aktivitäten des Ostens bis in die jüngste Vergangenheit wider.

Wir erleben gegenwärtig ein kollektives dringendes Bedürfnis nach Aktivität, individuellem Ausdruck und materiellem sowie technischem Fortschritt, alles Kennzeichen des New Age. Dafür erfordert dieser neue Zyklus, den ich weiter oben »Christus-Bewußtsein« genannt habe, die Bildung eines individuellen göttlichen Willens. Der Mensch in der westlichen, christlich geprägten Zivilisation besitzt in der Gestalt Christi, im Gegensatz zum östlichen Menschen in der Gestalt des Buddha, eine Identität. Er weiß, wer er ist, und was er zu tun hat. Seine Lehre gilt als die höchste, umfassendste Lehre aller Zeiten, ebenso wie die Energie, die er verkörperte, die größte Energie direkt von der Quelle ist, der Logos.

Christus-Bewußtsein ist Handeln, und zwar von der Ebene der aktivierten höheren Chakras und Fähigkeiten aus, im Gegensatz zum passiven Gehorsam im vorangegangenen Zyklus. Statt eines Ego besitzt der westliche Christ eine persönliche Identität, einen Brennpunkt des Individuums, nicht von der Quelle getrennt, aber deutlich verschieden. Er geht nicht im buddhistischen Sinne im Ganzen auf. Er bewahrt eine sehr bewußte Einheit mit dem Ganzen und in seiner Meisterschaft, entschlossenes, willentliches Handeln.

Die drei Amerikas

Der Sitz des neuen Zyklus umfaßt den Reichtum, die Eigenschaften und Attribute, die den Völkern in den drei Amerikas zu eigen sind. Der neue Zyklus markiert einen Wendepunkt zurück zu den ursprünglichen Konzepten, aber auf einer höheren Ebene in der Spirale der spirituellen Evolution.

Im Moment leiden die Vereinigten Staaten unter den Auswirkungen ihrer Dominanz im politischen und ökonomischen Sinn über die Dritte-Welt-Mächte der mittel- und südamerikanischen Regierungen. Der Reichtum von Mittel- und Südamerika liegt tief in der Erde und der Seele seiner Menschen, in ihren Traditionen, ihrer individuellen Note oder Frequenz innerhalb des Meeres der unbegrenzten Möglichkeiten.

Mittel- und Südamerika durchlaufen einen Läuterungsprozeß durch Feuer, ein Erwachen und eine Belebung, die viele Jahr lang andauern wird. Am Ende wird eine Stärke und Klarheit stehen, die unsere kühnsten Erwartungen noch übertreffen wird. In diesem Augenblick wird Südamerika darauf vorbereitet, das Szepter des New Age zu übernehmen. Die ehrwürdigen Schwestern des sudamerikanischen Kontinents, Afrika, Australien und Neuseeland, entwickeln sich ebenfalls mit einer neuen Meisterschaft und einer uralten Kraft, die unsere eingeschränkte Sichtweise erheblich verändern wird. Wir sind Zeugen der Beendigung des alten dunklen Zeitalters der Seele. Die Geburt des Neuen ist symbolisiert durch die Wiedergeburt des Christuskindes in uns.

In den traumatischen Umwälzungen dieser großen Geburt bietet die innere Alchemie eine geeignete Methode, an die wir uns halten können. Sie enthält jedoch auch warnende Töne und liefert uns eine verständnisvolle Begleitung, die uns durch unsere zweite Geburt hindurch tragen kann.

Die Schlüssel zur Transzendenz in diesem neuen Zeitalter liegen in den vereinten Kräften und Fähigkeiten, die sich in Land und Leuten der drei Amerikas verkörpern, wo der Klang des

Göttlichen der Klang des Donners ist und das heilige Feuer die Essenz, um die sich der gesamte Schöpfungsprozeß dreht.

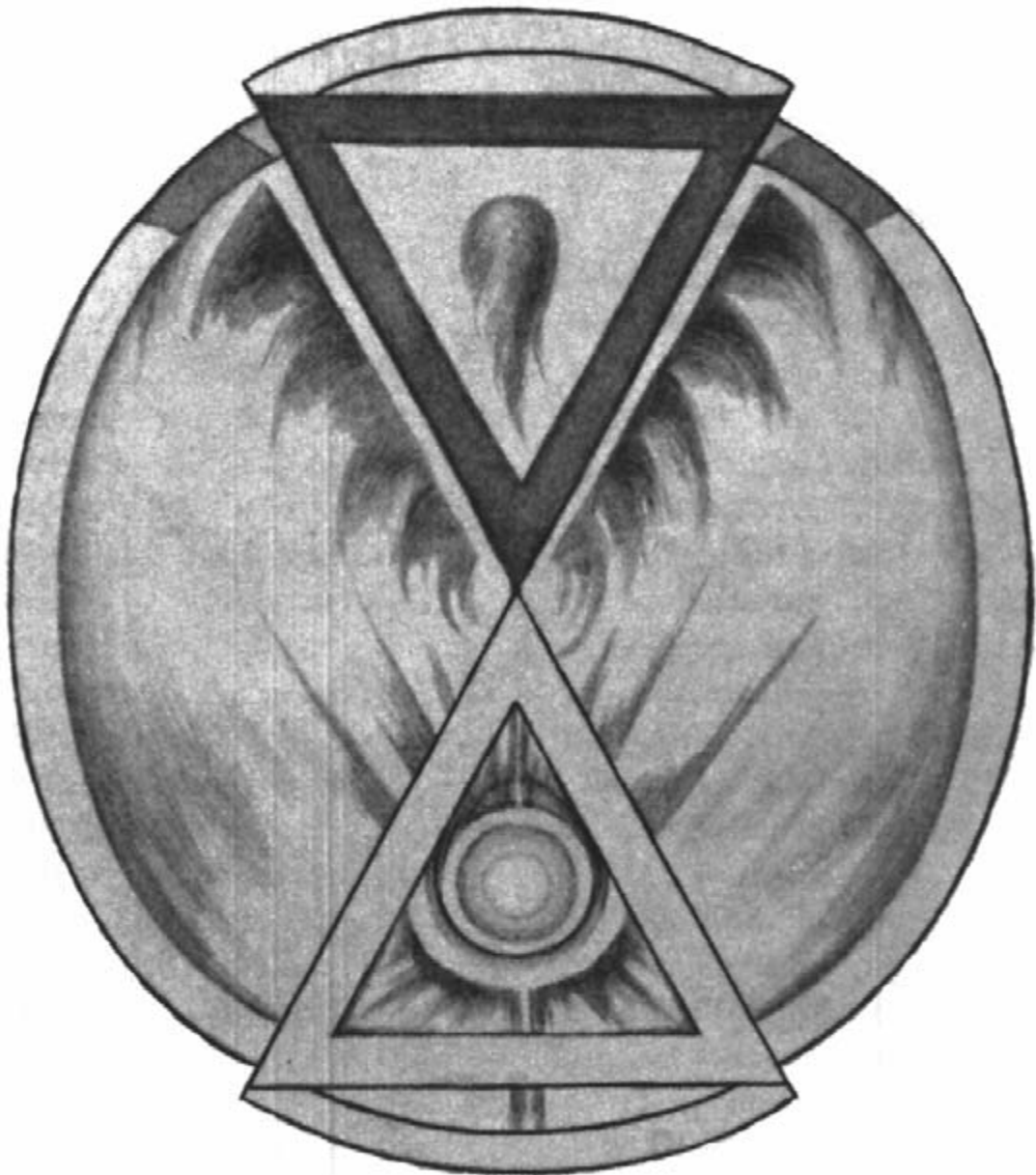


Abbildung 21:
Das Symbol der Teilhabe am Schöpfungsprozeß durch die innere Alchemie

Für alle Fragen bezüglich Beratung oder Seminare der Autorin wenden Sie sich bitte an das Zentrum für innere Alchemie:

Alquimia Interior

Rua Francisco Dias Velho, 66

Cep 04581.000 Brooklin

São Paulo, Brasilien

Fax: 0055-11-240-5149