

Inhaltsverzeichnis

Buchbeschreibung:	4
Über den Autor:	4
Vorwort	8
Teil 1	9
Spirituelles Grundwissen	9
1. Wir sind eine Seele mit einem Körper und nicht ein Körper mit einer Seele.	10
2. Mosaiksteine des Wissens	13
3. Der Reisende im Wagen des Körpers	13
4. Der Geist und die Sinne	14
5. Die Intelligenz und der Geist	14
6. Wir übernehmen die Kontrolle über uns	18
7. Weiteres Grundwissen	19
8. Die materielle Natur	20
9. Seele und Überseele	21
10. Die Seelenwanderung	22
11. Die acht Manifestationen der materiellen Energie	23
12. Die drei Erscheinungsweisen der materiellen Natur	25
13. Die Kasten oder die vier Bevölkerungsschichten	26
14. Die vier Stufen des spirituellen Lebens	32
15. Die drei Aspekte der absoluten Wahrheit	35
16. Sinne, Lust und Sexualität	37
17. Was ist Schönheit?	40
18. Der innere Schweinehund	44
19. Die Gottesliebe	46
20. Die vier Zeitalter	50
21. Die Emanzipation der Frauen	53

22. Fleisch	56
23. Mensch sein	58
24. Die Bedeutung des Menschseins	59
Teil 2	60
Die Veränderung des Bewusstseins	60
25. Die positive Veränderung des Bewusstseins aus der Perspektive der Sternzeichen	63
Widder: Der Weg der Tat	64
Stier: Der Weg der Sinnlichkeit	65
Zwillinge: Der Weg der Vermittlung	66
Krebs: Der Weg partizipierender Hingabe	67
Löwe: Der Weg spielerisch kreativen Seins	68
Jungfrau: Der Weg der Achtsamkeit	69
Waage: Der Weg der Ausgeglichenheit	70
Skorpion:	71
Der Weg der Selbstüberwindung.	71
Schütze: Der Weg des Vertrauens	72
Steinbock: Der Weg der Klarheit	73
Wassermann: Der Weg der Freiheit	74
Fische: Der Weg der Selbstlosigkeit	75
26. Das Bewusstsein	76

Inbound Yoga

Von Murli Manohar Das Gaur Vanacari

Buchbeschreibung:

Lernen Sie die Philosophie des Inbound-, Mantra- und Bhakti-Yogas kennen, während wir durch die einzigartige Natur Fuerteventuras spazieren.

Inbound-Yoga bringt die Vorteile der drei Pfade, vom Hatha-Yoga (Yoga der Bewegung), Jñāna-Yoga (Yoga des Wissens) und Bhakti Yoga (Yoga der Hingabe) zusammen und ermöglicht dem Praktizierenden, vollkommene Harmonie von Körper, Geist und Seele zu erreichen.

Über den Autor:

Murli Manohar Das Gaur Vanacari (weltlicher Name: Bodo Wilbert), Jahrgang 1954, lebt seit 1977 auf den Kanarischen Inseln. Er verzichtete auf einen Job als Direktor bei einem Broker an der Waren-Termin-Börse in London und fuhr lieber mit Frau und Baby in einem Chevrolet Blazer nach Fuerteventura.

Er konnte sich dem Reiz der Wüsteninsel nicht entziehen, die er 1973 kennenlernte, und auf der es damals keine asphaltierten Straßen und keinen öffentlichen Wasser- und Stromanschluss gab. Hier fühlte er sich mit den Wurzeln des Lebens verbunden. Er betrieb eine der ersten Windsurfschulen der Kanaren, baute mehrere Häuser, pflanzte Tomaten für den Export nach Europa an und war einer der Pioniere für Wind- und Sonnenenergie. Was dazu führte, dass er überraschend von Bundeskanzler Helmut Kohl besucht wurde.

Die ersten Jahre lebte er ähnlich wie Robinson Crusoe. 15 Kilometer reiner weißer Sandstrand teilte er für mehrere Jahre ausschließlich mit Tausenden von Vögeln. Dieses Leben inmitten dieser einzigartigen Natur hat ihn geprägt. Heute noch nennt er es ein großes Geschenk Gottes.

Später gründete er mit seinem Bruder auf Teneriffa eine deutschsprachige Wochenzeitung, die sich zu einer der größten deutschsprachigen Zeitungen Spaniens entfaltete. Für seine Arbeit als Journalist wurde er dann von der Pressestelle der Regierung Schröder gelobt. Was ihn sehr überraschte.

Murli über sich selbst: „Ich war ständig auf der Suche, und bin dabei von einer Pfütze in die andere getreten. Und oft waren es Fettnäpfchen.“

Als Reiseleiter führte er Tausende Touristen durch die Natur der Kanaren. Er war der erste, der die Menschen mit seinem Jeep durch die Wüste Fuerteventuras, und später auch durch die Wälder Teneriffas und La Gomeras führte. So erkannte er sein Talent, den Menschen Geschichten über Land und Leute zu erzählen. Die Liebe zu den Menschen steht dabei immer im Mittelpunkt.

Als Journalist veröffentlichte er mehr als zweitausend Beiträge über die Kanarischen Inseln. Und er veröffentlichte mehrere Bücher über Yoga, Tao, Sexualität und die Kanaren.

„Plötzlich merkte ich, dass mich das Schreiben glücklich macht. Auch wenn viele Leser meinen Vorlesestil amüsant finden.“

In seinem Innern schlummerte schon immer seine spirituelle Seite. Von Kind an interessierte er sich für Yoga, Judo, Karate und Meditation. Anfang der 80er Jahre begann er sich mit der Heilung zu beschäftigen. Schnell lernte er seine ersten Lehrer (Meister) kennen.

Der Wille, andere Menschen zu heilen, prägte seinen Weg. Er arbeitet mit Kräutern und interessierte sich für alle möglichen Heilmethoden. So lernte er das Reiki kennen und bildete sich immer weiter. Dann lernte er die Heilmethode der Apostel kennen, die er in Kombination mit der Chakrenmethode über viele Jahre erfolgreich zur Heilung einsetzte. So konnte er vielen Frauen von Amerika bis Europa helfen, die Gewalt von Männern erfahren mussten.

Dieser Weg führte ihn unvermeidlich zum Bhakti-Yoga (Yoga der Hingabe), wo er seinen spirituellen Meister Swami Paramadvaiti, Schüler von Śrīla Bhaktivedanta Swami Prabhupada, kennenlernte. Swami Paramadvaiti gab ihm seinen spirituellen Namen „Murli Manohar Das Gaur Vanacari“.

Murli: „Anderen Menschen zu helfen, in den Himmel zu kommen, ist die höchste Kunst des Heilens.“

Inbound Yoga

Mosaiksteine des Wissens

Von Murli Manohar Das Gaur Vanacari

murli@insulamagica.de

1. Auflage, 2019

© Alle Rechte vorbehalten.

murli@insulamagica.de

Insula Magica Berlin

Vorwort

Dieses kleine Buch soll eine Einleitung in die spirituelle Welt sein. Es ist als Begleitbuch für diejenigen, die Inbound Yoga praktizieren, gedacht.

Inbound-Yoga bringt die Vorteile der drei Pfade, vom Hatha-Yoga (Yoga der Bewegung), Jñāna-Yoga (Yoga des Wissens) und Bhakti Yoga (Yoga der Hingabe) zusammen und ermöglicht dem Praktizierenden, vollkommene Harmonie von Körper, Geist und Seele zu erreichen.

Der Mensch ist immer in Bewegung. Er ist auf der Suche nach Befriedigung seiner materiellen Bedürfnisse: »Essen, Schlafen, Sichverteidigen und Sichpaaren.« Sein Ego (falsches Ego oder sein innerer Schweinehund) treiben ihn ständig dazu an. Das Ego denkt an nichts anderes, und es ist ihm schnurzegal, ob es dem Menschen guttut oder auch nicht.

Und wenn der Körper schläft oder ruht, ist der Geist in Bewegung. Der Geist schläft nie.

Es gibt Meditationsschulen, die lehren, der Meditierende solle an nichts denken. Das geht nicht. Das ist unmöglich. Auch wenn er an nichts denken würde, würde er denken.

Der Geist ist immer in Bewegung. Der Geist ist immer beschäftigt. Was den Unterschied macht, ist, womit er beschäftigt ist.

Dies können wir das Bewusstsein nennen. Mit welchem Bewusstsein machen wir dies oder jenes. Dies soll in diesem Buch erläutert werden.

Beim Inbound Yoga beginnen wir mit dem Hatha Yoga, das Yoga der Bewegung. Wir gehen spazieren. Wir spazieren durch die wunderschöne Natur. Die Natur beeinflusst schon unser

Bewusstsein, oder wir haben uns bewusst dazu entschieden, durch die Natur zu spazieren.

Jeden Tag bewegen wir uns von A nach B, oder nach C oder D. Wichtig ist es dabei, mit welchem Bewusstsein wir dies tun.

Wir können in einen Supermarkt gehen, um ihn auszurauben oder um Milch und Honig einzukaufen. Wir werden je nach der einen oder der anderen Absicht auf dem Weg völlig unterschiedlich fühlen.

Beim Inbound Yoga spazieren wir durch die Natur, lassen die Natur auf uns wirken und sprechen über Yoga, die Liebe und über die Spiritualität.

Das ist Jñāna Yoga, das Yoga des Wissens. Mit welchem Bewusstsein wir über Wissen sprechen, macht den Unterschied. Wir können über Wissen sprechen, das uns weiterführt. Oder wir sprechen über Wissen, das uns runterzieht.

Bhakti Yoga ist das Yoga der Hingabe. Wem wollen wir dienen? Wollen wir uns der Gier hingeben oder der Liebe?

In diesem Buch beziehe ich mich immer wieder auf die Sexualität, weil die Sexualität die Energie ist, die uns am meisten beeinflusst.

Ich liebe Euch.

Murli

Teil 1

Spirituelles Grundwissen

Wir müssen uns selber besser kennenlernen. Dazu benötigen wir ein Grundwissen. Ein spirituelles Grundwissen. Denn wir sind alle spirituelle Wesen.

Gott sei Dank gibt es die Veden. Das sind die ältesten Schriften der Menschheit und des Universums. Hier wird genau erklärt, wer wir sind, wo wir herkommen und wo wir wieder hingehen.

Aus diesen Schriften werde ich die wichtigsten Eckpunkte zitieren und nenne dies »Spirituelles Grundwissen«.

1. Wir sind eine Seele mit einem Körper und nicht ein Körper mit einer Seele.

Alle Menschen identifizieren sich mit ihrem Körper. Ich bin dieser Körper. Wir machen Fotos von uns und sagen: »Das bin ich«. »Ich bin dieser Körper. Ich bin dick. Ich bin dünn. Oder ich bin reich. Ich bin arm. Und ich wohne dort.« Wenn wir von unserem »Ich« sprechen, meinen wir damit unseren Körper.

Wenn wir von unseren Gefühlen sprechen, sprechen wir darüber, was unser Körper fühlt. Wenn wir von unseren Sorgen sprechen, denken wir an die Sorgen und Bedürfnisse unseres Körpers. »Ich bin durstig. Ich bin müde«. Ja sogar, wenn wir sagen: »Ich bin verliebt, sprechen wir von der Sehnsucht nach Liebe unseres Körpers.«

Und unser falsches Ego (körperliches, materielles Ego) hält nie still. Unser Ego möchte immer irgendetwas. Es meldet sich stündlich, minütlich mit seinen Wünschen. Und es denkt an nichts anderes, als an sich selbst. Und zwar nur an sich selbst. An die Sinnesbefriedigung seiner selbst.

Und jetzt kommt der größte Witz. Es behauptet: »Ich habe eine Seele.« Das ist der Gipfel der Dreistigkeit. Das ist so, als würde ein

Auto behaupten: »Ich habe einen Fahrer. Und der macht, was ich will.«

In Wirklichkeit ist es genau anders herum.

Das heißt, dass unsere wahre Identität (unser wahres Ich) unsere Seele ist, die einen Körper besitzt.

Und! Die Seele ist ewig und hat schon immer existiert. Aber der Körper ist endlich.

Alle individuellen Personen, einschließlich Gott, sind ewige Individuen. Sie sind Individuen in der Vergangenheit gewesen, sie sind Individuen in der Gegenwart, und sie werden auch Individuen in der Zukunft bleiben. Denn wir alle sind ewiglich individuelle Seelen und wechseln nur unser körperliches Gewand auf unterschiedliche Weise.

Die spirituelle Ebene
(Das wahre Ich)

I

Die körperliche Ebene
(Das falsche Ego)

I

Die Intelligenz

Die spirituelle Intelligenz

Die emotionale Intelligenz

Die rationale Intelligenz

I

Der Geist

I

Die Sinne

2. Mosaiksteine des Wissens

In den folgenden Kapiteln zähle ich Zitate aus den vedischen Schriften, den ältesten Schriften der Menschheit, auf. Sie stehen in keinem logischen Kontext, sondern bilden wie Mosaiksteine zu einem Bild zusammengesetzt eine Darstellung über das Wissen ab.

Unser Leben besteht ja auch aus verschiedenen Elementen, die logisch nichts miteinander zu tun haben. Aber doch ist jedes einzelne Element von großer Bedeutung für ein Gesamtbild unseres Lebens.

Wir können Pilot sein und verheiratet oder auch nicht verheiratet. Wir können mit oder ohne Kinder an einem Ort wohnen usw.

3. Der Reisende im Wagen des Körpers

Das Individuum ist der Reisende im Wagen des materiellen Körpers und die Intelligenz ist der Fahrer.

Das bedeutet: Wir (die Seele) benutzen unseren Körper als Fahrzeug, mit dem wir durchs Leben reisen. Und für die nächste Reise wird uns ein neuer Wagen (Körper) zur Verfügung gestellt.

Wenn wir unser altes Auto zur Schrottpresse bringen, leben wir trotzdem weiter, und wir kaufen uns ein neues Auto. Wir geben ja unsere Identität nicht bei der Schrottpresse ab. Obwohl, wie wir alle wissen, könnte man sich dies bei manchen Männern gut vorstellen, weil sie sich so sehr mit ihrem Auto identifizieren.

4. Der Geist und die Sinne

Der Geist ist der Zügel, und die Sinne sind die Pferde.

Der Geist ist immer in Bewegung und animiert oder lenkt die Sinne. Auf die Sexualität bezogen bedeutet dies:

Wenn ein Mann eine begehrenswerte Frau sieht, dann wird der Geist (Zügel) unruhig und überträgt diese Unruhe auf die Sinne (Pferde). Und dann können die Pferde ziemlich wild werden und sind nur sehr schwer zu beherrschen.

5. Die Intelligenz und der Geist

Die Intelligenz sollte dem Geist Anweisungen geben, aber der Geist ist so stark und widerspenstig, dass er die Intelligenz oft überwältigt, obwohl er eigentlich der Intelligenz untergeordnet sein sollte. Für einen Menschen im Alltagsleben, der gegen viele Widerstände kämpfen muss, ist es zweifellos sehr schwierig, den Geist zu kontrollieren.

Die Intelligenz sollte das Kommando übernehmen. Aber wir sehen, dass dies sehr schwierig ist. Wenn wir in der Sexualität den Geist und die Sinne nicht beherrschen können, dann kann dies tiefe Wunden bei dem Partner hinterlassen. Und das nicht nur bei den Extremfällen wie Vergewaltigungen oder Kindesmissbrauch. Unkontrollierter wilder (egomanischer) Sex hinterlässt auch Wunden beim geliebten Partner. Deshalb ist auch heutzutage die Scheidungsrate so hoch. Und sie wird immer größer.

Zuerst ist man verliebt und schläft täglich miteinander. Aber mit der Zeit wird es immer weniger. 2 Mal/Woche, 1 Mal/Woche, 2 Mal/Monat oder nur 1 Mal/Monat, beim Eisprung. Meistens sind es zuerst die Frauen, die zweifeln:

»Warum begehre ich meinen Mann nicht mehr so wie am zu Beginn unserer Liebe?

Liebe ich ihn nicht mehr? Sollte ich mir einen anderen Mann suchen, weil er nicht der Richtige ist?«

In Wirklichkeit sind es die Wunden, die durch den Orgasmus gesteuerten Sex entstanden sind.

Auch gute Liebhaber hinterlassen Wunden.

Vielleicht kümmert sich ein guter Liebhaber zu Beginn des Liebesaktes ausschließlich um das Wohlergehen der Frau. Er liebkost sie. Er streichelt sie. Küsst sie. Genießt ihren Duft und ihren Geschmack. Dringt in sie ein und stößt genau in dem Rhythmus und in der Tiefe, die ihr den größten Genuss bereiten.

Ein sehr guter Liebhaber zögert dieses Liebesspiel lange hinaus. Es soll ein wahres Liebesfest werden.

Er rutscht nicht nur kurz mal über sie hinüber, spritzt ab und legt sich schlafen.

Nein, er will ein guter Liebhaber sein. Das wäre schon ein großes Glück für eine Frau. Und trotzdem hinterlässt er am Schluss eine Wunde.

Nach einem ausgiebigen Liebesspiel möchte auch er (sein Ego) das Fest mit einem Feuerwerk beenden. Dazu ändert er seinen Rhythmus und konzentriert sich auf sich selbst. Auch die Frau (ihr Ego) sehnt sich nach diesem Feuerwerk des Mannes und unterstützt ihn dabei.

Nun stößt er so zu, dass er innerlich explodiert.

Beide genießen diesen Moment. Wahr ist, dass beide Körper diesen Moment genießen.

Warum also hinterlässt dieser so emotionale Liebesakt eine Wunde?

Liebe ist, an den anderen denken. Und nicht an sich selbst.

Das wissen wir alle. Aber wir vergessen es immer wieder. Unser Ego will sich nicht daran erinnern. Denn unser Ego (körperliches, materielles Ego – damit ist nicht unsere Identität (Seele) gemeint) will nicht an andere denken. Das Ego interessiert sich nur für sich selbst, und tut alles mögliche, störende nicht ichbezogene Gedanken zu verdrängen. Für das Ego bedeutet Liebe, geliebt zu werden. Wenn es sagt: »Ich liebe Dich«, dann meint es konkret: »Ich will von dir geliebt werden. Ich sehne mich nach deiner Nähe, nach deinen Liebkosungen, Küssen usw.«

Im Extremfall: »Ich kann ohne Dich nicht leben.« Das heißt, es spricht nur von sich selbst. Ich, ich, ich. Das ist nichts anderes als ein

Egotrip, was mit der wahren Liebe nichts, aber auch gar nichts, zu tun hat.

Bei der wahren Liebe denkt man nur an den andern. Wie eine Mutter, die das letzte Stück Brot ihrem Kind überlässt. Lieber stirbt sie, als den Hungertod ihres Kindes zuzulassen.

Oder ein Vater, der durchs Feuer läuft, um das Leben seines Sohnes zu retten. Seine Verbrennungen sind ihm egal. In diesem Moment ist es ihm nur wichtig, seinen Sohn zu retten.

Wir wissen eigentlich alle, was wahre Liebe ist. Aber wir vergessen es immer wieder, wenn unser Ego (falsches Ego) nach Befriedigung schreit.

Unsere Seele jedoch können wir nicht belügen. Unsere Seele vergisst nie und nichts.

Unsere Seele durchschaut auch, ob wir beim Liebesakt an uns selbst denken (an unser falsches, nach Sinnesbefriedigung lüsternes Ego), oder ob wir an unseren geliebten Partner denken.

Die Seele der Frau merkt, dass sie tatsächlich im letzten Moment, in dem der Mann an seinen eigenen Orgasmus denkt, für seine eigene Befriedigung benutzt worden ist. Auch wenn der Mann das nicht wollte. Auch wenn beide dies in diesem Moment nicht bemerkten, weil sie immer noch von der Ekstase des Körpers gefangen sind. Und scheinbar glücklich sind.

Trotzdem bleibt eine Verletzung zurück.

Und bei jedem folgendem Sexualakt legt sich eine weitere Wunde darüber. Bis die Frau Ängste vor diesen Verletzungen entwickelt. Und sie weiß nicht warum. Vielleicht wechselt sie den Partner. Aber es passiert das Gleiche, es ändert nichts. Verständlicherweise.

Bei den meisten Männern ist es sogar offensichtlich, dass sie die Frauen nur zur eigenen Befriedigung benutzen.

6. Wir übernehmen die Kontrolle über uns

Das bedeutet, wenn wir diese Wunden verhindern wollen, müssen wir die Kontrolle übernehmen. Bei den meisten Menschen übernimmt die Sexualität die Kontrolle über sie. Wenn der Geist von einem Sexualpartner stimuliert wird, dann spielen die Sinne verrückt.

Wir lächeln sogar über Menschen, die ihre Sexualität kontrollieren wollen. Mönche und Nonnen werden als Irre und dumme Menschen dargestellt, weil sie auf Sexualität verzichten wollen. (Zölibat)

Auf Sexualität zu verzichten scheint uns als unmöglich. Und wenn es für uns unmöglich ist, dann muss es dies auch für andere sein. Menschen, die im Zölibat leben, müssen also krank sein.

Das Zölibat soll sogar die Ursache sein, dass katholische Priester plötzlich homosexuell oder pädophil werden und kleine Jungs missbrauchen. Als würde der Zölibat die sexuelle Orientierung eines Mannes oder auch einer Frau verändern.

Das sind alles Aussagen unseres falschen Egos. Unser Ego möchte auf jeden Fall verhindern, dass wir auf Sexualität verzichten. Und versucht unter allen Umständen auch die falsche Anwendung der Sexualität zu rechtfertigen. Dem Ego ist es vollkommen egal, ob Wunden hinterlassen werden. Das Ego ist nur am Genuss interessiert. Die Konsequenzen sind ihm piepegal.

Wir können aber unsere Intelligenz einsetzen, um wieder die Kontrolle über uns zu übernehmen. Ähnlich wie bei einem Drogensüchtigen.

Die Droge beherrscht den Geist, und der Geist beherrscht die Sinne, die dann immer wieder zur Droge greifen.

Nur mittels der Intelligenz kann man den Geist zähmen. Damit er auf Drogen verzichtet.

So müssen wir mittels unserer Intelligenz den Geist kontrollieren, um die Kontrolle über unsere Sexualität und über unsere Sinne zu übernehmen.

Dann sind wir wieder der Chef in unserem Körper. Dann können wir das tun, was wir wollen, und tun nicht das, was unsere Sexualität will, oder was unsere Sinne wollen.

Es ist ein tolles Gefühl, wenn man wieder die Kontrolle über sich selbst übernimmt. Man fühlt sich stark. Man fühlt sich selbstbewusst. Ähnlich wie, wenn man aufs Rauchen oder auf den Alkohol verzichtet.

Viel stärker fühlt man sich, wenn man lernt, die Sexualität zu beherrschen. Endlich sind wir wieder unser eigener Chef im Haus (Körper), und werden nicht fremdgesteuert.

Wie das geht, erkläre ich noch genauer in diesem Buch. Es scheint schwer zu sein. Es ist aber einfach. Jeder kann es lernen. Auch Du.

Merke:

Mit deiner Intelligenz triffst Du eine Entscheidung, um so den Geist und die Sinne zu kontrollieren.

7. Weiteres Grundwissen

Bevor ich genauer auf die Kontrolle der Sinne eingehe, möchte ich noch weiteres Grundwissen über uns selbst, über unsere spirituelle Ebene, mitteilen.

Denn umso mehr wir über uns wissen, umso mehr wir uns kennenlernen, umso besser können wir die richtigen Entscheidungen treffen.

8. Die materielle Natur

Die materielle Natur wandelt sich ständig. Materielle Körper durchlaufen im allgemeinen sechs Stadien: Sie werden geboren, wachsen, bleiben für eine Zeit bestehen, erzeugen einige Nebenprodukte, schwinden dahin und vergehen schließlich.

Der Körper ist in ständiger Veränderung und er ist endlich. Es gibt keinen Moment, in dem sich unser Körper nicht verändert. Auch wenn wir schlafen, verändert sich unser Körper. Wenn wir morgens wach werden, sind wir einen Tag älter. Wir können die Zeit nicht aufhalten. Wir sind an die Gesetze der Zeit gebunden.

Das betrifft natürlich auch unsere Sexualität. Als Kind erlernt unsere Sexualität den Unterschied zwischen Mann und Frau. Denn unsere Seele hat kein Geschlecht.

In der Pubertät spüren wir den Drang nach Fortpflanzung. Das hält ziemlich lange an. Wenn wir merken, dass unser Körper alt wird und dahin schwindet, verlieren wir das Interesse an Sexualität. Obwohl unser Geist nie das Interesse am anderen Geschlecht verliert. Der Geist sehnt sich immer nach sexueller Befriedigung. Auch im Alter. Aber wenn die Schmerzen des alternden Körpers dominieren, denken wir weniger an Sex. Oder wir verlieren selbst das Interesse daran und leben am Ende des Lebens im Zölibat.

9. Seele und Überseele

Die individuelle Seele (Jīva) begleitet den Körper. Die Überseele, die eine vollständige Repräsentation Gottes ist, wird Paramatma genannt und weilt im Herzen des Lebewesens.

Die Überseele, der höchste persönliche Gott, befindet sich neben der individuellen Seele im Herzen und ist Zeuge ihrer Aktivitäten und die Quelle des Bewusstseins.

Die Überseele gibt der Jīva-Seele die Möglichkeit, frei zu handeln, und beobachtet ihre Aktivitäten.

Hier wird eindeutig erklärt, dass unsere Seele im Herzen wohnt. Aber sie ist nicht alleine. Neben ihr wohnt auch die Paramatma, ein vollständiger Teil Gottes, der unser Bewusstsein ausmacht. Man könnte es auch unser Gewissen nennen. So können wir verstehen, wenn wir von einem guten oder schlechtem Gewissen sprechen. Denn in unserem Herzen wissen wir, was richtig oder nicht richtig ist. Jeder weiß, dass es nicht richtig ist, zu stehlen, zu töten oder zu lügen. Denn wir sind direkt mit dem Wissen oder Gewissen Gottes im Herzen verbunden. Wir müssen nur in uns hineinsehen oder in uns hinein fühlen, um zu wissen, dass dies so ist.

Es ist immer das Ego (unser falsches körperliches Ego), das uns vom richtigen Weg abbringt. Das Ego hat kein Gewissen, denn es denkt nur an sich selbst. Und dem Ego ist jeder Weg recht, seine Sinne zu befriedigen. Auch wenn man dazu stehlen, töten oder lügen muss.

Dadurch entsteht immer die Spannung zwischen unserem Gewissen (Herz) und unserem Ego (Körper). Ständig müssen wir uns für einen Weg entscheiden.

Wir können uns frei entscheiden für den einen oder den anderen Weg. Wir müssen allerdings auch die Konsequenzen ertragen. Wie wir alle Wissen, entsteht durch Aktion die Reaktion.

Wie die Konsequenzen im Detail aussehen können wird in den vedischen Schriften genau erklärt. Ich kann nur jedem empfehlen die vedischen Schriften zu studieren.

10. Die Seelenwanderung

Wie ein Mensch neue Kleider anlegt und die alten ablegt, so nimmt die Seele neue materielle Körper an und gibt die alt und unbrauchbar gewordenen auf.

Mit diesem Zitat aus dem Śrīmad Bhagavatam wird deutlich gemacht, dass unsere Seele unsterblich ist. Wenn wir unseren Körper verlassen, nehmen wir einen neuen Körper an.

Wir brauchen also keine Angst vor dem Tod zu haben. Das Leben geht weiter. Nur mit einem anderen Körper. Und das neue Leben wird uns genauso wertvoll erscheinen, wie das vorherige.

Welchen Körper wir in unserem nächsten Leben annehmen werden, hängt im Besonderen davon ab, wie wir in diesem Leben gelernt haben zu lieben.

Es ist wichtig, diesen Zusammenhang zu verstehen.

Denn wenn wir in diesem Leben unseren Partner sexuell nur benutzen, kann es gut sein, dass wir im nächsten Leben auch nur benutzt werden.

11. Die acht Manifestationen der materiellen Energie

Gott sagt in der Bhagavad-Gita, dass der Körper, der aus den groben physikalischen Elementen (Erde, Wasser, Feuer, Luft und Himmel) und den feinstofflichen Elementen (Geist, Intelligenz und Ego) besteht, von der Seele an sich völlig verschieden ist.

Es ist wichtig, zu wissen, dass der Körper nicht nur aus den grobstofflichen Elementen (Erde, Wasser, Feuer, Luft und Himmel) besteht, sondern dass die feinstofflichen Elemente Intelligenz, Geist und Ego auch Bestandteil des materiellen Körpers sind.

Die Seele (unser spiritueller Körper), die unser wahres Ich ist, steht darüber.

Deshalb ist es auch möglich, dass die Sexualität den Geist, unsere Intelligenz und unsere Sinne verwirrt. Unser Ego benutzt alle möglichen Tricks, um die Sinne zu befriedigen.

Unser Ego ist das falsche »Ich«.

Es sagt: »Ich bin«.

Und behauptet: »Dies gehört MIR«.

Und das führt uns immer wieder auf den falschen Weg.

Ein Weg, der uns nach unten zieht.

12. Die drei Erscheinungsweisen der materiellen Natur

Die spirituelle Ebene

Die materielle Ebene

Reinheit

Leidenschaft

Unwissenheit

Von Natur aus haben die Lebewesen bestimmte Körper, und in Entsprechung zu diesen führen sie bestimmte psychische und biologische Aktivitäten aus. Es gibt vier Gruppen von Menschen, die in den drei materiellen Erscheinungsweisen der Natur handeln. Diejenigen, die sich völlig in der Erscheinungsweise der Reinheit befinden, werden Brāhmaṇas genannt. Diejenigen, die sich völlig in der Erscheinungsweise der Leidenschaft befinden, werden Kṣatriyas genannt. Diejenigen, die sich sowohl in der Erscheinungsweise der

Leidenschaft als auch in der Erscheinungsweise der Unwissenheit befinden, werden Vaiśas genannt. Diejenigen, die sich vollständig in Unwissenheit befinden, werden Śūdras genannt.

13. Die Kasten oder die vier Bevölkerungsschichten

Brāhmaṇas

Kṣatriyas

Vaiśyas

Śūdras

Dies sind vier Einteilungen des sozialen Lebens, die mit der intelligenten Gruppe der Menschen beginnen, den Brāhmaṇas, die sich in der Erscheinungsweise der Reinheit befinden. Ihnen folgt die verwaltende Gruppe, die Kṣatriyas, die sich in der Erscheinungsweise der Leidenschaft befinden. Die gewerbetreibenden Menschen, die Vaiśyas, befinden sich in den gemischten Erscheinungsweisen der Leidenschaft und Unwissenheit, und die Śūdras, die Arbeiterklasse, befinden sich in der unwissenden Erscheinungsweise der materiellen Natur.

Damit eine Gesellschaft funktionieren kann, muss es diese vier Gesellschaftsgruppen geben.

1. Die Brāhmaṇas (die Weisen) sollten der Gesellschaft die nötige Orientierung geben, um so Wohlstand und Frieden zu garantieren. Nur die Weisen können langfristige und komplexe Zusammenhänge erkennen, um so die richtigen Anweisungen geben zu können. Obwohl wir in der heutigen Gesellschaft diese Strukturen wiedererkennen können, haben wir leider den tieferen Sinn dieser Anordnung verloren. Man könnte das momentane Verfassungsgericht mit den Brāhmaṇas vergleichen. Aber leider bezieht sich das heutige Verfassungsgericht nur auf eine Verfassung, die von Egoisten aufgeschrieben worden ist, die in einer Verfassung nur die Zufriedenstellung des (falschen) Egos garantiert sehen wollen. Und dies ist Zündstoff für künftige Konflikte. Denn wenn Egos auf ihr Recht pochen, gibt es Krawall. Man versucht, materielle Gerechtigkeit herzustellen, was unmöglich ist. Denn wir haben alle verschiedene körperliche Voraussetzungen. Der eine kann schnell laufen, und der andere hat noch nicht einmal Beine. Die eine kann schnell rechnen, und die andere kann weder lesen noch schreiben. Es gibt Große mit dicken Muskeln, die schweres schleppen können, und es gibt Schwache, die nichts heben können. In jeder Gesellschaft befinden sich junge und alte, gesunde und kranke, große und kleine, dicke und dünne usw. Diese Vielfältigkeit einer Gesellschaft kann man nicht im Sinne der Gerechtigkeit bekämpfen, sondern man kann sie nur lieben. Deshalb muss Barmherzigkeit die Basis gesellschaftlichen Handelns sein und nicht Gerechtigkeit. Das ist eigentlich ganz einfach. Wenn alle nur an die anderen denken, dann wird an alle gedacht.

2. Die Kṣatriyas (die Verwalter) sind für die Ordnung in einer Gesellschaft zuständig. Zu den Kṣatriyas gehören die Regierung, die

Beamten, die Polizisten, Soldaten usw. Sie sind für den Wohlstand der Bevölkerung zuständig. Sie müssen dafür sorgen, dass alle Mitglieder der Bevölkerung einen gefüllten Kühlschrank und ein Dach über dem Kopf haben. Dazu müssen sie alles tun, was nötig ist. Das heißt, sie müssen für die nötigen Verordnungen und die nötige Infrastruktur sorgen. Andererseits sind sie auch für den Schutz der Bevölkerung zuständig. Sie sollten die Menschen vor Kriminellen, vor Eindringlingen oder auch vor Epidemien und anderen Gefahren beschützen und behüten. Leider handeln die gegenwärtigen Regierungen nur noch im Sinne einiger Gruppen der Gesellschaft, oder, was noch schlimmer ist, nur für sich selbst. Dadurch verursachen sie nur noch mehr Unordnung und Konflikte zwischen den einzelnen Bevölkerungsschichten. Die meisten Politiker denken nur noch an ihren eigenen Job, den sie so lange wie möglich ausüben wollen. Und richten ihre Entscheidungen danach. Aber wenn wir eine gut funktionierende Regierung hätten, könnten wir sogar auf Wahlen verzichten.

3. Die **Vaiśyas** (die Gewerbe treibenden oder Kaufleute) sind für die Verteilung der Güter innerhalb der Bevölkerung zuständig. Sie sollen dafür sorgen, dass es auch in den entlegensten Dörfern alles gibt, was man zum Leben braucht. Leider sind die Geschäftsleute von heute nur gewinnorientiert. Alle geschäftlichen Entscheidungen richten sich nach der eigenen Gewinnmaximierung. Gewinn, den man für die Befriedigung der eigenen Wünsche verwendet. Dazu werden auch Leid und oder Untergang von Mitarbeitern, Geschäftspartnern oder Konsumenten in Kauf genommen und gerechtfertigt. Wirtschaftswissenschaftler befinden diese rein kapitalistische Art zu handeln als legal oder sogar als notwendig für

eine gut funktionierende Wirtschaft. Gier als Antriebsfeder einer vorteilhaften funktionsfähigen Wirtschaft. Damit meinen sie natürlich nur ihren eigenen Profit. Dass die Wirtschaft alles andere als funktionsfähig ist, haben sie aus den Augen verloren. Denn eine funktionsfähige Wirtschaft ist eine Wirtschaft, die alle Menschen gut versorgt. Natürlich ist es wichtig, dass Kaufleute Gewinne machen. Auch ist es nicht verwerflich, wenn sie sich einen entsprechenden Luxus für sich und ihre Familie leisten. Der Hauptteil der Gewinne sollte aber für positive Investitionen verwendet werden, die dem Wohlstand der Bevölkerung dienen. Zum Beispiel zum Bau von Fabriken, die wichtige Güter zur Versorgung der Menschen herstellen.

4. Die Śūdras (Arbeiter und Angestellte) sind für die praktische Arbeit zuständig, die heute auch zu einem großen Anteil in Büros stattfindet. Ohne den Einsatz der Śūdras geht nichts. Sie produzieren, machen sauber, reparieren, sähen, ernten, fabrizieren, bauen, unterrichten, übersetzen oder machen alles, was getan werden muss. Ohne die Śūdras gibt es kein Brot, keinen Käse, keinen Wein, keine Maschinen und keine Häuser. In einer Gesellschaft, die nur aus Millionären besteht, gibt es morgens kein Brot und keinen Käse zum Frühstück. Geld ist nicht essbar. Wir alle kennen den Spruch des berühmten Indianers: »Wenn es kein Wasser und keine Bäume mehr gibt, dann werden die Menschen merken, dass Geld nicht essbar ist.« In der westlichen Gesellschaft werden die Kasten mit Klassen verwechselt. In den Klassen gibt es Menschen, die mehr wert sind als andere. In der westlichen kapitalistischen Gesellschaft ist jemand mehr wert, umso mehr Geld er besitzt. Er wird auch von den Armen, die das Gleiche anstreben, als besonders clever angesehen. Teilweise

werden sogar witzige Bankräuber, die es schaffen, nicht entdeckt zu werden, als Vorbilder geschätzt.

Das hat aber nichts mit der von der Natur vorgegeben Ordnung der Kasten zu tun. Hier sollten alle Menschen, egal, aus welcher Kaste sie stammen, mit Respekt behandelt werden.

Denn alle sind gleich wichtig. Die Arbeit des Generaldirektors ist sehr wichtig. Aber auch die Arbeit des Straßenfegers. Denn wenn der Hof vor dem Eingang des Geschäfts schmutzig ist, geht der Umsatz runter. Alles, was für die Funktionsfähigkeit eines Geschäfts getan werden muss, ist wichtig. Auch wenn nur ein Rädchen ausfällt, kann die ganze Maschine stehenbleiben. Und das betrifft uns dann alle.

Auf den ersten Blick hat dieses Wissen nichts mit der Sexualität und mit der Liebe zu tun. Aber die Liebe sollte ja auch außerhalb des Bettes stattfinden. Wenn die Liebe im Alltag nicht existiert, dann existiert sie auch nicht im Bett. Und Sex ohne Liebe hinterlässt Wunden.

Hier können wir erkennen, wie wichtig die Haltung ist, mit der wir dies oder jenes tun. Unsere Haltung und unsere Einstellung verändert unser Menschenbild. Und das ist sehr wichtig, wenn wir richtig lieben wollen. Mit einem falschen Menschenbild werden wir nur schwerlich lieben können. Wenn wir nicht wissen, was die Menschen wirklich benötigen, können wir auch nichts für sie tun, was gut für sie ist. Und darum geht es ja schließlich in der Liebe. Denn Liebe ist in erster Linie etwas, was wir tun, und nicht etwas, was wir fühlen. Was die meisten Menschen spüren, was sie als Liebe definieren, ist nichts anderes als die Sehnsucht nach Liebe. Die Sehnsucht, geliebt zu werden. Also in Wirklichkeit ein Egotrip.

Die wahre Liebe können wir nur empfinden, wenn wir lieben. Etwas für andere tun, was ihnen guttut. Anderen unsere Zeit verschenken.

Für eine Mutter gibt es kein größeres Geschenk als das Lächeln ihres Kindes, weil ihm vielleicht die Suppe so gut schmeckt, die sie mit Liebe zubereitet hat.

Sie spürt in diesem Moment wahre Liebe.

14. Die vier Stufen des spirituellen Lebens

Brahmacāri

—
Gṛhastha

—
Vānaprastha

—
Sannyāsī

»In der vedischen Zivilisation wird einem Mann von Beginn seines Lebens an beigebracht, ein Brahmacāri, dann ein vorbildlicher Gṛhastha, dann Vānaprastha und schließlich Sannyāsī zu werden, und der Frau wird gelehrt, ihrem Ehemann einfach unter allen Lebensumständen streng zu folgen. Nach der Zeit des Brahmacarya tritt ein Mann ins Haushälterleben ein, und der Frau wird ebenfalls von ihren Eltern beigebracht, eine keusche Ehefrau zu sein. Wenn daher ein Mädchen und ein Junge miteinander verbunden werden, sind beide geschult, das Leben einem höheren Zweck zu weihen.«

Śrīmad Bhagavatam

Hier werden die vier Stufen eines Mannes in seinem spirituellen Leben dargestellt. Die erste Stufe Brahmacāri bedeutet Schüler. Der Schüler lernt alles über Spiritualität. Die zweite Fase Gṛhastha bedeutet

Haushälter, ein Mann, der geheiratet und eine Familie gegründet hat. Wenn die Kinder erwachsen sind, wendet sich der Mann dem spirituellen Leben zu. Vielleicht zieht er sich an einen ruhigen Ort zurück, um sich von der materiellen Welt Schritt für Schritt zu distanzieren.

Jemand, der sein Leben gänzlich Gott hingibt, wird Sannyāsī genannt. Auch heute finden wir noch diese spirituellen Lebensstufen wieder. Ein Kind geht in die Schule und ist ein Schüler. Nur das heute die spirituelle Ausbildung vernachlässigt wird. In den heutigen Schulen wird nur noch unterrichtet, was die Kinder zu produktiven Menschen macht, um der Wirtschaft zu dienen. Die Frage nach dem Glück und der Liebe wird vernachlässigt oder gar nicht behandelt. Menschen, die sich Gott zuwenden, werden sogar oft als weltfremd bezeichnet.

Das Gleiche gilt für die zweite Stufe. Gṛhastā, das Leben in einer Ehe und in der Familie. Den Eltern geht es in erster Linie nur um den materiellen Wohlstand. Und wenn eine Familie einen anderen Weg, einen spirituelleren Weg einschlagen möchte, dann wird die Familie so lange ausgegrenzt, bis sie sich wieder einordnet.

Beide Elternteile gehen einem Job nach, um die ganzen Verpflichtungen zu bedienen, und die Erziehung wird dem Staat überlassen. Heute sogar ab dem frühkindlichen Alter. Die Schulen und Kitas unterstehen staatlichen Normen. Das heißt, sie werden von früh an zu staatskonformen oder wirtschaftskonformen Menschen erzogen.

Wenn die Eltern abends müde nach Hause kommen, dann gibt es vielleicht noch ein wenig Sex. Sozusagen als Prämie für den harten Arbeitstag. Und der Gesellschaft ist es gleichgültig, wenn die einzelnen Mitglieder von diesem Lebensrhythmus krank werden. Dafür gibt es dann das staatlich kontrollierte Gesundheitssystem, das

dafür sorgt, dass die Menschen schnellstens wieder produzieren können.

Ein Mensch ist wieder gesund, wenn er produktiv sein kann und nicht, weil er glücklich sein kann, was eigentlich das wahre Wohlbefinden ausmacht.

Eine erfolgreiche Familie im spirituellen Sinne, ist eine Familie, die in Liebe eine familiäre Gemeinschaft lebt. Jeder ist für den anderen da, und das Glück der anderen ist wichtig.

Das Leben als Vānaprastha finden wir auch heute in einer verkümmerten Form wieder. Außer man ist ein Mönch oder eine Nonne.

Der älter werdende Mensch beschäftigt sich ab einem bestimmten Stadium mit dem Tod. Spätestens jetzt kommen die Fragen auf, was kommt danach, gibt es ein Leben nach dem Tod, gibt es Gott, und wenn ja, wo befindet er sich und wie ist er? Da die meisten Menschen spirituell unwissend sind, sind sie total verunsichert und haben Angst vor dem Tod.

Ein Sannyasi ist ein Mensch, der nur noch Gott zugewandt lebt, ein Mönch oder eine Nonne.

Ich kann nur jedem empfehlen, die hier zitierten vedischen Schriften zu studieren. Im Anhang finden sie alle Bücher wieder, die sie übrigens auch alle kostenlos im Netz runterladen können.

15. Die drei Aspekte der absoluten Wahrheit

Brahman

Paramatma

Bhagavan

Die absolute Wahrheit wird in drei Aspekten verwirklicht:

Als Brahman, das heißt als die unpersönliche, alldurchdringende spirituelle Natur; als Paramatma bzw. der lokalisierte Aspekt des Höchsten im Herzen aller Lebewesen, und als Bhagavan, der höchste persönliche Gott.

Diese drei göttlichen Aspekte können am Beispiel der Sonne näher erklärt werden, die ebenfalls drei verschiedene Aspekte hat: den Sonnenschein, die Sonnenoberfläche und den Sonnenplaneten. Wer nur den Sonnenschein studiert, befindet sich auf der ersten Stufe der Verwirklichung; wer etwas von der Oberfläche der Sonne versteht, ist weiter fortgeschritten, und wer in den Sonnenplaneten eingehen kann, befindet sich auf der höchsten Stufe.

Gott verfügt über unbegrenzte Energien, die in drei zusammengefasst werden, nämlich die äußere, die innere und die marginale. Die äußere Energie manifestiert die materielle Welt, die innere Energie manifestiert die spirituelle Welt, und die marginale Energie manifestiert die Lebewesen, die eine Mischung der inneren

und der äußeren Energie sind. Da das Lebewesen ein Teilchen des Parabrahmans ist, gehört es eigentlich zur inneren Energie, doch weil es mit der materiellen Energie in Kontakt ist, ist es eine Verbindung von materieller und spiritueller Energie.

Hier wird noch einmal klar dargestellt, dass wir nicht nur Körper sind, sondern dass wir sozusagen eine Mischung spiritueller und materieller Energie sind.

Dessen sollten wir uns immer bewusst sein, vor allem, wenn es um die Liebe geht. Liebe ist nicht dafür geschaffen, für die Befriedigung des Körpers (falsches Ego) zu sorgen. Sondern in der Liebe treffen zwei Seelen aufeinander, die umso glücklicher sind, umso mehr sie ineinander verschmelzen.

16. Sinne, Lust und Sexualität

Die verkörperten Lebewesen empfinden gegenüber den Sinnesobjekten Anziehung und Abneigung, doch sollte man nicht unter die Herrschaft (Kontrolle) der Sinne und der Sinnesobjekte geraten, denn sie sind Hindernisse auf dem Pfad der Selbstverwirklichung.

Beim Betrachten der Sinnesobjekte entwickelt ein Mensch Anhaftung; aus solcher Anhaftung entwickelt sich Lust, und aus Lust geht Zorn hervor.

Aus Zorn entsteht Täuschung, und der Täuschung folgt die Verwirrung der Erinnerung. Wenn die Erinnerung verwirrt ist, geht die Intelligenz verloren, und wenn man die Intelligenz verloren hat, fällt man wieder in den materiellen Sumpf zurück.

Wenn das Lebewesen mit der materiellen Schöpfung in Berührung kommt, wird seine ewige Liebe für Gott durch die Verbindung mit der Erscheinungsweise der Leidenschaft in Lust umgewandelt. Mit anderen Worten, die Liebe zu Gott wird zu Lust, so wie Milch in

Berührung mit saurer Tamarinde zu Yoghurt wird. Wenn die Lust unbefriedigt bleibt, wandelt sie sich in Zorn; aus Zorn entsteht Illusion, und wenn man sich in Illusion befindet, ist man gezwungen, das materielle Dasein weiter fortzusetzen, und man verstrickt sich immer mehr und immer wieder in die materiellen Lebensumstände. Immer wenn wir gerade denken, wir hätten uns von einem unangenehmen Umstand befreit, merken wir, dass wir an anderer Stelle hängen bleiben.

Man kann sich nur mit Intelligenz von der Umschlingung der Schlingpflanzen befreien. Zorniges und wildes Umsichschlagen verstrickt uns immer mehr und führt zu unserem Untergang.

Die Sinne, der Geist und die Intelligenz sind die Wohnstätten dieser Lust, die das wirkliche Wissen des Lebewesens verschleiert und es verwirrt.

Das heißt, die Lust verführt uns oft zu unüberlegtem Handeln, was unangenehme Konsequenzen für uns haben kann.

Die Lust Drogen zu konsumieren kann dazu führen, dass wir uns im Gefängnis wiederfinden oder sogar sterben.

Die Lust zu essen kann zu Übergewicht oder zu Vergiftungen führen. Und die Lust an sexueller Befriedigung kann bis zu Missbrauch oder Vergewaltigung und Tod führen. Und der Täter findet sich im Gefängnis mit anderen Vergewaltigern wieder.

Daran erkennt man, dass wir die Kontrolle übernehmen und nicht der Lust das Feld überlassen sollten.

Das bedeutet aber nicht, dass wir weniger Spaß am Leben haben werden. Mehr Spaß bedeutet schon, wenn wir Krankheit, Tod und Gefängnis mit unserer Intelligenz verhindern können. Und eine positive Veränderung unseres Bewusstseins in die richtige Richtung bedeutet auch Befreiung.

Wir fühlen uns freier und natürlich unabhängiger und eigenständiger, was natürlich auch unser Selbstwertgefühl steigert. Bewusst Spaß zu haben, vergrößert den Genuss um ein Vielfaches.

Wenn wir aber unserem inneren Schweinehund das Feld überlassen, werden wir bestenfalls nur mit ein paar blauen Flecken davonkommen. Überlassen wir dem inneren Schweinehund ganz die Kontrolle, dann führt das zur unabwendbaren Zerstörung.

Das wissen wir alle. Wir vergessen es nur immer wieder, weil uns die Lust und unsere Wünsche überlisten.

Die Sinne sind der toten Materie überlegen; der Geist steht über den Sinnen; die Intelligenz steht über dem Geist, und er [die Seele] befindet sich sogar noch über der Intelligenz.

Das bedeutet, wenn wir uns aus den materiellen Fesseln des Lebens befreien wollen, müssen wir (unsere Seele, unser eigentliches Ich) mit Intelligenz unseren Geist und unsere Sinne kontrollieren.

Der Weise ist zurückhaltend. Er hält sich zurück und beobachtet mit Intelligenz das Geschehen, bevor er handelt.

Dadurch erkennt er die Gefahren und sagt beispielsweise »Nein«, wenn ihm Drogen etc. angeboten werden.

17. Was ist Schönheit?

Verschiedene Persönlichkeiten werden schön, wenn sie verschiedene Eigenschaften besitzen. Canakya Pandita sagt, daß der Kuckuck zwar sehr schwarz, aber aufgrund seines lieblichen Gesanges dennoch schön ist.

In ähnlicher Weise wird eine Frau schön durch ihre Keuschheit und die Treue gegenüber ihrem Mann, und ein hässlicher Mensch wird schön, wenn er ein Gelehrter wird.

In derselben Weise werden Brāhmaṇas, Kṣatriyas, Vaiśas und Śūdras durch ihre Eigenschaften schön.

Brāhmaṇas sind schön, wenn sie nachsichtig sind, Kṣatriyas, wenn sie heldenhaft sind und niemals vom Schlachtfeld fliehen, Vaiśas, wenn sie mit Erfolg landwirtschaftlichen Tätigkeiten nachgehen und die Kühe beschützen, und Śūdras, wenn sie ihre Pflichten getreu erfüllen, wie es ihr Meister von ihnen verlangt.

Auf diese Weise wird jeder durch seine besonderen Eigenschaften schön, und die Eigenschaft, die vor allem den Brāhmaṇa auszeichnet, ist, wie hier gesagt wird, die Fähigkeit zu verzeihen.

Ich möchte noch einmal erwähnen, dass die hier aufgeführten Zitate aus den Veden in keinem kausalen Zusammenhang stehen, sondern alle einzelne Mosaiksteine des Wissens darstellen, die zusammengesetzt ein Bild ergeben. Oft müssen wir gleichzeitig an verschiedene Dinge denken, die erstmal in keinem Zusammenhang stehen, aber dennoch für Erfolg oder Misserfolg eines Projektes verantwortlich sind.

Ein Bäcker kann sein Brot nicht fertig backen, weil er von großen Schmerzen daran gehindert wird, obwohl die Schmerzen nichts mit seiner Arbeit zu tun haben, sondern anderer Herkunft sind. Er muss sich nun um ein Schmerzmittel kümmern und gleichzeitig macht er sich Sorgen um eines seiner Kinder. Während er nun darauf achtet, dass der Teig nicht zusammenfällt, muss er ein wichtiges Telefongespräch führen und wird dabei von einem Mitarbeiter unterbrochen.

Viele Dinge können auf einen hineinstürzen, die nichts miteinander zu tun haben, aber trotzdem gleichzeitig beachtet werden müssen.

So ist es auch mit der Wahrheit. Obwohl wir vielleicht schon viele Bausteine der Wahrheit kennen, werden wir nie die ganze Wahrheit sehen können. Das kann nur Gott.

Und trotzdem bringt uns jedes auch nur so kleines Mosaiksteinchen der Wahrheit wieder etwas näher.

Im letzten Zitat erklären uns die Veden, dass Schönheit nicht nur etwas mit einem schönen Körper zu tun hat, sondern von vielen Faktoren abhängig ist.

Viele von uns können sich vielleicht noch an den Schauspieler und Komiker Heinz Erhardt erinnern. Die meisten, die ihn nicht kannten, wären sicherlich bei diesem dickleibigen schwitzenden Mann auf Abstand gegangen, wenn sie ihn vor der Vorstellung im Foyer des Theaters angetroffen hätten.

Auf der Bühne aber gewann er die Herzen aller Zuschauer, und alle hätten nach der Vorstellung seine Nähe gesucht.

Ein kantiger und hässlicher Mann wird plötzlich anziehend, weil er anderen Menschen in größter Not geholfen hat und ihnen vielleicht das Leben gerettet hat.

Eine körperlich hässliche Mutter wird plötzlich wunderschön, weil sie so liebevoll mit ihren Kindern umgeht.

Genauso können Menschen mit einem anziehenden Körper plötzlich hässlich erscheinen, weil sie böses tun.

Liebe bedeutet, dass wir uns nicht nur von einem schönen oder hässlichem Körper blenden lassen. Liebe bedeutet genaueres Hinsehen. Das Herz des anderen erkennen. Und nur an den anderen denken, und nicht an sich selbst. Nicht an die eigenen Vorlieben denken, sondern an die Bedürfnisse des anderen. Dann werden wir mit einem Gefühl der wahren Liebe belohnt, obwohl dies nicht der Grund ist, warum wir es tun.

Auch ein Mensch besteht aus vielen Mosaiksteinchen, die wir nur durch genaueres Hinsehen erkennen können. Aber dieses Hinsehen erfüllt uns mit wahrer Freude. Plötzlich wird ein dickleibiger nach Schweiß riechender Mensch wunderschön, weil wir genau hingesehen haben. Und wir freuen uns, weil wir es getan haben, weil wir uns die

Mühe gemacht haben. Obwohl uns viele und vieles davon abhalten wollten.

Noch eine größere Freude empfinden wir natürlich, wenn wir Steinchen für Steinchen die Wahrheit erkennen. Wenn sich Schritt für Schritt der Nebel vor unseren Augen lichtet und wir Klarheit gewinnen.

Klarheit bedeutet aber auch, dass wir weiter suchen müssen. Wir können uns nicht auf einigen wenigen Erkenntnissen ausruhen.

Don Juan, ein Zauberer aus den Büchern Carlos Castañedas nannte die vier Feinde der Weisheit.

Angst, Klarheit, Macht und Alter.

Zuerst verhindert die Angst vor dem Hinfallen, dass wir z.B. das Fahrradfahren erlernen. Wenn wir die Angst überwunden haben, gewinnen wir Klarheit und können plötzlich mit dem Fahrrad überall hinfahren.

Nun fühlen wir uns stark und fahren mit dem Fahrrad von A nach B und vergessen dabei auf den Verkehr zu achten. Die Klarheit macht uns blind für anderes, was aber auch sehr wichtig ist.

Wenn wir nun auch den Verkehr beachten, fahren wir sicher von Ort zu Ort. Nun besitzen wir Macht über das Fahrradfahren. Wir haben nun alles unter Kontrolle, und es kann uns nichts mehr passieren.

Die Macht aber kann man für Positives oder Negatives einsetzen. Man kann das Fahrrad als Fortbewegungsmittel einsetzen, oder man benutzt es, um älteren Frauen die Handtasche zu stehlen. Nun ist es von Bedeutung, wie man die gewonnene Macht einsetzt.

Der letzte Feind nach Don Juan ist das Alter. Man sagt, man ist zu alt fürs Fahrradfahren und lässt das Fahrrad im Keller stehen.

Ein Weiser lebt weiter und setzt all seine Erfahrung so ein, wie es ihm möglich ist. Für die Liebe.

Und das ist die wahre Schönheit.

18. Der innere Schweinehund

In der Bhagavad - Gītā (18.66) sagt der Herr:
»Laß all diesen Unsinn, und ergib dich Mir.«

Wir sagen: »Oh! Ergib dich? Gib all diesen Unsinn auf? Aber ich habe so viel Verantwortungen.« Und Maya sagt zu uns: »Tu es nicht, oder du wirst mir entweichen. Bleib in meinen Krallen, und ich werde dich treten.«

Es ist wahr, wir werden von Maya getreten.
Und wie tritt Maya uns?

Die Eselin tritt den Esel ins Gesicht, wenn er kommt und mit ihr Geschlechtsverkehr haben möchte. Und die Katzen kämpfen und fauchen. Dies sind die Lehren, die uns die Natur erteilt. Sie führt uns hinters Licht.

Maya ist die äußere Energie Gottes. Die Natur. Die materielle Welt mit ihren eigenen Gesetzen. Wir wollen die Natur beherrschen, die Natur aber zeigt uns immer wieder ihre Grenzen auf.

Ständig sind wir voller Wünsche. Die Natur aber zeigt uns, dass die meisten Wünsche nicht in Erfüllung gehen. Andererseits verführt uns auch die Natur (Maya) und erzeugt diese Wünsche in uns. Maya ist sehr hinterhältig. Und wir müssen immer auf der Hut sein, um nicht, wie der Elefant, in die Grube hineinzufallen.

Maya motiviert unseren inneren Schweinehund (unser falsches Ego) dies oder jenes zu tun. Der innere Schweinehund schläft nie. Er ist ständig voller Wünsche und sucht immerwährend nach Befriedigung. Und wenn es um die sexuelle Befriedigung geht, lässt er sich wie ein Esel ins Gesicht treten oder wie ein Kater die Nase zerkratzen.

Wir sollten daher lernen, unsere Sexualität zu beherrschen, damit wir nicht ständig mit einer blutigen Nase herumlaufen müssen.

19. Die Gottesliebe

»Manchmal verläßt Krischna (Gott) die anderen Gopis (Frauen) und gerät mit Geist und Körper unter Meine Gewalt. So offenbart Er Mein Glück und verursacht anderen Kummer, indem Er Seine Liebesabenteuer mit Mir erlebt.«

»Oder aber es zieht Ihn zu anderen Frauen hin, denn schließlich ist Er ein sehr gerissener, eigensinniger Wüstling mit einem Hang zum Betrügen. Dann gibt Er Sich vor Meinen Augen Liebeleien mit ihnen hin, um Meinem Geist Kummer zu bereiten. Trotzdem ist Er immer noch der Herr Meines Lebens.«

»Mein eigenes Leid macht Mir nichts aus. Ich wünsche Mir nur das Glück Krischnas, denn Sein Glück ist das Ziel Meines Lebens. Wenn es Ihm also Freude macht, Mir weh zu tun, dann ist dieser Schmerz Mein größtes Glück.«

In diesen Versen spricht Rhada, die Frau Krischnas (Gottes), über die Sehnsucht nach Nähe zu (Krischna) Gott.

Gott liebt alle seine Kinder, also liebt er auch alle Frauen. Und alle Frauen, die Gott lieben, vermissen ihn, wenn er sich in der Nähe anderer Frauen aufhält.

Sie nennt ihn sogar einen gerissenen Wüstling, weil er sich auch mit anderen Frauen »herumtreibt«. Da Gott allmächtig ist, kann er gleichzeitig, Vater, Sohn und auch Liebhaber einer Frau sein.

Weil er alle Frauen (Kinder) liebt, ist er einmal da oder dort oder gleichzeitig bei vielen Frauen. Und wenn Krischna sich bei anderen Frauen aufhält, leidet Rhada unter der großen Sehnsucht nach ihm.

Wenn ein Vater seine Kinder besucht, verlässt er das Haus eines Kindes, um zum Haus des anderen Kindes zu reisen. Und es macht den Vater glücklich, wenn er sein Kind wieder sieht, obwohl er dafür ein anderes Kind verlassen musste. So reist er von Kind zu Kind, und ist überaus glücklich, seine Kinder besuchen zu dürfen.

Da die Kinder ihren Vater überaus lieben, verspüren sie eine große Sehnsucht nach ihm, wenn er sie verlässt, um ihre Geschwister zu besuchen. Und sie leiden unter der Abwesenheit ihres Vaters. Aber sie sind glücklich, weil es ihren so geliebten Vater glücklich macht, wenn er auch die anderen Geschwister besucht.

Das drückt Rhada hier aus, wenn sie sagt: »Mein eigenes Leid macht Mir nichts aus. Ich wünsche Mir nur das Glück Krischnas, denn Sein Glück ist das Ziel Meines Lebens. Wenn es Ihm also Freude macht, Mir weh zu tun, dann ist dieser Schmerz Mein größtes Glück.«

In der Sehnsucht erkennen wir die Stärke der Liebe. Umso größer die Sehnsucht, umso größer ist die Liebe.

Wenn wir jemanden richtig heftig lieben, dann können wir kaum ohne ihn sein. Ein Mann möchte nicht arbeiten gehen, weil er seine Frau nicht alleine lassen will. Und während der Arbeit denkt er nur an seine Liebe und freut sich schon darauf, wieder nach Hause gehen zu können.

Und auf dem Heimweg wird seine Sehnsucht größer, umso näher er seines Zuhauses kommt. Plötzlich geht er immer schneller und schneller. Sein Herz schlägt heftiger, wenn er aus der Ferne das erste Mal sein Zuhause erblickt. Seine Frau steht vielleicht vor der Tür und wartet schon auf ihn. Und sie läuft ihm entgegen, damit sie sich so schnell wie nur möglich wieder umarmen können.

Und wenn sie stürzen und sich verletzen, dann spielen die Schmerzen keine Rolle. Dann kommt die innige Umarmung.

Das geht jeden Tag so. Distanz, Sehnsucht, Nähe und Umarmung.

So ist es ebenfalls, wenn wir auf Gott zugehen. Wenn wir zu Gott, unserem Vater, nach Hause gehen wollen. Umso näher wir Gott kommen, umso größer wird die Sehnsucht nach einer Umarmung mit ihm.

Die Liebe zu unseren Partnern, unseren Kindern, unseren Eltern, unseren Freunden ist sozusagen ein Spiegelbild der spirituellen Gottesliebe. Und wenn wir Gott lieben lernen, können wir auch unsere Mitmenschen besser lieben.

Sich zu Gott nach Hause zu bewegen, ist wie zurück zur Liebe zu gehen.

Sich von Gott entfernen, bedeutet, sich von der Liebe zu entfernen.

Benedikt XVI. sagte in seiner ersten Enzyklika:

»Deus caritas est«.

»Gott ist Liebe«.

Es lohnt sich für uns, wenn wir in Liebe auf unseren Partner, unsere Kinder, unsere Eltern und auf unsere Mitmenschen zugehen. Weil wir uns dann auch in Richtung Gottes bewegen und nach Hause kommen.

Auf die Sexualität bezogen bedeutet dies, dass ein Mann nur in Liebe auf eine Frau zugehen sollte. Denn ihre Seele ist gebrechlicher als ein rohes Ei oder edles Porzellan.

Aber so kommen wir nach Hause. Nur so können wir auch glücklich werden.

20. Die vier Zeitalter

Satya Yuga

1 728 000 Jahre

Tretā Yuga

1 296 000 Jahre

Dvāpara Yuga

864 000 Jahre

Kali Yuga

432 000 Jahre

Ein Jahr der Halbgötter entspricht 360 Jahren der Menschheit. Die Dauer des Satya - Zeitalters entspricht 4800 Jahren der Halbgötter; die Dauer des Tretā - Zeitalters entspricht 3600 Jahren der Halbgötter; die Dauer des Dvāpara - Zeitalters entspricht 2400 Jahren, und die des Kali - Zeitalters beträgt 1200 Jahre der Halbgötter.

Die Dauer des materiellen Universums ist begrenzt. Es manifestiert sich in periodisch wiederkehrenden Kalpas. Ein Kalpa ist ein Tag

Brahmas, und ein Tag Brahmas besteht aus eintausend Zyklen von je vier Yugas (Zeitaltern): Satya, Treta, Dvapara und Kali. Das Zeitalter des Satya wird von Tugend, Weisheit und Religion charakterisiert; dort gibt es praktisch keine Unwissenheit und kein Laster, und dieses Yuga dauert 1 728 000 Jahre. Im Treta yuga treten Laster auf; dieses Yuga währt 1 296 000 Jahre.

Im Dvapara Yuga nehmen Tugend und Religion noch mehr ab, und Laster nehmen zu; dieses Yuga dauert 864 000 Jahre.

Und im Kali Yuga schließlich (dem Yuga, das vor 5000 Jahren begonnen hat), nehmen Streit, Unwissenheit, Irreligion und Laster überhand, da wahre Tugend so gut wie nicht mehr vorhanden ist; dieses Yuga währt 432 000 Jahre. Im Kaliyuga nimmt die Lasterhaftigkeit solche Ausmaße an, dass am Ende des Zeitalters der Herr als Kali Avatara erscheint, die Dämonen vernichtet, seine Geweihten rettet und ein neues Satya yuga einleitet. Dann beginnt der gleiche Vorgang von neuem.

Hier können wir erkennen, dass sich der Mensch (die bedingte Seele) in einem ewigen Kreislauf befindet. Nicht nur von Leben zu Leben, sondern auch von Zeitalter zu Zeitalter. Dies bedeutet Leid, sehr viel Leid. Und wir können uns nur von dieser Zeitspirale distanzieren, wenn wir die richtige Haltung einnehmen. Die Haltung der Liebe. Der wahren Liebe. Wenn wir schon in diesem Leben lieben, dann könnten wir doch auch versuchen, es richtig zu machen.

In diesem Zusammenhang kann ich nur empfehlen, die vedischen Schriften zu studieren, wenn man in das tiefere Verständnis eingehen möchte.

Aber wenn wir schon die Dinge, die wir tun, mit dem Herzen tun, dann sind wir schon auf dem richtigen Weg.

Und das gilt natürlich auch insbesondere für den Sex.

Spirituell gesehen ist am besten keinen Sex zu haben. Aber das ist nur wenigen Menschen möglich und steht am Ende eines Weges, den wir natürlich alle gehen können, wenn wir es möchten.

Vielleicht begegnet der ein oder andere diesem Weg, wenn man die Haltung der Liebe einnimmt. Das heißt, alles, was man tut, mit dem Faktor Liebe versieht.

Es lohnt sich.

21. Die Emanzipation der Frauen

Die Gleichheit der gopis (Mädchen) ist ein Zustand vollkommener Ekstase, in der alle Auffassungen von Unterschiedlichkeit völlig ausgelöscht werden. Mit anderen Worten, die Interessen des Liebenden und der Geliebten werden völlig identisch.

Ich liebe dieses Zitat aus den Veden. Die wahre Gleichstellung der Frauen kann man nicht besser ausdrücken.

Die Frauenbewegung (Emanzipationsbewegung) ist von innen heraus entstanden. Die Frauen verspürten von innen heraus das Bedürfnis nach Gleichstellung. Denn jeder weiß es, wenn man es mit dem Herzen betrachtet, dass jeder Mensch gleichwertig ist. Frauen sind also auch so viel wert wie Männer.

Das bedeutet: »Frauen sind also genauso liebenswert, wie die Männer es sind.«

Der Fehler der Emanzipationsbewegung war, dass man die Gleichstellung auf die Gleichberechtigung reduzierte. Man reduzierte die Bewegung auf den Faktor Gerechtigkeit. Denn leider ist das die einzige Triebfeder aller politischen und sozialpolitischen Bewegungen. Gleich viel verdienen, gleichviel haben. (Gier und Neid). Gleiche Rechte in dieser materiellen Welt.

Nur kann es diese Art von Gerechtigkeit auf dieser Welt nie geben. Weil wir alle verschieden sind. Weil wir alle verschiedene Stärken und Schwächen haben. Weil wir alle verschiedene Eigenschaften haben.

Der eine kann schnell rechnen. Die andere kann schnell laufen. Der andere hat noch nicht einmal Beine zum Laufen.

Die eine kann schön schreiben. Der andere kann schön malen oder ein Musikinstrument spielen. Und so weiter. Und so weiter.

Deshalb ist Gleichheit viel mehr als Gleichberechtigung.

Eine Mutter liebt ihre schwächliche kleine Tochter genauso, wie sie ihren starken und kräftigen Sohn liebt. Und sie versucht ihren Kindern, das zu geben, was sie benötigen.

Es wäre hässlich, wenn der starke Sohn neidig auf den Rollstuhl seiner kleinen Schwester wäre, nur weil er teuer war. Wenn er seine Schwester liebt, wird er sich freuen, dass die Mutter es geschafft hat, einen guten Rollstuhl für die kleine Schwester zu erwerben.

Gleichheit hat nichts mit den materiellen Werten zu tun, die einem Menschen zur Verfügung stehen.

Paragraf 1 des deutschen Grundgesetzes: »Die Würde eines Menschen ist unantastbar.«

Und dabei spielt es keine Rolle, ob es sich um einen starken oder einen schwachen Menschen handelt. Diesen Zusatz hat man leider vergessen hinzuzufügen.

Und jetzt noch einmal zurück zu diesem wunder schönen Zitat, das ich hier noch einmal wiederholen werde. Man kann es nicht oft genug wiederholen:

»Die Gleichheit der gopis (Mädchen) ist ein Zustand vollkommener Ekstase, in der alle Auffassungen von Unterschiedlichkeit völlig ausgelöscht werden. Mit anderen Worten, die Interessen des Liebenden und der Geliebten werden völlig identisch.«

Wenn wir demzufolge alle Auffassungen von Unterschiedlichkeit auslöschen und die Interessen des Liebenden und der Geliebten völlig identisch werden, dann kommen wir obendrein in einen Zustand vollkommener Ekstase.

Diese Worte muss man sich immer wieder auf der Zunge zergehen lassen.

Wenn sich folglich der Sohn wie ein Schneekönig über den neuen Rollstuhl seiner Schwester freut, obwohl er sehr teuer war, und obwohl er vielleicht auf sein neues Fahrrad verzichten musste, dann verspürt er die Ekstase der Liebe. Die Interessen seiner Schwester sind identisch mit seinen eigenen Interessen. Mit Interessen sind natürlich Lebensnotwendigkeiten gemeint und keine launenhaften Wünsche.

Wenn dies so ist, wie gewaltig muss dann die Ekstase sein, wenn die Interessen eines Mannes identisch mit den Interessen seiner Partnerin sind. Und noch exorbitanter muss die Ekstase dann beim Sex sein.

Und noch einmal zur Erinnerung:

»Die Gleichheit der Frauen ist ein Zustand vollkommener Ekstase, in der alle Auffassungen von Unterschiedlichkeit völlig ausgelöscht werden. Mit anderen Worten, die Interessen des Liebenden und der Geliebten werden völlig identisch.«

Wenn die Männer die Frauen lieben, wie sie sind. Wenn die Interessen der Männer vollkommen identisch mit den Interessen der Frauen sind. Dann ist die Frau emanzipiert. Und zwar nur dann.

Die Liebe macht die Magie aus und nicht die (materielle) Gerechtigkeit.

Die Liebe bringt uns in Ekstase, aber nicht die Gier und der Neid.

Das ist auf allen Ebenen so.

22. Fleisch

Nur wenn man alle Menschen liebt, nur dann kann ein Mann auch eine Frau oder eine Frau einen Mann richtig lieben. Wenn man sich mit dem Nachbarn streitet und kurz danach mit dem Partner ins Bett geht, dann entsteht höchst wahrscheinlich aggressiver Sex. Man nimmt die Spannungen des Streites mit ins Bett.

Liebe kommt aber nur richtig zur Entfaltung in einem Zustand der inneren Reinheit. Umso reiner der Zustand, umso hochwertiger und schöner die Liebe.

Wenn wir liebevoll mit allen Menschen umgehen, dann fällt es uns leichter, auch liebevoll mit unserem Partner umzugehen.

Und das trifft auf alle Lebewesen zu. Auch auf die Tiere. Wenn wir liebevoll mit allen Lebewesen, also auch mit den Tieren, umgehen, dann befinden wir uns in einem liebevolleren reinerem Zustand. Und dies wirkt sich dann auch positiv auf unsere Liebesbeziehung aus.

Wenn man einen Hund in den Hintern tritt oder sogar ein Schwein schlachtet, dann verändert das unseren inneren Gemütszustand.

Aber es geht noch weiter und tiefer, wie wir in dem folgenden Zitat aus den vedischen Schriften erkennen können.

Wir sind natürlich frei. Wir können uns für diesen oder einen anderen Weg entscheiden. Wissen kann uns aber bei allen Entscheidungen, die wir in unserem Leben treffen müssen, helfen.

Wenn Tiere in einem Schlachthof getötet werden, sind sechs Menschen, die mit dem Töten verbunden sind, für den Mord verantwortlich. Derjenige, der die Erlaubnis zum Töten gibt; derjenige, der tötet; derjenige, der hilft; derjenige, der das Fleisch kauft; derjenige, der das Fleisch kocht, und derjenige, der es isst - alle werden in dieses Töten verwickelt. Narada Muni wollte die Aufmerksamkeit des Königs auf diese Tatsache lenken. Folglich ist es nicht einmal empfohlen, Tiere im Opfer zu töten.

Wir tun uns etwas Gutes, wenn wir auf den Verzehr von Fleisch verzichten. Es ist gut für unsere körperliche Gesundheit. Aber vor allem tut es unserem seelischen Wohlbefinden gut. Und beides ist gut für die Liebe und auch für den Sex. Wenn es uns nicht gut geht, vergeht uns die Lust auf Sex.

Übrigens, es ist ziemlich einfach, auf Fleisch zu verzichten. Viel einfacher, als mit dem Rauchen aufzuhören, oder sogar auf Drogen zu verzichten.

Sogar die Sucht auf Zucker ist um ein Vielfaches stärker als die Gewohnheit, Fleisch zu essen.

Viele, die mit dem Rauchen aufhören, rauchen später wieder. Wenn man aber auf Fleisch verzichtet, dann entsteht sogar in den allermeisten Fällen ein Ekel auf Fleisch. Die Rückfälligkeitsrate ist sehr klein.

Man fühlt sich besser. Der Geschmackssinn wird intensiver. Und, das interessiert vor allem die Männer, die Frauen schmecken dann auch besser.

Es macht doch viel mehr Spaß, eine Frau zu küssen, als in ein Stück totes Fleisch zu beißen.

Probiert es aus. Schon nach kurzer Zeit merkt ihr eine Veränderung auf allen Ebenen.

23. Mensch sein

Wie schon erwähnt, sind alle Zitate aus den vedischen Schriften wie kleine Mosaiksteine des Wissens und der Wahrheit. Alle zusammen ergeben ein Bild. Es ist aber kein festes Bild, wie ein Gemälde oder ein Foto. Manchmal legt sich eine Wolke oder Nebel vor das Bild, und wir können es nicht richtig erkennen. Und gelegentlich können wir klar sehen, weil die Sicht sehr gut ist.

Das Bild ist aber so groß, dass wir nie das ganze Bild sehen können. Weil wir Menschen das nie können. Um zu verstehen, müssen wir bei einem Gemälde, auf die Einzelheiten eingehen, indem wir einen bestimmten Teil intensiver betrachten.

Und dann gehen wir vielleicht ein paar Schritte zurück, um uns eine umfangreichere Perspektive auf das Bild zu verschaffen.

Dann verändert sich das Bild ständig. Weil alles in Bewegung ist, oder weil sich unsere Sichtweise verändert.

Eine Frage aber sollte immer für uns wichtig sein: »Was bedeutet es, ein Mensch zu sein?«

Deshalb ist das folgende Zitat aus den Veden eine gute Zusammenfassung des ersten Kapitels: »Spirituelles Grundwissen und Mosaiksteine des Wissens.«

24. Die Bedeutung des Menschseins

»In der menschlichen Lebensform sollte man sich und seiner Intelligenz viele Fragen stellen. In den verschiedenen Lebensformen unterhalb des menschlichen Lebens geht die Intelligenz über den Bereich der Grundbedürfnisse des Lebens, nämlich Essen, Schlafen, Sichpaaren und Sichverteidigen, nicht hinaus.

Hunde, Katzen und Tiger sind ständig bemüht, etwas zu essen, einen Platz zum Schlafen zu finden, sich zu verteidigen oder erfolgreich Geschlechtsverkehr zu haben. In der menschlichen Lebensform sollte man jedoch intelligent genug sein, sich zu fragen, was man ist, warum man in diese Welt gekommen ist, was für eine Pflicht man hat, wer der höchste Herrscher ist, was der Unterschied zwischen toter Materie und dem Lebewesen ist und so fort.

Es gibt so viele Fragen, und jemand, der tatsächlich intelligent ist, sollte nach der höchsten Ursache aller Dinge fragen: Ein Lebewesen ist immer mit einem bestimmten Maß an Intelligenz ausgestattet, doch in der menschlichen Lebensform muß das Lebewesen nach seiner spirituellen Identität fragen.

Das ist wirkliche menschliche Intelligenz. Es heißt, daß jemand, der nur an seinen Körper denkt, nicht besser ist als ein Tier, obwohl er in einem menschlichen Körper leben mag.«

Teil 2

Die Veränderung des Bewusstseins

Wir Menschen sind immer aktiv und tun vieles, um unsere Grundbedürfnisse wie Essen, Trinken und Wohnen zu befriedigen. Ob wir uns dabei gut oder schlecht fühlen, oder welcher Qualität dieses Handeln ist, hängt vom Bewusstsein ab, mit dem wir diese Tätigkeiten ausführen.

Ebene	Haltung	Tätigkeit
4	ich darf	arbeiten
3	ich kann	arbeiten
2	ich will	arbeiten
1	ich muss	arbeiten

Wir alle tun ständig Dinge, die getan werden müssen. Und oft tun wir die gleichen Dinge. An der oberen Tabelle kann man erkennen, dass das Tun, obwohl wir das Gleiche tun, nicht dasselbe ist.

Angenommen wir graben ein Loch im Garten.

Auf der Ebene 1 würden wir sagen: »Ich muss ein Loch graben.« Die Gefühlswelt sieht dann folgendermaßen aus. Wir sind verärgert: »Jetzt muss ich ein Loch graben, wo ich doch lieber etwas anderes tun würde. Übrigens bin ich müde, und diese Art von Arbeit ist mir zu anstrengend.«

Vielleicht fluchen wir, weil uns der Chef dazu gezwungen hat, dieses Loch zu graben. Während der ganzen Zeit, in der wir graben fühlen wir uns unwohl, und würden lieber weglaufen.

Wir graben ein Loch und unsere Stimmung ist sehr negativ.

Ebene 2: »Ich will ein Loch graben.« Jetzt ist die Stimmung immer noch negativ, aber nicht mehr so schlimm, wie auf Ebene 1.

Wir fühlen uns matt, wir empfinden keinen Spaß an der Arbeit, und möchten so schnell wie möglich fertig werden. Aber wir haben uns selbst zu dieser Arbeit entschieden. Weil wir vielleicht einen Baum in unserem Garten einpflanzen wollen. Wir empfinden nur noch einen Sachzwang und werden nicht von einer anderen Person zu dieser Arbeit gezwungen.

Ebene 3: »Ich kann ein Loch graben.« Jetzt ist die Stimmung schon positiv. Wir graben ein Loch, und sind stolz darauf, dass wir ein Loch graben können. Vielleicht sind wir sehr gut darin, Löcher zu graben, weil wir auf eine große Erfahrung zurückgreifen können. Vielleicht haben wir eine besondere Technik entwickelt, und graben schneller und exakter als andere.

Ebene 4: »Ich darf ein Loch graben.« Das ist eindeutig die höchste Stufe. Wir sind glücklich, dieses Loch graben zu dürfen. Vielleicht weil wir damit einer anderen Person etwas Gutes tun. Oder weil wir uns schon darauf freuen, den Baum in unserem Garten oder im Wald wachsen zu sehen. Wir empfinden Glück, diese Arbeit verrichten zu dürfen.

Alle tun das Gleiche, und doch fühlen alle etwas anderes bei der Verrichtung ihrer Arbeit. Weil sie es mit einem anderen Bewusstsein

tun. Es liegt demnach an unserem Bewusstsein, wie wir etwas empfinden.

Wir alle müssen mehr oder weniger unsere Pflicht tun. Aus den ein oder anderen Gründen. Das Leben ist sehr vielschichtig. Und wir wissen heute noch nicht, was wir in der Zukunft tun müssen, tun wollen, tun können oder tun dürfen.

Meistens können wir es gar nicht verhindern, das ein oder das andere tun zu müssen, weil die Lebenssituation uns in diese Lage gebracht hat.

Die Gottgläubigen sehen alles als Aufgaben, die uns von Gott alltäglich gestellt werden.

Es liegt dabei nur an uns, mit welchem Bewusstsein, wir diese Aufgaben verrichten, und wie wir uns dabei fühlen.

Der Arbeiter auf Ebene 1 fühlt sich mit der materiellen Welt verstrickt und sieht keinen Ausweg, wobei der Arbeiter auf Ebene 4, sich losgelöst fühlt und fast schon über der Angelegenheit schwebt.

So ist es natürlich auch bei der Liebe und beim Sex. Es macht einen sehr großen Unterschied, ob wir sagen und fühlen: »Ich muss Sex haben.« Oder: »Ich will Sex haben.« Oder: »Ich kann Sex haben.« Oder: »Ich darf Sex haben.«

Alle haben Sex, aber ihre Gefühlswelt ist eine vollkommen andere.

An diesem Beispiel sehen wir sehr deutlich, wie wichtig das Bewusstsein ist, mit dem wir alles tun.

Um unser Bewusstsein zu verändern, müssen wir unsere Intelligenz benutzen, wie wir es schon im ersten Kapitel angedeutet haben.

25. Die positive Veränderung des Bewusstseins aus der Perspektive der Sternzeichen

Um noch besser verstehen zu können, was eine Bewusstseinsveränderung persönlich bedeutet, betrachten wir sie aus der Perspektive der Sternzeichen.

Nicolaus Klein hat dies in seinem Buch »Glück und Selbstverwirklichung im Horoskop« brillant dargestellt. In seinen 8-stufigen Tabellen kann man sehr gut die mögliche Entwicklung eines Menschen anhand der Sternzeichen einschätzen.

Ein Schütze ist nicht gleich aller Schützen. Es gibt Schützen, die wie Dummköpfe oder eben weise handeln. Und doch sind beide Schützen, Löwe, Stier oder Waage.

Unser Handeln verändert sich je nach unserer Haltung, die wir einnehmen. Sind wir geduldig oder ungeduldig. Sind wir ruhig oder aggressiv.

Und wenn wir klug handeln, dann können wir auch gute Ergebnisse erreichen. Handeln wir dumm, aggressiv oder ungeduldig, wird unsere Ernte ganz anders ausfallen.

Und natürlich gilt das auch für die Liebe. Ob eine Liebesbeziehung harmonisch ist, oder nicht, hängt von unserer Haltung, unserem Bewusstsein, ab.

Widder: Der Weg der Tat

Ebene	Stufe nach Klein	Haltung	Wesenszug
4	8	ich darf	Gleichmut
4	7	ich darf	Absichtloses Tun
3	6	ich kann	Spontanität, Kampfkunst
3	5	ich kann	Ehrlichkeit, Ritterlichkeit, Leistungskraft
2	4	ich will	Mut, Zivilcourage, Entschlossenheit, Tatendrang
2	3	ich will	Direktheit, Antriebskraft, Durchsetzungsfähigkeit
1	2	ich muss	Ungeduld, Hektik, Kompromisslosigkeit, Aktionismus
1	1	ich muss	Wut, Zorn, Raserei, Aggression, Zerstörungslust, Triebhaftigkeit

Stier: Der Weg der Sinnlichkeit

Ebene	Stufe nach Klein	Haltung	Wesenszug
4	8	ich darf	innere Ruhe
4	7	ich darf	Natürlichkeit, Zufriedenheit
3	6	ich kann	Sinnlichkeit, Formensinn, Geschmack
3	5	ich kann	Gastfreundschaft, Gemütlichkeit, Treue
2	4	ich will	Beharrungsvermögen, Gutmütigkeit, Gruppensinn
2	3	ich will	Bauernschläue, Instinkthaftigkeit, Zuverlässigkeit
1	2	ich muss	Unbeweglichkeit, Plumpheit, Existenzangst, Besitzstreben
1	1	ich muss	Gier, Neid, Hartnäckigkeit, Sturheit, Dummheit, Materialismus

Zwillinge: Der Weg der Vermittlung

Ebene	Stufe nach Klein	Haltung	Wesenszug
4	8	ich darf	Offenheit
4	7	ich darf	Vorurteilsfreiheit
3	6	ich kann	Heiterkeit, Beweglichkeit, Neutralität
3	5	ich kann	Intelligenz, rasche Auffassungsgabe
2	4	ich will	Vermittlungsgabe, Kontaktfreudigkeit, Gelehrigkeit
2	3	ich will	Vielseitigkeit, Interesse, Neugier, Schläue, Händlermentalität
1	2	ich muss	Halbwissen, Ungläubigkeit, Zweifel, Flutterhaftigkeit, Nervosität
1	1	ich muss	Unwissenheit, Geschwätzigkeit, Oberflächlichkeit, Zerrissenheit, Betrug

Krebs: Der Weg partizipierender Hingabe

Ebene	Stufe nach Klein	Haltung	Wesenszug
4	8	ich darf	Reflektorisches Bewusstsein
4	7	ich darf	Mitgefühl, „Mutter sein“
3	6	ich kann	Augenblicksnähe, Selbstaufopferung
3	5	ich kann	Hingabefähigkeit, Naturnähe, Kindlichkeit
2	4	ich will	Gefühlsreichtum, Aufnahmefähigkeit, Anteilnahme
2	3	ich will	Partizipatorisch symbiotisches Leben, Erwartungshaltung
1	2	ich muss	Unselbständigkeit, Rückratlosigkeit, charakterloses Mitmachen
1	1	ich muss	Sentimentalität, Phlegma, Rührseligkeit, Biederkeit, Spießigkeit, Launen

Löwe: Der Weg spielerisch kreativen Seins

Ebene	Stufe nach Klein	Haltung	Wesenszug
4	8	ich darf	„Ich bin, der ich bin“
4	7	ich darf	Wahre Autorität, „Vater sein“
3	6	ich kann	Wärme, Charisma, sich verschenken
3	5	ich kann	Lebenskraft, Zentriertheit, Kreativität, Potenz
2	4	ich will	Selbstbewusstsein, Ausstrahlung, Führungsqualitäten
2	3	ich will	Selbstüberzeugung, Organisationsfähigkeit, Motor sein
1	2	ich muss	Überheblichkeit, Dominanzgehab, Paschatum, Theatralik, Schein
1	1	ich muss	Prahlsucht, Selbstgefälligkeit, Großspurigheit, Egoismus, dummer Stolz

Jungfrau: Der Weg der Achtsamkeit

Ebene	Stufe nach Klein	Haltung	Wesenszug
4	8	ich darf	Meditative Achtsamkeit
4	7	ich darf	Geduld, Dienst am anderen
3	6	ich kann	Sorgfalt, Präzision, Gehorsam
3	5	ich kann	Rücksichtnahme, Bescheidenheit, Klugheit
2	4	ich will	Dienstbarkeit, Anpassungsfähigkeit, Vorsicht
2	3	ich will	Genauigkeit, Liebe zum Detail, Beobachtungsgabe, Gelehrigkeit
1	2	ich muss	Lehrmeisterei, Ängstlichkeit, Sophistik, Berechnung, Opportunismus
1	1	ich muss	Pedanterie, Sarkasmus, Angst, Zynismus, Besserwisserei, Fachidiotie

Waage: Der Weg der Ausgeglichenheit

Ebene	Stufe nach Klein	Haltung	Wesenszug
4	8	ich darf	Gleichmut, innerer Friede
4	7	ich darf	Balance, Kraft aus Harmonie
3	6	ich kann	Ausgewogenheit in Denken und Tun
3	5	ich kann	Schönheitssinn, Friedfertigkeit, Geistigkeit
2	4	ich will	Kunstsinn, Geschmack, Höflichkeit, Diplomatie
2	3	ich will	Ästhetizismus, aalglatte Freundlichkeit, Schreibtischtätertum
1	2	ich muss	Unentschlossenheit, Schmeichelei, Dekadenz, Parfümiertheit
1	1	ich muss	Feigheit, Handlungsunfähigkeit, Entscheidungslosigkeit, Unehrllichkeit

Skorpion:

Der Weg der Selbstüberwindung.

Ebene	Stufe nach Klein	Haltung	Wesenszug
4	8	ich darf	Ergebenheit, Lösung
4	7	ich darf	Wandlungsfähigkeit, Forscher
3	6	ich kann	Selbstüberwindung, Idealismus, Ritual
3	5	ich kann	Opferbereitschaft, Regenerationsfähigkeit
2	4	ich will	Vergewaltigung, suggestive Beeinflussung, Zwang
2	3	ich will	Vampirismus, Spionage, Sex & Crime, Zerstörungslust, Exzesse
1	2	ich muss	Fanatismus, Misstrauen, Perfektionszwang, Hörigkeit, Machtmissbrauch
1	1	ich muss	Sadismus, Masochismus, Rachsucht, Eifersucht, Hass, Sexismus, Süchtigkeit

Schütze: Der Weg des Vertrauens

Ebene	Stufe nach Klein	Haltung	Wesenszug
4	8	ich darf	Weisheit, Vertrauen
4	7	ich darf	Toleranz, Weitblick, Humor
3	6	ich kann	Gönnertum, Großzügigkeit, Religiosität
3	5	ich kann	Überzeugungskraft, Begeisterung, Freude
2	4	ich will	Missionsdrang, Selbstüberschätzung, Pathetik
2	3	ich will	Großspurigkeit, Hochstaplertum, Genussucht, Hedonismus
1	2	ich muss	Arroganz, Bequemlichkeit, Unbescheidenheit, neureiches Gehabe
1	1	ich muss	Großmäuligkeit, Unmäßigkeit, Moralismus, Gigantomanie, Wucherung

Steinbock: Der Weg der Klarheit

Ebene	Stufe nach Klein	Haltung	Wesenszug
4	8	ich darf	Klarheit, Stille, Reinheit
4	7	ich darf	Bescheidenheit, Aufrichtigkeit
3	6	ich kann	Konsequenz, Ernsthaftigkeit, Disziplin
3	5	ich kann	gründlich, Rückrat, Sparsamkeit, Arbeitsfreude
2	4	ich will	Strenge, Formalismus, Angst, Widerstand, Zeitdruck
2	3	ich will	emotionale Kälte, Härte, Autoritätshörigkeit, Worcoholic
1	2	ich muss	Lebensverneinung, „Radfahrermentalität“, Strebertum
1	1	ich muss	Neid, Strenge, Rechthaberei, Geiz, Rücksichtslosigkeit, Depression, Zwang

Wassermann: Der Weg der Freiheit

Ebene	Stufe nach Klein	Haltung	Wesenszug
4	8	ich darf	wahre Freiheit
4	7	ich darf	Genialität, visionärer Intellekt
3	6	ich kann	Erfindungsgabe, Freundschaftlichkeit
3	5	ich kann	Einfallsreichtum, Kreativität, Sozialempfinden
2	4	ich will	Veränderungsdrang, Nonkonformismus, Witz
2	3	ich will	Sprunghaftigkeit, Exzentrizität, Wirrheit, Heimatlosigkeit
1	2	ich muss	Überheblichkeit, Arroganz, Unzuverlässigkeit, Getriebenheit
1	1	ich muss	Wahnsinn, Zerrissenheit, Zentrumslosigkeit, Gehetztheit, Panik

Fische: Der Weg der Selbstlosigkeit

Ebene	Stufe nach Klein	Haltung	Wesenszug
4	8	ich darf	All - Eins - Sein
4	7	ich darf	Alliebe, Selbstlosigkeit, Weisheit
3	6	ich kann	Nächstenliebe, Medialität, Hingabe
3	5	ich kann	Mitgefühl, Phantasie, Intuition, Sensibilität
2	4	ich will	Ausgesetztheit, Ergebenheit, Einsamkeit, Phlegma
2	3	ich will	Verlorenheit, Orientierungslosigkeit, Hilflosigkeit, Schwäche
1	2	ich muss	Selbstmitleid, Geheimniskrämerei, Resignation
1	1	ich muss	Wahn, Täuschung, Betrug, Illusion, Verlogenheit, Lähmung, Zersetzung

Jeder kann an diesen Tabellen erkennen, welche schlechten oder guten Eigenschaften am ausgeprägtesten sind. Etwas überspitzt gesagt, erkennen wir an diesen Tabellen, ob wir unseren Kopf, die Sinne oder das Herz benutzen, wenn wir handeln. Aber wir sehen auch, dass wir unser Handeln ändern können.

Dabei spielt die Liebe immer eine ausschlaggebende Rolle. Das macht die Sache wiederum einfach. Denn immer, wenn wir mit dem Herzen handeln, sind wir auf dem richtigen Weg.

Wohin dieser Weg führen kann, können wir auch an diesen Tabellen erkennen.

26. Das Bewusstsein

Wir haben nun an vielen Beispielen gesehen, wie ausschlaggebend unsere Haltung (Bewusstsein) ist, wenn wir etwas tun.

Und wie wichtig Wissen ist, damit wir uns für den richtigen Weg entscheiden können. Gerade in der Liebe sind wir meistens verwirrt und laufen wie aufgeschreckte Hühner durch die Gegend.

Oft lassen wir uns von der Leidenschaft treiben, sind überwältigt, und enden trotzdem in einer Katastrophe.

Wir suchen nach künstlichen Hilfsmitteln, um z.B. eine ungewollte Schwangerschaft zu verhindern. Wir fühlen uns machtlos, wenn es um die Liebe geht. Obwohl gerade die Liebe am meisten Spaß macht. Männer rackern sich ihr ganzes Leben lang ab und lassen sich von rücksichtslosen Unternehmern ausbeuten, nur für ein wenig Sex am Abend. Und dann klagt die Frau über Kopfschmerzen.

Vielleicht weil sie auch überfordert ist.

Alleinerziehende Mütter laufen auf dem Zahnfleisch, weil sie ein oder mehrere ungeplante Kinder großziehen müssen, weil sie sich auch von der Leidenschaft haben treiben lassen, oder/und auf den falschen Mann hereingefallen sind.

Jahre langes Leid, wegen ein paar Minuten unkontrollierter Leidenschaft.

Die Konsequenzen sind unverhältnismäßig hoch für ein paar Minuten.

Oder Frauen werden krank, weil sie immer wieder von unverantwortlichen Männern benutzt werden. Ihre Wunden sind so tief, dass sie nie wieder einem Mann vertrauen können.

Dabei macht doch gerade das Vertrauen die Basis einer harmonischen Liebesbeziehung aus. Eine Liebesbeziehung, die wir uns alle wünschen. Wir alle wollen auf einer Wolke der Liebe umherschweben.

Und obwohl wir es alle wollen, kriegen wir es irgendwie nicht richtig hin.

Die Scheidungsrate wird immer höher. Und Trennung und Scheidung, was vor 50 Jahren noch verpönt war, gehört heutzutage zum Alltag.

Wir sprechen nicht mehr von unserem Mann oder unserer Frau, sondern von unserem Lebensabschnittsgefährten, weil wir schon davon ausgehen, dass eine Beziehung nicht ewig anhalten kann.

Weil wir schon viele diesbezügliche Erfahrungen gemacht haben, und weil wir es in unserem Umfeld immer wieder wahrnehmen.

Gescheiterte Liebesbeziehungen gehören zur Normalität.

Viele Frauen gehen davon aus, dass sie alleinerziehende Mütter werden, und suchen sich nur noch einen Erzeuger.

Die Hoffnung auf eine Liebesbeziehung ist dahin.

Dann wenigstens ein Kind, das man lieben kann. Und vielleicht hat man ja Glück, und der Erzeuger ist mehr als nur ein Samenspender.

All dies passiert aus Unwissenheit. Die Unwissenheit hat sich wie ein Nebel über uns gelegt, und lässt uns die wahre Liebe nicht mehr erkennen.

Die Medien veröffentlichen ihre Unkenntnis und suchen auch nach Rezepten. Wir bewegen uns in einer kollektiven Ahnungslosigkeit, und wissen nicht, wie wir da raus kommen. Wir können den Ausgang nicht finden, und werden immer wieder verletzt, oder verletzen uns selbst.

Ein ewiger Kreislauf des Leids. Und der Nebel lichtet sich nicht. Manchmal verlieben wir uns, und es kommt ein wenig Hoffnung auf, die dann wieder zerstört wird.

Wie aufgescheuchte Hühner auf einem Hühnerhof.

Der einzige Unterschied ist, dass wir in einem Käfig mit Internet, Bad und Kabelanschluss sitzen. Und unsere Stange ist ein bequemes Sofa. Dies alles können wir verhindern, wenn wir unser Bewusstsein ändern.

Und mit welchem Bewusstsein wir lieben und Sex haben sollten, ohne Wunden zu hinterlassen, erkläre ich in meinem Buch »Die wahre Sexualität der Liebe«