

Die Qualität der Gedanken entscheidet über die Qualität des eigenen Wohlergehens. Gedanken spielen eine große Rolle. Dies ist nicht nur ein moralisierender Spruch, sondern dahinter steht eine Wissenschaft.

Rhythmische und gesunde Gedanken ermöglichen einen gesunden Lebensfluss. Hervorsprudelnde Gedanken und Gefühle stören den Lebensstrom. Bei hoher Geschwindigkeit neigt das Denken zur Überaktivität, und dadurch kommt es zum Verbrennen der Lebensenergie.

Wenn die Gedanken langsam fließen, setzt Trägheit ein und lässt viel Masse in den Geweben entstehen. Die Masse im Körper verhindert die Abstimmung zwischen Gehirn und Körper sowie zwischen Gehirn und Sprache.

Die Geschwindigkeit der Gedanken ist genauso wichtig wie ihre Qualität.

ISBN 978-3-930637-65-2



Edition Kulapati
im World Teacher Trust



K. Parvathi Kumar Gesundheit und Harmonie – Band II

K. Parvathi Kumar

Gesundheit und Harmonie

Band II



Edition Kulapati

Der Inhalt dieser Publikation wird als eine Handlung des guten Willens und nur für den persönlichen Gebrauch kostenlos zur Verfügung gestellt. Es liegt in unserer Verantwortung, dass dies so bleibt.

Jegliche Kommerzialisierung durch irgendwelche Mittel oder auf irgendwelchen Plattformen ist verboten, ebenso die Verbreitung und/oder Veröffentlichung als Ganzes oder in Teilen ohne die ausdrückliche schriftliche Genehmigung des Herausgebers.
Alle Rechte vorbehalten.

Gesundheit und Harmonie
Band II

K. Parvathi Kumar

Gesundheit und Harmonie

Band II



Edition Kulapati

Erste Auflage 2015

© 2008 1st Edition, The World Teacher Temple / Dhanishta,
Visakhapatnam A.P., India

© 2009 1. Aufl. Band I, Edition Kulapati im World Teacher
Trust e.V., Wermelskirchen, <http://www.kulapati.de>

© 2015 1. Aufl. Band II, Edition Kulapati im World Teacher
Trust e.V., Wermelskirchen, <http://www.kulapati.de>

Alle Rechte vorbehalten

Bibliografische Information Der Deutschen Bibliothek

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische
Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

GESUNDHEIT UND HARMONIE – BAND II / K. Parvathi Kumar
1. Auflage – Wermelskirchen : Edition Kulapati, 2015

Einheitssachtitel: HEALTH AND HARMONIE <dt.>

ISBN: 978-3-930637-65-2

Übersetzung, Lektorat und Produktion des Buches wurden
durch gemeinsames Bemühen von Personen realisiert, die sich
dem Werk von Prof. Dr. K. Parvathi Kumar verbunden fühlen.

Druck und Bindung: Fontfront, Roßdorf

Inhalt¹

Einführung.	9
1. Willensstärke	13
2. Gesunder Schlaf.	18
3. Der Wille zu heilen	22
4. Lebenskraft des Pflanzenreichs.	26
5. Alte Heilungsmethoden	29
6. Psychische Ausgeglichenheit	33
7. Neuzeitliches Heilen	36
8. Gesunde psychische Energie	39
9. Betrachterposition einnehmen	42
10. Geschwindigkeit und Qualität der Gedanken	45
11. Psychische Energie.	48
12. Reinheit von Gefäß und Inhalt	51
13. Maßnahmen gegen schlechte Einflüsse.	54
14. Kreativität bei Untersuchungen	57
15. Gesundheit und <i>Yoga</i>	61
16. Gesund durch regelmäßige Menstruationen .	64
17. Einfluss negativer Energien	69
18. Unterschiedliche Behandlung	74
19. Kommerzialisierung der Medizin	77

1 Hinweis: Sanskrit-Begriffe sind kursiv geschrieben

20. Verantwortung als Schlüssel	81
21. Ganzheitliche Gesundheit und integraler Yoga	86
22. Probiotika.	91
23. Medizinische Behandlungen	97
24. Patientenfreundliche Behandlung.	100
25. Atmosphäre im Krankenhaus	105
26. Das Wissen vom Verlassen des Körpers . . .	109
27. Die Wissenschaft des Todes	113
28. Krankheiten vorbeugen	118
29. Anregungen für eine gesunde Nachkommenschaft	121
30. Gutes Verhalten in der Schwangerschaft. . .	124
31. Schutz durch Licht-Pyramiden	126
32. Akupunktur	129
33. Lebensenergie richtig nutzen	132
34. Gedankenkraft	136
35. Positiver Einfluss von Klängen	140
36. Geben macht gesund	143
37. Die fünf Körperschichten rein und harmonisch halten	146
38. Gedanken zur Gerechtigkeit für alle.	149
39. Lebenskraft stärken.	152
40. Lass es gut sein.	154
41. Gesundheitliche Verhältnisse verbessern . .	157

42. Heilung durch den Klang der Musik (I)	159
43. Heilung durch den Klang der Musik (II) . . .	161
44. Methoden zur Stärkung des Organismus . .	163
45. Einflüsse auf die Gesundheit der Menschheit	165
46. Heilmethoden des neuen Zeitalters	167
47. Positives Denken heilt	170
48. Auswirkungen von Angst	173
49. Kummer über Vergangenes schadet der Gesundheit.	176
50. Uneigennützigter Gesundheitsdienst.	179
51. Schwächung der psychischen Energie	182
52. Reinhaltung der Milz	184
53. Harmonie des Patienten nicht stören	186
54. Die Wahrheit angenehm sprechen	188
55. Aspekte von Ruhephasen wie Stupor und Ohnmacht	190
56. Kleine Entspannungspausen gegen Stress . .	192
57. Warnhinweise des Körpers beachten	195
58. Gesunde Lebensumstände	198
59. Harmonie durch das Sein.	201
60. Für die Nachwelt verantwortlich handeln. .	204
61. Beratung und Behandlung gleichwertig . . .	206
62. Primärenergie übertragen	209
63. Krankheit – eine Wiedergutmachung	210

64. Kommerzielles Gesundheitswesen	212
65. Reinhaltung der Umwelt	216
66. Ausgewogene Lebensenergie	220
67. Die Gesundheit schützen	224
68. Subtile Energien aktivieren	227
69. Psychische Energie nachfüllen	231
Anhang	235

Einführung

„Gesundheit ist Reichtum“, lautet ein uraltes Sprichwort. Zu allen Zeiten war die Gesundheit ein Hauptanliegen, und erst recht in der heutigen Zeit, in der die Menschen mit immer größer werdender Belastung und Anspannung des Lebens fertig werden müssen. Zusammen mit vielfältigen Entwicklungen brachte das moderne Leben die entsprechenden Beschwerden, Gesundheitsprobleme und Krankheiten mit sich. Einerseits gibt es eine gewaltige technologische Entwicklung und ein modernisiertes Leben, das dem Menschen für die allumfassende rasche Entwicklung immer mehr abverlangt. Andererseits entwickelt sich der Rhythmus des Lebens nicht dementsprechend, so dass viele Krankheiten auftreten, von denen einige sehr rätselhaft sind. In seinem Streben nach sozialer und wirtschaftlicher Entwicklung weicht der Mensch immer stärker von der Natur ab. Infolgedessen hat er die natürliche und rhythmische Lebensweise verloren sowie das Verstehen der Zeit, Natur, jahreszeitlichen Besonderheiten und gesunden Ernährungsgewohnheiten. Die Fähigkeit, Nah-

rung aufzunehmen und zu verdauen, die wiederum die Vitalität des Körpers aufrechterhält, ist ebenso verloren gegangen. Man isst genauso viele Medikamente und Vitaminpräparate wie Nahrungsmittel. Trotzdem nehmen die Krankheiten in geometrischer Progression zu, während die Erfindungen und Neuerungen in der medizinischen Heilung nur in arithmetischer Progression ansteigen. Gängige medizinische Behandlungen werden für unzulänglich befunden, um den verschiedenartigen Anforderungen gerecht zu werden, denen die Menschheit in Form von Krankheiten begegnet.

Die Menschen brauchen eine harmonische Lebensweise, die häufigen Erkrankungen vorbeugt, und medikamentöse Behandlungen, die nicht zu giftig sind oder die nicht mehr Nebenwirkungen als Heilung bringen. Weil die traditionellen allopathischen Medikamente giftig sind und ungesunde Nebenwirkungen haben, sucht man ständig nach alternativen Medikamenten, Therapien und Heilmethoden.

Paracelsus gehörte zu jenen, die ihr Leben aufrichtig der Suche nach Krankheitsursachen sowie der Entdeckung natürlicher Medikamente

für deren Heilung widmeten. 500 Jahre nach seinem Erscheinen wird Paracelsus immer wichtiger für unsere Gegenwart. Sein Wissen von Mineralien und Metallen, Elementen und Kräutern scheint viel Licht auf das Rätsel des Heilens zu werfen. Er war ein echter Heiler und fest entschlossen, das richtige Heilverfahren durch die richtige Medizin zu finden. Für viele war er eine Quelle der Inspiration. Paracelsus war ein Feuer-Philosoph, Alchemist und hochrangiger Heiler. In liebevollem Gedenken an ihn hat sich eine Gruppe von Personen, die auf dem Gebiet von Gesundheit und Heilung arbeiten, entschlossen zusammenzukommen und das Wissen von Gesundheit und Heilung zu verbreiten, wie man es in allen Teilen der Welt kennt, über das jedoch verhältnismäßig wenig berichtet wird, weniger als ihm eigentlich zusteht.

Die Zeitschrift PARACELSUS HEALTH AND HEALING ist eine Dienstaktivität, die bestrebt ist, Ärzten, Heilern, Personen im Gesundheitsbereich, Kranken sowie ganz allgemein jenen zu helfen, die an Gesundheit und Heilung interessiert sind. Diese Zeitschrift beabsichtigt, eine Auswahl von Techniken zur Erhaltung einer guten Gesundheit

sowie verschiedene Therapien zur Behandlung der unterschiedlichen Krankheiten vorzustellen. Die Stärke der Gruppe liegt in der Mitarbeit von Ärzten, Heilern und Angestellten im Gesundheitswesen, und es ist zu hoffen, dass die Zeitschrift für die Menschheit insgesamt tatsächlich von Nutzen sein wird. Das Werk ist der Gesundheit der Menschheit gewidmet. Möge es seinen Zweck in Übereinstimmung mit dem Geist guten Willens erfüllen.

1. Willensstärke

In dem heutigen Zustand der Welt ist Krankheit unvermeidlich. Es ist nahezu unmöglich, vollkommen gesund zu sein. Genauso verhält es sich mit der verunreinigten Atmosphäre. Gegenwärtig ist es beinahe unmöglich, eine gute Gesundheit zu haben. Die physische, emotionale und mentale Verdorbenheit sowie die entsprechenden schmutzigen Sümpfe der niederen Ebenen beeinflussen alle Menschen. Wer diesen Bedingungen entkommt, kann sich glücklich schätzen. Alle, die schwach und empfindlich sind, bäumen sich dagegen auf, kämpfen, machen Fitnesstraining und scheitern trotzdem.

Seit der Erfindung der Maschine verunreinigte der Mensch die Natur im Namen von Fortschritt und Entwicklung. Außerdem belastete er sie durch die Erfindung vieler chemischer Prozesse. Mechanische Massenproduktionen zwangen auch den Menschen zu einer mechanischen Lebensweise. Konkurrenz aufgrund der Massenproduktionen führte zu Eifersüchten, Kämpfen, Konflikten und Enttäuschungen. Nach und nach traten künstliche Lebensformen an die Stelle natürli-

cher Lebensweisen. Bei seinem Versuch sich abzusichern, entwickelte der Mensch äußere Schutzmechanismen und ließ den natürlichen inneren Schutzmechanismus außer Acht. Heute sind die Menschen bei der Wiederherstellung ihrer Gesundheit fast vollständig von äußeren Hilfsmitteln abhängig, weil sie vergessen haben, dass sie von innen Hilfe bekommen können.

Der Mensch hat die Materie, das Wasser und die Luft um sich verunreinigt. Ebenso hat er auch seine Körpermaterie durch ungesundes Essen und Trinken verdorben. Seine Körperflüssigkeiten sind infolge von Besorgnis, Gereiztheit, Ärger, Angst, Stolz und anderen starken Gefühlen verschmutzt. Außerdem verunreinigte er die Flüssigkeiten durch sein falsches Verständnis der Sexualität. Dies alles kommt als Krankheit zur Auswirkung, die das Feuer seines Denkens sowie die in ihm arbeitenden Lüfte beeinträchtigt. Die äußere Verschmutzung führte zur inneren Verschmutzung. In solchen Situationen gibt es keine stabile Gesundheit mehr, sondern sie wird häufig durch Krankheit angegriffen.

Medikamente helfen nur in begrenztem Umfang, egal welchen Heilmethoden sie entstam-

men. In vielen Fällen fühlen sich sogar fortschrittliche Ärzte und Heilkundige hilflos.

Eine Lösung, die angeboten werden kann, ist, den inneren Schutzmechanismus zu beleben. Der Wille ist Gottes Geschenk an den Menschen, und der Mensch sollte lernen, seinen Willen zu entwickeln, der ihm Selbstvertrauen und Selbstbeherrschung gibt.

Schon von Kindheit an muss dies in den Menschen erkannt und entwickelt werden. Wo ein Wille ist, da ist auch ein Weg. Wenn jemand trotz guter Ernährung und guter Lebensbedingungen den Verhältnissen erliegt, tritt die Krankheit hervor. Aber willensstarke Menschen haben sogar in den bedrängtesten Umständen überlebt. Es gibt Beispiele, in denen der Wunsch zu leben die Menschen selbst unter den härtesten Lebensbedingungen überleben ließ.

Bei Patienten mit einer Herzerkrankung, einem Schlaganfall oder Krebs findet man viele, die sich aufgrund ihrer Angst in die Krankheit fügen. Man findet jedoch auch eine beträchtliche Anzahl, die sich mit Hilfe ihres Willens der Krankheit, dem Verfall und dem Tod widersetzt. Der Wille wird gestärkt, wenn er durch guten

Willen im Denken, Sprechen und Handeln unterstützt wird. Menschen wie Mahâtmâ Gandhi sind gute Beispiele für persönlichen Willen, der mit gutem Willen verbunden ist. Aus jeder Nation gingen zu unterschiedlichen Zeiten solche stolzen Söhne hervor, denen es aufgrund ihres Willens möglich war, die härtesten Bedingungen zu überleben. Vertrauen in sich selbst und in Gott ergänzen zusätzlich die eigene Willensstärke. Dann kann man stark wie ein Fels sein. Es ist an der Zeit, dass der Wille des Patienten durch psychologische Beratung angespornt wird.

Willensstarke Personen erzeugen in ihrem Inneren Heilungsenergien, die sich von innen her der Krankheitsattacke widersetzen. Im Menschen gibt es einerseits Krankheit, andererseits heilende Kräfte, um der Krankheit entgegenzutreten. In ihm ist auch die Medizin vorhanden, durch die seine Krankheit geheilt werden kann. Cluster-Medizin und Urin-Therapie sind Beispiele von heute weit verbreiteten Behandlungsmethoden. Doch in keinem Fall kann die Bedeutung des persönlichen Willens, Selbstvertrauens und positiven Denkens außer Acht ge-

lassen werden. Man kann seinen Willen durch Vertrauen, durch bestimmte Übungen mit Klang und Farbe sowie durch bestimmte rhythmische Abläufe im täglichen Leben entwickeln. Sie sind Teil der okkulten Werkzeuge, die für okkulte Heilung eingesetzt werden.

2. Gesunder Schlaf

Physische Schwäche, die Menschen mit schwachem Willen häufig und willensstarke Personen manchmal erleben, wird okkult als Entleerung und Auslaufen des Ätherkörpers betrachtet. Der ätherische Körper versorgt den physischen Körper mit *Prâna*. Wenn sich in ihm Lücken bilden, entweicht *Prâna*, das lebenswichtige Element, und fließt ab. Deshalb muss das ätherische Gewebe unversehrt erhalten bleiben. Dies erreicht man durch Aufenthalt des Körpers in der Morgen- und Abendsonne, durch frische Luft und guten Schlaf. Bekommt man von einem dieser Drei zu wenig, erlebt man einen Kräfteverlust.

Man sollte wissen, dass viel Schlaf die Lebenskraft abfließen lässt. Zu viel oder zu wenig Schlaf wirkt sich ganz klar auf die Vitalität aus. Sieben Stunden Schlaf, sieben Stunden Arbeit, sieben Stunden für notwendige Routine wie körperliche Betätigung, Duschen/Baden, Essen, Einkaufen, Freizeitbeschäftigung, Bewegung sowie drei Stunden Entspannung durch Meditation, Kontemplation, Gebet usw. halten die Weisen für einen guten Rhythmus. Der Tagesablauf sollte

in derartig geordneter Form geplant werden. Es macht nichts, wenn Erfordernisse der Zeit diesen Rhythmus gelegentlich stören. Fehlt jedoch ein solcher Rhythmus, führt dies zu entsprechender Müdigkeit, Erschöpfung und Schwäche.

Das moderne Leben ist sehr anstrengend. Dabei ist der Mensch zur Überaktivität gezwungen, die ihm nicht genügend Schlaf lässt. Es ist kein Kriterium, wie viele Stunden man im Bett liegt. Wichtig ist, wie gut man schläft. Schlaf kann oberflächlich oder gesund und tief sein, er kann auch nur ein Schlummer sein. Wenn er oberflächlich oder ein Schlummer ist, gibt er nicht viel Energie. Nur bei einem gesunden Schlaf wird das, was die Natur durch den Schlaf beabsichtigt, erreicht. Der Körper wird mit Lebenskraft erfüllt. Er wird erfrischt und wiederhergestellt. Tägliche Erfrischung ist das Geschenk der Natur an die Lebewesen, und sie erhalten es durch den Schlaf. Die Menschen brauchen den Schlaf dringend, denn anders als die Tiere und Pflanzen sind sie denkende Wesen. Eine Lebensweise, durch die der Schlaf gestört wird, ist nicht wert, aufrechterhalten zu werden, es sei denn, dass man dabei einer edlen Sache

dient, die einem größeren Leben zugute kommt. Doch selbst in solchen Fällen beeinträchtigt zu wenig Schlaf über viele Jahre hinweg schließlich die Gesundheit und sogar die Lebensdauer.

Schlaftabletten sind keine Lösung, um einzuschlafen. Herbeigeführter Schlaf ist kein gesunder Schlaf und fördert nicht die oben beschriebene Belebung oder Erfrischung. Die Gründe für Schlaflosigkeit liegen in der eigenen Lebensaktivität. Sie sollten von Heilern und Ärzten erkannt und mit den richtigen Mitteln und Techniken beseitigt werden. Das heißt nicht, dass Schlaftabletten abgeschafft werden sollten. Sie dienen nur einem begrenzten Zweck und sollten nicht als dauerhafte Lösung betrachtet werden.

Aufenthalt im goldenen Sonnenlicht und in einem angenehmen, leichten Wind am Morgen und Abend wirkt wie ein Stärkungsmittel und kräftigt das ätherische Gewebe. Das Schlafen in Räumen mit einem leichten Luftzug oder im Freien unter einem Schirm ist höchst förderlich. Doch dies ist nur in den Tropen möglich. In anderen Regionen genügt es, wenn es im Schlafzimmer einen natürlichen Luftzug während der Schlafenszeit gibt.

Dies sind die Grundsätze, die in das eigene System erneut eingeführt werden müssen, um einen einigermaßen starken Ätherkörper aufzubauen, der Krankheit und Verfall widerstehen kann.

3. Der Wille zu heilen

Von Natur aus besitzt der Mensch Heilungsenergien. Alles, was mit Licht pulsiert, besitzt die Fähigkeit zum Heilen, und in besonderem Maße ist das bei den Menschen der Fall. Es gibt eine spezielle Technik, durch die man sich zu einem Heiler ausbilden kann. Wer eine Wesensart hat, die anderen nicht schadet, und an den Mitmenschen Anteil nimmt, trägt viel von solchen Energien in sich. Auch Personen mit positivem Denken und dynamischer Aktivität können die Heilkraft handhaben. Menschen mit gedanklicher Klarheit und hingebungsvollem Zugang zum Leben sind ebenfalls gute Instrumente zum Heilen. Wer sich intensiv mit Rhythmus und Ritual beschäftigt, kann ebenso als Heiler arbeiten.

Von der esoterischen Wissenschaft werden die Menschen im Allgemeinen in sieben Gruppen eingeteilt. Alle, die zur zweiten, vierten und sechsten Gruppe gehören, können gute Heiler sein. Personen der ersten, dritten, fünften und siebten Gruppe können auch Heiler sein, vorausgesetzt, dass sie von Natur aus Mitgefühl und Liebe sowie Anteilnahme am Leiden ihrer Umgebung empfin-

den. Die Heilungstechniken unterscheiden sich je nach der Personengruppe. Doch jedem Menschen ist es möglich zu heilen, wenn er sich der entsprechenden Ausbildung unterzieht.

Wenn Personen zu Egozentrik und Eigennutz neigen, können sie nicht als Übermittler von Heilungsenergien arbeiten, egal zu welcher Gruppe sie gehören. Heilen wird immer als erhabene Tätigkeit betrachtet und kann deshalb nicht mit Geld und Macht verbunden werden. Die Verbindung mit dem Göttlichen bleibt erhalten, solange man sich nicht zu stark an irdische Reichtümer und Macht hängt.

In jeder Religion werden die grundlegenden Schritte dargelegt, wie man sich zu einem Heiler umwandeln kann. Einen Teil davon bilden moralische und ethische Werte. Reinheit im Denken, Sprechen und Handeln verbunden mit dem Fehlen von Aggression, Anhäufung von Reichtum und Ausbeutung sind äußerst hilfreich. Eine liebevolle Beziehung zu Pflanzen und Tieren sowie ein sensibler Kontakt zu den Elementen sind ebenfalls dienlich.

Heilen schließt die Betrachtung der Patienten als Abbilder Gottes und eine liebevolle, mitfüh-

lende Beziehung zu ihnen ein. Dadurch wird Heilkraft entwickelt. Aus diesem Grund wird von Heilern verlangt, dass sie regelmäßig über ein Bild Gottes in ihrem Inneren kontemplieren und sich dann dieses Bild in den Patienten vergegenwärtigen, die zu ihnen kommen. Dies muss mit verstärkter Intensität geübt werden, wenn der Vollmond oder die elfte Mondphase naht. Für diese Praxis gelten die Sonntage als sehr nützlich. Da die Sonntage im Allgemeinen freie Tage sind, kann man beträchtliche Zeit dafür verwenden, viel Heilungsenergie aufzunehmen und zu assimilieren, um sie an die Patienten weiterleiten zu können.

Je nachdem, zu welcher Gruppe der Heiler gehört, kann er seine Kontemplation in einem der vier ätherischen Zentren über dem Zwerchfell stabilisieren. Sobald die Kontemplation auf diese Weise gefestigt ist, ermöglicht sie einen mühelosen Kontakt mit der Seele. Der Kontakt zur Seele im Inneren aktiviert im Heiler den Aufbau des inneren Instruments – der *Antahkarana*. Wenn die inneren Instrumente mit den Energien der Seele aufgeladen sind, kann der Heiler die Heilungsenergien durch das äußere

Instrument übermitteln, das heißt, durch die fünf Sinne und den Körper. Die Heilungsenergien fließen von der Seele zum inneren Menschen, vom inneren Menschen zum äußeren Menschen und vom äußeren Menschen zum Patienten. Der Energiestrom kann durch die Hände, durch Worte oder durch eine Berührung des äußeren Menschen hinausfließen.

In jedem Fall ist der Wille zu heilen die elementare Grundlage für jegliche Heilung.

4. Lebenskraft des Pflanzenreichs

Wenn es um Heilung und Heilverfahren geht, müssen die Mediziner die Kräfte des Pflanzenreichs erkennen. In der Hauptsache existiert das Pflanzenreich, um die Lebenskraft zu vermehren. Es ist möglich, fast alle Leiden durch Ausgleichen der Lebenskraft zu heilen, und solche Lebenskraft existiert im Pflanzenreich, sagt ein Seher der alten Zeit aus dem *Himâlaya*. Mit dieser Auffassung arbeitet der *Âyurveda*. Auch Seher wie Paracelsus teilten diese Ansicht, die in jüngster Zeit in der modernen Welt zunehmend Anerkennung findet.

Bestimmte Pflanzen speichern das *Prâna*. Dazu gehören z. B. die Kiefern. Sie sammeln Lebenskraft wie elektrische Nadeln und stellen eine Brücke zwischen dem Feinstofflichen und Groben sowie zwischen dem Himmel und den Tiefen der Erde dar. Tatsächlich wird die Erde erheblich durch solche hoch wachsenden Bäume, die wie Antennen wirken, mit prânischer Energie versorgt. Die Erde sammelt, bewahrt und erneuert sogar die Lebensenergie, die sie über das Pflanzenreich erhält.

Pflanzen haben eine größere Vitalität, mehr als die Minerale. Das *Prâna*-Feuer in den Pflanzen wird vom Feuer des menschlichen Lebens besser assimiliert und angenommen. Künstliche, auszehrende Anregungsmittel zur Wiederherstellung der vitalen Ausgeglichenheit sollte man meiden, weil sie unnatürlich und nutzlos sind.

Man kann das Blut besser durch Präparate reinigen, die aus dem *Nîm*-Baum hergestellt wurden. Sie stellen einen guten Ersatz für Metalle wie das Gold dar.

Medikamente, die ohne die Schlachtung eines Tieres hergestellt wurden, haben eine weit bessere psychische Wirkung als Medikamente, für die ein Tier getötet wurde.

Wenn die Haut von Moschushirschen genutzt wird, ohne dass die Tiere deswegen getötet werden, kann sie die psychische Energie der Menschen reinigen. Ebenso wurde ein Becher mit Beeren der Zeder, des Feigenbaums oder des Banyan-Baums in alter Zeit sehr geschätzt.

Der große Philosoph Zarathustra brachte magisches Feuer hervor, indem er Zederbeeren in einem Kelch verbrannte.

Es ist notwendig, dass sich die Wissenschaftler in diese naturgemäßen Richtungen bewegen und von den giftigen chemischen Medikamenten abkommen, die gegenwärtig mangels Wissen in Gebrauch sind.

In einem zutreffenden Zitat heißt es: „*Prâna* hilft nur, wenn es bewusst aufgenommen wird.“

5. Alte Heilungsmethoden

Alte Medikamente und Heilungsbräuche müssen durch medizinische Forscher sorgfältig geprüft werden. Heute ist die Forschung aufgeschlossener als in früheren Jahrhunderten und kann somit die wissenschaftliche Grundlage alter Heilungsmethoden finden. Sie als Aberglauben abzulehnen, ist Unwissenheit. Uralte Wissenschaft schlug sich im Lauf der Zeit in bestimmten Bräuchen und Traditionen nieder, die nur unerhebliche Verzerrungen enthalten. Oberflächliche Untersuchungen müssen durch Aufgeschlossenheit, gründliches Studium und Forschung abgelöst werden. Zum Beispiel wurden über dem Scheitel des Kopfes und um das Herz herum Magnete verwendet, um das Nerven- und Kreislaufsystem zu stärken. Man wusste ganz genau, wie man den Fluss des Blutstroms und der Nervensubstanz stärken kann. Die Bewusstseins- und Lebensströme werden belebt und ins Gleichgewicht gebracht. Im Grunde genommen bedeutet Heilung das Ermöglichen des ungehinderten *Prâna*-Flusses, und *Prâna* ist eine magnetische, gasförmige Substanz. Verschiedene

Metalle besitzen verschiedene magnetische Eigenschaften, die man den unterschiedlichen Nervengeflechten im menschlichen Körper zuordnen kann. Paracelsus ermittelte:

- Blei für das Nervengeflecht an der Basis,
- Eisen für das Nervengeflecht am Kreuzbein,
- Silber für das Sonnengeflecht (Solarplexus),
- Gold für das Nervengeflecht am Herzen,
- Merkur für das Nervengeflecht an der Kehle.

Man wusste, wie man die unterschiedlichen magnetischen Eigenschaften der verschiedenen Metalle verwenden musste, um die Nervengeflechte zu aktivieren. Dieses Wissen ermöglichte Paracelsus und anderen Ärzten, einen größeren Einblick zu bekommen, um Menschen wieder gesund machen zu können. Sie kannten die mineralische Grundlage unseres Organismus und ordneten ihn den entsprechenden Mineralen und Metallen zu. Dies sollte weiter untersucht werden. In alter Zeit bemühte man sich darum, die Hautfettausscheidungen mit Hilfe pflanzlicher Öle abzubauen. Pflanzenöl löst das Fett zusammen mit seinem Gift auf und stellt die Körperhygiene wieder her. Wer fettige Hautaus-

scheidungen hat, wird an allen feinstofflichen Wahrnehmungen sehr gehindert. Es ist kein Wunder, dass die Menschen in alter Zeit viel mehr von Körperhygiene wussten als dies heute der Fall ist. Sie kannten das Ritual des Waschens viel besser als wir. Damals unterschied man die mineralischen Eigenschaften der Wasserarten an verschiedenen Orten und nutzte sie dementsprechend. Waschen war eine Wissenschaft, und es gab eine Ordnung, nach der man die Gliedmaßen des Körpers wusch. Vollkommen verschiedene Düfte wurden für die unterschiedlichen Körperteile benutzt, vor allem für den Scheitel, das Herz und die Gliedmaßen. Das tägliche Baden oder Duschen war eine Wissenschaft und ein Ritual. Dies sollte erforscht werden.

Es ist allgemein bekannt, dass Frauen während der Schwangerschaft ein seltsames Verlangen nach bestimmten Geschmacksrichtungen und Unterhaltungen haben. Indem die Tempelärzte auf solches Verlangen eingingen und ihm mit Hilfe astrologischer Daten entsprachen, konnten sie die Schwangerschaft leichter überwachen und auch die Wehen vor der Geburt wesentlich erleichtern. Heutzutage ist der Kai-

serschnitt an der Tagesordnung. Sollten daher nicht jene, die sich um Gesundheit und Heilung kümmern, entsprechenden Forschungen mehr Zeit widmen? Die Herzen der Mütter sind durch die Wirkungen der Medikamente, die infolge des Kaiserschnitts auftreten, sehr stark belastet. Außerdem haben die Medikamente unerwünschte Wirkungen auf die Muttermilch, die die Neugeborenen bekommen.

6. Psychische Ausgeglichenheit

Jedes Mal, wenn Emotionen plötzlich und heftig aufwallen, schießen Feuerströme empor. Wenn man nicht in der Lage ist, eine Situation zu bewältigen, führt dies zu Gereiztheit. Auch sie ist eine Ausdrucksform des Feuers. Uneinigkeit mit der Umgebung verursacht Ärger. Er wird bereits als Feuer betrachtet. Wenn das menschliche System häufig aus Gereiztheit, Ärger, Unstimmigkeit und Hass explodiert, schlägt sich dies als Nervenentzündung nieder. Langsam manifestiert sie sich als nervliche Störungen und als Rheuma. Infolgedessen treten an vielen Stellen des Körpers Schmerzen auf, und an den schmerzenden Stellen bilden sich physische Kristalle. Meistens werden davon Personen betroffen, die nicht die Technik kennen, um sich von ihrer Umgebung abschirmen zu können. Dadurch wird ihre psychische Energie angegriffen. Häufige psychische Unruhen sollten vermieden und die entsprechenden Umstände beseitigt werden.

Außerdem sollte man innerlich psychische Übungen machen, so dass man von innen her

Stärke entwickelt, um den äußeren, normalerweise beunruhigenden Bedingungen begegnen zu können.

Es ist allgemein bekannt, dass die äußere Welt nicht so vollkommen angepasst werden kann, so dass sie mit der Psyche einer Person übereinstimmt. Deshalb ist es weise, die innere Psyche neu zu organisieren, zu aktivieren und zu stärken. In diesem Zusammenhang muss die spirituelle Seite der Psychologie mehr entwickelt werden als die gesamte gegenwärtige Psychologie. Die spirituelle Psychologie empfiehlt Techniken wie Rhythmus sowie Arbeit mit Farben, Klängen und Zahlen. Diese Methoden scheinen dringend notwendig zu sein, um den heutigen, sich verschlechternden Umweltbedingungen zu begegnen.

Die Gesellschaft ist in Geldverdienen, Habsucht, Konkurrenzkampf und Aggressivität versunken und somit anfällig für rheumatische Beschwerden, nervliche Störungen, Nervenentzündungen, Herzattacken, Schlaganfälle und Krebs. Die Hektik der materiellen Entwicklung muss durch natürliches und friedliches Leben ins Gleichgewicht gebracht werden. Aufmerksame

Gesellschaften sollten mehr in dieser Richtung arbeiten statt die Menschen wie Insekten verbrennen zu lassen, die beim Anfliegen einer Flamme verglühen.

Physische Maßnahmen zur psychischen Ausgeglichenheit werden leichter akzeptiert. Experimentelle Forschungen in dieser Richtung werden sich als nützlich erweisen.

7. Neuzeitliches Heilen

Die Gelehrten haben die Aufgabe, den Menschen verständlich zu machen, dass es an der Zeit ist, alte, überholte Formeln abzulegen und sich dem Weg der universalen Gesetze zuzuwenden. Es wurde zu viel analysiert, und infolgedessen ging die Synthese verloren. Synthese ist genauso wichtig wie Analyse, wenn nicht noch wichtiger. Allgemeingültiges ist genauso wichtig wie die Besonderheiten. Niemand kann abstreiten, dass der Mensch als Ganzes wichtiger ist als seine kränkelnden Teile. Manchmal haben Allgemeinmediziner einen besseren, ganzheitlichen Zugang als die Spezialisten. Es kann viel Spezialisierung berücksichtigt werden, doch nur auf dem verbindlichen Hintergrund des Allgemeingültigen und Gesamten. Heutzutage wird gesagt, man müsse global denken und vor Ort handeln. In der Medizin sollte es genauso sein.

Man kann das Gesamtverhalten einer Person nicht aus dem Blick verlieren, wenn man sich mit den Beschwerden beschäftigt, unter denen sie leidet. Ihre Einstellung gegenüber dem

Leben sollte man allgemein kennen, bevor man für ihre Beschwerden eine Behandlung anbietet. Die Charaktere der Menschen gleichzeitig mit den Beschwerden zu studieren, unter denen sie leiden, gilt als ganzheitliche Methode. Durch sie wird es möglich, zu aussagekräftigen Schlussfolgerungen zu gelangen. Der menschliche Körper arbeitet durch sieben Zentren. Von der Wissenschaft werden sie als die fünf Gewebe, die Hypophyse und die Zirbeldrüse bezeichnet. Diese Zentren versetzen den Menschen in die Lage zu denken, zu unterscheiden, zu wissen, zusammenhängend zu handeln, zur Erfüllung zu gelangen, sich Ziele zu setzen, den Körper zu ernähren und allgemein als eine Person unter vielen möglichst konfliktfrei zu leben. Man muss die Tätigkeit dieser Zentren beobachten. Ihre Tätigkeit wirkt sich auf die umgebenden Organe aus.

Man sollte die Symptome der Beschwerden um diese Zentren betrachten und ebenfalls beobachten, ob sie in angemessener Weise arbeiten. Dadurch wird man gewisse Informationen erhalten, die ansonsten nicht zu verstehen sind. Die Funktionsweise eines Zentrums sollte man

mit den besonderen Merkmalen der Person in Beziehung bringen. So kann der Patient zweifach behandelt werden. Als Erstes sollte er eine Weiterbildung bekommen, so dass er in seinem Verhalten leichte Korrekturen vornimmt. Als Zweites erhält er eine Therapie für seine Beschwerden. Auf diese Weise behandelt man die Krankheit ganzheitlich.

Zur Heilung gehört somit die Beobachtung der Besonderheiten im Verhalten, die Beobachtung der Tätigkeit jener Gewebe, die in Beziehung zu den erkrankten Körperbereichen stehen, Vorschläge für Korrekturen in den Verhaltensmustern sowie Vorschläge für eine Therapie bzw. ein Medikament.

Diese Methode bezeichnet man als Weg des neuen Zeitalters, und diese Art der Behandlung nennt man neuzeitliches Heilen.

8. Gesunde psychische Energie

Kultivierung der psychischen Energie ist das Erfordernis unserer Zeit. Ihr muss die Erziehung größte Wichtigkeit beimessen. Die Bombardierung des Denkvermögens mit weltlichen Informationen könnte zur Katastrophe führen, wenn man nicht dafür sorgt, dass das Denken für die Feinheiten der Natur aufgeschlossen ist. Natürliche Klänge, Farben, Symbole und Zahlen, die vom Subtilen zum Grobstofflichen in Erscheinung treten, müssen aufmerksam wahrgenommen werden. Ebenso sollte man die Entwicklung verschiedener Formen vom Subtilen zum Grobstofflichen und vom Zarten zum Verfestigten beobachten.

Aufmerksames Wahrnehmen sollte zu einer stillen Beschäftigung werden. Betrachtung der natürlichen Muster bringt die benötigte Stille in die psychische Natur. Zudem ermöglicht sie dem Menschen, Zuschauer statt immer nur Spieler zu sein. Wenn man die Psyche ausbildet, so dass man ein miterlebender Zuschauer sein kann, wird man näher zum Sein hingezogen und ist dadurch in der Lage, als „Seiender“ zu leben.

Gedankenloses geschäftiges Teilhaben in der Natur zieht den Menschen dahin, dass er immer nur ein Handelnder ist, der fortwährend seine Energien in eine mechanische Lebensweise fließen lässt. In seinem Wesen ist der Mensch ein Seiender, der einer Beschäftigung nachgeht. Aus diesem natürlichen Zustand hat sich der Schwerpunkt zur Überaktivität verlagert. Die Folge ist zu viel Tun, wenig Achtsamkeit und Fehlen des Seins. Hierdurch ist die psychische Energie vollkommen durcheinander geraten. Dies muss von umsichtigen Personen in den ursprünglichen Zustand zurückgeführt werden.

Überaktivität ist zum gemeinsamen Faktor in jedem Bereich menschlicher Aktivität geworden. Auch Religion, Philosophie, Psychologie und andere derartige Fachgebiete sind von Überaktivität betroffen. Überall hat die Ruhe gegenüber der Überaktivität an Boden verloren. Von Kindheit an neigt die Lebensführung zur Überaktivität. Die Folge ist eine Überlastung der Psyche und nervlich bedingte Erstickungsgefühle. Das kindliche Gemüt leidet unter dieser Überaktivität und zieht die Kehle, Zähne und Augen in Mitleidenschaft.

Leider gibt es in unserer Lebensweise keinen Platz für Kontemplation, Meditation und Betrachtung sowie für eine Haltung, in der man sich nicht in Dinge verwickeln lässt. Die friedliche Seite des Menschen kann durch Kontemplation, Betrachtung, Meditation und ein „sich nicht Hineinziehen-Lassen“ entfaltet werden. Diese Prinzipien führen zur Kultivierung einer gesunden psychischen Energie.

9. Betrachterposition einnehmen

Der moderne Mensch ist heutzutage entweder in irgendeine Tätigkeit eingebunden oder er schläft. Sobald er aufwacht, ist er mit etwas beschäftigt. Er ist in seine Aktivität verstrickt und erledigt sie nicht objektiv und unvoreingenommen. Das Verlangen nach Betätigung verstrickt den Menschen restlos, so dass er die Fähigkeit verliert zu beobachten, was dabei vor sich geht. Die Erfahrung der Tätigkeit bleibt aus, wenn er vollständig in sie hineingezogen wird. Damit man eine Handlung erfahren kann, muss eine wahrnehmende Person da sein, die von ihr getrennt ist. Im Tagesverlauf geschehen eine Vielzahl von Handlungen, in die man vollständig eingebunden ist. Die Beobachtung der eigenen Handlungen und Worte ermöglicht uns zu erleben, wie das Bewusstsein inmitten des Tätigkeitsflusses schwimmt. Man kann leicht den Unterschied zwischen Personen, die von den Strömungen jenes Flusses erfasst und mitgerissen werden, erkennen und Personen, die sich über dem Fluss halten. Wenn man über diesem Fluss bleiben kann, erhält man die Frucht der

Erfahrung, aber die Energien fließen ab, sobald man sich vom Fluss mitreißen lässt.

Seit dem frühesten Altertum wird den Menschen gesagt, dass sie reines Bewusstsein sind, auf dem als Hintergrund die Ereignisse entsprechend der Zeit und dem Ort geschehen. Nur wenn man neben den Ereignissen steht und sie beobachtet, kann man sie besser wahrnehmen. Das Beobachten der täglichen Handlungen und das Einnehmen einer Betrachterposition sind kultivierbare Gewohnheiten. Schon früh im Leben sollte man sie entwickeln, sonst wird man in die Tätigkeiten hineingezogen und versinkt in ihnen. Die Kranken sollten auch ihre Krankheit beobachten. Als Betrachter stehen sie außerhalb der Krankheit. Ein Kranker sollte wissen, dass nicht er krank ist, sondern sein Körper ist krank, seine Wunschkörper könnten krank sein, seine Gedankenmuster könnten krank sein, seine Gewohnheiten könnten krank sein, sein Rhythmus könnte unregelmäßig sein. Wenn man zur Seite tritt, kann man das eigene Leben mit seinen Mustern betrachten und aufgrund der Beobachtungen die notwendigen Korrekturen einführen. Identifizierung mit der

Krankheit fördert ihre Ausweitung, denn diese Identifizierung lässt Energie von der Person zur Krankheit fließen. Heute kennen die Menschen nur die vollkommene Einbindung in Tätigkeiten und in den Schlaf. Auf diese Weise sind sie stets in einer Aktivität untergetaucht oder von Schlaf übermannt. Die *Yoga*-Praxis empfiehlt, den Betrachter in sich zu entwickeln und zu nähren. Dadurch wird das beobachtende Bewusstsein in die Lage versetzt, Gedanken, Worte und Handlungen während der Wachstunden und sogar den Schlaf während des Schlafens zu beobachten. Es erscheint seltsam, den Schlaf zu beobachten. Doch im Zustand der Ausgeglichenheit kann sogar der Schlaf beobachtet werden, während sich die Person ausruht. Ausruhen unterscheidet sich vom Schlafen.

Dies sind ein paar Facetten des Lebens, die man bedenken und in das betriebsame, moderne Leben einführen sollte.

10. Geschwindigkeit und Qualität der Gedanken

Die Qualität der Gedanken entscheidet über die Qualität des eigenen Wohlergehens. Gedanken spielen eine große Rolle. Dies ist nicht nur ein moralisierender Spruch, sondern dahinter steht eine Wissenschaft. Rhythmische und gesunde Gedanken ermöglichen einen gesunden Lebensfluss. Hervorsprudelnde Gedanken und Gefühle stören den Lebensstrom. Häufige Störungen des Lebensstroms können Krankheit manifestieren. Die Geschwindigkeit der Gedanken ist genauso wichtig wie ihre Qualität. Bei hoher Geschwindigkeit neigt das Denken zur Überaktivität, und dadurch kommt es zum Verbrennen der Lebensenergie. Darauf lässt sich, neben vielen anderen, auch die Krebskrankheit zurückführen. Überaktive Personen neigen dazu, ihr System zu verbrennen. Außerdem haben sie die Neigung, zu angespannt zu sein. Dies baut inneren Druck auf und kann außerdem einen Schlaganfall zur Folge haben. Viele Krankheiten lassen sich auf Überaktivität zurückführen. Solche Personen neigen zu Unruhe,

Verunsicherung und sind leicht gereizt oder verärgert.

Wenn die Gedanken langsam fließen, setzt Trägheit ein und lässt viel Masse in den Geweben entstehen, die wiederum zu Vergesslichkeit, mangelndem gedanklichen Zusammenhang und zu Fehlern beim Sprechen und Schreiben führt. Die Masse im Körper verhindert die Abstimmung zwischen Gehirn und Körper sowie zwischen Gehirn und Sprache. Im Allgemeinen beobachtet man auch eine mangelhafte Koordination der Gliedmaßen. Kohlenstoffe lagern sich an und ziehen die Leber, den Magen, die Bauchspeicheldrüse und die Milz in Mitleidenschaft. Sogar der Blutfluss in den Arterien wird beeinträchtigt. Die Belastung durch Kohlenstoff ist ein langsamer Prozess, der mit der Zeit auf die körperliche Gesundheit übergreift. Kohlenstoff ist gegen das Leben gerichtet. Somit bringen träge Personen etwas herein, was gegen das Leben arbeitet, und überaktive Leute erleiden einen Verfall. Die Geschwindigkeit der Gedanken entscheidet über die Dynamik eines Menschen. Im Allgemeinen ist er überaktiv oder träge, oder er ist abwechselnd überaktiv und träge. Diese

Einstellungen führen zu den entsprechenden Erkrankungen

Zusätzlich zu dem bisher Dargelegten zieht die Qualität der Gedanken Gesundheit oder Krankheit nach sich. Übertriebene Leidenschaften, Wutanfälle, extreme Liebe, extremer Hass, Stolz und Voreingenommenheit beeinflussen die Qualität des Bewusstseins, und dies wiederum beeinträchtigt die Qualität der Lebensenergie.

Die Weisheit sagt, dass die gedanklichen Wegbereiter die Aura einer Person weben. Daher wird den Menschen dringend geraten, die Qualität und Geschwindigkeit ihrer Gedanken zu überprüfen. Viele Menschen werden von Trübsinn und Schwermut befallen. Beides kann vertrieben werden, wenn man die Richtung der Gedanken ändert. In der *Rig Veda* wird eine gute, kurze Invokation gegeben, die man im Zusammenhang mit der menschlichen Gedankenaktivität nicht aus den Augen verlieren sollte.

„Mögen gute Gedanken aus allen Richtungen zu mir kommen.“

11. Psychische Energie

Viele haben die wohlmeinende Absicht zu heilen. Es reicht nicht aus, wenn sie die Wissenschaft des Heilens und auch die Techniken kennen. Weder die Wissenschaft noch die Techniken heilen von sich aus, sondern sie unterstützen die Heiler. Damit Wissenschaft und Technik zur Wirkung kommen, wird der Mensch gebraucht. Eine Glühlampe muss von jemandem eingeschaltet werden, damit sie leuchtet. Eine eingeweichte Bohne ist ein nährendes Lebensmittel. Doch man braucht jemanden, der sie einweicht. Im Zeitalter der Technologie und Wissenschaft vergessen die Menschen die Bedeutung der psychischen Energie. Sofern man nicht die richtige Energie hat, um heilen zu können, nützen die Techniken nichts. Es ist allgemein bekannt, dass manche Ärzte bessere Heiler sind als ihre Kollegen und dass manche Chirurgen präziser, einwandfreier und erfolgreicher arbeiten als andere. Der Unterschied liegt in der psychischen Energie.

Vertraut man jemandem einen Gegenstand, eine Pflanze oder ein Tier an, kann man be-

obachten, ob in seiner Obhut der Gegenstand strahlt, die Pflanze wächst und blüht und das Tier gesund und vital ist. Falls sich dies bestätigt, kann eine solche Person ein guter Heiler sein, und ihr kann die Heilkunde gegeben werden. Denn dies zeigt, dass die psychische Energie der Person konstruktiv ist und daher auf alles in ihrer Umgebung aufbauend wirkt. Ein solcher Mensch entfaltet anvertraute Tätigkeiten. Er unterstützt die Entfaltung des Lebens und der Harmonie. Seine Ausstrahlungen sind für seine Umgebung hilfreich. So kann man ganz genau beobachten, ob jemand ein aufbauender oder zerstörender Mensch ist. Sogar ein energiegeladenes Pferd kann durch einen Reiter entkräftet werden, der die psychische Energie eines Vampirs hat.

Auf diese Weise kann man aufbauende von zerstörenden Personen unterscheiden. Okkultes Wissen, z. B. die Heilkunst, können für aufbauende Personen einfühlsam zugänglich gemacht werden, aber nicht für Zerstörer.

Die Ausstrahlung der Menschen auf ihre Umgebung ist ein Gebiet, das man erforschen sollte. Eine Einzelperson oder eine Personengruppe kann harmonische, friedliche, ausgegli-

chene und wohlwollende Energien ausstrahlen. Genauso können Personen nach allen Seiten Spannungen ausstrahlen. Gegenwärtig sendet die Menschheit im Allgemeinen ungesunde, kranke Energien aus. Sie kann nicht auf bessere Lebensbedingungen und Gesundheit hoffen, solange die ursprüngliche, strahlende und magnetische Wesensart ihrer Psyche nicht wiederhergestellt wird. Es besteht eine dringende Notwendigkeit, die Gedankenrichtung zu verändern, um zu verhindern, dass sich die menschliche Psyche auf Menschen, Tiere und Pflanzen auswirkt.

12. Reinheit von Gefäß und Inhalt

Personen mit schwacher psychischer Energie können keine Verwalter feinstofflicher, magnetischer Energien sein. Jede noch so kleine kosmische Energie, die man erreicht hat, bringt die Möglichkeit einer Gefahr mit sich. Man muss stark genug sein, um ein Bruchstück des Geistes halten zu können. Leichtfertigkeit und eine entmutigte Stimmung stellen für jene, die nach den mächtigen psychischen Energien suchen, eher eine Gefahr dar.

Ein Gefäß muss geeignet sein, um den wertvollen Inhalt fassen zu können. Die Wissenschaft des Besitzens benötigt eine systematische Herangehensweise. Sorgfältig sollte man den Einfluss des Willens von dem Einen auf das Andere berücksichtigen. Man kann den Einfluss eines unreinen Gefäßes auf den reinen Inhalt nicht außer Acht lassen. Wenn Menschen nach reinen Inhalten suchen, sind sie auch dafür verantwortlich, entsprechend reine Behälter vorzubereiten. Verunreinigt der Behälter den Inhalt, könnte der Inhalt giftig statt heilsam sein. Feinstoffliches muss vom Grobstofflichen gut um-

fasst werden. Ebenso muss das noch Feinstofflichere vom Feinstofflichen in geeigneter Weise umfasst werden und so weiter.

Die Natur offenbart dieses Geheimnis, und der Mensch muss es lernen. Der Saft einer Apfelsine ist in der Apfelsine enthalten, und die eigentliche Apfelsine ist in der umhüllenden Schale enthalten. Die Milch wird im Euter der Kuh besser bewahrt als im Kühlschrank. Ein Gemüse ist in der Pflanze besser geborgen als in den modernen Aufbewahrungssystemen. Der Mutterleib birgt das sich entwickelnde Kind. Gefäße sind genauso wichtig wie der Inhalt, wenn nicht noch wichtiger.

Das Denkvermögen ist das wichtigste Gefäß des Menschen. Wenn es verunreinigt wird, ist alles Wissen, das ein solches Denken aufnimmt, ebenfalls verunreinigt. Gedankliche Reinheit und Ausrichtung sind für jede schöpferische Arbeit von großem Wert, und die Vorbereitung des Denkens ist daher die grundlegende Arbeit für jedes feinstoffliche Heilen. Wenn der Heiler genügend rein und furchtlos ist, wird er seinen Willen anwenden können, um alle, die ihn umgeben, zu heilen. Das Schöne an jedem Heiler ist, dass er

sich durch richtige Ausrichtung des Denkvermögens von allen schädlichen Einflüssen fernhalten kann. Ein gesundes Denken kann in üblen Angelegenheiten Wunder wirken.

13. Maßnahmen gegen schlechte Einflüsse

Hütet euch vor niederen Gedanken. Hütet euch vor Personen, die euch ihre niedersten Gedanken aufdrängen. Habt genügend Willenskraft, um ihnen Widerstand zu leisten. Unzählig viele Menschen möchten ihre niedersten Gedanken den einfachen Leuten in ihrer Umgebung aufzwingen. Jeder, der für die Gesundheit arbeitet, hat die Pflicht, Einflüsse zu beseitigen, die ihn selbst oder Personen, die er heilt, schädigen.

Die Menschen im Altertum widersetzten sich den schlechten Einflüssen mit ihrem Wissen über Symbole, Farben, Klänge und Zahlen. In jeder Tradition ist es allgemein bekannt, dass man mit Hilfe von Symbolen – z. B. des *OM*, des vierarmigen Kreuzes, des dreidimensionalen Kreuzes, heiliger Steine wie *Šâlagrâmas*, Kristalle und ähnlichen Steinen, die man bei sich trägt – den Einfluss übler Kräfte auf die eigene Person auflösen kann. Ebenso hilfreich ist es, Sandelholz, Zedernholz, eine Ficus-Wurzel, Pinienzapfen und ähnliche Wurzeln oder Stücke eines Baumholzes bei sich zu tragen, um schlechte Einflüsse aufzulösen. Im Osten war es üblich, Sandelpaste, hei-

lige Asche oder Kurkuma auf den Körper und die Stirn aufzutragen. In jedem Teil der Erde werden Symbole benutzt, um üble Einflüsse abzuwehren. Sie können nicht einfach als irgendein Aberglaube weggewünscht werden. Stattdessen kann man sich mit den Strukturen, die in solchen Symbolen vorhanden sind, befassen. Ein solches Studium ist nützlich, denn es kann die Wissenschaft der wirkenden geometrischen Strukturen offenbaren, die vibrieren und die negativen Einflüsse auflösen. Traditionen und abergläubische Vorstellungen der Vergangenheit sind nichts anderes als die Wissenschaft der Psyche. Wenn die Wissenschaft verloren geht, bleibt der Aberglaube übrig.

Genauso können Hunde aus einer guten Rasse negative psychische Energien vertreiben, die einen Menschen umgeben. Das Gleiche können auch Pferde, Schwäne, Adler und Tauben. Die Gegenwart bestimmter Tiere und Pflanzen ist genauso wirkungsvoll wie das Vorhandensein eines starken guten Willens. Eine solche Gegenwart stärkt den Willen schwacher Personen. Ansonsten sind sie empfänglich für niedere Gedanken, die in der Atmosphäre schweben.

Wenn man dynamische und pulsierende Energien um sich aufbauen will, wird oft strahlendes Weiß, leuchtendes Orange oder Goldgelb verwendet. Um die Lebensenergie zu nähren, benutzt man verschiedene Grün-Schattierungen. Für die Einstimmung auf Frieden und Ausgeglichenheit verwendet man Blau-Schattierungen und Mondlicht. Die Eigenschaften des Mondlichts und Sonnenlichts sowie der Farben Rot, Blau und Gelb mit ihren Ausstrahlungen gehören zu den Heilungswissenschaften der Zukunft. Gegenwärtig erkennt man die Wirksamkeit des violetten Farbtons, der eine Variation der blauen Farbe ist.

Genauso gibt es unterschiedliche Klänge, um die verschiedenartigen psychischen Unausgewogenheiten zu heilen. Heute sprechen die Wissenschaftler vom Unterbewusstsein und meinen damit zerebrale und nervliche Reflexe. Sie sprechen jedoch nur von psychischer Energie, die mit der Hilfe von Symbolen, Farben und Klängen für eine gute Gesundheit und Ausgeglichenheit aufgebaut werden kann. Dies sollte mit aufgeschlossenem Denken und wissenschaftlichem Hintergrund untersucht werden.

14. Kreativität bei Untersuchungen

Forschung und Neuerungen verkörpern das Verlangen des Menschen, schöpferisch zu sein. Kreativität ist die Grundlage, um Lösungen für auftretende Probleme zu finden. Durch die Zunahme rätselhafter Krankheiten ist der Mensch herausgefordert, ständig kreativ und erfinderisch zu sein. Die Forschung im Gesundheitsbereich muss intensiver werden als sie derzeit noch ist. Dies scheint die Botschaft der Natur zu sein. Die Veranlagung des Menschen und die ihn umgebende Natur formen unentwegt die verschiedensten Krankheiten, deren Ursachen durch intensive Forschung aufgespürt werden müssen.

Forschung ist nur ein Suchen im Unbekannten mit Hilfe bekannter Daten. Aber man verlässt sich nicht voll auf das, was man weiß. Im Denken der Wissenschaftler gibt es Abgrenzungen, aufgrund derer sie die Lebensanschauung zu Gesundheit und Heilung aus der Antike nicht in Betracht ziehen, die ebenfalls nützliche Fakten zur Verfügung stellt. Das Wissen und die Lebensanschauung der Antike sollten in die moderne Forschung einfließen, so dass die ver-

schiedenen Teilstücke des Wissens richtig verstanden werden. Die Wissenschaftler brauchen sich nicht zu scheuen, das in Betracht zu ziehen, was alt ist und das fehlende Bindeglied liefert. Eine solche Bewusstseinsentfaltung bringt die Wissenschaftler in engere Verbindung mit der mächtigen Energie. Bis man sich in dieser Richtung bemüht, werden sich die verschlossenen Schätze der Natur nicht enthüllen.

Im Allgemeinen meiden Ärzte die Untersuchung gesunder Personen. Dadurch verpassen sie eine wertvolle Seite, die in die Zukunft führen kann. Leute mit Visionen sollten sorgfältig untersucht werden, vor allem jene, deren Visionen sich als zuverlässig erwiesen haben. Solche Personen zeigen bestimmte spezielle Symptome des Herzens und des Nervensystems, die viel verfeinerter sind als das Herz und die Nerven der gewöhnlichen Menschen. Ihr funktionales System nimmt die feinstoffliche Welt wahr, und deshalb sind ihr Herz und ihr Nervensystem subtiler eingestellt. Dies kann bestimmte Einsichten in Bezug auf die Parameter einer gesunden Funktion des Nervensystems eröffnen. Gegenwärtig betrachtet man periphere nervliche

Verfassungen, die Symptome von Gereiztheit, Ärger, Sorge usw. aufweisen. Notwendig sind die Erforschung der Drüsensekrete zusammen mit der *Yoga*-Wissenschaft sowie die Untersuchung anderer Sekrete, die die bekannten Drüsensekrete ergänzen und unterstützen. Drüsensekrete als solche haben in jüngster Zeit die Aufmerksamkeit auf sich gezogen, aber man wendet sich dieser Angelegenheit nicht ernsthaft zu, sondern umgeht sie normalerweise. Im funktionalen System von gesunden Personen mit zusätzlichen Sinneswahrnehmungen, die substantiell zum Fortschritt der Menschheit beitragen, kann man bestimmte Sekrete finden, deren Fehlen bei den gewöhnlichen Menschen als Krankheitsursache betrachtet werden kann. Die Gewohnheit, Visionäre und ihre wundersamen Ausdrucksweisen in die Kategorie der Hysterie einzuordnen, muss aufhören. Für ihre höhere Einsicht werden solche „hysterischen“ Personen nicht freundlich beurteilt. Unwissentlich werden sie als Leute beurteilt, die an einer verstärkten Reaktion des sympathischen Nervensystems oder einer Reizung des peripheren Nervensystems leiden.

Ist es möglich, nur mit der Hälfte unseres Gehirns Lösungen für die gegenwärtigen Probleme der menschlichen Gesundheit zu finden?

15. Gesundheit und Yoga

Man darf seine Umgebung nicht stören, nicht nur aus ethischen, sondern auch aus gesundheitlichen Gründen. Gedanken und Worte, die andere angreifen, bringen deren Gleichgewicht durcheinander. Wenn das Gleichgewicht durcheinander gebracht ist, wird jedes Mal das Herz gestört. Immer wenn der Herzschlag gestört wird, muss sich das Herz zusätzlich anstrengen, um seine Ausgeglichenheit wieder zu finden. Aus diesem Grund hat dies eine zusätzliche Wirkung auf die angegriffene Person. Der Schlag geht noch tiefer, wenn die angegriffene Person übersensibel ist. Ein rauer Umgang mit einer empfindsamen Person kommt einem langsamen Mord gleich. Worte, die durch Kritik Gift ausströmen, führen viel Krankheit in die Umgebung ein. Die Menschheit ist noch nicht reif, um diese feinstofflichen Reaktionen wahrzunehmen, die einen gewaltigen negativen Einfluss auf das funktionale System der Mitmenschen haben.

Nur ein Gärtner weiß, wie man eine zarte Pflanze und eine blühende Blume liebkost. An-

dere wissen es nicht. Die Blumen stellen die Kinder und die wachsenden Pflanzen die Jugendlichen dar. Sie müssen umsorgt und in richtiger Weise liebkost werden, damit sich ihr Nervensystem richtig entwickeln kann. Die Menschheit ist in ihrer Behandlung der Kinder und Jugendlichen immer noch barbarisch, weil sie nicht weiß, wie sich dies auf die feinstoffliche Natur dieser zarten Personen auswirkt.

Eine liebevolle Haltung ist nicht nur ein kultiviertes soziales und ethisches Erfordernis, sondern ist auch vom gesundheitlichen Standpunkt notwendig. Man sieht nur die sichtbaren und unmittelbaren Konsequenzen, aber nicht die subtilen Folgen, die sich langfristig aus solchen unwisenden Handlungen ergeben.

Es wäre zu hypothetisch, wenn man erwarten würde, dass die ganze Menschheit zartfühlend und wie Gärtner sein könnte. Deshalb sind die Wissenschaft vom Menschen und die Yoga-Wissenschaft so wichtig: Sie ermöglichen die Entwicklung einer inneren Stabilität durch die Entfaltung des inneren Bewusstseins, das den äußeren Angriffen standhält. Wenn der innewohnende Mensch durch Yoga-Übungen gestärkt

wird, entwickelt sich ein Schutzschild, das widersteht und die scharfen Angriffe der Gedanken und Worte stumpf macht. Für verfeinerte und übersensible Personen sind *Yoga*-Philosophie und *Yoga*-Übungen eine Meister-Lösung. In Bezug auf viele Übel, für die feinfühlig Personen anfällig sind, hilft *Yoga* nicht nur, das innere Bewusstsein zu entwickeln, sondern auch das System zu stabilisieren, so dass man in der Lage ist, sich allen äußeren Einflüssen von Menschen und von der Natur zu widersetzen.

16. Gesund durch regelmäßige Menstruationen

Im Osten gab es eine Tradition, die die chemischen Reaktionen im weiblichen Körper während der Menstruation erkannte. Menstruationen haben für die Gesundheit der Frauen eine sehr große Bedeutung. Solange die Menstruationen regelmäßig und gesund verlaufen, sind die Frauen danach jedesmal rein und zart wie Jungfrauen. Von der Natur wird den Frauen dieses Glück und solche Gesundheit geschenkt, da sie die große Verantwortung der Schwangerschaft und Geburt tragen. Man kann die Gesundheit einer Frau nach dem Zustand ihrer Menstruationen beurteilen. Diese stimmen mit den Mond-Zyklen überein. Genauso wie es nach 28 Tagen einen Neumond gibt, haben gesunde Frauen ihre Periode auch nach 28 Tagen. Der Mond durchläuft 27 Konstellationen und tritt mit dem Neumond in die 28. Konstellation ein. Danach taucht die Mondsichel wieder auf und wird innerhalb von 15 Tagen zum Vollmond. Von der 13. zunehmenden bis zur 2. abnehmenden Mondphase übermittelt der Mond viel

Licht, da er von reichlich Sonnenlicht durchdrungen wird. Das Gleiche gilt für die Frauen; sie erblühen regelmäßig. Jede Frau hat in jedem Monat eine Zeit, in der sie erblüht, und nach dieser Phase folgt die Menstruation. Die Blütezeit entspricht ihrem persönlichen Vollmond, und die Menstruation entspricht ihrem persönlichen Neumond.

Wenn die Menstruationszyklen nicht gestört werden, bleibt die Gesundheit der Frauen erhalten. Die Frauen sollten diesbezüglich eine besondere Disziplin befolgen. Sie sollten die Menstruationszeiten vorausberechnen und ihre Aktivität so planen, dass sie sich nicht überanstrengen, nicht zu viel in Bewegung sind, nicht ständig umherreisen müssen und nicht zu sehr in gesellschaftliche Aktivitäten eingebunden sind. Wir müssen erkennen, dass dies für sie eine Inkubationszeit ist. Soweit sie die Inkubation akzeptieren, kann die entsprechende chemischen Reaktion in ihnen ablaufen. Sie wird von der Natur für sie erarbeitet. Den Frauen wird empfohlen, im Denken gelassen zu bleiben, ihre Aktivität ruhiger werden zu lassen und sich bei der Teilnahme an allgemeinen

Aktivitäten zurückzuhalten. Eine solche Auffassung entsteht aus dem Wissen von den Schwingungen. Patienten werden gesund, wenn die Schwingungen ringsum ruhig und gelassen sind und sich eine harmonische Atmosphäre ausbreitet. Auch eine Frau sollte sich dessen bewusst sein, dass während der Menstruation in ihr große Veränderungen ablaufen und sie sich daher nicht mit weltlichen Schwingungen verbinden sollte. Für sie wäre es gut, ein wenig für sich zu sein und sich körperlich nicht anzustrengen. Da sie sich in einem Entwicklungsprozess befindet, ist das ganze Körpersystem feinfühlig und äußerst empfindsam. In dieser Zeit sollte sie schwere körperliche Arbeit sowie emotionale und mentale Lebhaftigkeit vermeiden. Während der Menstruation gibt die Aura einer Frau alle Unreinheiten ab und wandelt sie um, so dass sie rein ist. Aus diesem Grund wurden die Frauen in traditionellen östlichen Systemen weder von anderen berührt noch berührten sie andere. Die Inder hielten es für gut, die Frauen während ihrer Periode drei bis fünf Tage von jeglicher Arbeit ausruhen zu lassen. Die Hebräer in Israel setzten für diese Phase sieben Tage an, und in

Ägypten gab man den Frauen eine Auszeit zwischen fünf und sieben Tagen.

Während der Menstruation ist die weibliche Psyche äußerst empfindlich und sensibel. Manche Frauen haben sogar starke Schmerzen. Ihr Nervensystem ist einer intensiven chemischen Reaktion ausgesetzt und benötigt deshalb Erholung durch Ausruhen. In dieser Zeit brauchen die Frauen reine Nahrung, eine reine Umgebung und Ruhe. Es ist barbarisch, Menstruationen hinauszuschieben oder vorzuverlegen, damit sie zur Aktivität passen. Im modernen Leben wird dies sehr oft getan. Ein natürliches Geschehen, das den Frauen gewährt wird, kann wegen einer objektiven Tätigkeit nicht vorverlegt oder hinausgezögert werden. Stattdessen sollte die Tätigkeit entsprechend angepasst werden. Heutzutage vermeiden die Leute aus gesellschaftlichen Gründen sogar die Blase zu leeren, zu husten oder zu niesen. Wenn man solche natürlichen Körperfunktionen unterdrückt, zieht dies die entsprechenden inneren Störungen nach sich. Bei den Menschen der Antike galt es als ungesund, die Menstruationen wegen des Geschlechtsverkehrs, gesellschaftli-

cher Veranstaltungen oder familiärer Anforderungen zu stören.

Statistiken zeigen, dass die Frauen in unserer Zeit für verschiedene Krankheiten anfälliger sind als Männer. Sie erkranken an Krebs, Arthritis oder Rheuma. Weil ihnen der natürliche Schutz durch die Menstruationen fehlt, sind die Frauen für solche Krankheiten anfällig. Das moderne Leben hat das traditionelle Verständnis nach und nach verdrängt. In diesem Punkt sollte jede Frau eine feinfühlig ausgeglichene Balance zwischen ihrer Aktivität und ihrer persönlichen Gesundheit finden.

17. Einfluss negativer Energien

Häuser, in denen es spukt und spiritistische Sitzungen stattfinden, sind wichtige Orte, um die menschliche Psyche zu studieren. Die moderne Psychologie muss bestimmte Phänomene, die mit der menschlichen Psyche zusammenhängen, anerkennen. Wer furchtsam ist, von Angst stark beeinträchtigt wird und von Gefühlen wie Hass, Eifersucht und nicht wünschenswertem Verlangen in hohem Maße beeinflusst wird, kommt häufig in Kontakt mit bestimmten älteren Personen, die sich noch viel weiter in diese negativen Energien hineinbegeben haben.

Wenn jemand stirbt, geht er normalerweise in einen feinstofflichen Körper hinein. Wer jedoch von derart starken Gefühlen bewegt wird, bleibt zwischen dem Feinstofflichen und Weltlichen hängen. Das sind jene Personen, die man als Geister bezeichnet. Sie befinden sich weder in dieser noch in der anderen Welt. Wer stirbt und von intensiven Rachegefühlen, Hass, Eifersucht oder Wut erfüllt ist, wird durch den Tod zwar vom Körper getrennt, doch er entwickelt ein starkes Verlangen, am Körper festzuhalten.

Da der eigene Körper nicht mehr funktionsfähig ist, versucht er, sich in der Nähe von Leuten aufzuhalten, die ähnliche Gefühle zulassen. Lebende Personen, die solche extrem negativen Gefühle hegen, bilden ohne es zu merken einen Zufluchtsort für alle, die sich im Physischen verankern wollen, um ihre persönlichen Rache-, Hass-, Eifersuchtsabsichten zu erfüllen. Unerfüllte negative Emotionen in Bezug auf die irdische Welt ziehen die Verstorbenen zum Irdischen hin. Voller Unruhe suchen sie nach Möglichkeiten, um vor Anker gehen zu können und durch Personen, die sehr starke Negativität in sich hegen, Zerstörung zu bewirken. Aus diesem Grund gehört zur Arbeit für Gesundheit und Heilung auch die Beratung der gewöhnlichen Leute, dass sie keine starken Ängste, intensiven Ablehnungen, keinen heftigen Zorn usw. mit sich herumtragen sollten. Dies ist ein Teil der Heilungsarbeit, der sehr viel zur allgemeinen Erhaltung der Gesundheit beiträgt.

Auch Leute, die plötzlich bei Unfällen ums Leben kommen, halten sich eine Zeitlang in dem Zwischenstadium auf. Entsprechend der Intensität, mit der sie zum Irdischen hingezogen

werden, verbleiben sie in diesem Übergangsstadium, in dem sie Geister sind. In der gleichen Situation befinden sich auch Personen, die Selbstmord begehen. Selbstmord ist eine Tat, die aus extrem negativen Emotionen geschieht. Selbstmörder bleiben für lange Zeit in jenem Zwischenstadium. Mord ist eine extrem emotionale Handlung, und Selbstmord ist noch schlimmer. Überall in der Welt hört man Geschichten von Geistern, die ihre negative Tätigkeit zur Erfüllung bringen und sogar an Orten und in Personen fortführen, welche eine derartige Negativität in sich tragen. Häuser, in denen es spukt und spiritistische Sitzungen stattfinden, sowie Personen mit negativen Emotionen haben die entsprechende Beziehung dazu.

Geister sind jene Verstorbenen, die in ihrem Gefühlskörper hängen geblieben sind. Sie leiden darunter, dass ihnen der physische Körper fehlt, um ihre emotionalen Ziele zu erfüllen. Wer Depressionen hat, bietet oftmals einen hervorragenden Zufluchtsort für Geister, die dann durch die betreffende Person aktiv werden. Die Geister treiben zu Handlungen an, und jene Personen führen sie als deren Instrumente aus.

Es gibt jedoch Therapien, um jene Seelen zu befreien, die in Geister-Formen festhängen. Es sind Therapien, die sich ebenso gut einsetzen lassen, um Patienten gesund zu machen, die unbewusst Opfer von Geistern werden. Diese psychologischen Therapien darf man nicht aus dem Blick verlieren. Bestimmte Klänge, Farben, Symbole sowie eine bestimmte atmosphärische Umgebung halten schwache Personen dem Einfluss von Geistern fern. Solche Therapien müssen in Bezug auf ihre Schwingung, Schnelligkeit und ihren magnetischen Einfluss geprüft werden. Halb-energetische Krankheiten erfordern halb-energetische Therapien. Wenn dies objektiv untersucht wird, werden sich für die Heilkunst einige weitere Dimensionen erneut öffnen.

In unserer Zeit fallen schwache Personen in Depressionen, weil sie nicht in der Lage sind, der Belastung und Anspannung des modernen Lebens standzuhalten. Dadurch öffnen sie sich für negative Energien, so dass diese eintreten können. Auch schreckliche terroristische Anschläge können bis zu einem gewissen Grad dem Hass, einer negativen Emotion, zugeschrieben werden. Statt der betroffenen Personen

müssen die Ursachen beseitigt werden. Über diese Dimension sollte man nachdenken.

18. Unterschiedliche Behandlung

Der Mensch ist eine gut durchgeplante, einzigartige Ansammlung feinerer Kräfte, die immer in Tätigkeit sind. Diese Kräfte existieren, ohne dass sie wahrgenommen werden. Umfassendes Wissen in Bezug auf die Komplexität dieser Kräfte offenbart die Psychologie des Menschen. Genauso wie die zukünftigen Farben, Düfte, Formen und Zahlen als Entwurf in einer Knospe angelegt sind, so sind auch diese Kräfte als Plan in einem Kind vorhanden. Wenn das Kind erwachsen wird, entfalten sie sich nach und nach durch die Zeit. Der Plan enthält die Einzelheiten dieser Entfaltung. Aus diesem Grund ist es sehr wichtig, mit kleineren wie mit größeren Kindern achtsam umzugehen. Eine raue Behandlung kann Schaden anrichten, ebenso wie unzureichende Fürsorge und Liebe. Aber auch übertriebene Fürsorge und Liebe können Schäden verursachen. Eine umsichtige Einwirkung durch die Natur ist ein Wissensgebiet für sich. Man braucht Einblick und Verständnis, um diese Kräfte zu korrigieren, wo immer es notwendig ist, so dass es in der Zukunft ein gesünderes

Wachstum gibt. Wenn man dies vernachlässigt, hat es Konsequenzen. Ebenso zieht eine falsche Behandlung Konsequenzen nach sich. Angemessene ausgleichende Maßnahmen sollten vom dritten bis zum elften oder achtzehnten Lebensjahr angewendet werden.

Für diese Arbeit braucht man viel Aufmerksamkeit. Eltern, Lehrer und Ärzte brauchen ein umfassenderes Wissen als das, was jetzt zur Verfügung steht. Um einer Knospe die gesunde und natürliche Entfaltung zu ihrer vollen Blüte zu ermöglichen, ist die kunstvolle Arbeit eines wahren Gärtners erforderlich. In diesem Zeitalter der Industrialisierung werden auch die Menschen wie Waren behandelt. Alle bekommen in den Schulen die gleiche Ausbildung, ihnen werden in den Gesundheitszentren die gleichen Medikamente verabreicht, und überall setzen Eltern die gleichen Erwartungen in ihre Kinder. Ihnen wird nicht gestattet, auf ihre eigene natürliche Weise zu erblühen. Die Folge ist ungesundes Wachstum. Eine Teepflanze und ein Teakholzbaum können von einem Gärtner nicht in der gleichen Weise bearbeitet werden. Dieses Verständnis fehlt heute. Haustieren wie

Hunden und Pferden schenkt man viel größere Aufmerksamkeit, die ihrer jeweiligen Art gerecht wird. Menschen erhalten nicht die entsprechende Aufmerksamkeit. Dies scheint vielleicht übertrieben, aber es ist viel Wahres dran.

Wie bereits dargelegt, ist jeder einzelne Mensch eine einzigartige Ansammlung feinerer Kräfte und benötigt deshalb ebenso eine einzigartige Behandlung. Dies erfordert eine Eins-zu-Eins-Aufmerksamkeit. Alle Eltern wissen, dass sich jedes ihrer Kinder von den anderen Geschwistern unterscheidet. Auch jeder Lehrer weiß, dass sich jeder Schüler von allen anderen unterscheidet. Daher muss er jeden anders behandeln. Wenn man diesen Gedanken weiterführt, kann man sagen, dass nicht jede Person die gleiche medizinische Behandlung bekommen kann, selbst wenn die gleiche Erkrankung vorliegt. Eine derartige medizinische Behandlung kann auf viele Gesundheitsprobleme, die von der Menschheit in unserer Zeit aufgeworfen werden, nicht reagieren.

19. Kommerzialisierung der Medizin

Im Laufe weniger Jahrzehnte hat sich die Kultur von Gesundheit und Medizin langsam, aber ganz wesentlich verändert. Heute wird sie von einer sehr starken kommerziellen Atmosphäre bedroht, in der soziale Ziele, die eigentlich edel und erhaben sind, untergehen. Das Schicksal der Krankenhäuser des staatlichen Gesundheitsdienstes in England ist ein deutlicher Hinweis darauf. Eine edle und gewaltige menschliche Aktivität, die traditionell geachtet wird, steht an der Schwelle zu ihrem Untergang. Viele Veränderungen in jüngster Zeit, von denen manche fast unmerklich und andere unübersehbar sind, haben eine maßgebliche Auswirkung auf die medizinische Praxis. Sie verliert zunehmend an Bedeutung. „Ausbildung und Medizin können nicht in private Hände übertragen werden.“ Sie müssen staatliche Einrichtungen sein. Das Vertrauen in die Staatsführung hängt von der Fähigkeit der Regierung ab, Ausbildung und Gesundheit vor jeglichem kommerziellen Einfluss zu bewahren. Die Menschen des wissenschaftlichen Zeitalters können auf die menschliche

Entwicklung nicht stolz sein, wenn grundsätzliche Vertrauensleistungen wie Polizeiarbeit, Ausbildung und Gesundheit in die Hände kommerzieller Unternehmen abgegeben werden.

Die klinische Untersuchung, Auswertung und Begutachtung, das heißt die Grundlage der Ärzteschaft, wird vollständig als Unterauftrag weitergegeben. Durch die Technik wurde ein Wandel in der medizinischen Tradition herbeigeführt. Ein Arzt, der ansonsten in der Lage ist, die Krankheit der Patienten zu diagnostizieren, verweist diese Bemühung an eine Maschine, und der größte Teil der Diagnose erfolgt durch technologische Tests. Dies ist in unserer Zeit weit verbreitet und wird unterschiedslos durchgeführt. Die Folge ist, dass der Arzt die Fähigkeit der klinischen Beurteilung in erheblichem Maße abgibt. Wenn er sich vollständig auf die Technik verlässt, führt dies bei den Ärzten zur Abwertung ihrer klinischen Kompetenz. Die jüngere Ärzte-Generation scheint nicht einmal die Bedeutung der Funktion von medizinischer Diagnose und Unternehmensführung zu verstehen.

Es sieht so aus, als stünden wir heute an einem Punkt, wo uns keine interessante Wahl-

möglichkeit zu diesem Zustand klinischer Untersuchung geblieben ist. Dieser Wandel in der medizinischen Kultur scheint sehr tiefgreifend und unwiderruflich zu sein. Mit der Zeit macht er die Medizin mehr zu einem Geschäftsunternehmen als zu einer Berufung.

Zweifellos ist die Technologie wichtig, und es gibt bestimmte Situationen, in denen man entscheidende, kritische Diagnosen stellen muss. Die Technologie muss genutzt werden, wenn Krankheiten zu kompliziert sind und keine Diagnose gestellt werden kann. Ein Arzt darf auf die technologische Kultur zurückgreifen, aber wenn er sich lediglich auf die Maschinen verlässt, könnte dies zu einer Katastrophe in der edelsten menschlichen Aktivität führen. Durch zunehmende Kommerzialisierung und Versuchungen aus der Umgebung, zu der auch die Kliniken gehören, verordnen viele Ärzte technische Untersuchungen, die überhaupt nicht angebracht sind, und machen das gesamte Gesundheitssystem unredlich.

Die Verlagerung der Kultur vom Allgemeinarzt zum Spezialisten hat ebenfalls zu viele Untersuchungen zur Folge, und dadurch kommt es manchmal zu abnormen Beurteilungen.

Die Verbindung von Technologie und Spezialisierung, die durch kapitalistisches Denken und die entsprechende Kommerzialisierung unterstützt wird, hat den Begriff des Gewinns in die Dienstleistung eingeführt. Es gibt private Krankenhäuser, die Auslagen, Medizin-Tourismus und Leistungsanreize zugestehen. Dadurch wird eine edle soziale Tätigkeit in ein Geschäftsmodell umgewandelt. Gesundheitszentren werden in Zentren des Reichtums umgewandelt.

In Entwicklungsländern ist die Gesundheits-erziehung ein unerschwinglich teures Vorhaben geworden, das hohe Kosten für die Ausbildung zur Folge hat. Studenten, die später Ärzte werden, wollen durch kommerzielle Ausübung der Medizin ihre Ausgaben unbedingt wieder hereinholen und zurückgewinnen.

Dieser Veränderung in der Kultur muss von den Fachleuten für Gesundheit und Heilung überall in der Welt Einhalt geboten werden.

20. Verantwortung als Schlüssel

Aus sozialen oder religiösen Gründen haben die Menschen mit ihrem Willen einen Großteil ihres Verlangens unterdrückt, und die Folge ist eine verkümmerte Entwicklung. Jede Tradition und jede Religion stellt ihre eigenen strengen Einschränkungen und Verbote auf, die manchmal im Widerspruch zum freien und natürlichen Lebensfluss stehen. Viele Schranken werden aufgebaut, und sie alle haben sich auf der Mentalebene der Menschen festgesetzt. Folglich leiden die Menschen unter Ge- und Verboten, die ihr Verhalten regeln. Während Religionen und Traditionen zweifellos zur menschlichen Zivilisation und Entwicklung beitragen, hinterließen sie auch sehr viele abergläubische Vorstellungen, Vorahnungen und selbst auferlegte Einschränkungen. Infolgedessen fehlen Aufgeschlossenheit und objektives Verstehen. Bei einer solchen Globalisierung, wie wir sie gegenwärtig erleben, gibt es zwischen den Traditionen und Religionen viele Gegenströmungen und somit die entsprechenden Reibungen aufgrund von Stolz und Vorurteilen. Philosophen betrach-

ten dies als einen gewaltigen Rauch, der eine dicke, graue Wolke um die Menschheit bildet. Ein Teil der Menschheit versucht sich von den auferlegten Beschränkungen zu trennen und zur Freiheit zu finden. Doch bei dieser Loslösung bilden auch sie ihre eigenen Fehlteile, und dadurch kommt es im Namen der Freiheit zu unverantwortlichem Verhalten. Beide Seiten haben ihre Befürworter. Freiheit und Unabhängigkeit sind hochgeschätzte Ideale der Menschheit. Stets hat man sich um sie bemüht, und bei diesem Bemühen gibt es naturgemäß Versuch und Irrtum. Wer sehr unterdrückt wird, hat den natürlichen Instinkt, nach Freiheit zu suchen. Das heutige abnormale Verhalten der Menschen gegenüber der Sexualität kann man im Wesentlichen den früheren Verdrängungen zuschreiben, da die Sexualität in der Vergangenheit als sündhaft galt.

Sexualität hat das Denken vieler Menschen beschäftigt, nicht nur in moralischer und gesellschaftlicher Hinsicht, sondern auch vom gesundheitlichen und psychischen Gesichtspunkt aus. Die Sexualität wirkt nach dem Naturgesetz der Anziehung und Abstoßung. Es ist das Gesetz

der Natur, dass gleiche Pole sich abstoßen und ungleiche Pole sich anziehen. Dieses natürliche Gesetz muss verstanden und verantwortungsvoll gegenüber der Natur und den Mitmenschen erarbeitet werden. Sexualität ist ein Instinkt der Natur im Menschen, um das Programm der Fortpflanzung weiterzuführen. Das Gesetz lautet: „Gib den Seelen Körper, genauso wie du einen Körper bekommen hast, und verhalte dich dabei verantwortlich.“ Jeder Mensch hat einen Körper erhalten, und deshalb hat er die Pflicht, anderen einen Körper zu geben. Es ist das Gesetz der Natur, dass man bekommt, um zu geben, und dabei soll man richtige Beziehungen zu den anderen Menschen herstellen. Auf diese Weise ist bei den Menschen die bewährte Einrichtung der Heirat entstanden. Sie kann nicht als Unfreiheit betrachtet werden, sondern man sollte sie als eine Verantwortung erkennen. Wer extreme Freiheitsgedanken hegt, empfindet eine Verantwortung als Unfreiheit. Heute betrachten in entwickelten Ländern die Leute sogar Arbeit als beengenden Zwang. Es ist eine Verantwortlichkeit, für den Staat zu arbeiten. Man kann dies nicht als beengenden Zwang

betrachten. Jede Person versucht, die Grenzlinie zwischen Freiheit, Verantwortung und Unfreiheit zu finden. Die Weisheit sagt: Verantwortung erhebt die Menschen aus der Unfreiheit zur Freiheit. Aber sie möchten Freiheit ohne Verantwortung haben. Die Folge ist, dass sie in Unfreiheit geraten. Im Namen der Freiheit frönen viele junge Menschen in unverantwortlicher Weise der Sexualität. Die Folge ist Unfreiheit durch unheilbare Krankheit in fortgeschrittenem Alter. Genauso begeben sich die Menschen in jedem Lebensbereich unwissentlich in beengende Zwänge und den entsprechend schlechten Gesundheitszustand, weil sie ihre Freiheit ohne angemessene Verantwortung ausleben. Wenn sich der Staat mit der Gesundheit seiner Bürger beschäftigt, neigen die Bürger dazu, weniger verantwortungsvoll mit ihrer Gesundheit umzugehen, weil sie Medikamente und Operationen kostenlos erhalten. Aber der Staat kommt mit einer obligatorischen Sozialversicherung zu ihnen zurück, und dies stellt den entsprechenden beengenden Zwang dar. Auf diese Weise baut die Menschheit ein Dreieck aus Versicherung, Krankheit und Medizin auf, und die Gesund-

heit stellt den Kampfplatz dar. Es ist an der Zeit, dass wir uns in jedem Bereich mehr auf Verantwortung als auf unsere Rechte ausrichten, so dass wir uns nach und nach aus der Unfreiheit lösen und uns auf den Weg zur Freiheit machen. Verantwortung ist der Schlüssel zu allen menschlichen Aspekten. Wenn man dies erkennt, gibt es weder Verdrängung noch Schwelgerei.

21. Ganzheitliche Gesundheit und integraler *Yoga*

Unablässig suchen die medizinischen Fachleute nach Medikamenten, um den Krankheiten zu begegnen. Ständig wird geforscht, um den Herausforderungen der auftretenden Krankheiten entgegenzutreten. Trotzdem nehmen die Krankheiten überhand. Immer neue Virusarten entstehen, und immer mehr Impfstoffe werden erfunden. Diese Aktivität von Medizin und Krankheit ist bis in gefährliche Höhen angewachsen, und die Menschheit versinkt bis zum Hals im Krankheitsumpf. Es wird bereits als beunruhigende Situation wahrgenommen.

Eine andere Richtung zur Wiederherstellung der Gesundheit, eine andere Lebensweise, eine neue Art, das Leben zu betrachten, scheinen notwendig, da wir mit unserer Weisheit am Ende sind. Hier taucht die *Yoga*-Philosophie als Schlüssel zur Gesundheit auf und auch als Schlüssel zur Erleuchtung des Menschen. Mit seinen ungesunden Gedanken-, Gefühls- und Körpergewohnheiten kann er nicht allein gelassen werden und sich völlig selbst überlassen

bleiben. Er hat sich selbst gegenüber eine große Verantwortung, die auch die Verantwortung für seine eigene Gesundheit einschließt. Man kann nicht zulassen, dass er sich unüberlegt jeden Wunsch erfüllt und schließlich in einem ungesunden Lebensmuster landet. Er kann es sich nicht erlauben, aufgrund seiner Schwäche für Konkurrenzkampf im Denken angespannt zu sein und infolgedessen unter Eifersucht, Unruhe, Angst, Ärger und ähnlichen Gefühlen zu leiden. Der Mensch muss sein Haus in Ordnung bringen. Dadurch beugt er in beträchtlichem Maße seiner Anfälligkeit für Krankheiten vor. Während der Staat eine moralische Verantwortung für die soziale Gesundheit hat, bleibt die Grundverantwortung beim Menschen selbst. Er sollte nicht trinken und essen, ohne die Konsequenzen seines Essens und Trinkens zu kennen. Er sollte keinen unüberlegten und sehr unregelmäßigen Rhythmus in Bezug auf seine Ernährungsgewohnheiten und Sinneswünsche haben und auch keine höchst selbstzerstörerischen Gedankenmuster hegen.

Die alten Zivilisationen wussten, dass die schlimmsten Feinde des Menschen Intoleranz,

Ungeduld, Missgunst, Hass, Unruhe, Angst, Gier usw. sind. Die zerstörerische Strömung dieser Energien ist so stark, dass sie nicht von der Medizin behandelt werden kann. Die Energien zerstören die Symptomatik der menschlichen Konstitution. In diesem Zusammenhang hat die Psychologie eine große Bedeutung. Sie muss sich den mentalen und emotionalen Störungen zuwenden, noch bevor die betroffenen Personen zu Patienten der Psychiatrie werden. Man kann nicht zulassen, dass sich psychische Störungen festsetzen und die bedauernswerten Personen dann mit Anti-Depressiva und Schlaftabletten behandeln. Es ist allgemein bekannt, dass solche psychiatrischen Behandlungen den Patienten mehr schaden als nützen. Es gehört auch in diesen Zusammenhang, dass viele Psychiater im Lauf der Zeit selbst zu psychiatrischen Patienten werden.

Die Antwort darauf ist die Philosophie des *Yoga*, die ein Gegenmittel zu den Unregelmäßigkeiten in den physischen, emotionalen und mentalen Strukturen der Menschen ist. Ein gesundes, harmonisches und gelassenes Denken wirkt vielen Krankheiten entgegen. Ein solches

Denken besitzt starke Widerstandskraft gegenüber Krankheiten. Solange die Menschen eine gründliche Überprüfung und Instandsetzung ihres Systems nicht in Betracht ziehen, können sie nicht allein durch Medikamente geheilt werden. Die Strukturen, die sie auf allen drei Ebenen aufgebaut haben, enthalten Krankheit erzeugende Wirkung, und bis diese Zentren, in denen die Krankheiten entstehen, nicht aufgelöst sind, werden weiterhin Krankheiten hervorgerufen. Daher wird das Geschäft, das die Medizin mit den Krankheiten macht, misslingen.

Die *Yoga*-Philosophie spricht von richtiger und falscher Wahrnehmung. Sie vermittelt die Saat zur Entwicklung richtiger Wahrnehmung, die wiederum richtige Beziehungen ermöglicht. Die Gesetze der richtigen Beziehungen verhelfen dem Menschen zu einem angenehmen Leben in seinem eigenen Körper und zur Entwicklung einer ebenso angenehmen Beziehung zu seiner Umgebung. Notwendigerweise muss die Betonung auf die Saaten der richtigen Wahrnehmung gelegt werden, denn ohne sie bleibt Heilung eine Illusion. Die Grundlagen der *Yoga*-Philosophie vermitteln ein paar

der folgenden Saaten, durch die man zur richtigen Wahrnehmung gelangen kann. Es sind Harmlosigkeit, Nicht-Stehlen, Ausrichtung von Gedanke, Wort und Handlung (keine Chef-Diplomatie), regulierte und gesunde Sexualität, Dienst statt Eigengewinn, Verwendung der Intelligenz zum Nutzen anderer, innere Reinheit zur Vermeidung der negativen Emotionen, täglich 10 bis 15 Minuten regelmäßiges Studieren der Lehren weiser Menschen. Diese Übungen helfen weitgehend, das Krankheitspotential aus der menschlichen Psyche zu entfernen.

Die Yoga-Philosophie macht es möglich, Krankheiten auf ihrer potentiellen Stufe zu erkennen, noch bevor sie sich manifestieren. Vom Standpunkt dieser Philosophie aus wird Ärger bereits als Krankheit aufgefasst, genauso gelten Angst, Aggressivität oder Gier als Krankheit. Alle negativen Emotionen, die oben erwähnt wurden, werden als Krankheiten betrachtet. Sie müssen von den Heilern entdeckt und durch Unterricht und nötigenfalls durch richtiges Training behandelt werden.

22. Probiotika

Es ist der Wissenschaft seit mehr als hundert Jahren bekannt, dass es nützliche Bakterien gibt, die für den Körper gebraucht werden, ebenso wie die anderen Bakterien, die der körperlichen Gesundheit schaden. Die Wissenschaft prägte den Namen „Probiotika“. Er wurde den hilfreichen Bakterien gegeben, von denen der Körper reichlich benötigt. Diese Bakterien werden als nützlich betrachtet, um die Folgeerscheinungen von Stress, von Medikamenten wie Antibiotika und von unerwünschter Nahrung abzufangen. Sie gelten auch für die Abwehr der Auswirkungen von Alkohol als hilfreich. Probiotika leben von Natur aus in unserem Darm. Man kann sie mit Milch und Milchprodukten, vor allem mit Joghurt und Buttermilch auffüllen. Ihre Zahl zu vermehren ist unserer Gesundheit dienlich. In der Tat sind sie für unsere Gesundheit sehr wichtig, aber man schenkt ihnen nie viel Beachtung und verzehrt sie auch nicht in großer Menge. Durch Stress wird die Anzahl der Probiotika im Körper vermindert. Sie werden beträchtlich verringert, wenn Antibiotika genommen werden und sogar

fast vollständig abgebaut, wenn man Alkohol trinkt. Infolge des Schwunds der Probiotika fühlt man die Wirkung von Stress immer im Magen. Es ist allgemein bekannt, dass man sich nach jeder Antibiotika-Therapie im Magen nicht wohlfühlt. Man verliert den Appetit, hat kein Hungergefühl mehr und empfindet eine allgemeine Schwäche. Noch schlimmer ist es, wenn man Alkohol getrunken hat, denn er greift die Leber und den Darm an. Im *Âyurveda* gelten Probiotika als wesentlicher Bestandteil der Nahrung, da sie den Magen und das Verdauungssystem regenerieren. In Indien wird fast jede Mahlzeit mit Joghurt und zusätzlich mit einem großen Glas Buttermilch beendet. Der *Âyurveda* kennt viele solcher Geheimnisse im Zusammenhang mit der Nahrungsaufnahme. Auch die indischen Schriften sprechen davon. Ein paar dieser Regeln kann man anwenden, um seine Gesundheit durch jede Mahlzeit zu kräftigen:

1. Eine Stunde vor dem Essen sollte man ein Glas Wasser trinken. Während des Essens sollte man nach Möglichkeit nichts trinken.
2. Man sollte frisch gekochtes Essen oder frisches rohes Gemüse essen. Aufbewahrtes Essen ist ungesund.

3. Man sollte in Ruhe essen und dabei nicht in Eile sein.
4. Man sollte mit halbflüssiger Nahrung beginnen und dann zu halbfester Nahrung übergehen.
5. Man sollte die Mahlzeit mit flüssiger Nahrung beenden und sie mit Joghurt und Buttermilch abschließen.
6. Falls man eine Süßigkeit isst, sollte man sie nicht als Nachspeise, sondern vorweg essen, denn dann trifft die Süßigkeit auf die Sekretionen, die durch das Hungergefühl gebildet werden. Dadurch wird der erste Hunger gestillt, und die Süßigkeit wird ebenfalls zuerst verdaut. Danach isst man eine bescheidene Mahlzeit. Wenn man zuerst etwas Süßes isst, wird die Nahrungsmenge reguliert, und man isst nicht zu viel.
7. Es ist auch empfehlenswert, nach der Mahlzeit eine Frucht zu essen. Abends sollte man keine Zitrusfrüchte essen, denn sie führen dem Körper Energie zu, und man könnte Einschlafschwierigkeiten bekommen.
8. Das Essen gilt als gut und gesundheitsfördernd, wenn es eine harmonische Zusam-

menstellung aus Proteinen, Kohlehydraten und Vitaminen enthält.

9. Es wird empfohlen, täglich Blattgemüse zu essen, außer in der Regenzeit.
10. Gesundes Essen sollte süßen, salzigen, bitteren, Zitrus-, Chilli- und herben Geschmack enthalten. Diese sechs Geschmacksrichtungen werden generell empfohlen.

Über all dem kann man es sich nicht leisten, die Einnahme guter Bakterien zu vergessen, weil sie eine direkte, positive Wirkung auf die Zellen haben, die den Darm auskleiden. Sie ermöglichen die Beseitigung jeglicher Entzündung im Verdauungssystem und regulieren die Tätigkeit der Leukozyten und Antikörper. Eine Unausgewogenheit dieser Bakterien führt zum Entweichen von Flüssigkeiten durch wässrige Stühle, Durchfall und Ähnlichem. Dies bezeichnet man als Leaky-Gut-Syndrom.² Die meisten Allergien

2 Anmerkung des Übersetzers: Pathologisch durchlässige Darmwand, eine Beeinträchtigung des Dünndarms, in der die mechanische und immunologische Barrierefunktion in der Darmschleimhaut gestört ist. Kennzeichen sind u. a. eine reduzierte Darmflora und zu große Zwischenräume zwischen den Epithelzellen.

im Körper können auf das Leaky-Gut-Syndrom zurückgeführt werden. Deshalb ist es notwendig, den Darm durch reichlichen Verzehr von Buttermilch und Joghurt gut zu schützen. Man sollte bedenken, dass Buttermilch in diesem Zusammenhang weit besser ist als Milch. Verschiedene Formen von Durchfall, einschließlich der infektiösen und viralen Arten, werden durch Probiotika geheilt. Auch Schlaflosigkeit kann durch Probiotika geheilt werden. Probleme mit dem Stuhlgang, z. B. Reizdarm, oder Geschwürbildungen im Dickdarm können geheilt werden, wenn man es sich zur Gewohnheit macht, reichlich Joghurt und Reis zu essen. Die obige Erörterung führt uns unweigerlich zur Thematik: „Wie gesund ist der Joghurt, den wir essen?“ Ursprünglich galt natürlicher Joghurt als reich an gesunden Probiotika. „Eine Familie, eine Kuh“ lautete ein Prinzip, das in unserer Zeit nicht nur vergessen, sondern auch nicht mehr möglich ist. Man kann sich auf dem Balkon keine Kuh halten. Es gab Zeiten, in denen das Leben recht einfach war. Jede Familie hatte ein paar Familien-Kühe oder Büffel, und diese Tiere wurden mit natürlichem Futter versorgt. Selbst heute noch gibt es

in Indien Eltern, die eine Kuh kennzeichnen und ausschließlich von dieser Kuh Milch für ihr Baby bekommen. Sie sorgen dafür, dass die Kuh natürliches Futter erhält. Das mag seltsam und unpraktisch erscheinen, aber es ist ebenso unpraktisch und unwissenschaftlich, chemisch bearbeiteten Joghurt zu essen und zusätzlich Probiotika-Kapseln zu schlucken. Es muss eine entsprechende und wirkungsvolle Umwälzung geben, so dass man von chemischen Nahrungsmitteln zu Bio-Nahrungsmitteln wechselt. Vor hundert Jahren war jede Nahrung biologisch. Manchmal müssen wir unserer Vergangenheit in der Zukunft begegnen. Dies ist Teil des Lernens.

23. Medizinische Behandlungen

Der Mensch ist eine gut durchgeplante einzigartige Ansammlung feinerer Kräfte, die immer in Tätigkeit sind. Diese Kräfte existieren, ohne dass sie wahrgenommen werden. Umfassende Kenntnis der Komplexität dieser Kräfte offenbart die Psychologie des Menschen. Genauso wie die zukünftigen Farben, Düfte, Formen und Zahlen als Entwurf in einer Knospe angelegt sind, so sind auch diese Kräfte als Plan in einem Kind vorhanden. Wenn das Kind erwachsen wird, entfalten sie sich nach und nach durch die Zeit. Der Plan enthält alle Einzelheiten dieser Entfaltung. Aus diesem Grund ist es sehr wichtig, mit kleineren wie mit größeren Kindern achtsam umzugehen. Eine raue Behandlung kann Schaden anrichten, ebenso wie unzureichende Fürsorge und Liebe. Aber auch übertriebene Fürsorge und Liebe können Schäden verursachen. Wie man die Natur in umsichtiger Weise auf das Kind einwirken lassen kann, ist ein Wissensgebiet für sich. Man braucht Einblick und Verständnis, um diese Kräfte zu korrigieren, wo immer es notwendig ist, so dass

es in der Zukunft ein gesünderes Wachstum gibt. Wenn man dies vernachlässigt, zieht dies Konsequenzen nach sich, ebenso wie eine falsche Behandlung. Vom dritten bis zum elften oder achtzehnten Lebensjahr sollten angemessene ausgleichende Maßnahmen angewendet werden.

Für diese Arbeit braucht man viel Aufmerksamkeit. Eltern, Lehrer und Ärzte brauchen ein umfassenderes Wissen als das, was jetzt zur Verfügung steht. Um einer Knospe die gesunde und natürliche Entfaltung zur vollen Blüte zu ermöglichen, ist die kunstvolle Arbeit eines wahren Gärtners erforderlich. In diesem Zeitalter der Industrialisierung werden auch die Menschen wie Waren behandelt. In den Schulen bekommen alle die gleiche Ausbildung, ihnen werden in den Gesundheitszentren die gleichen Medikamente verabreicht, und überall setzen Eltern die gleichen Erwartungen in ihre Kinder. Ihnen wird nicht gestattet, auf ihre eigene natürliche Weise zu erblühen. Die Folge ist ungesundes Wachstum. Eine Teepflanze und ein Teakholzbaum können von einem Gärtner nicht in gleicher Weise bearbeitet werden.

Dieses Verständnis fehlt heute. Haustieren, z.B. Hunden und Pferden, schenkt man viel größere Aufmerksamkeit, die ihrer jeweiligen Art gerecht wird. Aber Menschen erhalten nicht die entsprechende Aufmerksamkeit. Dies scheint vielleicht übertrieben, aber es ist viel Wahres dran.

Wie bereits dargelegt, ist jeder einzelne Mensch eine einzigartige Ansammlung feinerer Kräfte und benötigt deshalb eine ebenso einzigartige Behandlung. Dies erfordert eine „Eins-zu-Eins-Aufmerksamkeit“. Alle Eltern wissen, dass sich jedes ihrer Kinder von den anderen Geschwistern unterscheidet. Auch jeder Lehrer weiß, dass sich jeder Schüler von allen anderen unterscheidet. Daher muss er jeden anders behandeln. Wenn man diesen Gedanken weiterführt, kann man sagen, dass nicht jede Person die gleiche medizinische Behandlung bekommen kann, selbst wenn die gleiche Erkrankung vorliegt. Eine solche medizinische Behandlungsart kann auf viele Gesundheitsprobleme, die von der Menschheit in unserer Zeit aufgeworfen werden, nicht reagieren.

24. Patientenfreundliche Atmosphäre

Die Notwendigkeit der heilenden Berührung in allen medizinischen Versorgungszentren einschließlich der Krankenhäuser, in denen eine Atmosphäre hochtechnologischer Apparatemedizin herrscht, ist in unserer Zeit außerordentlich groß. Da die medizinischen Behandlungsmethoden immer technischer und mechanischer werden, verschwindet langsam der menschliche Aspekt. Wenn es um Heilung geht, darf schließlich die Beziehung zwischen Arzt und Patient, die heilig ist, nicht übersehen werden. Die überlasteten Terminpläne in den Krankenhäusern aufgrund gestiegener Patientenzahlen führen zu mechanischer, zeitgebundener und maschinell anmutender Arbeitsweise der Ärzte und des Pflegepersonals. Die Menschlichkeit wird auf eine sekundäre Position verwiesen, während sie doch zu jeder Zeit ihre Vorrangigkeit behalten sollte. Sie kann nicht als bedeutungslos und unwichtig betrachtet werden. Immer mehr Macht sammelt sich um die Fachleute und Spezialisten, die überaus fleißig die Termine abarbeiten, und somit zieht sich diese Macht bis

zum Ende der Rangordnung aller medizinischen Fachkräfte.

Macht kann keine Grundlage für die Arbeit im Gesundheitsbereich sein. Liebe ist die Grundlage jeglicher Gesundheits- und Heilungsarbeit. Liebe ruft Heilung hervor. „Wo Liebe ist, dort gibt es Heilung“, lautet ein Ausspruch der Antike. Die Krankenhaus-Atmosphäre muss patientenfreundlich sein. Ein menschlicher Umgang ist das Gebot der Stunde. Patienten, die heute ein Krankenhaus aufsuchen, sind im Allgemeinen angespannt und verkrampft. Schon aufgrund ihrer Erkrankung sind sie blockiert. In vielen Fällen sind sie voller Angst und verkrampfen dadurch noch mehr. Misstrauen und Zweifel folgen der Angst, und die Patienten bleiben durch ihre selbst aufgebauten negativen und depressiven Gedanken verhalten. Wenn sie sich der High-Tech-Umgebung ausgesetzt sehen, verstärkt dies ihre Schwierigkeiten. Man erwartet zu viel, wenn man davon ausgeht, dass die Patienten über ihre Krankheit Bescheid wissen. Im Allgemeinen haben sie keine Ahnung, und die geringen Kenntnisse, die sie haben, verschwinden angesichts der überwältigenden Angst. Die Patienten sind

blockiert, und die Ärzte sind überlastet, die Begleiter der Patienten verlieren den Überblick. Das ist besonders dann der Fall, wenn es um Operationen geht. Man sollte berücksichtigen, dass die heutigen Durchschnittspatienten voller Angst sind und kaum Informationen haben. Sie leiden unter einer Vielzahl psychischer Ängste, die sie selbst aufgebaut haben.

Es ist allgemein bekannt, dass der Quecksilberpegel im Messgerät etwas höher ist als normal, sobald ein Arzt den Blutdruck misst. Wenn am kommenden Tag der Blutzucker gemessen werden soll, verarbeitet ein Patient diese Ankündigung vom Vortag und entwickelt mehr Zucker, um dann bei der Messung einen höheren Blutzuckerspiegel zu haben als normalerweise. Die Patienten müssen getröstet und humorvoll unterhalten werden, so dass eine freundliche Atmosphäre entsteht. Messwerte von Blutzucker, Blutdruck usw. sind in einer freundlichen Stimmung viel genauer als in einer angespannten Atmosphäre. Häufig erzählen Patienten, dass die Blutzuckerwerte und der Bluthochdruck zu Hause nicht so hoch sind. Darüber sollte man sich nicht einfach hinweg-

setzen. Eine wohltuende, anheimelnde Atmosphäre ist das Gebot der Stunde.

Die positive Hinwendung der Patienten zum Arzt ist außerordentlich wichtig, und sie kann durch eine freundliche Haltung der Ärzte gegenüber den Patienten aufgebaut werden. Damit die Energien harmonisch von den Ärzten zu den Patienten fließen können, müssen die Ärzte die Freundschaft der Patienten gewinnen.

Da die Ärzte unablässig für die Verbesserung des Gesundheitszustandes der Patienten arbeiten, tragen sie reichlich Heilungsenergien in sich. Diese Tatsache ist ihnen vielleicht gar nicht bewusst. Freundliche Gesten der Ärzte ermöglichen die Übertragung dieser Energien an die Patienten. Dies ist ein recht subtiler Aspekt der Heilung. Heilungsenergien werden durch Lächeln sowie durch freundliche und mitfühlende Blicke besser übermittelt. Außerdem sind beruhigende Worte hilfreich. Situationsgerechter Humor ist ideal. Es heißt, dass ein Arzt ohne Humor kein Arzt ist. Humor und Lächeln sind Teil der Gesundheits- und Heilungsarbeit. Sie müssen kultiviert werden, sofern man sie nicht von Natur aus hat, wenn man ein guter Heiler

oder ein guter Arzt sein möchte. Was in Bezug auf die Ärzte gesagt wurde, das gilt auch für das Pflege- und Reinigungspersonal. Sie müssen ein Lächeln auf den Lippen haben, mitfühlende Worte sprechen und den Patienten das Gefühl geben, dass sie von allen Beteiligten sehr gut umsorgt werden. Dies sind ein paar wesentliche Dinge, die dazu beitragen, ein modernes Krankenhaus in einen Heilungstempel umzuwandeln. In dieser Beziehung lässt sich noch Weiteres ausführen.³

3 Dieser und der nachfolgende Artikel geben eine Ansprache wieder, die vom Herausgeber in einem Krankenhaus des neuen Zeitalters gehalten wurde und großen Anklang fand. Der Herausgeber ist der Ansicht, dass sich Krankenhäuser zu Heilungstempeln, Industrien zu Tempeln der Arbeit und Bildungseinrichtungen zu Tempeln des Lernens wandeln müssen. Er arbeitet in dieser Richtung.

25. Atmosphäre im Krankenhaus

Ein High-Tech-Krankenhaus kann in einen Heilungstempel umgewandelt werden, wenn die Ärzte und alle anderen Angehörigen der Gesundheitsberufe mit einer idealen Mischung von Kopf und Herz, von Wissen und Liebe arbeiten. Wissen ermöglicht eine gute Behandlung, Liebe ermöglicht den ungehinderten Lebensfluss und die damit verbundene Heilung. Wissen ist die Voraussetzung, aber das liebevolle Zugehen auf den Patienten ist außerordentlich wichtig. Die heilende Berührung des Patienten ist notwendig. Eine solche Berührung kann durch ein Lächeln, ein freundliches Gespräch oder beruhigende Worte gegeben werden. Jederzeit sollte dem Patienten das Gefühl vermittelt werden, dass er für alle Beteiligten die wichtigste Person ist.

Dies kann noch gesteigert werden, wenn man in fast allen Arbeitsbereichen leise, gedämpfte Musik spielen lässt. Mehr und mehr wird die Musik als Heilmittel anerkannt. Fließende Musik hat eine Wirkung auf die Gesundheit und das ruhige Fließen der Lebensenergien. In fließender Musik gibt es keine hämmernden

Rhythmen. Die Flöte von *Krishna*, die Lyra von Apollo oder die *Vîna* von *Saraswathi* (Minerva) gelten als großartige Vertreter der fließenden Musik. Solche Musik in Krankenhäusern hat eine subtile Wirkung auf die Patienten, aber auch auf das Personal und die Ärzte. Alle sind entspannt, wenn eine zarte Hintergrundmusik durch die Atmosphäre fließt. In der Antike wurden zusammen mit Musik auch heilige Klänge angestimmt.

In keiner Heilungsmethode kann man die Bedeutung der Musik auf dem Hintergrund der Stille unberücksichtigt lassen. Selbstverständlich muss das Krankenhaus in einer ruhigen Gegend mitten in der Natur liegen und nicht in einem belebten Stadtzentrum.

Die Atmosphäre in den Krankenhäusern kann durch ausdrucksvolle Blumendekorationen im Empfangsbereich und in den Gängen verbessert werden. Hilfreich sind auch frische Blumen in den Patientenzimmern. Schöne, duftende Blumen, die sich entfalten, tragen ebenfalls zur Heilung bei. Die Blumen verstärken die Heilwirkung, und man sollte über die Verwendung von Blumen nachdenken.

Von einem Krankenhaus wird allgemein erwartet, dass es hygienisch sauber ist. Man sollte alle Sorgfalt walten lassen, damit auf allen Ebenen Sauberkeit herrscht – von der Ecke eines Badezimmers bis zur Ecke im Operationssaal. Bei der Reinigung sollte man die Verwendung von Chemikalien vermeiden und stattdessen natürliche Reinigungsmittel, die frei von Chemikalien sind, verwenden. Statt künstliche Düfte zu versprühen, wäre es besser, natürliche Düfte und vor allem Sandelholz-Düfte zu benutzen. Sandel hat eine besondere Wirkung auf den Heilungsablauf. Es erzeugt Willen in den Patienten – den Willen, wieder gesund zu werden, und es erzeugt Willen in den Ärzten und dem übrigen Krankenhauspersonal – den Willen zu heilen. Solche ergänzenden Anwendungen bringen die notwendige Unterstützung, so dass die Patienten im Krankenhaus schneller geheilt werden.

Das Essen, das im Krankenhaus serviert wird, sollte dem genesenden Patienten zuträglich sein. Er sollte es mögen, es sollte leicht verdaulich sein und nicht stark riechen. Auch das Essen wird als Heilmittel betrachtet, besonders

während des Heilungsprozesses. Neben der Hygiene kommt es auch auf den medizinischen Aspekt des Essens an.

Der Standort des Krankenhauses hat ebenfalls große Bedeutung. Es sollte in einer ruhigen Gegend mitten im Grünen liegen. In jedes Zimmer sollte zu irgendeiner Tageszeit genügend Sonnenschein gelangen können. Die goldenen Strahlen der Sonne sollten entweder morgens oder abends in die Patientenzimmer scheinen und auch in alle Praxen, in denen man sich um Patienten kümmert. Wenn ein Patient durch das Fenster schaut, ist es für ihn hilfreich, wenn er in viel Grün blickt statt andere Dinge wie belebte Straßen, Einkaufszentren oder Fabriktürme zu sehen. Krankenhäuser können nicht an jedem beliebigen Ort gebaut werden. Für eine gute Krankenhausleistung sind die innere und die äußere Atmosphäre gleich wichtig.

26. Das Wissen vom Verlassen des Körpers

Die technologische und wissenschaftliche Entwicklung im 20. Jahrhundert trug wesentlich zur Diagnose und Behandlung vieler Krankheiten bei. Gesundheits- und Hygiene-Programme zusammen mit den oben genannten Entwicklungen führten zu einer höheren Lebenserwartung und verhinderten vorzeitige Todesfälle. Zugleich trat ein weiteres Problem auf. In unserer Zeit warten die Leute in den entwickelten Ländern darauf, dass sie durch den Tod ihren Körper verlassen können. Viele, die ein recht hohes Alter erreicht haben, leiden unnötig lange Zeit in Krankenhäusern. Die meisten von ihnen wollen nicht mehr leben, aber sie wissen nicht, wie sie sterben können.

Das Wissen, wie man stirbt, ist genauso wichtig wie die Erkenntnis, wie man leben sollte. Sterben ist kein Sterben, sondern es bedeutet das Verlassen des Körpers. Den Menschen in der Antike war dies bekannt. Wir werden geboren, um bestimmte Absichten zu erfüllen, was uns wiederum zur Erfüllung führt. Leben bedeutet, die Ziele zu verfolgen, die das Leben anbietet,

damit wir erfüllt werden. Sterben bedeutet, den Körper zu verlassen, wenn die Ziele erreicht wurden oder der Körper nicht mehr brauchbar ist, um die Aufgaben des Lebens zu erfüllen. Ein moderner Mensch landet auf einem Flughafen, steigt in ein Auto und fährt durch die Stadt, um die Aufgaben zu erledigen, für die er in die Stadt gekommen ist. Sobald er sein Vorhaben ausgeführt hat, fliegt er wieder von dem Flughafen ab.

Genauso nehmen auch inkarnierte Seelen eine menschliche Form an, um die Ziele ihres Lebens zu erfüllen. Unerfüllte Aufgaben haben unzureichendes Wissen zur Folge. Um den unerfüllten Teil zu erfüllen, inkarnieren die Seelen erneut. Bis sie zu Verkörperungen des Wissens geworden sind, hören sie nicht auf zu inkarnieren. In der Antike war die Inkarnationslehre allgemein verbreitet, und gegenwärtig kommt sie in der ganzen Welt langsam wieder zum Vorschein. Erst wenn man die Reinkarnationslehre erforscht und begriffen hat, ist die Weisheit vollständig. Die Ablehnung dieser Lehre hat bestimmte Probleme zur Folge, wie es auch heute der Fall ist.

Im Osten ist die Reinkarnation eine allgemein bekannte Tatsache, und es ist in der Psyche

der Menschen fest eingebaut, dass sie immer wieder kommen bis sie physisch und metaphysisch erfüllt sind. Selbst-Erkenntnis ist das Mittel, um solche Erfüllung zu erlangen, und die Yoga-Wissenschaft hat den Weg dahin aufgezeichnet. Ebenso ist bekannt, dass der menschliche Körper das Fahrzeug des Menschen ist, der diesen Körper bewohnt. Er benutzt das Fahrzeug in angemessener Weise, um seine Wünsche auf der physischen, emotionalen, mentalen und übermental Ebene zu erfüllen. Genauso wie man auf einer langen Reise das Fahrzeug wechselt, wenn es für die Fahrt nicht mehr brauchbar ist, so verlässt der Bewohner auch den gealterten Körper und bemüht sich um einen neuen, frischen Körper. Auf einer langen Fahrt kann man nicht in einem funktionsuntüchtigen Fahrzeug stecken bleiben. Der Bewohner setzt seine Reise fort, wechselt im Bedarfsfall das Fahrzeug (den Körper) und fährt weiter. Wenn dieses Wissen nicht vorhanden ist, erscheint der Tod als das Ende der Reise. Für den Bewohner ist dies jedoch nicht akzeptabel. Aus diesem Grund versuchen die Menschen erfolglos, ihren nicht funktionierenden Körper immer wieder zu reparieren

und hängen in ihm fest. Sie wissen nicht, dass die Natur ihnen einen anderen Körper anbietet und dass sie darauf vorbereitet sein sollten, den unbrauchbaren Körper zu verlassen.

Dieses Wissen muss gegeben werden, so dass man die Krise überwindet, die dadurch entsteht, dass alte, nicht funktionsfähige Körper durch vielfältige Unterstützungsmechanismen erhalten bleiben. In den meisten dieser Fälle sind die Personen ohne Bewusstsein, während das Leben im Körper durch ein Lebenserhaltungssystem bewahrt wird. Wenn die Unterstützung entzogen wird, zieht sich auch das Leben zurück. Weder die Patienten, noch ihre Familien, noch die Ärzte sind heute in der Lage, eine Entscheidung zu treffen. Dies kann so nicht weitergehen.

27. Die Wissenschaft des Todes

Wer im Alter fortgeschritten ist, sollte die wahre Natur des Todes verstehen. Denn dann erkennt man, dass der Tod ein Mythos und eigentlich eine Art des Weggehens ist. Der innewohnende Mensch verlässt den Körper, der nicht mehr brauchbar ist. Der Körper altert und ist durch die Zeitzyklen gebunden, während der Bewohner ungebunden bleibt. Wenn man seine Aufgaben und Pflichten auf Erden gegenüber seiner Familie, der Gesellschaft und sich selbst erfüllt hat, stellt man fest, dass es keinen weiteren Zweck gibt, um in diesem Körper zu leben. In alter Zeit verließen die Menschen ihren Körper ohne große Schwierigkeiten, nachdem sie ihre Aufgaben erfüllt hatten. Wenn man ganz genau weiß, dass man keine weitere Arbeit zu erledigen hat, dann ist es nicht vernünftig, noch länger herumzuhängen. Vor allem im Osten verließen Könige und Seher in früherer Zeit bewusst und aus eigenem Willen ihren Körper, wenn der Zweck ihres Lebens erfüllt war. Aber sie verließen ihren Körper auch, wenn sie feststellten, dass er bei ihrer Arbeit nicht mehr tatkräftig mitwirkte.

In der Gemeinschaft der Jainas ist es auch heute noch so, dass Großeltern oder Urgroßeltern beschließen, sich mit Hilfe einer speziellen Methode langsam vom Körper zurückzuziehen, wenn sie bemerken, dass sie für die Mitmenschen eher eine Belastung als eine Hilfe sind. Schrittweise reduzieren sie die Medikamente, von denen sie abhängig sind, bis sie schließlich ganz ohne Medikamente bleiben. Ebenso reduzieren sie ganz langsam die Nahrung und zuletzt auch das Trinken, um ein reibungsloses Verlassen des Körpers zu ermöglichen. Über ein solches Wissen und Vorgehen können Personen nachdenken, die ein ausreichend hohes Alter erreicht und keine Möglichkeit mehr haben, für das umgebende Leben etwas beizutragen.

Bei vielen überalterten Leuten ist die heutige Situation genau entgegengesetzt. Ihnen ist klar, dass sie für das Leben ringsum kaum etwas tun können und dass sie eine Belastung sind. Sie leiden auch unter ihrem Körper, der ihnen ständig Schmerzen bereitet. Der Körper wird mit Medikamenten voll gestopft und immer mehr unerwünschten chemischen Reaktionen ausgesetzt. Oft ist ihre Krankheit unheil-

bar. Schmerzen und Leiden nehmen zu, und sie werden von der Vielfalt der Lebenserhaltungsvorrichtungen vollkommen abhängig. Sie haben Angst vor dem Tod und wollen daher nicht sterben. Sie wollen nicht sterben, weil sie nicht wissen, was die Natur durch den Tod anbietet, und die Ärzteschaft ist ebenfalls unschlüssig, wie sie mit solchen Situationen umgehen soll.

Überall gibt es Tausende von Fällen, bei denen die Ärzte wissen, dass die Krankheiten nicht heilbar sind, und trotzdem unterstützen sie das Leben durch Lebenserhaltungsmechanismen. Dies führt zur Verschwendung von Ressourcen und Wissen.

Seit kurzem legalisieren manche Länder die Bereitstellung von Tabletten für Patienten, deren Schmerzen und Leiden zu stark sind und die sterben wollen, damit sie ihren Körper leicht verlassen können. Darüber wird viel debattiert, und viele Nationen legalisieren dieses Vorgehen nicht, weil man der Meinung ist, dass dies auf eine Selbsttötung des Patienten hinauslaufen würde. Gesetze werden formuliert, um die Bedingungen zu präzisieren, unter denen Tabletten zur Verfügung gestellt werden können, die zum Sterben verhelfen. Wenn ein Patient

sich entschließt, den Körper zu verlassen, wenn er stark leidet und seine Krankheit unheilbar ist, dann gilt es als Teil der Heilung, ihm mit einer solchen Tablette zu helfen. Dabei werden die Einwilligung des Patienten und seine Lebenssituation als wichtige Faktoren berücksichtigt.

Abgesehen davon täten die Regierungen gut daran, die Wissenschaft des Todes in das Bildungssystem einzuführen. Dadurch würden die Menschen auch über diese Wissenschaft informiert. Die Wissenschaft des Lebens wird gelehrt, und heute wird auch die Sexualwissenschaft gelehrt. Warum sollte die Wissenschaft des Todes nicht eingeführt werden? Der Unterricht in Sexualwissenschaft stellt kein Tabu dar, und so sollte auch das Lehren der Wissenschaft des Todes nicht verwehrt werden. Schließlich geht die Wissenschaft über die Religion hinaus, und religiöse Glaubensüberzeugungen können nicht das Unterrichten fachlicher Wissenschaften wie die Wissenschaft des Über-Weltlichen, die Wissenschaft der Reinkarnation und die Wissenschaft des Todes verhindern.

Es gibt geeignete Fälle von Nah-Tod-Erfahrungen, die in Krankenhäusern gut dokumentiert

sind. Nah-Tod-Erfahrungen können als Grundlage für die Erforschung dienen. Weiterführende wissenschaftliche Untersuchungen solcher Ereignisse könnten der Ärzteschaft einen Durchbruch bringen.

28. Krankheiten vorbeugen

Prinzipiell ist der Mensch mit Heilungsenergien ausgestattet, und in den *Veden* heißt es: „Jede Krankheit kann von innen geheilt werden.“ Dies erscheint wie eine Übertreibung, aber es ist wahr. Man braucht genügend Willenskraft, um sich auf die notwendigen Veränderungen einzustellen. Im *Âyurveda* sagt man, dass es hundert Möglichkeiten gibt, um Krankheiten vorzubeugen. Generell tritt Krankheit in den fünf Schichten des Körpers auf, die von den fünf Elementen gesteuert werden, und das Ergebnis ist auf der physischen Ebene zu sehen. Krankheit ist fehlende Harmonie zwischen den fünf Elementen des Körpers.

Feuer ist das ausgleichende Element zwischen dem fünften Äther (*Âkâsha*) und dem vierten Äther (Luft) auf der einen Seite sowie dem zweiten Äther (Wasser) und dem ersten Äther (Materie) auf der anderen Seite. Da Feuer das mittlere Prinzip ist, kann es die anderen vier im Gleichgewicht halten. Krankheiten entstehen durch Störungen des Luft-Prinzips, des Wasser-Prinzips, aber auch durch unsauberes Essen und

Trinken. Feuer verbrennt alles. Solange man das Feuer in angemessener Weise im Körper erhält, beugt es Erkrankungen vor. Wirksames Feuer im Körper bringt jede auftretende Unausgewogenheit in Ordnung. Dieses kraftvolle Feuer im Körper wird Vitalität genannt. Man entwickelt Widerstandskraft gegenüber Krankheiten, wenn dieses lebenswichtige Feuer im Körper brennt. Deshalb ist es notwendig, die Lebenskraft durch richtiges Atmen zu entwickeln.

Aufenthalt in der Sonne am Morgen und am Abend, frische Luft und frisches Trinkwasser können nicht außer Acht gelassen werden. In den wachsenden Städten mit vielen Hochhäusern sehen die zivilisierten Menschen nur selten das goldene Licht bei Tagesanbruch und in der Abenddämmerung. Infolge der Luftverschmutzung durch Autos und Industrie haben sie nicht genug frische Luft zum Atmen. Frisches fließendes Wasser ist in der modernen Zeit zur Mangelware geworden. Als Konsequenz erleben die Menschen einen schrecklichen Ansturm von Krankheiten.

Die Lösung zur Wiederherstellung und Erhaltung der Gesundheit ist bekannt, aber nur

selten können Menschen die ignoranten modernen Entwicklungen verändern. Somit sind sie hilflos.

Frische Luft, frisches Wasser und das goldene Licht der Sonne tragen hauptsächlich zur Lebenskraft bei, aber sie kann auch durch tägliche Atemübungen am Morgen und am Abend vermehrt werden. Grundsätzlich empfiehlt die *Yoga-Praxis* natürliche Lebensbedingungen und angemessene Techniken, um die Widerstandskraft gegenüber Krankheiten durch bestimmte zusätzliche Übungen zu verbessern. Wenn man sich nicht um die Grundlagen kümmert, kann man Krankheiten nicht vorbeugen.

29. Anregungen für eine gesunde Nachkommenschaft

Kinder dürfen nicht zu Opfern ignoranter Entwicklungen werden. Sie müssen geschützt und unter harmonischen Bedingungen aufgezogen werden, so dass in der Nachwelt eine gesunde Gemeinschaft entsteht. Doch die Eltern sind sich dieser Dinge kaum bewusst. Sie sind nicht aufmerksam genug, um in den Kindern genügend Lebenskraft durch rechte Gewohnheiten zu entwickeln. Die meisten Mütter unterstützen ihre Kinder, wenn diese in den Morgenstunden schlafen möchten. Aber dies ist die erste Handlung mütterlicher Unwissenheit. Mütter mit entsprechendem Bewusstsein arbeiten vom Beginn der Schwangerschaft für die Gesundheit ihrer Kinder. Solange die Frauen sich der Gesundheitsprinzipien in der Natur nicht bewusst sind, kann nicht viel übermittelt werden, um eine gesunde Nachkommenschaft großzuziehen. Die Weisen denken an morgen, wenn die Sonne heute bereits untergeht. Die Gegenwart kann nicht verändert werden, aber man kann eine gute Saat für die Zukunft aussäen.

Kreißsäle und Entbindungsstationen in den Krankenhäusern müssen nicht nur sauber und ruhig sein, sondern in ihnen sollte auch leichte, fließende Musik zu hören sein. Dies ermöglicht die Einstimmung auf den Rhythmus der Musik, die die Energiesysteme der Neugeborenen harmonisiert. Duftende Blumen kann man hier und da dezent hinstellen. Dies trägt zu Gesundheit und Harmonie bei.

Die Kinder sollten von ihren Müttern gestillt werden. In unserer Zeit wird dies als gesunde Praxis wiederentdeckt. Neugeborene dürfen nicht plötzlichen und lauten Tönen oder Geräuschen ausgesetzt sein. Die Mütter täten gut daran, wenn sie in den ersten Lebensmonaten ihrer Babys kein allzu reges gesellschaftliches Leben führen, nicht allzu häufig an gesellschaftlichen Veranstaltungen teilnehmen und nicht zu viel auf Reisen gehen. Wenn die Kinder heranwachsen, sollten sie sich genügend an der frischen Luft und in der Sonne aufhalten und an gesunde Ernährung herangeführt werden. Ab dem fünften Lebensjahr sollten sie mit harmonischen Klängen und Farben sowie mit vorbereitenden *Yoga-Âsanas* vertraut gemacht werden.

Yoga-Âsanas machen den Körper elastisch und gelenkig. Außerdem stärken sie die Lebenskraft in den zarten Körpern der Kinder.

Mütter sollten die notwendige Ausbildung erhalten, so dass sie die richtige und gesunde Entwicklung ihrer Kinder fördern können, durch die die Kinder eine starke Grundlage und Widerstandskraft gegenüber Krankheiten bekommen.

30. Gutes Verhalten in der Schwangerschaft

Vorsorgeuntersuchungen bei Schwangeren tragen maßgeblich zur gesunden Entwicklung der Babys bei. Nach der Empfängnis müssen sich die Mütter eine neue Lebensdisziplin aneignen, in der die gesunde und harmonische Entwicklung der Babys höchste Priorität hat. Der inkarnierenden Seele wird eine funktionsfähige Ausstattung gegeben: der Körper. Diese Ausstattung hat eine fünfzählige Struktur, die während der Schwangerschaft ausgebildet wird. Die Mütter sollten sich einen friedlichen Rhythmus zulegen und sich nicht in Konflikte und emotionale Unruhen begeben. Bei ihren Handlungen wird ihnen risikoarmes Verhalten empfohlen, um das heranwachsende Baby im Mutterleib von jeglichen Erschütterungen fernzuhalten. Schwangere sollten weder Horrorgeschichten lesen noch Gewaltvideos anschauen, da sich solche Geschichten und Filme auf die Frauen auswirken und dieser Eindruck auf das sich entwickelnde Baby übergeht. Alle signifikanten Erschütterungen, die die Mütter erleben, werden als Eindrücke an das Baby weitergegeben.

Daher wird allen Müttern geraten, einen friedvollen Lebensrhythmus anzunehmen, sich in angenehmer Natur aufzuhalten und sich guten, freundlichen Eindrücken zu öffnen. Ebenso wird ihnen empfohlen, Musik zu hören, die Lebensgeschichten edler Menschen zu studieren und, falls sie Interesse daran haben, heilige Schriften zu lesen.

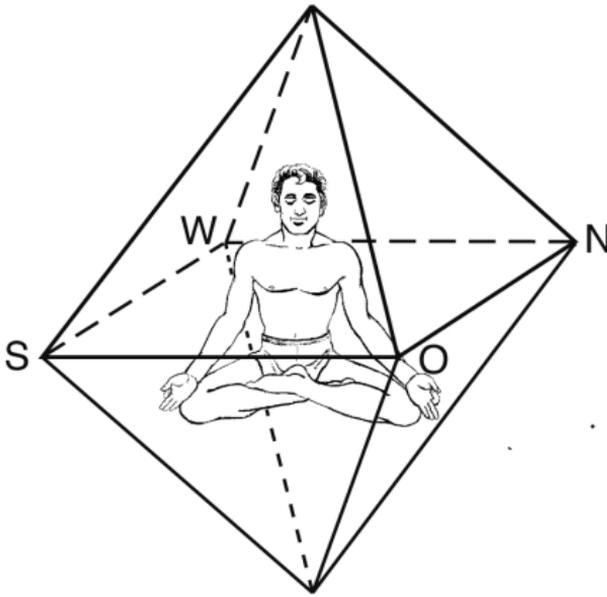
Was Mütter für gut und richtig halten, kann den Babys am besten während der Schwangerschaft eingeprägt werden. Häufig stellen Mütter fest, dass das Verhalten ihrer Kinder nicht den elterlichen Erwartungen entspricht. Aber gutes Verhalten kann dadurch vermittelt werden, dass die Mütter die gleiche Disziplin während der Schwangerschaft annehmen.

Gutes Verhalten während der Schwangerschaft ist eine starke Grundlage für eine gute Gemeinschaft.

31. Schutz durch Licht-Pyramiden

Seit frühester Zeit besteht die Präventivmedizin darauf, dass man um sich selbst Licht-Pyramiden bauen und über das Sonnenlicht meditieren oder kontemplieren sollte, da es die Quelle der Gesundheit und der Heilungsenergien ist. Dafür sollte man mit Hilfe der Vorstellungskraft eine Pyramide bauen. Man stellt sich vor, dass man von den Sonnenstrahlen aus dem Osten, Westen, Norden und Süden erreicht wird. Auf diese Weise baut man ein vierarmiges Kreuz auf, in dem das Herz den Mittelpunkt bildet. Dann stellt man sich vor, wie man die Endpunkte der vier Arme miteinander verbindet. Dadurch wird um das Herz ein quadratisches Feld geschaffen. Anschließend werden mit Hilfe der Vorstellungskraft die vier Ecken des Quadrats durch Linien aus Licht über dem Kopf miteinander verbunden. Dann setzt man sich in diese Pyramide hinein. Durch das Licht der Pyramide werden nun der Kopf, die Schultern und der Oberkörper bedeckt. Auf die gleiche Weise bildet man noch eine weitere Pyramide, indem man die vier Ecken des Quadrats unterhalb der Füße miteinander verbind-

det. Dadurch entsteht vom Herzen bis unter die Füße eine nach unten gerichtete Pyramide.



Die Menschen des Altertums bauten diese Doppelpyramide mit Hilfe der Vorstellungskraft und füllten sie mit Sonnenenergie. Es galt als äußerst wohltuend, 24 Minuten während der Morgendämmerung darin zu verweilen, denn auf diese Weise wurde der Körper innen und außen durch das goldene Licht der Sonnenscheibe geschützt. Die gleiche Übung wiederholte man in der Abenddämmerung. So wurden die Gesundheit und die Heilungsenergien gestärkt, die sich Krankheiten widersetzen.

Später wurde die Doppelpyramide künstlerisch als *Šiva Lingam* dargestellt, bei dem die scharfen Kanten der Doppelpyramide abgerundet sind. Ein *Šiva Lingam* hat eine längliche Form. Tatsächlich ist jeder Mensch von seiner Aura umgeben, die ebenfalls eine längliche Form hat. Wenn in den Morgen- und Abendstunden die Sonnenenergie das Herz erfüllt und sich von dort über den ganzen Körper verteilt, wird dadurch die Aura gereinigt. Eine leuchtende Aura weist auf gute Gesundheit und Lebenskraft des Körpers hin.

Nach gewisser Zeit fingen die Menschen an, auf der Erde Pyramiden zu bauen und Krankheiten zu heilen, doch jene Pyramiden, die jeden Tag mit den Energien der Sonne gebaut werden, sind viel wirkungsvoller. Sie bestehen ewig und sind feinstofflich.

Diese Methoden, durch die man Krankheiten verhindern kann, sollten allgemein bekannt gemacht werden.

32. Akupunktur

Die Akupunktur wurde geboren, als man entdeckte, dass einige Soldaten von Krankheiten geheilt wurden, nachdem sie im Krieg an bestimmten Stellen des Körpers von Pfeilen getroffen worden waren. Es war wie ein Wunder, dass manche Krankheiten, die ansonsten nicht heilbar waren, geheilt wurden, wenn jemand von einem spitzen Pfeil an gewissen Punkten des Körpers getroffen wurde. Dieses Phänomen wurde im Zusammenhang mit dem menschlichen Energiesystem untersucht und dabei entdeckte man, dass es im Körper 14 Meridianpunkte gibt, von denen 7 positiv und 7 negativ sind. Durch diese 7 Zentren-Paare fließen positive, kinetische Energien und halten die positiven und negativen Energien im Gleichgewicht. Man fand heraus, dass es hilfreich war, mit Hilfe von Nadeln den benötigten Druck zu erzeugen.

„Acus“ bedeutet Nadel, „punctio“ bezeichnet das Stechen. Mit Nadeln werden feine Einstiche gemacht, aus denen kein Blut hervortritt. Dies wird als wirkungsvolle Möglichkeit betrachtet, die Energien zu stimulieren.

Krankheit ist die Folge einer Unausgewogenheit der positiven und negativen Energien im Körper. Dieses Ungleichgewicht wird durch entsprechende Einstiche ins Gleichgewicht gebracht. Bei dieser Therapie werden keine Medikamente verabreicht. Im Bedarfsfall wird manchmal Schwachstrom (neun Volt) angewendet.

In der MAHÂBHÂRATA gibt es eine Geschichte. Ein großer Krieger war schwer verwundet worden. Er wurde auf ein Bett aus Pfeilen gelegt. Dadurch erhielt er am ganzen Körper den Effekt der Einstiche und lebte deshalb noch 90 Tage in seinem Körper. In dieser Zeit kontemplierte er über das Göttliche und verließ anschließend seinen Körper mit vollem Bewusstsein.

Im gegenwärtigen Zusammenhang von komplizierten Erkrankungen und teuren Behandlungen müssen solche Heilungstechniken aus dem Altertum wieder stärker ins Bewusstsein gerückt werden.

Bei den Chinesen ist diese Therapie allgemein bekannt. Sie bezeichnen die positiven und negativen Energien als Yin und Yang. Insgesamt haben sie 900 Akupunkturpunkte ausfindig gemacht. Sie stechen die Nadeln so,

dass der Druck bestehen bleibt, ohne dass es blutet. Die Nadeln bleiben 15 bis 20 Minuten in den Einstichpunkten stecken. Durch dieses System werden Asthma, Lähmungen, Anfälle, Taubheit, Rückenschmerzen, Gelenkschmerzen und Allergien geheilt. Man verwendet die Akupunktur auch für Narkosen. Es sind sogar Fälle dokumentiert, in denen Kahlköpfigkeit durch Akupunktur geheilt wurde.

33. Lebensenergien richtig nutzen

Jeder Mensch ist für seine Gesundheit verantwortlich. Er kann nicht die bestehenden sozialen Systeme und medizinischen Wissenschaften kritisieren. Der Mensch muss das Bewusstsein in sich entwickeln, dass er jeden Tag die Lebenskraft in sich auffüllen kann, wenn er weiß, wie er sie durch das tägliche Leben absorbieren kann. Die Lebenskraft ist der Faden, durch den der innewohnende Mensch mit seinem funktionalen System, das heißt mit seinem Körper, verbunden ist.

Wie ich schon häufig in diesen Editorials dargelegt habe, ist der Körper fünffältig aufgebaut, und das Leben durchdringt und erfüllt alle fünf Aspekte. Vom Feinstofflichen bis zum Grobstofflichen kann man diese fünf Aspekte bezeichnen als:

1. kreatives Denken,
2. routineorientiertes Denken,
3. Wunschdenken,
4. emotionales Denken,
5. Körperdenken.

Die Fähigkeit des Menschen, das fünffältige Denkvermögen zu benutzen, trägt zur Förderung oder Störung der einströmenden Lebenskraft bei.

Ist man auf der Ebene des schöpferischen Denkens mit edlen Bestrebungen für das Wohlergehen des umgebenden Lebens beschäftigt, führen solche Gedankenbildungen zu den benötigten Inspirationen, und dadurch wird die Lebenskraft gestärkt. Man nennt dies Liebe zu allem Leben, im Gegensatz zur Liebe des Persönlichkeitslebens. Liebe zum Wohlergehen aller Lebewesen öffnet Kanäle, so dass das Leben in die eigene Person einströmen kann. Solche Menschen werden von der Natur in besonderer Weise erhalten. Dienende beziehen ihre Lebensenergie aus dem Dienst, den sie dem Leben anbieten. Diese wahren Dienenden finden wir in allen philanthropischen Bewegungen. Zu ihnen gehört beispielsweise Mutter Theresa. Ein weiteres großartiges Beispiel ist *Mahâtna* Gandhi. Er lebte für andere. Deshalb wurde für sein Leben gesorgt, obwohl er den Ernährungsrichtlinien nicht folgte.

Genauso kann ein routineorientiertes Denken, das sich mit dem täglichen Leben beschäf-

tigt, so entwickelt werden, dass es sich nicht auf böartige, eifersüchtige, argwöhnische, stolze, voreingenommene, kritische und ähnliche Gedanken einlässt. Dies sind die Fenster, durch die Krankheit in den Körper eintritt. Nur selten wird das erkannt. Stattdessen sollte man das berühmte Symbol der drei Affen anwenden, denn durch die entsprechende Verhaltensweise kann man sich gegen das Eindringen von Krankheit aus der Umgebung wehren. Obwohl der Mensch sich für zivilisiert, entwickelt und wissenschaftlich hält, weiß er noch nicht, was er wünschen sollte, wie er wünschen sollte, was er sich nicht wünschen sollte usw. Der Mensch ist mit Unterscheidungsvermögen ausgestattet, doch aufgrund der Gefühle, von denen er überwältigt wird, benutzt er es nicht. Wenn sich das Unterscheidungsvermögen durchsetzt, kann sich das Wunschdenken dem Eindringen der Krankheit widersetzen.

Mit den oben gegebenen Informationen sowie mit gesundem Atmen kann man lange gesund bleiben und Widerstandskraft gegenüber Krankheiten erhalten.

Wenn man außerdem während der angenehmen Tageszeiten auf dichtem Rasen barfuß lau-

fen kann, nimmt man zusätzlich Lebensenergien von der Erde auf. Krankheit stört die Gleichmäßigkeit der Lebensströme im Körper. Bei einigen Personen bleiben die Energien im Kopf stecken, bei anderen im Brustbereich und bei manchen im Magen. Gesunde Beugeübungen, morgens und abends, mindestens eine Viertelstunde lang, bringen die Lebensenergien in richtiger Weise zum Fließen. Dies sind einige der Vorbeugemaßnahmen, durch die man sich vor Krankheit schützen kann.

34. Gedankenkraft

Irgendwie und irgendwo hat die Menschheit in den vergangenen Jahrhunderten die Kraft ihrer Gedanken verloren. Die Menschen haben eine sehr starke Abhängigkeit von der Technik entwickelt, und ihre Fähigkeit, mit Gedanken schöpferisch, kraftvoll und nachdrücklich zu arbeiten, ist in Vergessenheit geraten. Je mehr Möglichkeiten von der Wissenschaft geboten wurden, desto mehr trug dies unbewusst zur Ängstlichkeit und zum Stolz der Menschheit bei. Es entstand eine Abhängigkeit von äußeren Systemen, und dementsprechend entwickelte sich eine Schwäche im inneren System des Menschen. „Du wirst zu dem, was du denkst“, lautet eine alte Spruchweisheit. Solche Macht besitzt das menschliche Denken. Einst bewältigten die Menschen mit Hilfe dieser Kraft sogar unmögliche Aufgaben, ohne die Unterstützung von Maschinen oder Technologie. Sie waren tapfer und verwegen und meisterten ihre Probleme. Heute ist das nicht mehr so.

Das Denkvermögen ist ein großartiger Vermittler der Seele und ihrer Weisheit. Essentiell

ist die Seele mit Wille, Liebe und Licht ausgestattet. Durch das Denkvermögen kann der Mensch diese essentielle Willenskraft heranziehen. Mit Hilfe der Gedankenkraft kann er sich gegen Krankheiten wehren und besitzt Widerstandskraft gegenüber Kälte und Hitze, Wind und Regen. Sogar das Hungergefühl kann er überwinden. Genauso kann er die Widerstandskraft des Denkens benutzen, um sich gegen Krankheiten zu wehren, die ihn ereilen. Infolge der Einwicklung funktionaler Möglichkeiten richtete sich der Mensch jedoch mehr und mehr auf seine Wünsche aus. Je stärker er diese Energien dem Verlangen zuwendet, desto mehr löst sich die Kraft des Denkens auf. Die meisten Gedanken der Menschen sind wunschorientiert und weniger auf seine soziale Verpflichtung und auf das gesellschaftliche Wohlergehen ausgerichtet.

Das Denken kann seine Kraft wiedererhalten, wenn man es mit seinem Ursprung verbindet, das heißt mit der Seele. Die Seele ist wie eine persönliche Sonne, die Licht und Leben übermittelt. Beides kann bewusst vom Denken empfangen und durch konzentrierte Ausrichtung der Gedanken zu den Krankheiten gelenkt wer-

den, an denen man leidet. Solch konzentrierte Lenkung zu den kranken Bereichen des Körpers führt zur Übermittlung der solaren Energien in die betroffenen Stellen. Dies sollte zu guten Ergebnissen führen. Das Denken ist wie ein Spiegel. Wenn man mit Hilfe eines Spiegels das Sonnenlicht auf einen Gegenstand richtet und bündelt, spiegelt sich die Sonnenenergie auf jenem Gegenstand. Infolgedessen empfängt der Gegenstand den Einfluss des Sonnenlichts. Da das Sonnenlicht auch Leben mit sich führt, werden auf diese Weise mit Hilfe des Denkens Lebensenergien übermittelt.

Das goldene Licht der Sonnenscheibe stärkt die Gesundheit, während das diamantene Licht der Sonne den Körper verbrennen kann. Wenn man sich selbst oder andere heilen möchte, kann man das goldene Licht der Seele mit dem Denkvermögen durch Meditation aufnehmen und es auf die erkrankten Bereiche spiegeln. Auf diese Weise wurde magische Heilungsarbeit vollbracht, als die Menschen noch nicht so viele technische Hilfen hatten. Solche alten Methoden könnten wieder in Betracht gezogen werden, um die allgemeine Gesundheit zu verbessern und

auch um übliche Krankheiten zu heilen. Man sollte davon Abstand nehmen, schon bei kleinen Beschwerden Medikamente zu schlucken.

35. Positiver Einfluss von Klängen

Klang beeinflusst die Lebenskraft. Harmonische Klänge können die Lebensenergien steigern. Rhythmische und musikalische Klänge können die Lebensenergie sogar kräftigen und stärken. Genauso können ungleichmäßige, laute Klänge die Vitalität zerstören.

Es war einmal ein König, dessen Krönung unmittelbar bevorstand. Er war gerade auf dem Weg zu seinem Thron, als eine Personengruppe, die aus Mitgliedern des königlichen Hofes bestand, kritische Bemerkungen über ihn machte. Sie sagten, er hätte nicht die Fähigkeit, König zu sein. Den zukünftigen König verließ der Mut. Seine Lebensenergien sanken auf den absoluten Tiefpunkt, und er brach fast zusammen. Der königliche Priester erkannte die schwarze Magie jener kritisierenden Gruppe. Er eilte zu dem zukünftigen König, zählte ihm seine großartigen Tugenden auf und stellte ihn damit in die Reihe der edelsten Könige der Vergangenheit. Dadurch empfing der König mächtige positive, magnetische Energien und erhob sich in großer Haltung und Würde. Der ganze königliche Hof jubelte

dem König zu. Er wurde gekrönt und regierte ein halbes Jahrhundert über das Königreich. In dieser Zeit erwarb er sich größten Ruhm. Dies ist eine wahre Begebenheit, die in der Geschichte Indiens aufgezeichnet wurde.

Positive Klänge geben Energie, und harmonische Klänge vermitteln zusätzliche Energie. Noch größere Wirkung haben musikalische Klänge. Es ist eine ganz eigene Kunst, dem Klang der Stille in der Natur zuzuhören. Der Klang der Stille, der in der Morgen- und Abenddämmerung, um Mitternacht und zur Mittagszeit aus der Natur hervorkommt, ist ein Reservoir voller Lebensenergie.

In der modernen Welt ist der Mensch ständig und unausweichlich gesundheitsschädlichen Klängen ausgesetzt: in Fabriken, in Industrieanlagen und auf viel befahrenen Straßen. Auf dem Planeten gibt es heute viel mehr Lärm als noch vor ein paar Jahrhunderten. Die Betriebsamkeit auf den Straßen hat einen Höhepunkt erreicht. Auch der größte Teil der modernen Musik eignet sich nicht zur Regeneration des Lebens, da sie von lauten Schlagzeug-Klängen und rhythmischem Beat geprägt ist. Die Menschen sprechen

kritisierende, verurteilende und negative Worte, und die Medien sind ebenfalls vorwiegend negativ, kritisierend und verurteilend.

Nur selten wird erkannt, dass es in unserer Zeit von vielen Seiten eine mächtige negative Wirkung des Klangs auf die Menschen gibt, so dass es ihnen nicht möglich ist, gesund zu bleiben. Auch hier ist eine Veränderung zum Besseren durch richtige Gegenmaßnahmen erforderlich.

Rhythmische, fließende Musik, Weisheitslehren, Gesänge aus den heiligen Schriften und Rückzug in die Stille der Natur sind das Gebot der Stunde.

36. Geben macht gesund

Klänge beeinflussen die Gesundheit. In Fortsetzung des vorhergehenden Editorials wird hier dargelegt, dass Klänge nicht nur von außen auf die Gesundheit einwirken. Auch von innen her üben Klänge ihre Wirkung aus. Selbst wenn das Äußere friedlich und harmonisch ist, kann das Leben negativ beeinflusst werden, wenn die innere Seite des Menschen nicht friedlich ist. In unserer Zeit scheinen viele Leute einsam zu sein. Sie erwecken den Eindruck, als wären sie von Totenstille umgeben. Vor allem für labile Personen ist Stille erschreckend. Sobald aus dem Inneren Angst aufsteigt, ist es mit der Stille vorbei. Genauso wenig kann sich innere Stille ausbreiten, wenn man misstrauisch ist. Vorurteile, Eifersucht oder andere emotionale Störungen können sich ebenfalls sehr stark auf die Wasser des Lebens auswirken und sie verunreinigen. Normalerweise wird überhaupt nicht wahrgenommen, dass negative, emotionale Gedanken die Reinheit des Blutes beeinträchtigen können.

Auch der moderne Stress mit der entsprechenden Unruhe und Anspannung kann die

Reinheit des Blutes angreifen. Generell gibt es keine emotionale Stabilität.

Genauso rar sind edle, positive, wohlwollende und konstruktive Gedanken, die eine stärkende Wirkung auf die Gesundheit haben. Das menschliche Denken ist mit modernen Gedanken beschäftigt, die sich um Konkurrenz, Erfolg, materiellen Fortschritt sowie um den Zugang zur Macht durch Geld und Politik bewegen. Solche Gedanken drehen sich um die eigene Person und bringen damit das Leben ins Stocken. Gedanken an das allgemeine Wohlergehen lassen einen Energiefluss von innen nach außen entstehen. Wenn solche Gedanken gepflegt werden, entfalten sich die Energien vom Zentrum zur Peripherie. Diese Entwicklung setzt Energien frei und erleichtert dadurch das Leben. Ist man immer nur darauf ausgerichtet, aus allen 360° Richtungen etwas von der Umgebung zu empfangen, dann fließen die Kräfte im Zentrum des Denkers zusammen. Infolgedessen empfindet man Belastung und Druck. Dies führt zur Stauung der Lebensenergien und zu Anspannung, was wiederum Herzattacken oder Schlaganfälle zur Folge hat.

Zunächst hat man Kopfschmerzen, ist körperlich angespannt, und nach gewisser Zeit ergeben sich daraus Funktionsstörungen in wichtigen Organen, z. B. in der Leber, im Verdauungssystem, in der Kehle usw.

Daher empfiehlt die Weisheit, dass man sich dem Wohlergehen der Gemeinschaft widmen sollte statt etwas von der Gesellschaft haben zu wollen. Nach den Veden ist Geben der Weg zur Gesundheit und Habenwollen der Weg zur Krankheit.

37. Die fünf Körperschichten rein und harmonisch halten

In den letzten 11 Editorials wurden verschiedene Methoden erörtert, wie man Krankheit vorbeugen kann. Das Thema war „Vorbeugen ist besser als Heilen“. Die östliche Gesundheitswissenschaft ermittelte fünf Körperschichten, die mit den fünf Elementen zusammenhängen. Es ist notwendig, die fünf Elemente des Körpers nicht nur rein, sondern auch harmonisch zu erhalten. Nach dem *Âyurveda* ist dies der Schlüssel zur Gesundheit. Der *Âyurveda* erkennt ein Assimilationszentrum im Körper, das jeglichen Zufluss in Energie umwandelt. Solch ein Zufluss sind nicht nur das Essen und Trinken, sondern auch die Wünsche und Gedanken. Das Assimilationszentrum ermöglicht einen leistungsfähigen, gesunden physischen Körper. Für ihn sind natürliche Heilmethoden, Solartherapie, Akupunktur, Akupressur oder *âyurvedische* Massagen hilfreich.

Um einen leistungsfähigen Vitalkörper zu erhalten, kann man Magnet-Therapie, Akupressur oder Wassertherapien anwenden oder *yogische*

Atemübungen machen. Außerdem ist fachkundige Verabreichung von Homöopathie nützlich, da die homöopathische Wissenschaft versucht, den Vitalkörper zu beleben.

Prânische Heilung, Pyramiden-Therapie oder Klang-Therapie können für den Vitalkörper und auch für die Gesundheit des Mentalkörpers unterstützend angewendet werden.

Der mentale und der intellektuelle Körper können durch Gedankenkraft von unterschiedlicher Qualität gesund erhalten werden. Gedanken an das gesellschaftliche Wohlergehen oder Gedanken, die sich mit Wohltätigkeit beschäftigen, haben eine bestimmte Qualität, und Gedanken der Weisheit, die das Nachsinnen über die Weisheitsschlüssel zur Anthropogenese und Kosmogenese umfassen, gehören zu einer anderen Qualität. Abstrakte und metaphysische Gedankenbildungen sind wieder eine andere Kategorie. Reine Liebe zum Leben ohne irgendwelche Einschränkungen in Bezug auf Glauben, gesellschaftlichen Rang, Religion, Geschlecht usw. ist noch eine andere Kategorie.

Arbeitet der Mensch für sehr edle Ziele, entwickelt sich das fünffältige Leben harmo-

nisch und unterstützt ihn. Dies ist die letztendliche Wahrheit, die zu allen Zeiten von edlen Menschen bekundet wurde. Auf sie sind die allgemeinen Gesundheitsregeln nicht anwendbar.

Ärzte und Heiler sollten auch auf die Qualität der Gedanken ihrer Patienten achten und sie entsprechend betreuen. Eine Therapie kann nicht so simpel verabreicht werden wie man Kaninchen mit Möhren füttert. Die menschlichen Kaninchen unterscheiden sich alle voneinander.

38. Gedanken zur Gerechtigkeit für alle

Die Menschheit bemüht sich auf jede erdenkliche Weise, ein Mindestmaß an elementarer Gesundheit wiederherzustellen. Da das Gesundheitsproblem so drängend geworden ist, akzeptiert man viele alte und moderne, wissenschaftliche und unwissenschaftliche Therapien. In der medizinischen Wissenschaft ringt man sehr darum, für auftretende und sich ausbreitende Krankheiten Lösungen bereitzustellen. Es gibt eine rapide Zunahme von Krankheiten, die Ärzte, Wissenschaft und auch Betroffene verwirren. Es sieht so aus, als würde das Schiff in Flammen stehen. Unter den Gesundheitsexperten herrscht Unruhe. Die Ursachen für die auftretenden Krankheiten lassen sich nicht immer zurückverfolgen, denn die Auswirkungen breiten sich zu schnell aus. Das Zurückverfolgen der Symptome hat die Kosten für den Untersuchungsmechanismus überholt. Alle kritisieren die derzeitige Arbeit im Gesundheitsbereich. Es sieht so aus, als würden sich Geschehnisse ereignen, die außerhalb menschlicher Reichweite liegen.

Doch es stimmt, dass seit 1930 viel Feuer auf dem Planeten herbeigeführt wurde, das sogar unsere Erde bedroht. Alle sensiblen Organismen werden von dem zusätzlichen Feuer beeinträchtigt, das auf dem Planeten erzeugt wurde. Es gibt Erdbeben, Vulkanausbrüche, Unwetter, verheerende Großbrände, Nebel, Klimawandel, Kriege, Aufstände, Verrat und Terror. Was braucht es noch, um zu verstehen, dass wir durch bedrohliche Zeiten gehen? Trennung und Zusammenbruch sind schneller als Einklang und Synthese.

Noch nie gab es eine solche Zeit des Zerfalls wie jetzt. Es ist als seien Wege für Feuerrouten geebnet worden. Nur wenige haben dies erkannt. Viele sind taub und durch die Trennungen oder Spaltungen verwirrt.

Ein Heiliger aus dem Orient sagte einmal: „Die Menschen sind in eine dunkle Grube gefallen und haben den Ausgang mit einem schwarzen Deckel verschlossen.“ Das Denken steuert die lebenswichtigen Impulse. Man kann zeigen, dass man sich um gedankliche Reinigung und Entwicklung bemüht. Deshalb muss die Menschheit zu weitherzigem, allumfassendem Denken streben, das eine Grundlage für die Erneuerung

des Lebens bilden kann. Gedanken, die zur Verfeinerung des Bewusstseins beitragen, sind der Schlüssel, um die Menschheit mit neuem Leben zu erfüllen. Daher prophezeite der Heilige, dass der Schlüssel zum Leben in den Gedanken der Menschen liegt. „Gerechtigkeit für alle“ muss die Denkweise sein.

Dies ist die einzige Tür, die zur Gesundheit und zum Wohlergehen geöffnet ist. Gemeinsam müssen die Führungskräfte die Menschen zu diesem Ziel führen.

39. Lebenskraft stärken

Für einen Arzt liegt das Hauptaugenmerk bei der Beobachtung eines Patienten auf der Stärke seiner Lebenskraft. Jedes Mal, wenn ein Patient zu ihm kommt, sollte der Arzt einschätzen können, wie stark die Vitalität des Patienten ist. Dies sollte er als allererstes feststellen. Es reicht nicht aus, nur die Beschwerden zu behandeln. In vielen Fällen können die Beschwerden geheilt werden, der Patient befindet sich jedoch in einem Degenerationsprozess. Die Degeneration des Patienten ist ein sehr gefährliches Symptom, das man nicht übersehen darf, während man sich eilig um die Versorgung der Krankheit kümmert. Es ist ein Dilemma und ein Problem, wenn der Arzt nur auf die Krankheit schaut und sich auf sie konzentriert. Das Problem wird noch schwieriger, wenn eine komplexe Verwicklung verschiedener Krankheiten vorliegt, und die Zahl solcher Fälle nimmt zu. Es ist möglich, dass sich ein anderes Leiden verschlimmert, nachdem eine Krankheit geheilt wurde. Alle Erkrankungen benötigen angemessene Aufmerksamkeit, denn ohne sie würde die Behandlung ein Absinken

der Lebenskraft zur Folge haben. In solchen Fällen ist ein allgemeiner Überblick wichtig, doch in der medizinischen Praxis herrscht eine so starke Spezialisierung, dass sich jeder Arzt nur um einen bestimmten Teil des Körpers kümmert. Das führt in eine Katastrophe. Diesem unglücklichen Zustand ist die gegenwärtige Generation ausgesetzt, und er zerstört auch die zukünftige Menschheit. Doch die Menschheit sollte ihr Vertrauen in das Heilungssystem nicht verlieren. Ihr Misstrauen wächst, und es ist unbedingt notwendig, dies aufzuhalten. Die Folge des Misstrauens ist, dass die Patienten verzweifeln ein bisschen Allopathie anwenden, etwas Homöopathie nehmen, ein wenig Akupressur machen, ein wenig *Âyurveda* anwenden, ein bisschen *Yoga* machen und trotz alledem nicht gesund werden. Sie laufen erfolglos von einem zum andern und sind voller Unruhe.

40. Lass es gut sein

Die Menschen sind vor allem wegen ihrer Gesundheit besorgt. In unserer Zeit sind sie deswegen noch viel besorgter als früher. Sie sind ängstlich bemüht, ihre Gesundheit zu erhalten, aber Angst ist eine wirkungsvolle Kraft, die Krankheit hervorruft. Durch Angst wird sie zusätzlich geschürt. Die Leute wollen Gesundheit, aber sie vergessen die Grundlagen. Sie sollten sich das *Mantra* „Lass es gut sein“ zu eigen machen. Ihre innere Einstellung sollte leicht desinteressiert und nur eine lockere Verbundenheit sein, die die Nerven vor Angst und Besorgtheit bewahrt. Man sollte alle Gedanken vermeiden, die die Nerven angreifen. Das ist Weisheit. Der Mensch sollte sich nicht in Bereiche begeben, die Angst, Besorgtheit, Misstrauen, Argwohn und Unehrlichkeit auslösen, denn sie haben mittelbare Auswirkung auf die Ruhe und Gelassenheit seines Nervensystems. Das Nervensystem ist von Primärenergie erfüllt. Wenn es sehr früh durch die tägliche Aktivität in Unruhe gerät, öffnet es die Türen für viele Krankheiten. Solange man nicht eine Haltung lockerer Verbundenheit

entwickelt, ist man nicht unverletzlich. Doch auf seltsame Weise verstärkt sich der Druck mit der Weiterentwicklung der Gesellschaft. Ein unter Druck stehender Mensch kann nicht als entfaltet betrachtet werden. Eine friedliche Haltung sich selbst und der Umgebung gegenüber ist die Grundlage guter Gesundheit. Doch dies fehlt in der modernen Welt. Es gibt viele Nervenzusammenbrüche, Depressionen und andere psychische Störungen, die nicht geleugnet werden können. Außerdem leiden viele Leute unter Magenverstimmungen, was dann wiederum ihren Kopf intensiv beschäftigt.

Sollte es nicht Teil der Gesundheit und des Heilens sein, den Menschen zu erklären, wie notwendig es ist – ungeachtet der äußeren Situationen – im Inneren friedlich und stabil zu bleiben? Auch die medizinische Wissenschaft verwendet das Konzept der Primärenergie. Außerdem erkennt sie an, dass die Widerstandskraft in direkter Verbindung mit dem Gleichgewicht des ganzen Nervensystems steht. Warum kann man dann nicht einsehen, dass die Gesundheit den Menschen wichtiger sein sollte, wenn sie sich zwischen materiellem Fortschritt oder per-

sönlicher Gesundheit entscheiden sollen. Ein uraltes Sprichwort sagt: „Gesundheit ist Reichtum.“

41. Gesundheitliche Verhältnisse verbessern

Wir können nicht behaupten, dass wir in einer friedlichen Atmosphäre leben, wenn wir es mit feurigen Explosionen, Tsunamis, Tornados, Wirbelstürmen und extremen Sommern zu tun haben. Diese Situation wird durch Menschen gemachte Störungen noch weiter verschlimmert, die Feindseligkeiten zwischen Gemeinschaften, Staaten und damit verbundene Kriege sowie eine billige Diplomatie erkennen lassen. Gegenwärtig ist die Atmosphäre unerträglich, trotzdem kann der Mensch stabil bleiben. Seine Stabilität kann sich auf der Mentalebene entwickeln. Mentale Stabilität entfaltet sich, wenn man das Leben und auch die Zeitzyklen versteht. Leben und Licht, die der Mensch in sich trägt, können dem Denkvermögen durch ein konstruktives Bildungsprogramm vermittelt werden. Tatsächlich wird Bildung als ein Prozess konstruktiver Entwicklung des Denkens definiert. Für jeden Menschen ist es von höchster Wichtigkeit, dass er in Bezug auf das Leben, die Natur und die Zeitzyklen gut ausgebildet ist. Wenn ihm schon in der Kindheit Wissen über das Leben,

die Natur, die Zeitzyklen und den eigentlichen Zweck seines Lebens vermittelt wird, neigt er zur Stabilität und wird ein konstruktives und stabiles Leben führen. Wenn ihm keine Lebenswerte vermittelt werden und er die Natur nicht versteht, kann er sich nicht in das größere System eingliedern und neigt zur Egozentrik. Diese Selbstzentriertheit motiviert den Menschen zu Rivalität, Habsucht und Aggression. Solch eine wahnsinnige Handlungs- und Verhaltensweise führt zu ansteckender Verrücktheit. Führungspersonen reden immer nur von friedlichem Zusammenleben, doch leider steht alles, was in ihrem Umfeld geschieht, im Gegensatz dazu. Alle sind sich darin einig, dass die Lebensbedingungen ungesund sind, aber niemand ist bereit, gemeinsam mit anderen für die Verbesserung der Gesundheitsbedingungen zu arbeiten. Jeder Vorschlag zur Verbesserung der gesundheitlichen Verhältnisse wird angefeindet. Eigennützige Interessen fürchten erschüttert zu werden, wo immer es sichtbare Empfehlungen gibt, die zur Verbesserung der gesundheitlichen Verhältnisse führen würden.

42. Heilung durch den Klang der Musik (I)

Die Weisen sehen die Musik als eigene Behandlungsart an, auch wenn sie nicht immer wahrnehmbar ist. In der modernen Menschheit ist es nicht mehr üblich, Wahrnehmungen in Bezug auf Klang und Musik zu entwickeln. Es gibt von Kindheit an keine angemessene Ausbildung, die das Ohr für das musikalische Geschehen des Klangs öffnet. In der Musik gibt es die Schönheit des Klangs, und wenn das Ohr sie wahrnimmt, wird es von der Schönheit berührt. Schönheit ist ein anderer Name für Ausgewogenheit. Alles Schöne magnetisiert das Denken, und die Energien finden in eine Ordnung. Genauso wie ein Magnet die Energien eines Eisenteils neu ordnet, wirkt auch der Klang der Musik. Obwohl in den Schulen Musik unterrichtet wird, geschieht dies eher schematisch, und die Musik erstarrt im Allgemeinen zu einer Wissenschaft. Es ist bedauerlich, wenn eine Kunst auf eine Wissenschaft reduziert wird. Das Gegenteil erfreut das Herz. Wenn eine Wissenschaft sich zu einer Kunst entfaltet, werden gewaltige Energien freigesetzt. Das Denken ist wissenschaftlich, das

Herz ist künstlerisch. Die Berührung des Herzens wird möglich, wenn der Mensch sein Denken für die Künste wie Musik, Farbe und Tanz öffnet, aber es ist bedauerlich, dass man alles zu systematisieren versucht und es damit verfestigt.

Kristallisierung komprimiert das ganze Leben und begrenzt den Menschen. Sobald das Leben eingegrenzt wird, verstopft der freie Fluss der Lebensenergien. Deshalb ist es notwendig, dass der Mensch nicht die Verbindung zur Kunst verliert, während er seine Forschungen mit Hilfe der Wissenschaft betreibt. Der Rückzug in die Natur und das Hören auf die Stille vermitteln einen ursprünglichen Zugang zum Klang der Musik, wie sie in der Natur vorhanden ist. Dies scheint ein Weg aus der Überfülle medizinischer Behandlungen zu sein.

43. Heilung durch den Klang der Musik (II)

Wir setzen das Thema der Heilbehandlung durch Klang fort. Es ist wichtig, dass man schon im Kindesalter an die Aufnahme der Schönheit des Klangs gewöhnt wird. Die musikalischen Fähigkeiten müssen ausgebildet werden. Sogar Tiere und Vögel sprechen auf Musik an, doch in seinem Streben nach materiellen Dingen entfernt sich der Mensch von diesem Potential. Er hat eine subtile musikalische Veranlagung, die er entwickeln kann. Es stimmt, dass in jedem Menschen eine musikalische Veranlagung vorhanden ist. Sie kann durch entsprechende Einstellung ausgebildet werden. Ansonsten bleibt sie unentwickelt und nutzlos. Der Mensch sollte wohlthuende Musik und schöne Gesänge hören. Eine einzige Harmonie kann den Sinn für Schönheit erwecken. Schönheit wandelt im Hörer die wesentliche Energie um. Sie bringt die Musik der Sphären zurück, denn der Mensch gleicht einem Sonnensystem in Miniaturform.

Alle großen Eingeweihten sind auch große Sänger. Wenn sie für sich allein sind, singen und tanzen sie. Sie stimmen sich auf den Klang der

Natur ein, wie er sich durch die Zeit an einem bestimmten Ort darstellt.

Wenn die Welt hasserfüllt redet, ist es für den Menschen unerlässlich, seine Ohren so schnell wie möglich für den Klang der Musik zu öffnen. Sobald er den Klang der Natur versteht, kann er sich und seine Energien wieder ins Gleichgewicht bringen. In unserer Zeit sind die Menschen Lärm und Eintönigkeit ausgesetzt. Die moderne Musik mit ihren extrem lauten Klängen ist eher grob und roh. Eigentlich sollte Musik die Menschen vom Groben zum Subtilen führen, doch die moderne Musik führt die Menschen in immer gröbere Ebenen. Durch laute Schlagzeugrhythmen und derbe Stimmen von Sängern breitet sich nur Lärm aus. Selten hört man den Klang von Wasserfällen, den Rhythmus der Meereswellen und die feinen Geräusche sanfter Winde. Die feierliche Hymne der Natur bildet die Stärke der Musik, die jedes unregelmässige Energiesystem harmonisiert. Mit Hilfe richtig abgestimmter Musik kann die Menschheit ihren Aufstieg erreichen.

44. Methoden zur Stärkung des Organismus

Von den Weisen wurden der Menschheit zu allen Zeiten und in allen Teilen der Erde erhabene Ideen und Gedanken gegeben. Allgemein geht man davon aus, dass erhabene Ideen nur für hochrangige Personen gedacht sind, aber so ist es nicht. Erhabene Ideen sind Heilmittel, die den Organismus stärken. Man sollte die Kraft aller wohltuenden Gedanken und Ideen erkennen. Zum Beispiel in einer Gemeinschaft Hymnen an die aufgehende Sonne zu singen, ist solch eine segensreiche, heilsame Idee. Diese Methode wurde gegeben, um die notwendige Reinigung herbeizuführen. Sie reichert die Gesundheit an und ist ein Mittel, um jeden Tag die Gesundheit aufzufrischen. Die goldenen Strahlen der Morgensonne enthalten außerordentlich viel Lebenskraft. Es gilt als förderlich für die Gesundheit, sich auf die Sonne auszurichten, dabei sanft die Augen zu schließen und Hymnen zu singen, während man sich die warme Berührung der goldenen Strahlen auf der Stirn und im Herzen vorstellt. Im *Yoga* wird eine spezielle *Âsana* vorgeschlagen, um die

Sonnenenergie in 32 Körperzentren zu spüren. Während man die *Âsana* durchführt, kann man die gesundheitsfördernde Sonnenenergie in sich aufnehmen. Diese *Âsana* wird *Sûrya Namaskâra* genannt. Es ist die erste *Âsana*, die jedem *Yoga*-Schüler zu Anfang empfohlen wird. Man führt sie aus, während man sich auf die goldenen Strahlen ausrichtet. Außerdem gibt es das *Gâyatrî-Mantra*. Es wird gesungen, während man sich auf die Sonne ausrichtet. Diese Übungen sollen auch für eine gute Gesundheit sorgen und nicht nur für die Erhebung der Menschen. In der heutigen Menschheit verschwinden solche Methoden. Dadurch werden Türen zu alternativen Heilmethoden geschlossen. Es ist bedauerlich, dass allein medizinische Mittel in Betracht gezogen werden.

45. Einflüsse auf die Gesundheit der Menschheit

„In allem ist Leben“, lautet eine uralte Lehre. Selbst in Gegenständen ist Leben enthalten. Auf jedem Stück Handarbeit liegen Schichten von menschlichen Partikeln. Nicht nur der Gesundheitszustand des Herstellers ist auf dem Gegenstand hinterlassen, sondern auch seine strebende Energie. Diese Energie ist unauflösbar und existiert unendlich lange zusammen mit dem Gegenstand. Die Ablagerungen der Ausstrahlungen können nicht entfernt werden. Deshalb wird es als unbedingt notwendig erachtet, dass jeder, der Gegenstände anfertigt, die für den menschlichen Gebrauch bestimmt sind, sie mit gutem Willen, Frieden, Freude und Liebe erstellen soll. Wird eine Arbeit mit konfliktbeladenem Denken, Unruhe, Angst oder Hass angefertigt, liegt dieser Einfluss auf den geschaffenen Gegenständen. Aus diesem Grund gilt es als lebenswichtig, bei der Arbeit voller Freude zu sein. Die menschlichen Ausstrahlungen umgeben die Gegenstände während ihrer Herstellung. Das mag sich wie ein Märchen anhören,

aber es ist wahr. Gegenstände werden als gut oder böse betrachtet, genauso wie Personen. Niedere Energien während der Arbeit durchdringen das Geschaffene und lagern sich in den hergestellten Gegenständen ab.

Weiterhin wird gesagt, dass Milch, die von Kühen kommt, nachdem sie ihre Kälber genährt haben, gesund ist. Es ist brutal und aggressiv, die Milch mit Hilfe von Maschinen aus den Kühen herauszupressen. Das ist genauso als würde man Milch aus menschlichen Brüsten herauspressen, die eigentlich für die Babys gedacht ist. Das macht weder die Kuh noch eine menschliche Mutter glücklich, aber solche unwissenden Dinge werden getan. Wenn wenig Rücksicht auf das Leben genommen und das Leben verletzt wird, kommt die Verletzung zu jener Person zurück, die die Schmerzen zufügt. Dies sind fundamentale Gesetze der Menschlichkeit, die sich auf die Gesamtgesundheit der Menschheit auswirken. Es können zahlreiche Beispiele für diabolisches Verhalten der Menschen gegenüber Tieren und Vögeln genannt werden, die als Nahrung verzehrt werden. Dies erfordert tiefe Innenschau und Selbstprüfung.

46. Heilmethoden des neuen Zeitalters

In der Vergangenheit war es der Menschheitselite bekannt, dass die Menschheit in Wahrheit ein Verbindungsglied zwischen der irdischen und der überirdischen Welt ist. Bei ihren Heilungen waren die Ärzte der Antike auch mit den Sternen und Planeten verbunden. Sie waren mit diesem Gedankengut vertraut und wendeten jene Energien situationsgerecht an. Genauso waren sie es gewohnt, die fünf Elemente mit den fünf Elementen in den Patienten zu verbinden, um den Krankheiten abzuhelpfen. Im menschlichen Körper befinden sich Zentren, die mit den fünf Elementen, sieben Planeten, zwölf Tierkreiszeichen und sogar bis ins Einzelne mit den 27 Mondkonstellationen zusammenhängen. Wenn aus irdischen Kreisen keine Lösungen verfügbar sind, ist es vernünftig, nach überirdischen Ergänzungen zu suchen. Es ist seltsam, dass moderne Ärzte diese Gelegenheit nicht nutzen, um bessere Übermittler der Gesundheit zu werden.

Der Grund für die Abkopplung vom Überirdischen war der Aberglaube, der mit allem Feinstofflichen verbunden war, doch in unserer

Zeit ist der Mensch eine einigermaßen vernünftig denkende Bewusstseinsseinheit geworden, und er hat außerdem eine gute wissenschaftliche Grundlage. Aberglaube und religiöse Überzeugung können durch wissenschaftlich präzises Erforschen der Energien der subtilen Welt ersetzt werden. Dazu ist einzig und allein Aufgeschlossenheit erforderlich. In unserer Zeit entwickelt sich eine vorurteilslose Haltung, die sich genügend entfalten sollte, um die Forschung in Welten auszuweiten, die feinstofflich und halb-sichtbar sind, aber nicht so sichtbar wie das Irdische.

Es ist das Gebot der Stunde, das Wissen über die Nervenzentren anzuwenden. Die Nervenzentren im Körper sind spirituelle Antennen und Magnete. Es ist allgemein bekannt, dass sogar ein physischer Magnet ein Nervenzentrum kräftigen kann, wenn man ihn in unmittelbarer Nähe des Zentrums platziert. Die Magnetfeldtherapie zielt auf die Nervenzentren im Körper, die selbst magnetisch sind. Wenn sie stimuliert werden, ziehen sie entsprechende Energien aus der Umgebung an, durch die die wesentliche Gesundheit des Patienten wiederhergestellt werden kann. Durch den Yoga wird die Bedeutung der Nervenzentren

in der ganzen Welt bekannt gemacht. Dieses Wissen kann für die Erforschung der benötigten Heilungstechniken in vernünftiger Weise genutzt werden. An dieser Stelle kann man die Heilmethoden des neuen Zeitalters erfahren.

47. Positives Denken heilt

Im menschlichen Denken werden zu viele Gerüchte über den Untergang und die Auflösung der Welt erzeugt. „Es wird so werden, wie du denkst“, lautet ein bekanntes Prinzip. Wenn von der Menschheit ein Schritt in der Evolution gemacht wird, verstärken die dunklen Kräfte ihre ganze List und Raffinesse, weil Licht für sie unerträglich ist. Da sie dem Untergang geweiht sind, tricksen sie die Menschen aus und führen sie hinters Licht. Davon werden die Leichtgläubigen in der Menschheit angegriffen. Doch wer in sich gefestigt ist, wird davon nicht betroffen. Das entsprechende *Mantra* lautet: „Trickse den Trick aus.“ Wenn die dunklen Kräfte die Menschheit austricksen, müssen die Gefestigten den Trick austricksen, indem sie verbreiten, dass es keinen Untergang und keine Auflösung gibt. Stattdessen müssen sie wirkungsvoll klarstellen, dass es eine Veränderung zum Besseren geben wird. Aus einer Blüte kommt eine Frucht oder ein Gemüse hervor. Sobald die Frucht oder das Gemüse entsteht, schwindet die Blüte. Diesen Vorgang kann man auf zweierlei Art betrachten.

Entweder „die Frucht kommt hervor“ oder „die Blüte vergeht“. Wer von negativer Energie bestimmt ist, sieht den Niedergang der Blüte, und wer von positiver Energie erfüllt ist, sieht die Entwicklung der Frucht.

Vor jedem neuen Anfang gibt es einen Druck der Kräfte. Dieser Druck schmerzt, aber der Schmerz schenkt den gebührenden Lohn des Lichts und der Liebe. Die allgemeine Verbreitung dieses Gedankens bedeutet Heilung.

Positivität gilt als die beste Medizin. Sie hält die Hoffnung hoch und lebendig. „Alles ist gut und wird noch besser werden“ – dieser Satz ist ein gutes Medikament, das man sich jeden Tag einimpfen sollte. Es hilft uns, negatives Denken zu verringern, und dies ist das Gebot der Stunde. Die Menschen übertreiben und spielen ihre kleinen Probleme hoch. Ihre kleinen Schwierigkeiten haben in ihren Augen globale Ausmaße. Das Trugbild muss durch richtige Einführung der Positivität mit logischem Denken aufgelöst werden. Positive Beratungen sind eine Heilungstherapie an sich, ähnlich wie der Mesmerismus und die Hypnose. Werden diese Therapien mit bestem Willen ausgeführt, haben sie

tiefgehende Heilwirkung auf die Psyche des Patienten. Dann wird seine Psyche zum Heiler, der die Krankheit heilt. Es ist nicht so, dass allein Medikamente heilen, sondern es gibt viele andere Möglichkeiten, um den Heilungsprozess zu ergänzen.

48. Auswirkungen von Angst

Angst lässt Krankheiten entstehen. Angst ist unwürdig. Es ist unmöglich, gesund zu werden, solange man ständig und durchweg Angst hat. Angst presst die Psyche zusammen und hält den Heilungsprozess auf. Für einen Arzt ist es unerlässlich, dafür zu sorgen, dass seine Patienten nicht von Angst ergriffen werden. Er sollte wissen, dass die Heilung unbeständig und unsicher ist, wenn ein Patient unter Ängsten leidet. Seine ganze Behandlung steht auf unsicherem Boden, solange der Patient voller Angst ist. Die Heilung wird instabil. Aus diesem Grund müssen die Ärzte genau beobachten und verstehen, wie wichtig es ist, für Angstfreiheit in den Patienten zu sorgen. Hingabe ist das Gegenmittel zur Angst. Wenn ein Patient ein hingebungsvoller Devotee ist, sollte er tiefer in seine Hingabe geführt werden. Einen nicht hingebungsvollen Patienten sollte der Arzt zum Zentrum des Selbstvertrauens führen.

Die Angst hat viele Farben. Durch freundliches Nachfragen sollte der Arzt die Ursache der Angst herausfinden und sie in der Psyche des

Patienten auflösen. Solange der Normalzustand der Psyche nicht wiederhergestellt wurde, sollte keine medizinische Behandlung durchgeführt werden. Auch wenn in der heutigen Zeit der Terminplan der Ärzte ausgelastet ist, sollten sie Zeit für die Beschäftigung mit der Psyche des Patienten finden oder ein spezielles Beraterteam zusammenstellen, das der Situation abhelfen kann. Dies ist unerlässlich und man muss sich darum kümmern, um die Heilung zu gewährleisten.

Wenn das Nervensystem aufgrund einer ängstlichen Psyche übersensibel reagiert, entwickelt es ein Schutznetz und widersetzt sich der Wirkung der Medikamente. Es ist nicht ungewöhnlich, wenn Ärzte feststellen, dass es bei manchen ihrer Patienten nicht zu einer ausreichenden Wirkung der Medikamente kommt. Den Patienten muss deutlich gemacht werden, wie sich die Angst auf sie auswirkt. Die Patienten sollten auch wissen, dass ihre Angst eine kontraproduktive Wirkung auf die Heilungsbemühungen hat. Vielleicht ist ein Patient nicht einmal generell ängstlich, aber seine Erkrankung kann ihn zaghaft machen. Solche

Zaghftigkeit und Angst führen in eine erschreckende Situation. Ein verängstigter Patient ist bereits auf einer tieferen Ebene infiziert, und er enthält sich jegliche Heilung vor. Deshalb müssen sich Arzt und Patient um den Angstfaktor kümmern. „Heile die Angst und dann heile die Krankheit“, lautet ein Ausspruch. In diesem Zusammenhang ist die Verwendung von Moschus, Sandelholz, Kampfer und anderen Kräutern ebenfalls hilfreich.

49. Kummer über Vergangenes schadet der Gesundheit

Den Menschen sollte erklärt werden, dass sie nicht über die Vergangenheit grübeln sollten, um ihre psychische Gesundheit nicht zu schwächen. Das Grübeln und Trauern über Vergangenes oder über Fehler in der Vergangenheit schafft durch Verzweiflung und Niedergeschlagenheit eine Ebene für zukünftige Krankheiten. Unzählige viele Leute schauen zurück und bleiben in ihren Fehlschlägen und Verlusten der Vergangenheit hängen. Der einzige Nutzen, den man aus dem Zurückschauen hat, ist, aus den Fehlern zu lernen und weiterzugehen. Geht man jedoch über diesen Aspekt hinaus, indem man über die Fehler nachgrübelt, wird dadurch nur ein immer stärkeres Brennen in der eigenen Person verursacht, das dem Nervensystem und damit der ganzen Gesundheit schadet. Wenn wir ständig über Geschehenes nachdenken, wird unsere Primärenergie angegriffen. Es ist nicht weise, sich die brennende oder die verbrannte Stadt anzuschauen und das Kohlendioxid aus dem Rauch einzusatmen. Was ge-

lernt werden soll, muss gelernt werden, doch wenn wir uns ständig damit beschäftigen, führt es Kohlenstoffe in unser System ein. Kohlenstoffe sind lebensfeindlich und bauen ihr eigenes lebensfeindliches System innerhalb des Lebenssystems. Stattdessen wäre es weise, sich von der verbrannten Stadt und dem entweihten Tempel zu verabschieden. Sich am entweihten Tempel, an zerstörten Synagogen, Kirchen oder Moscheen festzuklammern, lässt nur Kummer entstehen und führt zum Hass auf jene, die die Zerstörung verursacht haben. Man bedenkt überhaupt nicht, dass es ein vergangenes Geschehen ist, für das man in der Gegenwart keine Rache üben kann.

Gegenwärtig ist die Menschheit mit Ungerechtigkeiten der Vergangenheit beschäftigt und reagiert in der heutigen Zeit mit ihrer Antwort auf die Vergangenheit ungerecht.

Es gibt eine Kindergeschichte, in der ein Tiger aus einem Fluss Wasser trinkt, und auch ein Reh trinkt weiter flussabwärts Wasser. Der Tiger sagt zu dem Reh, es würde das Wasser verunreinigen. Das Reh antwortet: „Aber ich trinke flussabwärts und du trinkst weiter flussaufwärts. Wie

kann das Wasser, das du trinkst, verunreinigt sein? Ist nicht eher das Gegenteil der Fall?“ Der Tiger sagt: „Nein, nein, fang keinen Streit mit mir an. Deine Vorfahren haben es getan. Also werde ich dich jetzt bestrafen.“ Diese Kindergeschichte ist gegenwärtig in der Menschheit aktuell, so dass die heutige Menschheit die Handlungen ihrer Vorfahren, die schon lange vergangen sind, fürchten muss.

50. Uneigennütziger Gesundheitsdienst

Der gegenwärtige Hass in der Menschheit hat seine Wurzeln in einer fernen Vergangenheit, die durch angemessene Bildung und Erziehung abgetrennt werden müssen. Hass ruft die schlimmsten Krankheiten hervor. Diese Situation erfordert geduldige Abhilfemaßnahmen, um die Grundlage für eine gesunde Menschheit zu schaffen. Vitalität und Elan werden in einem guten Gesundheitszustand sichtbar, der eine aktive und gesunde Arbeit ermöglicht, die auf das Wohlergehen der Menschheit ausgerichtet ist. Dies ist ein Prinzip an sich. Wo sich feuriges Streben zur Verbesserung des Lebens ringsum zeigt, dort wird das Leben mit frischer Kraft erfüllt und sogar erneuert. Eine geschwächte Person, die regelmäßig für den Gesundheitsdienst arbeitet und sich für die Gesundheit anderer Menschen einsetzt, wird feststellen, dass sich auch ihre eigene Lebenskraft verbessert. Im 20. Jahrhundert wurde dieses Prinzip in Indien von einem homöopathischen Arzt angewendet. Für seine homöopathischen Zentren warb er kranke Personen an, die sich um jene Kranken kümmern sollten, die

zur Arzneiausgabestelle kamen. Nach drei bis fünf Jahren ging es allen, die im homöopathischen Zentrum arbeiteten, gesundheitlich deutlich besser. „Es hilft uns, wenn wir anderen helfen“, lautet ein Gesetz der Natur, und eine allgemein bekannte Wahrheit besagt: „Du wirst ernten, was du gesät hast.“ Wer sich liebevoll um die Mitmenschen kümmert, wird im selben Maß empfangen. Freiwilliger Dienst im Gesundheitswesen wird somit als Möglichkeit betrachtet, um gesund zu werden. Es gibt Personen, die an schweren Krankheiten litten und sich im freiwilligen Gesundheitsdienst engagierten. Sie lebten deutlich länger als erwartet, weil sie sich z. B. einem Dienst wie in den oben genannten homöopathischen Zentren widmeten. Das funktionierende Prinzip dahinter ist: „Gib und du wirst empfangen.“

Das oben dargelegte Verfahren öffnet Türen für ein durchdachtes Konzept, Gesundheitszentren aufzubauen, in denen es eine kostenlose medizinische Versorgung gibt. Im Grunde sollte die medizinische Versorgung ein karitativer Dienst sein, und diese karitativen Einrichtungen sollten von der Gesellschaft selbst getragen wer-

den. Auf diese Weise würde jedes kommerzielle Denken beseitigt und der freie Fluss der Gesundheitsenergien ermöglicht, die ansonsten durch finanzielle Erwägungen eingeschränkt werden. Im selben Maße wie die medizinische Versorgung kommerzialisiert wird, bleibt der Menschheit die Gesundheit versagt. Es gibt zu viel Kommerzialisierung, und ihre Folge ist eine Zunahme der Krankheiten. Ausbildung und medizinische Versorgung in einer Gesellschaft müssen uneigennützig sein und dürfen nie auf finanziellen Erwägungen beruhen. Nur dann kann die Gesellschaft gesund sein. Dies mag wie eine unpraktische Philosophie aussehen, aber es gibt Gemeinschaften, die auf der Grundlage dieser Prinzipien arbeiten und sie für durchführbar halten.

51. Schwächung der psychischen Energie

Selbst-Verleugnung beim Dienen erweitert die Kräfte über das legitime Maß hinaus und führt dadurch zu Krankheiten wie z. B. Krebs. Spirituelle Schwerarbeiter sind so sehr auf ihre spirituellen und dienenden Tätigkeiten fixiert, dass sie sich jahrelang viele Grundbedürfnisse vorenthalten. Bis zu einer legitimen Grenze toleriert der Körper solche Selbst-Verleugnung. Wird diese Grenze jedoch überschritten, kommt es zur Schwächung der psychischen Energie im Blut und dadurch zur Entwicklung der Krankheit. Oft wird als Folge eines übermäßigen spirituellen Verströmens die psychische Energie vollständig aufgebraucht. Im 19. Jahrhundert waren Śrî Râmakrishna Paramahansa, Śrî Ramana Maharshi und Shirdi Sai Baba Lehrer in Indien und Beispiele für solch übermäßiges Verströmen spiritueller Energie. Aufgrund ihres Feuereifers beim Dienen verleugneten sie sich im höchsten Maße selbst. Zwei von ihnen haben dadurch die Krebs-Erkrankung und einer hat eine Lungenkrankheit eingeladen. Diese Krankheiten dienten ihnen schließlich als Mittel, um ihren Körper zu verlassen.

Solche Krankheiten treten auf, wenn die psychische Energie im Blutstrom extrem geschwächt ist. Dies gibt uns den Hinweis, dass Krankheiten wie Krebs behandelt werden können, indem man den betroffenen Personen psychische Energie zuführt und dadurch ihr Blut kräftigt. Das Blut ist jene geheimnisvolle, magnetische Körperflüssigkeit, die für die subtilen magnetischen Energien der Weisheit empfänglich ist, und die Weisheit hat z. B. den Klang-, Zahl-, Farb- und Symbol-Schlüssel. Die Verwendung dieser Schlüssel bei Krebs-Erkrankungen ist in höchstem Maße heilsam. Darüber sollte die Wissenschaft der Gesundheit nachdenken.

52. Reinhaltung der Milz

Mit großen Menschenmassen ist eine bestimmte Aura verbunden. Deshalb ist es nicht ratsam, in dicht bevölkerten Wohngebieten zu leben. Der menschliche Organismus ist mit kraftvollen Substanzen großzügig ausgestattet. Das chemische Laboratorium im Menschen ist wirklich erstaunlich. Es ist ein Speicher voller starker und empfindlicher Energien. Aus guten Gründen gibt es seit ältester Zeit die Anschauung, dass sich Krankheiten durch unsere Kontakte bessern oder verschlimmern. Die Qualität unseres Umgangs und die entsprechende heilende oder kranke Schwingung hat ihre Wirkung. Der menschliche Organismus steht unter dem direkten Einfluss der psychischen Energie der Personen in seiner Umgebung. Aus diesem Grund ist es erforderlich, dass wir unsere Aura durch die Verbindung zu den Strömungen des darüber liegenden Raums häufig auffrischen. In Städten mit Hochhäusern ist der Raum über ihnen nur selten zu sehen. Überall wo Menschen dicht zusammengedrängt leben und ihnen der blaue Himmel durch die hoch aufragenden Gebäude vorent-

halten wird, haben die menschlichen Gifte einen außerordentlich starken Einfluss.

Für einen Arzt sind die Wahrnehmungen psychischer Zusammenhänge sehr wichtig. Hält man sich ständig in lichtlosen Plätzen oder schattigen Wohnungen auf, ohne in der Frische des blauen Himmels, im Sonnenlicht und an der frischen Luft zu verweilen, hat dies äußerst negative Auswirkungen auf die Milz. Es ist von größter Wichtigkeit, dass die Milz rein gehalten wird. Kaum eine medizinische Wissenschaft misst der Milz die notwendige Bedeutung bei. Wenn die Milz aktiv ist, dann ist auch das *prânische* Feuer aktiv. Sofern es rein gehalten wird, kann es jede Krankheit heilen.

53. Harmonie des Patienten nicht stören

Alle, die im Gesundheitswesen arbeiten, müssen darauf hinweisen, wie wichtig es ist, Gelassenheit und eine erhebende Atmosphäre zu bewahren. Erhabenheit trägt zur Gesundheit der Milz bei. Dies mag seltsam klingen, aber es ist wahr. Die Milz ist das Organ der Harmonie, und deshalb sollte sie durch eine harmonische innere Haltung gereinigt werden. Die Ärzte glauben, dass allein das Nervensystem psychische Einflüsse benötigt, aber solche Einflüsse werden für mehrere andere Körperorgane ebenfalls gebraucht. Eine stille, ruhige, heiter-gelassene, reine und frische Atmosphäre ermöglicht die Genesung der Patienten, da jeder Patient ein Speicher voller Heilungskräfte ist. Medikamente müssen durch eine derartige Umgebung ergänzt werden. Überfüllte Krankenhäuser wirken sich negativ auf die Gesundheit aus. Häufige Störungen der leidenden, schmerzgeplagten Patienten durch zu viele Besucher und Krankenschwestern, die zu oft ins Zimmer kommen, sollten vermieden werden. Schlafende Patienten sollten nie geweckt werden, um sie zu waschen,

die Bettlaken zu erneuern, das Zimmer zu putzen oder die Kleidung zu wechseln. Wenn ein Patient schläft, befindet er sich in einem Heilungsprozess. Das Pflegepersonal darf den Schlaf nicht stören, um therapeutische Anwendungen durchzuführen. An erster Stelle sollte der Patient stehen, aber nicht die allgemeine Zeitplanung der Pflegekräfte und Krankenhäuser.

„Störe keinen Schlafenden und erst recht keinen Patienten“, lautet eine Empfehlung von alters her. Im Schlaf findet die psychische Energie zu ihrer Ausgeglichenheit und Harmonie zurück. Eine Störung der psychischen Energie bedeutet eine Störung der Harmonie. Dadurch wird der Heilungsvorgang beeinträchtigt. Ein Arzt sollte dafür sorgen, dass die Harmonie der Patienten nicht gestört wird.

54. Die Wahrheit angenehm sprechen

Es ist sehr betrüblich, zu sehen, wie die Harmonie verletzt wird, die die Grundlage der Heilung bildet. Man sollte sich die Auswirkung unerwarteter Mitteilungen, plötzlicher Veränderungen und abrupter Bewegungen, die mit dem Patienten gemacht werden, vorstellen können. In die heilenden Strömungen im und um den Patienten tritt große Unruhe ein, wenn überraschende Entscheidungen getroffen und unvermittelte Bewegungen gemacht werden. Ein Arzt sollte wissen, dass Patienten auf eine negative Mitteilung psychisch überreagieren und auf eine ermutigende Bemerkung eine starke positive Reaktion zeigen. Für den Patienten ist eine ermutigende Bemerkung außerordentlich wichtig. Selbst wenn ihm bestimmte Tatsachen mitgeteilt werden müssen, die für ihn nicht sehr angenehm zu hören sind, ist die richtige Wortwahl oft hilfreich.

Es ist wichtig, dem Patienten keine falschen Hoffnungen zu machen, doch es ist genauso wichtig, die Psyche des Patienten mit zu berücksichtigen, wenn ihm Fakten mitgeteilt werden

sollen. „Sprich die Wahrheit und sage sie auf angenehme Art“, lautet ein altes Sprichwort. Ein Arzt sollte einen Weg finden, um die Wahrheit so freundlich wie möglich zu präsentieren.

Die Kunst des Sprechens hat heilende Wirkung. Unangenehme Mitteilungen können auf angenehme Weise mitgeteilt werden, um es der Psyche des Patienten zu ermöglichen, die Information aufzunehmen, ohne dadurch beeinträchtigt zu werden. Auf keinen Fall sollte der Patient in seiner psychischen Energie erschüttert werden, wenn er über seine Erkrankung informiert wird. Schocks sollten vermieden werden. Dafür braucht man eine Zunge, die gut und positiv zu formulieren weiß. Das geschäftige Treiben der modernen, täglichen Praxis darf den menschlichen Blickwinkel nicht unberücksichtigt lassen. Deshalb muss jeder Arzt in seinem Inneren einen Menschenfreund und auch einen Lehrer entwickeln. Dieses Einfühlungsvermögen darf nicht außer Acht gelassen werden.

55. Aspekte von Ruhephasen wie Stupor und Ohnmacht

Für die Regeneration der Lebenskräfte sind Phasen absoluter Ruhe außerordentlich wichtig. Eine Person im absoluten Ruhezustand befindet sich in anderen Welten, und falls man sie behutsam befragen könnte, würde sie viele interessante Dinge preisgeben. Im Volkswissen sind Geschichten von schlafenden Schönheiten und Rittern erhalten, die in einem Zustand des Scheintods verharren. In der Volksweisheit wird dies als ein besonderer Zustand betrachtet, aus dem erneuerte Energie und sogar Heldenmut resultiert. Es ist bedauerlich, dass viele Aspekte solcher Ruhephasen und das Befinden einer Person in diesen Phasen nur selten studiert wird. Der Stupor, eine gedankliche und körperliche Regungslosigkeit, ist eine solche Ruhephase. Man sollte sie nicht mit einer Ohnmacht verwechseln. Ohnmacht ist eine unbewusste Benommenheit, während der Stupor eine Bewusstheit nicht unbedingt ausschließt. Die Ursachen des Stupors sind sehr subtil. Er kann nicht durch äußere Einflüsse verursacht werden, aber während des Stupors

kann man von den Anfängen einer auftretenden Krankheit geheilt werden. Es ist falsch, den Stupor als Erkrankung zu betrachten. Er ist ein unbedenklicher körperlicher und mentaler Zustand. Auch ist es verkehrt, eine Person aus dieser Regungslosigkeit herauszureißen. Während des Stupors durchläuft die Psyche der betroffenen Person bestimmte Neuausrichtungen. Es zeugt von Unwissenheit, wenn man jemanden, der sich in solch einem regungslosen Zustand befindet, durch wiederholtes Ansprechen stört. Fragen an ihn zu richten oder sich mit plumper Fragerei über ihn lustig zu machen, behindert ihn in seiner inneren Neuausrichtung. Man sollte erkennen, dass eine Person im Stupor sich durch diesen Zustand weiterentwickelt.

Für die medizinische Wissenschaft ist es unerlässlich, den Hirnzustand von Personen, die in Ohnmacht fallen oder im Stupor verharren, tiefer gehend zu untersuchen. Eine Beobachtung der Gehirnschwingungen bei Personen, die sich im Schockzustand befinden, ohnmächtig sind oder im Stupor verharren, kann verschiedene Stadien der psychischen Energie offenbaren. Dadurch kann man auch Informationen über den Tod erhalten.

56. Kleine Entspannungspausen gegen Stress

Stress bei der Arbeit ist weitverbreitet. Er hat Auswirkungen auf die Gesundheit. Zwar kann man Stress nicht vermeiden, aber eine zwischenzeitliche Erholung während der Arbeitszeit ist äußerst ratsam. Empfehlenswert sind ein paar Minuten, um sich zwischendurch von Stress und Arbeit zu entspannen. Eine kleine Tasse Kaffee, Tee oder ein Aufgussgetränk kann gute Entspannung bringen. Jedoch sollte diese Entspannung weder zum Plaudern noch zum Müßiggang verführen. Weise Entspannung erhöht die Arbeitskraft. Bei der Durchführung großer Aufgaben sind solche Momente der Erholung immer wichtig. Sie frischen die psychische Energie auf, und dies führt zu größerer Aufmerksamkeit bei der Arbeit.

Wenn man bei der Arbeit Stress verspürt, ist solche Entspannung ein Ausweg, um wieder frisch an die Aufgaben zurückkehren zu können. Setzt man die Arbeit unter Druck fort, dann entwickelt sich ein Gefühl der Hoffnungslosigkeit oder Hilflosigkeit. Beide sollte man nie in die Arbeit eindringen lassen, denn sie führen zu Verzweiflung, schwächen die entschlossene Einstel-

lung und das entscheidungsfreudige Handeln und rauben Kraft. Deshalb sollte man sich als Vorsichtsmaßnahme zwischendurch entspannen. Mithilfe solcher kleinen Hinweise sollte man auf seine Gesundheit achten. Manchmal tragen diese Informationen mehr dazu bei, Krankheit abzuwenden als langwierige medizinische Behandlungen. Dies sollte schon während der Ausbildung in die Wege geleitet werden, um einem gesundheitlichen Niedergang im späteren Leben vorzubeugen.

Es heißt, dass es immer schwierig ist, beim Kofferpacken noch Platz für nützliche, kleine Gegenstände zu finden. Während man den Koffer packt, können kleine Gegenstände hineingelegt werden, die auf der Reise hilfreich sind. Manche Leute packen ihre Koffer so voll, dass selbst für den winzigsten Gegenstand kein Platz mehr übrig ist. Genauso bleiben bei der Bewältigung der Lebensaufgaben bestimmte Details unbeachtet, z. B. die zwischenzeitliche Entspannung. Durch dieses Verhalten entstehen Risse im Gesundheitssystem des Körpers.

Entspannung von Zeit zu Zeit ist genauso sinnvoll und zweckdienlich wie die Arbeit.

Erholungspausen sind wie Stärkungsmittel oder Schokolade. Beides trägt dazu bei, dass man sich wieder frisch fühlt und mit vollem Elan arbeiten kann.

57. Warnhinweise des Körpers beachten

Wenn Nachtigallen getötet werden, wie kann man dann hoffen, ihren Gesang zu hören? Wenn die Menschen es vermeiden, ihren essentiellen Gesundheitszustand zu überprüfen und mit oberflächlicher Gesundheit zufrieden sind, ist damit ein großes Risiko verbunden. Normalerweise kümmern wir uns nicht um die unauffälligen Körpersignale, die zum Vorschein kommen. Wir informieren unseren Arzt nicht darüber, weil wir diese Signale für nicht so wichtig halten. Wiederholt auftretende leichte Kopfschmerzen, Magenschmerzen oder gelegentliches Aussetzen des Herzschlags teilen wir dem Arzt nicht mit, wenn diese Symptome uns nicht wirklich bedrängen. Denn wir haben das Gefühl, dass sie nicht von Bedeutung sind. Würden wir solchen kleinen Anzeichen jedoch unsere Aufmerksamkeit schenken, könnten schwerere Krankheiten verhindert werden, von denen wir möglicherweise befallen werden. Es ist wichtig, dass wir unseren Körper beobachten.

Zwar sollten sich die Menschen nicht zu viel mit dem Körper beschäftigen. Dennoch sollten

sie sich um alle körperlichen oder organischen Besonderheiten kümmern, die ihnen auffallen. Es gibt Fälle, wo ein paar schwarze Flecken auf der Brust einer Frau sich im Lauf der Jahre zu Krebs entwickelt haben. Hätte man sich gleich um diese Flecken gekümmert, dann hätte die Krebserkrankung vermieden werden können. Viele solcher Kleinigkeiten bilden sich ohne erkennbaren Grund und führen dann zu einer folgerichtigen Erkrankung.

Die Krankheit entwickelt sich unbemerkt. Wer klug ist, kann sie schon lange vor ihrem Auftreten wahrnehmen. Unregelmäßiger Stuhlgang, der unbeachtet bleibt, kann zu chronischer Verstopfung führen, die der Ausgangspunkt zahlreicher weiterer Erkrankungen ist. Der ganze Körper wird in Mitleidenschaft gezogen, wenn man nicht auf regelmäßige und vollständige Darmentleerung achtet. Bleiben kleinere Befindlichkeitsstörungen unbeachtet, können sie im späteren Leben sogar zu chronischen Krankheiten führen.

Die Menschen sollten darüber informiert werden, dass es notwendig ist, aufmerksam die kleinen Signale zu beobachten, die der Körper jeden

Tag zum Vorschein bringt. Schwere Krankheiten beginnen unscheinbar und oft fast unmerklich. Die Natur hat ihre eigene Methode, Warnhinweise zu geben, und wir sollten achtsam genug sein, um sie zu deuten. Aus den so genannten unerheblichen Störungen entstehen sehr schmerzhaftes Krankheiten. Eine kleine Schraube kann eine riesige Maschine zum Stillstand bringen.

58. Gesunde Lebensumstände

Es ist allgemein bekannt, dass der menschliche Organismus unter normalen und natürlichen Bedingungen Krankheiten erfolgreich überwinden kann. Somit ist es entscheidend zu wissen, welche Lebensumstände am besten sind. Viele Leute sind mit den elementaren Hygienemaßnahmen zufrieden, aber sie lassen die Grundlagen des Lebens außer Acht.

Die Menschen gehen in Sanatorien, Fitness-Studios, Heilbäder und Wellness-Clubs, um ihre Gesundheit zu verbessern. Dabei übersehen sie die Tatsache, dass sie in solchen Einrichtungen auf engem Raum mit kranken Personen zusammen sind, deren Anwesenheit sich zufallsbedingt zusammensetzt. Nur selten wird ihnen bewusst, dass sie sich in der Gesellschaft von Kranken befinden, während in der Bevölkerung insgesamt die Konzentration kranker Personen wahrscheinlich nicht so hoch ist. In der Lebenswelt von Fitness-Studios, Sanatorien und ähnlichen Einrichtungen sind kaum positive Wirkungen zu finden. Das Zusammensein mit Leuten, deren Aufmerksamkeit mehr auf Krankheit als auf

Gesundheit ausgerichtet ist, kann die Krankheit nur verstärken, und so kommt es eher zur Verschlimmerung als zur Besserung.

Es gibt Menschen, die lieber in Wohnmobilen, Wohnwagen oder Zelten leben. Doch eine Ansammlung vieler Wohnwagen oder Zelte ist nur eine Nachbildung städtischer Lebensbedingungen auf niedrigerem Niveau. An solchen Orten gibt es viel weniger sanitäre Einrichtungen als in einer Stadt. Wenn Menschen an einem Ort zusammenkommen und sich dort vor allem um ihre Gesundheit sorgen, bringt ihnen ihre Beschäftigung damit und ihre Sorge um die Gesundheit schon Krankheit ein. Gedanken sind ansteckend. Im Namen der Gesundheit wird gedanklich meistens Krankheit entwickelt. Allgemein denkt man aus Angst vor Krankheit an die Gesundheit. Auf subtile Weise wird die Angst vor Krankheit aktiviert und breitet sich unter Personen aus, die sich aus gesundheitlichen Gründen zusammenfinden. Normalerweise wird dies nicht erkannt.

Die Menschen sind auf der Suche nach Gesundheit. Sie möchten die ungesunden Lebensbedingungen in ihrer Umgebung verändern.

Schon dieser Gedanke ist ungesund. Wenn er beharrlich genährt wird, sollte die Sehnsucht nach einem natürlichen und normalen Leben mit innerer Freude verbunden werden. Ansonsten werden alle, die nach Gesundheit streben, bald über jede kleine Beschwerlichkeit klagen und sogar darüber Tränen vergießen. Sie sind wie manche Leute, die zu weinen anfangen, wenn es regnet. In einem regenreichen Land wie England kann es jederzeit regnen. Den Regen mit Humor zu nehmen ist hilfreicher als über ihn zu klagen. Humor rückt die Dinge in die Normalität. Eine freudige psychische Energie kann vor vielen äußeren Krankheitsüberträgern schützen. Normalerweise kann der menschliche Organismus die Erkrankungen ohne Hilfe von außen bekämpfen, solange die Psyche voller Freude ist.

59. Harmonie durch das Sein

Die Menschen bemühen sich sehr darum, Gesundheit und Harmonie zu erreichen. Danach streben sie auf jede erdenkliche Weise. Fieberhaft suchen sie nach Harmonie. Sie wissen, dass Harmonie die menschliche Gefühlslage bestimmt, und so spüren sie ein viel stärkeres Harmoniebedürfnis als früher. Durch die Weisheitslehren haben viele von den subtileren Harmonie-Aspekten gehört. Doch es gibt viele Harmonie-Lehrer, die selbst nicht harmonisch sind. Ja! Harmonie ist ein großes Konzept. Die Menschen glauben, sie könnten Harmonie mit Hilfe der äußeren Lebensumstände erreichen. Sie verändern ihre Ernährungsgewohnheiten, ihre Lebensbedingungen, ihren Kleidungsstil, ihre Art der Andacht und ziehen aus zivilisierten und industrialisierten Ländern weg, um nach Indien, Tibet oder sogar in den *Himâlaya* zu gehen. Auf diese Weise entsteht ein geschäftiges Treiben, weil sie sich mit Harmonie umgeben möchten.

Darüber gerät jedoch das fundamentale Gesetz der Harmonie in Vergessenheit. Der Weg zur Harmonie liegt in der Kunst der eigenen

Denkweise. Von innen her muss man den Vorschlag machen, harmonisch zu sein. Harmonie ist kein Ding, kein Gegenstand, den man mit Euros oder Dollars kaufen kann. Sie muss von innen kommen, indem man seine eigenen Empfindungen umgrenzt. Dafür braucht man keine besondere Belesenheit oder Bildung. Manchmal kann eine formal ungebildete Person sie besitzen, während sie den belesensten Köpfen versagt bleibt. Dies mag wie ein plumper Lehrspruch wirken, aber es entspricht der Wahrheit.

Viele kennen das Sprichwort: „Es ist einfach, glücklich zu sein, aber es ist schwer, einfach zu sein.“

Die Menschen sind in Konkurrenzkampf und Habgier versunken. Solange Gewinne und Erfolge das Denken der Menschen erfüllen, drehen sie sich im Kreis, als würden sie einen Mühlstein antreiben. Ihr Denken ist vollauf damit beschäftigt, immer mehr und mehr zu bekommen. Auf diese Weise sind sie ganz in das Handeln und Tun vertieft, bis sie sich selbst verbrennen. In einer Welt des Konkurrenzdenkens und der Habgier bekommen sie als Nebenprodukte Eifersucht, Hass, Wut, Ärger, Sorge, Ab-

lehnung, Geiz und Ähnliches. Diese Nebenprodukte überschatten und vergiften den Verstand und die Gedanken. Aus dem gleichen Grund werden Frieden, Harmonie und Gelassenheit schwer erreichbar.

Die Menschen sollten wissen, dass sie Seiende sind und einen Sinn für das Sein entwickeln müssen. Vom Sinn für das Bekommen sollten sie zum Sinn für das Sein gelangen. Zu Sein und zu handeln ist harmonisch. Nur zu handeln entfernt die Menschen vom Sein. Das Sein ist der Status der Harmonie. Man kann ihn entwickeln, indem man sein eigenes Denken verfeinert. Die Menschen müssen sich neu definieren.

60. Für die Nachwelt verantwortungsvoll handeln

Die Erde ist von einer Gaswolke eingehüllt, und in den vergangenen 100 Jahren hat sich diese unheilvolle Hülle auffallend verdichtet. Weder wissen die Menschen, welcher Schaden in ihnen und in ihrer Entwicklung durch die Herstellung zerstörerischer Gase angerichtet wird, noch können sie einschätzen, wie weit sich diese Gase ausbreiten und welche Giftzusammensetzungen sich aus ihnen entwickeln. Man kann nicht einmal die täglichen Erzeugnisse erörtern und beraten, die zusätzlich durch vorsätzliche Zerstörung überall auf dem Planeten infolge der ständigen Kriege verursacht werden. Die erzeugten Gifte bringen die Menschheit in Bedrängnis. Auf der einen Seite sprechen wir über Gesundheit und über die Schönheit des Planeten, auf der anderen Seite wirken wir an seiner Zerstörung und an der Zerstörung der Menschheit mit. Der Mensch spricht mit zwei Zungen und ist auf dem besten Weg, diabolisch zu werden.

Regelmäßig verursachen wir neue Gefahren und bezahlen mit den neuen Krankheiten da-

für. Wir wissen auch, dass wir selbst für unsere Gesundheit verantwortlich sind und setzen trotzdem unsere unverzeihlichen Untaten endlos fort. Wir sind nicht imstande, uns selbst die Schuld dafür zu geben, aber wir dürfen uns auch nicht jene Dinge verzeihen, die wir tun, um alles Lebensfeindliche zu fördern.

Trotzdem gibt es aufrichtig denkende und handelnde Menschen, die sich immer noch darum bemühen, die Gesundheit auf dem Planeten und für die Menschheit wiederherzustellen. Dies sind einige Überlegungen, die beachtet werden müssen, und wir sollten uns darüber klar sein, dass wir uns durch unsere fortgesetzten unvernünftigen Handlungen ein düsteres Schicksal erschaffen. Unserer Verantwortung können wir nicht entkommen. Wir müssen arbeiten und an die Nachwelt denken. Und wessen Schicksal wird es am Ende sein, in der Zukunft jenes Gift einzuatmen, das wir heute erzeugen? Lokale, regionale und nationale Lösungen reichen für die globale Krankheit nicht aus. Niemand ist in seinem Haus sicher, wenn die Umgebung in Flammen steht. Tun wir nicht das Gleiche wie der römische Kaiser Nero?

61. Beratung und Behandlung gleichwertig

Der Rat eines Arztes wird nicht umfassend befolgt. Wird z. B. einem Patienten empfohlen, tief einzuatmen, dann tut er das für ein paar Tage und lässt es nach kurzer Zeit wieder bleiben. Infolgedessen wird das gewünschte Ergebnis nicht erreicht. Häufig bekommen Patienten Empfehlungen, nachdem sie von einer Krankheit geheilt wurden, aber im Allgemeinen schlagen sie diese Ratschläge in den Wind. Viele Leute bemühen sich nicht wirklich um das letztliche Ziel, ganz gesund zu werden, und deshalb sind die Ergebnisse nur unzureichend. Aus irgendeinem Grund beschäftigen sie sich dauernd mit sich selbst und suchen ständig den Arzt auf. Sehr schnell sind sie dabei, mit dem Finger auf den Arzt zu zeigen. Fairerweise muss man sagen, dass den Ärzten zu viel angelastet wird. Denn die Ärzte tun, was sie tun müssen, nur die Patienten tun es nicht. Sie fallen wieder in ihre eigenen Gewohnheiten und Rhythmen zurück. In gewisser Weise werden die Ärzte von der Gesellschaft ausgenutzt, weil die Menschen wegen jeder Kleinigkeit zum Arzt laufen und

Medikamente haben wollen. Viele Patienten sind halbe Ärzte und nehmen reichlich Medikamente ein, weil sie glauben, dass sie sich auskennen. Doch Halbwissen ist sehr gefährlich, und ohne Kenntnisse zu sein ist dann häufig besser.

Die Patienten sollten bedenken, dass ihr undiszipliniertes Verhalten nicht nur ihnen selbst, sondern auch ihren Ratgebern, den Ärzten, Probleme bringt. Ein beachtlicher Teil der Belastung durch die Krankheit wird von den Patienten aus Bequemlichkeitsgründen an den Arzt weitergereicht.

Patienten sollten bereitwillig auf die Empfehlungen der Ärzte hören. Stattdessen setzen sie diese Ratschläge nur sehr selten in die Tat um. Sie sollten ihr Innerstes überprüfen, denn ihre Zweifel, ihre Bequemlichkeit und ihre Unvernunft führen sie normalerweise immer zu dem gleichen traurigen Ende.

Infolge ihrer Unvernunft meinen die Patienten, dass sie schon vollständig von einer Krankheit genesen seien, wenn sie sich erst halb erholt haben. Sie verhalten sich so, als wären sie vollkommen gesund, obwohl sie nur halbwegs genesen sind und werden wieder leichtsinnig.

Patienten benehmen sich wie Kinder, wenn man so sagen darf. Sie brauchen Beratung vor der Behandlung, während der Behandlung und sogar noch nach der Behandlung. In unserer Zeit scheint immer mehr Beratung notwendig zu sein. Die Beratung ist genauso wichtig wie die Behandlung. Heutzutage stellen Unterweisung und Behandlung die zwei Hände eines Arztes dar.

62. Primärenergie übertragen

Man wird viele Möglichkeiten entdecken, wie Patienten sich selbst Energie zuführen und sich kräftigen können.

Beispielsweise wird man Lebenskraft von besonderen Bäumen, Blumen und Personen, die eine starke Energie haben, übertragen. Die wissenschaftliche Anwendung der Primärenergie wird im Wesentlichen entdeckt, so dass sie der Menschheit zugute kommen wird. Man wird erkennen, welche Bedeutung es hat, wenn man seine Hand liebevoll auf die Schulter des Patienten legt. Dann wird auch das liebevolle Streicheln oder Täschneln auf einem wissenschaftlichen Verständnishintergrund geschehen. Dies sind Prophezeiungen für die Zukunft, die heute noch Träume sind.

Die gegenwärtigen medizinischen Behandlungen erweisen sich als schwach und unzureichend, denn sie sind nicht in der Lage, mit den zunehmenden Krankheiten fertig zu werden. Mögen sich die Ärzte für solch eine fiktive Zukunft öffnen. Die Fiktion der Gegenwart ist die Wissenschaft von morgen.

63. Krankheit – eine Wiedergutmachung

„Ich kann nicht länger warten!“ So denkt normalerweise jeder Patient, aber die Frage ist: Hat er überhaupt gewartet?

Die Menschen sind so unruhig, dass sie nicht warten. Sie sind in höchstem Maße genervt und gereizt, leicht verärgert und hegen in ihrem Inneren viel Bosheit. Dies sind, kurz gesagt, die wahren Epidemien. Infolge solcher Schwächen wie Reizbarkeit, Zorn und Bösartigkeit entwickeln sich Reizungen der Schleimhäute sowie bösartige Tumore. Sie beeinflussen die besondere Strömung und verursachen eine unreine Atmosphäre. Die menschlichen Ausstrahlungen sind kraftvoll. Sie können giftig und auch von übler Natur sein. Nicht die Krankheit der Menschen beeinträchtigt die besondere Strömung, sondern ihre eigene Bösartigkeit greift die besondere Strömung an.

Krankheit ist nichts anderes als eine Wiedergutmachung. Die negativen emotionalen Energien, die generell in den Menschen aufsteigen und sie umgeben, sind die eigentliche Krankheit. Das unehrliche Spiel der Menschen hat Krank-

heit zur Folge. Krankheit ist eine Wiedergutmachung, der Preis, den die Menschheit für ihre unreine Energie bezahlt. Dies ist ein Teufelskreis, den man nicht so leicht durchbrechen kann.

Die Religionen wurden herausgebildet, um eine Lösung anzubieten, doch die Menschheit machte sie zu einem Hilfsmittel für Machtspiele. Heute werden die Religionen für Machtspiele benutzt und nicht, um die Rätsel der Menschen zu lösen. So ist der Mensch zu einem Rätsel für sich selbst geworden.

Kluges Denken und Handeln – anstelle von Glaubensüberzeugungen, Religionen und Aberglaube – sind die Mittel zur Verbesserung.

Auf ausgeklügelte Art wurden auch die Weisheitslehren der Vergangenheit verzerrt und in unredlicher Weise benutzt. Das menschliche Denken, das eigentlich ein Hilfsmittel zur Erlösung der Menschen ist, wurde zu einem Dämon an der Schwelle, der alles Gute ins Gegenteil verkehrt. Durch die komplizierte, trickreiche menschliche Wesensart wird auch die Arbeit für Gesundheit und Heilung verdreht. Wir müssen diesen Trick austricksen.

64. Kommerzielles Gesundheitswesen

Die eigentliche Krise der Menschen sind nicht die Finanzen, die Politik und die in diesem Zusammenhang entstehenden Aggressionen. Die eigentliche Krise ist die menschliche Gesundheit. Den ehrenwerten Berufen des Arztes und des Apothekers wird die Gesundheit anvertraut. Der Arzt ist aufgefordert, die Krankheit zu diagnostizieren, und der Apotheker soll die notwendige Medizin herstellen, mit der die diagnostizierte Krankheit geheilt werden kann. Er hat auch die Verpflichtung, dafür zu sorgen, dass die Medikamente, die er bereitstellt, zur Wiederherstellung der Gesundheit beitragen und keine anderen Krankheiten im Körper verursachen. Durch das Gesetz der Natur ist der Apotheker dazu verpflichtet, die Kranken nicht durch die Medikamente zu vergiften. Auch der Arzt ist durch das Gesetz der Natur verpflichtet, für die passende Medizin zu sorgen, um die Krankheit zu heilen und keinesfalls das Gesundheitssystem der Patienten zu schädigen.

In unserem Hochgeschwindigkeitszeitalter, in dem jede Aktivität von kommerziellen und

politischen Aspekten beherrscht wird, greifen diese Faktoren auch auf die edlen Heilungsberufe über. Sie haben die Tendenz entwickelt, sich extrem kommerziell auszurichten. Statt auf sein Wissen verlässt sich der Arzt auf die Technik, und seine Diagnose basiert nicht mehr auf den Verhaltensmustern, dem familiären Hintergrund und den allgemeinen Lebensbedingungen des Patienten. So gut wie gar nicht wird dessen körperliche Verfassung überprüft. Mitgefühl, eins der wichtigsten Prinzipien beim Heilen, bleibt völlig unbeachtet. Das traditionelle Prinzip der Zusammenarbeit und Betreuung der ganzen Familie wird durch kommerziell orientierte und technologische Diagnosen ersetzt.

Man sollte unbedingt die herzliche und seelische Beziehung zwischen den Ärzten und ihren Patienten untersuchen. Es fehlt das mitfühlende Zuhören. Die diagnostischen Kompetenzen werden den technischen Apparaten übertragen. Ärzte reden in einer unverständlichen Sprache und haben kaum Zeit, die Patienten durch Worte und Gesten heilend zu berühren. Somit ist das Vertrauen der Patienten zu diesem System auf einem Tiefpunkt angelangt.

Der menschliche Körper wird wie eine Maschine behandelt, die zur Reparatur gegeben wird.

Richtigerweise könnte man die derzeitige medizinische Praxis zur Wiederherstellung der Gesundheit als „mechanische Behandlung von Maschinen, die zur Reparatur gegeben wurden“ bezeichnen.

Gewissenhafte Ärzte befinden sich in einem Konflikt. Dieser Konflikt entsteht einerseits durch das Unvermögen, jenes Wissen anzuwenden, das sie sich über Jahrzehnte angeeignet haben, und andererseits durch die Aggression des modernen unternehmerischen Systems im Umgang mit den Patienten. Technologie und Pharmazie, die von kommerziellen Überlegungen geleitet werden, zwingen den Arzt, seine Patienten immer wieder technischen Tests und vielen Medikamentengaben auszusetzen. Infolgedessen werden selbst in den entwickelten Ländern die Menschen dazu gedrängt, alternative Heilungssysteme zu finden, die natürlich sind und der natürlichen Vernunft entsprechen. Es ist dringend erforderlich, dass gewissenhafte Regierungen das medizinische System korrigieren. Wenn eine

Regierung sich aus dieser fundamentalen Verantwortung in Bezug auf die nationale Gesundheit stiehlt, wird das Gesundheitswesen schließlich den geldgierigen Geiern hingeworfen. Der Niedergang der staatlichen Gesundheitseinrichtungen und die Rechtsansprüche der privaten Krankenhäuser sind an der Tagesordnung. Auch in Großbritannien erlebt man diesen Niedergang und den Aufstieg der Privatisierung.

Die Arbeit eines Königs darf nicht von einem Geschäftsmann erledigt werden. Regierungen dürfen ihre Verantwortungen nicht multinationalen Konzernen übertragen. Unternehmen und Konzerne werden vom Gewinn-Motiv angetrieben, aber nicht Regierungen. Sie haben die entsprechende Macht, um wichtige Bereiche wie Gesundheit, Schutz und soziale Institutionen zu regeln. Dennoch werden solche Einrichtungen privatisiert, und die Belange der Menschen bleiben im Allgemeinen unberücksichtigt. Ein Land ohne Regierung landet im Chaos. Die Staatsführung darf nicht in die Hände von gewinnorientierten Handelskonzernen abgegeben werden. Solange sich an dieser Situation nichts ändert, wird das gegenwärtige Übel weiter zunehmen.

65. Reinhaltung der Umwelt

Jegliche Einnahme gefährlicher Substanzen hat spürbaren Einfluss auf die menschliche Gesundheit, aber von wie vielen Substanzen weiß man, dass sie für die Einnahme gefährlich sind? In unserer Zeit werden die Menschen von Krankheit verschlungen, und die medizinische Wissenschaft arbeitet unermüdlich daran, pharmazeutische Lösungen für die Heilung der Krankheiten zu entwickeln. Es entstehen unzählig viele Krankheiten, die jedes Jahr neue Virusarten und unheilbare Leiden bringen. Die Vergesslichkeit der Menschen nimmt rapide zu, und dies zeigt die Auswirkung der Krankheit auf die Intelligenz an.

Noch hat man nicht vollständig erkannt, was die Menschen einatmen. Heutzutage atmen sie eine Menge sichtbare und unsichtbare industrielle Ausdünstungen ein. Ringsum gibt es viel Luftverschmutzung, und ständiges Einatmen solcher Luft hat gefährlichen Einfluss und bedrohliche Auswirkung auf die Gesundheit aller Lebewesen. Wiederholt werden unkontrollierte, gefährliche Substanzen eingeatmet, die sich im gesamten Or-

ganismus der Menschen niederlassen und jede Heilung unmöglich machen.

Wenn solche Gegebenheiten von Personen, die auf Reinheit bedacht sind, wiederholt angesprochen werden, tut die Wissenschaft dies verächtlich ab. Man macht sich darüber lustig und versucht jene Personen zu verunsichern. Leider unterschätzen die Befürworter des Modernismus die Auswirkung der Gase, die aus verschiedenen chemischen Substanzen austreten.

Viren entwickeln sich mit solcher Geschwindigkeit, dass eine Virusinfektion innerhalb von 24 Stunden sehr heftig werden und das Gehirn, das Herz und die Lunge angreifen kann. Die Situation ist ernst und wird nicht angemessen von den leichtfertigen Zerstörern der Gesundheit auf dem Planeten eingeschätzt.

Die Reinhaltung der Umwelt liegt in der Verantwortung jedes Bürgers, jeder Bürgervereini-gung, jeder Nation und jeder großen Menschen-gruppe. Man kann nicht blind gegenüber der ungesunden Umwelt sein. Viele meinen, dass es den Aufwand nicht lohnt, sich darum zu küm-mern. Darin zeigt sich die oberflächliche Ein-stellung, dass die Welt trotz der auftretenden

Verunreinigungen durch die chemische Industrie irgendwie weitergehen wird. Solche Leute sind blind. Sie sehen nicht all das Leiden und Unglück, das die Menschheit durch solch unverantwortliche Tätigkeit herbeizieht.

Es ist nicht die Absicht dieses Editorials, Angst zu machen, sondern daran zu erinnern, dass wir die Verantwortung für die Reinheit unserer Atmosphäre haben. Die Menschen können die Folgen dessen, was sie selbst gesät haben, nicht unbegrenzt lange hinausschieben.

Durch langwierige Erkrankungen werden Krankheitserreger verbreitet, die wiederum nicht erkannt werden. Sie geben die Erkrankungen an die Umgebung weiter und setzen die Infizierung des Raums fort. Eine allgemeine, bewusste Zusammenarbeit ist vonnöten, um die Verlängerung der Krankheiten und ihrer Verbreitung zu beenden. Dem Planeten Hilfe zu leisten, liegt in den Händen der ganzen Menschheit. Als Erstes muss verstanden werden, dass der Mensch die Gesundheit nicht nur für sich selbst, sondern auch für seine ganze Umwelt bewirkt. Nur in dieser Erkenntnis liegt Menschlichkeit. Dieses Empfinden kann nicht aufgezwungen, verordnet

oder befohlen werden. Es muss von allein aus der Tiefe des menschlichen Herzens kommen.

Es ist unzulässig, als Egoist zu leben und nur an sich selbst zu denken. Wir müssen gemeinsam denken und handeln, denn die irdische Situation wird bitter. Heute stellen die Wissenschaften bereits fest, dass die Erde einen beerdigten Leichnam nicht mehr so schnell wie früher absorbieren kann.

Wir wollen uns nicht in den Winkeln unseres Denkens verstecken, wenn es notwendig ist, die volle Aufmerksamkeit aufzubringen. Wir wollen uns nicht als Menschheit erweisen, die sich selbst zerstört.

66. Ausgewogene Lebensenergie

Der immerwährende Fluss des Lebens hängt mit der Funktionsfähigkeit des menschlichen Vitalkörpers zusammen. Von den Heilern und Ärzten des Altertums wurde der Vitalkörper als Realität erkannt. Die Lebensenergie aktiviert die Widerstandskraft gegenüber Krankheiten. Wer eine starke Lebensenergie hat, erkrankt weder infolge des Wechsels der Jahreszeiten, noch fällt er den vielfältigen Viren- oder Grippeerkrankungen zum Opfer. Solche Personen stecken sich nur selten an. Die Lebenskraft weist auf eine gute Atmung und eine kräftige Blutzirkulation hin, und die Menschen des Altertums achteten auf wirkungsvolle Atmung in frischer Luft. Tiefes Einatmen ermöglicht tiefes Ausatmen und die Ausscheidung der Kohlenstoffe im Körper. Man legte Wert auf effiziente Ausscheidung von Stuhl, Urin und Schweiß und erreichte dies mühelos durch kraftvolles Ein- und Ausatmen. Die Menschen achteten darauf, dass Ein- und Ausatmung ausgeglichen waren, aber auch alles andere, was sie zu sich nahmen und ausschieden. Wer mit der Energie weise umgeht,

muss dafür sorgen, dass er ebenso viel ausscheidet wie er seinem Körper zuführt. Nur dann ist das Gleichgewicht gewährleistet. Man sollte bedenken, dass dem Essen auch eine gründliche Entleerung des Darms folgen muss. Genauso wie auf jedes Einatmen das Ausatmen folgt, sollte auf jedes Essen und Trinken eine Ausscheidung folgen. Außerdem sollte man dafür sorgen, dass der Körper über Urin und Schweiß genügend Flüssigkeiten ausscheidet. Darauf sollte man achten.

Die Ausgewogenheit von Aufnahme und Ausscheidung ist nicht auf Essen und Trinken begrenzt. Sie umfasst auch das Sprechen und Zuhören sowie die Klangqualität von beidem. Durch all seine Sinne nimmt der Mensch viele Informationen mit der entsprechenden Energie auf. Die Energiequalität, die er durch seine Augen, Ohren, Nase und Haut aufnimmt, stellt ebenfalls einen Zufluss dar, der Auswirkungen auf ihn hat. Er kann eine emotionale oder mentale, konfliktgeladene Energie mit sich bringen, er kann eine reine oder unreine Energie enthalten usw.

Darüber hinaus sammelt der Mensch viele materielle Dinge um sich. Er muss darauf ach-

ten, dass er sie weitergibt und dadurch die Energien im Gleichgewicht erhält. Okkult ausgedrückt: Sobald der Mensch darauf ausgerichtet ist, mehr zu empfangen als zu verteilen, gilt er als verstopft. In den zivilisierten Nationen ist Verstopfung eine weit verbreitete Erkrankung und die tägliche, vollständige Leerung des Darms keineswegs die Normalität. Das liegt an der subtilen Wirkungsweise der Energien in den Personen, die mehr Empfangende als Gebende sind. Die Menschen wollen lieber materielle Dinge empfangen und sie streben nach emotionaler und mentaler Erfüllung. Aber sie müssen diese drei Energiearten auch abfließen lassen, um für einen freien Fluss der Lebensenergien in ihrem Körper zu sorgen. Wer die dreifache Energie nicht teilen und weitergeben kann, verursacht einen Stau im Lebensfluss. Verstopfung ist nur eine seiner Erscheinungsformen. Wenn sich die Verstopfung festsetzt, vervielfältigt sie sich in Form vieler anderer Krankheiten, z. B. als häufige Erkältungen, Halsentzündungen, Gelenkschmerzen, Dysfunktion der Leber und des Magens usw.

Durch richtiges Verstehen der psychischen Energie sollten sich die Ärzte in unserer Zeit

darum bemühen, die Energien in den Patienten ins Gleichgewicht zu bringen. Sie sollten beobachten, ob die Aufnahme und Verteilung der psychischen Energie in den Patienten im Gleichgewicht sind. Dies dürfen sie nicht vernachlässigen.

67. Die Gesundheit schützen

Die Gesundheit sollte geschützt werden. Dass wir unsere Gesundheit schützen müssen, ist keineswegs eine ungewöhnliche Information. Trotzdem ist es vor allem in unserer Zeit erforderlich, darauf hinzuweisen, dass die Gesundheit geschützt werden muss. Die Feuer wüten auf unserem Planeten, und ihre Auswirkungen sehen wir im Feuer der Bomben, die die Menschen immer wieder gegeneinander einsetzen. Wälder stehen in Flammen, sei es in Kalifornien oder in anderen Regionen der Erde. Die Feuer im Wasser tosen und verursachen Tsunamis und andere Turbulenzen in den Küstenregionen. Überall wüten Feuer und der Planet wird feurig. Die globale Temperatur steigt an. In der Welt gibt es starke Triebkräfte, viel Schnelligkeit und hohe Geschwindigkeit, und dies ist ebenfalls auf die tobenden Feuer zurückzuführen. Das Feuer ist in Tätigkeit und aus esoterischer Sicht wird dies als feuriger Dienst betrachtet. Man sagt, dass das Feuer der Menschheit eine noch nie da gewesene Entwicklung bringt. Es trägt auch zu den daraus resultierenden Kohlenstoffen bei, und

deshalb muss die Gesundheit geschützt werden. Die heutige Herausforderung für die Menschheit besteht darin, das Feuer des Lebens zu akzeptieren und den sich daraus ergebenden Wirkungen standzuhalten.

Jeder Erneuerung durch das Feuer geht das Verbrennen voraus. Was nach dem Verbrennen übrig bleibt, wird als rein betrachtet. Heutzutage ist der menschliche Gedanke selbst feurig. Er ist sehr schnell und energiegeladen. Von innen kommen feurige Gedanken, und auch rund um den Planeten gibt es feurige Manifestationen. Deshalb müssen die Menschen ihre Gesundheit schützen, indem sie ihr Bewusstsein anheben und sich nicht nur im emotionalen und mentalen Bereich aufhalten. Das Feuer verbrennt alle Konstruktionen des Verstandes und lässt die Emotionen verdampfen. Während der emotionale und mentale Zustand durch Feuer umgewandelt werden, bilden sich durch den Kohlenstoff Nebenprodukte, die als Krankheiten sichtbar werden.

Die Menschen sollten lernen, ungeachtet der Krankheiten voranzukommen. Sie sollten so gute Lernende sein, dass sie unheilbare Krankheiten akzeptieren und ertragen können und

sich in ihrem Bewusstsein weiterentwickeln. Als gute Lernende sollten sie erkennen, dass der physische Körper nur ein Fahrzeug und sie selbst die eigentlichen Reisenden sind. Wenn das Fahrzeug unterwegs zusammenbricht, steigt der Reisende in ein anderes Fahrzeug um. Genauso macht es auch der Mensch. Für den Reisenden ist die Reise wichtig. Aus diesem Grund hat das Fahrzeug ebenfalls Bedeutung, aber es darf die Reise nicht bestimmen. Der Reisende entscheidet sich, die Reise mit oder ohne Fahrzeug fortzusetzen. Indem sie die richtigen Prioritäten setzten, haben sich die Menschen des Altertums den Weg ins Licht gebahnt und der Menschheit Licht gebracht. Dem Körper einen zu hohen Stellenwert zukommen zu lassen und den körperlichen Bedürfnissen zu viel Aufmerksamkeit zu schenken ist ebenfalls ein Faktor, der zu körperlichen Erkrankungen beiträgt. Wenn ein Pferd überfüttert, zu sehr verhätschelt und beschützt wird, taugt es nicht mehr für eine Reise. Möge der menschliche Körper durch angemessene Disziplin in rechter Weise benutzt werden. Nichtärztlichen Diensten kommt in diesem Zusammenhang große Bedeutung zu.

68. Subtile Energien aktivieren

Ärzte, Wissenschaftler und alle, die im medizinischen Bereich arbeiten, denken, dass der Lebensprozess nur in den Körpergeweben enthalten ist. Dabei vergessen sie, dass die schöpferische Kraft des Kosmos ständig von den subtilen Energien und von jenem unsichtbaren Prozess gestärkt wird, der fortwährende Veränderung und Verbindung mit dem kosmischen Leben ermöglicht. Durch verschiedene Schwingungen der subtilen Energien wird die Lebensaktivität intensiviert. Diese subtilen Energien werden von jenen Personen, die für die Gesundheit arbeiten, nicht genügend wahrgenommen, auch nicht von den Wissenschaftlern. Zur schöpferischen Kraft des Kosmos gehört der ständige Austausch von Energien, die mit dem Grobstofflichen, Feinstofflichen, Feinstofflicheren und Allerfeinstofflichsten verbunden sind. Die psychische Energie im Menschen beruht auf den sich verändernden besonderen Energien. Es gehört zum Allgemeinwissen, dass Menschen zu verschiedenen Zeiten unterschiedliche Stimmungen haben, die sich auf keine Ursache zu-

rückführen lassen. Doch die Ursache liegt im Kosmos. Die Erhaltung der psychischen Energie beruht auf dem spirituellen Fortschritt. In der Tat muss die Menschheit erkennen, dass die Lebensaktivität nicht auf die Blutkörperchen oder die Blutzirkulation im Körper begrenzt ist. Das Blut ist jene magnetische Flüssigkeit, die durch die elektromagnetische Wirkung der psychischen Energie belebt werden kann. Wird die psychische Energie aufgefrischt, dann empfängt die Blutqualität eine größere Vitalität und beseitigt Kraftlosigkeit, Schwächezustände und Krankheiten. Die Menschheit kann sich durch eine positive, dynamische Ausrichtung selbst weiterhelfen, und diese Einstellung kann durch positive, dynamische Handlungen der Liebe und des Dienstes noch ergänzt werden. Man kann nicht mit böswilliger Gesinnung oder Feindseligkeit arbeiten und gleichzeitig auf eine gute Gesundheit hoffen. Krankheit kann durch guten Willen und durch tatkräftige Liebe verhindert werden. Die Weisen im Osten und im Westen widersetzen sich drohenden und vernichtenden Krankheiten durch ihre Werke, die von gutem Willen, Liebe und Licht geprägt sind.

Unglücklicherweise haben die Menschen ihre Verbindung mit dieser subtilen Energie aufgrund ihrer außerordentlich starken Ausrichtung auf materielle Aspekte abgebrochen. Im Allgemeinen leben die Menschen auf der Stufe, dass sie erst sehen müssen, bevor sie glauben. Aber Sehen ist nicht alles, denn es ist nicht vollständig. Äußeres Sehen kann durch Erkenntnis ergänzt werden, und dann sieht man besser. Außerdem kann es durch Vision ergänzt werden. Die Existenz subtiler Energien darf nicht bestritten werden. Aber nicht nur das – die Menschen sollten lernen, die subtilen Energien weise zu nutzen und sie in ihrem Inneren durch richtige Ausrichtung, Vorstellung und Visualisierung, die mit fairem Handeln und Sprechen verbunden sind, zu aktivieren. Anders als die Tiere können die Menschen ihr Leben so gestalten und strukturieren, dass sie sich auf die subtilen Energien ausrichten und dadurch einen Kanal für ihren Zustrom aufbauen. Diese Strukturierung wird als die ätherischen Zentren beschrieben, die die Tätigkeit der verschiedenen Nervenstränge im Rückenmark veranlassen. Wenn die Nervengeflechte von der Zirbeldrüse,

Hypophyse bis zum Solarplexus, Sakral- und Basiszentrum richtig verstanden werden und man ihren positiven Beitrag zur menschlichen Psyche erkennt, werden die Menschen den Schlüssel zu vollständiger, guter Gesundheit finden, die auch ungeachtet von Schmutz und Dreck ringsum erhalten bleibt. Hier wird von der Wissenschaft erwartet, dass sie aktiv wird, um für die Nachwelt eine dauerhafte Lösung zu finden.

69. Psychische Energie nachfüllen

Ein Meister der Weisheit sagt: „Krebs kann mit psychischer Energie behandelt werden. Ein Mangel an psychischer Energie im Blut verursacht die Krankheit.“ Häufig wird die psychische Energie infolge eines übermäßigen Energieaufwands aufgebraucht, wobei der individuelle Wille zugunsten der Umgebung ausgetrieben wird. Der Kehlkopfkrebs von Ramakrishna entstand aus seinem überaus starken Ausstrahlen und Verbreiten der Spiritualität. Bei normalen Menschen kann intensives Abfließen der psychischen Energie durch Angst, Gereiztheit, Ärger, Empörung, Zorn, Eifersucht, Hass usw. zum Austrocknen der psychischen Energie führen. Auch spirituelle Lehrer stehen in dieser Gefahr aufgrund der gewaltigen psychischen Energie, die sie abgeben, indem sie Gedanken des Dienens, Heilens und Wohlergehens bis in entfernte Länder aussenden.

Es ist wichtig und notwendig, die Energien für das Wohlergehen der Gesellschaft im Allgemeinen zu verwenden, doch es sollte eine Möglichkeit geben, die verausgabten Energien wieder

aufzufüllen. Genauso wie man seinen Magen mit Essen und Trinken auffüllt, sollten auch die abgegebenen psychischen Energien durch die richtige Verehrungs-, Gebets- und Meditationstechnik wieder aufgefüllt werden. Die Energiemenge, die verbraucht wurde, muss wieder nachgefüllt werden. So ist das normale Gesetz.

Wenn ein Psychiater die psychischen Energien in seiner eigenen Person nicht nachfüllt und auffrischt, indem er sich mit der umgebenden subtilen Welt verbindet, wird er schließlich selbst psychiatrische Behandlung brauchen. Wenn Ärzte krank werden, zeigt dies nur, dass sie sich nicht der höheren Dimension des Heilens zuwenden. Ein Arzt sollte wissen, dass die Heilungsenergien, die er übermittelt, täglich wieder aufgefüllt werden müssen. Dies sollte nicht nur durch den Schlaf, sondern auch durch die passenden Gebete und Meditationen geschehen. Man kann sogar zu einem Kanal werden, der Heilungsenergien in sich aufnimmt und sie während der Heilungsarbeit in reichem Maße weitergibt.

Wenn Ärzte sich Krankheiten wie Krebs zuziehen, dann zeigt dies nur ihren Mangel an Kenntnis darüber, wie sie sich mit den nötigen

psychischen Energien wieder auffüllen können. Es gibt Beispiele, wo Psychiater selbst psychisch krank wurden, nachdem sie über längere Zeit Patienten behandeln mussten, die unter Angst und Depression litten. Da der Psychiater mit dieser Angst umgeht und sie behandeln möchte, ist es nicht unwahrscheinlich, dass er selbst mit der Angst-Energie in Berührung kommt. Wenn er bei seinen Patienten mit Hass, Eifersucht und Misstrauen zu tun hat, ist es nicht ungewöhnlich, dass er ebenfalls diese Energien in seinem Inneren entwickelt. Genauso wie ein Polizist sogar zu Hause Verdächtiges entdeckt, können auch Ärzte zu Opfern jener Energien werden, die sie bei ihren Patienten behandeln. Es gab Ärzte, die Fälle zu behandeln hatten, in denen die Patienten von Schrecken und Entsetzen gepackt waren. Danach fielen jene Ärzte selbst diesen Energien zum Opfer. Aus diesem Grund ist es wichtig, täglich die Energien zu reinigen, von denen man umgeben ist und sich reichlich mit lebensnotwendigen Heilungsenergien aufzufüllen. Die Ärzte sollten nicht den Krankheiten erliegen, mit denen sie zu tun haben. Deshalb sollten Ärzte von der Existenz der gött-

lichen, subtilen Energien überzeugt sein. Außerdem sollten sie mit der Technik vertraut sein, wie sie sich mit den subtilen Energien verbinden können. In diesem Zusammenhang ist die tägliche Meditation über goldenes Licht oder das Morgenlicht außerordentlich wichtig.

Anhang

Über den Verfasser



Seit vielen Jahren lehrt K. Parvathi Kumar diverse Weisheitskonzepte und führt viele Gruppen in Europa, Latein-Amerika und Nord-Amerika auf den Yoga-Pfad der Synthese. Seine Lehren sind zahlreich und vielfältig. Sie sind praxisorientiert und dienen nicht der bloßen Information.

Für seine Leistungen als Vortragsredner rund um die Welt wurde K. Parvathi Kumar von der Andhra Universität 1997 mit dem Titel „Doktor der Literaturwissenschaften h. c.“ ausgezeichnet. 2013 wurde er von der Andhra Universität zum Professor ernannt.

Auf der Grundlage der Spiritualität arbeitet K. Parvathi Kumar im Bereich der Wirtschaft, Gesellschaft und Kultur. Seiner Meinung nach haben spirituelle Übungen nur einen Wert, wenn sie zum wirtschaftlichen, kulturellen und gesellschaftlichen Wohlergehen der Menschheit beitragen.

K. Parvathi Kumar hat ein tiefes Wissen in der Symbolik der Weltschriften und ist ein ausgezeichneter Kenner der Astrologie und Homöopathie. In seinen Vorträgen und Seminaren zeigt er Zusammenhänge und Übereinstimmungen zwischen der christlichen Lehre, den *vedischen* Schriften und den theosophischen Büchern von H. P. Blavatsky und Alice A. Bailey. Seine Themen umfassen die Bereiche Meditation, Yoga, Astrologie, Heilen, Farbe, Klang, Symbolik, Zeitzyklen, vergleichendes Studium der Weltschriften usw.

Neben seiner beruflichen Tätigkeit und den Verpflichtungen als Familienvater führt er in ehrenamtlicher Arbeit Menschen in Indien, Europa, in Süd- und Nordamerika in die Weisheitslehre ein. Er sagt: „Weisheit ist kein persönliches Eigentum. Man kann sie nicht besitzen. Es ist wichtig, folgende Werte als Grundlagen des menschlichen Lebens zu verstehen und täglich anzuwenden:

- miteinander zu teilen,
- füreinander verantwortlich zu sein und
- füreinander zu leben.

Der Herausgeber

Über den Verlag

Die Edition Kulapati arbeitet im Rahmen des World Teacher Trust e. V., um einen Zugang zur zeitlosen Weisheit anzubieten.

Der World Teacher Trust wurde im Jahre 1971 von Dr. Ekkirala Krishnamacharya in Visakhapatnam (Indien) ins Leben gerufen. Heute ist Dr. K. Parvathi Kumar Präsident des internationalen World Teacher Trust. Mehr als 18 Jahre arbeitete er mit Dr. Ekkirala Krishnamacharya zusammen und begleitete ihn auf seinen Reisen durch Europa. Um die geistige Synthese zwischen Ost und West zu fördern, wurde der World Teacher Trust auch in Europa und Amerika gegründet.

Die Edition Kulapati veröffentlicht die deutschen Übersetzungen der Bücher dieser beiden großen Lehrer der spirituellen Wissenschaften. Die Veröffentlichung der Bücher wird durch freiwillige Mitarbeit von Personen ermöglicht, die dem World Teacher Trust nahestehen. Die Einnahmen aus der Verlagstätigkeit werden nur für die Veröffentlichung neuer Bücher und für Folgeauflagen verwendet. Die Bücher können über den Buchhandel bezogen werden oder di-

rekt bei „Synergia Verlag und Auslieferung“ in
64380 Roßdorf, Industriestr. 20 unter:
www.synergia-verlag.de oder www.kulapati.de

Von Ekkirala Krishnamacharya sind in
deutscher Übersetzung bei der Edition Kulapati
die folgenden Bücher erschienen:

- DER WELTLEHRER –
DIE ANKUNFT VON LORD KRISHNA
- DER YOGA DES PATANJALI
- DIE WEISHEIT DES PYTHAGORAS
- DIE WEISHEIT DES STERNENHIMMELS
- DIE WISSENSCHAFT DER HOMÖOPATHIE
- EINWEIHUNG
- MANDRA GITA – EINE BHAGAVAD GITA FÜR DAS
WASSERMANNZEITALTER
- MEDITATION ZUM VOLLMOND
- MEISTER CVV
- MUSIK DER SEELE
- MYSTISCHE MANTREN UND MEISTER CVV
- OPFER DES MENSCHEN
- SPIRITUELLE ASTROLOGIE
- SPIRITUELLE PSYCHOLOGIE
- WEISHEITSGESCHICHTEN

Von K. Parvathi Kumar sind in deutscher Übersetzung bei der Edition Kulapati die folgenden Bücher erschienen:

- AGNI – DAS FEUERRITUAL UND SEINE SYMBOLIK
- ASHRAM — REGELN FÜR DEN EINTRITT
- BLÄTTER AUS DEM ASHRAM — ASHRAM LEAVES
- DAS WASSERMANNKREUZ
- DATTATREYA – SYMBOL UND BEDEUTUNG
- DER ÄTHERKÖRPER
- DER LEHRER – SINN UND BEDEUTUNG
- DER WASSERMANN-MEISTER
- DER WEG ZUR UNSTERBLICHKEIT –
DAS VENUSPRINZIP
- DIE EHE – DAS HEILIGE SAKRAMENT
- DIE LEHREN VON KAPILA
- DIE LEHREN VON SANAT KUMARA
- DIENST – EINE LEBENSART — ON SERVICE
- DIE SONNE – DAS BIN ICH
- DIE THEOSOPHISCHE BEWEGUNG
- GEBETE — PRAYERS
- GESUNDHEIT UND HARMONIE (BAND I UND II)
- HERKULES – DER MENSCH UND DAS SYMBOL
- INVOKATIONEN DER VIOLETTEN FLAMME —
VIOLET FLAME INVOCATIONS
- JUPITER – DER PFAD DER ERWEITERUNG

- KAPILA UND KARDAMA – DIE QUINTESSENZ DES PFADES
- KLANG – DER SCHLÜSSEL UND SEINE BEDEUTUNG
- MANTREN – BEDEUTUNG UND ANWENDUNG (+ 2CD)
- MARS – DER KUMARA
- MEISTER CVV – SATURN-REGULIERUNGEN
- MEISTER EK – DER LEHRER DES NEUEN ZEITALTERS
- MERKUR – DER ALCHEMIST
- MITHILA – GRUNDLAGEN EINER SPIRITUELLEN ERZIEHUNG
- OKKULTE MEDITATIONEN
- OM NAMO NARAYANAYA – BEDEUTUNG, SINN UND ANWENDUNG
- SARASWATHI – DAS WORT
- SATURN – DER WEG ZUM SYSTEMATISCHEN WACHSTUM
- SHIRDI SAI SAYINGS – WORTE DER WEISHEIT
- SPIRITUALITÄT UND GESCHÄFTSWELT
- SPIRITUELLES HEILEN
- ÜBER DIE LIEBE
- ÜBER DIE STILLE
- ÜBER VERÄNDERUNG — ON CHANGE
- URANUS – DER ALCHEMIST DES ZEITALTERS
- VIDURA, LEHREN DER WEISHEIT
- ZEIT – DER SCHLÜSSEL