

Vaisakhbrief



HAMSA ŠIVA SOHAM



Löwe 2007 Simha

Brief Nr. 4 / Zyklus 21 – 23. Juli bis 23. August 2007 / World Teacher Trust e.V.



Invokation

May the light in me be the light before me.

May I learn to see it in all.

May the sound I utter reveal the light in me.

May I listen to it while others speak.

May the silence in and around me present itself,
the silence which we break every moment.

May it fill the darkness of noise we do,
and convert it into the light of our background.

Let virtue be the strength of my intelligence.

Let realisation be my attainment.

Let my purpose shape into the purpose of our earth.

Let my plan be an epitome of the divine plan.

May we speak the silence without breaking it.

May we live in the awareness of the background.

May we transact light in terms of joy.

May we be worthy to find place in the eternal kingdom OM.

Vaisakhbrief



Brief Nr. 4 / Zyklus 21 – 23. Juli bis 23. August 2007 – ॐ

Inhalt

Meister <i>EK</i> • Invokation.	2. Umschlagseite
Ausrichtung für die Gruppen im Sonnenjahr 2007-2008	2
Invokation für ein vereintes Europa	3
Botschaft an die Jünger	4
Gebet für das Jahr	5
Botschaft für den Monat Löwe ॐ	6
Botschaft des Lehrers • Die Form und der Inhalt	7
Lord <i>Krishna</i> • <i>Gîtâ-Upanishade</i> — Die Lehre des Handelns	8
Botschaft von Lord <i>Maitreya</i> • Gruppe und Gruppenleben	9
Botschaft von Meister <i>Morya</i> • <i>Maruvu Maharshi</i> — Meditation und Schwindelgefühl.	10
Botschaft von Meister <i>Kût Hûmi</i> • <i>Devâpi Maharshi</i> — ASW	11
Botschaft von Meister <i>EK</i> • Vergleich zwischen Jünger und Verehrer.	12
<i>Vidura</i> • Lehren der Weisheit	13
<i>Shirdi Sai</i> • Worte der Weisheit — Die Zusammenkunft	14
Botschaft von <i>Śrî Râmakrishna</i> • Buchwissen.	15
Gebet eines Laien • 2	16
Jüngerschaft • 16. Mystizismus	17
OKKULTE MEDITATIONEN • Meditation 8	18
BLÄTTER AUS DEM ASHRAM • 9. OM	20
<i>RUDRA</i> • 10. <i>Rohithaya</i>	22
ÜBER DIE LIEBE • 5.	23
ÜBER VERÄNDERUNG • 5	24
ÜBER DIE STILLE • 5	25
Hymne an <i>Agni</i> • 5	26
Eine Seite für Jugendliche • Ethik, MITHILA Editorial 18.	27
PARACELUSUS – HEALTH & HEALING • Editorial Nr. 34	28
Gruppenaktivitäten und Kalenderdaten	30
Meister <i>DK</i> • Große Invokation.	3. Umschlagseite
OM	4. Umschlagseite

Dr. K. Parvathi Kumar ist Präsident des World Teacher Trust und Begründer des Vaisakhbriefs. Alle Lehren, die im Namen der Meister gegeben werden, sind Saatgedanken, die sie zum Ausdruck gebracht haben. Um einen leichteren Zugang zu ermöglichen, wurden ihre Saatgedanken von Dr. K. Parvathi Kumar ausgeführt und anschaulich dargelegt.

Vaisakhbrief Redaktion: World Teacher Trust e.V., Bachstr. 20, D-42929 Wermelskirchen
 Web: www.kulapati.de, Mail: wtt@kulapati.de
 Telefon: +49-(0)2196-971 811, Telefax: +49-(0)2196-911 66
 Bankverbindung: Postbank Hamburg (BLZ 20010020) Konto-Nr. 30 546 201
 BIC: PBNKDEFF, IBAN DE86 2001 0020 0030 5462 01

Ausrichtung für die Gruppen im Sonnenjahr 2007-2008

Invokation:

Sahanâvavatu	Mögen wir gemeinsam geschützt werden.
Sahanaubhunaktu	Wir wollen teilen und gemeinsam Freude haben.
Saha Vîryam Karavâvahai	Lasst uns erfolgreich zusammenarbeiten.
Tejasvi Nâvamava	Möge es kein Hindernis geben
Dhîta Mastu	für die Erleuchtung.
Mâ Vidvishâvahai	Nichts Böses soll vorherrschen.
OM Šânti Šânti Šântihi	OM, Frieden, Frieden, Frieden.

Bedeutung:

Mögen wir gemeinsam geschützt werden.
Wir wollen teilen und gemeinsam Freude haben.
Lasst uns erfolgreich zusammenarbeiten.
Möge es für unsere Erleuchtung kein Hindernis geben.
Nichts Böses soll sich durchsetzen.
Möge auf allen drei Ebenen Frieden herrschen.

Botschaft:

Vereinen ist *Yoga*, Trennen ist *Anti-Yoga*. In den Gemeinschaften und Gruppen ist Trennung normal. Doch wo Gruppen sich dem *Yoga* verschrieben haben, weist jegliche Trennung in ihnen eindeutig darauf hin, dass der Geist des *Yoga* fehlt.

Deshalb wollen wir uns bemühen einzubeziehen und nicht auszuschließen, zu vereinen und nicht zu trennen, überein zu stimmen und niemanden auszuschalten, uns persönlich sowie als Gruppen gegenseitig anzuerkennen statt uns Nichtachtung entgegen zu bringen.

Die Gruppe als Ganzes muss als ein Bewusstsein betrachtet werden, das qualifiziert ist, vor den Jüngern der Hierarchie zu stehen, so dass Einweihung und die darauf folgende Arbeit guten Willens möglich werden. Möge man dies im Herzen bewahren und in Herzlichkeit erarbeiten. Möge das Jahr *Sarvajit* den notwendigen Segen gewähren.

Invokation für ein vereintes Europa*

We the citizens of Europe strive to stand united.

We endeavour to unite the east and the west in us and in Europe.

**We aspire to stand in the fusion of the east and west of Europe
and provide a field for fusion for easterns and westerns of Europe.**

**May we fulfil the Hierarchical plan of discipleship
standing in the Light, Love, Power and Synthesis of Hierarchical energy.**

Wir, die Bürger Europas, streben nach Vereinigung.

Wir bemühen uns,
den Osten und den Westen in uns und in Europa zu vereinen.

Wir streben danach,
in der Verbindung von Ost- und Westeuropa zu leben
und einen Bereich für den Zusammenschluss
der Ost- und Westeuropäer zu schaffen.

Mögen wir den hierarchischen Plan für die Jüngerschaft erfüllen
und im Licht, in der Liebe, Kraft und Synthese
der hierarchischen Energie leben.

* Von Dr. K. Parvathi Kumar zur Sommersonnenwende 2007 in Wermelskirchen, Deutschland für die europäischen Gruppen gegeben. Die WTT-Gruppen in Europa können damit am Löwe-Vollmond 2007 beginnen. Die Sonntage sind für diese Invokation gut geeignet.

Botschaft an die Jünger*

**“To build it takes decades.
 To destroy it takes just an hour.”
 “Action builds. Reaction destroys.”
 “Action comes from constructive mind.
 Reaction comes from emotional mind.”
 “A sculptor sculpts an angel over decades
 but destroys it with one erratic emotion.”
 “Aspirants build the temple within over years
 but their emotional reactions destroy it overnight.”
 “Mankind has been building and destroying over centuries
 like the children on the seaside.
 The Masters wait with patience and compassion.”**

„Etwas aufzubauen dauert Jahrzehnte,
 etwas zu zerstören dauert gerade eine Stunde.“
 „Handlung (Aktion) baut auf, Reaktion zerstört.“
 „Handlung (Aktion) kommt von einem konstruktiven Denken,
 Reaktion kommt von einem emotionalen Denken.“
 „Ein Bildhauer arbeitet an einem Engel jahrzehntlang
 und zerstört ihn durch eine einzige unberechenbare Gefühlserregung.“
 „Jahrelang erbauen die Aspiranten den Tempel im Inneren,
 aber ihre emotionale Reaktion zerstört ihn über Nacht.“
 „Wie Kinder am Strand
 hat die Menschheit jahrhundertlang aufgebaut und zerstört.“
 „Die Meister warten mit Geduld und Mitgefühl.“

* Von Dr. K. Parvathi Kumar zum May Call 2007 in Kandersteg, Schweiz gegeben.

Gebet für das Jahr *

**Ten times ten.
The wheel rotates.
Three wheels from one wheel.
A total of four wheels.
Three above and four below.
Seven wheels rotate in three directions.
Seven and three is ten.**



Löwe-Vollmond am 30. Juli 2007 um 2⁴⁸ Uhr MESZ
(Radix Placidus für 7°13' östliche Länge und 51°08' nördliche Breite)

* Aus dem Buch OKKULTE MEDITATIONEN von Dr. K. Parvathi Kumar, Verlag Edition Kulapati



Botschaft für den Monat Löwe

Der Monat Löwe bietet eine günstige Zeit, um die Türen zur inneren, feinstofflichen Welt zu öffnen. Das Löwe-Zeichen ist ein Löwe, der im Sanskrit *Simha* heißt. *Simha*, *Hamsa*, *Ahimsa*, *Hasoum*, *Soham* sind *Mantren*, die zu diesem Zeichen gehören. Der Widerhall der Pulsierung im Herzzentrum trompetet: „Hier BIN ICH.“ Für die Schüler wäre es gut, wenn sie ihr Denken auf diesen Widerhall richten und ihm zuhören würden. Dadurch gelangen sie zur Innenschau. Harmlosigkeit ist die Haupteigenschaft, die die Ausrichtung des Denkens auf den Widerhall der Pulsierung ermöglicht. *Ahimsa* ist Harmlosigkeit. Die entgegen gesetzte Eigenschaft ist *Himsa*. Solange man andere physisch, emotional oder mental verletzt, ist man nicht geeignet, in die Nähe der Türen zum Herzen zu gelangen. Den Löwen besiegen bedeutet, den Instinkt überwinden, andere zu verletzen. Von Samson, Herkules, Pythagoras und vielen anderen Eingeweihten wird erzählt, dass sie den Löwen besiegt haben. Das bedeutet, dass sie Harmlosigkeit erlangten und dadurch den Zugang zur inneren Welt bekamen. Im Löwen ist der Löwe das exoterische und der Schwan das esoterische Symbol. Der Schwan in unserem Inneren ist der Schwan der Pulsierung. Er wird *Hamsa* genannt. Ein Schwan schwimmt in reinen Gewässern, und der esoterische Schwan schwimmt in ätherischen Strömungen. Der Löwe sagt uns: „Wandle dich von einem wilden Löwen zu einem glückseligen Schwan um.“

Botschaft des Lehrers



Die Form und der Inhalt

Man kann das Absolute nicht ohne das Hilfsmittel eines Mediums erfahren. Elektrizität kann nicht ohne das Hilfsmittel eines Mediums – z.B. einer Glühlampe, eines Motors, eines Lautsprechers usw. – wahrgenommen werden. Man kann nicht trinken, ohne dafür eine Tasse zu Hilfe zu nehmen. Sogar wenn man aus der Hand trinken möchte, sind die Hände dabei das Hilfsmittel. Die Hilfsmittel sind genauso wichtig wie das Ziel.

Es gibt ein Medium, durch das alles zum Ausdruck gebracht und erfahren wird. Der absolute Gott nimmt *Agni*, das Feuer, als Hilfsmittel, um die siebenfältige Schöpfung zu formen. Auch die Lebewesen in der Schöpfung erfahren Gott durch *Agni*. Medien und Boten sind genauso wichtig wie die Botschaft.

Die Lehre ist die Botschaft, und der Lehrer ist der Bote. Erkennt, dass die Lehre und der Lehrer die zwei Aspekte des Einen sind. Es gibt nicht das eine ohne das andere. Niemand kann ein Lehrer sein, wenn er nicht die Seelen lehrt und erweckt. Ohne die Hierarchie der Lehrer kann die Lehre nicht überleben. Mögen die Aspiranten lernen, den Lehrer und die Lehre gleichermaßen zu achten. Es ist kindisch, das eine lieber zu mögen als das andere.



Gîtâ-Upanishade

– Lord *Krishna* –

Die Lehre des Handelns

Der Herr spricht: „Wenn du dich an einem Scheideweg, in einer Lebenskrise befindest, schau auf die, die vor dir gegangen sind und eine derartige Krise überwunden haben. Folge dem Schema ihres Handelns, dann wirst auch du deine Krise überwinden.“

Dies ist eine Lösung, die der Herr dem *Arjuna* zeigte. Beispiele sind hilfreich, um eine Lösung zu finden. Die Kenntnis jener Beispiele hat vielen geholfen, im Licht zu bleiben. Jene Beispiele sind die Fußspuren, denen wir folgen sollen. Diesen begrenzen, aber wesentlichen Wert hat die Geschichte. Für alle, die nach Erkenntnis suchen, bedeutet es sehr viel zu erfahren, wie die Wissenden sich in Krisenzeiten verhielten. Dies gibt Klarheit auf dem Weg. Aus diesem Grund sagt der Herr weiterhin zu *Arjuna*: „Die Vorfahren, die berühmt waren und einen großen Namen hatten, folgten ebenfalls der gleichen Lehre des Handelns. Deshalb folge auch ihnen.“

Die Lehre des Handelns wurde vom Herrn wiederholt, aber nicht neu vorgeschlagen. Er legt dar, dass er nicht eine neue Lehre gibt, sondern sie nur erneut deutlich macht. Sein eigenes Leben ist ein Beispiel dieser Lehre.

Die *Karma*-Lehre, das heißt die Lehre des Handelns, umfasst vier Schritte:

1. Tue, was getan werden muss.
2. Erstrebe nicht die Früchte der Tätigkeit.
3. Sorge dafür, dass es während der Handlung nicht zu Manipulationen kommt.
4. Hänge nicht am großen Namen, an Ruhm oder Ehre, die dir deine Handlung einbringt.

Diese Lehre ist uralte, so alt wie der Schöpfer selbst.

Botschaft von Lord *Maitreya*



Gruppe und Gruppenleben

Eine gesunde Gruppe besteht aus Männern, Frauen, Kindern und Älteren. Mit diesen vier Kategorien stellt sie eine vollständige Gruppe dar. Im Bewusstsein sind alle eins, aber in ihrer Reife sind sie verschieden. Auch von Natur aus unterscheiden sie sich. Wie schon gesagt, sie sind eins in der Essenz, aber verschieden in ihrem Gewährseinszustand. Die Kinder sind nur Kinder. Ihnen muss man Liebe und Zuneigung geben, und sie sollten dazu angeleitet werden, die Älteren zu achten. Genauso muss das Geschlecht von Frauen und Männern anerkannt und sie sollten dementsprechend respektiert werden. Ein Mann kann in einer Inkarnation keine Frau und eine Frau kein Mann sein. Es bestehen gesellschaftliche Werte gegenüber Älteren, Frauen, Männern und Kindern. Zusammen bilden sie alle eine schöne Gruppe. Doch eine Vermischung ihrer Rollen und Aufgaben führt zu Verwirrung und Konflikt. In einem Gruppenleben sollten sie unterschiedliche Arbeitsprogramme haben. Ein intelligenter Gruppenleiter erkennt die natürlichen Aufgabenbereiche der Männer, Frauen, Kinder und Älteren. Soweit diese Tätigkeiten normal und ursprünglich bleiben, wird die Gruppe überleben und auf natürliche Weise wachsen. Während einige Tätigkeiten von der ganzen Gruppe gemeinschaftlich ausgeübt werden, sollte es spezielle Arbeitsbereiche für Kinder, Ältere, Frauen und Männer geben.

Eine Gruppe, die ohne diese Werte aufgebaut wird, bleibt bedeutungslos.



Botschaft von Meister *Morya*

– *Maruvu Maharshi* –

Meditation und Schwindelgefühl

Manchmal wird dem Schüler in der Meditation schwindelig. Es ist ein schlafähnlicher Zustand, der dem Schüler Enttäuschung bringt, denn es ist wie eine schwarze Wolke, die das Erleben der Seele verhindert. Solcher Schwindel tritt auf, wenn der Schüler vom mentalen zum *buddhischen* Zustand übergeht. Das Mentale ist ihm vertraut, und das *Buddhische* ist ihm fremd. Die Psyche des Schülers hält an dem Vertrauten fest und möchte nicht in das unbekannte *buddhischen* Stadium eingehen. Infolgedessen entwickelt sich ein rauchähnlicher Zustand, der den Schüler wie benommen macht. Wenn er sich in dieser Situation vorfindet, sollte er lernen zu warten. Der psychische Nebel, der aus ihm hervorkommt, wird wie eine vorüberziehende Wolke langsam verschwinden. Jedes Mal, wenn er dabei einschläft, verpasst er eine goldene Gelegenheit, über diesen Zustand hinauszugelangen.

Folgende Übungen sind nützlich, um diesen Schwindel zu überwinden:

1. Während der Morgendämmerung mit dem Gesicht nach Osten sitzen und bis kurz nach Sonnenaufgang meditieren.
2. Vor der Meditation 24 Minuten lang tief, gleichmäßig, langsam und sanft atmen.
3. Regelmäßig Feuerholz anzünden und in die Flammen schauen.
4. Täglich eine halbe Stunde Körperübungen machen, bis der ganze Körper schwitzt.
5. Auf leichte Ernährung achten, z. B. Wasser, Buttermilch, Yoghurt, Gemüsesaft, Honig, Fruchtsaft und kleine Mengen Getreide und Hülsenfrüchte.

Wenn sich ein Schüler diese fünf Regeln zu eigen macht, nimmt die Dichte seiner Körpergewebe ab. Dann ist der Körper in der Lage, gut auf die Energien der Seele zu reagieren.

Botschaft von Meister *Kût Hûmi*

– *Devâpi Maharshi* –



ASW

Außersinnliche Wahrnehmung (ASW) kann man trainieren. Stellt euch eine ruhige Landschaft vor, beispielsweise einen Sonnenaufgang über einem See, einem Berg oder über dem Meer, einen heiligen Berg wie den Kailash, einen Wasserfall oder einen Tempel eurer Wahl. Schließt eure Augen und vergegenwärtigt euch jeden Tag eine besondere Landschaft, die ihr euch ausgesucht habt. Während ihr sie euch vor Augen haltet, betrachtet die Einzelheiten jener Landschaft. Stellt sie euch mit allen Details vor, hört ihre Geräusche, z.B. den Wind, das Zirpen der Vögel und nehmt auch die Witterung der Landschaft wahr. Dies alles unterstützt das Visualisieren. Sobald ihr die Landschaft besser sehen und hören könnt, entwickelt ihr Hellhörigkeit und Hellsichtigkeit. Wenn man solche Fähigkeiten entwickelt hat, kann man das Überirdische erleben. Hat man einmal die außersinnliche Wahrnehmung erlangt, kann man den Wesen auf der feinstofflichen Ebene zuhören, die feinstofflichen *Ashrame* auf der Erde wahrnehmen und den Meistern der Weisheit begegnen. Diese Übung erfordert Toleranz, Stetigkeit und standhafte Entschlossenheit. Denkt daran! Das Feinstoffliche ist genauso wirklich wie das Grobstoffliche.



Botschaft von Meister *EK*

Vergleich zwischen Jünger und Verehrer

Jüngerschaft ist die Bemühung, im Licht zu leben. Wenn der Jünger beständig im Licht bleibt, erlebt er Licht in allem, was ist. Er unterscheidet nicht zwischen einer Form des Lichts und einer anderen. Ein solcher Jünger macht keinen Unterschied zwischen *Šiva*, *Krishna*, *Buddha* und Christus. Er sieht sie als ein Licht, das zu verschiedenen Zeiten verschiedene Aufgaben durchführt.

Richte dich auf das Leben in allen Formen aus. Unterscheide nicht zwischen den Formen des Lebens. Wenn du beim Licht bleibst, bist du ein Jünger, und wenn du bei einer Form des Lichts bleibst, bist du ein Verehrer. Entwickle dich von einem Verehrer zu einem Jünger.

Vidura

Lehren der Weisheit



Der Umgang mit Menschen guten Willens

legt in dir den Samen des guten Willens.





Shirdi Sai

Worte der Weisheit

Die Zusammenkunft

Alle heiligen Flüsse münden ins Meer. Ein Bad im Meer bedeutet soviel wie das Baden in all diesen Flüssen. So gleicht die Verehrung des Meisters der Verehrung aller Gottheiten, denn im Meister kommen alle Gottheiten zusammen.



Botschaft von *Śrī Râmakrishna*



Buchwissen

Lässt sich Liebe zu Gott durch das Lesen heiliger Bücher erwerben? Im Hindu-Kalender wird ein besonderer Tag erwähnt, an dem es 20 *Adas* (Maßeinheiten) regnet. Aber man wird nicht einen einzigen Tropfen aus dem Kalender herauspressen können! Ebenso kann man viele gute Sprichwörter in heiligen Büchern finden, aber allein durch das Lesen wird man nicht spirituell. Man muss die Tugenden üben, die in jenen Büchern gelehrt werden, um die Liebe zu Gott zu erlangen.



Gebet eines Laien

②

Wir können uns nicht rühmen,
beständig an Dir festzuhalten.

Wir beten,
damit Du uns hältst,
in unseren Stunden
der Prüfung,
der Krise,
des Konfliktes,
des Schmerzes und
der Freude.

Jüngerschaft

16. Mystizismus

Mystizismus ist die angeborene spirituelle Fähigkeit, die alle wahrhaft spirituellen Leute, die Mystiker und die religiösen Menschen, hervorgebracht hat. Mystizismus ist das Verlangen, sich mit dem Göttlichen – dem Gott im Inneren und Äußeren – zu vereinen, nicht mehr und nicht weniger. Es ist die Kraft, das zu spüren, wahrzunehmen und zu lieben, was größer und besser ist als man selbst. Es ist auch die Fähigkeit, das Gute, Schöne und Wahre zu ergreifen und das Unbekannte und Unbeweisbare zu erkennen.

Die Menschheit als Ganzes wird in ihrer Ausrichtung und in ihrem Bewusstsein mystisch. Das mystische Stadium ist ein Teil der evolutionären spirituellen Entwicklung aller. Bei den Intellektuellen in der Menschheit ist das mystische Bewusstsein immer vorhanden, auch wenn es verkannt oder abgelehnt wird. Der mystische Weg ist für Leute in einem frühen Entwicklungsstadium der richtige, sofern er sie nicht aus dem Gleichgewicht bringt. Mystizismus ist ein nützlicher und notwendiger Prozess, bei dem spirituelles Streben an die Stelle des Verlangens tritt und der Mensch sein Bewusstsein vom Körper zur Seele und von sich selbst zu Gott verlagert.

Der mystische Abschnitt entspricht der Jugendzeit im Leben der jungen Menschen, die zur rechten Ausrichtung anspricht und bestimmte Maßstäbe und Werte festigt. Dieser Lebensabschnitt wird als unerwünscht betrachtet, wenn die Zeit für eine neue und höhere Gruppe von Werten sowie für eine spirituellere und geordnetere Technik gekommen ist. Ein Lebensziel, ein klar erkannter Plan und eine korrekt geführte Aktivität müssen schließlich an die Stelle aller jugendlichen Hoffnungen, Träume und Sehnsüchte treten.



Okkulte Meditationen

Meditation 8

**Do not listen to what the world says.
 Listen to what it needs.
 Listen to its heart, not its tongue.
 Its tongue confuses you.
 Its heart shows you the way
 and trumpets the gospel.**

Höre nicht darauf, was die Welt sagt.
 Höre auf das, was sie braucht.
 Höre auf ihr Herz, nicht auf ihre Zunge.
 Ihre Zunge verwirrt dich.
 Ihr Herz zeigt dir den Weg
 und verkündet das Evangelium.

Kommentar:

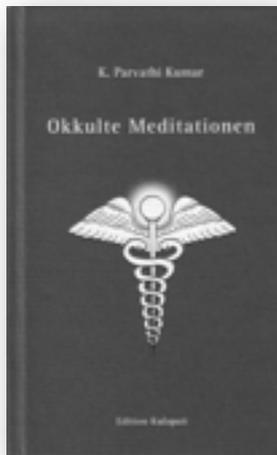
Der Mensch hat scheinbar nur eine Zunge, aber in Wirklichkeit spricht er mit vielen Zungen. Er ist ein Wesen mit vielen Zungen. Viele Leute fürchten sich vor der doppelzüngigen Schlange. Asklepios sagt: „Fürchte nicht die doppelzüngige Schlange. Fürchte den Menschen, der mit vielen Zungen spricht.“ Weltliche Menschen sprechen nicht geradeheraus, offen und ehrlich. Sie verdrehen, verändern und manipulieren. Wenn man auf ihre Zunge hört, wird man konfus. Weltliche Menschen haben Hintergedanken. Was sie brauchen, ist nicht das, was sie sagen.

Man benötigt ein spezielles Wissen, um zu erkennen, was jemand braucht, ohne durch die Worte des anderen verwirrt zu werden. Dafür

muss man ein inneres Bewusstsein sein. Von diesem Bewusstsein aus kann man das Herz der anderen hören. Das Herz verkündet laut, was der Sprechende braucht und vielleicht mit der Zunge bewusst oder unbewusst nicht zum Ausdruck bringt. In der Jüngerschaft muss man sich darin üben, sich nach dem Herzen der anderen zu richten und nicht nach dem, was sie sagen.

Worte können Unwahres behaupten, sie können eine Mischung aus Wahrem und Unwahrem sein, sie können manipulieren, kritisieren oder verwirren. Im *Kali*-Zeitalter kann es nicht anders sein. Der innere und der äußere Mensch sind nicht aufeinander ausgerichtet. Dies ist der Zustand des weltlichen Menschen.

Das Herz sagt immer die Wahrheit. Sie kann nur von jenen erkannt werden, die aus dem Herzen sprechen und ansonsten schweigen.



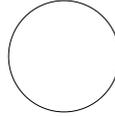


Blätter aus dem *Ashram*

⑨

OM

***Pûnamadah Pûnamidam
Pûrnaath Pûrna Mudachyathe
Pûrnasya Pûrna Mâdâya
Pûrna Mevava Sishyathe***



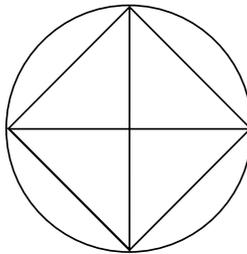
Pûnam ist ein sehr wichtiges Wort im Sanskrit, das Erfüllung, Vollkommenheit und All-round-Entwicklung bedeutet. Der Kreis ist tatsächlich eine vollkommene geometrische Figur. Alle Vielecke verschmelzen in einem Kreis; ein Dreieck, ein Viereck, jede Form kann abgerundet werden. Deswegen wird Erfüllung immer durch einen Kreis dargestellt. Die Globen des Sonnensystems sind rund – das deutet auf die Fülle oder Vollständigkeit der Schöpfung hin. Uns wird empfohlen, jede runde Form zu achten und zu respektieren, da dies eine vollständige Form ist: eine vollkommene Form mit 360°.

Eine weitere wichtige Form, die ebenfalls 360° hat, ist ein Quadrat (ein doppeltes Dreieck). Immer kommt ein Quadrat vom Kreis her und ein Kreis vom Quadrat. In den Schriften wird gesagt, daß der Würfel von der Kugel und die Kugel vom Würfel kommt. Quadrat und Kreis sind eine weitere Art der Darstellung des Globus und des Würfels. Der Globus und der Würfel sind die vollkommenen Formen, und es ist eben diese Vollkommenheit eines jeden Konzeptes, die als *Pûnam* erkannt wird.

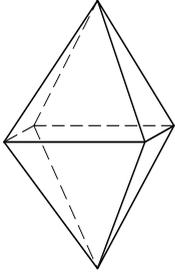
Beispielsweise wird der Vollmond *Pûrnima* genannt. Das heißt, soweit es die Mondphasen betrifft, ist der Vollmond der Punkt der Erfüllung oder Vollkommenheit. Vorher ist der Mond nicht voll, danach ist er nicht voll. Die 14. Phase vor oder die erste Phase nach dem Vollmond sind nicht so voll wie der Vollmond. Daher wird das, was voll ist, das, was Erfüllung gibt, *Pûrnam* genannt. Auf dieses *Pûrnam* bezieht sich das *Mantra*.

- *Pûrnamadah* bedeutet 'das ist Vollkommenheit' oder 'das ist Erfüllung'.
Pûrnamidam bedeutet 'dies ist Erfüllung'.
- *Pûrnâth Pûrna Mudachyathe* – Erfüllung entsteht aus der Erfüllung. Nur ein erfüllter Mensch kann andere (er)füllen. Wenn er leer ist, kann er andere nicht (er)füllen.
- *Pûrnasya Pûrna Mâdâya* – Sogar wenn man der Erfüllung noch etwas mehr Erfüllung hinzufügt, bleibt nur Erfüllung. Nimmt man etwas von der Erfüllung weg, bleibt auch nur Erfüllung.
- *Pûrna Mevava Sishyathe* – Zu allen Zeiten ist das, was bleibt, die Erfüllung.

Mathematisch betrachtet: Null plus Null ist Null, Null minus Null ist Null, Null mal Null ist Null, und Null geteilt durch Null ist Null. Dies sind die vier Schritte.



Dieses Symbol schenkt Erfüllung,
wenn man darüber meditiert.



Rudra

(Teil 10)

Rohithaya

Rohithaya bedeutet der Rotfarbige. Die Farbe von *Rudra* ist reines rot. Rot ist die Farbe von *Agni*. Es ist die erste Farbe in der Manifestation. Rot ist Wille, der die Schöpfung aus dem scheinbaren Nichts ins scheinbare Etwas führt. Der Wille wird benötigt, um zu erbauen und auch zu zerstören. Die rote Farbe von *Rudra* arbeitet, um zu erbauen und zu zerstören. Wille ist der Anfang und auch das Ende jeder periodischen Aktivität. Jeder Beginn und jedes Ende erfordert Willenskraft. Manche können nicht beginnen, und sie müssen *Rudra* anrufen. Einige andere können nicht aufhören. Auch sie müssen *Rudra* anrufen. Wenn man aktiv ist, können gewöhnlich Blockaden auftreten. Um solche Blockaden aufzulösen, wird Wille benötigt. Dieser Wille von *Rudra* kann durch Kontemplation über die rote Farbe angerufen werden. Nur fortgeschrittene Studenten können mit Rot arbeiten. Andere werden angewiesen, mit Orange, einer Abweichung von Rot, zu arbeiten. Sanfte, zarte Menschen, wie Kinder, werden angewiesen, über Rosa zu kontemplieren. Selbst die Tage beginnen am östlichen Horizont mit Rot und enden am westlichen Horizont mit Rot.



Über die Liebe

⑤

Liebe braucht niemand anderen!

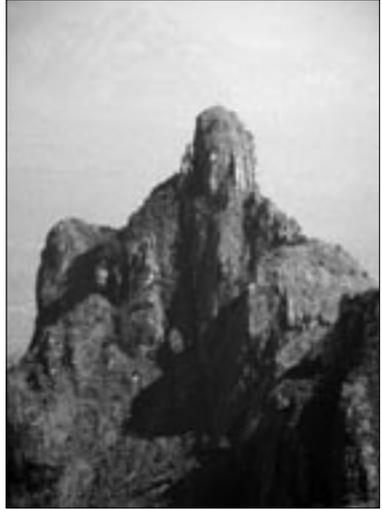
Liebe ist grundlos!



Über Veränderung

⑤

Lernen,
nicht um sich zu verändern,
sondern aus Liebhaberei
macht dich nur zu einem Redner.



Über die Stille

⑤

Stille führt zur Gegenwart.

Die Gegenwart nimmt dich in sich auf.



Hymne an *Agni*

⑤

Agne Devagum Iha Vaha Jajnâno Vrukta Barhishe Asi Hota Na Îdhyaha

O Lord *Agni*! Du wurdest aus *Arani* geboren. Du bist der Ritualist. Bitte rufe die *Devâs* für das Ritual hervor. Damit es den *Devâs* möglich ist, anwesend zu sein, haben wir ehrerbietig das heilige Gras ausgebreitet.

Arani ist ein Instrument, mit dem die Flamme für ein Feuerritual erzeugt wird. Es besteht aus einem vertikalen und einem horizontalen Holzstück. Das vertikale wird in der Mitte des horizontalen Holzes angebracht und hin und her gerieben. Durch die Reibung werden das Feuer und die Flamme geboren. Sie sind ein Symbol der kosmischen Person und der kosmischen Natur. Das vertikale Holz steht für das kosmische männliche Prinzip und das horizontale für das kosmische weibliche Prinzip. Durch das Zusammenwirken beider entsteht *Agni*, das kosmische Feuer. Aus *Agni* kommen alle *Devâs* der Strahlung, Schwingung und Materialisierung hervor, die die Schöpfung erbauen. Daher wird *Agni* der Meister-Ritualist genannt, der die *Devâs* in die Manifestation ruft. Das Instrument *Arani* ist aus heiligem Holz hergestellt. Die Zeder, der Seidenbaum, die Kiefer, der Banyan-Baum und der Mango-Baum gelten als heilig.

Das heilige Grass ist ein spezielles Grass. Man benutzt es bei *vedischen* Ritualen, zu denen die *Devâs* herbeigerufen werden. Der Planet Erde wird für ihre Manifestation als nicht heilig genug betrachtet. Daher sagt der Verehrer des Feuers in der Hymne, dass er Vorbereitungen für einen angemessenen Empfang der *Devâs* getroffen hat, damit sie ihn segnen. Er sagt, dass das heilige Grass für die *Devâs* ausgebreitet ist und die *Devâs* deshalb gerufen werden mögen.

Eine Seite für Jugendliche

Ethik*

Der Faule, der Hastige und der Ungeduldige
tragen durch ihr Handeln zum Misserfolg bei.
Der Aktive, der Ausgeglichene und der Geduldige
bringen selbst eine missglückte Tat wieder in Ordnung.



Editorial aus der monatlichen Website**

JUGENDFORUM – MITHILA (Nr. 18)

Liebe Jugend

Wusstet Ihr, dass Früchte Geschenke Gottes sind, und die Mango als Königin der Früchte betrachtet wird? Ihre Farbe, Form und der Geschmack bezaubert alle ohne Ausnahme.

Früchte sind gewöhnlich Geschenke, welche die Natur uns anbietet. Wir sollten die Früchte essen, welche uns die Natur den Jahreszeiten entsprechend gibt. Das hilft, Euch auf die entsprechende Jahreszeit einzustimmen. Dies gilt auch für Gemüse. Saisonale Früchte und Gemüse helfen, Euch auf die wechselnden Jahreszeiten einzustellen.

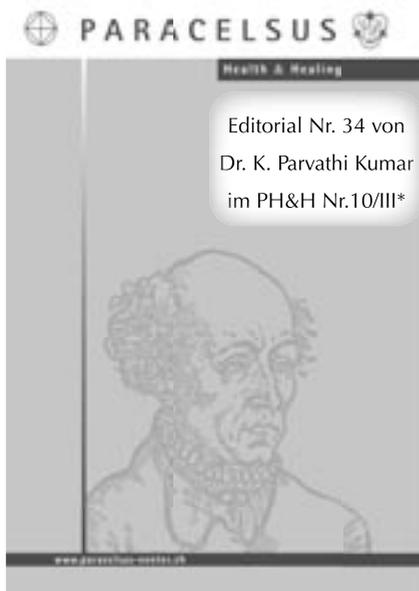
Habt Ihr die Gewohnheit, regelmäßig Früchte zu essen? Es ist immer gut, wenn Früchte die Grundlage der täglichen Nahrung bilden. Wenn Ihr den Tag mit Früchten beginnt und ihn mit Früchten beendet, erhaltet Ihr nicht nur sehr viel Energie, sondern auch eine sehr gute Gesundheit. Früchte sind nicht nur leicht verdaulich, sondern helfen auch dem Magen, der Leber und dem Verdauungssystem die andere Nahrung, die wir essen, zu verdauen.

Trockene Früchte helfen denjenigen, die Übergewicht haben. Faserreiche Früchte helfen denjenigen, die Verdauungsprobleme haben. Fruchtsäfte enthalten gewöhnlich viele Vitamine und Calcium. Wenn Ihr eine Kokosnuss esst, erhaltet Ihr so viel Energie wie durch eine volle Mahlzeit. Sie ist reich an natürlichen Kalorien, die Euch kräftigen.

Es ist eine Tugend, Früchte anstelle von Süßigkeiten zu essen. Fragt Eure Mütter nach Früchten, nicht aber nach Süßigkeiten. Süßigkeiten kann man vermeiden. Denkt an Früchte, esst sie und werdet gesund.

* Übersetzung aus dem englischen Buch THE DOCTRINE OF ETHICS von Dr. K. Parvathi Kumar, Verlag Dhanishta, Visakhapatnam

** Siehe www.jugendforum-mithila.de, Herausgeber 'Dem Frieden Dienen e.V.', Pr. Oldendorf



Meditation ist heute zu einem globalen Begriff geworden. Viele Menschen erkennen, dass tägliches Meditieren das System beruhigt und den Rhythmus ihres Körpers wieder normalisiert. Wenn das Denken zur Ruhe gekommen ist, beruhigt es das ganze menschliche System: die Nerven, den Kreislauf, die Atmung, das Herz usw. Meditation ist ein großartiges Stärkungsmittel, wenn sie richtig ausgeführt wird.

Verschiedene Gruppen, die mit der Meditation arbeiten, haben viele bedeutsame Entdeckungen gemacht. Man hat auch herausgefunden, dass

Meditation einige der schlechten Auswirkungen großer Belastung rückgängig macht. Meditation kann den Blutdruck senken, Angst und Ärger verringern, Schlaflosigkeit beseitigen und sogar leichte Depressionen heilen.

Gegenwärtig laufen wissenschaftliche Experimente in Bezug auf die Veränderungen im Gehirn, die sich ergeben, wenn sich die Ausrichtung des Denkens zu großen, erhabenen Gedanken hin verlagert. Beschäftigt sich das menschliche Gehirn mit erhabenen Gedanken, sind in ihm Veränderungen festzustellen. Eine neue Untersuchung von amerikanischen Forschern an verschiedenen Universitäten bringt Antworten auf die Frage, was im Gehirn während der Meditation geschieht. Bei dieser Untersuchung, die sich allerdings noch in einem unklaren Stadium befindet, stellte man fest, dass bei gestressten, ängstlichen oder niedergeschlagenen Menschen die rechte vordere Großhirnrinde häufig überaktiv ist. In einigen Fällen entdeckte man, dass vom Hauptzentrum des Gehirns Angst ausging. Im Gegensatz dazu beobachtete man bei Personen, die normalerweise ruhig und zufrieden sind,

* Kontaktadresse: Paracelsus-Center, Wasenmattstr. 1, CH-8840 Einsiedeln
Tel.: +41-554220779, Fax: +41-554220780, E-Mail: info@paracelsus-center.ch
Web: www.paracelsus-center.ch

dass gewöhnlich die linke vordere Großhirnrinde aktiver ist. Sie aktivieren weniger Stresshormone. Außerdem wurde beobachtet, dass es je nach der Stimmung der Personen einen täglichen Aktivitätsaustausch zwischen der linken und rechten vorderen Großhirnrinde gibt.

Die Forscher machten ihre Experimente mit einer Gruppe, die in meditierende und nicht meditierende Personen unterteilt war. Die meditierende Gruppe wurde drei Monate lang in einer Meditations-technik unterrichtet, und die Zeit der täglichen Meditation wurde allmählich verlängert. Als die meditierende Gruppe nach drei Monaten im Hinblick auf die Gehirne der Teilnehmer untersucht wurde, beobachtete man eine deutliche Aktivitätsverlagerung zur linken vorderen Großhirnrinde. Die Nicht-Meditierenden zeigten keine derartige Verlagerung. Bei ihnen wurde keine deutliche Veränderung festgestellt. Das führte zu der Theorie, dass regelmäßige Meditation die natürliche 'Sollstärke' auf die linke Seite verlagert hatte. 'Sollstärke' bedeutet: die beste Einstellung des menschlichen Bewusstseins.

Dies ist eine erfreuliche und positive Mitteilung, auf deren Grundlage weitere Forschungen stattfinden werden. Aber seit ältester Zeit

gilt die Meditation als 'wunderbare Reise', um das Gehirn zu beruhigen, das dann wiederum das gesamte funktionale Körpersystem beruhigt.

Es ist an der Zeit, dass alle, die für die Gesundheit arbeiten, versuchen, das Denken zu beruhigen, indem sie Meditationsseminare in ruhiger, friedlicher Umgebung durchführen.

Für die Meditationsarbeit eignet sich besonders die Zeit der Morgen- und Abenddämmerung. Regelmäßige Meditation immer ungefähr zur gleichen Zeit ist ebenso förderlich. Zusätzlich positive Wirkung hat die Meditation, wenn man vorher den Darm geleert, geduscht und frische Kleidung angezogen hat.

Gute Meditationsergebnisse werden vor allem an Vollmond- und Neumondtagen erzielt. Tatsächlich ist die Meditation eine Lebensweise, die sich zuerst sehr positiv auf die Gesundheit auswirkt.

Reisen des Lehrers im Juli bis Oktober 2007

21. bis 23. Juli – Gruppenleben in Rajahmundry

28. Juli bis 1. August – Gruppenleben in Hyderabad (Löwe-Vollmond)

4. bis 6. August – Gruppenleben in Hyderabad (Geburtstag von Meister CVV)

7. bis 9. August – Reise nach Ranchi, einem Ort, an dem *Buddha* sich aufhielt

11. August – Gruppenleben in Visakhapatnam (Geburtstag von Meister EK)

29. August bis 6. Oktober – Reise nach Spanien, in die Schweiz, nach England und in mittelamerikanische Länder (47. Reise)

Während dieser Reisen ist Dr. K. P. Kumar nicht zu erreichen. Aktuelle Daten sind zu finden unter: www.worldteachertrust.org/vaisakh15_d.htm

Gruppenleben 2008 in Indien

Das Gruppenleben wird am 7. Januar für Gruppenmitglieder eröffnet. Sie mögen kommen, wie es passend für sie ist, um als erstes an den *Guru Pûjas* teilzunehmen. Nach den *Guru Pûjas* gibt es ein zweitägiges Fest zur lunaren Wintersonnenwende. Am 16. Januar beginnt der Unterricht. Er geht bis zum Abend des 25. Januar. Am 26. oder 27. Januar können die Teilnehmer abreisen. Zwischen dem 16. und 24. Januar kann die Gruppe für drei Tage und Nächte zu einer Bergstation reisen.

May Call Seminar 2008

Das nächste May Call Seminar wird in Foz do Iguazu in Brasilien (nahe der argentinischen Grenze) vom 26. Mai bis zum 1. Juni 2008 stattfinden. Anschließend gibt es bis zum 8. Juni ein Seminar in Buenos Aires (Argentinien).

Bücher und Seminare von Dr. K. Parvathi Kumar online

Englische Bücher von Dr. K. Parvathi Kumar / Dhanishta Verlag, sind jetzt als Text online verfügbar unter: www.worldteachertrust.org/bk/. Ebenso gibt es bereits 12 Publikationen in Telugu. Auch die deutschen Ausgaben der Bücher von Dr. K. Parvathi Kumar / Edition Kulapati, sowie alle Bücher von Dr. Ekkirala Krishnamacharya werden demnächst online publiziert.

Elektronische Aufzeichnungen (MP3) der Seminare von Dr. E. Krishnamacharya and Dr. K. Parvathi Kumar sind jetzt online verfügbar unter: www.masters-call.net oder über <http://masters-call.worldteachertrust.org>. Mit Login geschützt, wurden bereits einige Seminare gespeichert.

Gruppenaktivitäten

Name der Gruppe: WTT-Gruppe Bodensee-Gebiet

Kontakt: Manfred Markgraf E-Mail: ganga-ma@web.de

Am Bodensee, dem Dreiländereck, gab es bereits zu Meister EKs Zeiten Aktivitäten. Heute sind wir zu fünft aktiv. Wir alle sind erst durch einen Umzug in diese Gegend gekommen. Erleichtert wurde uns der Start auf neuem Boden von Meister Kumar, der uns und den Menschen in der Region zunächst bei einem Workshop über 'Geschäftswelt und Ethik' im Jahr 2005 zahlreiche Impulse gab, und im Jahr 2006 wiederkehrte, um ein Seminar über den 'Achtfachen *Yoga*-Pfad' zu halten.

Die Worte der Weisheitslehren hinterließen bei den Besuchern tiefe Spuren und klingen in ihnen und uns bis heute nach. Auch ist zu beobachten, dass die sorgfältig gelegten Samen langsam aufgehen.

Aus dem ersten Seminar hat sich eine Gruppe um Manfred gebildet, die bis Oktober 2007 einen Verein gründen will, der klein- und mittelständischen Firmen eine umfassende und kostengünstige Beratung basierend auf geistigen Werten anbieten möchte. Die Gründungsmitglieder sind erfahrene Spezialisten auf unterschiedlichen Gebieten (Finanzen, Recht, Marketing, Vertrieb, Qualitätsmanagement, Prozessmanagement), die ihr Wissen zum Wohl der ortsansässigen Wirtschaftsbetriebe zur Verfügung stellen.

Aus dem zweiten Seminar hat sich ein *Yoga*-Gesprächskreis entwickelt, der den Austausch und die Vertiefung der Weisheitslehren zum Ziel hat. Der Kreis ist bewusst offen gehalten, damit möglichst viele Suchende eine geistige Heimat hier finden. Die Gruppe besteht heute aus ca. 20 Menschen, die sich einmal im Monat in Heiligenberg treffen. In diesen 2stündigen Begegnungen findet ein reger Gedankenaustausch zu verschiedenen Themen des *Yoga*-Seminars statt, z.B. Tugenden, Hemmnisse auf dem Pfad, Harmlosigkeit, sowie zu weiterführenden Themen wie 'der siebenfältige Mensch'. In bestimmten Abständen wird ein *Mantram* vorgestellt und praktiziert. Begonnen wurde mit der *Gâyatrî*, der sich das Heil-*Mantram* anschloss. In der Zwischenzeit haben wir einen kleinen Meditationsrahmen erarbeitet, der die Große Invokation mit einschließt und zum Abschluss der Treffen gesprochen wird. Interessierte, Aufgeschlossene und Besucher sind jederzeit willkommen.

Wichtige Kalenderdaten für Gruppenaktivitäten im Juli / August 2007

23.07.	07:00	☉ → ♀ / die Sonne geht in das Zeichen Löwe	
	♃	☉ in ♀ – jeden Dienstag (24.07., 30.07., 07.08., 14.08., 21.08.): <i>Kontemplation über den Einfluss hierarchischen Geldes durch Lakshmi, die Mutter der Herrlichkeit</i>	
		☉ in ♀ – jeden Freitag (27.07., 03.08., 10.08., 17.08.): <i>Kontemplation über die Weltmutter im Herzzentrum</i>	
25.07.	01:51	11. zunehmende Mondphase beginnt ☉ 01°42' ♀ / ♃ 01°42' ♀	
	♃	<i>Kontemplation über Lord Maitreya im Herzzentrum</i> (Ende 03:14 am 26.07.)	
29.07.	03:45	Vollmondphase beginnt ☉ 05°36' ♀ / ♃ 23°36' ♀	
	☉	Das neue Vaiśākh-Fest: <i>Kontemplation über die Hierarchie, über die Linie Lord Krishna, Lord Sanat Kumāra und Lord Maitreya</i>	
30.07.	02:48	○ Löwe-Vollmond ☉ 06°31' ♀ / ♃ 06°31' ♀	
	♃	21:42 23. Konstellation <i>Dhanishtha</i> beginnt ♃ 17°18' ♀	
		<i>Dhanishtha-Meditation</i> (<i>Dhanishtha</i> -Konstellation endet 20:45 am 31.07.)	
04.08.	20:06	Geburtstag von Meister CVV	
05.08.	12:28	● 8. abnehmende Mondphase beginnt ☉ 12°39' ♀ / ♃ 06°39' ♀	
	☉	Geburtstag von Lord <i>Krishna</i> und Meister MN (Ende 10:13 am 06.08.)	
08.08.	06:07	11. abnehmende Mondphase beginnt ☉ 15°16' ♀ / ♃ 15°16' ♀	
	♃	<i>Kontemplation über Lord Maitreya im Herzzentrum</i> (Ende 04:23 am 09.08.)	
11.08.		Geburtstag von Madame Blavatsky und Meister EK	
12.08.	01:12	Neumondphase beginnt ☉ 18°54' ♀ / ♃ 06°54' ♀	
	☉	Löwe-Neumondpunkt: <i>Kontemplation über die Weltmutter im Herzzentrum und Kontemplation über 'Das Versprechen'</i>	
13.08.	01:02	● Löwe-Neumond ☉ 19°51' ♀ / ♃ 19°51' ♀	
15.08.		Geburtstag von Śrī Aurobindo	
20.08.	12:48	● 8. zunehmende Mondphase beginnt ☉ 27°03' ♀ / ♃ 21°03' ♀	
	♃	(Ende 14:55 am 21.08.)	
23.08.	14:08	☉ → ♃ / die Sonne geht in das Zeichen Jungfrau	
	♃	17:35 11. zunehmende Mondphase beginnt ☉ 00°08' ♃ / ♃ 00°08' ♀	
		<i>Kontemplation über die Weltmutter als Gâyatrī mit einem Regenbogen, der ihren Kopf als Heiligenschein umgibt</i> (Ende 17:55 am 24.08.)	
27.08.	06:54	23. Konstellation <i>Dhanishtha</i> beginnt ♃ 17°18' ♀	

Alle Zeitangaben sind in MESZ (mitteleuropäischer Sommerzeit);

Datenquelle: »Astrologischer Kalender 2007/2008«;

Herausgeber: The World Teacher Trust - Global, Wasenmattstr.1, CH-8840 Einsiedeln.

Große Invokation



Let us form
the circle of good will.
Omnia Vincit Amos.

From the South
through love,
which is pure,
from the West
through wisdom,
which is true,
from the East
through will,
which is noble,
from the North
through silence,
which is golden.
May the light make
beautiful our lives.
Oh! Hierophant of our rite,
let his love shine.
Omnia Vincit Amos.

We bow down
in homage and adoration
to the glorious
and mighty hierarchy,
the inner government
of the world,
and to its exquisite jewel,
the star of the sea
– the World Mother.

From the point of light
within the mind of God,
let light stream forth
into the minds of men.
Let light descend on earth.

From the point of love
within the heart of God,
let love stream forth
into the hearts of men.
May the Lord return
to earth.

From the centre
where the will of God
is known,
let purpose guide
the little wills of men,
the purpose
which the Masters
know and serve.

From the centre
which we call
the race of men,
let the plan of love and
light work out,
and may it seal the door
where evil dwells.

From the Avatâr
of Synthesis
who is around,
let his energy pour down
in all kingdoms.
May he lift up the earth
to the kings of beauty.

The sons of men are one,
and I am one with them.
I seek to love, not hate.
I seek to serve,
and not exact due service.
I seek to heal, not hurt.

Let pain bring
due reward of light
and love.
Let the soul control
the outer form and life
and all events,
and bring to light
the love that underlies
the happenings of the time.

Let vision come and insight.
Let the future stand revealed.
Let inner union demonstrate
and outer cleavages be gone.

Let love prevail.
Let all men love.



Zu allen Zeiten wird das Sein 'Gott' genannt.

Gottes ewiges Sein

ist das heilige Wort OM.

Soweit du dich mit OM verbindest,

bleibst du im Sein.

Stimme das OM an

und erlebe beharrlich das Sein.

K. Parvathi Kumar