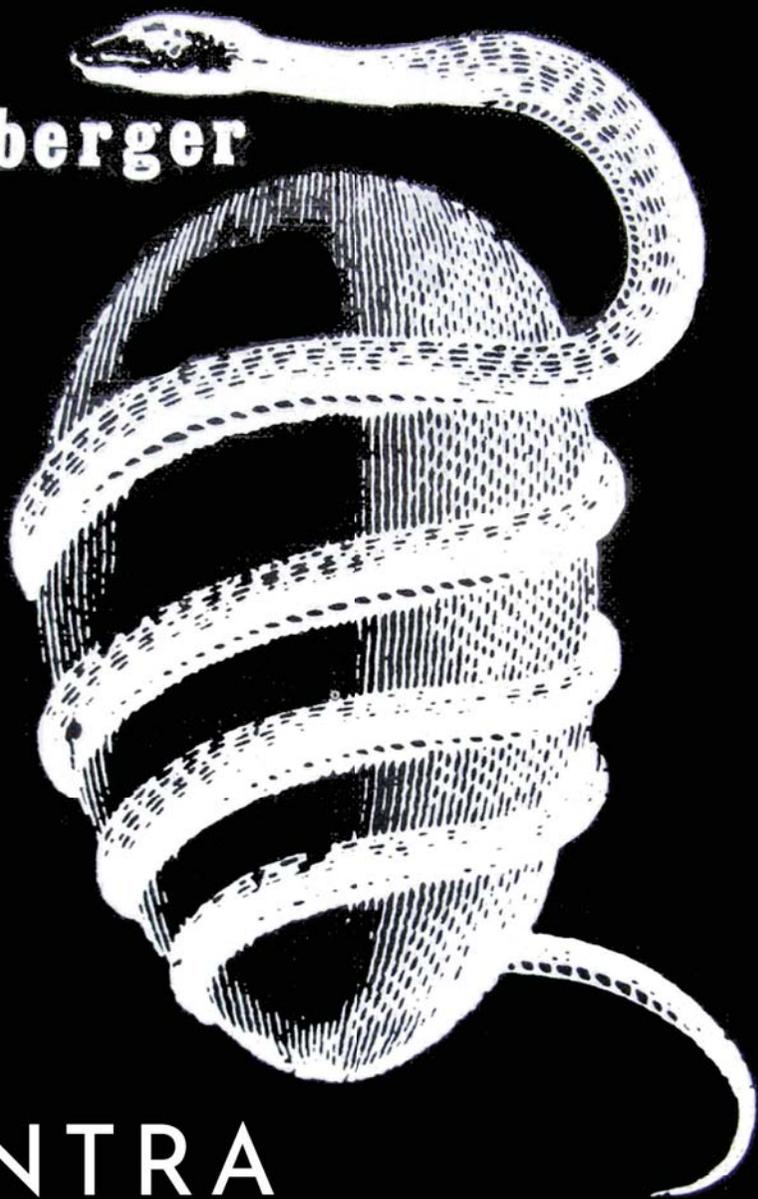


Spiesberger



THE
MANTRA
BOOK

BERSERKER

BOOKS



Einführendes Vorwort

Mantra-Yoga, im Abendland des Yogas vernachlässigter Zweig. Vergeblich zumeist sucht man in den bei uns praktizierten Yoga-Disziplinen. Zwar kennen wir nicht wenige Worte, Sprüche, Formeln, die dem Mantra-Yoga entstammen, gemessen aber an den übrigen Yogazweigen ist über seine eigentliche Technik nur wenig zu uns gedrungen. Ein Manko, das gegenwärtig ein „Weiser“ aus dem fernen Asien auf seine Weise aus der Welt zu schaffen versucht, indem er Vertrauensseligen das streng geheimzuhaltende Mantra ins Ohr flüstert. Für schweres Geld natürlich.

Daß wir selbst einen Mantra-Meister hatten, scheint nahezu vergessen zu sein. In seinen zahlreichen, hauptsächlich zwischen den beiden Weltkriegen erschienenen Schriften finden wir eine Fülle von tieferschürfenden Lehren, Anregungen und Übungen. Eine stattliche Auswahl deutscher, östlicher, nordischer und anderer Mantras. Peryt Shou, unbestritten der bedeutendste Mantramistiker deutscher Zunge, lehrte den Mantra-Yoga schon zu einer Zeit, wo Yoga-Techniken noch nicht so stark im Gespräch gewesen sind wie heute. Er war es, wie Dr. Herbert Pritsche sich ausdrückt, „der den Mantra-Yoga aus der christlich-gnostischen Logoslehre in deutsche

Verwirklichungsformen umschuf“ und der selber über paranormale Fähigkeiten verfügte und so „manchen Leidenden und Besessenen befreite“. Keiner vor noch nach ihm hat in so umfassender Weise Einblick in dieses oft vom mysteriösen Dunkel umschattete Gebiet gegeben. Es ist gewiß nicht immer leicht, seinen Gedankengängen zu folgen. Nicht jeder wird den von Peryt Shou vertretenen esoterischen Anschauungen in allen Punkten beipflichten. Was aber für die Ausgangsposition, für die grundlegenden Übungen, nicht unbedingt erforderlich ist.

Aber nicht Peryt Shou allein war es, der die Macht von Laut und Wort erkannte. Ausgehend von physiologischen Gesichtspunkten schuf B.M. Leser-Lasario mit seinem System der Vokal-Gebärdenatmung ein solides Fundament, auf dem der in Mantra-Technik noch wenig Bewanderte weiter bauen kann.

Ein weiteres, wesentliches Glied schufen die Runenforscher. Die Runenpraxis ist zu einem wichtigen Teil der Mantramistik geworden. Viele Mantra-Techniken erfordern bestimmte Gesten, die sich einwandfrei als Runenstellungen erweisen. In Körperpose, in Laut und Wort, weisen Mantra-Yoga und Runenpraxis überzeugende Parallelen auf. Von früheren Runenpraktikern kaum beachtet; heute jedoch bilden z.B. die mantrisch gebrauchten Meditationsformeln einen wesentlichen

Teil der Runenarbeit.

Sei es Peryt Shou, sei es Leser-Lasario, seien es die Runenforscher, sie alle haben Pionierarbeit geleistet. Vokalatemtechnik, Runenexerzitionen und Mantrapraktiken, wie Peryt Shou sie lehrte, führen geradewegs zum Mantra-Yoga des Ostens. Sie alle führen auf ihre Weise zur Magie von Ton, Laut, Wort und Gebärde.

Die praktische Anwendung erfordert eine intensive Mitarbeit, denn ohne eigenes Erleben erschließt sich keinem das wahre Wesen des Mantra-Yoga.

Kenner der Mantramistik seien uns hier Lehrer. Um ihre Ideenwelt anschaulich zu vermitteln, sei ihnen das Wort erteilt wo immer es geht. Meine Aufgabe ist es daher, die Gewährsmänner möglichst im Wortlaut zu zitieren.

Eine wahre Sisyphusarbeit, aus den vielen tiefgründigen Schriften Peryt Shous das Grundlegende auszuwählen. Keiner wußte es besser als er selbst, daß es kein Leichtes ist, in seine Werke einzudringen. Noch ist mir ein Vortragsabend in Erinnerung, an dem die Frage an ihn gerichtet wurde, wie und wo man mit dem Studium seiner Schriften beginnen solle. Freimütig räumte er ein, diese seien alles andere als systematisch aufgebaut, weil zu verschiedener Zeit und unterschiedlicher Reife entstanden. Woran sich der Wunsch

schloß, es möge einmal jemand ein Kompendium zu seinen Werken schreiben. Soweit natürlich erkühne ich mich nicht. Es würde auch weitaus den gesteckten Rahmen vorliegenden Buches überschreiten, da es ja vorwiegend hier um die Basis der Mantrapraxis geht.

Streng genommen schließt der Mantra-Yoga alle der höheren Entwicklung dienende Systeme mit ein. Ausgehend vom Hatha-Yoga mit seiner durchdachten Atemkunst bis hin zum Raja-Yoga, wo es um die höchsten Menschenwerte geht.

Wie weit und wie schnell Geduld, Ausdauer, Fleiß, nicht zuletzt Veranlagung, weiter helfen, ist durchaus individuell. Bereuen aber wird es niemand, der es an ehrlichem Bemühen nicht fehlen läßt, und erführe er nichts weiter als die Segnungen von Ton und Laut, von Wort und Geste an seinem in Gesundheit erstarkenden Körper und einen immer mehr sich harmonisierenden Gemüt. Wen es aber zu den Höhepfaden des Mantra-Yoga drängt, muß den Rationalisten hinter sich lassen, muß sich mit dem Irrationalen befreunden, muß mystische Lehren und esoterische Ansichten in sein Weltbild einbeziehen. Anders dürfte er wohl kaum jenes Hochziel erreichen, das die Mantralehren der verschiedensten Richtungen verheißen.

Ehe wir uns jedoch an die Mantra-Arbeit im Sinne Peryt Shous

wagen und an Mantras östlicher Prägung, sei zuerst die Lehre als solche gut überdacht. Zugleich richte sich das Bestreben, auf dem Gebiet der Vokalatemung und anschließend auf dem der Runenpraxis alles das zu erarbeiten, was später dann bei den Mantratechniken von Nutzen ist.

Wer bereits das Grundlegende der Yogapraxis erarbeitet oder sich sonst einer elementaren Schulungsmethode unterzogen hat, wie sie beispielsweise gegeben ist in *MAGISCHE EINWEIHUNG*, hat die notwendigen Voraussetzungen geschaffen. Schließt sich daran Wissen und Können des Runen-Yoga, ist ein weiterer notwendiger Schritt getan, denn wie eng Runenpraxis und Mantratechnik ineinander greifen, wird der Übende bald erfahren.

Was nun die vielen mantrischen Motive anbelangt, so ist es keineswegs erforderlich, sämtliche zu praktizieren. Beherrscht der angehende Mantriker erst einmal die Vokalatemtechnik, wichtige Teile der Runenübungen sowie die Grundmotive nach Peryt Shou, wähle er intuitiv nach eigenem Ermessen die seinem Entwicklungsgrad entsprechenden Motive. Innere Führung wird ihm hier weiter helfen.

Berlin, im Oktober 1976

DIE LEHRE

Tongewalten

Ton ist Kraft, Macht, Naturgewalt. Gesang und Musik – menschlicher Stimmklang und Instrumentalgewalten – mit dämonischem Zwang reißen sie das Gemüt fort, stimmen fröhlich oder traurig, andächtig oder frivol; entfesseln Leidenschaften bis hin zu verbrecherischem Tun. Songs, Nationalhymnen, Kriegsmärsche und Schlachtenlieder bezeugen es. Töne begeistern, entflammen zu Höchstem, Töne fanatisieren, reißen hin zum Niedersten, Verwerflichsten.

Allerwegen begegnen wir der Macht des Tones. Ton durchdringt den Stoff und läßt ihn schwingen. Das Lied „Heil Dir, o Ferdinand“, gespielt von einer Kapelle, gesungen von einer im Takt sich bewegenden Menge, brachte die Brücke, auf der sie sich befand, zum Einsturz. Ein Brückenbau, der normalerweise neunfacher Belastung trotzte. Fünfzig Menschen fanden so am 6. Dezember 1825 den nassen Tod.

Zweihundertsechunddreißig Soldaten ertranken am 16. April 1850 gleichfalls bei einem Brückeneinsturz. Die Marschritte des im Gleichschritt marschierenden Bataillons hatten die Hängebrücke von Angers in immer heftigere Schwingungen versetzt, bis schließlich Halteseile und Ketten rissen.

Wegen Einsturzgefahr mußte 1924 die zwei Kilometer lange Brooklyn-Brücke für die Bahn gesperrt werden. Die rhythmischen Anstöße – die „aufgeschaukelten“, die Schieferschen Schwingungen – verursacht durch die darüber donnernden Züge, zerrissen die Halteseile.

Vorsicht ist geboten beim Anschlagen des „Kirchentones“ der Orgel, der bedrohlich das Gewölbe erzittern läßt. – Wem kämen da nicht die Mauern von Jericho in den Sinn? Fielen ihre Mauern einer tonrhythmischen Mordmagie zum Opfer?

Ton, schreibt H.P. Blavatzky, ist „eine schreckliche okkulte Macht“, überzeugt davon, daß sich Ton „von solcher Art“ hervorbringen läßt, um „die Pyramide des Cheops in die Luft zu heben“.

Auf dem Wege dahin scheint um die Jahrhundertwende John Worell Keely aus Philadelphia mit seinem vielumstrittenen, nach ihm benannten Motor gewesen zu sein. Angeblich soll es Keely gelungen sein, seine Maschine nicht nur mit fünfundzwanzig Pferdestärke zu treiben, sondern sogar noch den Maschinenkörper emporzuheben; „einfach dadurch, daß ein Fidelbogen über eine Stimmgabel gestrichen wurde“.

Auf ähnliche Weise fiedelte in New York ein Geiger eine Spiegelscheibe kaputt, und ein Amsterdamer Gastwirt zersprengte mit seiner Stimme Gläser kraft eines bestimmten Tones.

Klangzauberkräfte besaßen, wie überliefert, die heiligen Frauen der Germanen. Mit ihren Zaubersprüchen entfesselten sie Erdkräfte auf dem Idisenfelde. Was einer fast verlorenen Schlacht zum siegreichen Ende verhelfen haben soll.

Daß die Alten um Zauberworte wußten, zweifeln Esoteriker nicht an. Pythagaros lehrte: Alles in der Schöpfung hat seinen eigenen Ton, seinen „Grundton“. Sonne und Planeten haben ihn, jedes Wesen, jedes Ding. Demnach auch Kirchen, Konzertsäle, Brücken. Sogar ein Mann der Wissenschaft, Dr. Schmitt, bekennt sich zu der Ansicht, daß die damaligen Zauberformeln aufgebaut waren „auf dem Vokal auf bestimmter Tonhöhe, Dauer und Zeichenkraft“. In der röm.-kath. Kirche klingt das heute noch an als „Heils- und Hilfs- und Beschwerde- und Beschwörungsgebete“. – „Schwingung ist kosmisch gleich Ton“. Was den Alten sicher nicht fremd war. Selbstverständlich war für sie „die Macht des Tones über die Schwingungen des Leibes und Lebens... aus ihrer Leib-, Geist- und Seeleneinheit.“ (Dr. Schmitt)

Unglaublich, aber in unserer Zeit erlebt, klingt der Bericht einer Zeitschrift für Lebensreform. Unerwartet befand sich ein Mantramistiker nach Inkarnation eines hohen, sirrenden f-Tones inmitten eines großen Mückenschwarms. Zuvor von Mücken nicht die geringste Spur. Hatte er „ihren“ Ton getroffen? Hat dieser sie von weither magisch zu ihm getrieben?

Einige Kernsätze noch aus der Sicht der Geheimlehre: FOHAT – „Erbauer der Bauleute“ – der leitende Geist, der da ist das EINE LEBEN, auch Geist der Elektrizität genannt, stammt oder emaniert aus der EINEN QUELLE VON ENERGIE. Er ist Verursacher jedweder Emanation, sei es Licht, Wärme, Ton usf.; allen liegt ihnen der Äther des Akaschprinzips zugrunde.

H.P. Blavatzky spricht hier von dem wirklichen Äther, nicht von dem umstrittenen der Naturwissenschaft. Ohne den Akascha-Äther gäbe es keinen „Ton“; denn dieser absolute Äther ist „das schwingende Schaltbrett in der Natur in allen ihren Differationen“.

Äther (Akascha), dessen charakteristische Eigenschaft und Grundlage der Ton, das „Wort“ ist, (Im Anfang war das Wort!) „existiert allein und erfüllt die ganze Leere des Raumes“.

„Ton ist das Charakteristikum von Akascha (Äther), er erzeugt Luft, deren Eigenschaft Berührung ist; die durch Reibung Farbe und Licht erzeugt.“

In den Puranen heißt es: „Der Äther brachte den Ton hervor.“ – VACH und KWAN-YIN drücken „die magische Kraft des okkulten Tones in der Natur und im Äther“ aus. Die Wissenschaft freilich sagt, Ton sei die Wirkung von Luftschwingungen. Aber auch auf die Luftmoleküle wirkt die Kraft des Äthers ein; besser noch formuliert: „Luft ist einfach differenzierter Äther“.

Blavatzky, fußend auf östliche Lehren, sieht in den physikalischen

und chemischen Kräften und Erscheinungen – auch im Ton – „eine Leiter, deren niederste Sprossen der Physik angehören und deren höhere auf eine lebendige, unsichtbare Macht zurückgeführt werden, welche in der Regel die gleichgültige, aber ausnahmsweise die bewußte Ursache der sinnengeborenen Erscheinung ist, die als dieses oder jenes Naturgesetz bezeichnet werden.“

Mantras

„Ton ist der kräftigste und wirksamste Agent und der erste Schlüssel, der das Tor des Verkehrs mit den Sterblichen und Unsterblichen öffnet“, lehrt H.P. Blavatzky. „Die Vokale insbesondere enthalten die okkultesten und furchtbarsten Kräfte“. Dem Ton liegt „eine unendlich große und wunderbare Macht zugrunde“, bestätigt ihr Gefolgsmann C.W. Leadbeater.

Heute noch bergen bestimmte Worte – gesprochen oder gesungen – hohe Kräfte, die über die Wirkungssphäre unserer sichtbaren Welt weit hinausgreifen. Die Kraft des Urimpulses vor der Zeiten Beginn, jenes: Gott sprach – das schöpferische Wort – ist immer noch lebendig. Das tiefgründige: „Im Anfang war das Wort“ gilt heute noch wie ehemals. Kraft des schöpferischen WORTES sind alle Dinge geschaffen und entstehen weiter in endloser Folge, im Makrokosmos wie im Mikrokosmos.

Nach tantrischer Anschauung ist aus den fünf matrika-Lauten das Universum hervorgegangen, darin die Idee aller Formwerdung ruht. Formen treten in Erscheinung, „wenn die matrika-Grundlaute im Prozeß der Evolution Veränderungen unterworfen sind“. – „Was man auch immer in Form eines Lautes wahrnimmt ist Sakti“, kommentiert die Hathayogapradipika.

Womit wir beim Hauptthema, der Mantramistik, angelangt sind. Es geht hier um die Beherrschung der Mantra-Schakti, der die Kraft

und Macht der Buchstaben, der Sprache und der Musik zugrundeliegt. Eine der großen Yogakräfte, wie Krijaschakti, die universale Kraft des Gedankens, Kundalinischakti, die in uns schlummernde Schlangenkraft, Inanaschakti, die Kraft des Intellektes, der Vernunft, der wahren Weisheit und des Erkennens. Jede dieser geheimen Kräfte ist nach der Lehre der Mantra-Schastra die Ausstrahlung einer *lebendigen Wesenheit* aus der Hierarchie der Dyan Chohan, von der sie geleitet werden.

Tantrische Texte befassen sich eingehend mit der Wissenschaft des Lautes. Alle Mantras gelten „als Modifikation einer originären, ihnen zugrundeliegenden Vibration, die das gesamte Energiemuster der Welt stützt und in der das Urprinzip wieder erkannt werden kann“. Alles auf Erden und im Kosmos, Idee wie Stoff, ist konzentrierter Laut von ganz bestimmter spezifischer Schwingungsdichte, Manifestation des als sabda gegen sich selbst schwingenden 'Lautes vor dem Laut', anahata-Dhvani. Er ist es, der die Lautenergie hervorbringt, der die in der Form sich entfaltende Lautenergie erzeugt. „Laut ist der Reflex der Form, und Form ist das Produkt des Lautes. Jede Form hat ihre Laut-Norm als Begleiterscheinung ihrer Energie“. (Philip S. Rawson)

Mantras schaffen Vibrationen von besonderer Resonanz im Raume, „und zwar im Reiche des Feinlautes oder Vibration, genannt Nada“. Und weiter der Tantriker Philip S. Rawson: „Da kosmische

Energien in der Welt des Lautes mittels silbischer Mantras reflektiert werden, bedeutet es eine Weiterführung dieses Gedankenganges, wenn die Wurzelsilben, aus denen die Wörter für alle Dinge und Eigenschaften und Handlungsweisen dieser Welt gemacht werden, d.h. das Alphabet, als eine Urform des Kosmos werden“. Allen Buchstaben wird daher Mantra-Identität zugesprochen. Besonders das Alphabet des hl. Sanskrit genießt die Verehrung der Tantriker.

Jeder Buchstabe – so ein anderer Tantriker – ist zugleich Ausdruck der Kundalini, ist aller sich bewegenden Dinge Samen. Ihre uranfängliche Manifestation sind die fünfzig Sanskritbuchstaben, die Ma – tri – shakti, von A bis ks.

Breiten Raum nimmt in der östlichen Mantramistik die der Urschwingung nah verwandte hl. Silbe OM ein, mit der wir uns noch ausführlicher beschäftigen werden.

Das echte Mantram – so Peryt Shou – besitzt eine tiefe, umwandelnde Kraft. Es gibt kaum eine bessere Methode zur Entwicklung geistiger Kräfte als das Mantram. Richtig angewandt, offenbart sich in seiner höchsten Form der LOGOS, das 'WORT' in „seinem inneren welterschöpferischen Sein“ und eint den Individualwillen mit dem Urwillen. Mantras gebrauchen heißt: zurückkehren zu den „goldenen Tafeln des Urseins“, zu den „Klangfeldern“ des göttlichen Menschen.

Was ist ein Mantra?

Angewandte Mantramistik, allgemein gesprochen, ist der lautmagische Gebrauch von Lauten, Silben, Wörtern, Sätzen, bis zu den Meditationssprüchen, Gebeten, Formeln und Anrufungen. Ein weit gespannter Rahmen.

Peryt Shou versichert, Mantra-Praxis schule vorzüglich das Denken, gemäß der indischen Bedeutung von man: denken, und mantr-. sprechen. So beurteilt sind Mantras Denkformeln zur Schulung der Geistes- und Willenskräfte. Je kürzer, je bündiger formuliert, desto besser. Kürzer als beim Runenlaut kaum denkbar.

Govinda und Heinrich Zimmer sind gleicher Ansicht. Sie setzen man (= denken) mit dem lateinischen mens und dem griechischen menus gleich. Vereint mit der „Werkzeugworte“ bildenden Silbe tra ist ein Mantram demnach ein „Werkzeug zum Denken, ein Ding, das ein Denkbild zuwege bringt“.

Der Gewalt eines Mantras kann sich der Geist nicht entziehen. Klar spricht es Heinrich Zimmer aus: „Was im Mantra verlautet wird, ist so, ist da, begibt sich. Hier, wenn irgendwo sind die Worte Taten, wirken unmittelbar Wirklichkeit“.

Und wie äußert sich der Verfasser des bedeutenden Yoga-Werkes über Kundalini: DIE SCHLANGENKRAFT dazu?

„Das Mantra ist eine unparteiisch für jeden Zweck brauchbare Wirkkraft (mantrashakti). Ein Mensch könnte durch Mantra verletzt

oder gar umgebracht werden; nach Ansicht einiger soll das Mantra eine Art Union der physischen Shakti eintreten; in der sogenannten Vedhadiksha – einer Initiation – gibt es durch das Mantra eine so gewaltige Kraftübertragung vom Guru auf den Schüler, daß dieser beim Kräfteeinbruch in Ohnmacht fallen soll; durch Mantra könnte und – wenn ideale Voraussetzungen gegeben sind – sollte man das Homa-Feuer entzünden; durch Mantra wird der Mensch erlöst usw. Kurz, Mantra ist Kraft (shakti); eine Kraft in Klangform.“

Tantriker vertreten die Überzeugung, durch beharrliche Wiederholung von Mantras im Zustande geistiger Konzentration könne man Körper, Seele und Geist grundlegend beeinflussen, und noch anderes mehr. „Die durch Mantras zusammengezwungene Energien können auf spezifische magische Zwecke gerichtet werden“. Als Beispiele nennt Philip S. Rawson Heilungen, Feindvernichtung, günstiges Wachstum von Getreide, Bezwingung einer Frau. So berichtet er von einem Mann, der einer Frau ein bestimmtes Mantra zuschleuderte, worauf diese sofort „das Gefühl körperlicher Vereinigung“ hatte. Dem Vishnu Purana zufolge gibt es eine „Zeugung durch Willenskraft“.

In ältesten Pali-Texten finden sich Schutzmantras – paritta – die in nahezu allen Fällen des täglichen Lebens helfen sollen. Gleichviel ob es nun gilt, bösen Einflüssen und Gefahren diesseitiger oder jenseitiger Natur zu wehren, oder ob es sich darum handelt,

Gesundheit, Wohlstand, wie überhaupt irdisches Glück zu erlangen, aber auch eine segenbringende Wiedergeburt. Im Rattana Sutra schließt jeder Vers mit der Wunschformel: „Kraft dieses Weisheitsspruches möge mir Glück beschieden sein“. Zwar heben Mantras bestehendes Karma nicht auf, wird einschränkend bemerkt, aber wer sich richtig zu konzentrieren versteht und es vor allem nicht an Wissen und Hingabe fehlen läßt, dem wird sogar das höchste Ziel in Aussicht gestellt, die Befreiung.

Wunder wirkt, wer das richtige Mantra beherrscht. Niemals aber, so wird ausdrücklich gewarnt, darf ein Mantra theurgischen Charakter annehmen. Auf das Göttliche darf kein Zwang ausgeübt werden. Als Antwort könnte sich Zerstörendes ereignen.

Mantra-Yoga zählt gleicherweise zur Wort- und Tonmeditation, werden wir belehrt.

Ein Mantra kann psycho-dynamischer Natur sein, kann magischen oder mystischen Charakter haben, kann guten und bösen Zwecken dienen.

Weniger wird ein Mantra bloß gesprochen; zumeist wird es im Sinne der Vokalatmung intoniert: gesummt, leise oder laut gesungen, je nachdem, was beabsichtigt wird.

In Indien singt man meistens die Mantras. Aber auch in Gedanken werden Mantras unter stärkster Konzentration, unter größter Hingabe ausgesprochen; ganz auf die Silbe, das Wort, den

Satz oder Begriff gerichtet. Ebensovohl kann ein Mantra einem Bild oder Symbol gelten, etwa dem Sonnensymbol, einem Mandala, einer Rune, nicht weniger einer göttlichen Macht, Buddha, Christus oder sonst einer hohen Wesenheit. Die Gedanken müssen dabei gleichsam wie ein Rad um diese Vorstellung kreisen.

Zu flüssig sollte eigentlich ein Mantra nicht sein. Zu leicht irren die Gedanken ab. Das Ergebnis: ein gebetsmühlenartiges Geleier, wie es mir aus Kindheitstagen her noch gut in Erinnerung ist. In der Kirche, bei Begräbnissen, bei Prozessionen, wie leierte man da die Gebete herunter, ohne jeden Sinn und Verstand.

Gewiß, das Mantram kann und soll Gebet sein, erfüllt von dem Gefühl der Gottesnähe. Als solches hat es entschieden mehr Kraft und Wirkung als die Vielzahl gedankenlos dahin geplapperter Lippengebete. –

Tantriker unterscheiden zwischen Grundmantras und komplexen Mantras. Erstgenannte bestehen in der Regel aus einzelnen Silben, vorwiegend mit einem nasalen M endend; komplexe Mantras setzen sich zusammen aus einer Anzahl von Grundsilben (Grundmantras), „die gegebenenfalls die Abstraktion einer Aussage deren als bekannt vorausgesetzte Bedeutung ist“. Auch die Anfangsilbe einer Devata dient als Mantram, ergänzt mit irgend einer Endung, zumeist mit dem Nasa-M. Viele M fordert auch Peryt Shou für das große Mantram.

Mantras mit vorwiegend langgezogenen, offenen Vokalen wird

eine günstige Wirkung zugeschrieben, dagegen solchen von reißendem Charakter, bestehend oft aus kurzen Vokalen und Konsonanten – so im Indischen Hrim, Schirim, Kshrang, phut – eine mitunter sehr bedenkliche, weil sie zu leicht in haßsprühendem Zorn als Fluch und Verwünschung mißbraucht werden.

Bei schwarzmagischen Riten, wie wir sie beim Voodow-Kult, bei Obeah-Zeremonien und anderen höchst verwerflichen Kulthandlungen vorfinden, werden mantrische Kräfte gröblichst entweiht.

Mantras fördern Gutes wie Böses. Niemals sollten sie daher in Gegenwart niedrig Gesinnter erklingen.

Vor mehr als zweitausend Jahren und noch Jahrhunderte später beherrschten in China die Angehörigen der weltberühmten Schule des Tathagata – die „Süßstimmigen“ – die Kunst, „die Mantras mit magischer Gewalt zu singen“.

Auf welcher Grundlage beruht die Wirkung der Mantras?

C.W. Leadbeater, Kenner des Hindu-Yoga, verweist auf fünf Wirkungsmöglichkeiten, dabei den Begriff Mantra in allerweitestem Sinne umspannend.

1. Auf Glaube beruhend;
2. vermöge Gedankenverbindung;
3. fußend auf einem Bündnis;

4. kraft ihrer Bedeutung;

5. basierend auf dem Klang, ohne sonstige Bedeutung. Woraus sich folgende Gesichtspunkte ergeben:

1. Glaubenswirkung

Voraussetzung allerdings ist hier der Glaube an den Erfolg. Den Mantriker dürfen keinerlei Zweifel, bewußte noch verborgene, bei seinem Vorhaben irritieren.

Zu dieser Gruppe zählen ganz primitive Formeln, oft ohne erkennbaren Sinn; Zauberformeln aus dem arg umstrittenen Gebiet der Sympathiemagie. Beispielsweise um Blut zu stillen, Verbrennungen vorzubeugen, Schmerzen zu beseitigen und andere Künste mehr.

Dabei werden die Worte zumeist gemurmelt, bisweilen in Verbindung mit Zeichen. In der Regel fehlt derlei Sprüchen der Wohlklang, sonst unerlässlich bei echten, auf Harmonie gerichteten Mantras.

Von einem indischen Prinzen berichtet die Fama, er habe einen von einem Skorpion gestochenen Mann augenblicklich geheilt, indem er einfach über die Wunde ein Pentagramm zog und dabei ein scharf betontes Sanskritwort sprach.

Überzeugungskraft und Willensstärke entscheiden über Gelingen oder Fehlschlag. Vom magischen Standpunkt geurteilt, von der dem Mantriker innewohnende Mana-Kraft. Parapsychologen mögen von

der Psi-Kraft sprechen.*)

Der enormen Manakraft östlicher Magier anscheinend ist es zu danken, daß ein gesprochenes Mantra Feuer entfacht. Bei der tantrischen Kusdantika homa-Zeremonie sollen sich solche unbegreiflichen Phänomene ereignen. Als „Feuersame“ gilt in Indien die mantrische Silbe RAM.

**) Über Mana: Karl Spiesberger Magneten des Glücks, S. 31-35.*

Gibt es überhaupt Neues unter der Sonne? Bereits im grauen Altertum waren derlei Künste nicht unbekannt. Sofern man nur Agrippas Gewährsmann Pausanias Glauben schenken will, wurde in den Tempeln der Lydischen Städte Hypepa und Hierocaesarea das trockene Holz auf dem Altar von den Priestern auf magische Weise in Brand gesetzt. Sie sangen eine Hymne in der Landessprache und einige einem Buche entnommenen „barbarische Worte“, und bald danach loderten die Flammen hell auf.

Selbst in unserer Zeit, in unseren Breiten scheint es noch solche Köpfer auf magischem Gebiete zu geben. In der Wohnung eines Freundes, berichtet Willy Schrödter, hat „ein Mensch durch ein bloßes Mantram... (Feuersame, die Silbe RAM) ohne Feuer und Zündholz Brennmaterial entzündet“.

2. Durch Gedankenverbindungen

„Gewisse Worte werden von bestimmten Gedanken begleitet und sind imstande, die Richtung unserer Gedanken und Gefühle zu verändern“, sagt Leadbeater. Er verweist dabei auf solche Suggestoren in Wort und Ton, wie sie uns bereits eingangs begegnet sind: Nationalhymne, Feldgeschrei, Marseillaise, Choräle, Lieder. Und politische Parolen aller Schattierungen sei noch hinzugefügt. Welch platte Phrasen, bis zum Überdruß eingehämmert, genügen, um Denken, Fühlen und Tun der indifferenten Masse zu manipulieren und irrezuführen, hat Gustave

Le Bon in seinem berühmten, leider zu wenig beachteten Werke: „Psychologie der Massen“ hinreichend beleuchtet. Beim Einzelindividuum wie im Großen zeigt es sich, wie außerordentlich hier die Gefahr einer negativen Beeinflussung ist. Dergleichen Wort- und Ton-„Schöpfungen“ umnebeln den Verstand, dringen ins Unterbewußtsein, rufen Vorstellungen wach, die nur selten zum Wohle gereichen.

Als Ausnahme gelten, selbstlos gebraucht, Hymnen, Sprüche, Mantras esoterischen Charakters. Diese lösen eine „entsprechende Kraft von Oben“ aus. Engel eines bestimmten Typs – des Strahles, dem die verwendeten Mantras zugehören – spenden ihren Segen gemäß der Art des Mantras.

Genau genommen zählt das Eingreifen von Wesen höherer Art zu Punkt drei. Vielleicht genügt es in den meisten Fällen, anstelle hilfreicher Engelwesen das nicht weniger „Hilfsbereite in uns“ zu setzen: das Überbewußtsein.

3. Bündnis – Zusammenarbeit mit höheren Wesen

Eindeutig beruft sich hier Leadbeater auf die Mitwirkung außersinnlicher Wesenheiten.

Die große stets gegenwärtige Kraft des LOGOS antwortet bei mantrischen Anrufungen. Sie manifestiert sich durch Engelmächte. Hinausgreifend über ihre Schwingungswirkung auf den Körper, stehen manche Mantras mit bestimmten transzendenten Kräften in

Beziehung. GAYATRI und TISERANA mit Engeln unterschiedlichen Charakters; Engel im „Gelben Gewand“ sind zugegen beim Singen des Buddhistischen Tiserana. Diese „fröhlichsten Wesenheiten der Welt“ verbreiten „wundervollen Frieden und Freude“.

Andere Engel wiederum sind zugegen bei religiösen Anrufungen und Riten sakralen Charakters, wo das „Wort“ zu seinem Rechte kommt. Spricht der Priester die Worte: Hoc est Corpus Meum – Dies ist mein Leib – leuchtet die Hostie, wie Hellseher beobachtet haben wollen, „in Form einer lebenden Lichtlinie“ auf.

„Die einem besonderen Typus angehörenden Engel betrachten diese Worte als eine Anrufung und eilen sofort herbei, um ihre Rolle bei der vorgenommenen Zeremonie zu übernehmen.“

Von den zur Anrufung einer bestimmten Gottheit dienenden Mantras heißt es: der Ausübende setzt „durch einfaches Singen derselben eine geheimnisvolle Ursache... aus der unmittelbare Wirkungen hervorgehen“. (H.P. Blavatzky)

Nach Govinda, einem Mystiker neuester Zeit, sagt die Überlieferung: jedes Mantra der Welt sei von einem Weisen, einem Rishi gegeben und eine Gottheit verleihe ihm besondere Kraft. Wer Mantras zu gebrauchen weiß, für den bewirken sie „beschwörenden Zwang“, für den sind sie „magische Mittel, um unmittelbare Wirklichkeit – Erscheinung der Götter, Spiel der Kräfte – zu wirken“.

Peryt Shou erwähnt eine interkosmische geistige Bruderschaft,

die dem Initierten auf die Rufwellen der Naut = (Not) Rune antworten.

4. Die Wirkung beruht auf Bedeutung und „infolge auf Wiederholung“

Beharrliches Wiederholen bestimmter mantrischer Worte, gepaart mit festem Vertrauen, prägt sich im Grobstofflichen dem Gehirn, im Feinstofflichen dem Mentalleib ein.

Derlei Mantras zielen auf das Unterbewußte, etwa zur Stärkung des Willens, der Überzeugungskraft, zur Erlangung wünschenswerter Eigenschaften, Meidung lästiger Angewohnheiten. Ein weiter Spielraum öffnet sich hier der psychodynamischen Praxis in Verbindung mit Mantras, wie wir sie unter anderem auch im Bereich des Runen-Yoga vorfinden.

Als Beispiel: „Ich bin ein strahlendes Willenskraftfeld. – Mein Wille dominiert“ – in Verbindung mit der Rune IS; „Ich will und ich kann, was ich will“ – mit den Runen IS und KA; „Die Kraft in mir siegt!“ – mit der Rune SIG.

Wichtig für den Erfolg ist das tägliche Exerzitium, möglichst zur gleichen Stunde. Regelmäßiges Meditieren ist in Indien und in vielen okkultistischen Kreisen eine Selbstverständlichkeit. In Indien wird ein Mantra, meist gesungen, oft bis zu dreitausendmal hintereinander wiederholt. Dieses ständige Wiederholen erzeugt Vibrationen. „Besondere Teile“ im Astral- und Mentalkörper werden dadurch

schwingungsmäßig beeinflusst. Auch in anderer Hinsicht lohnt sich das ausdauernde Wiederholen eines Mantra. Das Feinstoffliche in uns wird „mit einem bestimmten Ideengang in Harmonie“ gebracht. Ebenso gut können wir sagen, wir öffnen uns innerlich dem Zustrom von Ideen. Am besten eignen sich kurze, kräftige Formeln mit gezielter Wiederholung. Zum Beispiel: „Ich bin stark, stark, stark, stark“. Ähnlich verfuhr schon Coue mit seiner autosuggestiven Formel „Es geht mir mit jedem Tag in jeder Hinsicht besser und besser“. -

Alester Crowdey, der vielumstrittene, oft gelästerte Meister Therion, schreibt vor, ein Mantra

1. zehnmal so laut und langsam wie möglich zu sprechen;
2. zehnmal etwas weniger laut und langsam;
3. in der Folge immer leiser und zugleich schneller werden; bis
4. zum Schluß sich nur noch die Lippen bewegen und schließlich unbeweglich werden.

5. Das Mantra wird weiter so schnell wie nur möglich im Geiste weiter gesprochen. (Es soll gewissermaßen „im Kopfe rasen“)

6. Hierauf den Vorgang umkehren, bis das Mantra wieder so laut und so langsam wie zu Beginn gesungen wird.

Über das Unterbewußte hinaus verbinden Mantras mit dem Überbewußten. Eine sich an die Domäne des Über selbst wendende Meditation ist der in theosophischen Kreisen oft geübte Spruch:

„Strahlender als die Sonne, reiner als der Schnee, feiner als der Äther ist das Selbst, der Geist in meinem Herzen. – Ich bin das Selbst, das Selbst bin ich.“

Oft und hingebungsvoll wiederholt, mantrisch intoniert oder nur gedacht, ist das Exerzitium bestimmt von Nutzen.

Zu den Mantras, die sich an das Überbewußte wenden, zählen auch die des Runen-Yoga. Zwei Beispiele: Mit der Man-Rune: „Heiliges Man, Geistrune du, verbündender Urlichtsubstanz einet Mensch sich mit Gott.“ – Mit der Gibor-Rune: „Dem Ugrund entstammend, für Gibor zu dir mich wieder zurück.“ –

Punkt vier – (Bedeutung und Wiederholung, zugleich in den Bereich des Übersinnlichen gehörend) – umfaßt ferner Wünsche und Segenssprüche jeder Art; erteilt von Einzelnen an die Menge (beispielsweise der Priester) oder gegeben von Mensch zu Mensch: der Segen des Vaters, der Mutter oder anderer uns Wohlgesinnten.

Vom Segen heißt es, er schaffe eine Gedankenform, „die sich mit der Person verbindet, die segnet“. Allein die Ehrlichkeit des Wunsches und die „spirituelle Kraftmenge“, die Manakraft des Segnenden entscheidet. Auf die Verwirklichungskraft der Gedanken, auf die Stärke der Psi-Kraft, kommt es an.

Der Segen des Priesters (er basiert auf der Bedeutung des Wunsches, zählt demzufolge zu den Mantras der dritten und vierten Kategorie) gilt als besonders heilbringend, weil die Kraft zur

Segenerteilung ihm durch den sakramentalen Akt der Priesterweihe verliehen wurde. Dadurch ist er zur Leitung, zum Kanal geworden für eine von „Oben“ zuströmenden Kraft; selbst dann, wenn er unkonzentriert, völlig gedankenlos den Segen erteilt. Belanglos auch sein moralischer Wert, seine ethische Gesinnung. Zurecht bezweifelt von jenen, die streng unterscheiden zwischen dem Managehalt eines geisterweckten Priesters und eines tugendlosen, herrschsüchtigen Pfaffen.

Wieviel an Kraft der Gesegnete empfängt, hängt von seiner Einstellung ab. Zwar kann jemand gesegnet sein, ohne es zu wissen, auch das ist möglich, und der Segen zeitigt trotzdem Früchte.

Zum Segnen befugt sind Meister der Logen esoterischer Richtung wie überhaupt Initiierte.

Auf einfache Weise Segen von Oben zu empfangen und diesen weiter zu geben an andere ermöglicht ein Mantram der Hagal-Rune in Verbindung mit dem Hagalrunengriff: „Hegende Kräfte des Alls strömen mir zu...“

5. Die Macht der Klangwirkung

„Die Schwingungen, durch den Klang hervorgerufen, wirken auf die verschiedenen Körper des Menschen und haben das Bestreben diese in Einklang mit sich zu bringen.“ (C.W. Leadbeater) Töne wirken auf bestimmte Seelensubstanzen, „die den kausalen

Menschen aufbauen“, betont Peryt Shou.

Der Ton ruft nicht nur wellenförmige Bewegungen in der Luft hervor; es entstehen dabei auch subtilere Schwingungen, „Obertöne“, die nicht mehr die Luft erregen, umso-mehr aber die Äthermaterie. Die dadurch entstehenden Äther Schwingungen sprechen in den Chakras, wie überhaupt im Ätherleibe an und in den noch höheren Wesensteilen.

Jedes richtig durchgeführte Mantra gleicht nach Leadbeater einer kräftesparenden Maschine. Wir schafften es wohl ebensogut mit Willensanstrengung (mehr auf dem niederen Daseinsplan, sei einschränkend bemerkt), Mantras aber sparen nun einmal Kraft. Vor allem dahinrollende, klangvolle Töne – bei indischen Mantras der Fall, wo vorwiegend der Vokal A dominiert – „übertragen die Schwingungen allmählich auf die verschiedenen Körper“, was Kräfte spart.

Ein starker Wille überträgt die durch Mantras hervorgerufenen Schwingungen auf die nähere Umwelt, mitunter selbst auf eine fern weilende Person. Aufs äußerste konzentriert, wird das Mantra auf diese gerichtet. Der Wille ist der Motor, der das schöpferische Wort dorthin lenkt, wo seine Kraft sich harmonisch entfalten soll. Andernfalls besteht die Gefahr, blinde Kräfte zu entfesseln, die – ungenügend – zerstören anstatt aufzubauen. Das Mantra – die Form einer Anrufung transzendenter Mächte beinhaltend – sei eine

Bitte um Hilfe. Das Gayatri oder sonst ein heiliges Wort entbindet große theonische Kraft. Sanft schwinge es, gesprochen oder gesungen.

Gewarnt wird, Mantras zu verwenden, deren Schwingung zu hart ist. Nicht mit den charakterlichen Eigenschaften in Einklang, lösen sie Disharmonien aus. Jedes Mantra, gut oder böse, erzeugt in den feinstofflichen Körpern von Aussender wie Empfänger Schwingungen, die je nach Absicht Positives oder Negatives zur Folge haben. Daher immer wieder die unabdingbare Forderung:

Reinigung, Veredlung des Charakters! Denn ehe das schöpferische Wort aktiviert werden darf, muß eine innere Umkehr vorausgehen.

Mantras, deren Wirkung vorzugsweise auf der Kraft des Tones basieren, müssen in ihrer ursprünglichen Form verwendet werden. Naturgemäß entstehen durch Übersetzen neue Tongruppierungen, die nicht immer dem entsprechen, was das Mantram bezweckt.

Unerlässlich ist, mit Govinda zu sprechen, die Form, „weil sie das Gefäß ist“. Mantras lassen sich nicht willkürlich machen, sie müssen wachsen „aus dem Erleben und der gesammelten Erfahrung“.

Anders in alten Zeiten, wo die Seher die im Laut schlummernde Macht erschauten und verstanden, die mantrischen Silben mit den nach geheimer Gesetzmäßigkeit gefügten Tantratexten in magischen Einklang zu bringen.

Wie Rawson ausführt, werden im tantrischen Ritual aus den Sanskritbuchstaben Mantras gebildet, bezogen auf einzelne Körperteile und Organe, wodurch der Körper mit allen seinen grob- und feinstofflichen Funktionen zu einem Instrument der sich offenbarenden kosmischen Kraft wird. Denn der Tantra lehrt: Individuelles und Universales sind eins. „Was im Universum existiert, muß auch im Körper vorhanden sein“. So bewahrheitet sich auch in der Mantramistik der altersgraue Weisheitssatz: Wie oben so unten.

Die Macht der Klangwirkung führt uns zur Mantramistik im eigentlichen und engeren Sinne. Klangmantras beeinflussen in hohem Maße das Grobstoffliche, den physischen Leib. Ton erzeugt Nervenschwingungen. H.P. Blavatzky vergleicht das Nervensystem mit einer Äolsharfe, „die dem Anstoße der Lebenskraft antwortet“.

Was Laute vermögen beweisen bereits die verschiedenen Techniken der Vokalatmung sowie die einfachen Runenlaut-Übungen mit der damit verbundenen Körpergymnastik. Übungsbereiche, vertretbar auch für Skeptiker, für Rationalisten, fernab jeder Metaphysik.

Zum anderen wirken Klangmantras in subtilen Wellenbereichen, erregen feinste Schwingungszustände. Klangvolle Töne – unter anderem die Hl. Silbe OM – verfeinern die grobstofflichen Schwingungen der Physis, mitaktivierend gleichzeitig die feinstofflichen Wesensteile.

Stets kommt es auf die wahrnehmbaren und auch die nicht wahrnehmbaren Schwingungen des gesungenen Tones an. Sie erzeugen die verschiedenen Vibrationen im Grobstofflichen wie im Feinstofflichen.

Diese so wichtige, leider noch viel zu wenig praktizierte Technik der Aktivierung der körperlichen Schwingungszonen bildet das Fundament der gesamten Mantramistik. Ein Gebiet auf dem der Mantra-Forscher Peryt Shou Bahnbrechendes geleistet hat.

Gewiß, nicht der Ton allein ist es, der ein Mantra sich voll auswirken läßt. Mantras im besten Sinne stimmen, wie Govinda darlegt, harmonisch überein in „Klang, Rhythmus, Idee und Konzentration auf die höchsten Symbole.“ (Hinwendung an das Metakosmische, das Göttliche, das Theonische, auf Buddha, Christus, das Höhere Selbst usw.) Vollwirksam aber erst wird ein Mantra durch das unerschütterliche Vertrauen und durch liebevolle Hingabe. –

Vorstehende fünf Grundlagenpunkte über die Mantra-Wirkung kann noch durch einen sechsten ergänzt werden.

6. Die Kraft verschiedener Imponderabilien, bis hin zur Macht des Höchsten

Einer Anzahl von Mantras liegt anscheinend kein Sinn zugrunde. Wir begegnen Lautfolgen ohne erkennbaren logischen Zusammenhang. Ein besonders krasses Beispiel eines völlig sinnlos

anmutenden Aneinanderreihens von Buchstaben finden wir in mehr als dunklen gnostischen Texten. Anschauungshalber eine solche Vokalfolge:

eeo e eeo ioo eeo o eeo ioo oee eoe o oee eie o oee ie ooe;

und so noch fünf Zeilen weiter.

Was haben wir hier vor uns? – Eine umfangreiche Anrufung, „um der niederdrückenden und bitteren und unerbittlichen Not willen“, und zwar handelt es sich um „Namen, die noch nie eingegangen in die sterbliche Natur, die noch nie in gegliederter Sprache ausgesprochen wurden von menschlicher Zunge“.

Zweifelsohne geht es hier in erster Linie um Lautwerte.

Bei Blavatzky findet sich der Hinweis eines Zusammenhanges einer Wechselwirkung zwischen kosmischen Faktoren – Planeten und Zodiakalkräften – und zwischen Zahl, Farbe und Buchstaben; daher sei es nötig, „um irgend eine besondere Silbe oder selbst Buchstaben wirksam zu machen, zu wissen, in welcher Beziehung die betreffenden Buchstaben zu genannten Faktoren stehen. Ein geheimgehaltenes Verfahren, wenigen nur im Osten bekannt, das dahin zielt, auf die verschiedenen Wesensgrundteile des Menschen einzuwirken, vorzugsweise auf das buddhische und auf das noch höhere buddhisch-atmische Prinzip.

„Daß die ganze Schöpfung auf Zahl und Laut gestellt ist, kein Laut von ungefähr im Worte steht und jedes Wort Ausdruck eines

kosmischen Schwingungsgesetzes“, mit diesen aufschlußreichen Gedanken bekennt sich auch der esoterische Dichter Hans Sterneder in seinem Roman „Der seltsame Weg des Klaus Einsiedel“ zu der in den Buchstaben schlummernden mantrischen Kraft.

Damit werden uns jene seltsamen Lautgebilde, die wenig oder gar nicht durch Bedeutung einen Einfluß ausüben, verständlich. Was wirkt sind einzig die den Buchstaben innewohnenden Kräfte.

Im Sanskrit wie im Hebräischen hat jeder Buchstabe einen festliegenden Zahlenwert. Gottes-, Engel- und Dämonennamen der Kabbalah beruhen auf dieser Annahme; denn diese Namen sind nichts anderes als eine Zusammenfügung von Lauten – von Zahlenwerten! – die in ihrer Summe einen spezifischen Gesamtwert ergeben. Anders ausgedrückt, die Kraft- und Manafelder der einzelnen Buchstaben werden dadurch zu einem Kräfte-reservoir vereinigt. Der wissende Kabbalist operiert damit.

Mag sein eine Hypothese nur. Daß aber der Gebrauch von als magisch geltenden Namen und Anrufungen Paranormales auszulösen imstande ist, kann nicht in Abrede gestellt werden. Mir haben jedenfalls bei magischen Tischrückversuchen kabbalistische Namen und die uns vielleicht mehr verwandten Runen ausgezeichnete Dienste geleistet. Ohne genannte Faktoren war es unmöglich, jedem Druck der Hände spottende Tische ohne

geeignetes Medium zu bewegen. Und wie halfen die Runen bei Hebeversuchen! *)

Auch jede der achtzehn Futhorkrunen hat gemäß ihrer Reihenfolge eine bestimmte Zahl. Bei unserem Alphabet wechselt bedauerlicher Weise die Zahlenzuordnung. (Vielleicht infolge zu vieler „Experten“.) Das macht natürlich die Charakter- und Schicksalsdeutung der Namenskabbalah fragwürdig. Zum Glück spielt dies bei der Mantramistik, wie wir sie anzuwenden gedenken, keinerlei Rolle.

Sei es nun die Kraft der Zahl, seien es planetarische, zodiakalische oder tattwische Einflüsse oder seien es noch andere Imponderabilien, stets dürfte der Weisheit letzter Schluß sein. Laute sind Sammelbecken von Kräften besonderer Natur.

In ihnen offenbaren sich die verschiedenen Arten des Tonäthers, „Modifikationen der einen großen Urkraft“. Das Feinstoffliche im Menschen zieht gleichsam als Nahrung diesen Äther an sich.

Damit wäre eine Erklärung gefunden, weshalb sich die mantrischen Elemente nicht unbedingt in sinnvollen Worten, Sätzen oder Formeln ausdrücken müssen.

**) Über diese interessanten Experimente orientiert ausführlich: Karl Spiesberger: Magische Praxis, Abschnitt: Die magisch belebten Tische – und: Die Kraft aus Atlantis?*

Was bei echten mantrischen Lautgebilden wirksam wird, steht über logischem Begreifen, geht über das Nur-Klangmäßige, über die Kraft des physikalischen Tones hinaus, greift hinüber ins Magisch-Archaische. Scheinbar jedes Sinnes bare Mantras stehen für das Dinglose, für das Unausprechliche.

Nicht immer ist die Beurteilung der mantrischen Praxis, was Kraftentfaltung und die Wirkung anbelangt, einheitlich. Oft stoßen wir hier auf Widersprüche, auf scheinbare, wenn wir den einzelnen Standpunkten gerecht werden wollen.

So wendet sich Govinda gegen die Ansicht, die Kraft eines Mantra bestehe „in der Wirkung von ‘Tonwellen’ oder Schwingungen kleinster Partikel der Materie“. Wäre dem so, dann mußte ja dieselbe Wirkung durch mechanische Wiedergabe mittels Grammophon zu erzielen sein.

Nun ganz so „unmagisch“ ist die mechanische Wiedergabe nicht, wie Experimente bewiesen haben. Bei Hebeversuchen, deren Rätsel ich seit Jahren nachspüre, zeigte sich unter anderem das von den Hebern beim Vorbereitungsakt gebrauchte Runenwort Man als sehr wirksam. Scheinbar verlor das Objekt beachtlich an Gewicht oder die Akteure gewannen beträchtlich an Stärke. Das gleiche Resultat aber ergab das Man der Heber auf Tonband festgehalten und anstelle des sonstigen Vorbereitungsaktes abgespielt. Einmal in einem ganz außergewöhnlichen Falle, wo das aus Menschenmund

kommende Runenwort gänzlich versagt hatte, rettete die Tonbandwiedergabe den vorhin gescheiterten Versuch. – Und haben nicht auch die auf Band gesprochenen Suggestionen Einfluß auf das Unbewußte?

Daß übrigens das mantrische Moment bei der Bewältigung von Lasten (wie auch bei den Hebeversuchen der Fall) eine Rolle zu spielen vermag, bestätigt der Tantriker Ph.S. Rawson:

„Agehananda Bharati hat darauf hingewiesen, daß mancher Inder, wird er mit einer Aufforderung an seine Körperkraft konfrontiert, ein Mantra murmeln wird, z.B. wenn er die Deichsel eines schwerbeladenen Wagens hochstemmt.“

Mantras – so Govinda – bleiben wirkungslos, wenn von Unwissenden gebraucht, selbst dann, wenn deren „Intonation in jeder Hinsicht der des Meisters gleicht“.

Dieser Meinung steht die Auffassung des Buchstabenmystikers entgegen. Nachdrücklich betont ihr Altmeister I.B. Kerning, daß sich bei richtigem Gebrauch der Griffe, verbunden mit der entsprechenden Vokalvorstellung, die Bedeutung dieser Mudras auch bei Unkenntnis dem emsig Übenden mit der Zeit von selbst entschleiert.

Die Behauptung, es käme auf die Bedeutung eines Mantras an, bezeichnet Govinda als Aberglaube, als wissenschaftlich charchierten Dilletantismus. Ebenso verwirft er auf anderer Seite die

Vibrationstheorie, die vielfach zur Erklärung der Mantrawirkung herangezogen wird, da sie „die Wirkungen geistiger Schwingungen mit den Auswirkungen physikalischer Tonwellen“ verwechselt. Somit wäre jedes Sanskrit-mantra (und „alle mantrischen Worte und Silben haben ihren Ursprung im Sanskrit“) in Tibet wirkungslos, weil diese „nicht nach den Lautregeln des Sanskrit ausgesprochen“ werden, sondern eben tibetisch. So steht für das bekannte Padma das tibetische Peme.

Der Ton (sabda) eines Mantra ist spirituell nicht physikalisch. Natürlich weiß Govinda sehr wohl, wie notwendig Summen und Singen für den Körper sind.

Stets kommt es auf die Art des Mantras an, auf das, was damit beabsichtigt ist. Zweifelsfrei dominiert in seiner höchsten Anwendungsform die spirituelle Kraft des Tones. Andere Mantratechniken wiederum bevorzugen die mehr gröberen Tonschwingungen, wie etwa die von Peryt Shou gelehrt Mantramistik oder im Runen-Yoga. Mit Nachdruck betont Marby in einem Schreiben an Willy Schrödter bezüglich des „therapeutischen“ Runensingens: Runen singen! Nicht bloß denken. „Wir treiben keinen Hokusfokus“.

Bei aller Notwendigkeit einer lauten Wiedergabe treibt keiner Hokusfokus, der Runenworte in Gedanken aus- und einspricht, was Marby anscheinend nicht aufgegangen ist. Wiewohl er sonst absolut

im Rechte ist: Runen sollen gesungen werden, was nicht anderes heißt als sie mantrisch gebrauchen.

Ebensowenig darf auf die Vokalatempraxis – wichtige Vorstufe der Mantramistik – verzichtet werden. Hier ist der physikalische Ton maßgeblich beteiligt.

Die von Govinda weiter geäußerte Ansicht, das Mantrawort habe keine konkrete Bedeutung, gilt natürlich nur für bestimmte Formen der Mantrapraxis, wie wir sie auch bei Peryt Shou begegnen. Andere Mantragruppen schließen den Meditationsgedanken mit ein.

Der Auffassung, daß Mantras keine aus sich tätigen „Zauberworte“ sind, daß sie „nur durch das Medium des sich erlebenden Geistes“ wirken, sei in gewisser Hinsicht beigeplichtet. Was im Grunde für alle Zauberworte gilt, seien diese nun primitive Sympathiesprüche oder tief durchdachte Worte der Kabbalah oder der Runen.

Bei meinen Versuchen, mit kabbalistischen- und Runennamen Tischbewegungen zu erzielen, war es in der Tat nicht gleichgültig, wer sie mantrisch sprach. Mochte die Intonation den Anforderungen noch so korrekt entsprechen, der Effekt blieb aus. Nur vom „richtigen“ Magier gebraucht, wirkten sie.

Daß aber eine Energie – ausgehend von uns oder von „außenher“ kommend – die Experimente entscheidend bestimmte, bewiesen die oft geradezu erstaunlichen Tischbewegungen unter

unseren Händen. Müßten nicht demzufolge den kabbalistischen und runischen Worten eine Kraft innewohnen? Allerdings nicht von jedermann zu entbinden, sei nochmals gesagt.

H.P. Blavatzky spricht von Lahgash, von der „geheimen Sprache oder Anrufung... nahezu gleichbedeutend mit Vach, der verborgenen Kraft der Mantren“. Und die Krone von Mantraschakti ist „die Kraft des wunderwirkenden unaussprechlichen Namens“.

Demnach doch eine verborgene Kraft in Lauten und Lautgebilden!

Was sagen die Tantriker dazu? – Ein Mantra ist „eine Art Kern oder Sammelpunkt von Energie“. Ohne Nada, dem Laut, gäbe es weder Idee noch Gedanke. Denken schafft den unhörbaren Laut. Verbunden mit der darin aufblitzenden Idee bedingt er jegliche Form. Formen werden vom Laut beseelt. Die Macht eines echten Mantra „besteht in der Wirkung seiner Lautwellengestalt“, und nicht so sehr in seiner sinnhaften Bedeutung. Wiewohl diese natürlich ebenfalls von großem Wert ist; allein der höhere Wert solcher Lautaspekte liegt darin, die „angerufenen göttlichen Formen zu aktivieren“. – In erster Linie ist das Mantra geistiger Laut, „der Schöpfung und Auslösung zugrundeliegendes Element“. (Rawson)

Jedem Mantra wird Form und Farbe zugeschrieben. Richtig angewandt, „beginnt seine Form sich selbst zu manifestieren“. Die Art der Manifestation hängt davon ab, wie kraftvoll und auf welche

Weise es rezitiert wird. –

Und weiter Rawson: „Die Rezitation eines Mantra, die, soll sie genau sein, vorher geduldiger Studien und Anstrengungen bedarf, ruft aus der ineinanderverwobenen Struktur von Mensch und Kosmos die spezielle Kraft hervor, zu der das Mantra in Beziehung steht“.

Uneingeweihte, Ungeschulte mühen sich vergebens ab. Nur der geschulte Tantriker kennt Bedeutung und Anwendungsmöglichkeiten der verschiedenen Mantras. Er nur versteht Kräfte zu aktivieren, zu denen sie die Schlüssel bergen. Ein wenig ermutigender Ausblick, mag der Neuling denken. Aber wird der Übende nicht mit der Zeit zum Wissenden? Wird das Mantra ihm nicht eines Tages selber das Geheimnis enthüllen? Kerning hat diese Frage positiv beantwortet. Und er nicht allein.

Wäre es anders, erübrigte sich alles Mühen. Enttäuscht wird nur der sein, der sich sofort wahre Wunder erhofft, der der fälschlichen Meinung ist, mit Hilfe von Mantras zaubern zu können.

Voll unterstrichen seien Govindas zielweisende Worte: Kraft und Wirkung eines Mantra sei abhängig „von der geistigen Haltung, dem Wissen, der Verantwortlichkeit und der seelischen Reife des Individuums“. Ein Mantram gibt nur demjenigen Macht, „der sich seines Wesens bewußt, mit seinen Anwendungsmethoden vertraut ist, und der weiß, daß es ein Mittel ist, die in ihm schlummenden

Kräfte wachzurufen, mit denen er auf sein Schicksal und seine Umgebung einzuwirken imstande ist“. –

Nicht teilt diese Ansicht östlicher und westlicher Kenner der Mantramistik der Maler und Dichter Schneiderfranken, der bekannte Mystiker Bö Yin Ra. Er hält lautes Sprechen und Singen seiner in FUNKEN gegebenen mantrischen Sprüche für gefährlich. Selbst den leisen, dem Ohr gerade noch vernehmbaren Laut verwirft er. Bewegungslos müssen die Lippen während des mentalen Einsprechens der Sprache verharren.

Nicht, daß Bö Yin Ra die Macht des physisch wahrnehmbaren Lautes leugnet; wie andere ist auch er der Überzeugung, daß dieser sehr wirksam sein kann. Jedoch „nur auf die fluidalen Zentren des physischen Organismus“ ist er von Einfluß, nicht aber auf die Seele. Bis zu einem gewissen Grade gestattet er hörbare Litaneien, Chorgebete und Kirchenlieder. Strickt aber verwirft er geistiges Einsprechen verbunden mit Sprache oder Gesang. Begründung? Konzentriertes Denken und vernehmbarer Laut stellen die beabsichtigte seelische Wirkung infrage und schädigen unter Umständen sogar das Feinstoffliche unserer höheren Natur.

Wissend um die im Orient geübte Praxis, „um die machtvolle Einwirkung innerlich gesprochener Worte“, in gutem wie bösem Sinne, verweist Bö Yin Ra ausschließlich auf das lautlose In-sich-Hineinsprechen, ohne geringstem Beteiligtsein der

Sprechwerkzeuge. Als rein geistige Klangform einfließend, muß das Wort in uns erklingen. Und ohne nachzugröbeln um seine Bedeutung! Gleichmütig, gelöst, nichts erwartend; ganz vertrauensvolle Hingabe. Hinnehmen dessen nur, was sich von selbst gestaltet. Niemals etwas erzwingen! Gegebenenfalls das Mantra wechseln. Bei Unbehagen oder Ermüdung sofort die Meditation beenden.

Goldene Worte, wert überdacht und befolgt zu werden.

Bö Yin Ras Kernsätze eignen sich wirklich nicht zur lautlichen Wiedergabe, nicht zur Erzeugung grober Tonschwingungen. Innerlich erlauscht, führen sie zu einer höheren Bewußtwerdung. Wer sein Mantram: „Wegweisender Wille wolle in mir, wirke Werden, werde ich...“ nach den gegebenen Richtlinien einspricht, in sich hineindenkt und schweigend dann in sich hineinlauscht, wird erfahren, was tonloses, geisterfülltes, dem „wegweisenden Willen“ hingegebenes Meditieren vermag.

Ein Hingegebenesein ohne jede Erwartung, ohne sich eine Vorstellung von diesem Willen zu machen. Anders wäre es grundfalsch. „ES“ soll ja das Werden Bewirken, „ES“ soll Ich werden und uns an seiner Bewußtseinsfülle teilhaben lassen.

So gesehen, helfen die „Funken“ Bö Yin Ras die Göttliche Tiefe unserer Wesenheit erschließen.

Töne auch stumm zu bilden, rät ferner der Atementhusiast Dr.

med. Ludwig Schmitt, Verfasser des vortrefflichen Buches „Das hohe Lied des Atems“. Aber hier geht es gerade um das, was Bö Yin Ra zu vermeiden versucht: um die Physis. Als wissenschaftlich erwiesen gilt es nach Dr. Schmitt: Stärker als der vernehmbare Laut beeinflussen die stummen Töne „die Muskulatur und deren Bildung“. Er nennt dafür eine einfache Übung:

Seufzend einatmen, Atem kurz anhalten und unter stärkster Vokalvorstellung – Mundstellung dem jeweiligen Vokal angepaßt – ausströmen lassen. Ohne den leisesten Ton. Eine Übung, die ins Gebiet der Vokalatmung fällt; wichtige Vorstufe der Mantramistik.

Wie schon erwähnt tritt Lama Govinda gleichfalls für Summen und Singen der Mantras ein. Grund? Weil die subtilen Schwingungen von Laut und Ton im Kopf und im ganzen Körper ansprechen; physikalische Tonwellen, Schwingungen kleinster Materiepartikelchen, von denen die Wissenschaft weiß.

Auf dieser Erkenntnis beruht die Praxis der Vokalatmung.

Wirkungsfeld ist vorwiegend der physische Körper.

Allein der dem Ohr vernehmbare, im Grobstofflichen schwingende Ton ist nur einer der Aspekte der Mantrakraft, ihr niederster gewissermaßen. Kein Werturteil, denn gerade dieser für Gesundheit und seelisches Wohlergehen so nützliche Aspekt wird in der Regel leider vernachlässigt. Aus diesem Grunde stellen wir ihn gleich an den Anfang der Mantrapraxis.

Selbstverständlich weiß der Praktiker, ein Mantra erzeugt nicht nur Tonwellen physikalischen Charakters, die in der Physis Schwingungen hervorrufen, die die kleinsten Partikelchen der Materie umgruppieren, sondern es löst auch dem Ohr nicht vernehmbare „Tonvibrationen spiritueller Natur“ aus, die die feinstofflichen Prinzipien aktivieren und darüber hinaus mit interkosmischen Kräften und Mächten verbinden.

Wieder ist es Lama Govinda, der diesen für das Verständnis der Mantramistik so wichtigen Tatbestand klar formuliert:

„Der Ton eines Mantra ist kein physikalischer Ton, obwohl er von einem solchen begleitet ist oder sein kann, sondern ein spiritueller, geistiger Art und hat diese Eigenschaft eine unermessliche Tiefenwirkung, vermag das Innere des Menschen zu durchdringen und steht zu dem Göttlichen in Beziehung. Der Ton des Feinstofflichen im Menschen aber vermag das 'innere Ohr' zu vernehmen.“

Vom 'Laut ohne Schwingung', vom 'nicht-angeschlagenen' Ton spricht der Tantriker Rawson. Aber nur der ganz nach innen gekehrte Jogi vernimmt anahata-dhvani, den schwingenden Laut, wurzelnd im pravana-Laut, „der als Aggregat alle bestehenden Laute des kosmischen Prozesses selbst gebiert“. Von anahata-dhvani wird gesagt, es baue das All auf, zerstöre es und schaffe es wieder neu; so machtvoll sei es in seiner unermesslichen Ausdehnung und

Stärke.–

Fassen wir zusammen: Auf den Standpunkt kommt es jeweils an, von dem aus wir die Sachlage beurteilen. Die „Deutschen Mantra“, die Bö Yin Rah in seiner kleinen Schrift „FUNKEN“ mitteilt, dienen der reinen Kontemplation, die zurecht mit größter Verinnerlichung stumm eingesprochen werden, um ein geistiges Echo zu erwecken.

Viele Mantras aber – vorwiegend jene, wie wir sie bei Peryt Shou kennen lernen werden – bedürfen des hörbaren Lautes, da sie hauptsächlich auf die Physis zielen, auf Nervenzentren und Drüsen sowie auf den ätherischen Teil, der Aura und den Chakras. Sie wirken umformend im Sinne einer subtilen Hochpolung.

So gesehen hat jeder recht: die Vertreter des reinen In-sich-Horchens – Buchstabenmystiker, Buchstabendenker gehören mit dazu – und die Verfechter des gesprochenen und gesungenen Lautes, also der Vokalpraktiker und der Mantramistiker im Sinne Peryt Shous und viele östliche Wissende.

Doch dort wie hier, immer entscheidet die innere Haltung des Mantrikers. Genau so wichtig ist „die Form, in der ein Mantram zum Ausdruck kommt... Sie muß dem geistigen Gehalt angemessen, methodisch, rhythmisch, kraftvoll und durch gedankliche und gefühlsmäßige Assoziation, durch Tradition oder durch eigenes Erlebnis geheiligt sein“.

Die geheiligte Form der Tradition verbindet Vergangenheit mit der

Gegenwart, verbindet die Gleichgesinnten aller Generationen, wodurch die „Magie des mantrischen Wortes“ seine über „das Individuum hinausgreifende mystische Macht“ gewinnt.

Mit Sivananda übereinstimmend vertritt Govinda den Standpunkt, daß sich Mantras nicht machen lassen, sondern wachsen müssen „mit dem Erleben und aus den gesammelten Erfahrungen vieler Generationen nach einer ihnen innewohnenden Gesetzmäßigkeit“, gleichermaßen wie ein Baum und alles Lebende. Mantras seien, so betrachtet, gewissermaßen „Naturereignisse des Geistes“.

Anknüpfend an Überliefertem entstehen unentwegt neue Mantras. Peryt Shou, Bö Yin Ra und andere beweisen es. Manch neues Mantra, das seine Wirkung nicht verfehlt, erwuchs aus der Runenpraxis aufgrund eigenen Erlebens, eigener Erfahrung. Innerhalb bestimmter Grenzen kann jeder sich neue Mantras schaffen, nur muß er „die Quelle der Mantras“ kennen, das „Wissen um die Dinge“. Darauf kommt es an. Ohne innerlicher Reife unmöglich. Selbstloses Hingebensein an das Metakosmische und das Wissen, daß magisch-mystische Worte im Übersein ihr Echo finden, sind die Voraussetzung.

Und niemals darf außeracht gelassen werden: Erst das Zusammenwirken von Form (Klang, Rhythmus), Gefühl (Impuls, Hingabe) und Idee (geistige Assoziation, Wissen, Erfahrung) „erweckt, verstärkt und verwandelt... die latenten seelischen Kräfte“,

von denen nur ein geringer Bruchteil dem bewußten Willen unterworfen ist.

Mit vollem Recht erklärt Govinda das Gefühl als unerläßlich, „weil es die Einheit schafft“. Nicht minder wichtig ist die Idee, sozusagen die prima materia, die Grundsubstanz, „die alle Elemente des menschlichen Geistes belebt und ihre schaffenden Kräfte erweckt“.

Alle die wünschenswerten Teilziele der Mantramistik, wie hier besprochen und im praktischen Teil genauer ausgeführt, sind erstrebenswertes Hochziel, nicht nur des mantrischen Pfades, sondern jedes echten esoterischen Weges, was Lama Govinda in die Worte faßt: „Die Wiederherstellung des vollkommenen geistigen Gleichgewichtes durch Überwindung des 'Ich'-Wahnes, aus dem alles Hassen und Begehren und alles Leiden fließt, ist der Zustand der Erleuchtung“. – Der Weg Buddhas, zugleich der Weg jeder echten Mystik.

Allgemein gesprochen: Mantras kann jeder üben, aber das 'Wort' enthüllt sich nur, wenn der Liebesstrahl des LOGOS im Herzen zündet, es in geistiger Erschütterung umwandelt.

Nichtssagend ist auch für Peryt Shou das 'Wort', wenn es nicht vom Geiste erfüllt ist. Er stellt die inbrünstige jogistische Meditation über das herkömmliche Gebet. Sie ist die Kraftquelle, „sie vereinigt die Erfahrungswelt draußen mit dem inneren Erfahrungsleben“. Sie erweckt das innere Ohr, sie verwandelt Materialität in Substantialität,

verklärt den stofflichen Körper zum substanziellen Leib. Mantras stimmen die Körperzellen durch den Geist. Die Logoskraft wirkt auf sie und durch sie. Wörtlich unser Gewährsmann:

„Die in den Körper hineingezogenen heiligen Mantras verändern durch ihre rhythmischen Impulse die Zellen, die nun ihrerseits zum Angriffspunkt des bildenden Logos werden, bis der Substanze Leib aus dem Materieleib geformt ist.“ Das Ich löst sich aus den materiellen Banden und erlangt wieder die „einstige Einheit mit dem schöpferischen Wort“.

Die Folge: Überwindung aller Leiden und niederen Zustände, keine Energievergeudung mehr. Über dem Triebwillen herrscht der Geistwille.

Ein Hochziel, das in seiner letzten Vollendung nur der echte Yogi erreicht, nur der, der den „Logos in sich zur Kenntnis bringt“. Im Zustand von Tapas, von Inbrunst, ganz dem Großen Werke hingegeben, fühlt er das Göttliche in sich erwachen und erlebt so „die unsterbliche Welt in unmittelbarer Anschauung“, sich des kosmischen Rhythmus bewußt werdend, der alle Geisteswesen im All durchpulst. Er ist zum 'Resonatorium' geworden, „in dem die Sphären-Energie, Ishvara, arbeitet“. Erreicht ist der Zugang zur Welt der Sphären. Höchste Ekstase offenbart „den unmittelbaren Selbstanblick des EINEN (Monon) des Wesens der Dinge“.

Epiphyse – Hypophyse

Zum besseren Verständnis der Mantramistik müssen wir uns zunächst mit einigen wichtigen okkulten Lehren vertraut machen; vorzugsweise mit den Chakras, den Tattwas sowie dem Wesen und der Funktion namentlich zweier Drüsen, denen der Okkultist im allgemeinen, der Mantriker ganz besonders, überragenden Einfluß für eine paranormale Entwicklung zuschreibt: Zirbel und Hirnanhang.

Die Zirbel, Epiphyse, Coronarium, auch Glandula pinealis genannt, zählt zu den innersekretorischen Drüsen; ein erbsengroßer, rundlich-hänglicher Körper von tiefem rötlichem Grau in der Mitte des Gehirns, genauer, unterhalb des hinteren Hirnbalkens. Sie steht in Verbindung mit dem rückwärtigen Teil des 3. Gehirnentrikels, an der Basis durch zwei dünne Markstränge befestigt, zulaufend nach vorne gegen den Sehhügel.

Wenig nur ist der ärztlichen Wissenschaft über Zweck und Tätigkeit dieser von Okkultisten so oft genannten Drüse bekannt. Zumeist macht man sie mitverantwortlich für die sexuellen Vorgänge. Ihr Hormon hemmt übermäßige geschlechtliche Entwicklung. Gestörte Funktion kann zu geschlechtlicher Frühreife führen, etwa zu vollentwickelten Geschlechtsorganen bei Sieben- bis Achtjährigen. Auch beeinflußt sie das Wachstum im allgemeinen.

Einen nicht weniger bevorzugten Platz nimmt der Hirnanhang, die Hypophyse, ein. Gleichfalls eine endokrine, d.h. innersekretorische

Drüse, ein bohnen großes, hartes Organ an der Unterseite des Gehirns, in einer Mulde der knöchernen Schädelbasis gelegen. Ihr Vorderlappen ist aufgebaut aus Drüsengewebe, der Hinterlappen aus Nervensubstanz entwickelt. Ihr Gewicht beläuft sich beim Gesunden auf 0,6–0,8 Gramm.

Geradezu eine Fülle von Aufgaben fallen dem Hirnanhang zu, dem Wissenschaftler keineswegs so rätselhaft mehr als die Zirbel, deren Bestandteile nahezu wesensgleich sind mit der Hypophyse. Die verschiedenen Hormone der Hirnanhangdrüse, offenbar in ihren Zellen produziert (an die achtundzwanzig, immer neue werden entdeckt), wirken direkt oder indirekt auf Stoffwechsel und Nervenfunktionen ein.

Als wichtigste der Drüsen, obzwar die kleinste unter den Hormondrüsen, erteilt sie souverän ihre Befehle. Gewissermaßen die oberste Kommandostelle. Ihre Hormone steuern die ausgeschütteten Wirkstoffe der anderen Drüsen. Sie fördert, sie hemmt, je nach den körperlichen Vorgängen. Sie beeinflusst das Körperwachstum. In Überfunktion bewirkt sie Akromegalie, d.h. noch nach Beendigung des Wachstums werden Finger, Zehen, Kinn oder Nase länger und dicker. Sie reguliert Blutdruck, Blutkreislauf, Fettstoffwechsel; entscheidet ob fett oder mager, über Lebhaftigkeit des Geistes, nicht zuletzt regelt sie das Sexualvermögen. Verantwortlich zeichnen die Hormonausschüttungen für die

entsprechende Funktion der Sexualdrüsen. Ihrem Befehl gehorchen Keimdrüsen, Schilddrüse, Nebenschilddrüse. In enger Wechselbeziehung stehen Hirnanhang und Nebennieren. Auch zum Zwischenhirn besteht ein maßgeblicher Anteil. Diese Drüse mit oberster Befehlsgewalt „hat engste Beziehung zum unwillkürlichen Nervensystem... das bei allen Ausgleichsvorgängen eingeschaltet ist“. Sie steuert die zentrale nervöse Steuerung aller Lebensvorgänge und reguliert das hormonale Organgeschehen. Einem mit dem Hirnanhang in Verbindung stehendes Hormon, Serotin, wird ein Einfluß auf das Denkvermögen zugeschrieben.

In der Hypophyse, Edgar Daques Ursinnensphäre, sieht der geniale Geistheiler Dr. Kurt Trampler das „wichtigste Organ der entelechialen Lebenssteuerung“. Die Wissenschaft erblickt in der Gegend des Hypophysen-Hypothalamus-System „das höchste individuelle Steuerungssystem“. Und in diesem Bereiche verspürte Trampler bei jedem Patienten, in den er sich bei seiner geistigen Diagnosestellung einfühlte, die „Erstreaktion“. Beweis für ihn, daß dieses Zentrum „aktiviert“ wird; bestätigt durch das Meßgerät der Manfred-Curry-Klinik. Es zeigte bei der Kontrolle der Patienten, gleichviel woran sie litten, diese Organgegend als intensiviert an. –

Vom Wein (aber nur von diesem alkoholischen Getränk) wird behauptet, er wirke über die Zirbel anregend auf die Nebennierenrinde und fördere dadurch die Hormonproduktion.

Nebenbei bemerkt, sind einige Außenseiter der Ansicht, maßvoller Weingenuß erhöhe die Stärke der Ausstrahlung beim Magnetisieren.

Soweit in groben Zügen die wissenschaftlichen Aspekte. Okkultisten, Yoga-Anhänger, Mantrapraktiker, Esoteriker gehen über die von Ärzten vertretenen Meinungen und Erfahrungen weit hinaus. Sie erblicken darin eine Bestätigung dessen, was seit eh und je schriftlich oder nur von Mund zu Ohr mehr oder minder geheim überliefert worden ist.

Bereits Descartes, gewiß kein Irgendwer und bestimmt kein Okkultist, vermutete in der Zirbeldrüse den Sitz der Seele. Moderne Anhänger der okkulten Weltanschauung lehren ähnliches.

Indische Meister nennen die Epiphyse „das Auge Schivas“. Schiva hier nicht als Zerstörer gedacht, sondern als der Erzeuger, der Erneuerer.

Schon immer galt die Zirbel als „Werkzeug des geistigen Schauens“, und heute noch sieht der Esoteriker in ihr „das Kontaktorgan der feinstofflichen und höheren Welten“. Daher wird auf ihre Ausbildung so großer Wert gelegt. Von Madame Blavatzky erfahren wir, daß diese „kleine erbsen-förmige Masse grauer Hirnsubstanz“, die anliegt an der Rückseite des dritten Gehirnventrikels, einstmals bei einer sehr frühen Menschenrasse an der Rückseite des Hinterhauptes als Auge funktionierte, das zur „geistigen Schau“ befähigte. Dieses dritte Auge war ein tätiges

Organ zu jener Zeit als „das geistige Element im Menschen die Oberhand über die kaum im Entstehen begriffene intellektuellen und psychischen Elemente inne hatte“. In jener Menschheitsepoche der Natursicht, würde Prof. Edgar Daque sagen.

Wie überliefert, wandelte sich das dritte Auge nach dem „physischen Falle der Lemurier“, infolge zunehmender Verstofflichung, in eine Drüse, in die Epiphyse. Gleichzeitig büßte es mehr und mehr an geistigem Schauvermögen ein. Magische Nachhilfe wurde erforderlich. Die Intuition mußte geschult werden, um so die einstige Hellsicht wieder zu erwecken. Auch heute noch zielen bestimmte okkulte Praktiken – mit an erster Stelle die Mantramistik – darauf hin, das „Hinter- oder Devaauge“ zu aktivieren.

Das ein Scheitel-, Parietal- oder Pinealauge tatsächlich einmal existiert hat, bezeugen heute noch eine Reihe von Reptilien, besonders die Brückenechse. Deutliche Spuren finden sich hier noch vor. Begreiflicherweise werden diese Rudimente nicht als Beweis für eine übersinnliche Funktion dieses einstigen Organs von der Naturwissenschaft gewertet.

Esoterisch gesehen gilt die Zirbel als Hauptorgan höherer Geistigkeit, als „Sitz des Genius, des von dem gereinigten Willen des Mystikers ausgesprochene Sesam, das alle zugängliche Wahrheit dem eröffnet, der es zu benützen weiß.“ (H.P.B.)

Und ein geistig aufgeschlossener Arzt, Wladimir Lindenberg,

schreibt: „... in der Gegend der medizinisch noch unerforschten Zirbeldrüse sitzt das Zentrum, das den Menschen mit den esoterischen Kräften des Kosmos, mit Gott verbindet“.

Devakscha, das „Göttliche Auge“, nimmt durch die zwei dünnen Markstränge, mit denen sie an der Basis befestigt ist, „die sensitivsten und empfindlichsten Reize von der Peripherie des Körpers auf“ und steht somit in Verbindung mit der Aura, die gleichzeitig Verbindungspunkt ist mit höheren, universellen Plänen, laut geheimwissenschaftlicher Forschung.

Die Aura der Zirbeldrüse nimmt alle Eindrücke, grob- wie feinstoffliche, wahr und antwortet darauf mit Schwingungen, die sich dem Hellseher als nuancierte Lichtschattierungen darstellen.

Auf die paranormale Entwicklung hat noch eine andere Drüse weitgehenden Einfluß. Die alte esoterische Schulung begann mit der Bemeisterung dieses an der Gehirnbasis, dem Pharynx gelegenen Organs. Also nicht nur von der Zirbel allein hängt es ab, beteiligt an diesen subtilen Vorgängen ist maßgeblich auch die Hypophysis cerebri.

Der Himanhang hat erheblichen Anteil bei Erregung und Entwicklung der Epiphyse, doch nur gewissermaßen als ihr Diener, ihr „Fackelträger“. Beide Drüsen stehen zueinander in enger Wechselbeziehung. Der Adept sieht „die goldene Aura in beiden Zentren pulsieren, gleich dem Pulsieren des Herzens, daß das

ganze Leben niemals aufhört“.

Im Zustand höheren Hellsehens verstärkt sich diese pulsierende Bewegung, wobei die Aura stärker vibriert und schwingt. Jeder Versuch zur Erlangung des Hellsehens löst mehr oder weniger dieses Phänomen aus.

Es heißt: „Der Bogen der Pulsation des Hirnanhanges steigt mehr und mehr in die Höhe, bis schließlich der Strom, gerade so wie wenn der elektrische Strom irgend einen festen Gegenstand trifft, die Zirbeldrüse trifft, und das schlummernde Organ erweckt und von reinem akasischem Feuer ganz in Glut versetzt wird“. Wodurch das buddhische Prinzip mit Hilfe des differenzierten Feuers des manasischen Prinzips auf diesem Plane bewußt wird. Dem echten Adepten erschließen sich in seiner Schau „die Gefilde der Unendlichkeit“. Gleichbedeutend mit dem Zustand der Raum- und Zeitlosigkeit, dem Eingehen in die Zeitlose Dauer.

Die Zirbeldrüse, auf die Gehirn und Medulla Oblongata einwirken, entspricht dem niederen Manas, das zu Buddhi-Manas emporsteigt, wenn sie Kundalini erreicht hat. Die Epiphyse verbindet mit dem „Göttlichen Gedanken“. Während die Hypophyse als „Organ des psychischen Planes“ gilt. Von den Hindus „Brunnen der Erleuchtung“ genannt, ist sie Ansporer des Willens und Auslöser telepathischer Fähigkeiten.

„Brennpunkt der okkulten Kräfteentwicklung“ ist die Epiphyse. Sie

ist auch mit dem Karma des Menschen eng verbunden. Beim Durchschnittsmenschen ist sie inaktiv, denn bei Nichtgebrauch atrophiert sie. Die Weckung des dritten Auges ist beinahe schon zum Schlagwort geworden.

Bedeutsam erscheint dem Okkultisten die Lage der Zirbel, jenes „Gehirnventrikels, der an der Stirnmitte liegt“, ihr enger Kontakt mit den Funktionen des Kleinhirns, ihre enge Verbundenheit „mit Rückenmark und jenen Nervenpartien, die an der Nasenwurzel liegen“, wie überhaupt die Verbindung mit dem ganzen Nervensystem.

Mit diesem Ur- oder Scheitelauge der Biologen nimmt der okkult Geschulte höhere Schwingungen wahr. Damit vermochte der Mensch einer längst versunkenen Entwicklungsperiode real zu sehen. Aber auch heute noch soll das einstige Tertiärauge, nunmehr unter der Schädeldecke, in der Mitte der Corona radiata des Großhirns, „Sehvermögen“ besitzen. Von holländischen Ärzten hören wir, sie hätten bei Obduktionen die Zirbel mit samt der Corona radiata im ultravioletten Lichte aufleuchten sehen. Woraus Peryt Shou den Schluß nahelegt: Das Scheitelauge, „von feineren Schwingungsenergie der Atmosphäre beeinflusst“, sehe im ultravioletten Lichte.

Vom Coronarium gehen „latente Elektrospannungen von großer Intensität“ aus. Nach vorhin Genanntem ist es das Uz-hver-Organ

der eingeweihten Ägypter, das „Ich-Bin-Organ“, das sie systematisch schulten. Im Ägyptischen Totenbuch finden sich Anleitungen dazu. Für Peryt Shou ist die Zirbel ein Kontaktorgan, welches das Ich mit dem ultravioletten Urlichtstrom der Sphären verbindet. Vorzugsweise schaltet der I-Ton diesen Strom ein, welcher dann von „der Zirbeldrüse über die Medulla in das Rückenmark eintritt und dort aufleuchtet“. Wird das geistige Auge durch den zündenden Impuls aus dem All mittels des Consentstrahles (Man-Strahl) erweckt, so wandelt sich diese „Empfängerdrüse des Gehirns“ zu einem neuen, höheren Sinnesorgan.

Desweiteren ist die Zirbel ein geistiges Zeugungsorgan. Die in den Keimdrüsen entstandene Zeugungssubstanz, durch den inneren Kreislauf der Drüsenorgane hinaufgezogen ins Gehirn, erfährt hier ihre sublimste Verbrennung. Sie wandelt sich in „geistige Zeugungsenergie, in den geistigen Eros“.

Wer, wie Brandler-Pracht bemerkt, „andauernd auf die Zirbeldrüse meditiert, (dem) werden sich Lichtgestalten zeigen. Hellhörend wird er ihre Einflüsterungen vernehmen“. Nachdrücklich aber warnt er, diesen Erscheinungen Gehör zu schenken. Wie überall, stellen sich auch hier dem Streben nach geistiger Höherentwicklung die Mächte der Verneinung entgegen.

Hoher Wert wird dem oberhalb der Nasenwurzel befindlichen Siebbein zugesprochen, jenem Hohlraum vor der Hypophyse.

Angeblich korrespondiert in ihm kristallinischer, radioaktiv strahlender Phosphorkalk mit kosmischen Ätherspannungen. Bö Yin Ra spricht in diesem Zusammenhang von einem universellen Prinzip, das hohen Geistwesen ermöglicht, sich unseres Organismus als Empfangsapparat zu bedienen. Anderen Ortes vertritt man die Meinung, diesem Hohlraum entströme ein nicht der Stoffwelt angehörender Äther, „aus dem die Bildekräfte der göttlichen Welt Objekte formen“. Auch das mit Hilfe der Vorstellungskraft Imaginierte wird dort gestaltet und hat Einfluß auf das Resonanzfeld, „in welchem das 'Wort' empfangen wird“.

Für Peryt Shou ist das Siebbeinvakuum „die feine Empfindungszelle des Weltgeistes... der 'Zentralkonduktor' einer besonderen Art feinsten Ätherschwingungen“. (Hier befindet sich der „dunkle Fleck“, der bei Berührung angeblich zum Wahnsinn führt.)

Dient das Coronarium der Aufnahme von Modifikationen der Urmaterie, so das Siebbein – als „Fritterdrüse“ der Zirbel – der Aufnahme der „höheren undifferenzierten (asynthetischen) Qualität derselben“, die uns aus dem Sternbild des Perseus zuströmen soll.

Sei dem wie es sei, wesentlich für den Mantriker ist es, daß der feine Knochen im Schädelinneren, auf dessen Einbuchtung die Hypophyse ruht, durch Schallwellen in Vibration versetzt wird. Was vor allem der Vokal I bewirkt, dessen Schwingungen sich auf die Hirnanhangdrüse übertragen, was sich wohltuend im Kopfe

bemerkbar macht bei Unbehagen, Druck und Schmerz. Die F-Ton-Resonanz ist zugleich eine gute Massage für die Zirbel, deren Ausbildung ja so wichtig ist. Atmung und Mantras sorgen dafür.

Eine Atemübung zur Belebung der Zirbel:

In betont aufrechter Haltung, völlig gelöst und entspannt, einatmen; in der Spanne, in der der Atem angehalten wird, das Prana in der Vorstellung der Wirbelsäule entlang hinauf zur Zirbel führen, wo es gespeichert wird. Diesen Vorgang siebenmal wiederholen.

Bemerkt sei noch, magische Schulen, auf materielle Vorteile gerichtet, sind bestrebt, die unteren Zentren zu erwecken, vorzugsweise das Muladhara-Chakra. Anders jene, die sich hohe geistige Entwicklung zum Ziele setzen. Ihr Augenmerk richtet sich in erster Linie auf Epiphyse und Hypophyse.

Hierzu bietet die Mantramistik ein ausgewogenes Übungssystem, das sämtliche wichtige Zentren erweckt.

Chakra

Wesen und Bedeutung

Die mantrischen Praktiken stehen in unmittelbarer Beziehung zu den vielzitierten Lotussen der Yoga-Lehre, den Chakras, auch Tschakram, Chakka oder Padmas genannt, zu deutsch: Räder, radähnliche, rotierende Kraftzentren im Ätherleib, die mit dominierenden Organen und Nervenplexen des physischen Körpers korrespondieren.

Zumeist wird von sieben Hauptchakras gesprochen, weitere dieser ätherischen Kraftwirbel werden in der Regel verschwiegen. Selbst C. W. Leadbeater spricht in seinem sonst ausgezeichneten Buch: DIE CHAKRAS nur von sieben.

Die Funktion der Chakras beeinflusst Gesundheit, Charakter, Begabung und metaphysische Entwicklung. Magische Fähigkeiten (heute gern als Psi-Kräfte deklariert) und mystische Zustände gehen mit der Entwicklung der Chakras Hand in Hand. Der Anormale, der Triebverbrecher, der gewissenlose Gewaltmensch, der seinen verderblichen Willen anderen aufzwingt, aber eben so sehr der Güte verströmende Altruist, der der Menschheit dienende geniale Denker, bis hin zu dem in Samadhi weilenden, im Geiste Wiedergeborenen danken ihre fehlgeleiteten oder wünschenswerten Eigenschaften der jeweiligen Funktion ihrer Chakras.

Grundzentrum ist das an der Basis des Rückgrates über dem Steißbeingeflecht befindliche Wurzel-Chakra, das die Urogenitalorgane, Niere, Blase, Zeugungsorgane, beeinflusst. Als Grund-, Steiß- oder Sexualzentrum bekannt, im Sanskrit Muladhara genannt. Hellsehend geschaut, strahlt es in feurigem Orange-Rot, geteilt in vier Speichen oder Blätter. Zuweilen symbolisch als flammendes Kreuz dargestellt. Versteckter Hinweis auf die hier schlummernde Schlangenkraft, die Kundalini.

Swadhistana (oder Svadhithana), das nächste, von einigen ängstlich totgeschwiegene Chakra, befindet sich in der Gegend der Sexualzone, im unteren Bauch. Den Darmkanal regierend, sorgt es für die Durchblutung der Bauchorgane und reguliert deren Tätigkeit. Mit Muladhara bildet es gewissermaßen ein Doppelchakra. In der magischen Praxis wird ihm eine bedeutsame Aufgabe zugeschrieben -, vorzugsweise in der tantrischen Sexualmagie, die durchaus nicht immer, wie fälschlich behauptet, schwarzmagisch ausgerichtet ist. – Fehlfunktion dieses Chakra führt mitunter zu sexuellen Anomalien. Zwar erwähnt Leadbeater Swadhistana am Rande, bleibt aber wegen seines angeblich so gefährlichen Charakters nähere Aufklärung schuldig.

Anstelle dessen findet sich bei Leadbeater das Milz-Chakra. In der herkömmlichen indischen Aufstellung merkwürdigerweise nicht genannt, wohl aber Swadhistana. Eine Lücke, umso merkwürdiger,

weil gerade dem Milzchakra, sofern wir Leadbeater Glauben schenken, eine geradezu lebenswichtige Funktion obliegt: „Die Sondierung, Unterteilung und Verteilung der Vitalität, die wir von der Sonne empfangen“. Die in dieses Chakra strömende Vitalität wird hier in den für den Körper zuträglichen Zustand umgewandelt. Eine Fähigkeit, die im Alter allmählich erlahmt, was ein Schwinden der Lebenskraft zur Folge hat. Ungewollt neigt dann der Geschwächte zum Vampirismus. Er zieht dann die Lebenskraft anderer, besonders von Kindern und Jugendlichen an sich.

Über dem Milzzentrum rotierend, in enger Beziehung zum Milzgeflecht, teilt sich dieses Chakra in sechs Speichen. Bei guter Funktion strahlt es in Rot, Orange, Gelb, Grün, Blau und Violett. Hellseher vergleichen dieses Leuchten mit dem Glühen einer Sonne. – Schriften, in denen das Milzchakra fehlt, bezeichnen Swadhistana als den sechsblättrigen Lotus. – Große Bedeutung hat das Milzchakra in der Magie. Bei Bildung von Imagospurien wird der Versuchsperson das hierzu benötigte Od aus der Milzgegend entzogen. Erweckt soll dieses Chakra Flugräume und astrales Wandern begünstigen.

Manipura, auch Manipuraka, das Nabel- oder Magen-Chakra hat seinen Sitz, der Name sagt es, in der Nabel-Magengegend über dem Solarplexus. Außer dem Magen beherrscht es Leber, Milz und Bauchspeicheldrüse. Darüber hinaus korrespondiert es mit den

Nebennieren, jenes für den Adrenalinhaushalt des Körpers so wichtige Organ. –

Zehn Speichenfelder in mannigfachem Rot, wechselnd mit Grün, enthüllen sich dem Hellsichtigen. Hier schlummert die Tumo-Kraft, die psychische Wärme, das mystische Feuer. – Manipura hat Einfluß auf das Gemütsleben. Daher oft die Bezeichnung Gefühls- oder Empfindungschakra. Bei nervösem Magenleiden und Überspannung der Sympathikusnerven wird die Behandlung von Manipura empfohlen. Vorwiegend durch Od-Entzug und Od-Drosselung, unter Kontrolle eines kundigen Pendlers. Hinreichend erweckt, verleiht das Gefühlchakra die Gabe, Gut von Böse zu unterscheiden und auf astrale Einflüsse, denen der Lotus bei Sensitiven bisweilen ausgesetzt ist, entsprechend zu reagieren. Auch befähigt er zu erkennen, „welche Rolle Tiere, Pflanzen, Steine, Metalle, atmosphärische Erscheinungen usw. im Haushalt der Natur spielen“. Der Gereifte vermag Krankheiten zu diagnostizieren und zu heilen. Im Laufe der Zeit entwickelt er auch die Fähigkeit, hellsehend das Ätherreich wahrzunehmen.

Anahata, dem Herzen überlagert, ist für dieses und dem Kreislauf verantwortlich. Es steht in enger Beziehung zur Thymusdrüse und zum Plexus cardiacus. Mit beeinflusst es das Sonnengeflecht wie überhaupt das vegetative System. Überspannungsfunktion des Herzchakra zeigt sich mitunter in

nervösen Herzbeschwerden. Im Ganzen gesehen bewirkt es eine Aktivierung genannten Organsystems. Es vermehrt die Durchblutung, beruhigt den gesamten Organismus durch Pranazufuhr.

Insgesamt zwölfblättrig, in Feldern gruppiert, erstrahlt es in glänzendem Goldgelb.

Gut entwickelt begünstigt das Herzchakra das Einfühlen in den universalen Rhythmus von Natur und Leben, das sich bis zum Hellsehen und Hellhören steigern kann; worunter aber nicht das meist sehr verworrene der Medien zu verstehen ist. Hier entscheidet der Reifegrad. Voll ausgebildet ermöglicht der Herzlotus die Gesinnungsart anderer zu erkennen sowie „bestimmte Kräfte bei Tieren und Pflanzen“. Ferner entscheidet Anahata über Seelenwärme und Seelenkälte. In guter Funktion macht es mitfühlend für die Freuden und Leiden anderer, mitunter in so starkem Maße, daß fremder Schmerz am eigenen Leibe verspürt wird. Auch begegnet man der Meinung, es befähige, auf die Schwerkraft einzuwirken.

Vischudba oder Vishudda, das Chakra über dem Kehlkopfbereich, über der Schilddrüse und dem Plexus laryngeus, aktiviert die Tätigkeit der Schilddrüse und der Atmungsorgane, fördert Durchblutung und Pranazufuhr.

Der Kehlkopflotus zählt sechzehn silberne Speichen oder Blätter,

die „an die Wirkung des Mondlichtes auf kräuselndem Wasser“ erinnern, darin Blau und Grün den Ton angeben. Die „Erweckung des inneren Wortes“ steigert seine Tätigkeit. Rudolf Steiner zufolge vermittelt ein harmonisch entwickeltes Halschakra „tiefe Einblicke in die wahren Gesetze der Naturerscheinungen“ und versetzt in die Lage, „die Gedankenart anderer Seelenwesen zu durchschauen“. Richtig erweckt, zeitigt der Halslotus ein tiefes Innenleben und leitet einen umfassenden Reinigungsprozeß im physischen wie ethischen Sinne ein. Die Hellsicht im Bereich der Äther- und Astralschwingungen steigert sich.

Genau genommen ist Vischudha der vordere Teil eines Doppelchakras, dessen hinterer Teil über dem Nacken rotiert. Das von Leadbeater und anderen nicht genannte Nacken- oder Todeschakra steht in Verbindung mit dem Kleinhirn. Ferner sollen zwischen Nacken- und Wurzelchakra Zusammenhänge bestehen. Vorzugsweise sind Sänger und Redner von der Verfassung des ätherischen Halszentrums abhängig; andererseits wirken sie aber infolge der Macht des Tones begünstigend auf dieses Tschakram ein, was in weit größerem Maße noch vom Mantriker gilt!

Adjna oder Ajna, das Stirn-, Frontal- oder Willenschakra, Bewußtseinszentrum des feinstofflichen Körpers, kreist in der Gegend der Augenbrauen, eine Stelle, der die okkulte Praxis große Aufmerksamkeit schenkt. Es wirkt in Verbindung mit Hypophyse,

Siebbeinvakuum, Schleimkörper und Schlagaderngeflecht. Es hat auch Beziehung zum dritten Auge, dem „Weisheitsauge“ oder dem „Auge des Wissens“. Wachbewußtsein und schöpferische Kraft stehen unter seinem Einfluß, auch die Möglichkeit „der Entwicklung des biologischen Menschen zum Atman, zum Purusha, dem spirituellen Menschen“. Individuelles Bewußtsein steigert sich zum kosmischen. Durch Übungen aktiviert es „die intellektuelle, urteilsmäßig, schöpferische, assoziative Kraft der Person.“

Dem Hellsichtigen erscheint Ajna in zwei Hälften geteilt, gegliedert in je achtundvierzig Speichen: Rosenrot mit starkem gelben Einschlag weist die eine Seite auf, die andere von Lila und Blau.

Den Stirnlotus hat man als ätherischen Zentralisationspunkt der Konzentrationskraft und der Willensimpulse bezeichnet. Für den Hypnotiseur ein wichtiger Hinweis. Das Stirnchakra entscheidet über die Willensimpulse. In übersteigerter Funktion, gar noch bei unterentwickeltem Gefühlschakra, kann es zu einer brutalen Gewaltnatur führen. Bei gleichzeitiger Überfunktion des Sexualchakra besteht die Gefahr des sexuellen Gewaltverbrechens. Harmonisch voll entfaltet befähigt es zur „Magie des Wortes“ und schenkt die Gabe des räumlichen und zeitlichen Hellsehens sowie Visionen im Wachzustand.

Die Erweckung der Ätherzentren bis hinauf zum Hals soll bereits dazu befähigen, „daß man in den vier Reichen der Materie operieren

kann“. Und weiter: „So bemerkenswert diese Kräfte sind, so kann man sie doch nicht mit jener Bewußtseinsausdehnung vergleichen, die mit Erweckung des Stirnchakras gewonnen wird“. Nämlich: „Befehlskraft des gesprochenen Wortes, Befreiung von körperlicher Materie und Wiedergeburt“. Wichtiger Hinweis für den Mantriker!

Sabashara, das Corontal- oder Intuitionschakra, schwingt über der Scheitelzone, für den Wissenden „Hochsitz des heiligen Geistes.“ Bekannt unter dem Namen tausendblättriger Lotus, da die Anzahl der Speichenfelder nahezu dieser Zahl entsprechen soll. In zwei Kreise gegliedert, weist der äußere Kreis neunhundertsechundsechzig Speichen, der innere zwölf auf. Das Scheitelchakra arbeitet eng zusammen mit Hirnrinde und Zirbeldrüse, jenem legenden-umwobenen Organ, von dem wir hörten, daß es in den fernen Tagen Lemuriens, dem Zeitalter der dritten Wurzelrasse, als drittes Auge bestanden haben soll, und zwar oben am Scheitelpunkt, wirkend als eine Art Antenne; vermöge der damalige Mensch die Dinge seiner Umwelt schärfer, deutlicher zu empfinden befähigt war. Der einäugige Zyklop mag noch eine schwache Erinnerung daran sein. Durch Zeitläufe hindurch hat es sich tief ins Gehirn zurückgezogen, die heutige Zirbel, die mit Sahasrara innigst korrespondiert. In Verbindung mit dem höchsten aller Chakras gilt sie als „Sitz unseres Vaters im Himmel“, des atmischen, des Gottes Funken in uns.

Voll entfaltet nimmt der Scheitellotus das ganze Schädeldach ein, und anstelle der sonst napfförmigen Vertiefungen wölbt er sich kronenförmig auf. Die Infunktionssetzung Sahasraras, dem die Erweckung der anderen Ätherwirbeln vorangehen muß, bedeutet höchste Vollendung. Letzte Wegstrecke auf dem mystischen Pfade. Wenigen nur vorbehalten. Dereinstiges Ziel aber für jeden Sterblichen.

Sobald Kundalini, die an der Wurzelbasis schlummernde Schlangenkraft, alle Zentren durchfeuernd hochsteigt und in Sahasrara dauernd Wohnsitz nimmt, verleiht der Tausendblättrige vollendetes Gottmenschentum, höchste Stufe menschlicher Entwicklungsmöglichkeit.

Dem Scheitellotus schreibt man zu, er bringe endgültige Befreiung, schaffe vollendete menschliche Wesen und tiefstes Eindringen in die geistigen Gebiete, die jenseits der vier zur Erde gehörenden Reiche der Materie liegen. Der Vollendete vermag sein Bewußtsein aus dem Körper nach anderswo zu verlegen und im Schlafe noch seiner bewußt bleiben. Sahasrara, so heißt es, verbindet mit allen kosmischen Kräften. Konzentriert man sich auf dieses Chakra, so erhöhen sich die Fähigkeiten, die zur unio mystica führen.

Von Sahasrara aus versetzt das 'Wort' den „ganzen Körper in resonante Schwingungen“. Das 'Wort' als Resonanz des Sphären-

Logos (Ishvara, Jehosva, Jesus) gedacht. „Es ist ein Tönen aus der oberen Welt, das den Consensus, den höheren Yogizustand hervorruft.“

Doch genug der grandiosen Ausblicke. Wir haben uns noch mit weiteren sechs, für die Praxis, besonders für die mantrische, wesentlichen Ätherzentren zu befassen, die zumeist unerwähnt bleiben.

Da sind vor allem die über den Innenhandflächen schwingenden Handchakras. Sie nehmen Feinstoffliches auf und strahlen Feinstoffliches aus. Denken wir an die Tätigkeit der Magnetiseure, deren Händen heilendes Fluid entströmt, oder an die Bedeutung der Handteller beim Aufnehmen von Sonnen- und Mondprana, Runenfeinkraftflüssen, und, obenan: bei den vielgestaltigen Praktiken der Mantramistik.

Desweiteren die nicht weniger wichtigen Fußchakras, die uns mit den Erdkräften verbinden. Die Sohlen- oder Plantalchakras, wie man sie nennt, haben vorwiegend einsaugende Tendenz, leiten aber auch die von oben her einströmenden Fluide in die Erde ab. Stark reagieren die Fußchakras auf Bodenstrahlung und führen uns die ätherischen Kräfte des „Erdgeistes“ zu.

Im Verein mit den Plantalzentren wirken die Kniechakras. Sie leiten die von den Fußzentren aufgesogenen Erdströme weiter. Auch spricht man ihnen die Aufgabe eines Transformators zu, der

„die einströmenden Erdkräfte zum Teil abzdrosseln und zu dosieren“ hat. In ungenügender Funktion sind sie nicht oder nur ungenügend imstande, „die ätherische Verbindung mit dem Boden zu erhalten; was zu Gesundheitsschädigungen führen kann“.

Fuß- und Kniechakras, Plexus pedalis und Plexus genialis bei Peryt Shou, gleich den Handchakras sind sie aus der mantrischen Praxis einfach nicht wegzudenken. Von vielen Yoga-Übungen, von Runenpraktiken, nicht zuletzt von der Buchstabenmystik gilt ein Gleiches. So manche Geste, so manche Pose wird verständlicher. Beispielsweise soll die tiefere Bedeutung des Buddhasitzes in der symbolischen wie konkreten Abschirmung gegen den Einstrom des „Erdgeistes“ liegen.

Allein selbst diese Aufstellung hat noch nicht Anspruch auf Vollständigkeit. Da wären noch die sieben im Kopf befindlichen Meisterchakra, Steuerzentren für die sieben Hauptchakras, von denen Madame Blavatzky nur andeutungsweise spricht. Im Munde, in Gaumennähe soll noch ein sekundäres Ätherzentrum existieren, das Gaumenchakra, das vorzugsweise bei mantrischen Übungen anspricht; vor allem dann, wenn der Konsonant R vorherrscht. Ferner ist von einem sekundären Herzchakra die Rede. –

Vielfarbige Abbildungen in Leadbeaters Buch vermitteln einen Eindruck von der erstaunlichen Farbenpracht dieser Ätherwirbeln. Obgleich diese Farbenfülle nur eine schwache Wiedergabe jener

Farben ist, so wird versichert, wie sie der begnadete Hellseher erschaut. Auch zeigen sich nicht bei jedermann solche wundervollen Farberscheinungen. Beim geistig noch Unentwickelten sind Farbe wie Form vage und dumpf.

Zudem begegnen wir Chakra-Wiedergaben in der Literatur, die auf das eigentliche Aussehen dieser Ätherwirbeln keinerlei Bezug nehmen; Darstellungen in symbolhafter Form, ähnlich von Mandalas. So erblicken wir am Außenrand im Kreise geordnet blattähnliche Zacken, der jeweiligen Speichenzahl des Chakras entsprechend. Jedes dieser „Blätter“ weist einen Sanskritbuchstaben auf, mystische Laute, für den jeweiligen Lotus von Bedeutung. Zugleich korrespondiert jedes Chakra mit einem bestimmten Tattwa. Im Kreisinneren geometrische Figuren, wie Quadrat, Dreiecke, die Spitze nach oben oder nach unten gerichtet, bzw. zum Sechsstern verflochten. Ergänzend die Abbildungen von Tieren – Elefant, Widder, Gazelle, eine Art von Alligator – sowie die Wiedergabe von Götterdarstellungen. Hinweis auf die jedem Chakra inwohnenden Kräfte und Eigenschaften sowie zu den Elementen und Tattwas.

Arthur Avalon nennt folgende den einzelnen „Blütenblättern“ zugeteilten Mantrasilben und Buchstaben:

Für Muladhara va – sha – sha – sa;

für Swadhistana ba – bha – ma – ya – ra – la;

für Manipura da – dha – na – ta – tha – da – dha – na – pa –

pha;

für Anahata ka – kha – ga – gha – nga – cha – chha – ja – jha –
nya–

ta – tha;

für Vishudda die Vokale

a – a – i – i – u – u – ri – ri – lri – lri-

e – ai – o – au – am – ah;

für Ajna ha – ksha;

für Sahasrara sämtliche Buchstaben des Sanskrit.

Vorherrschendes Tattwa ist Prithivi in Muladhara, Apas in Swadhistana, Tejas in Manipura, Vayu in Anahata, Akashain Vishudda.

Die Chakras im Ätherleibe über dem grobstofflichen Körper rottierend – Steiner verlegt sie in den „Seelenleib“ – haben enge Verbindung zum Rückenmark. Von diesem gehen ätherische „Stengel“ aus, deren Enden die Chakras gleich einer Blüte tragen. –

Durch H.P. Blavatzky und ihren Anhängern wurde das Wissen von den Chakras aus Indien nach dem Abendlande gebracht. Daß aber dieses Wissen andernorts manchem schon früher bekannt gewesen ist, dafür spricht mancherlei. In den Mysterien der Priestermagier des alten Ägypten dominierten zwei Begriffe: Ankh und Chnum. Peryt Shou glaubte nicht fehlzugehen, darin das Hals- und Herzzentrum zu erkennen; und in dem Wort Tep, dem er oft

begegnete, den ägyptischen Namen für Chakra.

Wahrscheinlicher noch, daß den eingeweihten Mystikern früherer Jahrhunderte die Existenz dieser Ätherzentren nicht unbekannt war. Diese Vermutung erhärtet die THEOSOPHIA PRACTIKA, ein Werk, das sich mit der mystischen Wiedergeburt befaßt. Auf dem Titelblatt stehen die bezeichnenden Worte: „Eine kurze Darlegung der drei Prinzipien der Welten im Menschen, in klar verständlichen Bildern dargestellt, die anzeigen, wie und wo ein jedes sein Zentrum im innern Menschen hat, entsprechend dem, was der Verfasser kraft göttlicher Schauung in sich selbst entdeckt und was er gefühlt, erprobt und wahrgenommen hat“. – Autor ist der 1638 in Regensburg geborene Schüler Jakob Böhmes, Johannes Georg Gichtel. Er studierte Theologie und Rechtswissenschaft, eine Zeitlang als Rechtsanwalt tätig, widmete er sich später nach Gründung einer mystisch-christlichen Bewegung ausschließlich der geistigen Sache, was ihn vielen Verfolgungen seitens orthodoxer Widersacher aussetzte. Seines Vermögens beraubt, floh er schließlich nach Holland.

Zwar zieht Leadbeater in Zweifel, ob Gichtels Hellsicht ausgereicht hat, um zu richtigen Schlüssen über das Wesen der Chakras zu kommen, da er eigentlich nur deren negative Seite beschreibt. Seiner Ansicht verführt das Kehlkopfchakra zu Neid und Geiz, Zorneswallungen erregt das Magenzentrum, der Herzlotus

wiederum stachelt die Eigenliebe hoch, und Stolz und Hoffart fördern die Chakras des Kopfes. Fragt sich, an welchen Personen er seine Beobachtungen gemacht hat. Vielleicht hielt er die höhere Tätigkeit der Chakras absichtlich geheim.

Sämtliche Chakras gibt auch Gichtel nicht bekannt. Eine Abbildung in seinem Buche beweist es. Kannte er sie nicht? Oder handelt es sich bei dieser Wiedergabe nur um die Veranschaulichung eines bestimmten Ätherstromlaufes?

Ätherstromläufe

Von solchen Stromläufen spricht Leadbeater. Metakosmische Energien fließen den Chakras zu: die Primär- oder Lebenskraft. Von dieser strömt einesteils eine primäre Energie in das Chakra und strahlt von dessen Mittelpunkt gradlinig, speichenförmig aus; anderenteils kreist eine sekundäre Energie in wellenförmigen Bewegungen auf der Oberfläche des Chakras und sendet die Kraft rechtwinklig aus.

Neben dieser pranischen Urenergie – einer der drei Aspekte des schaffenden LOGOS – führen die beiden anderen Logoskräfte dem Körper ihre Energien zu; Die Vitalität des Sonnenlichtes – die Vitalitätskraft – und Kundalini, die Erdkraft.

Das Prana der Vitalitätskraft, eigentliche Nahrung des Ätherleibes, teilt sich in fünf farbige Ströme:

Ins Milzchakra einströmend führt der violettblaue Strahl über Hals-

und Stirnchakra zum Scheitelzentrum; der gelbe Strahl strebt über das Herzchakra zum Stirn- und Scheitellotus; der grüne Strahl (immer vom Milzchakra ausgehend gedacht) verläuft als verdauungsregelnde Kraft zum Magenchakra; ein orange-roter Strahl strebt zu Muladhara; Aufgabe ist es, die Sinnlichkeit zu meistern und den orange-roten Strahl aufwärts zum Gehirn zu leiten. Ein rosaroter Strahl strömt die Nerven entlang und verbreitet sich über den ganzen Körper. Von seiner Funktion hängt die Gesundheit unserer Nerven ab. Dieser die Nerven entlang fließende Energiestrom bedingt Stärke und Güte des Magnetismus, ohne selbst Magnetismus zu sein. Zu erwähnen noch, daß Kundalini, nach esoterischer Lehre den tiefsten Schichten des Erdinnern entstammend, in die Fußchakras einströmt und über die Kniechakras zu Muladhara fließt, von wo aus sie, hochsteigend den Weg über die Wirbelsäule in unendlich feinen Kanälchen nimmt, den drei Nadis: Ida, Pingala und Sushumna. Vom Pathologen natürlich nicht nachweisbar, weil metaphysischer Natur. Analog ihren Beziehungen zu den Nervenplexen und Organen haben die Chakras zugleich ihre Entsprechungen im Astralleib. Jedoch wird dieses In-Tätigkeit-treten der astralen Zentren im Menschen erst gewahr, wenn die Lotosblüten im Ätherleib zur richtigen Funktion erwacht sind.

Genau genommen beeinflusst unser ganzes Verhalten im

täglichen Leben die Tätigkeit der Chakras. Ebenso jede Übung, jede kultisch-rituelle Handlung wirkt sich mehr oder weniger auf dieses und jenes Chakra aus. Viel hängt vom Übenden dabei ab; von seinem Reifegrad, seiner seelischen Verfassung, seinem körperlichen Zustand.

Eine Übungsvorschrift lautet beispielsweise: Den Pranastrom – in der Vorstellung kalt beim einatmen, heiß beim ausatmen – zu dem gewünschten Chakra zu leiten. Eine entscheidende Rolle bei der Erweckung der Chakras spielen die mantrischen Praktiken, selbst wenn diese nicht mit Absicht darauf durchgeführt, umsomehr natürlich, wenn zielbewußt vorgenommen.

Viel, sehr viel ist darüber geschrieben worden; deutlich ausgesprochen, meist aber verklausuliert. Weniger aber wird auf die grundlegenden Verhaltensweisen, die nun einmal unbedingt zu beachten sind, eingegangen. Als übertrieben beiseite geschoben, bleiben oft die notwendigsten Regeln unbeachtet. Kein Wunder, wenn dann die Resultate nicht den Erwartungen entsprechen.

Mag sein, manche Forderung ist überspitzt formuliert. Kategorisch wird sogleich verlangt, was naturgemäß eine weitaus größere Zeitspanne erfordert. Alles ist im Fluß, nichts darf überstürzt werden.

In „Stufen der Vorbereitung“ kommen wir darauf zu sprechen.

Tattwa

Mit noch einem Wissenszweig metaphysischen Charakters müssen wir uns vertraut machen, mit der Tattwalehre. Tiefgründige Mantrapraktiker beziehen die tattwischen Schwingungen mit ein.

Was sind Tattwas? Welche Funktionen werden ihnen zugeschrieben?

Wenn wir Esoterikern und Magiern Glauben schenken wollen, so haben wir es hier mit Urkräften, mit Urschwingungen zu tun. Ohne sie würde nichts im All existieren.

„Das Weltall ist aus dem Tattwa gemacht – heißt es in dem tantrischen Schiwagama – es wird durch Tattwa erhalten und verschwindet in das Tattwa“. Tattwas sind „die Substanz, aus der das Weltall geformt ist... die Kraft, durch die es erhalten wird. Sie sind Kraft (Purusha) und Stoff (Prakriti)... atomistische Materie und der Geist, der sie beseelt.“ Sie sind „die Prinzipien des Weltalls und auch des Menschen“.

Manifestationen von Prakriti, dem Mutterboden, der Wurzel des Urstoffes, sind sie die materiellen Grundelemente der Natur.

Nach Rama Prasad, durch den die tantrische Lehre auch bei uns bekannt wurde, sind die Tattwas „die fünf Modifikationen des Großen Atems“, der sie in fünf Erscheinungsformen zerlegt, „indem er auf das Prakriti einwirkt“. Wodurch verschiedene Vibrationsschwingungen entstehen, die sich auf mannigfache Weise

auswirken.

Urtattwa ist Akash oder Akascha, die Urenergie, „seiend durch sich selber“, gewissermaßen „Gott, Raum und Äther“ oder „heiliger Geist, Lautäther, Alaya, die Weltseele“. In Akash – das Formbildende – offenbart sich für uns die schöpferische Kraft im Weltall.

Der deutsche Experte Karl Brandler-Pracht sieht im Prana die Ursubstanz, daraus Akascha, das erste Tattwa, der Universaläther, emaniert. Aus diesem gehen die weiteren vier Tattwas hervor. Insgesamt sind sie „der zentrale Impuls, der die Materie in schwingende Bewegung erhält“. Sie sind „die elementare Bewegungsform, der Äther“.

Die wenigen zitierten Sätze zeigen, daß es sich bei den Tattwas um Bedeutendes handelt, um die Urfrage der Schöpfung und des menschlichen Seins.

Eigenschaften

Die tattwischen Schwingungen haben Beziehung zum Raum, zur Bewegung, zur Ausdehnung und Zusammenziehung, zu Kohäsion und Weichheit, zu den vier Elementen, zu den sieben Planeten der Alten. Man spricht ihnen Form und Farbe zu und enge Beziehung zu den Sinnesorganen. Selbst über Erfolg und Mißerfolg in allen unseren Belangen sollen sie entscheiden. Eine außerordentliche Wirkungsbreite. Seit Urbeginn bis an der Zeiten Ende dankt

Jegliches sein Bestehen der Tätigkeit der Tattwas.

So entsprechen im physischen Bereich, laut Hinduphilosophie, die Atomschwingungen den Modifikationen des Uräthers, dem tattwischen Prinzip, der „Akashischen Lebenswelle“.

Daß wir in der glücklichen Lage sind, und nicht nur wir Menschen, Sinneseindrücke wahrzunehmen, verdanken wir den Tattwas. Das Gehör reagiert auf die Schwingungen von Akash (der Klang- oder Schalläther), auf Vayu das Gefühl (der Gefühlsäther), das Auge auf Tejas (spr, Tetschas – der Lichtäther), der Geschmack auf Apas (Geschmacks- oder Empfindungsäther), der Geruch auf Prithvi (Geruchsäther).

Diese fünf Modifikationen des Äthers unterscheiden sich untereinander in ihren Schwingungsformen. Von Akash, dem Ätherprinzip, wird gesagt, seine äußere Schwingungsform entspreche der Ohrhöhle. Dargestellt bisweilen in Form von zwei übereinanderliegenden Halbkreisen. Die Vibrationen erfolgen ruckweise nach allen Richtungen. – Vayu, das luftige Prinzip, strahlt sphärisch, kugelförmig. Die Vibrationen sind spitzwinkelig zur Wellenrichtung. – Die Schwingungen von Tejas, das feurige Prinzip, bewegen sich aufwärts und bilden die Form eines mit der Spitze nach oben gerichteten Dreiecks. – Bei Apas, wäßriges Prinzip, sind sie sichelförmig, ähnlich dem Halbmond, und sind entgegengesetzt der Schwingungsrichtung von Tejas. – Die Form von Prithvi (auch

Prithivi), irdisches Prinzip, soll quadratischer Natur sein, wobei Wellenrichtung und Quadrat in gleicher Ebene liegen. Bestimmt nicht leicht vorzustellen, diese Schwingungsbewegungen.

Aufgrund ihrer Schwingungsformen werden den Tattwas noch weitere Bewegungen zugeschrieben. So gilt der Raum als eine Eigenschaft von Akash. Sicher nicht leicht zu begreifen. Vayu eignet die Bewegung, Tejas die Ausdehnung, Apas die Zusammenziehung und Weichheit, Prithvi die Kohäsion.

Akascha untersteht ferner der bittere Geschmack, Vayu der säuerliche, Tejas gilt als hitzig, beißend, Apas wirkt zusammenziehend. – Vayu ist kühl, Tejas heiß, Apas kalt, Prithvi warm. Von Akash wird zumeist nichts ausgesagt. Der Astrologe Johannes Vehlow bezeichnet die Natur von Akash kalt, die von Apas neutral.

Kein einheitliches Bild findet sich leider bei der planetaren Zugehörigkeit der Tattwas. Nach Brandler-Pracht korrespondiert Akash mit Saturn, Vayu mit Merkur und dem absteigenden Mondknoten, Tejas mit Sonne und Mars, Apas mit Mond und Venus, Prithvi mit Jupiter und dem Aufsteigenden Mondknoten.

Vehlow weicht in einigem davon ab. Er setzt Vayu mit Jupiter in Beziehung, bei Tejas läßt er den Sonneneinfluß weg, bei Apas den des Mondes und setzt dafür anstelle der Venus den Merkur, und bei Prithvi statt Jupiter den Mond.

Wieder eine andere Aufstellung bringt der Theosoph Theobald Becher. Bei ihm harmoniert Akash mit Venus, Vayu mit Saturn, Apas mit Sonne, Prithvi mit Mond.

Anderswo wiederum begegnet man der Auffassung, Vayu stimme mit Jupiter, Apas mit Venus überein. Einigkeit lediglich herrscht bei Tejas.

Die Tattwafolge

Immerfort schwingen die Tattwas. Im ständigen Wechsel von zwei Stunden dominiert für 24 Minuten einer dieser tattwischen Rhythmen. Täglich beginnt der Reigen – hierin wenigstens sind sich die Experten einig – mit Akash in der Minute des Sonnenaufgangs. Es kommt also immer bei Feststellung der Tattwafolge auf die jeweilige Ortszeit (!) an.

Nach Rama Prasad folgen in gleicher Dauer:

Vayu – Tejas – Apas – Prithvi.

Dem stimmen bei H.P. Blavatzky die Mystiker Dr. Franz Hartmann und Karl Weinfurter, der Theosoph Theobald Becher sowie der indische Gelehrte und Yogi-Meister Swami Sivananda Sarasvati zu.

Letztgenannter ordnet in gleicher Folge die Tattwas den Chakras zu, und zwar absteigend von Vishudha (Akash), über Manipura (Tejas), Svadhistana (Apas), zu Muladhara (Prithvi).

Die Frage, weshalb Stirn- und Scheitelchakra unberücksichtigt

bleiben, beantwortet erst die esoterische Tattwa-lehre. -

Brandler-Pracht und andere setzen Prithvi an vorletzter, Apas an letzter Stelle. Gänzlich durcheinander bringt Vehlow die gebräuchliche Reihenfolge. Nur Akash behält seinen Platz. Dann folgen Apas – Prithvi – Tejas und als letztes Apas.

Nur wenige Minuten dominiert das jeweils schwingende Tattwa rein, dann machen sich Untereinflüsse der übrigen geltend. Nach Th. Becher in dieser Reihenfolge:

Akash-Akash, Akash-Vayu, Akash-Tejas, Akash-Apas, Akash-Prithvi;

Vayu-Akash, Vayu-Vayu, Vayu-Tejas, Vayu-Apas, Vayu-Prithvi;

Tejas-Akash, Tejas-Vayu, Tejas-Tejas, Tejas-Apas, Tejas-Prithvi;

Apas-Tejas, Apas-Vayu, Tejas-Tejas, Apas-Apas, Apas-Prithvi;

Prithvi-Akash, Prithvi-Vayu, Prithvi-Tejas, Prithvi-Apas, Prithvi-Prithvi.

Mit dieser Aufstellung läßt sich der günstigste Zeitpunkt für den jeweiligen Zweck ermitteln. Störend dabei allerdings die Varianten des Tattwa-Ablaufes. Vehlow mag leicht widerlegt werden; seine Tattwareihe ist das Produkt reiner Spekulation, was auch auf Brandler-Pracht zutreffen dürfte. Anders bei Madame Blavatzky und Rama Prasad, beide in östlicher Weisheit versiert. Blavatzky sagt man nach, sie habe absichtlich zwei Tattwas vertauscht, um Mißbrauch zu verhüten.

Der echte Hellseher könnte hier Klarheit schaffen, denn jedes Tattwa hat seine Farbe. Freilich ist die Farbzuoordnung nicht weniger widersprüchlich. Nach Rama Prasad, der die tantrische Lehre vermittelt, „überschattet Akash jede Farbe“. Abgesehen davon ist Vayu himmelblau, Tejas rot, Apas weiß und Prithvi gelb.

Bei Brandler-Pracht ist Akash schwarz, bzw. farblos, bei Vehlow nur schwarz. Beide stimmen überein bei Vayu: Grün und Blau. Beide bezeichnen Tejas als rot, nur betont Vehlow das Rot des Feuers. Für Brandler-Pracht ist Apas ebenfalls weiß, Vehlow dagegen beschreibt es als silberviolett, während sich die Tantriker mit Violett allein begnügen. Im Gelb von Prithvi stimmen Brandler-Pracht und Vehlow überein, nur legt letzterer Wert auf einen orange-gelben Ton. Esoteriker wieder nennen als wirkliche Farbe das Orangerot.

Exoterische Einflüsse

Der herrschende tattwische Einfluß entscheidet über den Erfolg, behaupten Tattwakundige exoterischer Richtung. Bei jedem Tun also kommt es auf die Wahl des richtigen Tattwas an. Wer aber schon ist in der glücklichen Lage, sein Handeln, vor allem dessen Beginn, diesen kurzen Zeiträumen entsprechend einzurichten? Und wie groß ist dabei die Gefahr in eine Abhängigkeit zu kommen, wie jener Mann, den ich kannte, der immer seine Tattwa-Uhr zur Hand hatte und um nichts in der Welt ein Theater oder Kino betreten, noch einen Besuch gemacht hätte, ohne die günstige Tattwaschwingung

abzuwarten. Sklave einer zur fixen Idee entarteten Meinung, ermangelte ihm jede Entschlußkraft und wurde schließlich zur lächerlichen Figur.

Akash, dem vorwiegend saturnischer Charakter zugesprochen wird, gilt als Tattwa der Ruhe und des Todes. In ihm haben die anderen Tattwa ihren Ursprung und kehren dahin wieder zurück. Unter seiner Herrschaft strebt alles der Ruhe zu. Niemand kann in Akash schaffen, nur die Gottheit. Daher die Warnung, nichts im schwarzen Tattwa zu beginnen, vor allem nicht in den ersten fünf Minuten seiner Schwingung. Auch nicht in jenen Zeitabständen, wo Akash als Unterton mitschwingt.

Unternehmungen, unter Akash begonnen, droht der Zerfall. Kein Berufsantritt, kein Kaufabschluß, kein Prozeßbeginn. Hoffnungen enttäuschen, Freundschaften, Liebes- und Ehebündnissen, unter Akash geschlossen, steht ein trauriges, mitunter sogar gewaltsames Ende bevor. Keine geistigen und künstlerischen Arbeiten sollten während dieser Schwingung in Angriff genommen werden. – Akash drückt die Stimmung, fördert Unlustzustände, Melancholie, Pessimismus und Gedankenlosigkeit; begünstigt niedrige Instinkte, verwirrt, verleitet zu Fehlern, zu Irrtümern; Feind allem irdischen Tun, löst auf, zerstört das Körperliche.

Akash steigert das Empfinden des bitteren Geschmacks und verfeinert den Gehörsinn.

Vayu, als erste Manifestion des Lebens geltend, Prinzip der Bewegung, der Schnelligkeit, beeinflusst infolge seiner luftigen Natur Wind und Sturm sowie alle Angelegenheiten des Flugverkehrs.

Von ihm wird gesagt, daß es mit seiner Hilfe möglich sei, die Schwerkraft auszuschalten, bewirke daher auch die Erscheinungen der Levitation.

Nach Vehlow das Tattwa der Unruhe und der Traurigkeit, verführend zu Lüge, Klatsch, Betrug, unflätigen Reden und ehrenrührigen Handlungen bei geistig Tieferstehenden,

Unter Vayueinfluß stehen: Sprache, Rede, Schrift, Gehen, Wandern, Reisen, Fliegen.

Vayu begünstigt alles das, was schneller Erledigung bedarf, nicht aber das, was lange währen soll. Auch keine Einkäufe tätigen, kein Personal einstellen, Geld- und Vermögensspekulationen unterlassen. Günstig jedoch für ernste geistige Arbeit.

Tejas, von marsisch-hitziger Natur, steigert die Energie, das Tatverlangen, aber auch den Widerspruchsgeist. Streitlust wächst, Zorn und Wut erhalten freien Lauf. Leidenschaften geraten leicht außer Kontrolle. Unter Tejas keine Bündnisse schließen oder Reisen antreten. Die Tejassschwingung, so wird überliefert, bewirkt Geldeinbußen, Fehlspekulationen, Mißerfolge in künstlerischen und wissenschaftlichen Belangen.

Hitzige Krankheiten und Krisen, unter Tejas ausbrechend,

nehmen einen bedenklichen Verlauf. Weniger besteht Erkältungsgefahr. Eine Empfängnis unter Tejasschwingung kann Mutter und Kind gefährden.

Unter Tejas erhöhen sich Körperwärme und Odstrahlung. Ein günstiger Zeitpunkt zur Behandlung negativer Krankheiten.

Die Tejasschwingung erhöht Arbeitsfreude und Schaffensdrang, begünstigt alle, die mit Feuer und Metall zu tun haben, fördert freiheitliche und kulturelle Bestrebungen sowie alles, was ins Dunkel leuchtet und Klarheit bringt.

Brände, Explosionen, Mißbrauch von Schuß- und Stichwaffen, Mord und Selbstmord unterliegen dem negativen Tejaseinfluß.

Apas, gepriesen als „Tattwa des Wohlstandes, des Reichtums und der Üppigkeit... der Lebensfreude, der Liebe, der Schönheit, der Kunst... des Wachstums“, verleitet zu „Lustbarkeiten, Schwelgereien, Wollust, zum Genuß von Rauschgift und zum Trunk“. Gut für dauerhafte Geschäfte, für Unternehmungen, für Baubeginn, Gartenarbeit und Landwirtschaft. Desweiteren für Wohnungswechsel, für An- und Verkauf, besonders für Kleidung und Schmuck, für künstlerisches Erleben. Glück im Spiel. Förderlich bei Behörden und Prozeßbeginn. Reisen nehmen einen guten Verlauf, vor allem Seereisen.

Eingeweihte Inder, sexualmagischen Praktiken zugeneigt, sind der Ansicht, Apasschwingungen erhöhen die Konzeptionsfähigkeit

und begünstigen die Schwangerschaftsperiode.

Prithvi gilt als das Erfolgstatwa. „Prinzip des Lebens“ steigert es Lebensbejahung, Betätigungsdrang, Natur- und Kunstgenuß. Verführt zu Wohleben und Genuß den Durchschnittsmenschen, den höher Entwickelten verleiht es Wohlwollen, Güte und Hilfsbereitschaft; denn es ist das Tattwa der Menschlichkeit, der Gerechtigkeit und Alliebe.

Prithvi begünstigt Freundschafts- und Liebesverbindungen, Eheschluß, Behörden-, Prozeß- und Geldangelegenheiten, Vertragsabschlüsse aller Art, wie überhaupt alles, was wahren soll. Gut für Geselligkeit, Unterhaltungen und Vorträge.

Sehr förderlich ist die Prithvi-Schwingung dem körperlichen Befinden. Sie erhöht die Körpertemperatur und verfeinert den Geruchssinn. Krankheiten und Krisen nehmen einen günstigen Verlauf. Angeraten wird, Nerven, Knochen, Muskeln, Adern, Haut und Haare unter diesem tattwischen Rhythmus zu behandeln, den Körper zu pflegen, zu baden, zu essen, besonders Obst und Süßigkeiten. Gut für Kurantritt. Gleich Apas begünstigt es Empfängnis und Geburt.

Weitaus wichtiger als diese den Tattwas zugeschriebenen exoterischen Einflüssen – die man nicht zu hoch bewerten soll! – ist die magische Auswertung, mehr noch ihre esoterische Sinndeutung und die daraus sich ergebenden Winke für die Praxis, auch für die

mantrische.

Magische Tattwa -Praxis

Den Modifikationen des Ur-Äthers, Schwingungsformen ganz spezifischen „Charakters“, liegt, wie gelehrt wird, alles Geschaffene zugrunde. Nichts im Universum bestände, nichts regte sich, ohne die Tätigkeit der Tattwas. Fußend auf dieser Erkenntnis unterscheiden Tattwa-Kundige zwei Arten von Tattwa-Schwingungen, und zwar zwischen den im Augenblick schwingenden universellen Tattwa und dem im gleichen Zeitraum in uns vorherrschenden.

Letztgenannte Schwingung kann stagnieren und zu Störungen mancher Art im Körper führen. Vornehmlich wirken die Tattwas auf die verschiedenen Auren unseres feinstofflichen Wesenteiles (Ätherleib, Astralleib usw.) ein, was in den verschiedenen Tattwafarben seinen Ausdruck findet.

Hellsehendes Wahrnehmen der Tattwa -Farben

Natürlich keineswegs so leicht wie oft hingestellt wird. Es fehlt zwar nicht an Unterweisungen, leider nur korrigiert in der Regel die Praxis die diversen Ansichten und Ratschläge. Ohne angeborene Eignung geht es nun einmal auch hier nicht.

Zur Feststellung der persönlichen Grundschwingung raten maßgebende Autoren zu folgender Praktik:

In dunklem, störungsgesichertem Raum, bequem mit nach Osten gerichteten Gesicht sitzend, verschließe man mit den Daumen die Ohren, mit den Zeigefingern, ohne Druck auszuüben, die Augen

(Augäpfel nach oben gekehrt), Mittelfinger auf die Nasenlöcher, Ring- und Kleinfinger auf den Mund. (Schließlich genügt es, die Augen lichtdicht zu verschließen, die Nasenlöcher müssen während des Atmens sowieso freigemacht werden.)

Ruhigen Gemüts bei entspanntem Körper atmen, von dem Wunsche erfüllt, das eben im Körper vorherrschende Tattwa zu schauen. Nach einiger Zeit zwischendurch den Atem anhalten, ganz dem Dunkel hingegeben, Doch hüte man sich vor Übermüdung.

Bei geglücktem Versuch entwickeln sich allmählich Farbtöne. Von elliptischen Farbscheibchen spricht Vehlow, in denen ein mikroskopisches Gewimmel herrscht. Später bilden sich Figuren.

Bei Prithvi ein „auf der Spitze stehendes Quadrat“, bei Vayu Kreise, bei Tejas ein gleichseitiges, nach obenweisendes Dreieck, Apas zeigt „mondsichelhafte Bögen“. Akash läßt die Formenbildung am schwersten erkennen. „Seine Struktur besteht wie Drei aus zwei untereinander stehenden, nach links geöffneten Halbkreisen“.

Der Entwicklungsgrad bestimmt die hellsehend geschauten Farbtöne. Apas z.B. zeigt sich nach Brandler-Pracht in „grauweißlichem Ton“, obgleich reines Weiß seine eigentliche Farbe ist. Auch erscheint Apas gelblich-weiß, grau-blau-weiß und grünlich-weiß. Dem moralisch Tiefstehenden zeigt es sich in „schmutzigem Grau-weiß oder einem ebensolchen Grün-weiß. Weiß ohne Trübung erblickt nur der ethisch Hochstehende, der auch das reine

Himmelblau von Vayu schaut, während der Durchschnittsmensch sich mit hellem Grün begnügen muß, und der moralisch Minderwertige sich mit dunklem Grün zu bescheiden hat.

Infolge der mitherrschenden Unterschwingungen wird das Farbproblem noch verwickelter.

Das Experiment ist zu verschiedenen Tageszeiten durchzuführen, damit an der wechselnden Farbskala der Wechsel der Tattwas beobachtet werden kann. Gewarnt wird vor unbewußter Erwartungssuggestion. Kaum zu erreichendes Hochziel, wie gefordert; jederzeit durch Augenschluß und Einstellung das innere Tattwas zu ermitteln. – Übrigens hat das Autogene Training in einer höheren Stufe auch ein inneres Farbsehen als Übungsziel.

Schau der kosmischen Tattwas

In freier Natur bei strahlendem Sonnenschein, auf einer Wiese liegend, körperlich und geistig entspannt, die geöffneten Augen ohne Anstrengung auf das blaue Firmament gerichtet; in tiefem Schweigen, von dem Wunsche beseelt, das im Augenblick schwingende Tattwa zu schauen.

Wobei unter Umständen, wie Brandler-Pracht bemerkt, andere, sehr merkwürdige Erscheinungen auftreten können. Der Himmel belebt sich plötzlich; weißliche Gebilde entstehen, auf- und niederwogend verdichten sie sich zu Formen und Gestalten, die mitunter sogar handelnd auftreten. Diesem Phänomen, rät unser

Gewährsmann, schenke man nicht zu große Aufmerksamkeit. Ziel bleibe die Erforschung der tattwischen Farbeffekte.

Schau der Tattwaformen auf einer Spiegelfläche

Eine andere Art, das in uns vorherrschende Tattwa festzustellen, besteht darin, den Ausatemungsstrom der Nase auf einen gut entodeten, ungerahmten (so will es die Vorschrift) Quecksilberspiegel zu blasen.

Im Buddha- oder im Ägyptischen Sitz konzentriere man sich auf seine Aura und auf das darin schwingende individuelle Tattwa. Gleichzeitig halte man den Spiegel in kurzem Abstand vor die Nasenflügel und leite die langsam entströmende Atemluft auf seine Fläche. Bei Gelingen bildet der kondensierte Aushauch auf dem Spiegelglas die dem gerade schwingenden Tattwa gemäße Form. Zusätzlich konzentriere man sich auf die Tattwafarbe.

Ähnlicher Weise kann die Tattwaschwingung bei Schlafenden und Hypnotisierten ermittelt werden. Nach Angleichung des Atemrhythmus und Herstellung des magnetischen Rapports sowie Konzentration auf das in der Aura der Versuchsperson vorherrschende Tattwa läßt man ihren Atemstrom auf die Spiegelfläche hauchen.

Willkürliche Veränderung der persönlichen Tattwaschwingung

Tattwakundige verändern, wenn für eine Praktik erforderlich, das jeweils in ihnen schwingende Tattwa. Was allerdings einen enorm hohen Grad an Imaginationsvermögen voraussetzt.

Um sich für die eigentliche Übung vorzubereiten, sind Teilübungen erforderlich:

Farbimagination:

Man beschaffe sich Glanzpapier in den Farben Schwarz (Akash), Grau und Blau (Vayu), Rot (Tejas), Weiß (Apas) und Hellchromgelb (Prithvi). Die Bogen klebe man auf Karton und hänge sie an die Wand oder stelle sie in entsprechender Höhe auf.

In gelockerter Sitzhaltung, ohne dabei die Augen anzustrengen, betrachte man die Farbtafel, verschmelze gewissermaßen mit ihr. Nur diese eine Farbe erfülle ganz den Betrachter. Zehn bis fünfzehn Minuten etwa. Augen schließen. Aber nicht Finsternis, sondern der geschauten Farbton muß kraft der Imagination weiter geschaut werden.

Diese gewiß nicht leichte Übung ist jeden zweiten Tag zu wiederholen, bis die ausgewählte Farbe jederzeit mit geschlossenen Augen geschaut werden kann.

Imagination der Tattwaformen:

Nun stelle man sich bildlich die einzelnen Tattwaformen vor. Als Hilfestellung fertige man sich Zeichnungen an. Mit schwarzer Tusche, besser noch in den Farben der Tattwas.

Wieder fixieren, dann mit geschlossenen Augen die Figur in der Vorstellung betrachten.

Im weiteren Verlauf noch folgende Übungen:

Geschmacksimagination:

Zu erarbeiten sind die Geschmacksempfindungen: Bitteres (Akash), in späteren Übungsphasen Sauerer (Vayu), hitzige, beißende und scharfe Geschmackssensationen (Tejas), Herbes (Apas), zuletzt Süßes (Prithvi).

Bewegungsvorstellungen:

Wirbelbewegungen (Akash), Bewegungen im spitzen Winkel verlaufend (Vayu), aufwärtsstrebende (Tejas), steil nach oben gerichtete (Apas) und horizontal verlaufende (Prithvi).

Einstellung auf das elementare Prinzip:

Auf den alles durchdringenden Äther (Akash), auf das luftige Prinzip (Vayu), das feurige, verbunden mit der Vorstellung von Hitze und Licht (Tejas), auf das wäßrige Prinzip, auf Wasser und Kälte (Apas), auf das „klumpige, erdige Prinzip“ (Prithvi).

Nach gründlicher Erarbeitung der Einzelfaktoren werden dann zwei zugleich in die Übung einbezogen: Farbe und Form. Nach und nach die anderen. Jedoch die Praktik in ihrer vollendeten Form bedarf noch eines weiteren wichtigen Faktors.

Die Übung in vollendeter Form:

Ist die Akashschwingung im Körper beabsichtigt, übe man – wie nun hinlänglich geübt – Farbe, Geschmack, Figur, den alles durchdringenden Äther und – als wesentliches, neues – das mantrische Moment. Zu imaginieren ist der Grundton der mittleren

Oktave.

In dieser Tonlage ist die Mantrasilber HAM zu singen und auch zu denken. – Bei Erzeugung der Vayu-Schwingung tritt zu den bereits bekannten Vorstellungen der Grundton einer sehr hohen Oktave hinzu, in gleicher Tonlage die Silbe PAM. – Bei Tejas neben dem zu imaginierenden Faktoren die tiefe Oktave und das Mantrawort RAM. – Bei Apas tiefer Grundton und VAM (oder YAM). – Bei Prithvi Grundton noch tiefer als zuvor. Mantra ist LAM. – Die Mantra-silbe immer auch denken. –

Wenige dürfte es in unseren Breiten geben, die sich ehrlichen Herzens der erstaunlichen Fähigkeit eines so umfassenden Imaginationsvermögens rühmen können. Dennoch haben diese Übungen viel für sich. Selbst wenn sie nicht zum Endziel führen, schulen sie in hervorragender Weise Konzentration und Imagination. Für den Mantramistiker notwendige Fähigkeiten.

Atemperiode

Zu erwähnen noch das wechselweise Strömen des Surya-Chandra-Atems, bekannt auch als Ida-Pingala oder Sonne-Mond-Atem.

Der rechte Nasenstrom repräsentiert den Sonnen-Atem, der linke den Mond-Atem. Man hält dabei ein Nasenloch zu und atmet mit dem freien. Darauf umgekehrt. Beim gesunden Menschen wird stets eine Nasenöffnung freier sein, es sei denn, es herrsche gerade

Sushumna, der Übergang von der einen Atemart zu der anderen.

Bei der Tattwa-Umpolung im Falle von Vayu und Tejas, mit Abstand auch von Prithvi, ist die Periode des Sonnenatems vorzuziehen; besser jedoch ist für Prithvi der Mondatem, der für Apas ausschließlich gilt. Für Akash käme die Übergangsperiode von Sushumna in Betracht. Die Übung zur Änderung des individuellen Tattwas sollte stets mit dem entsprechenden Atemrhythmus eingeleitet werden. Zum Beispiel für eine erwünschte persönliche Tejaschwingung rechter Nasenatem.

Zwei Prana-Arten – Sonnen- und Mondprana – sowie die Nadis, jene im Yoga bedeutsamen feinstofflichen Kanäle, spielen dabei noch eine Rolle.

Yogakundige lehren, das Sonnenprana kreise im Ätherleibe durch die Pingala-Nadis. In der Phase des Sonnenatems, der sich auf die rechte Körperhälfte verteilt, kontrolliert das Höhere Ich Ätherleib und grobstofflichen Körper. Während des Mondatems, er beschränkt sich auf die linke Körperseite, pulsiert das Mondprana in den Ida-Nadis und im Astra- und Mentalleib. In der Sushumna-Phase steht Akash in Verbindung mit den Sushumna-Nadis. Der Atem strömt jetzt durch die Körpermitte. „Das Bewußtsein wird durch das Akash-Tattwa und durch die Sushumna-Nadis im Kausalkörper wirksam“. Sushumna gilt als Wurzel der Nadis. Von seinem Sitz, dem Sonnengeflecht, führen Ida und Pingala gemeinsam mit Sushumna bis zur

Nasenzwurzel. Sie teilen sich „dann nach rechts und links und vereinigen sich wieder mit Sushumna, das sich hoch in den Kopf zur Zirbeldrüse... erstreckt“. Von hier steigen die Nadis durch die Wirbelsäule hinab „bis zum untersten Teil des Rückgrates und gehen dann zu ihrem Zentrum zurück“. Die Nadis erreichen „die verschiedenen Nerven und Kraftzentren im Körper“.

Der im Geiste Erwachte vermag jederzeit die tattwischen Energien zweckentsprechend durch seinen Körper zu leiten.

Die Gunas

Eng verbunden mit den vier niederen Tattwas sind die drei Gunas: Satwa, Raja (Radscha), Tamas, Natureigenschaften, Beweggründe des Handelns.

Tamas wirkt im physischen Leib, es repräsentiert die „Erde“, Materie, Dunkelheit, Anziehung. Das Zusammenziehende. Prinzip des „Stoffes“, unterstehen ihm die Trägheit und das Mayahafte, das Täuschende in Natur und Leben. Tamas ist Unwissenheit, Torheit, Dummheit schlechthin.

Raja oder Rajas, Prinzip der Tätigkeit, der Ausdehnung, der Bewegung, der Energie und des Feuers, ist im Astrallicht tätig. Es ist das Strebende, die als Leidenschaft und Begierde in Erscheinung tretende Kraft.

Sattwa, höchste Form der Gunas, ist in den höheren menschlichen Prinzipien tätig. Im vollkommensten Ausdruck das

Gute, die Güte, in niederer Wirkungsweise das Freudvolle, dem Genuß Zustrebende. Guna der Reinheit und der Freude, der Ruhe und des Lichtes, stellt es das Gleichgewicht zwischen Tamas und Rajas her.

In jedem Tattwa kommen die Gunas entsprechend ihren Eigenschaften zur Geltung.

Die esoterische Bedeutung der Tattwas

H.P. Blavatzky warnte vor dem Mißbrauch tantrischer Lehren, dazu sie die exoterische Nutzenanwendung der Tattwa zählt. Ein späterer Gefolgsmann, Theobald Becher, zog scharf gegen Brandler-Prachts Tattwa-Schrift zu Felde, weil darin der Erlösungsgedanke, der Hinweis auf unseren göttlichen Ich-Kern fehlt. Seine Forderung lautet: Anstelle von Hatha-Yoga Raya-Yoga, der „das innere Leben durch Vervollkommnung des äußeren Lebens“ erweckt, der aber erst praktiziert werden sollte, wenn den ethischen Forderungen Genüge getan ist. Zum wenigsten also: „Beherrschung der Gedanken, Beherrschung der Sinne, Toleranz, Gleichmut gegen alles äußere Leben, Vertrauen auf den inneren Führer, Einheit im Wollen und Handeln, Ringen nach Freiheit und Erlösung im Ewigen“.

Forderungen, verpflichtend für jeden geistig Höherstrebenden. Ganz besonders aber für alle, der Mantriker Inbegriffen, die sich der Weckung höherer Zentren widmen.

Die Hinduphilosophie spricht im allgemeinen nur von fünf Tattwas, Blavatzky und ihre Schule lehren die Existenz von sieben Tattwas, die in derselben Reihenfolge stehen „wie die sieben makro- und mikroskopischen Kräfte“. Sie sind „das Substrat der sieben Naturkräfte“. Ein Wissen, das in seiner Vollständigkeit selbst in Indien nur wenigen Initiierten bekannt sein soll; ausgenommen eine Schule jenseits der Himalayakette.

Esoterisch betrachtet geht der Ursprung der Tattwas auf den Ausgangspunkt des Weltenwerdens zurück. Vor aller Zeiten Anfang herrschte „die Ruhe der sieben Ewigkeiten“, Maha-Pralaya. Mit seinem Ende begann der „Große Atem“ seine Tätigkeit, der „die feinste Umaterie... in sieben verschiedene Bewußtseinszustände“ zerlegte. – „Diese sieben Zustände oder Kräfte liegen allen künftigen Erscheinungsformen zugrunde und werden Tattwas genannt“. Und weiter erfahren wir: „Das Licht des Einen Ewigen, des LOGOS, des Schöpfers des Universums, bricht sich in sieben Strahlen oder Farben (die sieben Grundprinzipien oder Tattwas) und alles im Universum ist aus diesen Tattwas geboren“.

Am Schöpfungsbeginn emanierete aus dem unmanifestierten LOGOS das erste Tattwa. Aber nicht Akash ist esoterisch gesehen das Ur-Tattwa, „die ursprüngliche, universelle Kraft“ ist Adi. Als zweites Ur-Tattwa trat hervor Anupadaka, gleichsam die Urwiege der jenseits von Raum und Zeit ruhenden göttlichen Monaden, die

späteren göttlichen Funken der Wesenheit Mensch. Die im Universum tätige schöpferische Kraft, „der Heilige Geist oder die Weltseele, Alaya“, offenbart sich im Wirken des dritten Ur-Tattwa, dem als Mutter-Tattwa bezeichneten Akasha-Tattwa: „vermittelndes Prinzip zwischen der absoluten Energie (Jiva, Prana) und der sichtbaren materiellen Welt“, Ursache, Mittler jeder Formwerdung im All.

ADI, ANUPADAKA und AKASHA – Grundkräfte der EWIG-EINEN KRAFT, die Drei in der EINS, das EWIG-EINE, das in der Dreiheit schafft, sie, die Ur-Tattwas sind Widerspiegelungen der göttlichen Dreieinigkeit im Weltall.

Diese philosophische Feststellung veranlaßte Madame Blavatzky Rama Prasads Auffassung – Akasha oder Akash sei das erste Tattwa – zu bestreiten, ebenso seine Behauptung: Akash gleich Äther zu setzen; „denn sobald Akash... mit Äther übersetzt wird, dann ist Akash verkleinert und auf unser sichtbares Weltall beschränkt, denn gewiß ist er (Akash) nicht der Äther des Raumes“. Im engeren Sinne beurteilt ist der den Raum füllende Äther „differenzierte Substanz“, der attributlose Akash, esoterisch betrachtet, bezeichnet die „große Leere des Raumes“ oder „den göttlichen Raum“. Zum Äther wird er erst „auf dem niedersten und letzten Plane oder unserem sichtbaren Weltall der Erde“.

Die Dreiheit der höchsten Tattwas

Die drei Ur-Tattwas – der Gottheit am nächsten – bilden die Trinität der höchsten geistigen Urschwingung tattwischer Natur.

ADI ist „die ursprüngliche, universale Kraft... das Substrat des Alls“. Es entstammt dem Unveränderlichen, der „aus dem Ersten oder Unmanifestierten LOGOS“ hervorgehenden Kraft. Adi enthält potentiell „Geist und Substanz, Kraft und Stoff“. Es ist „die Substanz des Geistes des Äthers“. (Blavatzky) Vehlows nennt es die „Universalkraft des positiven Prinzips... eine hochgeistige Strahlung sonnenhafter Natur“ und teilt ihm die Sonne zu, Becher den Jupiter.

Das BRAHMAN, „das noch nicht differenzierte Urprinzip“ hat Adi geschaffen als positives Prinzip. Adi „offenbart die reine göttliche Welt, in der alle Unterschiede verschwinden“. Es findet seine höhere Entsprechung in Para-Shakti, der göttlichen Urkraft, im Menschen im Aurischen Ei, im Verklärungsleib. Adi „umhüllt den ganzen Körper und verklärt ihn“. Es umfaßt die Synthese aller Farben, dominant darin ist Blau.

Hingegeben in tiefster Kontemplation der Stimme der Stille fördert die hochgeistige Adi-Schwingung das Eingehen in das Bewußtsein des Atmischen Funken in uns und in das Atmische Bewußtsein des Alls.

ANUPADAKA, in Palitexten Opatika, „das elternlose, ohne Vater und Mutter aus sich selbst als eine Umwandlung geboren“, gilt als

die aus dem zweiten LOGOS hervorgehende Kraft, als „die erste Differentiation auf dem Plane des Daseins“, und wird mit der „Substanz“ in ihrer Unteilbarkeit in Beziehung gebracht. Nach Vehlow das negative Weltprinzip, dem er Saturn zuordnet. Er spricht von hochsaturnisch, damit wohl die höchste Oktave Saturns andeutend. Bei Becher ist es der Merkur.

Die Farbe ist gelb, die Form wie bei Adi unbekannt. Dem zweiten Ur-Tattwa wird die Welt der Göttlichen Monaden, der Urgeister, jenseits des geoffenbarten Universums, zugesprochen. Der Zustand der ihm entsprechenden Materie bezeichnet die Esoterik als „Geistige Essenz oder Geist“, auch „Ursprüngliches Wasser der Tiefe“. Von den hohen Kräften korrespondieren mit Anupadaka Gnani-Shakti, die Kraft der göttlichen Intelligenz.

Tattwa der Göttlichen Weisheit hat es Einfluß auf den Seligkeitsleib, auf Buddhi, dem zweithöchsten Grundteil, sowie auf die Zirbeldrüse. Ihm und Adi unterstehen die Kopfhakras.

In der Meditation, hingeeben den Schwingungen Anupadakas, seien die Gedanken gerichtet auf Güte, Liebe, Frieden, auf Glück und Hilfe allen Wesen. Geistig verbunden mit Adi und Anupadaka erlangt der Yoga-Mystiker Samadhi, wobei letztgenanntes mehr Dhyana, die Vorstufe davon, begünstigt. Adi hingegen führt zur höchsten für Menschen erreichbaren Bewußtwerdung.

Diese beiden höchsten Tattwas werden symbolisiert durch die

Mantrasilbe PAR.

AKASHA, auch Alaya genannt, wird der Kraft des Dritten LOGOS, „die schöpferische Kraft in dem bereits geoffenbarten Weltall“, zugeteilt. Der aus sich gebärende, sich selbst verschlingende Urstoff. In der Materialität verursacht es den „Äther des Raumes, oder Akasha in seiner dritten Differentiation“ sowie den „kritischen des Dampfes“. Seine Farben sind Indigo, fälschlicherweise meist als schwarz oder farblos geschildert. Seine Form stimmt wie bei den folgenden Tattwas mit jener der Tantriker überein.

Akash, dem buddhischen Daseinsplan zugeordnet, bedingt Mantra-Shakti oder Zauberkraft des Wortes. Mit ihm, dem Klangäther – „die Quintessenz aller Elemente, durch den das ‘kosmische Urwort’ in der Natur wirkt“ – arbeitet der Mantra-Yoga. Akash gehören zu das Ego, das Höhere Manas, der Kausal- oder Ursachenleib, als sichtbarer Körperteil der Kopf, vorzugsweise der Gehörsinn. Ferner unterstehen ihm die Nadis von Sushumna und die Wege der Mittelatmung.

Nach Johannes Vehlow kommt die niedere Saturnkraft zur Geltung; denn Akash ist das Tattwa jenes Lebens, „das Leiden bedeutet, das Tattwa des Karmas, der Verneinung und des Todes“. Für Brandler-Pracht das Tattwa des Schweigens, unter dessen Einfluß nichts unternommen werden soll. Dennoch unterstellen Becher und Vehlow die Venus der Akasha-Schwingung.

Abhold irdischen Belangen begünstigt Akash Betrachtung und Gebet. Ein Meditationstattwa ersten Ranges. In Stille und Schweigen ganz der höchsten Liebesmacht hingegeben, das Bewußtsein auf das Unsterbliche in uns gerichtet, versuche man die Ursache jeglichen Geschehens zu ergründen. Nur auf diese Weise wird es gelingen, auch die Schwingungen von Anupadaka und Adi zu erfassen. Fortschreitende innere Entwicklung verstärkt diesen Kontakt und entzieht zugleich dem niederen Einfluß der anderen Tattwas.

In der Regel sind nur die fünf von den Exoterikern vertretenen Tattwas im Menschen tätig, da sich die Menschheit erst in der 5. Wurzelrasse befindet und nur fünf Körpersinne analog den fünf unteren Tattwas entwickelt hat.

Der Widerspruch zwischen esoterischer und tantrischer Farbzuordnung erklärt sich aus der Betrachtungsweise des Beschauers, der die Tattwas zumeist nur im Astrallicht schwingend wahrnimmt. Dieses aber reflektiert die Farben verkehrt.

Die vier niederen Tattwas, ihre esoterische Bedeutung und die praktische Nutzenanwendung

Die in jedem Ding gegenwärtigen Tattwas sind „der zentrale Urimpuls, der jede Materie in schwingende Bewegung erhält“. Das einem Ding gemäßigste Tattwa überwiegt in der Schwingung. Bei allem Feurigen, Leuchtenden Tejas, bei allem Flüssigen, Wäßrigen Apas, und so fort.

Vaju

Repräsentant „der kreisenden, sphärischen Bewegung im All“, beherrscht es den luftigen Plan („wo die Substanz gasig ist“). Bei den Tantrikern kurz das Gas. Von den höheren Kräften untersteht ihm Kriya-Shakti, „die Kraft des selbstbewußten Gedankens“. Vor allem regiert es Raja-Gunas und beherrscht der Geheimlehre zufolge den Niederen Manas, den Mental- oder Gedankenleib, sowie die Körperzone zwischen Kehlkopf und Nabel. Es verstärkt den „Gefühlsorganismus der Haut“. Unter Vaju kommt namentlich die Mondatmung in Verbindung mit den Ida-Nadis zur Geltung.

Konzentration, Gedankenbeherrschung steht bei Nutzung der Vayu-Schwingung obenan. Die hohe Oktave verleiht scharfe Gedankenkraft, gutes Urteils- und Unterscheidungsvermögen, geistige Produktivität sowie Neigung zur Askese.

Der Vayu-Einfluß dient der Läuterung des Gedankenlebens. Er begünstigt – wie auch die Tantriker lehren – das Astralwandern. Das Flugattwa, wie es mitunter genannt wird, ist günstig für Levitationsversuche.

Tejas

Bei Blavatzky auch Tajjas, das Leuchtende, beeinflusst unsere Atmosphäre und jenen Zustand, den der Esoteriker Essenz der groben Materie nennt, und seltsamerweise dem Eisen zuspricht. Beim Tantriker der Zustand der Hitze.

Tejas beherrscht den Kama-Rupa, den Astralleib, ferner Arme

und Schultern, bis hinab zu den Lenden; schärft die Augen, den Sehsinn. Die höheren Kräfte, die tätigen Nadis und die Atmung sind wie bei Vayu, ebenso die Nutzenwendung seiner Schwingung.

Tejas steigert Positivität, Aktionsfähigkeit und Produktionskraft und begünstigt die Exteriosation der Empfindungen. Sein trennender Charakter hilft den Astralleib zu lockern, also bei Spaltungsversuchen.

Gut für Konzentration. Während der Meditation ist das Bewußtsein in den Astralleib zu versetzen, der seine Entsprechung in den Ida-Nadis hat. Der Eigenwille ist dem göttlichen Willen zu unterstellen. Bei richtiger Einstellung hilft dazu die höhere Oktave der Tejas-Schwingung.

Apas

„Wäßrige oder flüssige Substanz oder Kraft“, zeitigt es im materiellen Bereich jenen Zustand, den die Esoterik als „groben Äther oder flüssige Luft“ kennt. Apas entspricht der Ätherleib und der physische Körper von den Lenden bis zu den Knien, einschließlich Herz, Milz und Sonnengeflecht sowie Zunge und Gaumen; steigert somit das Geschmacksempfinden.

Unter seinem Einfluß stehen Ichcha-Shakti, die Kraft des sich vorwiegend im Astralen auswirkenden selbstbewußten Willens. Tätig in der Apas-Schwingung sind die Pingala-Nadis und der Sonnenatem.

Persönliche von Apas begünstigte Angelegenheiten müssen frei sein von Eigennutz und Disharmonie. Apas fördert Selbstschau und Selbstbeeinflussung. In der Meditation richte man sein Augenmerk auf Linga sharira, den Ätherleib, auf das uns von der Sonne zuströmende Prana und auf die Pingala-Nadis, in denen es kreist. Sodann in tiefer Versenkung trachte man das Leben als Emanation der Gottheit zu erkennen.

Prithvi

die „feste erdige Substanz, der irdische Geist oder die Kraft, das niederste von allem“ steht mit Kundalini-Shakti im Einklang.

Prithvi beeinflusst vornehmlich den physischen Körper, besonders vom Knie abwärts, und die Nase; stärkt somit den Geruchssinn. Die tätigen Nadis sind wie bei Apas. Gleich diesen begünstigt es – „Tattwa der Lebensbejahung und Lebensfreude“ – weltliche Angelegenheiten, die jedoch nie in zügelloser Lebensgier ausarten dürfen.

Während der Prithvi-Periode wird empfohlen, die Tätigkeit der fünf Sinne zu beobachten, um den Körper als Werkzeug von Tamas-Guna zu erkennen, das überwunden werden muß. Von der Erkenntnis ausgehend, daß wir nicht der grobstoffliche Leib sind, sondern dieser nur Instrument, das sich unserem Willen fügen muß. Körperbeherrschung steht unter Prithvi-Schwingung obenan. –

Gleich den exoterisch-tantrischen Tattwa-Praktikern ist auch der

Esoteriker bemüht, die in ihm schwingenden Tattwas für seine Zwecke zu aktivieren, sich ganz mit ihrem Wesen zu erfüllen. Er jedoch bezieht als erste Adi und Anupadaka mit ein, darauf er sich immer zu Beginn seiner Tattwa-Exerzitien konzentriert.

In dieser Einstellung vollzieht er seine Meditationspraktiken. Schweigend lauscht er in sich hinein, in der Stille auf Antwort wartend; auf Antwort, die einer anderen Sprache angehört als Menschen sie sprechen. Es ist die verborgene Sprache unseres Wesens. Sie läßt uns das „Ding an sich“ in allen Schöpfungsvorgängen in Natur und Übernatur erahnen.

Eine große Hilfe dabei erwächst uns in der Mantramistik. Stets seien sich die Mantriker bewußt, daß die Buchstaben als „vokalische Töne“ in enger Beziehung zu den Tattwas stehen; und da das Weltall auf den Tattwas aufgebaut ist“, folgert sich daraus, welche Macht „durch vokalische Töne ausgeübt werden kann“.

Stufen der Vorbereitung

Vorbereitung und Weg in theosophischer Sicht

Der Theosoph Christoper Trent droht mit Krankheit und Tod, sofern jemand die Chakras zu beleben versucht mittels Yoga, Atemübungen oder Meditation solange er noch „Fleisch isst, raucht, trinkt und unreine Gedanken hegt“, denn ohne Reinheit des Körpers und des Herzens erschließt sich niemandem „das größte Rätsel im Weltall“.

Ab sofort sind nachfolgende Regeln zu verwirklichen:

Reinigung des Körpers von Genußgiften. Alkohol schädigt die Thymusdrüse, Rauchen die Schilddrüse. Nachteilig für die mit ihnen verbundenen Chakras. Fleisch verunreinigt den ganzen Körper. Umstellung auf rein pflanzliche Ernährung lautet das Gebot. Rohes Gemüse, sonnengereifte Früchte, viel Nüsse. – Ausreichender, geregelter Schlaf, gezügeltes Gedankenleben, veredelt durch das Studium guter geistiger Schriften. – Streng gezügelter Sexus.

Forderungen, die volle Berechtigung haben. Mit einer Einschränkung allerdings: Nichts überstürzen! Zeitlassen, ohne das erstrebte Ziel aus dem Auge zu verlieren. Völlige Askese von heute auf morgen, wie oft gefordert, ist abwegig und nicht ungefährlich. Gewiß ist Enthaltbarkeit in allen Punkten anzustreben; nicht zuletzt in den sexuellen Belangen.

Wichtig sind Transmutationsübungen. Allein die Umwandlung der Geschlechts- in Geisteskraft setzt ein gut entwickeltes Vorstellungsvermögen voraus, um mit Hilfe der geschulten Imagination der Samenflüssigkeit die sinnlich erregende Energie zu entziehen und sie dem Gehirn, dem Nervensystem oder bestimmten Chakras zuzuführen. Wobei der Schilddrüse eine wesentliche Rolle zukommt; denn sie ist substanzieller Träger der durch das 'Wort' erzeugten „inneren Strömung“. Ihre Sekretionssensenz, gespeist von der reabsorbierten Samenenergie, geht ins Blut. So wird der Körper empfänglich für die durch Mantras erzeugten Schwingungen. Mit diesem Sublimationsprozeß, der Umformung des Eros in Logosenergie, bildet sich im Körper – verstärkt durch Mantra-Übungen – ein Kraftfeld, ansteigend von den Geschlechtsdrüsen zu allen innersekretorischen Drüsen, einschließlich Epiphyse und Hypophyse und dem sympathischen Nervenplexus. *)

Vorerst aber müssen die Bedingungen der Vorbereitungsstufe erfüllt sein, auch der biologischen. Hauptaugenmerk gilt daher der Atempflege. Ausdrücklich aber vermerkt unser Gewährsmann: „Atemübungen ohne vorherige Reinigung des Körpers sind gefährlich“.

*) *Transmutationspraktiken in: Magische Einweihung.*

Womit er nicht unrecht hat, sofern er die Yoga-Atmung damit meint. Man beschränke sich daher vorerst auf die natürliche Art der Atmung, auf den Vollatem, ehe man die empfohlenen Übungen durchführt.

Als erstes – so die Vorschrift – bei geschlossenen Augen, kerzengeradem Sitz, Handinnenflächen auf den Knien (Ägyptischer Sitz), tief durch den Mund ausatmen und, solange dies mühelos geht, leer bleiben, ehe man die Luft durch die Nase einzieht. Diese ebenfalls solange wie möglich anhalten. Konzentriert, mit unbeweglichem Körper, ist die Übung fünf, zehn und schließlich fünfzehn Minuten zu wiederholen. Bereits nach vierzehn Tagen, so wird versichert, ziehen Ruhe und Frieden in den Übenden ein. Er wächst spirituell weit über den Durchschnittsmenschen hinaus.

Eine gute Übung, nur zu früh gegeben. Kaum dürfte sich das spirituelle Wachstum so schnell entwickeln. Also lieber von Grund auf mit dem Vollatem beginnen, dieser idealen Synthese von Hoch- (Brust), Mittel- (Flanken) und Tiefatmung (Zwerchfell), die ihre Vollendung im dynamischen Vollatem findet. Als geistiger Kraftatem befähigt er zur Aufnahme pranischer Lebensessenz, die durch entsprechende geistige Einstellung den Organen, somit auch den Chakras, zugeführt wird.

Vorbereitung und Weg in der esoterischen Sicht Dr. Rudolf Steiners

Instruktive Hinweise über Chakra-Entwicklung gibt der Anthroposoph Dr. Rudolf Steiner. Die Chakras – „Sinnesorgane der Seele“ – dunkel und noch wenig in Bewegung beim unentwickelten Menschen, hellen sich auf, werden in den Farben intensiver, lebhafter in der Drehung, sobald auf sie entsprechend eingewirkt wird.

Besonders ist darauf zu achten, was Vishudha in der Entwicklung fördert oder beeinträchtigt. Acht ausschlaggebende Punkte umreißen das Verhalten im Hinblick auf Seelenvorgänge, die das äußere Tun regeln.

1. Sorgfältig ist auf alle in uns auftauchenden oder von außen kommenden Vorstellungen zu achten. Allem liegt eine Bedeutung zugrunde, deren Sinn sich uns offenbaren soll. Unrichtige Vorstellungen müssen als solche erkannt und schonungslos aus unserem Gedanken- und Gefühlsleben getilgt werden.

2. Damit eng verbunden ist die Beobachtung unserer Handlungsweisen. Was immer wir tun, von jetzt ab steht jeder Gedanke, jedes Tun unter strenger Kontrolle. Nur wohlerrungene Gründe gelten. Gedankenloses Handeln ist zu verwerfen.

3. Reden um des Redens willen hat zu unterbleiben. Selbst was Sinn und Bedeutung hat, nur dann, wenn wirklich vonnöten. Stets hat Schweigen den Vorzug. Wo erforderlich, ist jedem mit voller

Überlegung Rede und Antwort zu stehen.

4. Das Tun ist so einzurichten, „daß es sich harmonisch eingliedert in seine Umgebung, in seine Lebenslage usw.“ Jederzeit erwägen, wie man reagieren soll, selbst wenn man unvermutet zu „irgend einer Handlung von außen gezwungen wird“.

5. Natur- und geistgemäße Lebensweise. In die Arbeit den Sinn des Lebens legen. Nirgendwo die Harmonie stören.

6. Hohe Zielsetzung, wie sie einem geistigen Menschen entspricht, ohne dabei den Bogen zu überspannen. Weise Nutzung der Kräfte. Auch solchen Aufgaben ein Augenmerk schenken, die den Rahmen des Alltäglichen sprengen.

7. Lernen, lernen – und nochmals vom Leben lernen! Keiner Erfahrung wehleidig aus dem Wege gehen. Aus jeder lernen und danach folgerichtig handeln.

8. Jeden Tag: Selbstschau, Selbstgericht! Daraus Sinn und Zweck des eigenen Lebens aus seinem bisherigen Verlauf erkennen. Überprüfen, inwieweit Vorsätze, Pläne, Zielsetzungen verwirklicht, Pflichten erfüllt wurden – oder nicht. –

Je genauer die Forderungen dieses Achtpunkteprogramms erfüllt werden, desto besser; umso schneller entwickelt sich der sechszehnblättrige Lotus, damit zugleich – verspricht Steiner – die Hellsicht.

Doch nicht genug damit, noch mehr an Selbstdisziplin wird

verlangt. Scharf sind Gedankenabläufe zu beobachten und zu steuern. Der Unlogik ist der Kampf anzusagen, nicht minder der Unduldsamkeit. Toleranz in jeder Beziehung! Die Meinung anderer anhören, sie verstehen lernen! Was aber nicht heißen soll, diese auf jeden Fall zu billigen. Nur abfälliges Urteil schalte aus.

Kampf der Zweifelsucht! Felsenfestes Vertrauen, Gleichmut in allen Lebenslagen. Niemals dürfen Hindernisse, auch nicht Schicksalsschläge, den Lebensweg beeinträchtigen.

Nicht leicht zu erfüllende Bedingungen, aber für die Entwicklung der Chakras äußerst wichtig. Besonders für das Herzchakra. Unbeständigkeit im Handeln beeinträchtigen es; Stetigkeit, Geduld und Ausdauer kommen seiner Funktion zugute. Weil das Herzchakra im Mittelpunkt von Strömungen, die zu verschiedenen Ätherwirbeln laufen, wird seiner Ausbildung besonderer Wert beigemessen. Erfassen der Wirklichkeit fördert die Tätigkeit von Manipura. Das Stirnchakra, endgültig erweckt, verbindet das Höhere Selbst mit „übergeordneten Wesenheiten“.

In einem späteren Zeitpunkt im Verlaufe der Schulung wird durch Konzentrations- und Meditationsübungen zuerst ein Mittelpunkt im Kopf, dann im Kehlkopf, nachfolgend im Herzen gebildet. Das „innere Wort“ wird erweckt. Wer es vernimmt, erhält Kunde vom innersten Wesen der Dinge.

Zumeist aber werden diese Richtlinien nur zum geringsten Teil

erfüllt. Es wird weiter gelebt wie bisher. Dadurch kehrt sich das Erstrebte ins Gegenteil. Seelenwärme erstarrt zu Seelenkälte; Laster, vordem kaum bemerkbar, machen sich plötzlich geltend. Eitelkeit, Hochmut, Eigensinn, Neid, Besitzgier, Herrschsucht vergiften die Persönlichkeit. Vorzugsweise vor der Lüge und ihren Schwestern warnt Steiner: „Lügenhaftigkeit, Falschheit, Unredlichkeit sind zerstörende Kräfte... Wer Unwahres denkt oder redet, tötet etwas in dem Keim der sechszehnblättrigen Lotosblume“.

Chakraerweckung ohne Verantwortungsbewußtsein, ohne Selbstdisziplin, führt in die Irre. Das halte sich der Mantriker stets vor Augen! Unsachgemäß erweckte Chakras – Folge falscher Lebensweise, falschen Verhaltens – werden zu Zerrbildern. Zerrbilder sind dann das Ergebnis okkulter Betätigung- Hellseher schauen Irreführendes. Disharmonische Chakra-Erweckung hat abwegige Vorstellungen zur Folge. Ein solcher Mensch verrennt sich in Illusionen, wird haltlos und nicht selten Opfer tragischer Verirrungen.

Chakra-Erweckung durch Atmung, Mantras und Runenkraft

Aus der Reihe der Pranayams seien in erster Linie zwei genannt: Die Sonnen-Prana-Übung, deren Zweck der Name verrät, führt dem Körper Sonnenkraft zu. Den Handchakras fällt die bedeutsame Aufgabe zu, Sonnenenergie anzusaugen und dem Körper zuzuleiten.

Komplizierter schon die Übung der 108 Atemzüge, bekannt als Tala-Yukta-Praktik. Ein ausgezeichnetes Atemexerzitium zur Belebung der Chakras. An es sollte man sich erst wagen, wenn es keine Schwierigkeiten mehr bereitet, sich auf bestimmte Körperzonen zu konzentrieren, den Atem dahin zu lenken und die Mantraworte zu denken.

Die Übung umfaßt die sieben Hauptchakras. Begonnen wird in der Steißbeingegend (Sitz von Muladhara). Dorthin wird der Atem gelenkt und gleichzeitig die Mantrasilbe LAM gedacht. Insgesamt acht Atemzüge. Übergehend zur Kreuzbeingegend (Swadhistana) mit der Silbe VAMM und zehnmalige Aus- und Einatmung, die im Folgenden beibehalten wird. Sodann das Rückgrat hinauf gegenüber der Nabelgegend (Manipura), mit RAMM, gegenüber der Herzgegend (Anahata) mit YAMM (auch PAMM); darauf im Nacken (beide Halschakras) HAMM hineindenken und in den Kopf (Stirn- und Scheitelchakra) OMM. An der Vorderseite des Körpers abwärts, Hals, Herzgegend usf. den Kreis schließend. Jedesmal zehn Aus- und Einatemzüge, die mantrische Silbe konzentriert in die betreffende Stelle hineindenken.

Hochziel ist, in der Meditation „mit dem hl. Einen in uns in Berührung zu kommen“, mit dem „himmlischen Vater“, dessen Söhne wir alle sind, der stets „gegenwärtig ist, uns von dieser Welt der Illusion zu erlösen“. Alle Gedanken in kontemplativer

Versenkung gipfeln in der Bitte um spirituelle Erleuchtung.

Die tägliche Weihestunde muß zur Gewohnheit werden. Geist und Gemüt sind auf die innere Führung zu richten. Eines Tages – so die Verheißung – wird „das heilige Feuer in der heiligen Kammer deines Körpers seine warmen Strahlen das Rückgrat aufwärts senden und deinen Bewußtseinszustand erleuchten und verborgene Kräfte dir erschließen. Mit seinem Erfassen entfalten sich dir des Universums Geheimnisse... Es ist der Weg zu jenem Frieden, der über alles Verstehen geht“. Auf dieser hohen Stufe der Entwicklung wird strengste Enthaltensamkeit in jeder Hinsicht gefordert. Die Gedanken müssen gereinigt sein, jedes Gefühl der Leidenschaft hat zu schweigen; „denn die schöpferische Flüssigkeit soll umgewandelt werden. Bewahrt schafft sie ein gewisses Wärmegefühl und im Aufstieg wirkt sie auf die ätherischen Gegenspieler der heiligen Drüsen, auf die Chakras“. Dem Vollendeten verheißt man die Vollbringung von Taten, die dem Durchschnittsmenschen wie Wunder erscheinen. Übel heilt er und Wesen des Weltalls verkehren mit ihm. –

Doch kehren wir wieder zum Ausgangspunkt des Höhenweges zurück. Einen „magischen Geheimschlüssel zur Erweckung der Chakras“ verheißt Gregor A. Gregorius in einer kleinen, bemerkenswerten Schrift. Die Praktik wurzelt in der Vokalatmung verbunden mit Händeauflegen auf chakra-bezügliche Körperstellen

und Singen von Vokalen mit bestimmten Vorstellungen.

Ein Beispiel: Zur Erweckung des Willenschakra. Die linke Hand ruht auf der Stirn, die rechte auf der Magengegend. Siebenmal singen den Vokal I, neunmal den Vokal O und sechsmal I O. Gekonnte Tiefatmung ist Voraussetzung. –

Die Konzentration ist gerichtet auf die geistige Kraft im Gehirn, die hinab zu Manipura gelenkt wird.

In der zweiten Übungsphase liegt die rechte Hand auf der weiter an der Stirn verbleibenden linken Hand. – Siebenmal jetzt I, sechzehnmal E und dreiundzwanzigmal I E, mit der Vorstellung, die Kräfte des Hirns strömen in die Handchakras.

In der dritten Phase rechte Hand auf den Sexus, linke Hand verbleibt weiter auf der Stirngegend. Siebenmal I, fünfmal U und zwölfmal I U. Mit dem festen Bestreben, die geistigen Kräfte des Hirns abwärts in das Wurzelchakra zu leiten, um dieses sinnvoll zu beherrschen.

Abschließend zwölfmalige Vokalfolge I O E U. –

Ähnlich ermöglichen andere Übungsgruppen die Entwicklung der Chakras sinnentsprechend zu steuern. Erfolgsaussichten sind: Geistige, seelische und körperliche Harmonie. Minderung der sexuellen Triebhaftigkeit. Gesteigerte Inspiration und Intuition. Beglückende Allverbundenheit, und vieles mehr. –

In hohem Maße beeinflussen Laut und Ton die Chakras. Dies

lehrte in der ersten Hälfte unseres Jahrhunderts der deutsche Mantrapraktiker Peryt Shou, dem es in seinen zahlreichen Schriften vorzugsweise um die Aktivierung des aurischen Schwingungsfeldes und um die Infunktionssetzung der Chakras durch angewandte Logistik ging. Die verschiedenen mantrischen Motive in Verbindung mit entsprechenden Gesten aktivieren die Schwingungszonen der Aura. Neben den Hauptchakras nehmen die anderswo zumeist vernachlässigten, für den Entwicklungsprozeß aber bedeutungsvollen Hand-, Knie- und Fußchakras breiten Raum ein.

Ebenfalls ausgezeichnete Möglichkeiten einer Chakrabeeinflussung bietet der Runen-Yoga. Im Ganzen betrachtet ist die Runenpraxis ein Zweig der Mantramistik, und zwar ein sehr wesentlicher. Wichtige mantrischen Posen erweisen sich, wie wir sehen werden, unverkennbar als Runenstellungen.

Chakra-Erweckung durch Buchstabendenken

Eine empfindliche Lücke bliebe, ließen wir die Buchstabenmystik außer acht. Alle jene Übungen zur Erlangung der geistigen Wiedergeburt im Sinne von Altmeister I.E.Kerning, von Karl Weinfurter, Dr. Alfred Strauß und Rudolf von Sebottendorf.

Hier geht es hauptsächlich um die bekannten Fingerhaltungen, ähnlich östlichen Mudras, nur weniger kompliziert. Der hochgestreckte Zeigefinger bei gefausteter Rechten stellt das I dar, der rechtwinkelig zur flachen Hand gespreizte Daumen das A,

Daumen und Zeigefinger zum Kreis geschlossen das O. Gleichzeitig ist in die so geformte Hand der dargestellte Buchstabe zu denken. Die „Ätherialisierung der Hand“; erstrebtes Ziel: Weckung des Handchakras.

Bekannt – in Mystik und esoterischer Maurerei – sind die Griffe. Sie wirken unmittelbar auf die Chakras ein. Beim Halsgriff – die gewinkelte Rechte am Hals – berühren sich Hand- und Halschakra; beim Brustgriff – Hand seitwärts auf der Brust, nahe der Schulter – ruht diese auf Anahata, und beim Bauchgriff, dem Meistergriff, auf der Magengegend, auf Manipuraka.

Weinfurter allerdings empfiehlt mit dem Denken der Buchstaben in den Füßen zu beginnen und langsam aufwärts zu üben. Zunächst also Erweckung der Fußchakras durch die Kraft des gedachten Vokals. Dann folgen die Kniechakras, und so fort.

Das Übungssystem der achtzehn Futhorkrunen vermittelt außer der für jede Rune typische Körperhaltung besondere Hand- und Fingergesten. Die Runenmudras, die die oben besprochenen Fingerhaltungen mit einschließen, lassen sich in die Buchstabenpraxis der Mystiker ebenso gut einfügen wie in die Mantramistik.

Über die Erweckung der Kundalini kraft

Sieben konzentrische ineinandergelagerte Hohlkugeln aus Äther- und Astralmaterie bergen, laut esoterischer Darstellung, die

Kundalini, das Schlangenfeuer, teils „im Hohlraum des Wurzelchakras“, teils innerhalb des Hohlraumes der Zellen des Rückgrates, teils rund um diese geordnet. Zumeist nur in der äußersten Kugelschale tätig.

Die Nervenstränge durchflutet ein Fluidum, eine dem Wurzelchakra entstammende Teilmanifestation der Kundalini. Außerdem strömt das verhältnismäßig noch „harmlose Feuer der äußeren Hüllen“ der peripheren Schalen die Wirbelsäule entlang, empor durch die drei mystischen Kanäle, den Nadis: Ida, der weibliche Aspekt, Pingala, der männliche, Sushumna die zentrale Energie.

Steigt Kundalini, verbunden mit einem mehr oder weniger spürbaren Wärmeempfinden, hoch, so strömt die Schlangenkraft vom Wurzelzentrum von Chakra zu Chakra, die sich auf ihren ätherischen Stengeln wie Blumenkelche aufrichten. Ein mit eigenartigen Empfindungen begleiteter Vorgang. Im Hals beispielsweise – eine für den Kundalini-Aufstieg bedeutsame Stelle – tritt Atemnot auf.

Nur langsam, mit Bedacht, darf Kundalini hochgeführt werden bis zu Sahasrara, dem höchsten der Chakras, wo dann „die Seligkeit der Vereinigung mit ihrem Herrn Paramashiva“ empfunden wird. Ebenso langsam und harmonisch muß das heilige Feuer wieder zurückebben zu seinem Ausgangspunkt, zu Muladhara.

Aber nur wer Meister geworden ist in der Beherrschung seines Körpers, seiner Leidenschaften, darf diese sicherlich nicht leicht durchführbare Praxis ausführen. Meister muß er sein im Bereiche seines Gefühls- und Gedankenlebens. Vergeistigter Vollatem, Konzentration, Meditation dürfen ihm keine Schwierigkeiten mehr bereiten. Die Kunst der Imagination muß ihm in vollstem Maße eigen sein. Wie sollte er sich sonst auf den Ätherleib konzentrieren und verspüren, wie dieser den materiellen Leib erwärmend durchflutet.

Weitere Vorschriften lauten:

In der bildhaften Vorstellung schwebt über der Stirne eine wunderbar strahlende Sonne. Die Gedanken sind zu richten auf die heiligen Silben AUM oder MA.

Sodann Konzentration auf die Steiß- und Kreuzbeingegend und den zwischen After und Geschlechtsorgan befindlichen Damm bis eine merkbare Strömung auftritt.

Nunmehr wendet sich die Aufmerksamkeit ausschließlich dem Wurzelchakra zu, das man sich als immer schneller kreisendes Rad von dunklem Rot vorzustellen hat, übergehend dann in intensives Blau. Verbunden mit zunehmender Erhitzung des Unterleibes.

Zuletzt, das Schwerste: Durch einen Willensakt ist das in Bewegung geratene Schlangengeheiß durch die Nadis den Chakras zuzuleiten. Anfangs werden die mystischen Kanäle fadendünn gedacht, allmählich stärker werdend, bis Bleistiftstärke.

Die Schlangenkraft, über Nacken und Hals gestiegen, teilt sich in zwei Ströme, der eine zum Scheitelpunkt strebend, der andere abwärts fließend zur Steißbeingegend.

Nach einiger Zeit des Auf- und Abflutens der erwachten Kundalini kraft ist das Schlangengefeuer langsam wieder zum Ausgangspunkt zurück zu leiten.

Überflüssig zu bemerken, einem solchen tiefgreifenden Exerziti um hat eine lange Vorbereitungszeit vorauszugehen, die für den routinierten Kö nner auf neun bis zwölf Tage bemessen wird. Innerhalb dieses Zeitraumes hat er in jeder Hinsicht strengstens Maß zu halten. Keinerlei Genußgifte, kein Fleisch, vollste sexuelle Abstinenz. Aber der wahre Kö nner ist über diese Anfechtungen sowieso längst hinaus. Körper, Aura, Kultraum sind gründlich zu reinigen.

Beste Zeit: Stunden der Dämmerung oder Stille der Nacht. Als Körperhaltung genießt der Buddhasitz den Vorzug, und zwar bei leicht geneigtem Kopf, Hände an die Stirne. Die drei mittleren Finger berühren sich an der Stirnmitte, die Kleinfinger an der Nasenwurzel. Die Daumen verschließen die Ohren. – Auch im Liegen darf die Kundalini praktik vorgenommen werden.

Einzuleiten ist sie durch den rhythmischen Atem bei vollster körperlichen Entspannung. Körper und Atmung dürfen nicht mehr empfunden werden. „Es“ muß von selber atmen... in Ruhe... Stille...

Schweigen...

Kundalini-Atmung:

Sitz, gerader Rücken. So langsam wie möglich bei ganz kleiner Mundöffnung die kalte Luft einziehen, als spräche man eine tiefe O-Reihe; mit der Vorstellung: das Rückenmark sei eine hohle Säule, durch die vom Steißbein aus das kalte Prana entlang den sieben chakrabezüglichen Zentren aufwärts bis zum Kopfe, bis zwischen die Augenbrauen strömt.

Atem kurz anhalten. – Ganz langsam auf zischendem Hlaut ausatmen. Mund ritzenförmig, Zunge nach oben gewölbt.

Dabei vorstellen, wie das heiße Prana von der Gehirnmittle aus entlang des verlängerten Rückenmarkes hinabströmt – Chakra für Chakra berührend – bis zum Steißbein.

Chakras und Kundalini in der Traumsymbolik

Auf dem mystischen Pfad offenbart sich dem Strebenden eine Traumsprache, wie sie Karl Weinfurter in seiner Schrift: „Die mystische Fibel“ aufgezeigt hat. Diese Traumsymbolik berät, warnt und zeigt die Stadien des geistigen Entwicklungsprozesses. Da die Mantramistik eng verbunden ist mit der Erweckung der Chakras und dem Erwachen der Kundalini, sind diese Traumsymbole auch für den Mantriker von Bedeutung.

Die Fichte, als Lebensbaum gewertet, steht als Symbol für die sieben Hauptchakras. Astknorren, vorzugsweise wenn sieben an der

Zahl, symbolisieren ein gleiches. Ebenso ein siebenarmiger Leuchter.

Nest und Laube sind Hinweise auf das Herzchakra.

Blüten, besonders sich erschließende Blütenkelche, zeigen an, daß die mystischen Lotusse harmonisch erblühen. Welkende Blüten dagegen sind Warnzeichen. Ebenso ein Leuchter mit schlecht brennenden, verlöschenden oder gar erloschenen Lichtern. Bei Traumsymbolen dieser Art ist gründliche Gewissenserforschung am Platze.

Der Aufstieg von Kundalini kündigt sich im Wachen an durch Wärme- und Hitzeempfinden. Bisweilen werden seltsame Geräusche vernehmbar, gleich Schwärmen von Bienen oder Grillengezirpe. Wahrnehmungen, die aber ebensogut sich im Traum einstellen können. Ein Bienenschwarm wird geschaut oder Grillen werden sichtbar. Hinweise auf die in Bewegung geratene Schlangenkraft. Ihren plötzlichen Aufstieg zeigt ein jäher Blitzstrahl an, wobei zu beachten ist, ob er nicht verheerende Folgen hinterläßt.

Schlangenträume, vielfältig in der Deutung, können sich auch auf Kundalini beziehen. Hier ist sorgfältig zu beachten, wie sich die Schlangen gebärden, gutmütig oder gefahrdrohend. Daraus wiederum auf die Art des Kundalini-Aufstieges geschlossen werden kann.

Eine Uräusschlange – ägyptische Eingeweichte trugen sie an der

Stirn – dürfte nur in den allerseltensten Fällen im Traume erscheinen.
Ersehntes Zeichen, daß die Kundalini kraft in ihrem harmonischen
Aufstieg Sahasrara erreicht hat. *)

**) Siehe darüber auch in: Magische Einweihung.*

DIE PRAXIS

Vokalatmung

Die Vokalgebärden-Atmung

Verfrüht wäre es, wie vielerorts der Fall, sogleich mit der eigentlichen Mantratechnik zu beginnen oder mit den chakra-erweckenden und tattwa-beeinflussenden Atempraktiken. Am Ausgangspunkt stehe das Natürlichnaheliegende, das Realphysiologische, wie es von aufgeschlossenen Ärzten jahrzehntelang erprobt wurde.

Bahnbrechend auf dem Gebiet des „tonschwingenden Atems“ – beste Auswertung des Vollatems – war zu Anfang unseres Jahrhunderts B.M. Leser-Lasario.

Sein auf praktische Forschungsergebnisse fußendes System erfüllt die genannten Forderungen. Über 25 Jahre experimentierte er erfolgreich mit sich und anderen. An schweren Verwachsungen leidend, heilte er sich durch die von ihm entdeckte und weiter entwickelte Vokalgebärdenatmung.

Ausgehend vom Körperlichen, Biologischen, führt die Vokaltiefatmung geradewegs zur Mantramistik, die zwar Leser-Lasario nicht gelehrt hat. Sein System verblieb innerhalb der von der Medizin kontrollierbaren Bereichen. Sicherlich aber hätte er über die Mantratechnik einiges zu sagen gewußt. Worte, wie diese, lassen es

ahnen: „Wer aber nach Erkenntnis und Selbsterleben zu höheren geistigen Regionen strebt, der findet von meinem System aus leicht den Einstieg zur Mantramistik... ohne den festen Boden der Wirklichkeit zu verlieren“.

Vokalatmung setzt Beherrschung der Atemtechnik voraus; gipfelnd im Vollatem (Zwerchfell-, Bauch-, Flanken-, Brustatem) verbunden mit richtiger Wiedergabe der Vokale und Konsonanten; also einwandfreier Stimmsitz, Fundament jeder Form von Mantramistik.

1. Die vier Übungsstadien der Vokaltiefatmung (nach Leser-Lasario)

Voraussetzung: Wie bei allen Atempraktiken körperlich gut gelockert, Stimmapparat bestens entspannt. Nirgends Krampfhaftes!

1. Phase: Einatmen durch die Nase; so leicht als röche man an einer Blume.

Hinzu kommt – das Wesentliche an Leser-Lasarios System – „die Willens- und Empfindungskonzentration auf der gedachten und vorgestellten Vokalgebärde“, d.h. in der Einatmungsphase wird an einen bestimmten Vokal gedacht bei entsprechender „Vokalgebärde“; mit heiterem, ernstem oder neutralem Gesichtsausdruck.

2. Phase: Atem anhalten. Je nach Vermögen ein bis drei Sekunden.

3. Phase: Ausatmen „blasend, hauchend, summend, dehnend, sprechend oder singend“ auf Vokale, Konsonanten oder Formeln.

Das Wichtigste: Jeder Vokal stellt einen charakteristischen Typ dar, der eine besondere Körperzone anspricht und deren Wohlbefinden günstig beeinflusst.

Sein Leben lang erforschte Leser-Lasario die Grundtypen der Vokalgebärdenatmung am eigenen Leibe und befreite sich dadurch von einem schweren Halsübel. Im Verein mit forschungsfreudigen Ärzten erprobte er die Vokaltypatmung an Gesunden und Kranken.

2. Die Haupttypen der Vokalatmung

I

Der Vokaltyp I erfordert sehr breite Lippenstellung und freudige Gesichtsgebärde. Zungenspitze gegen die unteren Schneidezähne pressen.

Körperzone ist der Kopf, im besonderen Schädelknochen, Hypophyse, Epiphyse und das Atemzentrum.

Das Spannungsfeld umfaßt Schädeldach, Nasenhöhle, Gaumen.

Der Vokal I erzeugt die stärksten Schwingungen im Kopfbereich, was die flach auf den Scheitel gelegte Hand verspürt.

Der I-Typ löst die kürzesten und raschendsten Wellen aus und hat

Höhenwirkung. Schon die heitere Lippengebärde lindert, wie jeder erproben kann, Kopfschmerzen, Kongestionen, Ohrensausen, Nasen- und Rachenbeschwerden bei Erkältung. Günstig wird auch das Herz beeinflusst.

Bedeutsam ferner ist die I-Schwingung für den Gemütszustand. Nachhaltig beeinflusst sie das im Kopf befindliche Atemzentrum. Dort wo das Rückenmark aus den Halswirbeln austritt, eine wichtige Schaltstelle, an der das Blut vorüberfließt. Von hier aus empfangen Atemnerven und Atemmuskeln ihre Befehle. Bei allen Emotionen, freudiger oder leidvoller Gemütsverfassung, fördernde oder hemmende Impulse, gefährliche Aggressionen, hat stets das Atemzentrum daran teil.

E

Heiterer Gesichtsausdruck; lächelnde, breite Mundstellung. Zunge an die unteren Schneidezähne.

Auf langer E-Kette üben (z.B. Leeeeeee ben).

Hauptwirkungszone ist der Hals; Kehlkopf, Stimmbänder und die so wichtige, das Temperament beherrschende Schilddrüse. Sie entscheidet, wie wir reagieren, ob lebhaft oder gemächlich bedacht, unbeherrscht oder überlegt, redselig oder wortkarg, geistig rege oder träge. Die E-Typatmung normalisiert die Tätigkeit der Schilddrüse.

Der E-Typ erzeugt – deutlich fühlbar am Hals – ein Spannungsgefühl am Zungengrund in Kehlkopfnöhe, er erhöht die

Blutzirkulation in Drüsen, Schleimhäuten und Stimmbändern, kräftigt vorzugsweise die Stimme und löst durch Innervibrationsmassage Ablagerungen und Schlacken. Da Stimme und Sexualität sich innig bedingen, gewinnt dadurch auch die Potenz.

Günstige Wirkung bei Schnupfen, Heiserkeit, Rachenkatarrh, Verkrampfung der Speiseröhre, Mandelentzündung, Basedow.

A

Neutraler Gesichtsausdruck. Zunge an die unteren Schneidezähne pressen. Bei der Aussprache Mund weit aufmachen! Der A-Typ spricht besonders im oberen Brustraum an.

Er belebt die für das Wachstum zuständige Thymusdrüse und die Lungenspitzen. Die kontrollierenden Finger auf dem Schlüsselbein (Lungenspitzen) zeigen, ob das Resonanzfeld der A-Typ-Schwingung genügend aktiviert ist –

Das Spannungsfeld wird in der Brustgegend oberhalb des Epigastriums empfunden. Die in der Brust, vorwiegend in den oberen Lungen erzeugten Vibrationen „durchlüften und vergeistigen“ und steigern das Atemvermögen. Der aus der Fülle der Brust quellende Kraftlaut A erhöht das Lebensgefühl, gibt Vitalität und Tatkraft und befreit von seelischen Komplexen.

O

Ernster Gesichtsausdruck. Mund klein, hart, Lippen rund und gespannt.

O, der Vokal des konventionellen Bedauerns beherrscht die Herzzone, die untere Brust- und Zwerchfellgegend, Inbegriffen Bauchspeicheldrüse.

Das Spannungsfeld liegt in der Oberbauchgegend.

Der O-Vokal-Typ schwingt durch die Halsmuskeln. Deutlich wahrnehmbare Schwingung im Zwerchfell und in der Herzgegend, die besonders davon angeregt wird. Erhöhtes Spannungsgefühl um den Herzmuskel. Herzleidende Vorsicht! Ohne Forcierung üben.

O ist eine Verdichtung von A, nur ist das Fließen beschränkter. Es ist gewissermaßen der Zentralvokal.

U

Tiefenste Gesichtsgebärde. Mund klein, rund, etwas rüsselartig (Rüsselmund), Zungenspitze weg von den unteren Schneidezähnen.

Die Schwingungszone des U-Vokals liegt hauptsächlich unterhalb des Zwerchfells.

Das Spannungsempfinden umfaßt den Unterleib und seine Organe. Hilft bei Stuhlträgheit und Darmerschaffung. Der Verdauungsvokal U beeinflusst die Zusammenziehung des Leibes. Er versinnbildlicht „die vollendete Verdichtung der Materie“.

Dr. Ch. Frey, auf den heilenden Einfluß der Töne 1935 in den Kneippblättern hinweisend, empfiehlt bei Neigung zu Herzkrämpfen (angina pectoris) täglich zweimal drei bis fünf Minuten leise summend auf U auszuatmen. Astrologen mögen sagen, einem

saturnischen Übel wird mit saturnischen Kräften entgegengewirkt.

IE-A

gelten als Lebensdreiklang, als Freudevokale, als Jubellaute. Sie erleichtern und befreien das Gemüt.

A+U

verstärken (über die anderen Vokaltypen hinaus) die Durchblutung. Wichtig hierbei ist es, die Vokalvorstellung in alle Körperzonen und Organe zu leiten.

3. Zwischentypenformen

Neben den Vokalen und Vokalverbindungen sind die Umlaute und Halbklinger von großem gesundheitlichem Wert.

Ä

Der Gähn- oder Wecktyp, bei dem ausnahmsweise voll durch den Mund eingeatmet wird, als wolle man gähnen. Beim Ausatmen ebenfalls Mund weit öffnen.

Wirkungsbereich sind Schlund und Zungenbein.

Empfohlen bei Ermüdung und Ermattungszuständen.

Bei Bluteere wird dem Gehirn Blut zugeführt. Der Ä-Zwischentyp beugt Arterienverkalkung und Schlaganfällen vor. Leser-Lasario versichert, mit dem Wecktyp ausgezeichnete Erfolge erzielt zu haben, warnt aber bei Blutandrang zum Kopf vor zu starker Keilbeinspannung und empfiehlt ganz leichtes Ein- und Ausatmen.

Gut eignet sich die Morgenstunde für den Wecktyp.

OA

Beide Vokale – mit ernstem Gesichtsausdruck – in einer Übung verbunden, sind günstig für den mittleren Brustraum und die mittleren Lungen.

Ö

Dieser Umlaut regt Magen, Leber und Bauchspeicheldrüse an, lockert die Brustmuskulatur, macht starres Zwerchfell geschmeidiger, massiert wohltuend das sich darauf stützende Herz.

Angebracht ist kurzes, stoßweises Ausatmen auf Ö. – Auf Ö allein oder verbunden mit W. – Wö – wö – wö – wö – wö – wö...

Als Stöhnlaut gebraucht, belebt Ö das Sonnengeflecht. Vieles Üben auf Ö-Folge reinigt das Blut, entfernt angehäuften Schlacken und steigert die Lebenskraft.

Ü und UI

Ü und UI unterstützen maßgeblich den Vokal U. Ihr Schwingungsbereich erstreckt sich auf Nieren, Nebennieren, unteres Rückgrat, Mastdarm, Sexualdrüsen (Hoden, Ovarien).

Individuell gestaltete Vokalatmung, vorwiegend auf U, UI und Ü wirkt potenzsteigernd und behebt in manchen Fällen sogar Impotenz.

Mund N

Diese für Stimme und Resonanzvermögen so wunderbare nasale

Halbklinger sprechen das Knochengerüst an, massieren gründlich Kopf, Brust, Rücken. Der differenzierte Summton – (nie stoßend, niemals forciierend!) – versetzt alle Höhlen des Kopfes (Stirnhöhlen, Augen, Ohren, Kiefer usw.) in Schwingung, begünstigt Schleimabsonderung und das Ausscheiden von Kohlensäure und Schlacken, normalisiert den Blutstrom, verstärkt wesentlich Kopf- und Brustresonanz sowie das Stimmvolumen. Gebessert werden „Kopfbemommenheit, Druck, Schwindel, Ohrensausen, Schwerhörigkeit usw.“.

Allein und in Verbindung mit Vokalen üben; summend, anschwellend, stärker und stärker werdend im Ton, allmählich verklingend, verhallend.

Die durch dieses M- und N- Summen erzielte allerfeinste Innenmassage regt brachliegende Zellen an. Das Blut strömt wieder normaler. Ausgeprägter noch ist der Erfolg verbindet man mit M und N die auf die entsprechende Körperzone wirkenden Vokale.

Bestimmt nicht zuviel versprochen, ausdauerndes Üben bestätigt es am eigenen Leibe.

Die Heilwirkung der Vokalatmung ist vergleichbar der Homöopathie.

Wesentlich sind die Schwingungsfelder, die nicht außer acht gelassen werden dürfen. Zu unterscheiden sind mittleres, oberes und unteres Feld.

Das mittlere Schwingungsfeld umfaßt den Vokal A; über geht es hinauf zum oberen Feld, zum I, dessen Höhenwirkung am intensivsten ist. Umgekehrt geht es von A hinab über O zum U, wo die längste Schwingungswelle bei größter Tiefenspannung erreicht wird.

Diese beiden Gegensätze, höchstes und tiefstes Schwingungsfeld, I und U, vereinigte Leser-Lasario in seiner wohl bekanntesten Lautformel, der er den Explosivlaut P voransetzt und dazwischen den Hauchlaut A einfügt:

Piuhuuuuuuu.

Nach freudiger Einatmungsgebärde P kurz und kräftig, I kurz und zur Höhe steigend, sodann mit sehr ernstem Gesichtsausdruck und spitzen U-Lippen zu U übergehen und hauchend (nicht stoßend) auf langer U-Kette, immer dunkler werdend im Tonfall, hinab zur Tiefe.

Der durch die U-Reihe ausgelöste Druck auf die Unterleibsorgane lindert Blähungen durch „schnelle Ausscheidung von Kohlensäure und den Darm belastende Gasbildungen“.

Günstig beeinflusst Darmleiden auch die umgekehrte Folge:

PiuuuuuuHiiiiii.

Mit U immer tiefer gehend, dann nach H zur Höhe steigend. Bei entsprechendem U- und I-Gesicht. Und so vereinigte Leser-Lasario die verschiedensten Vokale zu Tonketten, wobei oft dem M eine maßgebende Rolle zukommt. Zum Beispiel für das Schwingungsfeld

Zwerchfell, Leber, Magen:

MMMMMMÖÖÖÖÖMMMMMM.

Jede dieser Vokalkombinationen ist einem bestimmten Zweck angepaßt. Sie zielen auf die entsprechenden Körperregionen in denen die Lautschwingungen wirksam werden sollen, um auf diese Weise körperlichen und seelischen Disharmonien zu begegnen. *)

Urteile über die Vokalatmung und ihre Wirkungsweise

Dr. med. Ludwig Schmitt, Verfasser des ausgezeichneten Buches „Das Hohelied vom Atem“, sieht im System Leser-Lasarios „eine verblüffende Erneuerung alten Wissens und seltsam genaue Wiedergeburt alter Kenntnisse“ aufgrund eigenen Erlebens. Einzig der so wichtige Schöpferlaut im Yoga, das J (gleich dem Ü „wie ein senkrechter Luftstrom durch den Körper“ fühlbar), scheint sich ihm nicht offenbart zu haben. Ungewiß bleibe es auch, ob Leser-Lasario die Tattwalehre kannte, die in der Mantramistik eine Rolle spielt.

Knapp nach dem Ersten Weltkrieg setzte sich Prof. Dr. med. R. Koch in der Münchner medizinischen Wochenzeitschrift Nr. 28 (11. Juli 1919) für die Vokalgebärdenatmung ein, in der er eine notwendige und wünschenswerte Erweiterung der natürlichen Atemweise durch Vorstellen bestimmter Vokale beim Ein- und Ausatmen erblickte.

Der Vokal A steht der natürlichen Atemweise am nächsten. Ausgiebiger aber bei der Vokalatmung mit A ist „die Verbreiterung

und Vertiefung des Brustkorbes“. – „Weniger ausgiebig als beim natürlichen Atem“ bei E, am geringsten beim I, wo sich die Bauchwand am wenigstens einzieht, beim U hingegen am meisten. Zugleich verbreitert sich beim Vokal U wesentlich der Brustkorb. Etwas weniger als das U wirkt der Vokal O.

**) B.M. Leser-Lasario: Lehrbuch der Original-Vokal-Gebärdenatmung.*

Prof. Dr. Koch hat diese Atmungspartien, wie er weiter ausführt, auch bei Leser-Lasario am Durchleuchtungsschirm beobachtet. „Die Verschiedenheit der respiratorischen Bewegungen des Zwerchfells und des Herzens waren deutlich sichtbar“. Ganz wesentlich war das Atemempfinden bei „der Konzentration auf die Vokalvorstellungen“. Jeder Vokal erzeugt ein Spannungsempfinden in der von ihm erregten körperlichen Schwingungszone. Matter war dieses Empfinden bei den Diphtongen.

Ebenso ist Dr. Schmitt der Auffassung, daß die Vokale untereinander einen Unterschied aufweisen, „der nicht übersehen werden kann“. – „So kommt es, daß bereits die Vorstellung eines Vokals eine beachtliche Einwirkung auf des Atems Kraft und Größe hat“. Die bloße Vorstellung weitet den Atembereich der Brust, „und zwar bei müheloser Atmung mehr als bei sonst tiefer“. – „Schon der Gedanke an A oder I oder O stellt unsere innere Muskulatur vom Kehlkopf an entsprechend ein“.

Die klare und scharfe charakteristische Vokalförmung in Lippen und Gesichtsmuskeln (Gebärde oder Vokalgebärde genannt) bestimmt die Stärke, „die Inneration der Organe und Muskeln“ sowie „die Wirkung auf die Weichteile im Brustkorb und Unterleib“. Wichtig ist dabei, die Formgebung der Lippen seelisch zu beeinflussen, durch den jeweilig vorgeschriebenen heiteren, ernsten oder neutralen Gesichtsausdruck.

Diese Vokalgebärden lösen Vibrationen aus, die vor allem in den Körperzonen, die mit den Vokalen korrespondieren, ansprechen. Wie schon eingangs erwähnt, fand Leser-Lasario, daß nicht nur der ausgesprochene, sondern „jeder gedachte Vokal im inneren Hohlraum des Körpers sein eigenes, streng begrenztes Feld hat“. Unter der Voraussetzung allerdings, was leider zu oft außer acht gelassen wird, daß während der ganzen Übungsdauer die Konzentration auf den gewählten Vokal zu richten ist. Er muß gedacht und vorgestellt werden, was auch die Lippenform auszudrücken hat. Man wird bald merken, jeder Vokalwechsel verändert diese Form, und zugleich die Atemsäule.

Klinische Untersuchungen bewiesen die verschiedenen „Vokal-Bewegungen“ in der Atmung. Verschiedentlich werden dadurch Zwerchfell und Bauchmuskulatur bei der Einatmung beeinflusst. Darüber hinaus macht sich – bei richtig vorgestellten Vokalen – eine differenzierte Gemütsstimmung bemerkbar.

Die „Beeinflussung der Lage und Formgestaltung von Herz, Lunge, Zwerchfell“ ist laut einer Münchener medizinischen Wochenschrift im Röntgenbild deutlich zu erkennen.

Muskeln, Organe, Nerven- und Ganglienzellen reagieren besser dank der stärkeren Sättigung mit Sauerstoff. Den für unser Gemütsleben verantwortlich zeichnenden Nervus Sympathikus harmonisieren die feinen von den Lippen ausstrahlenden

Vibrationen. Was uns mit der Zeit in die erfreuliche Lage versetzt, unsere sonst der Herrschaft des Willens entzogene Organe gewollt im positiven Sinne zu beeinflussen.

Vokalwechsel bei der Ein- und Ausatmung reguliert unabhängig voneinander Spannung und Entspannung. Zum Beispiel einatmen mit I-Vorstellung, ausatmen auf U ergibt in diesem Fall, von Dr. Koch festgestellt, Spannungsgefühl im Kopf, und nicht etwa wie erwartet im Unterleib. Immerhin ist die Ausatmung auf U ergiebiger als auf I. Als Atmungsform überall da empfohlen, wo tiefes Einatmen Schwierigkeiten bereitet; vorzugsweise bei Brust- und Bronchialleiden.

Prof. Dr. Kochs Selbstversuche mit dem Spirometer erwiesen eindeutig, das Einatmen bei gleichzeitiger Vokalvorstellung in der Ausatemungsphase mehr Luft ergibt als bei der natürlichen Atmung. Müheloser und ausgiebiger bewegt sich der Brustkorb bei der Vokaltiefatmung. Sehr beweglich ist er – an Gesunden erprobt – bei den Vokalen O und U. Die O-Vokalform bewirkt, das Röntgenbild bewies es, eine Formveränderung des Herzens.

Atem und Gefühlston bedingen einander. Behagen erzeugt die Einatmung mit A-Vorstellung, mit O und U ein Gefühl des Ernstes.

Entsprechender Gesichtsausdruck verbunden mit starker Konzentration unterstützt nachweislich die Vokalvorstellung. „Schon jede kleinste Variation in der bildlich gedachten und empfundenen

Vokalform“ löst im Hohlraum der Lungen „ein unterschiedliches Atem-Saugempfinden aus“. Ins Auge fallend ist die Konzentrationswirkung bei I – A.

Intensiver in der Wirkung als die stumme Ausatmung ist das laute Intonieren. Die Lunge entleert sich gründlicher. Gut beschließt der Vokal U die Ausatmung, wobei einige Sekunden zuvor die Luft anzuhalten ist, um das Spannungsempfinden zu erhöhen.

„Spannungsgefühle gehen in Vibrationsgefühle über“. (Prof. Dr. Koch)

Konsonanten, vor die Vokale gesetzt, verstärken in der Ausatmungsphase das Spannungsempfinden. Neben den so wichtigen, nasal ansprechenden Konsonanten M und N dominieren der Lippenexplosionslaut B, das stimmlose P und der Zischlaut S.

Vokalatmung ist „innerorthopädische Atmungsmassage“. Sie steigert die Abwehrkräfte des Körpers. Die feinen Tonschwingungen bewirken eine regelrechte Vibrationsmassage, die das elektromagnetische Wellenfeld im ganzen Körper verstärkt. Die „Ausstrahlung elektro-magnetischer Wellen“ (Vibrationen) belebt das Nervensystem, weckt schlummernde Lebensenergien, „elektrische Strömungen“, die „neben den allgemeinen Nervenströmungen tätig sind, in den Lymphbahnen wirkend von ‘Zelle zu Zelle’ „.

Das Zwerchfell – für Leser-Lasario wichtigster Atemmuskel, eigentlicher Lebensregulator – wird elastischer. Das abflachende

Zwerchfell versetzt Herz und Herzbeutel in erhöhte Schwingungen. Ein so aktiviertes Zwerchfell begünstigt den darunter liegenden Nervus sympathicus, erleichtert die Pumparbeit des Herzens, rhythmisiert den Blutdruck, einhergehend dadurch eine wohltätige Spannung und Entspannung der Lungen. Lungenschlag- und Pulsadern arbeiten besser.

Bekanntlich entnimmt das Blut den Lungenkapillaren der eingeatmeten Luft den lebensnotwendigen Sauerstoff, „der sich mit dem Farbstoff der roten Blutkörperchen verbindet (Hämoglobin)“. Ergebnis: Vitale Spannkraft. Die Gewebesäfte leiten die in ihnen verteilte Kohlensäure in die Lymphgefäße. Sie gelangt durch das Venensystem zum Herzen und von da in die Lungen, wo sie durch frischen Sauerstoff ersetzt wird. Die Vokalatmung ist es, die beim Ausatmungsprozeß für eine viel gründlichere Ausscheidung der so gesundheitsschädlichen Kohlensäuregase sorgt.

Die subtilen Tonschwingungen, hervorgerufen durch den „tonschwingenden Atem“ erhöhen wesentlich den Sauerstoffgehalt des Blutes. Sie normalisieren die Durchblutung sowie die Lymphfähigkeit, gleichzeitig verbessern sie die Funktion von Magen, Leber, Nieren und Darm, ja des gesamten Stoffwechsels. Die Blutzufuhr zu geschwächten oder erkrankten Körperzonen steigert sich. Verkalkte Arterien werden wieder elastischer als natürliche Folge größerer Versorgung mit sauerstoffreichem Blut. Vokalatmung

ist „wahre Arterien-gymnastik“, so Leser-Lasario, und viele Vokalatempraktiker stimmen ihm bei.

Auch bei „Erkrankung der Atemwege, bei Zirkulationsstörungen, Asthma, Bronchitis, Herzleiden, Neurasthenie u.a.m.“ ist der Vokalatem ein vortrefflicher Helfer, versichert uns Leser-Lasario aufgrund eigener und klinischer Beobachtungen. Aber eindringlich warnt er vor jederlei Übertreibung, vor allem bei Herz-, Lungen- und Asthmaleiden und empfiehlt anstelle von O und U vorerst E und I zu praktizieren. Insbesondere bei Herzübel und Atemnot. Kranke, denen Sprechen und Singen schwerfällt, bringen einfach die Vokale mimisch und gedanklich zum Ausdruck.

Wohltuend wirkt die Vokaltiefatmung auf die „an Lymphgefäßen und sekretorischen Nerven“ reichen Drüsen, die vom Sonnengeflecht beeinflusst werden und „in inniger Wechselbeziehung zum vegetativen Nervensystem“ stehen.

Es sind dies die innersekretorischen Drüsen; im Kopf Zirbel und Hirnanhang, im Hals die Schilddrüse, desweiteren Thymusdrüse (innere Brustdrüse, eine Blutgefäßdrüse), Bauchspeicheldrüse (Pankreas), Nebennieren (wichtig wegen der Adrenalinabgabe) und nicht zuletzt die Geschlechtsdrüsen.

Mit Ausnahme der Bauchspeicheldrüse und den Geschlechtsdrüsen geben sie „ihre Produkte direkt in die Lymph- und Blutgefäße ab. Bewußte Atemführung wirkt auf dem Weg über

die Lunge auf die Drüsenfunktion ein. „Durch... innere Vibrationsmassage werden Schleimhaut und Fasern... zu einer Reaktion gebracht, die eine erhöhte Drüsensekretion vollbringt und dadurch eine Reinigung von Krankheitsstoffen, Ansammlungen von Schleim usw.“ (Leser-Lasario).

Wie würde Voltaire sich freuen, könnte er diese Zeilen lesen, vertrat er doch damals schon die Ansicht, daß ein großer Teil von Krankheiten weggeatmet werden könnte. Leser-Lasario ging noch darüber hinaus. Die Macht des Gesanges beeinflusst, das ist seine Überzeugung, günstig Mißstimmung, Schwächezustände und körperliche Übel; wobei nämlich der Atem einen nicht geringen Anteil hat. („Man kann sich gesund singen“.)

Vermöge der im Körper aktiv werdenden Tonwellen heilten bereits ägyptische Priester, und überzeugt ist der indische Arzt und Psychologe, der Yogi Sivananda, daß damit chronische Krankheiten geheilt werden können. Weit über das Nur-Biologische der Materialität hinausgehend bekennt er freimütig: „Mantrisches Singen erzeugt wirkungsvolle geistige Vibrationen oder ‘Göttliche Schwingungen’. Sie durchdringen den physischen und den Astralleib des Kranken und beseitigen die eigentlichen Ursachen der Leiden! Sie vernichten Mikroben und sind die besten und wirkungsvollsten Antiseptika und keimtötende Mittel. Sie sind wirkungsvoller als ultraviolette oder Röntgenstrahlen“.

Die ganze Persönlichkeit gewinnt. Die auf Vokale konzentrierte Vorstellung stärkt die Gedankenkraft und verhilft dadurch zu einem besseren Gedächtnis; die Vokalförmn mit ihren charakteristischen Lippengebärden harmonisieren das Gemütsleben, bereichern das Lebensgefühl, erhöhen den Lebensschwung.

Was sich notwendigerweise auf den Körper überträgt. Verkrampfungen lösen sich. Er wird lockerer, beweglicher, elastischer. Die Gesichtszüge entkrampfen sich. Sie werden ausdrucksfähiger. Selbstbewußter wird der Blick, zuversichtlicher, klangvoller die Stimme. Alles Resultate intensiv praktizierter Vokaltiefatmung.

Innere Krisen sind anfangs nicht ausgeschlossen, wie Leser-Lasario bemerkt, etwa „leichte Schmerzen wie Zerren in der Seite, Kopfdruck, Schwindel, Stechen in den Flanken, zwischen den Rippen, Hustenreiz usw.“.

Doch diese kleinen Widerwärtigkeiten schwinden sobald sich der Körper umgestellt hat, ihn ein Kraftstrom durchpulst, und machen einem vormem nicht gekannten Wohlgefühl Platz.

Neben dem elementaren Stoffwechsel, an den der naturhafte Atem, der Gasaustausch, und der damit verbundene Verbrennungsprozeß hohen Anteil haben, geht (so der metaphysisch Orientierte) ein Energieaustausch der feineren Naturkräfte einher. Ein „pranisches Lebensband“ verbindet uns mit

den Lebenskräften der Sonne und mit den unsichtbaren Quellen des Kosmos und eines Metakosmos. Bei jedem darauf konzentrierten Atemzug fließen die pranischen Lebensströme als Pranava, als geistiger Lebenshauch in das grob- und feinstoffliche Schwingungsgefüge unseres Leibes ein.

Vokalatmung und Runenlaut

Leser-Lasario hat seine am eigenen Leib und an vielen Gesunden und Kranken gemachte Entdeckung in ein geschlossenes System gebracht: Die Original-Gebärdenatmung mit ihren 38 Vokalatemtypen. Darauf weiterbauend, teils abweichend davon und andere Wege beschreitend, hat die Vokaltiefatempraxis in den verschiedensten Formen ihre Anhänger gefunden.

Ihr eng verwandt aber über sie hinaus greifend ist die Runenpraxis, die geradewegs zur Mantramistik führt. Runenmantras sind Teil des weitverzweigten mantrischen Systems.

Prüfen wir das Wesensgleiche in Vokaltiefatemmung und den Runenlaut-Übungen an einigen Beispielen.

Ziel beider ist es, den Körper gleich einer angeschlagenen Glocke zum klingen, zum schwingen zu bringen. Töne, gesungen unter normaler Tonhöhe, versetzen die unteren Körperpartien in Schwingung, über die Normalhöhe hinaus, die obere Körperhälfte.

Großes Augenmerk gilt der Sensibilisierung der Füße, der Erweckung des Fußstones, vor allem mit Hilfe des U-Vokals. U, und

auch M, unter der normalen Tonlage angestimmt und innerlich gedanklich hinuntergesprochen bis zu den Sohlen, sprechen gut an. Einige Vokalatempraktiker versuchen zusätzlich durch abwechselndes rhythmisches Aufstampfen der Füße die erzeugten Vibrationen zu verstärken. – Oder sie imaginieren zwei große umgestülpte, lichtstrahlende U-Formen (also die auf den Kopf gestellte UrRune), darin die Füße während der U-Vokalübung stehen. Der Runenkenner stellt einfach die Ur-Rune.

Buchstabenmystiker, wie Karl Kolb und Karl Weinfurter legen auf die Erweckung der Füße allergrößten Wert und fordern als erstes das Einsprechen von Buchstaben in die Füße. -

Die vom Atemvokalpraktiker in der Vorstellung zu den Füßen dirigierten Tonschwingungen werden, durch die Sohlen fließend, gewissermaßen geerdet und leiten seiner Ansicht nach zugleich alle Nöte zur Erde, damit diese sie aufnimmt und den Übenden davon befreit. Üblich ist es auch, Erwünschtes anzuatmen, Unerwünschtes wegzuatmen. Hier greift die Vokalatempraktik bereits über in das Gebiet der Psychodynamik, die in der Runenarbeit ebenfalls breiten Raum einnimmt.

Wird nach mehr oder weniger langem Üben der Fußton deutlich empfunden, streckt man die Hände waagrecht parallel nach vorne (zum Boden weisend mit den Innen-handflächen) und nimmt den U-Ton etwas höher, um die Vibrationen in den Handtellern zu erfühlen.

Dann Ton noch höher und jetzt den Vokal E in der Brust erfühlen. Zuletzt den Ton zum Höchsten steigern und die E-Empfindung im Kopfe. Zum Erfühlen des E-Vokals eignet sich bestens die E-Rune.

Oft wird durch Klatschen in den Händen versucht, die Handvibration zu intensivieren, durch leichtes Klopfen der Brust die Brustvibration. Auch Waden und Schenkel werden bei ansteigender Tonhöhe beklopft. Zum Beispiel: M#Klang: M M M M M M M M M M M M OOOOOO.

Andere Vokalatempraktiker fordern die Aussprache der Vokale in Verbindung mit körperlichen Beilegungen. Beispielsweise bei A lose die Hand zur Brusthöhe führen, bei E bis zum Hals, bei I über den Kopf hinaus soweit es die Arme gestatten.

Nun das praktizieren die Anhänger des Runenyoga seit langem schon auf sehr systematische Weise. Kaum gibt es in dieser Hinsicht eine trefflicher durchdachte Gymnastik in Verbindung mit Lauten als die Runengymnastik, da diese jeden Vokal und jeden Konsonanten einbezieht, als Laut und Ton, in Stand und Bewegung. Was mit den Buchstabenformen keines anderen Alphabets möglich ist, gestatten die Runen in idealer Weise; denn jedes Runenzeichen versinnbildlicht zugleich eine bestimmte Körperhaltung, ein Asana. Dadurch sind sie so eng verbunden mit der Mantramistik im weitesten und engstem Sinne.

Auf den Kopflaut I, der „symbolhaft das Geistige“ vertritt, legen

Vokalatempraktiker wie Runenkenner gleich großen Wert. Hat doch der Hlaut als Laut des Ichbewußtseins, des klaren Selbstbewußtseins, bezug auf alles, was im Innem, in Bewußtseinstiefen vor sich geht. Das Empfinden des „In mir“, dieses „In-mir-sein“, das wir in uns erleben lernen müssen. Der Buchstabenmystiker nennt ihn den spitzigsten Vokal, der den Eingang ins Innere öffnet. – I und J sind dynamische Laute, eng dem Wesen des Ich verbunden.

Besser kaum wohl eignet sich keine Körperhaltung als die I-Runenstellung, besonders in verlängerter Ausschaltung, für die von Vokalatempraktikern empfohlene I-Tonfolge. Mund dabei wie immer sehr breit, so breit es geht. Gesicht sehr freundlich, ein einziges Lächeln:iiiiiii-i-iiiiii-iiiiii.

Demnach ein sehr lang gezogenes I, übergehend mit jähem Ruck in ganz kurzes I, doch eine Tonlage höher. Erneuter Ruck und hochsteigende, jubelnde Tonfolge. Gemäß dem Spruch: Alle Freude strebt empor. – Während des ganzen Übungsverlaufes freudiges I-Gesicht. Der mimische Ausdruck läßt sich auch bei den anderen Vokalrunen anwenden.

Eine entsprechende Parallele zu der Vokalfolge-Übung

A E I O U , die die Vibrationsströme ideal durch den ganzen Körper leitet, ist das Exerzitium der fünf Vokalrunen AR, EH, IS, OS, UR, das zugleich die Forderung erfüllt, den Körper beweglicher zu

machen, ihn durch Entspannen und Schwungübungen zu lockern.

Ebenso die von Dr. med. Schmitt vorgeschlagene Übung auf den Konsonanten F:

1. Nach tiefer Einatmung und kurzem Atemhalten auf F ausatmen; langsam ausstoßend, solange Atem mühelos reicht.

2. Wie zuvor, jedoch jetzt mit kurzen Pausen dazwischen:

ffffffffff–ffffffffff–ffffffffff–

3. Wie Phase zwei, nun aber mit großen Zwischenpausen:

fffff————ffffffffff————fffff–

4. Starker Atemstoß und anhaltende F-Kette bis kurz vor Erschöpfung des Atemvorrats. – Atem stoppen, lange Atempause, dann die Restluft auf ffffff ausstoßen.

5. Kurz, scharfe F f f f f f -Folge: f – f – f – f – f. Keine langen Zwischenpausen! – Übung beenden auf fließender F ffffff-Kette.

Ein für die Ausatemungspraxis wertvolles Exerzitium, das sich in den Übungsbereich der FA-Rune ganz vorzüglich einbauen läßt.

Die MAN-Runenhaltung eignet sich für den so wichtigen Vibrator und Resonanzverstärker M. Fortgesetztes Summen auf M bei freundlich geschlossenem Munde übt eine starke Reizwirkung auf die scharf eingestellten Lippen aus. Ähnlich wie bei der tiefgreifenden U-Vokalform, bzw. der UR-Runenübung, übertragen sich die hervorgerufenen Vibrationen auf die inneren Organe. Daher sollte M auf jede nur erdenkliche Weise geübt werden: weich, kurz, gedehnt;

dunkel, hell, ruckartig, stoßend, jubelnd. Ton immer höher nehmend, in den Nasenraum ziehend. Das entlastet den Kehlkopf und beugt Heiserkeit vor. Bei Schnupfen und Heiserkeit erst recht üben.

Nach Dr. med. Schmitt ist M „die Summe aller Vokale und Mitlaute, das ein Sich-Wiegen und Sich-Bewegen in allen Tönen... in sich“ birgt. Ausdauerndes Üben auf M führt zum richtigen Toneinsatz. Alle Vokalübungen sollten nach Dr. Schmitt in „einem weichen, warmen, wenn auch kurzem M“ ausklingen.

Schon diese Argumente wären Erklärung genug für die Vorliebe so vieler Runenpraktiker für die Manrunen und die damit verbundenen Exerzitien. Und doch ist es nur die eine Seite. Dominant sind M und MAN in der Mantramistik.

Eine empfohlene Übung auf M:

1. M-Summen mit verschiedenen Vokalvorstellungen.
2. Später dann dasselbe stumm nur mit Vokalvorstellung.
3. Wie Übungsphase zwei. Jetzt die Vokale in sich zu erleben versuchen und sie in Stellungen ausdrücken.

Runengymnastik und Runenmantramistik bieten hier die ideale Ergänzung; z.B. M in Manrunenhaltung, I in IS-Grundhaltung oder besser noch in mit über den Kopf gestreckten Armen (verlängerte Allschaltung), O in Othilstellung (Beine gespreizt, Arme gewinkelt hoch über den Kopf, Innenhandflächen aneinandergelegt); und so fort.

Der Yogi schreibt obiger M-Übung mit Vokalvorstellung ganz wunderbare Wirkungen zu: hellen Falkenblick, Gehör und Geruch von der Feinheit eines Hundes, Geschmack von der „Feinheit der Liebesgöttin“.

Gegen Benommenheit, Blutstauungen und Schmerzen im Kopf sowie bei Nervosität kann M mit langer A-Kette geübt werden:

Seufzend einatmen und Atem mit konzentrierter Vorstellung auf A 12 Sekunden und mehr halten (aber nur soweit dies ohne Anstrengung möglich ist!); Ausatmen auf Maaaaaaaaaaaaah – Kurz vor Schluß A stärker – wieder ohne Anstrengung – betonen.

Diesen Übungsverlauf siebenmal hintereinander durchführen.

Beim siebenten Male AKette mit M schließen: M a a a a a a a a M. Ebenfalls ein Vokalexerzitiem, das sich in Man-Runenhaltung volziehen läßt.

Ebensowenig wie M sollte das N vernachlässigt werden. Zu üben mit I-Gesicht, Zähne mäßig auseinander, Zunge füllt den Spalt.

N allein üben und auch in Verbindung mit Vokalen, Umlauten und Diphtongen: Na – ne – ni – no – nu – nä – nö – nü – nei – neu – nau.

Umgekehrt mit klanglosem, stark nasalem G: nang – neng – ning – nong usw. Auch in Notrunenstellung üben. Eine in der Vokalatempraxis beliebte Ausatmungsübung auf A verbunden mit dem Hauchlaut H: A ha ha ha ha ha – A ha ha ha ha – übt der Runenkenner mit dem Hagel-Runengriff mit Erfolg.

Die Übung mit dem stimmhaften, vibrationsfördernden Konsonanten L in Verbindung mit dem Vokal A – La la la la la la – vollzieht er in LAF-Runenstellung; die Unterleib und Darmtätigkeit anregenden Lautübungen L u u u u h und Kuuuuuuuuh im LAF- und KA-Runenasana. Bei Verstopfung wird noch Ruuuuuuh einbezogen, wobei die RIT- und vielleicht besser noch die UR-Runenhaltung zu wählen ist. Nur sollte man das tief gesummte, im Unterleib schwingende U nicht zu oft wiederholen, da dies bei sehr empfindlichen Naturen zu Kopfschmerzen führen könnte. Zum Ausgleich sind Übungen auf E – O und A angebracht, oder die Folge: E–O–A.

Das Herz und indirekt das Sonnengeflecht begünstigt die O-Kette, der ein W mit starker Lippenvibration vorangeht: Woooooooooh. Anhängern des Runenyoga stehen die Runenstellung von OS und OTHIL zu Gebote. Außerdem der auf dem Solarplexus aufgelegte Othilrunengriff: Daumen und Zeigefinger bilden die Othilrune; erstgenannte und die Kleinfinger liegen bei gefallenen Händen auf dem Sonnengeflecht, die Zeigefinger stehen gekreuzt ab.

Der für Hals, Mandeln (Katarrh, Stimmbandreizungen usw.) günstige E-Kette empfiehlt Dr. Schmitt ein Ch voranzusetzen: Cheeeeeeee. Runenpraktiker bevorzugen hierbei die EH-Runenhaltung; und bei der H i i i i i i i i – Reihe, die „von der Lunge her wirkende Vibrationen auslöst“ und Zirbel und Sexualorgane

günstig beeinflusst, die IS-Rune in beiden Formen (Grundhaltung und verlängerte Allschaltung).

Nicht ohne Grund fordert Leser-Lasario, sich geistig zu sammeln und das Denken auf Mut, Kraft, Stärke, Liebe, Freude und andere positive Vorstellungsinhalte zu richten -, denn „dann erzeugen wir Schwingungswellen in diesem Sinne“.

Welches andere, den Vokalatem einschließende System als das der Runen ist geeigneter hierzu? Ja, hier kommen wir erst zu dem eigentlichen, dem höheren Zweck der Runenarbeit. Über das Nur-Laut- und Tonmäßige hinaus. Jede Rune birgt genau umrissene Ideeninhalte. Beispielsweise weist die Rune IS auf Wille, THORN auf Tat, KA auf Können und Kraft, LAF und EH auf Liebe, HAGAL, AR und BAR auf Harmonie, Schutz, Umhegt- und Geborgensein; und so fort.

Im Einklang mit den Runenbedeutungen gibt es eine Reihe Kernsätze für psychodynamische Zwecke, für Meditation und Mantras. Damit aber greift der Runenyoga weit über die Vokalpraktiken aller Schattierungen hinaus und wird wichtiger Bestandteil der Mantramistik. *)

*) In das Runenweistum und die Runenpraxis führen ein:
Runenmagie – Handbuch der Runenkunde, und
Runenexerzitien für jedermann.

Wir kommen auf die Runenarbeit im Abschnitt über Runenyoga noch zurück.

Töne, Farben, Emotionen

Geradezu selbstverständlich ist das enge Verbundensein der Buchstaben, die Vokale obenan, mit unserem Gefühls- und Empfindungsleben. Entringt sich nicht schon dem Kinde das Au als Schmerzenslaut, wenn es sich geringfügig verletzt?

Weniger überzeugen mag vielleicht die Behauptung: Farbe und Vokal stehen in enger Wechselbeziehung. Jedenfalls finden wir Angaben über die Farbzugehörigkeit der Vokale bei den verschiedenen Autoren. So auch bei Leser-Lasario. Die Runenlehre ordnet gleichfalls jeder Rune eine oder mehrere Farben zu.

In der Esoterik gelten die in Farbe, Ton und Zahl sich äußernden Schwingungen im Atom und Molekül wie überhaupt in den Naturerscheinungen als Ausdruck der schöpferischen Kraft, als Emanationen des „Großen Tones“, des „tatsächlichen Grundtones der Natur“, wie wissende Chinesen sagen.

Tantriker nennen die Buchstaben Varnas, was gleichbedeutend ist mit Farbe; eben weil sie überzeugt sind, daß jeder Buchstabe seine ihm eigentümliche Farbe besitzt, gewissermaßen den größeren Teil der „feinstofflichen Aspekte des Lautes“ darstellend.

Gemäß der Tantralehre, wie sie seit neuestem dem Westen vermittelt wird, ist bereits jeder Buchstabe für sich ein Mantra, eine

Lautschwingung mit einer nur ihm eigenen Frequenz, was im Ätherbereich eine ganz bestimmte Form hervorruft.

Daß Laute, also Tonwellen, in der physischen Welt merkwürdige Gebilde erzeugen, Blumen, Blättern, Bäume und anderen verwandten Formen ähnelnd, beweist bekanntlich das Eidophon. Die mit einer Kunststoffschicht versehene Membrane gestaltet das gesprochene Wort zur symbolhaften Form.

Rischis, so wird berichtet, schauen diese physischen Gestaltungen als ätherische, Akasha, dem Raumäther unvergänglich eingeprägte Formen.

Außerdem soll noch ein nicht durch Buchstaben wiederzugebender Aspekt des Lautes existieren, der als Energiestrom – bei der Atmung durch Prana befördert – durch den Körper pulsiert. Aus diesem Grunde wird im Tantrismus vom Atem als ein nicht in Worte gefaßtes Gebet, als ajapa mantram, gesprochen.

Bekannt ist das Erschauen von Tönen. Von Sensitiven wiederholt beobachtet. Ihrem geistigen Blick entsteigt die Waberlohe beim Feuerzauber in Richard Wagners Walküre als prächtiges Farbengemälde.

Mithin hat jeder im Munde tönende Laut seine eigene Schwingungslänge, seinen eigenen Vibrationseffekt, seinen eigenen spezifischen Farbton. Ebenso göltig in der materiellen Welt wie in

den mentalen Bezirken, wo die Macht des geistig gesprochenen Wortes vorherrscht. Dem Mystiker, dem die Buchstaben Sprachkräfte der Natur sind, offenbart es sich als Licht und Ton; Schwingungen einer höheren Schöpfungsordnung. –

Einiges Grundlegende noch betreffs Vokalbeziehung zum Psychisch-Mentalen. Daß es keiner Worte bedarf, um Stimmungen wiederzugeben, Affekte auszudrücken, ist allgemein bekannt. In Augenblicken, wo das Wort versagt, wo Erstaunen, Freude, Schrecken, Entsetzen oder Schmerz sich der Brust entringen, tritt der Urlaut wieder in seine Rechte.

A

Das „Unaussprechliche im Menschen“, umfassend Geist, Leben, Licht; alles das, was auf das Höchste hinweist. In der Ursprache drückt es aus: Brahman, Brahma, Atem; im Islam den Namen Gottes: Allah.

Alles fließt offen im und durch das A.

A ist Ausruf der Freude und des entzückenden Erstaunens. Wer kennt nicht das strahlende, von Kinderlippen gehauchte A h am Weihnachtsabend?

Seine Farben sind nach Leser-Lasario das Blau und das Grün.

E

Im Französischen ist E der Laut des Erstaunens. Im Deutschen drückt es in seinem niederen Gebrauch Ekel und Abscheu aus.

In der Vokalreihe stellt E den Durchgang zum Höheren dar. Als Farben sind ihm zugeordnet Orangegelb und Gold.

I

In diesem wichtigen Vokal drücken sich in niederer Oktave Hohn und Schadenfreude aus, in seiner edlen Schwingung brandet hellklingend der Jubel empor.

Ferner birgt sich in ihm die Kraft des Willens, was vor allem in der Rune IS zum Ausdruck kommt. So betrachtet ist das I neben dem ihm verwandten J (ein gesteigertes I, das gesteigertes Ich ist) ein Laut von stärkster Dynamik.

Der Ichlaut I verbunden mit dem Konsonanten W – ein intensiviertes U eigentlich – erfaßt das Ichbewußtsein von der Stoffseite her.

Der Runenkenner F.B. Marby legte größten Wert auf die Unterscheidung zwischen dem kurz und dem lang ausgesprochenen Hlaut. Im kurzen erblickte er den kalten, im langen den heißen Pol der runisch-dynamischen Sprache.

Eng neben dem Vokal I schwingt der Grenzlaut Ü.

Als Farbe schreibt Leser-Lasario dem I das Hellgelb zu.

O

Der Laut des Schmerzes, der Trauer, des Leides, der Anteilnahme, auch der oft wenig empfundenen, mehr konventionellen Anteilnahme.

Tiefer Ernst schwingt in dem dem O verwandten, die Mitte der Vokalreihe haltenden Ö. („Innerlich im Herzen“.)

U

Grauen, Grausen, Schauer, Furcht, Verzweiflung suchen ihren elementaren Ausdruck im U.

Verständlich, wenn diesem Vokal der Tiefe, des Ab- und Urgrundes, das deprimierende Schwarz zugelegt wird.

AEÖU

gelten als Laute der triebhaften Zustände.

A und U

bringen uns – verbunden mit W – in Beziehung zum „Willen der unbewußten Welt“. (Marby)

J mit Vokalen verbunden

setzt das Ichbewußtsein in Beziehung „mit denjenigen Weltzuständen“, die durch den jeweiligen Vokal wirksam werden.

(Marby)

Ein Yogakundiger – Felix Riemkasten – forderte für eine wirklich nutzbringende Anwendung des Vokalatem (was ebenso für das Mantra gilt) völlig entkrampften, im orientalischen Sitz ruhenden Körper. Als weitere Entspannungshaltung: I-Gesicht mit geschlossenen Augen, Hände wie zum Gebet aneinandergelegt. – Auch in Totenlage üben. Atmung wie im Yoga. –

Im Zustande innerlicher Stille die Vokalfolge:

AEIOU–AHI–OHI–AHI

in der Melodie einer hierfür geeigneten Hymne oder eines Kirchenliedes singen.

Nicht zu vergessen den das Zwerchfell bewegenden Zentralvokal Ö, in dem das Altgriechische schwelgt, und das in Leibestiefe schwingende Ü:

ÖHÜ–ÖHI–ÜHI.

Ergänzend noch die Vokalexerziten mit:

IAO.

Die Vereinigung der markantesten Vokale. I, der schmalste Laut, wirkend auf Gehirn, Hypophyse, Epiphyse und Nerven; A der offenste Laut mit seinem Einfluß auf Lungen und Atem; O der geschlossenste Vokal (neben dem U) mit seiner wohltätigen Schwingung für Herz und Blut. Aus esoterischer Sicht betrachtet gilt IAO als „Wurzel des Namen Gottes“, der große Gottesname

gnostischer Richtungen, bekannt auch bei Kabbalisten, Rosenkreuzern und türkischen Freimauern.

Diese Vokalform steht im Ruf besonders harmonischen Einflusses auf das Innere und guter Wirkung auf die Gesundheit. Eigentlich zählt sie schon mehr zur mantrischen Meditationspraxis.

IEOUA

Vokalreihe des kabbalistischen Gottesnamen Jehova. Und hier in seiner „dunklen“, mit U schließenden Fassung:

IEOAU.

Außer in der oben beschriebenen Haltung werden Runenpraktiker diese Lautreihen auch in kombinierten Runenstellungen praktizieren.

–

In gut entspannter Haltung, bequem auf einem Stuhl – Kopf, Hals, Rücken in einer Geraden. Nochmals: Keinerlei Spannung oder gar Verkrampfung! – Magnetischen Kreislauf schließen: Hände wie zum Gebet gefaltet. – Ruhige Nasenatmung.

Wichtig bei dieser Übung ist der Hauchlaut H, der, wie es heißt, „vom Herzen gebildet wird“ und Herzvibrationen erzeugt.

1. Leise die Vokalreihe summen. (Musikalisch Begabte üben auf F und D)

HiHeHaHoHu.

Später dann Umlaute und Diphthonge einbeziehen.

2. Auf Hi üben.

Zweimal dreifaches Hi mit kurzem I-Vokal:

HiHiHi

und anschließend geschlossenes Hihhi. Möglichst auf einer Ausatmung; doch nur wenn ohne Anstrengung. Erneut einatmen und ein langes Hiiiiiii,

solange mühelos der Atem reicht.

– Drei Atemzüge Pause. – Ins Innere lauschen, konzentriert auf die Kraft in uns, wie sie den ganzen Körper durchströmt und in Schwingung versetzt.

Die ganze Übung einige Male wiederholen, jedoch nie länger als Konzentration und Stimme es ohne Anstrengung ermöglichen.

Runenpraktiker üben das Vorstehende auch mit dem Hagal-Griff. Die Vokalreihe allein (a – e – i), mit einem vorgesetzten M (ma – me – mi – usw.) und mit einem nachfolgenden M (am – em – im usw.) in Manrunenhaltung und mit gespreizten Fingern.

Zwischen den einzelnen Phasen ein bis zu drei Vollatemzüge und meditatives Stillesein.

Die sieben „heiligen Laute“

Dr. med. Ludwig Schmitt empfiehlt eine Atemübung in Verbindung mit den sieben Konsonanten, den „sieben heiligen

Lauten“:

L R S C H N N G M J.

Ihre Bedeutung und Beziehung:

L bezieht sich auf Wiedergeburt und Evolution;

R auf das Karma und die durch Schicksalszwang bedingte Umwälzungen. Aber auch auf Bewegung, Energie und Rhythmus. Das Rollende, Erschütternde. Vibrierende, Rotierende, wie es in der RIT-Rune ebenfalls zum Ausdruck kommt. R ist der Laut der Tätigkeit, Feind aller Trägheit.

Sch hat gleichfalls bezug auf die Evolution und das sich daraus ableitende Geschehen.

N bedeutet „Wort, Abtrennung, Einheit in sich“; auch das Nein.

NG ein zu einem Laut verschmolzener Nasalton, weist auf die in einer Bindung geeinte Tat.

M symbolisiert das Zusammenfassende, die geschlossene Macht.

J ist der Schöpferlaut (Jehi, Jahwe); in der Kabbalah als JOD birgt es die Idee des Herrschens in sich, die Macht des höheren Wesens. Jaq heißt im Ägyptischen der Mächtige.

Mund J zählen im Sinne der Tattwalehre zum Schalläther. Sie entsprechen der senkrechten Luftlinie, demgemäß wirkend vom Kopf bis hinunter zu den Sexualorganen.

Praxis:

Seufzend einatmen – Atem kurz anhalten – dann jeweils einen Konsonanten auf einer Ausatmung (aber nur wenn dies ohne Anstrengung gelingt!) zwölfmal in kurzen Abständen hintereinander tönend sprechen.

Hamsa-Übung

Einige Kenner vertreten die Ansicht, die Hamsa-Übung verleihe den Yogis ihre erstaunliche Atemkraft. Sie verlangt gründliche Beherrschung des Vokal-Atems. Sollte daher nie zu früh praktiziert werden.

Praxis:

Eingeatmet wird auf S a. – Ausnahmsweise also durch den Mund. Zuerst langsam saugend, stimmhaft, auf S, übergehend dann auf A. Dabei gleichzeitig das A denken bei immer weiter sich öffnendem Mund. Nach kurzem Atemanhalten tief und voll auf ha ausatmen. – Auch auf ham.

„Mit dem Laut ham geht der Atem aus, mit dem Laut sa geht er wieder ein.“ (Dr. Schmitt)

Andere wieder atmen – ham denkend – ein und mit tönendem sa (s s s a a a a a) aus.

Eine weitere Übung, als reinste Yogi-Übung gerühmt, besteht nach Dr. Schmitt darin, dabei „ohne jede Muskeloder Mundstellungsveränderung“ zu verharren.

Das „Käferbrummen“

Auf das uralte, weitverbreitete Singen und Summen, Brummen und Raunen von Lauten beruht bramarai pranaya, der summende Atem. Nach indischer Vorstellung ist er vier Wochen hindurch täglich eine halbe Stunde lang zu üben. Andere sprechen sogar von monatelangem Üben, ehe mit der heiligen Silbe OM begonnen werden darf.

Eine einfache Übung im Grunde, das Käferbrummen, aber sie erfordert große Ausdauer.

Praxis:

Bequem sitzend, Rückgrat aufrecht, ganzer Körper gut entspannt, Augen geschlossen.

Die Finger verschließen die Ohren. Eine andere Vorschrift nennt nur die Zeigefinger.

Nach langsamen Einatmen durch die Nase wird ebenso langsam – wie ein Käfer brummend – bei gleichbleibender Tonlage ausgeatmet. – Später erst in verschiedenen Tonlagen üben.

Wichtig dabei ist das unentwegte In-sich-Hineinlauschen! Nicht nur als Vorübung für das Mantra OM empfiehlt sich das Käferbrummen, dem Runenpraktiker bietet sich die Gelegenheit, die zum Summen und Brummen besonders geeigneten Laute – M, N, S – sinngemäß mit den dazu gehörigen Runenübungen zu verbinden.

Ebenso ist dem Befürworter der Vokalatmung das Käferbrummen

von großem Nutzen. Besonders M und N fördern die Resonanz. Die dadurch bewirkten Vibrationen sprechen im Knochengüst an, machen es schmiegsamer, beweglicher. Ein ganz natürlicher, gesundheitsfördernder Effekt, der sich vorteilhaft bemerkbar macht bei Versteifungen, bei Harn- und anderen Ablagerungen in den Knochen.

Wie alle Vokalatemübungen darf auch der summende Atem ohne Ohrenzuhalten geübt werden, im Liegen, Sitz, Stand und im Gehen.

Dem eigentlichen Käferbrummen allerdings liegt noch ein anderer, tiefgreifender Aspekt zu Grunde: Das oben geforderte stumme, kontemplative In-sich-Lauschen.

Auffindung des Grundtones

Wichtig ist für einige maßgebliche Experten der Grund- oder Eigenton. Sicher wird auch der Neuling sich die Frage gestellt haben, in welcher Tonlage er beginnen soll.

Nun vorerst in der ihm am besten liegenden Stimmlage. Das Hauptaugenmerk gelte vorneweg den Grundvoraussetzungen: Gut gelockerter, in allen seinen Teilen entspannter Körper im Liegen, Sitz, Stand und Bewegung. Nur so kommt der Atem voll zur Geltung, nur so erfassen und aktivieren die Lautschwingungen alle Körperpartien und Organe, beseitigen die feinen Tonerschütterungen innere Verkrampfungen und Verspannungen, lösen sich Stoffwechselschlacken und werden ausgeschieden. Jede

Tonschwingung (im Feinstofflichen sind es Tonströme besonderer Art) verbindet sich dann zum dreifachen Heile mit den spezifischen körperlichen, seelischen und geistigen Vibrationswellen.

So vorbereitet fahnde man nach seinem Grundton. Nach Dr. med. L. Schmitt besitzt jeder Mensch, ja jedes Tier, jede Pflanze, jedes Ding seinen Eigenton, der von selbst erklingt und mitschwingt, „wenn er außerhalb irgendwo und irgendwann in Schwingungsnähe angeschlagen wird“. Die Alten wußten darum und nützten den Eigenton des Menschen zu Heilzwecken.

„Im Eigenton ist Sicherheit, im Eigenton ist das Ich“. (Dr. Schmitt)

Harmonie besteht überall dort zwischen den Menschen, deren Eigentöne sich sympatisch berühren; Mißklang aber herrscht, wo die Eigentöne im Zusammenklang disharmonisch schwingen.

Für gewöhnlich singt und summt der Mensch um seinen Eigenton herum und baut auf ihm „in Tonleiter und Tonart“.

Der Eigenton, der persönliche Grundton, einmal gefunden, erschließt das Tor zum „inneren Ton“ des Yogi. Nach Dr. Schmitt ist dieser im Innern wahrnehmbare Ton „meist die Oktave, bei manchen Menschen scheinbar die zweite Oktave und bei Grob-Stofflichen die Quinte überm gewöhnlichsten und günstigsten nach außen sich gestaltenden Eigenton“.

Zwecks Auffindung des Grundtones empfiehlt ein anderer Gewährsmann, der in der Buchstabenmystik trefflich bewanderte Dr.

A. Strauß, das Summen einer tiefen Tonleiter. Die Hand ruht dabei auf den Rückenwirbeln der Kreuzgegend, die merklich vibriert. Zumeist um das C herum, wenn man den dem Körper zugehörigen Ton trifft; E ist seltener.

Diesen so gefundenen Grundton läßt man – leise summend beginnen – anschwellend immer stärker werden. Doch Vorsicht! Unter Umständen lösen diese Tonübungen bei stark Sensitiven erhebliches Mißbehagen aus, ja es kann sich sogar in noch „gefährlicheren Formen“ äußern.

Etwas komplizierter das Verfahren, zu dem der Astrologe und Yogaforscher Karl Brandler-Pracht rät. Er steht auf dem Standpunkt, ein jeder Mensch habe eine andere Grundschwingung. Diese stimme überein mit der Grundschwingung seines Ascendentenzeichens, und zwar:

Widder = c

Wage = fis

Stier = cis

Skorpion = g

Zwilling = d

Schütze = gis

Krebs = dis

Steinbock = a

Löwe = e

Wassermann = ais

Jungfrau = f

Fische = h

Seiner Meinung nach besänftigt der längere Zeit vernommene Ascendentton das Gemüt. Der Mensch wird harmonischer.

Anstelle der astrologischen Verfahrensweise schlägt Brandler-

Pracht zwei andere Findungsmöglichkeiten vor:

1. Versuch: Völlig entspannt und rhythmisch atmend den auf einem Instrument angeschlagenen Tönen der mittleren Oktave von c und h lauschen. Jeden einzelnen Ton, eine Zeitlang passiv hingegeben, sorgfältig prüfen; feststellen, welcher Ton wohl am ruhigsten, am harmonischsten stimmt. Dieser Ton ist dann als Grundton beizubehalten.

2. Versuch: Wieder gut entspannt. Diesen vermutlich gefundenen Grundton in allen Oktaven nacheinander anschlagen oder anschlagen lassen. Danach überläßt man sich mit zwanglos angehaltenem Atem den rasch, fast gleichzeitig angeschlagenen Oktaven dieses Tones und beobachtet, welche Empfindungen wachgerufen werden. Entsprechen sie nicht den gehegten Erwartungen, richte man die Aufmerksamkeit auf einen anderen Ton. Dies solange, bis man überzeugt ist, im Besitz des richtigen Grundtones zu sein, mit dem man sich nun eingehend vertraut macht. Zu jeder beliebigen Zeit muß dieser in allen Oktaven rein und klar erzeugt werden. Nie aber während das Akasch-Tattwa schwingt, warnt Brandler-Pracht. Am ehesten dürfte die dem persönlichen Entwicklungsgrad entsprechende Oktave des Grundtones zusagen. Diese Oktave verwende man bei allen Laut- und Tonpraktiken: Vokalatemübungen, Runenarbeiten, Meditationssprüche, Mantras.

Harmonische Gedankenkonzentration in Verbindung mit dem

Eigenton gewinnt an Kraft und Wirksamkeit.

Musikalisch nicht Bewanderte üben anfangs in gleichbleibender Tonhöhe, die am besten zu liegen scheint. Man befolge einfach Dr. Schmitts Rat, taste und suche und summe solange in „der Schwankung von Auf und Ab und Verweilen und Schwingen im einzelnen Ton“, bis man sich wohl fühlt.

Viel üben auf M und N, allein und in Verbindung mit Vokalen, vorzugsweise mit O und den hellen Lauten E, I, Ö.

Und nie den „Stützungs- und Schöpfungslaut“ J außer acht lassen. I kurz anklingend und sofort zu J übergehen.

Im allgemeinen singt und summt der Mensch auf seinen Eigenton herum und baut auf ihm „in Tonleiter und Tonart“.

Und immer wieder: „In sich auf den Atem lauschen!“ Nicht nachlassendes Üben führt früher oder später den Erwählten zum Inneren Ton der Yogis.

Um den Eigenton zu vernehmen, rät der Anthroposoph Dr. Rudolf Steiner „den angespannten Oberarmmuskel ans Ohr zu bringen, mit fest am Ohr gelegten Daumen“. Wird hierbei ein „dunkler, rauschender Ton“ vernommen und gelingt es diesen „durch leises und vorsichtiges Summen“ zu identifizieren, so soll es bei Erwachsenen das „D der eingestrichenen Oktave sein“.

Eng der Musik verbundene Mantriker sehen im D den Grundton des Menschen, im F – als Offenbarung Christi bezeichnet – den der

Natur, den Grundton der Erde, im C den Ausdruck des manifestierten Gott-Schöpfer. Von Bedeutung für sie ist es, daß alte Kirchenglocken in D und F klingen. Schlußfolgernd daraus sollten daher die Mantras in D und F intoniert werden, da diese Töne am sichersten die ihnen innewohnende Kraft entbinden. Es wird geraten, mit kleinen Stimmpfeifen zu üben. D leise summen und dann eineinhalb Tonhöhe zum F – „der kleinen Terz zum D“ – übergehen.

Quell aller Offenbarung, wenn im Innern erlauscht, ist für den Sufimeister I.K. Saut Surmand, der „abstrakte Ton“, der den ganzen Weltraum erfüllt, der Ur-, der Grundton des Kosmos. Diesem „Lautsymbol“ verdankt die Schöpfung ihre Existenz. Aber nur dem Eingeweihten erschließt sich das Geheimnis dieses Tones. Wem es sich offenbart, dem offenbart sich das Mysterium des SEINS.

Anahada Nada, den „abstrakten Ton“, an den Krischnas Flöte mahnt, vernimmt der in Samadhi weilende Yogi. Moses soll ihn vernommen haben im Zwiegespräch mit seinem Elohim, und Jesus als er mit dem VATER sprach.

Ein fernes, fernes Ziel...

Erst die „richtige Aussprache“ verbindet mit dem „richtigen Ton“, der die gesamte Wesenheit in ihrem dreifachen Aspekt – physisch, psychisch und mental – in Schwingung versetzt, sie im Sinne eines höheren alchemistischen Prozesses um- und verwandelnd.

Vorerst aber muß der diesem Hochziel entgegenstrebende mit

nie erlahmender Geduld das Grundlegende erarbeiten: Die Vokalatmung und die Anfangsgründe der Mantramistik.

Runen-Yoga

Rätselzeichen aus längst vergangener Zeit bis in unsere Tage

Runenzeichen sind wohl jedem von uns bekannt, auch daß sie das Alphabet einst unserer Ahnen gebildet haben, wissen wir, weniger bekannt hingegen dürfte die verborgene Bedeutung und der ursprüngliche Zweck dieser so rätselhaften Symbole sein, die wir geritzt finden in Felsen, Waffen, Geschmeide; Jahrhunderte vielleicht sogar Jahrtausende alt. Ausstrahlend vom Norden bis in den Süden Europas, hin bis ins ferne Indien und China. Überall stoßen wir auf sie.

Auf Kreta, im archäologischen Museum in Heraklion stehen unter Glas Platten, die einst kultischen Zwecken gedient haben sollen. Auf jeder befindet sich ein eigentümliches Zeichen, nicht unähnlich unserer alten Steinmetzzeichen. Zwei dieser Platten zeigen überraschenderweise den genauen Linienzug der AR-Rune.

Und in den spärlichen Trümmern minoischer Königspaläste fand

ich, kunstlos in die Quader geritzt, weitere an Runen gemahnende Zeichen. So bei der Besichtigung der Überreste des Palastes von Malia eine einwandfrei gefertigte HAGAL-Rune, und in den Ruinen des Königspalastes von Phaestos am Boden auf zwei nebeneinanderliegenden Steinfliesen die MAN-Rune, ferner auf einem Stein des Mauerwerkes, zwar nicht ganz exakt, die SIG-TYR-Rune, und auf einem anderen Mauertest MAN- und YR-Rune vereinigt zum germanischen Wendehorn.

Andere Mauersteine wiederum trugen steinmetzähnliche Zeichen; in ihrer Ausführung primitiv, und wohl infolge klimatischer Einflüsse nicht mehr so leicht zu erkennen. Begreiflich, daß die Touristen von diesen stark in Verwitterung begriffenen Einmeißelungen keinerlei Notiz nahmen.

Unbeantwortet für uns die Frage, zu welchem Zweck die Werkleute eines früheren Jahrtausends, da und dort, wie wahllos anscheinend, diese Zeichen in den Stein gehauen haben. Erinnt man sich der dunklen eddischen Sprüche, wäre es nicht auszuschließen, daß die Absicht auf talismanischen Schutz gerichtet gewesen ist, noch dazu in einer Epoche, wo, wie Funde beweisen, das Leben noch kultmagisch ausgerichtet war.

Fest steht wohl – auch die Wissenschaft vertritt heute vielfach die Ansicht –: ehe man sich der Runen als Schriftzeichen bediente, verwendete man sie zu magischen Zwecken. So Prof. Dr. Wolfgang

Krause in seinem Werke RUNEN: „Da aber die Runen als götterentstammt galten, waren sie nicht einfach tote Buchstaben, sondern übermenschliche Kräfte“. Selbst als bereits die Runen der schriftlichen Verständigung dienten, operierte der Runenmeister – der orilar oder irilar – mit magischen Runen, „Glanzrunen“, d.h. „der von den Himmelsmächten stammenden Runenreihe“.

Kronzeuge des Runenweistums ist jene tief sinnige Liedersammlung, die wir mit Fug und Recht als nordische Bibel bezeichnen dürfen: die EDDA. Die einzige uns erhalten gebliebene Überlieferung nordischen Weisheitsgutes. – Der eddischen Sage zufolge war es Odin, der nordische Gott, dem sich als erstem das Geheimnis der Runen erschloß, als er suchend sich „vom windkalten Baume“ – wo er „neun eisige Nächte“ gehangen – herniederneigte. Herabgesunken vom Baume, „der den Menschen verbirgt, wo er den Wurzeln entwachsen“, erkannte er die Runen, hob sie auf und „begann neu zu werden und weise zu sein, zu wachsen und wohl sich zu fühlen“. Nun wußte er die Sprüche, wie „keines der Menschenkinder“.

Dunkle Worte. Eine Einweihung in das Runenmysterium?

Andere mögen sagen, Dichtung, überlieferter Aberglaube. Seien wir vorsichtig, urteilen wir nicht vorschnell! Vergessen wir nicht, die Edda kündigt von einer Menschheit, in der die inneren, die paranormalen Sinne noch tätig waren. Es war der magische

Mensch, der den Urmächten noch natursichtig verbunden war. In somnambuler Schau offenbarten sich ihm die Runen.

Selbst in unserer Zeit noch hat die okkultistische Forschung wiederholt festgestellt, daß mit magischen Zeichen, mit Symbolen und Charakteren, darunter die Runen, erstaunliche Wirkungen zu erzielen sind, wie ich aus eigener Erfahrung weiß.

Zwar entdecken wir so gut wie nichts von einem Runenzauber in den hinter uns liegenden Jahrhunderten. Dennoch könnten Runenkundige mit Erfolg am Werke gewesen sein. Die Runensymbolik alter Fachwerk- und Sakralbauten spricht dafür. In der katholischen Kirche in Herrenalb im Schwarzwald segnet auf dem Bilde des Hauptaltars Christus mit zur SIG-TYR-Rune gewinkelten Armen. Nicht anders der Engel des Seitenaltarbildes. Die Gestalten auf beiden Bildern richten ihre Handflächen segnend, ausstrahlend also, kraftgebend, auf die Gläubigen.

In gleicher Haltung (Sig-Tyr-Haltung) hängt der „Herr-Gott von Bentheim“ auf seinem Steinkreuz.

Im Münster in Neuß/Rh. entdeckte ich in einem Seitenschiff ein Kruzifix in Form eines rohen Baumstumpfes mit zwei die Man-Rune bildende Astknorren. Der Gekreuzigte hängt somit in Man-Runenhaltung.

Und aus der Verbindung der Hagal-Rune mit der Pard-Rune entstand, in Abänderung der Pardspitze zum Halbrund des P, das

bekannte „Monogramm Christi“: Alles bloßer Zufall?

Praktische Runenarbeit

Um die Jahrhundertwende, erst mit dem Wiener Gelehrten Guido v. List (1848-1919), begann eine neue Runenära. List deutete die Runen, darauf die spätere Runenarbeit fußte, wie sie Friedrich Bernhard Marby und Siegfried Adolf Kummer entwickelten. Diese Pioniere eröffneten neue Perspektiven. Verkündete List, jeder Rune liegen bestimmte Bedeutungen zugrunde, lehrten Marby und Kummer, jede Rune ist getreues Abbild des Menschen in einer bestimmten Körperhaltung, kann somit körperlich gestellt werden. Damit nicht genug. Jede Rune hat ihren Namen, bezeichnet einen Buchstaben, einen Vokal oder Konsonanten. Diese sind zu sprechen, zu singen, zu summen, zu raunen!

Zwanglos bildet der Runenweg den Übergang von der Vokaltiefatmung zur Mantramistik. Selten ist ein Übungssystem so einfach, so leicht durchführbar und umfassend zugleich.

Gleichzeitig ist damit die Brücke geschlagen zum östlichen Yoga. Somit besteht der Name Runen-Yoga zurecht, weil der vermutlich dem Norden entstammende Entwicklungsweg im wesentlichen verwandt ist mit den Einweihungspfaden des Ostens. Es bestehen keine Gegensätze aber viele Beziehungspunkte; denn hier wie dort: *Körperstellungen – Asanas;*

nur mit Runen wesentlich leichter durchführbar für jedermann, für

jede Alterklasse, auch für solche, deren Körper nicht mehr für indische Asanas geeignet ist.

Einbeziehung von Ton und Laut, also Mantra-Yoga, wie der Yoga-Kenner diese Praxis nennt. Demzufolge dürfen wir praktische Runenarbeit ohne weiteres als Runen-Yoga bezeichnen.

Jetzt zur Frage: Was bezwecken diese den Runen nachgestalteten Körperhaltungen und die damit verbundene Mantrapraktik? Hinausgreifend über die Wirkungen der Vokalatmung.

Eine Reihe von Auswirkungsmöglichkeiten lassen sich anführen. Als eine der wichtigsten nennen Runenpraktiker die Aufnahme von Feinkraftflüssen, Runenströme kosmischer wie tellurischer (von der Erde kommend) Natur. Eines der Hauptarbeitsgebiete des Runen-Yoga wie der Mantratechnik im Sinne Peryt Shous.

Später dann wird die Sinndeutung der Runen mit einbezogen.

Einem möglichen Einwand sei noch vorgebeugt. Manche sehen immer noch in den Runen schwarzmagische Zeichen, die unweigerlich Unheil schaffen. Begreiflich auch die Abneigung vieler, weil die Runen im „Tausendjährigen Reich“ als politische Symbole mißbraucht wurden. Oft ist mir verübelt worden, die Runen wieder ins Gespräch gebracht zu haben, besser wäre es gewesen, sie totzuschweigen. Genau so kurzsichtig und einseitig gedacht, wie seinerzeit die Absicht, die Runen als Heilszeichen eines

wiedererstandenen Teutonenkultes zu gebrauchen. Von solchen Meinungen müssen wir uns freimachen und erkennen, was die Runen dem Metaphysiker, dem Lebens- und Yoga-Praktiker sind.

Aber selbst wenn wir alles Okkulte ausklammern (und das ist der große Vorteil des Runen-Yoga), bleibt immer noch ein idealer Weg zu besserer Gesundheit, erträglicheren Lebensverhältnissen und, in der höchsten Zielsetzung, zu einem höheren Menschentum; denn Runen-Yoga schließt gleich dem Mantra-Yoga alle Möglichkeiten zur Höherentwicklung mit ein.

Mit Ausdauer durchgeführt, verbessern Runenübungen das körperliche Befinden, harmonisieren das Gemütsleben und steigern den von so vielen heiß begehrten „persönlichen Magnetismus“. Der Charakter gewinnt, der Mensch wird zur Persönlichkeit. Anreiz genug, es mit Runen-Yoga ernstlich zu versuchen.

Runenarbeit beeinflusst günstig das Gedanken- und Wunscheben. Unterbewußte, psychodynamische Kräfte werden dadurch in Tätigkeit gesetzt. Sinnvollere, erfolgreichere Lebensgestaltung ist die Folge.

Keinen schließt der Runen-Yoga aus. Das Alter spielt keine Rolle. In meinen Runenkursen machten neben jungen Teilnehmern Achtzigjährige mit gutem Gelingen mit.

Allerdings muß man sich im klaren sein, was man zu tun und zu lassen hat. Ohne Einhaltung ethischer Regeln ist wenig Erfolg zu

erwarten. Obenan – wie überall in Yoga, Mystik und Esoterik – steht das Gesetz der Harmonie. Harmonie in allem Denken und Tun. Geregelte Lebensweise. Nirgends ein Zuwenig noch Zuviel. Einschränkung der leider so beliebten Reizmittel Nikotin und Alkohol. Gleiches gilt vom Fleischgenuß 'Nicht nur aus ethischen Gründen, aus Tierliebe, sondern auch aus einem sehr egoistischem Grunde: Reinhaltung des Körpers, besonders des Blutes. Runenübungen sprechen in einem weniger verschlacktem Körper besser an.

Die Gedankenhaltung sei jederzeit positiv, das Gemüt frei von niederziehenden Begierden, gläubig verbunden der im Kosmos und im Menschen wirkenden URKAFT.

So vorbereitet dürfen wir getrost an die Runenpraxis und später dann an die Mantramistik herangehen. Zu Beginn der Übungen führen wir uns nochmals vor Augen:

Runen sind der Menschenform angepaßte Glyphen (die uns zum Teil auch in der Mantramistik begegnen) – Antennen gewissermaßen – die mit Stromwegen bestimmter kosmischer wie irdischer Feinkraftflüsse verbinden; uns auf einfache Weise in die Lage versetzen, diese subtilen Kräfte aufzunehmen.

Der Runenpraktiker arbeitet mit den Runen der Achtzehnerreihe des Futhork, die List seinen Runenstudien zugrundelegte, und an der sich auch spätere Forscher, wie Kummer, Gorsieben, Kurtzahn u.a. gehalten haben. Die achtzehn Futhorkrunen gelten als

Sakralrunen, als Heilsrunen. Sie werden in Beziehung gebracht zu den bekannten Strophen des Runenliedes und fanden und finden Verwendung im magischen und mystischen Gebrauchstum. Der Name Futhork ergibt sich aus den fünf Runen des Runenalphabets: FA – UR – THORN – OS – RIT – KA. Auch Futhark lesen wir oft, und zwar dann, wenn anstelle von OS die Rune AR steht.

Runengymnastik

Was hat zu geschehen?

Jede Runenstellung setzt ruhige, gelöste Körperhaltung voraus. Also Körperbeherrschung. Voraussetzung auch bei der Vokalatmung und der Mantramistik.

Desweiteren hat der gut gelockerte Körper sich gründlich zu dehnen, zu recken und zu strecken. Getreu dem alten Grundsatz: Wer sich streckt, streckt sein Leben. Dieses Dehnen und Strecken, richtig durchgeführt, ohne Verspannung und Verkrampfung, kann zum wahren Jungbrunnen werden, besonders dann, wenn bei gekonnter Tiefatmung die entsprechenden Lautübungen dazu kommen. Der Körper wird um vieles beweglicher, seine Widerstandskraft wächst; freier wird das Gemüt, besser die Stimmung.

Umsomehr wenn wir neben der unbeweglichen Haltung regelrechte Gymnastik betreiben, Runengymnastik, die die übliche Gymnastik weit hinter sich läßt, weil sie Runenlaut-und Wort

einbezieht. Je besser die Forderungen der Vokaltiefatmung (Vollatem, richtiger Stimmsitz) bereits erfüllt sind, desto tiefgreifender wird die Wirkung sein. Hier erfüllt sich ideal der Wunsch jener Vokalatempraktiker, Laut mit Geste zu verbinden, statisch und in der Bewegung. Kraft der mantrischen Intonation werden wichtige Körperzonen in Vibration versetzt, die Körperresonanz verstärkt, was auch für die Erweckung der Chakras nicht ohne Einfluß ist.

Einige Übungsbeispiele:

1. Übung: Arme kreisen in I S – Runenstellung

a) In IS-Grundstellung (aufrechter Stand, Arme lose seitlich des Körpers) Arme vorne hochführen zur Allschaltung (Arme parallel seitlich über den Kopf erhoben) und seitlich in ausladendem Außenbogen herabführen zur Grundhaltung.

Gleichzeitig den Hlaut intonieren; und zwar dunkel wie möglich und beim Hochführen der Arme allmählich bis zur höchstmöglichen Tonhöhe steigern.

Beim Herabführen der Arme sinkt gleichzeitig der Ton zur dunklen Lage.

Mit S schließen, tief einatmen und das Ganze von vorne.

Diesen Vorgang einige Male im festen Stand wiederholen.

b) Anschließend einige Male im Zehenstand. Beginnend im festen Stand, übergehen beim Hochführen der Arme in den Zehenstand.

Während des Abwärtskreisens zurück in den festen Stand.

Wieder verbunden mit der Lautübung.

c) Wieder wie bei a und b, jedoch beim Hochführen der Arme den Hlaut mit S beschließen (I | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | S); in der Allschaltung tief einatmen und seitlich die Arme herabführen mit I, das beim Erreichen des festen Standes (wenn im Zeherstand geübt) mit S.

Demzufolge zweimal I S mit langer HKette.

2. Übung: I S – UR

a) In IS-Grundstellung tief aus- und einatmen, den Runenlaut und das Runenwort singen oder summen, erneut einatmen und übergehen zum UR-Runenasane. (Rücken gebeugt, Arme parallel nach unten gestreckt, Fingerspitzen weisen zur Erde. Nicht die Luft abklemmen!) U zuerst hell, dann immer dunkler werdend, mit gerolltem R schließen.

In der Urbeuge einatmen (Atemluft muß frei fließen!), dann zurück zur IS-Grundhaltung. Hlaut im dunklen Tonfall, endend in höchstmöglicher Tonlage.

b) Jetzt in der Allschaltung gründlich einatmen und wieder hinab zur Urbeuge mit langgezogenem U-Vokal und abschließen mit R. Mit I dann zurück in die Allschaltung, wo wieder der Wechsel von IS zu UR stattfindet. Wiederholt sei: Beim Aufrichten I oder IS, beim Niederbeugen U oder UR.

3. Übung: MAN – UR

Aus dem MAN-Runenasana (Arme schräg seitlich über den Kopf gestreckt) hinab zur UR-Haltung und aus dieser wieder zurück zur Ausgangsstellung. Im Gegensatz zur IS-UR-Haltung, wo die Arme durchweg an der Vorderfront des Körpers hochgeführt werden, werden sie jetzt beim Aufrichten des Körpers seitlich im Bogen, emporgeführt. Runenlaut und Wort: U oder UR beim Niederbeugen, M oder MAN beim Aufrichten des Körpers.

4. Übung: IS–MAN–IS

Aus der IS-Grundstellung – I oder IS intonierend – Arme vorne zur Allschaltung führen. Einatmen und dann Ausbreiten zur MAN-Haltung, dabei M oder MAN singend. – Nach abermaligem Einatmen Arme seitlich herab zur Grundstellung. Wieder I oder IS.

Bei genügendem Atemvolumen darf die ganze Übung ohne Zwischenatmung vollzogen werden.

5. Übung: IS–MAN–TYR–IS

Zwischen MAN und IS wird eine weitere Rune eingefügt, die Rune TYR. Ihre Stellung: Bei aufrechtem Stand Arme seitlich schräg nach unten gestreckt. Innenhandflächen weisen zum Boden. Das Runenwort TYR stets zweimal. Die Formel lautet jetzt: IS -MAN – TYR, TYR-IS.

Viele Möglichkeiten noch bieten die Runen bezüglich Gymnastik. Zum Beispiel: Man stellt IS, geht über zur EH-Haltung, dann zur AR-, OS- und UR-Stellung. Jedes Runenwort dabei lang und volltönend

singen. – Eine andere vielgeübte gymnastische Vokalrunenfolge ist: AR–EH–IS–OS–UR.

Lautstärke und Tonhöhe üben wir stets in allen uns liegenden Tonlagen, sehr kräftig, ganz leise, kaum vernehmlich. Ebenso variabel seien die Bewegungen. Zuerst gehen wir ganz langsam aus einer Runenhaltung in die andere, dann immer rascher, so daß es zu regelrechtem Armkreisen kommt. Der eigenen Initiative bleibe es überlassen, wie jeder für sich die Runengymnastik durch Einbeziehung noch anderer Runen ausbaut. Die gegebenen Beispiele sind nur zielweisend.

Und nicht nur zur Morgen- und Abendgymnastik sollen uns die Runen dienen, auch im Freien wollen wir sie nutzen, auf einsamen Spaziergängen, unbeobachtet auf Wanderungen. Am einfachsten und unauffälligsten ist die IS-Rune im Gehen. Es bedarf lediglich eines federnden Ganges bei lose herabhängenden Armen, die Hände schalenförmig in Gehrichtung. Dabei singen oder summen I und IS.

Oder – wenn niemand stört – ruhigen, festen Schrittes, die Arme hochgestreckt, in IS-Allschaltung mit nach vorne weisenden Handflächen. – In derselben Gangart Arme in MAN-Haltung. Handflächen entweder nach vorne weisend oder flach, bzw. schalenförmig nach oben.

Drehen um die eigene Achse in IS-Allschaltung und in MAN-

Haltung ist ebenfalls angebracht. Runenlaut oder Wort möglichst in einem Zuge während der vollen Drehung singen.

Noch einen weiteren Vorteil bietet der Runen-Yoga, vorzugsweise die Runengymnastik: Gemeinschaftsarbeit mit Gleichgesinnten; zu zweit, zu dritt und in größeren Gruppen. Dies steigert erheblich den Erfolg, wie die Praxis ergab.

Aufnahme der Runenfeinkraftflüsse

Diese Phase des Runen-Yoga leitet hin zu jener Form der Mantramistik, die in Verbindung mit Laut und Körperhaltung die Drüsen und Nervenplexe beeinflusst, Schwingungsfelder der Aura aktiviert und die Chakras erweckt. Ein die innere Entwicklung förderndes Arbeitsgebiet.

Esoteriker lehren, und im Yoga finden wir die gleiche Ansicht: Ein universelles Kraftfeld umgibt uns, vermutlich eine Modifikation des Weltäthers, identisch wohl mit dem Prana, Lebensodem für uns alle, Quelle jedweder Kraft.

Reformarzt Dr. Lemke, spricht – gleich Mesmer, dem Wiederentdecker des menschlichen Magnetismus – von „einem Weltenstrom des Äthers, der alles überflutet... In diesem Ätherstrom leben, weben und sind wir“. Und weiter dieser einsichtsvolle Arzt: „Wenn wir uns erst in diesen Gedanken des Fließens hineingedacht haben, so wird uns bald klar, daß alle Kraft von Oben kommt und kommen muß, und daß es dort noch gewaltigere Kraftströme gibt,

die nur darauf warten, der Menschheit dienstbar gemacht zu werden“.

Otto Buchinger in „Das Heilfasten und seine Hilfsmethode“ wirft die Frage auf, ob die materiellen Nährstoffe nebst der Luft wirklich das einzig Lebenerhaltende sind; denn „wenn man viele langfastende Menschen beobachtet hat, wird man oft den Gedanken nicht los, daß da noch *irgendeine kosmische Vibrationskraft vorhanden ist* (Hervorhebung von mir), die den fastenden Organismus auflädt“.

Runenpraktiker sprechen von Feinkraftflüssen, von Runenströmen. Jedenfalls nehmen alle ein uns umgebendes Kraftfeld an.

Dieses Hinfließen von Feinkraftflüssen ist keine Einbildung. Übereinstimmend erfüllten es viele. Nur eine kleine Auslese von Zuschriften:

„Ich mache jeden Tag Runenübungen und komme dabei zu den erstaunlichsten Ergebnissen“. –

„Schon vor Jahren durfte ich anhand Ihres Buches RUNENMAGIE wertvolle Erfahrungen sammeln... Schon nach kürzester Zeit kam ich zu bemerkenswerten Resultaten.“-

„Übe seit Jahren die Runen mit gutem Erfolg. Sind es kosmische Strömungen, die einen in der Man-Runenstellung durchpulsen? Es ist ein Strömen wie bei einer Wechsellspannung.“ –

„Bei Runenversuchen spüre ich deutlich, je nach Runenstellung verschiedenartig wirkende Ströme“. –

„Im Besitze Ihres Handbuches für Runenkunde: RUNENMAGIE übe ich seit einigen Monaten einzelne Runen, insbesondere FA, IS, UR und MAN, und bin nunmehr fortgeschritten, daß ich kosmische Ströme und Wellen deutlich wahrnehmen konnte, dies hauptsächlich beim Sprechen des Runenmantras und selbst hernach noch“. –

Eindrucksvoller vielleicht noch ist folgender Bericht, der aber gleichzeitig zeigt, wie mitunter Krisen auftreten können, die bemeistert werden müssen.

„Nachdem ich seit einem halben Jahr regelmäßig Runenübungen durchführe, drängt es mich, Ihnen und Ihrem Werke zu danken und einiges von dem dabei Erlebten zu berichten. Seit dreieinhalb Jahren lerne ich fleißig aus Ihrem Buch RUNENEXERZITIEN FÜR JEDERMANN und seit einem halben Jahr, wie gesagt, arbeite ich nach RUNENMAGIE. Aus letzterem Werk habe ich – meinem Fall entsprechend – vier Runen und die dazu gehörenden Griffe ausgewählt. Am Anfang der Übungen hatte ich zwei schlimme Tage und Nächte und konnte nicht aufstehen; der ganze Körper versagte den Dienst. Als dies vorüber war, fühlte ich bei den Übungen noch eine Stunde danach stark den Einstrom in Händen und Füßen wie Feuer. Das griff allmählich auf den ganzen Körper über. Nie in meinem Leben habe ich so etwas oder ähnliches erlebt. Es war mir

ganz neu. Worte sind viel zu arm, es ist einfach unbeschreiblich. Nie hatte ich eine Ahnung davon gehabt, daß es so etwas gibt. Ein wunderbarer Strom hüllte mich ein, trug mich, als sei ich nicht mehr auf der Erde.“ –

Solche und ähnliche Erfahrungen wurden mir vielfach schriftlich wie mündlich mitgeteilt. Sehr verschieden freilich ist der Zeitpunkt, zu dem derlei Sensationen auftreten. Manche üben unverdrossen Wochen, ja Monate und mehr, ehe sich erste Anzeichen einstellen. Verschieden stark ist auch die Wahrnehmungsstärke und nicht zu jederzeit gleich.

Zeuge eines ganz markanten Falles einer überraschend schnellen Runenwirkung war ich bei einem Runenkurs in Zürich, abgehalten im Rahmen der Parapsychologischen Gesellschaft. Eine Dame (sie erschien erst am zweiten Kursabend und wußte absolut nichts von Runen und deren Wirkungsmöglichkeiten) stellte gleich den anderen Teilnehmern die IS-Rune und summierte das Runenwort. Nach kurzem Üben unterbrach sie und fragte etwas erregt, was denn das sei, das mit einem Male in sie einströme. Diesen Einstrom verspürte sie in der Folge so stark, daß sie die Übung abbrechen mußte. Ein Ausnahmefall.

Runen entwickeln, entsprechend der persönlichen Veranlagung, parapsychische, oder wie man heute gerne sagt, Psi-Fähigkeiten. Vor kurzem erst wurde mir berichtet:

„Mittels Runen-Yoga konnte ich die Schwingung meiner Aura weit verbessern. Jetzt habe ich dadurch starke magnetische Kräfte entwickelt. Ich habe schon Kranken öfter meine Hände aufgelegt und verblüffende Wirkungen in Bezug auf Heilungen erzielen können“.–

Die Runen – letzten Endes in sich fassend Vokale und Konsonanten – aktivieren das uns umgebende Schwingungsfeld. Jeder Buchstabe, mehr noch jede Buchstabenkombination, erzeugt ganz spezifische Schwingungsformen, was den Einstrom aus jenem Kraftfeld, in dem wir leben, begünstigt. Mantrikern und Praktikern der kabbalistischen Lautmagie (vermöge der ich schwere Tische in Bewegung versetzte, wie auch mit Runen) längst nichts neues.

Gleichviel, ob Mantras, kabbalistische Lautgebilde (Gottesnamen usw.) oder Runen, stets ist es die Macht des Tones, die Kraft des Lautes, die sich hier manifestiert.

Nach Marbys Überzeugung ist der Mensch von „dynamischen Raumhallsphären“ (besser vielleicht Klangsphären) umgeben. Beginnend mit der Klangsphäre I, endend mit der des A. Einbezogen in dieser Klangreihe sind Ü und Ö.

Gleich Kugelschalen umgeben diese Vokal-Raumzonen den Körper des aufrechtstehenden Menschen:

AEÖUÜI---IÜUOÖEA

Schwingungszonen

verschiedener,

ungleicher

Schwingungsbreite. Am weitesten schwingt A aus. Durch Sprechen, Singen und Raunen der Laute bringen wir ihr sphärisches Feld zum Schwingen. Wir elektrisieren uns, sagt Marby, der Ansicht, daß diese Sphären gleichzeitig „von den strömenden Schichten der elektrischen Aura des Menschen durchflutet“ wird.

Körperstellungen, Arm-, Hand-, Bein- und Fußhaltung, beeinflussen diese den Körper „umlagernden verschiedenen dynamischen Sphären“. Auch auf die Art des Sprechens kommt es an. Das langgezogene I des Runenwortes IS erzeugt bei gleichbleibender Tonlage ein „feines Schwingen und Rieseln“, nicht aber das kurze I. Beim langen I ist die Schwingung in Händen und Füßen nach oben gerichtet, beim kurzen dagegen fließt etwas von oben nach unten in den Körper, beobachtete Marby.

Einiges nun zur Praxis:

Stellen wir nun die IS-Rune (in Grundstellung und Allschaltung üben) und ziehen wir mit der ganzen uns möglichen Vorstellungskraft den Feinkraftfluß oder Runenstrom an; und zwar:

Während der Einatmung und des gleichzeitigen Ansaugens denken wir den Runenlaut oder das Runenwort, im Zuge der tönenden Ausatmung stellen wir uns lebhaft vor, wie das Fluidum, von oben kommend, in den Kopf (und bei der Allschaltung auch in die Hände) einströmt und von da aus den ganzen Körper durchflutet und durch die Füße in den Boden abklingt.

Nach erlangter Übung laden wir – immer mit stärkster Imagination – wichtige oder der Stärkung bedürftige Organe mit IS-Runenkraft.

Desweiteren saugen wir den Runenstrom in Allschaltung mit den Handflächen an, sammeln ihn daselbst, kreuzen hernach die Arme und führen sie, leise raunend, in Abstand von zehn bis zwanzig Zentimeter langsam abwärts zu den Füßen, das in den Handflächen angestaute runische Fluid dem Körper einstrahlend. Handinnenflächen selbstredend diesem zugewandt. Mit dieser automagnetischen Strichführung beenden wir jedesmal die Aufnahme der Runenkräfte.

Dieser Abstrich kann auch nach jedesmaligem Singen erfolgen, ebensowohl nach drei-, fünf-, sieben- (oder der Zahl der IS-Rune entsprechend) neunmaligem. Jedenfalls immer als Beendigung der Übung.

Wie bereits früher schon singen und summen wir in allen Ton- und Stimmlagen, so daß wirklich alle Teile des Körpers von der Runenvokalatmung und den Runenströmen erfaßt werden.

Während des Übens möglichst wenig bekleidet. Kleidung absorbiert, wie wiederholt festgestellt. Isolierend wirkt vorzugsweise reine Seide.

Blickrichtung ist, wie die alten Runenpraktiker vorschreiben, Norden oder Osten, bzw. wo es das Exerzitium erfordert, zur Sonne.

Und was nicht außeracht gelassen werden darf: Es ist nicht der

physische Körper, der hinsichtlich Gesundheitszustand und Entwicklung den Ausschlag gibt, vielmehr ist es der Ätherleib oder Linga sharira, wie ihn die östliche Philosophie nennt. *) Nach ihm ist der sichtbare Körper gebildet. In diesem ätherischen Double bereitet sich alles vor, was sich später im Grobkörperlichen gestaltet. So haben auch Krankheiten ihren Ursprung im Ätherleib, was durch die heute viel diskutierte Kirlianfotografie bewiesen scheint.

Runenströme aktivieren in erster Linie den Ätherleib. Sie vermehren und verbessern seine Strahlkraft.

Zu berücksichtigen ist, daß der Ätherkörper über den physischen Körper hinausragt und ihn als eiförmige Aura umschließt. Dieser ätherischen Aura ist bei der automagnetischen Strichführung erhöhte Aufmerksamkeit zu schenken. Wir strahlen in sie das aus Fingerspitzen und Handmitten aufgenommene Fluidum.

*) Ausführlich darüber in: Karl Spiesberger, Die Aura des Menschen.

Auch die im Ätherleib kreisenden Chakras beeinflussen wir so. Wir stoppen den Abstrich und halten die Hände über eines der Chakras. Zuerst über das Magenchakra, das mit dem so wichtigen Sonnengeflecht korrespondiert. Zweckmäßig dabei ist es, die Hände so nebeneinander in einer Fläche zu halten, daß der Daumen der rechten Hand in Brusthöhe liegt, der kleine Finger der Linken etwa in Nabelhöhe. Abstand wieder ungefähr zwanzig

Zentimeter. Direktes Auflegen ist ebenfalls gestattet. – Aber Vorsicht vor Überladung. Stark Sensitive müssen hier Maßhalten.

Jede Aufladung, wie jede Runenübung überhaupt, beenden wir mit einer gründlichen Erdung. Wir legen dabei die Innenhandflächen fest auf den Boden und stellen uns vor, wie alles Zuviel an aufgenommener Strahlkraft in die Erde abfließt.

Gleicherweise praktizieren wir die Aufladung mit der MAN-Rune. Im Prinzip geht alles so vor sich wie eben besprochen. Neben einer allgemeinen Aufladung können wir auch gezielter vorgehen.

Wir leiten den Einstrom der MAN-Runenwellen von den Händen, die Arme entlang, zur Brustmitte. Gleichzeitig führen wir den Feinkraftfluß vom Scheitel ebenfalls zur Mitte der Brust, wo sich die beiden Stromläufe vereinigen, die wir nun senkrecht abfließen lassen über Schenkel und Füße zur Erde.

Als letztes Beispiel die Kraftaufnahme von unten her mittels der Erdrune UR.

Nach Erfühlen der Vibrationsschwingungen des U-Lautes in allen uns liegenden Tonlagen, Einstellen auf Aufnahme des Runenstromes.

Wieder unter stärkster Konzentration saugen wir das Fluid aus dem Boden in die Füße (Fußchakras!), leiten es aufwärts durch den Körper und lassen es über Arme und Hände zurück zur Erde fließen. Während die Erdrunenkräfte so durch den Körper kreisen, laden wir

uns bewußt mit ihren Energien.

Oder wir bevorzugen diese Art der Aufladung: Hände schalenförmig nach unten gerichtet und Ansaugen des Runenfeinkraftflusses. Das in den Händen angesaugte Fluid die Arme hochführen und zur Brust und zum Solarplexus leiten.

Abschließend einatmend das Fluid in den Händen speichern, Arme kreuzen (immer noch in UR-Beuge) und langsam bis zur Magengegend führen. (Die Hände im Schwebestrich über Schienbeine und Schenkel) Über den Leib hinweg ausstreichen und Arme ab. Den raunenden U-Laut die ganze Manipulation hindurch nicht vergessen!—

Überdenken wir, was uns der Runen-Yoga bisher bereits ermöglicht. Wir üben ihn:

um den Atem zu vertiefen, die Sauerstoffaufnahme zu erhöhen; den Körper gründlicher zu entschlacken und beweglicher zu machen; Tonvibrationen auszulösen, die jedes Körpermolekül in erhöhte Schwingung versetzen; um Feinkraftflüsse aufzunehmen und jede Zelle damit aufzuladen; dem Ätherleib Kraft zuzuführen, die Strahlkraft seiner Aura (treffend als Gesundheitsaura bezeichnet) zu verstärken, was gleichzeitig den „persönlichen Magnetismus“ steigert und die wichtigen Lebenszentren, die Chakras mit neuer Energie erfüllt.

Bestimmt nicht wenig. Außerdem stellen wir wiederum eine

Parallele zum östlichen Yoga fest, der ebenfalls von einem der Wissenschaft noch fremden Agens spricht, von der Aufnahme von Lebensströmen oder der Lebenskraft – dem Prana.

Gleichviel, ob nun Prana oder Runenströme, bzw. Feinkraftflüsse (letzten Endes vielleicht ein- und dieselbe Kraft, nur auf verschiedene Weise aufgenommen), oder ob verwandte Kräfte, die sich wechselseitig ergänzen.

Auch Dr. Franz Mesmer, Wiederentdecker der menschlichen Strahlkraft, und seine Anhänger, darunter der bereits zitierte Reformarzt Dr.H. Lemke, vertraten die Ansicht, daß ein „Weltstrom des Äthers“ alles durchflutet. Kein Magnetiseur heilt demzufolge aus eigener Kraft allein. „Die Aufgabe eines jeden Menschen muß es daher sein, sich mit dieser Kraft aus der Höhe zu verbinden“.

Eine voll mit dem Runen-Yoga sich deckende Auffassung. Nicht weniger die weiteren Worte Dr. Lemkes: „Lieder, Gesänge und Worte beeinflussen den Äther der Luft und ziehen strahlende Kräfte herbei...“ – „Man kann den Magnetismus gewaltig verstärken, wenn man spricht und singt“. – „Die Worte sind Kraftspender und dienen als solche dazu, Kräfte im Menschen zu erwecken und herbeizuziehen.“ . Im Mantra-Yoga östlicher Herkunft eine ganz selbstverständliche Sache. Da er ja auf der uralten Lehre beruht, die besagt, daß uns ein universelles Kraftfeld umgibt, in das uns

bestimmte Laute, Worte, Sprüche (Mantras) einschalten, wodurch wichtige Kraftzentren erweckt werden. Peryt Shou's Mantratechnik fußt im Wesentlichen darauf.

Wohin wir blicken, nichts, was dem Runen-Yoga widerspricht, überall Bestätigung.

Wie erwähnt drängte sich dem weithin bekannten Fastenarzt Dr. Otto Buchinger ebenfalls der Gedanke auf, daß eine kosmische Vibrationskraft den fastenden Organismus 'auflädt'. „Sie muß irgendwie etwas mit 'religio', mit der Wiederverknüpfung an eine schöpferische Ur-Energie zu tun haben.“ – Dabei führt Buchinger auch die durch viele Jahre währende Inedia (Nichtessen) berühmt gewordene, aber immer noch umstrittene, Theresia Neumann ins Treffen. Der Arzt wirft schließlich die Frage auf: Ob es sich hierbei möglicherweise um eine „Wiederverknüpfung an eine schöpferische Ur-Energie handelt, an den geheimnisvollen schöpferischen Logos“, der es dem Menschen ermöglicht, sich „aus dem Weltall aufzuladen“, sofern er „das Wort“ findet.

Runen-Yoga und Psychodynamik

Runen sind der Schlüssel zu Ideenmächten, die im Transzendentalen und im Menschen wirken. Daher sind Runen vorzügliche Helfer zur Weckung seelischer Tiefenkräfte. Wichtiger Zweig für eine esoterisch ausgerichtete Lebenspraxis. Nutzung der

Macht des Gedankens, der Autosuggestion, des Selbstbefehls, in der schicksalgestaltenden Erfolgsmeditation.

Die IS-Rune, Rune des Ich, hilft, das Ichbewußtsein zu steigern, damit wir uns als Ich erkennen und erfühlen lernen. Als Ich, das zwar über Körper, Sinne, Empfinden, Gefühle verfügt, keineswegs aber mit diesem gleichzusetzen ist, worin der Irrtum der meisten besteht. In Wahrheit sind wir Wesen geistiger Natur und nur vorübergehend in einem grobstofflichen Leibe inkarniert.

Unser gewöhnliches Ich-bin-Bewußtsein ist Ausfluß eines weitaus umfassenderen Bewußtseins: des Überbewußten in uns. Dieses Überbewußte – das Göttliche Ich oder der Göttliche Funke in uns – so lehren Yoga und Mystik, steht in enger Beziehung zu dem Kosmischen oder Allbewußtsein, dem wir in einer Vielheit von Namen begegnen.

Unser Ziel ist jetzt, das Körperliche völlig zu vergessen und ausschließlich Ich zu werden, eins zu werden mit dem wahren Ich in uns, dem Über-Ich im Sinne des bedeutenden Yoga-Kenners Paul Brunton; jener geistige Wesensteil, ohne den wir nicht eine Sekunde denkend zu leben vermöchten. Ausdauerndes Üben wird uns lehren, daß wir in Wahrheit nicht Knecht, sondern Herr unseres Körpers sind, Gebieter unserer Sinne, nicht deren Sklaven.

Dazu verhilft uns die Meditationspraxis der IS-Rune. Sie ist die Rune des Ich und die Rune des Willens, der Willenskraft. Verbunden

mit ihrem transzendenten Kraftfeld praktizieren wir nachstehende Exerzitien:

In IS-Grundstellung (auch in Allschaltung) laden wir uns auf mit dem Runenfeinkraftfluß. Nach etwa drei Minuten leiten wir über zur Meditation: Wir denken und fühlen: Ich bin, wortlos und mantrisch.

Die nächste Meditationsformel ist: Ich will!

Wieder in IS-Runenhaltung. Den Körper gestrafft (aber nicht verkrampft!) stehen wir da, ganz Wille.

Wir üben solange, bis in uns die unerschütterliche Überzeugung aufflammt: Nichts in der Welt vermag die Macht der IS-Rune, und damit unser mit ihr verbundenes Wollen, zu erschüttern.

Zuvor aber halten wir inne und bedenken: Willensmenschen, rücksichtslose Machtnaturen gibt es übergenug; einen solchen Willen zu erstreben wäre verwerflich und würde die Macht der Runen bedenklich mißbrauchen, was karmisch seinen Rückschlag fände. Nein, jener Wille muß es sein, den der Mystiker Bo Yin Ra aufruft mit den Worten: „Wegweisender Wille wolle in mir...“ Nur diesen Willen, gespeist aus der Harmonie des All-Willens, dürfen wir uns vorbehaltlos anvertrauen.

Ichbewußt verbinde ich mich dem Allwillen muß daher das folgende Mantram im IS-Runenasana lauten, um nicht abzugleiten in Rücksichtslosigkeit und Willkür, die uns ja allorts umgibt. Ein wesentlicher, leider zu wenig beachteter Umstand. Niemals jedoch

werden wir in Versuchung geraten, den erstarkten Willen zu mißbrauchen, wenn wir in IS-Runenhaltung in uns die Worte lebendig werden lassen: Bewußt eine ich mich dem kosmischen Willen; jederzeit wirkend im Einklang mit ihm!

Diesem Willen, der in der IS-Rune symbolisch seinen Ausdruck findet, geben wir uns ganz hin. IS ist gewissermaßen der Hebel, der uns einschaltet in den Wirkungsbereich dieser archetypischen Macht.

Dazu ein weiteres Mantram: Der göttliche Urwillensstrom durchpulst mich. Diese Phase üben wir womöglich in Allschaltung.

Nicht eher geben wir uns zufrieden, bis wir uns tatsächlich durchströmt fühlen von diesem allumfassenden Willen. Fragen wir nicht danach, wie lange es dauern mag, bis wir soweit sind; Wochen, Monate, Jahre vielleicht. Was aber ist irdische Zeit gemessen mit den Maßen der geistigen Welt? Hier darf es an Ausdauer nicht fehlen; denn die Übungen dienen ja dazu, dem Dämon der Materie zu entrinnen. Allem, was uns niederzieht; willenlosem Sichgehenlassen, Süchten, Habgier, jedwedem, was unserer Zeit das Kainsmal aufdrückt.

Wir schalten uns daher nicht nur im Rahmen unserer Runenmeditationen ein in den höheren Willen, sondern wir beginnen jede Runenarbeit, womöglich jeden werdenden Tag, mit dem Mantram: Ichbewußt schalte ich mich ein in den kosmischen Urwillensstrom.

Wobei wir bei „ichbewußt“ an das uns innewohnende Höhere Ich denken.

Fühlen wir uns so – im Ich-Runen-Asana verharrend – verbunden dem Großen Willen, dann sprechen wir mantrisch die Worte: Schwingend im Urkraftfeld des Weltenwillens, bin ich eins mit seinem Wollen.

Mit dieser Formel vertraut und in ihrem Sinne lebend, dürfen wir getrost sagen: Ich bin ein strahlendes Willenskraftfeld.

Und weiter mit hochgehobenen Armen, die Handflächen jetzt nach vorne weisend, langsam im Kreise uns drehend und dabei Kraft ausstrahlend: Mein Wille dominiert!

Denn es ist ja nicht mehr das egoistische intellektuelle Wollen, nicht mehr der sinnengebundene Triebwille, der die Wünsche diktiert, es ist der altruistische Tiefenwille, der nur will, „was der Vater will“, getreu dem Christuswort: „Ich und der Vater sind eins“, jener Wille, der sich einzuordnen weiß in das Weltgesetz, in das „Dein Wille geschehe!“

Zu diesem Wollen müssen wir erwachen. Wäre es das Wollen aller, vor allem der Mächtigen dieser Welt, Herrschsucht, Habgier, Grausamkeit wären von dieser Erde verbannt.

Hier helfen die Runen, richtig geübt bei richtiger Lebensweise, weiter. Mancherlei Geheimnis werden sie dem enthüllen, der sich überwunden hat.

des höheren, wahren Ich-Bin, des wahren Ichwill; vereint mit den Impulsen des Weltenwillens.

Unser Blickfeld wird sich in dem Maße weiten, wie sich unser Bewußtsein weitet. Der eifrig Übende wird willenskräftiger, beherrscher, aktiver, tatenfroher. Furcht, Zweifel, Lebensängste, Streßzustände, die leider immer mehr um sich greifen, schwinden mit der Zeit. Sofern wir nur denken und das tun, was dem höheren WOLLEN entspricht, uns ihm ganz vertrauend hingeben. –

Für psychodynamische Exerziten eignet sich desweiteren vorzüglich die KA-Rune, die „Könner-Rune“, die „Rune des Könnenden“, im Körperlichen wie im Geistigen. Sie steigert den Mut, gibt Kühnheit, verleiht Intuition und Inspiration. Sie gilt als die Rune des Magiers, des Meisters in den geheimen Wissenschaften, und als Zauberschutzrune.

Im aufrechten Stand strecken wir die Arme parallel schräg nach oben, analog dem Schrägstrich des Runenzeichens. Arme und Hände in einer Linie, Innenhandflächen, weisen nach unten. Dabei kurz hintereinander Kkkkkkkkkk, solange der Atem mühelos reicht.

Mit den Vokalen: Ka ke ki ko ku;

späterhin Einbeziehung der Trüblaute ä – ö – ü;

und der Diphtonge au – ei – au.

Mit den Handflächen werden die Schwingungen der KA-Rune aufgenommen und von da aus durch den ganzen Körper geleitet.

Physiologisch betrachtet massieren die durch den Ka-Laut hervorgerufenen feinen Erschütterungen den Unterleib, vornehmlich das Zwerchfell, ein wohltuend auf das Befinden sich auswirkender Vorgang. Eine ähnliche Wirkung lösen die leichten explosionsartigen Erschütterungen in der Mundhöhle aus.

Zwischendurch erproben wir eine andere Haltung, indem wir die Oberarme fest an die Brust legen und nur mit den Unterarmen und Händen den Schrägstrich bilden. – Auch in aufrechter Sitzhaltung (wie auch mit einigen anderen Runen möglich) üben.

Ebenso in Verbindung mit Gymnastik.

a) Nach Norden gewandt und während der Runenformel langsames Drehen des Oberkörpers nach Osten und wieder zurück.

b) Wieder in KA-Haltung, Füße weiter fest auf dem Boden und Beibehaltung der KA-Formel. Drehung nach links und rechts; soweit es ohne Überforderung möglich ist.

c) KA in Verbindung mit IS und UR. Aus der IS-Allschaltung übergehen zur KA-Haltung, dann hinab zur UR-Beuge. Von hier aus zurück zur IS-Allschaltung. – Mehrmals mit den entsprechenden IS-, KA- und UR-Formeln üben. KA auch allein mit UR gymnastisch üben.

Die KA-Runen in Verbindung mit Runenmeditation:

So vorbereitet beziehen wir die KA-Runen gemäß ihrer Bedeutung in die psychodynamische Lebenspraxis mit ein.

1. In KA-Haltung, bestens konzentriert, nach Intonation der Lautformel (dreimal), mantrisch: Ich kann!

Solange – ohne Übertreibung – üben, bis man von der Gewißheit seines eigenen Könnens durchdrungen ist. Das Unterbewußtsein wird bald im positiven Sinne antworten und den Übenden mit Zuversicht und Kraft erfüllen. Mit der KA-Formel das Exerzitium beenden.

2. Verbinden der Könnerrune KA mit der Willensrune IS. In IS-Grundhaltung dreimal I oder IS, Betont tiefe (nicht forcierte!) krafterfüllte Einatmung und mantrisch, wie bereits geläufig: Ich will!

Das W stark vibrierend. Hauptresonanzfeld sind Brust und Rücken. Den ganzen Körper erfülle dieses energiegeladene: Ich will. Während des erneuten Einatmens Hochführen der Arme zur KA-Runenhaltung und mit besonders starker Betonung des letzten Wortes. K sehr kräftig, starke N-Vibration: Und ich kann. In der Einatmungsphase Arme hoch zur Allschaltung. Innenhandflächen weisen zueinander und mantrisch: Was ich will! Mit einem Dreimaligen I oder IS schließen. Das Exerzitium dreimal wiederholen.

3. Einbeziehung des Strahlungsfaktors:

In der Schlußphase die hochoberhalbigen Arme in weit ausladendem Bogen seitlich abwärts führen zur Grundhaltung, gleichsam einen Strahlenmantel bildend. Die Formel: „Was ich will“

wird wie folgt aufgeteilt: Die beiden ersten Wörter noch in Allschaltung, „will“ während der Herabführung der Arme, und zwar, wenn möglich, mit einem Atemzug. Hauptbetonung auf das vibrationsfördernde W. Mit einem nicht zu kurzen, energischen L schließen.

Zurück zur Allschaltung und noch zweimal den Vorgang wiederholen. Nach der dritten Wiederholung wieder in Allschaltung und mit I oder IS die Arme seitlich herabführen, jedoch nicht bis zur Grundhaltung, sondern die Innenhandflächen und Finger umschließen die in der Mantratechnik so bedeutsamen Hüftknochen. Ein wichtiger Vorgang, der uns noch beschäftigen wird.

Die innere Überzeugung ist während der Dauer des Übungsverlaufes auf Wollen und Können gerichtet.

Wann immer wir uns unsicher fühlen, unsere Entschlußkraft ins Wanken zu geraten droht, unser Können eines Auftriebs bedarf, haben wir in dieser Übung einen guten Helfer, der uns Schwächeperioden, von denen niemand frei ist, bemeistern lehrt, eine Hilfsquelle, aus der wir jederzeit schöpfen können, wenn Wichtiges in die Wege zu leiten ist, es um den vollen Einsatz der Persönlichkeit geht. Von nun an meistern wir jede Aufgabe mit einem zuversichtlichen: Ich kann!

Eine Teilnehmerin einer meiner Runenkurse sagte nach obiger Übung: „Selbst wenn mir der Kurs nichts weiter vermittelt hätte als

nur diese eine Praktik, schon das allein wäre mehr als genug“.



Abbildung 1:
Sig-Runenstellung

Hinwendung an die Kraft in uns.

1. In SIG-Runenhaltung.

Und zwar verwenden wir hier eine neue, von Marby an einer Michaelsfigur entdeckte SIG-Stellung, die noch besser als die anderen SIG-Runenasanas unserem Vorhaben entsprechen.

Bei aufrechtem Stand und exakt gewinkelttem linken Arm ruht die Hand mit den Innenflächen auf der Magengegend. Der erhobene rechte Arm ist gleichfalls gewinkelt, die Hand, über dem Kopf, weist nach vorne.

Dreimal mantrisch (laut, leise raunend, auch in Gedanken): SIG oder: SAL und SIG.

Dreimal.

Mit größter Verinnerlichung die Mantras: Gottesgeist, inne mir wohnend, siege!

Oder: Die Kraft in mir siegt!

Anstelle der SIG-Runenstellung darf auch das Mudra treten, der SIG-Runengriff. Mit dem man u.a. das Ich-will-und-ich-kann-Exerzitium unter Verwendung letztgenannter Formel abschließen sollte.

Jede Rune lässt sich nämlich auch mittels Hand- und Fingergriffen wiedergeben, analog den östlichen Mudras und der westlichen

Buchstabenmystik. Wieder ein Beweis, wie umfassend der Runenyoga in seiner Anwendungsweise ist.

An jede Runenmeditation schließt sich eine längere Schweigeübung, damit in der kontemplativen Versenkung das dem Unbewußten Eingepflanzte tiefere Wurzeln schlägt.

Einfache Runenmeditation leitet über zu Runenritualen. Unter sinnvoller Einbeziehung mehrerer, in der Bedeutung sich ergänzende Runen und Verwendung passender Runenformeln vermag jeder selbst solche Rituale zusammenzustellen. Viele Meditationsformeln und Rituale für die verschiedensten Lebenslagen finden sich in RUNENMAGIE, Handbuch der Runenkunde, und RUNENEXERZITIEN FÜR JEDERMANN. Beiden Büchern sind alle hier gegebenen Formeln entnommen.

Beispiel eines kurzen Rituals, mit dem jede Runenarbeit kultmässig abgeschlossen werden sollte:

Ritual der Hagalrune

Die HAGAL-Rune, sie ist die Runenmutter und gilt als das hegende, schützende Prinzip. Wir symbolisieren sie durch den HAGAL-Runengriff. Innenhandflächen weisen zueinander. Die rechtwinkelig davon abstehenden Daumen berühren sich mit den Spitzen leicht.

1. Aufrecht stehend, Arme hoch über dem Kopf erhoben, Hände zum Griff gestaltet.

Dreimal das Runenwort HAGAL leise hauchen. Das H etwas länger haltend. Danach mantrisch, kräftig: Hegende Kräfte des Alls strömen mir zu.

2. Unter dreimaligem HAGAL und Beibehaltung des Runengriffes Arme langsam herabführen zur Brusthöhe. Griff unbeweglich vor der Brust, mantrisch; mit stärkster Ver-innerlichung: Hegende Kräfte des Alls wirken in mir.

3. Wieder dreimal HAGAL, raunend mit nach innen gewandtem Blick: und als letztes Mantra: Hegende Kräfte des Alls wirken durch mich.

Bei „durch mich“ Arme nach vorne strecken, Hände nach oben gewinkelt, die ebenfalls rechtgewinkelten Daumen berühren sich leicht, Innenhandflächen weisen nach vorn. Ausstrahlend!

Wieder dreimaliges, jetzt kräftiges HAGAL verbunden mit dem Aussenden abwehrender, schützender Strahlen und Gedanken. Abschließend Arme über der Brust kreuzen. Fingerspitzen am Schulteransatz.

Oder vorher: Drehen im Rechtskreis, nach allen Himmelsrichtungen das kraftstrahlende HAGAL. (Bei einer diesbezüglichen Prüfung wurde dem Radiästheten die Rute fast aus der Hand gerissen, so stark war der Ausschlag.) Drehen im Kreise ist auch bei Übungen mit der SIG-Rune angezeigt. Auch Schlagen der HAGAL-Rune darf abschließend miteinbezogen werden.

Wesentlich ist, daß es nie an der nötigen Hingabe fehlt. Besonders dieses Ritual erfordert eine starke meditative Einstellung, um die einfließenden hegenden und schützenden Allströme zu erfühlen. Sensitive merken es relativ bald.

Mit diesem im Grunde einfachen Praktiken stehen wir erst am Anfang einer runischen Erfolgsmagie.

Erfolge auf psychodynamischer Basis sind durchaus nicht neu. In der Hauptsache beruhen sie auf der Kraft des Gedankens („Gedanken sind Kräfte“ – oft zitiert, leider noch zu wenig praktiziert!) und auf der Macht des Unbewußten, jener seelischen Tiefenschichten, deren Funktionen wir längst noch nicht genügend nützen. Als neuer Faktor tritt hinzu die mantrische Macht der Runen.

In vielen Fällen profitiert auch die Gesundheit. Ein von Gebrechen arg Geplagter schrieb schon nach kurzer Runenarbeit: „Gesundheitlich habe ich viel zu tun mit Magen, Galle, Darm, Kopfreißer – bisher keinerlei ärztliche Erfolge – mit den Runen habe ich bereits zeitweise Erleichterung. Auch das Behandeln anderer ist mir jetzt des öfteren geglückt“.

Psycho-dynamische Runenmantramistik wendet oft in verzweifelten Fällen böses Geschick zum Guten. Der Alltag beweist es. Das uns zgedachte Schicksal wird erträglicher. Fälle sind bekannt, wo es sich schlagartig gewandt hat.

Überraschende Hilfe in aussichtsloser Lage

„...Sie werden sich wundern, von einem nicht ganz Unbekannten nach nahezu vier Jahren wieder etwas zu hören. Vielleicht erinnern Sie sich, daß ich Ihnen damals als politisch Inhaftierter schrieb und Sie bat, mir die Genehmigung für die Auswertung des Stoffes aus Ihrem Buch 'Unsichtbare Helferkräfte' zu erteilen. Damals machte ich – trotz der Umstände – die Examensarbeit für die Journalistenprüfung, die ich dank dem Studium Ihres wertvollen Buches mit 'sehr gut' bestand. Da mich die Problematik Ihres Buches besonders interessierte, weil ich Antwort auf so viele Fragen des Lebens suchte – und auch viele Fragen in Ihrem Werke beantwortet fand – kaufte ich mir Ihr Werk 'Runenexerziten für jedermann' (noch während der Haft).

Zu dieser Zeit sah meine persönliche Lage schwärzer als schwarz aus. Seit sechseinhalb Jahren war ich schon inhaftiert. Daheim warteten meine Frau und meine sechs Jungen auf mich. Nahezu sechs Jahre hatte ich noch vor mir. Gewiß, die Jahre der Gefangenschaft waren auch Jahre der Sammlung und der inneren Bereicherung für mich. Was die Jahre mir gaben, schätze ich als unbedingt wichtig und förderlich für meine Entwicklung. Bemessen aber am Schicksal meiner Frau waren sie sehr, sehr schlimm für mich...

Nun denn – die damalige Lage sah so aus, daß kaum Hoffnung

auf eine vorzeitige Entlassung bestand, zumal es für politisch Inhaftierte praktisch weder Straferlaß noch Strafverkürzung gab. Nach über sechs Jahren, bei zwölf Jahren Haft, war es reine Illusion, ans Heimkommen auch nur zu denken. Ich versuchte aus dieser Zeit etwas zu machen. Wie gesagt, ich studierte Journalismus, danach Literatur... ich studierte alle grenzwissenschaftliche Literatur, die mir in die Hände kam... und machte mir diese Lehren zum Lebensinhalt.

Entscheidend aber wurde mein Lebensweg von Ihren Werken beeinflusst. Nachdem ich ein halbes Jahr nach Ihren Anleitungen in 'Runenexerziten für jedermann' praktizierte, barsten geradezu alle Hindernisse und üblen Lebensbedingungen. Stellen Sie sich vor: das Unmögliche wurde Wirklichkeit. Das Internationale Rote Kreuz und mein Rechtsanwalt erwirkten innerhalb des folgenden Halbjahres meine unverzügliche Freilassung.

Das geschah nicht auf dem Wege einer Begnadigung, sondern auf Wegen, die wir nie für möglich gehalten haben... Den einmal beschriebenen Weg, den in der Hauptsache Sie... mir gewiesen, gehe ich weiter... Sie haben mir nicht nur in einem ganz konkreten Fall geholfen, sondern auch mein Leben geradezu umgeformt, die Lichter umgestellt, wie man treffend sagen kann. Auch im Beruflichen hat sich viel zum Guten gewendet... Eine Bestätigung für die Richtigkeit Ihrer Lehren... eine von vielen Bestätigungen, die Ihnen zugesandt werden, aber doch wieder ein Mauerstein zu dem

Gebäude, das zu errichten die große Aufgabe der Menschheit ist...“

–

Nichts ist mir bekannt vom Ausmaß der Schuld oder Unschuld dieses Mannes, der zweifellos weltanschaulich weit links gestanden hat. Er schwieg darüber, und ich habe nicht weiter danach gefragt. Wesentlich erscheint mir hier die Wandlung der Persönlichkeit, das In-sich-Gehen, die Hinwendung zu einer neuen Weltsicht im geistigen Sinne. Ganz sicherlich hatte er es dieser radikalen Umstellung zu danken, daß übles Karma an Kraft verlor und Runenmacht sich voll auswirken konnte.

Erst völlige Um- und Einkehr verbürgt den Erfolg!

Runenmystik

Hinwendung an den WELTENGROUND. – Bewußtseinsweitung – Einswerden mit dem Höheren Selbst, Eingehen ins Überwußte: Hochziel des Runen-Yoga wie der höheren Mantramistik. Wege dahin: Meditation, Kontemplation, Mantras.

Der nach dem Höchsten strebende Runenpraktiker geht über die übliche Anwendung der Runen weit hinaus. Er schaltet sich ein in den „kosmischen Urwillensstrom“ bei jeder seinen Runenarbeiten, um „schwingend im Urkraftfeld des Weltenwillens“ in Einklang mit diesem zu kommen; stets der Überzeugung: „Des Geistes Macht beherrscht den Stoff, Ewiges Sein triumphiert über vergänglichen Trug“.

Im GIBOR-Asana oder mit dem GIBOR-Runengriff, in kontemplativer Versunkenheit spricht er in sich ein:

„Gibor, Allvater, lasse mich eins sein mit dir“. – „Dem Urgrund entstammend, führ Gibor zu dir mich wieder zurück“.

Würdig vorbereitet, vollzieht er die Rituale der Initiation, der Vollendung, der Einswerdung mit der Urkraft. *)

Dem esoterischen Gehalt der Heilsrunen der Edda immer näher kommend, wird der Erwachende täglich in stiller Stunde sprechen – denken – erfüllen:

Runenkraft durchströmt mich!

Runenkraft stärkt mich! Runenkraft gesundet mich!

Runenmacht führt zum Erfolg mich!

Heilsrunen erneuern mich!

Heilsrunen erleuchten mich!

Heilsrunen einen mit der Macht aller Mächte mich!

Ehe der Neuling die Fülle der Arbeitsmöglichkeiten mit Runen voll ausschöpft, wird er vernünftigerweise vorerst sich auf das Naheliegende beschränken und dem Körperlichen den Vorzug geben. Der Nutzen hieraus wird bald ersichtlich sein. Allein schon die durch Voll- und Vokalatmung erzielte Innenmassage wirkt tiefgreifend auf wichtige Organe. Rufen wir uns ins Gedächtnis: Die Einatmung senkt dabei das Zwerchfell, wodurch die Lungen an Raum gewinnen; sinkt das Herz und

vergrößert sich, lang und schmal werdend.

Magen, Leber, Gallenblase, Milz, Bauchspeicheldrüse und Därme gehen nach unten, teils nach oben. Umgekehrt verläuft das Ganze bei der Ausatmung. Wie gesagt, eine gründliche Massage, verbunden mit erhöhter Sauerstoffaufnahme und, einhergehend damit, vermehrter Ausscheidung der so schädlichen Kohlensäure. – Womit wir wieder bei der Vokaltiefatmung angelangt sind.

Nicht zu vergessen die psychische Seite. Bedingt durch den infolge Gymnastik gelockerten und elastischer gewordenen Körper sowie dem Mehr an Sauerstoff und einer durch Konzentration entwickelten positiven Gedankenhaltung verebben die negativen Stimmungen. Dem Streß wird der Boden entzogen, Ordnung kommt in das Gemütsleben, Harmonie zieht ein in die Seele.

So vorbereitet können wir uns nun der Mantratechnik zuwenden.

*) Ausführlich behandelt in: Runenmagie.

MANTRA-TECHNIK NACH PERYT SHOU

Wirkungsweise und Zielsetzung

Ergänzend zu früher Gesagtem einige Grundsätze noch, wie sie sich aus der von Peryt Shou gelehrt Mantrapraxis ergeben. Zwei Anwendungsformen begegnen uns hier:

Zum einen ist es die Kraft des Klanges und des Lautes, zum andern wirkt neben den Ton- und Lautschwingungen das innere Wesen des Wortes, die Macht der Idee.

Im ersten Falle sprechen wir vom logistischen Wortmantra. Om, Lam, Hapij, und wie die vielen ein- und mehrsilbigen Worte lauten mögen, zählen dazu, ebenso die Runennamen und die der Kabbalah.

Im zweiten Falle sind es logistisch gesprochene Sätze, denen ein bestimmter Sinn zugrundeliegt; klar umrissene Meditationsgedanken. Bei der psychodynamischen Runenpraxis lernten wir bereits einige kennen. Natürlich sind die Grenzen hier fließend. Ebensogut kann hinter einem ein-oder mehrsilbigen Wort die Macht der Idee stehen. Oft entscheidet die Einstellung des Mantrikers.

Beide Mantraweisen legen allergrößten Wert auf Körperhaltung (Koinzidenz, Invertebration usw.), Gesichtsgebärde und

Mundstellung (Nasalflexion, Widdermaske – Ovulation, Sibilation usf.).

Die Mantramistik im Sinne Peryt Shous, ihre Anwendungsbereiche zeigen es, setzt sich folgende Hauptziele:

1. Belegung der Nervenplexe, vornean der Solarplexus, und des Drüsensystems, an der Spitze Epiphyse, Hypophyse und Thymusdrüse. Einhergehend damit die Aktivierung des aurischen Schwingungsfeldes sowie die Erweckung der Chakras.

2. Einstellung auf kosmische Schwingungszentren (Sphärenkräfte, M-Wellen usw.). Dadurch Verbesserung der Od-Qualität („spirituelles Od“) und Stärkung der persönlichen Strahlkraft durch Aufnahme ätherischer Kräfte. Wodurch der Heilwille im Körper sich verstärkt, die Sexualkraft sich sublimiert und vergeistigt.

3. Fühlungnahme mit dem Unbewußten unseres Wesens, im besonderen mit dem Tiefenwillen in uns. („O mein Wille...“ – „Ich will ganz eins....“)

4. Verbindung mit hohen geistigen Wesenheiten (zum Beispiel mit der Bruderschaft des Hermes). In ähnlichem Sinne äußerte sich ja auch Leadbeater.

5. Vereinigung mit der Urkraft, mit dem kosmischen Urwillen. Hoch- und Endziel der Mantramistik .

Grundlegende Begriffe

Ehe wir uns mit jenem Teil der Mantramistik befassen, wie sie Peryt Shou in lebenslanger, mühevoller Forschungsarbeit entwickelt hat, müssen wir uns zum besseren Verständnis zuvor mit seiner Ideenwelt vertraut machen und die wichtigsten, der von ihm geprägten Grundbegriffe kennenlernen und gründlich überdenken.

Substanz – Logos – Wort

Substanz – im Sinne Spinozas: das An- oder In-Sich-Seiende, das Selbstgeschaffene, das „reine Sein“, das „wahre Sein der Dinge“, daß das Gesetz seiner Selbstentstehung in sich tragende Eine. Dies ist das Gesetz des LOGOS, ist Mahat, ist Hansa, wie der wissende Inder es benennt.

Streng zu unterscheiden ist die Substanz, das Undifferenzierbare von Prakriti oder Pradhana, der Materie, das Differenzierbare. Materie ist lediglich die ins irdische Sein projizierte Erscheinung; denn das Wesen der Substanz ist nicht identisch mit dem des Stoffs unserer vergänglichen Welt.

„Substanz ist der vollendete Ausdruck des mit und in sich einigen Urwesen aller Dinge“. Sie drückt das Wesen „der vollkommenen Einheit alles Seins“ aus. Alles kosmische Leben ist Selbstentfaltung der Substanz.

Substanz – dieses „Was in sich ist“ (d.i. nach Spinoza id quod

substat) – ist identisch mit dem WILLEN, der „Urstrebung“ im Geiste Schopenhauers, ist aller Geschöpfe Vater.

Ein einziges Geschöpf aber nur ruht in ihrem Schoß, lebendig teilhabend an der Entwicklung aller Wesen und Welten: der Mensch! Dank des In-Sich-Seienden der einen Kraft, dem einen Wissen (gedacht als intellegible Macht höchsten geistigen Ursprungs, deren nimmermüde Funktion die Monaden gebiert) ruhen auch in uns: Urkraft, Ur-Wille, Urwissen. Wir alle tragen sie in uns diese „unmittelbare Gegenwärtigkeit des Ich in einem Urimpuls“; jenes: „was sich im Menschen selbst weiß“, ohne Zutun des sterblichen Intellektes.

Alein mittels der tierischen Sinne kann das EINE nicht wahrgenommen werden. Daher muß der Mantriker unterscheiden lernen zwischen dem „eigentlichen Substanzwissen“ und seinem Gegenpol, dem Materiewissen. –

LOGOS, einerseits gedacht als Weltvernunft, andererseits als die im Wort wirkende ewige Weisheit und Kraft.

Als Weltvernunft ist der LOGOS die universelle Intelligenz, die Urquelle jedweder Energie, zeugendes Prinzip des Stoffes, in dessen „Schwingungen die Kraftquelle des Kosmos“ lebt.

Zugleich ist ER das eine in sich selber denkende, von keinem sonst zu begreifende URPRINZIP, „die Substanz, das Tat, im Zustande der Selbstanschauung“, das anfanglos SEIENDE, das

ewige SEIN, die Kraft des Entstehens, des Werdens, der Schöpferdrang in der Natur.

Meditationsgedanken für den fortgeschrittenen Mantriker.

Außerdem spricht der Esoteriker von einem individuellen Logos, gemeint „ist der aus dem Unterbewußtsein ausstrahlende, in das kosmische Sphärenbewußtsein (Ishvara – Jesus Christus) versenkte Teil unseres Wesens, gleichsam das Resonanz-Ich für den feinen kausalen Bau des Kosmos selbst“. Es ist die höhere Wesensseite unseres Ich, jenes Über-Ich, das uns im Kollektiv verbindet mit der ganzen Menschheit, und darüber hinaus mit der Weltseele, dem Weltenlogos.

Unser Ich wurzelt im Welten-Ich. Seine Intelligenz, seine Kraft, sein Wille durchpulst uns alle, eint uns alle auf höherem Plan. Ganz im Sinne des Mystikers leben wir in Gott und Gott in uns. Anstelle von Gott können wir auch Logos sagen.

Das Mantra, das Wort ist es, „das die Anziehungskraft eines neuen kosmischen Zentrums“ in uns erweckt, uns näher bringt einem geistigen Universum, erfüllt von der Ewigkeit des LOGOS.

Die Schleier der Maya fallen. Der Christus in uns, Sinnbild des in der Materie gefesselten Logos, steigt vom Kreuz und fährt zum Himmel auf.

Das uns erlösende Prinzip ist das „schöpferische Wort im All“. Das Wort, die manifestierte Kraft des Logos, befreit vom Sinentrug,

führt zur Gottesweisheit.

Ähnlich der Verwandtschaft von Ton- und Lichtäther, von Akasch und Tejas, ist die Urkraft des Wortes dem Lichte verwandt.

Das schöpferische, lebendige Wort führt zurück zur Gottnatur, es wandelt den „materiellen Menschen um in einen substanziellen geistigen Menschen“. Vermählt sich der physische Mensch mit der göttlichen Strahlungssubstanz, dann öffnen sich die inneren Organe seiner höheren Geistnatur, die ihn zur Unsterblichkeit führt.

Dazu bedarf es eines geschlossenen Klangfeldes, daß dem Menschen einst durch Mißbrauch seines Willens, durch Überhandnehmen des Eigenwillens verloren gegangen ist. Zur Rückgewinnung dieses Klangfeldes verhilft das im Mantra entwickelte Wort, das nichts zu tun hat mit dem Intellektwort.

Im Mantra offenbart sich in hingebungsvoller Stille eine aus höheren Seinsbereichen stammende Wortkraft, zugleich Essenz unseres überzeitlichen Ich. Sie wirkt in Heilssprüchen, in Gebeten und Formeln gegen Krankheit und andere Übeln.

Die ganze Mantrapraxis gründet auf dem Wort, auf dem Logos.

Peryt Shou formuliert es so: „Jedes Wort ist eine Substanz, ein Schwingungskomplex, der, richtig entwickelt, auf den grobstofflichen Schwingungskomplex des Körpers vermöge des verbindenden WILLENS einen gesetzlichen Einfluß ausübt“. Im Tonstratum „schwingt das 'Wort' als eine durch den ganzen Kosmos

ausgegossene göttliche Urkraft“.

Zentralsonne – Weltseele

Um noch tiefer in die mantrische Lehre Peryt Shous einzudringen, müssen wir weitere, nicht für jeden leicht zu akzeptierende Begriffe einbeziehen; zunächst den der Zentralsonne. „Zentraler Weltpol“, der sich nur den unterbewußten Seelenkräften erschließt. Der Anblick dieser „Sonne der Wiedergeburt“ spiritualisiert. Wachbewußtem Denken nicht faßbar.

Die Zentralsonne – überräumlich gleich dem mathematischen Punkt – Ausdruck der Selbstentfaltung der SUBSTANZ, deren Zellkern gewissermaßen ist die ZENTRALMONADE, das MONON, von dem es heißt: es spiegele sich im Substanz- oder Ich-Bin-Bewußtsein des Menschen. Was wir Bewußtsein nennen, ist eine Emanation aus diesem MONON. Unser Organismus korrespondiert „mit dem Gesamtorganismus des Alls“, mit der WELTSEELE, Ausdruck alles Geistigen und Materiellen; tätig „als einheitliches Energieprinzip... und als Substanz“. Ihr Evolutionskern ist die Zentralsonne. Beide zusammen ergeben ATMA-BRAHMA. Brahma gedacht als Universalprinzip, Atma als die das All regierende Weltseele, als die im unendlichen All wirkende SUBSTANZ, „die in sich im Denken gegenwärtige Substanz des Denkenden“ im Sinne Spinozas.

Esoterisch gesehen umgeben „sieben große Sphären oder

Globen von monadischen Urwesen“ die Zentralsonne. Oder anders gedacht: Sieben Reiche umgeben den Thron der Weltseele. Wie Weise des Ostens lehren, befindet sich unser Sonnensystem innerhalb der sieben Sphären und durchschneidet gegenwärtig mit seiner Achse den vierten Kreis oder Globus. Bis hierher reichen die Teleonenschwingungen oder Monaden(auch Seelen genannt) der Zentralsonne, metakosmische Lebensträger der Individuen. Teleonen – „Vollendungskörper“, „zentralsolare Monaden“ überräumlicher, substanzieller Natur – durchstrahlen in ihrer Wirkung das ganze System. Unser Selbst, die individuelle Monade, „lebt an der Schwingung dieser alldurchstrahlenden hohen Energien“. -

In unseren seelischen Tiefenschichten mit der Weltseele verbunden, empfangen wir von ihr das kosmische Urlicht. Elivagar, die El-Woge der Edda, die Wellen der absoluten Kraft. „Urlichtströme des Himmels“. Zwei Formen dieses Urlichtes sind es: die höhere Schwingung, das Apollinische (Abel – Phol – Baidur) und der dunkle Aspekt, das Dionysische (Kain – Chon-s – Dionysos) Nietzsche sah darin die Urschwingungen der Weltseele. –

Unser Sein muß sich wieder in das ewige Urprinzip des Alls eingliedern. Von dieser Vereinigung mit der Weltseele, der SUBSTANZ, der „göttlichen Natur des Alls“, wissen höherer Yoga und Mystik.

Noch ist die Materie der vierten Weltzone so dicht, daß sie das

reine Wirken des göttlichen Prinzips in der Natur behindern. Daher bedarf es großer Anstrengung, um sich vom Rade der Wiedergeburt zu lösen, um als Nirvani ins Nirvana einzugehen und im innersten Kreise des überräumlichen, geistigen All schauend im Gottesbewußtsein zu verweilen.

Ein mühevoller, äonenlanger Weg bis zum Zentrum der geistigen URSONNE. – Schüler der Mystik und hoher Yogastufen, Inbegriffen die Mantramistik, gehen ihn.

Beherrschung des Denkvermögens und Befreiung von der Welt der Sinnenlockungen lauten die ersten Wegmarken.

Sphärengürtel – Metakosmische Urherde

Nach esoterischer Anschauung umspannt den Erdball eine feinstoffliche Globenhülle, ein siebenfacher Strahlungsgürtel, dessen Emanationen sich mit der der Erde entstammenden Strahlungs- oder Erdlohe verbinden. Sphärenemanation und Erdemanation bilden ein für den Mantriker bedeutungsvolles Spannungsfeld, das Man-Wellenfeld.

In höherer Oktave gilt dieser Sphärengürtel als Einschaltenebene zu den geistigen Welten. Spiegelreflektoren sozusagen, die die Strahlen des Urlichtes aus der Überwelt des Logos empfangen und auf die dafür Aufnahmebereiten weiterleiten, die mit ihrem feinstofflichen Wesensteil mit diesen geistigen Impulsen korrespondieren.

„In seinen Sphärenbau stellt der Kosmos eine wunderbare

Mechanik dar, eine Sphärenharmonie und Symphonie, auf welcher der ewige Logos arbeitet“. – Die Sphären sind Einschalteneben für auf den gleichen Grundton abgestimmte Intelligenzen. –

In diesem Zusammenhang verweist Peryt Shou auf kosmische Kraftorte, Energiespeicher, „aus denen die feineren Energieformen in dies planetarische Leben überfließt“. Nahtstellen zwischen Kosmischem und Metakosmischem.

Ein solches Zentrum, von wo aus die Urmaterie des Metakosmos in den Raum sich ergießt ist die schwarze Höhle des Kepheus. Ihr entströmt „ein Strahlenbündel einer transzendenten Urmaterie“, vergleichbar einer „schwarzen Lanze“ (die dunkle Lanze, die Siegfried den Lichten erschlug). Ein dunkles Urlicht. Eine helle Modifikation kommt aus dem Schwan und vom Schild des Sobieski. Erstgenannte Emanation empfangen wir noch; „denn der Mensch lebt“ an ihr, erloschen aber ist für uns der lichte Weltatem der zwei anderen Strahlungsherde. Der dunkle Gegenspieler, der materielle Aspekt des Urlichtes, hält den lichten Strahl gefangen, dem sich der wissende Inder aussetzt, um den Hansa, den Logos im Zeichen des Schwanes bewußt zu erleben. Man raunt von einer dunklen Ursonne, wo in einer dunklen Wolke Isvara als Hansa thront. Dem erweckten Coronalaug wird diese Wolke, so die Verheißung, „sichtbar mit dem Erlöser“.

Rabe und Taube sind gleichfalls Strahlungsherde eines „dunklen

und lichten Urlichtzentrums. Vom Sternbild des Raben soll eine absorbierende Urmaterie auf unser Sonnensystem einwirken.

Auch vom Kohlsack her, aus dem Wolf in der südlichen Hemisphäre, strömt Urmaterie in unsere Sonnenwelt.

Ein Deformations-, ein Auflösungszentrum der Materie birgt der Orion. Dort soll sich „ätherische Materie“ befinden, deren Existenz angeblich Experimente bewiesen haben. Orion (gleich den Hyaden) ist ein wichtiges Kraftfeld, dessen sich die Magier der Antike bedient haben sollen. Er ist der alte Himmelsriese der Mythologie, der gefällt wird durch den Dorn oder Stachel. Ein Hinweis auf die Zauberkraft der Domrune.

Im Medusengestirn wiederum glüht eine Sonne, von der dunkle Strahlen ausgehen, von Dr. Kritzinger Kanalstrahlen genannt. Unter bestimmten Bedingungen werden sie vom Menschen absorbiert und in Energie umgewandelt.

Als kritischer Spannungsherd gilt der auch in der Astrologie als disharmonisch bezeichnete Fixstern Antares. Nach alter legendärer Überlieferung hat von diesem roten Stern aus einst Luzifer die Erde – „Zankapfel kosmischer Hierarchien“ – in seinen Bann gezogen. Luzifer gesehen als metakosmische Macht, nicht schlechthin der Urböse, sondern in gewissem Sinne der Lichtbringer.

Im Perseus, so wird gesagt, befindet sich ein Zentralgestirn. Der Legende nach haben dort die Lichtgötter, die Elohim, den

Menschen erschaffen „durch Einblasen des Weltalls-Atem in seine Seele“. Von hier aus soll sich in Urzeiten auch der Abfall ereignet haben, der als Urkomplex noch heute auf uns lastet, und von dem uns das alle Weisheit bergende Urlicht erlöst. – Von dort her, so vernehmen wir weiter, „spinnt sich der Faden des undifferenzierten (ultravioletten) Urlichtes herab, ‘Sutraatma’ bei den Indern“. Für Peryt Shou ein wichtiges Strahlungsfeld, besonders für unsere Breiten. Von diesem Zentralherd empfangen wir die Emanationen einer höheren Qualität der Urmaterie. Empfänger dieses dunklen Urlichtes sind die Zellkerne sowie die inneren Sektionsdrüsen. So ist das Coronarium eine Art Zentralakkumulator. Es empfängt die Modifikationen der Urmaterie, auf dessen höhere undifferenzierte Qualität das Siebbeinvakuum reagiert. Verbunden mit dieser Ursubstanz verwandeln sich die Zellen unseres Leibes, saugenden Urwirbeln gleich, in „empfangende Schöße des höchsten Lichtes“, somit eine neue Welt schaffend.

Das Strahlungszentrum des Perseus beherrscht „alle weiteren Kristallseelen des Universums“. Wir dürfen hier natürlich nicht mit den Maßen unserer fünf Sinnenwelt messen. Unser Raum-Zeit-Kontinuum gilt in jenen raumzeitlosen Dimensionen nicht.

Alle Schranken von Raum und Zeit fallen für den, der das „Brauenlicht“ erweckt hat, d.h. dessen Empfangsorgan, das Stimbeinvakuum, leuchtend geworden ist. Eine Verheißung, die

Mantratechnik verwirklichen hilft.

Für Realdenkende höchst unwahrscheinliche Ansichten. Doch bedenken wir, basiert nicht auch die Astrologie auf der Lehre von den Gestirneinflüssen? Wobei es kaum um eine Einwirkung der Stoffmassen der Sterne auf Charakter und Schicksal handeln dürfte. Wie ferner bekannt, lassen es viele Astrologen nicht bei den Planeten bewenden, sie beziehen eine Anzahl Fixsterne mit ein.

Von einem dieser Sterne, Capella im Fuhrmann, Vehlowschreibt ihm Mars-Merkur-Charakter zu, scheint ein besonders zwingender Einfluß auszugehen. Dr. Herbert Pritsche fühlte sich ganz im Banne der Capella. Unfaßbares, Unwägbares spürte er von ihr ausgehen, „das sich deutlich als Eros offenbarte“ und ihm die Vorstellung eines weiblichen Wesens aufdrängte. Die auf Gegenseitigkeit beruhenden Schwingungen drohten „zu einer Liebe zu werden“. Sehnsüchtig aufblickend nach dem fernen Stern überkam ihn urplötzlich die Idee zu einer Novelle. Ganz im Liebesbann der Capella erschießt sich im Anblick dieses rätselhaften Sterns ein Astronom. Doch so unwahrscheinlich es klingen mag, die Handlung der geplanten Novelle hatte sich bereits vor mehr als vier Jahrzehnten real abgespielt, wie Dr. Pritsche anlässlich eines astronomischen Vertrages zu seiner nicht geringen Überraschung erfuhr.

Der Göttinger Astronom Prof. Dr. Wilhelm Klinkerfues, ein nüchterner Gelehrter, erschloß sich 1884 an einem

Januarspätnachmittag angesichts der Capella, der die ganze Liebesleidenschaft des alternden Mannes gegolten hatte.

Strindbergs Schriften lassen durchblicken, daß dem großen Schweden der astromagische Einfluß der Capella nicht fremd gewesen ist. Allein er schwieg „aus Gründen“, die er „nicht angeben“ konnte. –

Das Dionysische und das Apollinische

Wie ein roter Faden ziehen diese beiden Begriffe durch die Werke Peryt Shous.

Das Dionysische – „unmittelbares Abbild des Weltenwillens“ – ist ein in seiner elementarsten Form „wild-ekstatisches, orgiastisches Seelenelement“, dämonisch oft in seinen Äußerungen, seit Urtagen die Tiefen des menschlichen Gemütes beherrschend.

Das Apollinische – im Mythos der erschlagene Baldur-Abel – stellt das Sonnenhafte dar, das Mittelbare, das Durchgeistigte, gründend auf kristallklarem Denken, auf konkrete Vorstellungen, auf das Begriffliche überhaupt.

Das dionysische Erleben hingegen wird beherrscht von Ekstase, Rhythmus, Musik, Klang, Ton, ist Außersichsein, ist Rausch, losgelöst vom hemmenden Einfluß des Intellekts.

Es ist das Unbegrenzte, das Apollinische dagegen ist Begrenzung.

In seinen hohen Aspekten jedoch ist das Dionysische der

„tragende Rhythmus des Alls“, der alles erfüllt und „tanzen läßt“
Atome, Sterne und Menschen, ist Urklang, Urmusik.

Beides birgt der Logos: Rhythmus und Begriff, Dionysisches und Apollinisches.

In seiner esoterischen Wirkungsweise entwickelt das Dionysische das Unpersönliche zur „objektiven Persönlichkeit“, nämlich zur Anschauung des „Christus-Ich“. Das bisher unerkannte – Unterbewußtes und Überbewußtes , das Unbewußte mithin – wird nunmehr in höherer Schau erlebt. Der Mensch wird sich das ES bewußt. Dionysisches – höchste Stufe und Vollendung jetzt – und Apollinisches vereinen sich. Das Absolute gelangt im Menschen zur Selbstanschauung. Vollzogen ist der große Ausgleich. –

Di-on-ys ist der mantrische Schlüsselname für das „Einströmen der Sympathikusimpulse in die Sinne und für den gewissen Rhythmus, an den diese Impulse gebunden sind“. Nicht umsonst gilt der Sympathikus als geistiges Weltallsauge, als eigentliches Urmervensystem und Zentrum des Menschen. Schleichs Marconiplatte des Weltalls, die dank mantrischer Praktiken auf Schwingungswerte aller Art reagiert.

Di – on – ys ist der Ha – on – sa (Hansa) des Brahmanen, der ihm das Geheimnis von Tat twam asi und Ahamsa entschleierte. Es ist der Cha – on – sä (Chonsu) der Ägypter, das „Ich bin Er – Ich bin ganze Sache“. Das Ding an sich.

In der Logoslehre vertritt das Motiv Hwar das Apollinische. Im Deutschen entspricht ihm das Wort Wahrheit. („Das In-sich-sein des Einen, die Wahrheit in allem“.)

Im Mantrawort Dya – on – sa finden sich Gegensatz und Ausgleich. Dya bezieht sich auf den Logos der „Bejahung und des Subjektes“, On auf den „Logos der Verneinung“, auf Objekt und Materie, Sa (Dsu, Dsaeh) auf den Logos der „Identität“ und des „Absoluten“ oder des „Gottähnlichen“.

Wem es gelingt, die verborgene Macht dieser Mantraworte in sich zu erwecken, der erlebt die „Vorstufe des höchsten erreichbaren Zustandes für das Selbst“. Das persönliche Subjekt erlischt, verschlungen vom Ding-an-sich (Cha-on-sa). Geläutert ist das Dionysische; vereint mit dem Apollinischen wandelt es sich im Erweckten zum Christus-Ishvara.

Konzentration – Imagination

Konzentration ist die Vorbedingung jeglichen sinnvollen Denkens und Tuns, ist die Fähigkeit, sich innerlich zu sammeln. In ihrer vollendenden Form ist es der Zusammen-schluß der Gedanken- und Seelenkräfte auf ein „Zentrum“.

Ohne ausschließlichem Hingegebensein an die eine Aufgabe, die uns im Moment beschäftigt, bleibt alles nur halbe Sache. Halbe Sache, und nicht einmal dies, bleibt angewandte Mantramik ohne uneingeschränkte Aufmerksamkeit. Gleichsam in einem Brennpunkt

vereinigt müssen Gedanken und Vorstellungsbild ganz auf das Exerzitium gerichtet sein, ohne auch nur ein einziges Mal abzuschweifen.

Ein mühevolleres Ringen mit irreführenden Gedanken, mit nervöser Unrast und emotionellen Schwankungen. Es dauert seine Zeit, bis der Neuling sich wenigstens einigermaßen konzentrieren kann. Wem Vokalübungen keine Mühe mehr bereiten, die Runenpraxis nicht fremd ist, der dürfte schon über einiges Konzentrationsvermögen besitzen; notwendige Voraussetzung für die gesteigerte Form der Konzentration: der Imagination.

Die Imagination – gleich der Konzentration – kann abstrakten Charakters sein, sich auf rein Ideenhaftes erstrecken, kann ebensowohl aber Reales zum Gegenstand haben. Letzteres bedingt bildhaftes, gefühlsbetontes Denken. Selbstverständlich können auch Ideen gefühls geladen sein, besonders in der meditativen Versenkung.

Bei Konzentration und Imagination liegt das Objekt des Interesses außerhalb, bei Meditation und Kontemplation liegt das Denken, Betrachten und Beschauen im Gemüt.

Imagination erfordert demnach ein stark ausgeprägtes Vorstellungsvermögen gepaart mit emotioneller Hingabe, nicht minder einen starken Willen.

Wille, Durchsetzungskraft, zu Bildern geformtes Denken sind

überall dort erforderlich, wo eine über die gewöhnliche Konzentration hinausgehende Gedankeneinstellung unbedingt notwendig ist. Alle paranormalen Handlungen, Auto- wie Heterosuggestion, Hypnose, Telepathie, erst recht die breite Palette magischer Praktiken, setzen ein starkes Imaginationsvermögen voraus.

Oder denken wir an die Tattwa-Übungen, die ein hohes Maß dieser Fähigkeit verlangen. Ebenso wenig ist erfolversprechende Mantratechnik ohne eine solche Fertigkeit denkbar, muß sich doch der Mantriker auf die Schwingungskreise der Aura, auf die Kraftpunkte im Körper und auf viele technische Vorgänge (z.B. bei der Bogenübung) einstellen.

Aufrichtung – Invertebration

Lockere Körperhaltung ist in der Mantrapraxis ebenso Voraussetzung wie bei der Vokalatmung und der Runenpraktik, was nicht oft genug wiederholt werden kann. Nur in einem nicht verkrampften Körper, im Einklang mit der entsprechenden Geisteshaltung, versetzt die Macht des Tones die inneren Klangfelder in Schwingung, werden sie vom geistigen Wort erfaßt.

Gerade aufgerichtet, sei es im Stand, sei es im Sitz, wird der Ton zu allen Teilen des Körpers geführt, wo er empfunden werden muß. Was natürlich Geduld und Zeit erfordert.

Die Aufrichtung ist die Voraussetzung für die Invertebration.

1. Allgemeine Invertebration

Langsames Aufrichten der Wirbelsäule „von oben nach unten, bis zum Lendenkreuz“; stehend oder sitzend. Besonders wichtig bei mantrischen Übungen, die einen betonten Nachhall des Palatallautes N vorschreiben. Beispielsweise bei Motiven wie: AN... D, HAN... SA, ON... T; oder bei Wörtern wie: un... d, wen... de, Notwen... digkeit, An... tenne, usw. In diesem Falle intoniert man während des Aufrichtens den Konsonanten N betont stimmhaft. Nach beendeter Aufrichtung folgt ihm – wie ein kurzer, harter Schlag – der jeweilige Konsonant: D, T, S, usw.

2. Die koronale Invertebration:

Gedacht für die höheren mantrischen Praktiken. Oberkörper zweimal – in Brust- und in den Lendenwirbeln – nach hinten durchbiegen. Mit imaginativer Anpassung an ein Horn. (lat. Corn)

Die Invertebration ist deshalb so wichtig, weil die in der Wirbelsäule (Vertebrae) befindliche Dorsalflüssigkeit „Träger des ultravioletten Hydrogens“ ist. Darunter eine Art Urwasserstoff oder verdichtete Urelektrizität zu verstehen ist. (Womit der exakte Wissenschaftler begrifflicherweise nichts anfangen kann.) Diese Fluidalesenz steht mit der Zirbel in Verbindung. Die geistigen (wohlgemerkt die geistigen) Wortschwingungen lassen diese Essenz aufleuchten. Die mantrische „Herabatmung“ in der Wirbelsäule hat desweiteren die „Bereitung eines kosmischen Resonanzboden“ zum Ziel; wodurch die Wirbelsäule zum „Zentralkanal der inneren

Lebensenergie“ wird, zu einem Kanal für die Logoswirkungen. Zugleich vermittelt sie „eine höhere Polung des Herzsymphathikus“. Durch den tönenden Rhythmus, der in der Wirbelsäule schwingt, wandelt sich der chaotische Grundstoff; Eros wird zum Logos.

Koinzidenz – Interferenz

Koinzidenz, abgeleitet von coincidire, zusammenfallen, in der Mantrapraxis das Zusammenfallen der Hand- und Fußachsen. Diese gleiche Achsenrichtung bildet um die Herzmitte ein ganz bestimmtes Kraftfeld. Der Laut als solcher erzeugt in Händen und Füßen einen „geschlossenen Elementarwirbel“. Durch diesen wird die „Wunschflamme“ umgewandelt und verzehrt. „Einstellung auf den gleichen Strahlengang des Urlichtes“ war Peryt Shou zufolge einst höchstes Geheimnis der Buddhalehre.

In der Koinzidenzhaltung stellt sich der Mantriker auf diese Strahlen ein. Ein- und dieselbe Urkraft durchströmt ihn, wenn Hände und Füße „gleichgerichtet in den verschiedenen“ Zonen des Körpers sich befinden und somit eine Art von Strahlungsachse bilden.

Konzentration auf die Hände in Koinzidenzgeste hilft das innere Gespaltensein überwinden. Die gegensätzliche Polarität führt zur höheren Einheit. „Die gespaltene Flamme von Geisttum (positiv) und Materie (negativ) wird wieder eins... Der höhere paradiesische Mensch kehrt wieder...“

Die Koinzidenz kann verschieden eingenommen werden.

1. Die allgemein übliche Haltung:

Die vorgestreckten Hände sind schräg abwärts gerichtet. Innenhandflächen weisen nach unten, und zwar so, daß Arme, Hände und Füße in gleicher Achsenrichtung zum Körper zusammenfallen.

Zu achten ist, daß die gestreckten Finger parallel zur Längsachse der Füße gerichtet sind. Die Längsachsen sollen durch die Mittelfinger und Mittelzehen gehen. Der sogenannte Lotoswinkel.

2. Die gestreckten, nach vorne weisenden Arme sind schräg nach oben gerichtet, demzufolge Handinnenflächen zeigen aufwärts. – Wieder parallel zu den Füßen.

3. Die Oberarme liegen (ohne Verkrampfung!) bis zu den Ellbogen am Körper an. Unterarme und Hände in schräger Achsenlage zu den Füßen.

4. Runenpraktiker beziehen die Laf- und Ka-Haltung mit ein. Gleich der geschlossenen Ovulation sind die Koinzidenz-Gesten Voraussetzung für die mantrische Praxis; wobei immer zu beachten bleibt: Der Ton erscheint nur dann zugleich in Händen und Füßen, wenn die Achsenrichtung genau eingehalten wird. –

Interferenz:

Zwei Wellenarten schwingen zusammen: die in die Fußsohlen abfließende Lautwelle verbindet sich mit den von unten her einströmenden Strahlung der Erdaura. Ebenfalls ein wichtiger

Vorgang in der Mantramistik dieses Zusammenschwingen der Kräfte von Oben und Unten, auf das auch der Mystikerarzt Dr. Friedrich Schwab in seiner tiefgründigen Schrift „Von der Venus zur Madonna“ hinweist:

„Von der Erde gehen von unten in den Ätherleib mächtige Elementarkräfte hinein, die dessen fluidalen Stoffaufbau bewirken. Es sind die Mutterkräfte des Erdgeistes. Aber von oben empfängt der Menscheng Geist die Mutterkräfte des oberen Kosmos, die in der Nähe des Kopfes ein wunderbares Organ gestalten, in dem sich Seele und Geist vermählen.“

Diesem Verschwingen zweier subtiler Kräfte in den Fußsohlen (Fußchakra) ist bei allen einschlägigen Exerzitien Aufmerksamkeit zu schenken. Viele Runenübungen bieten hierzu die gleiche Möglichkeit.

Hüftgriff

Eine sehr wichtige Körperpose, besonders zur Aktivierung des Willensleibes und der in ihm dominierenden „Schwelle“. Der Griff kann und soll in verschiedenen Varianten erprobt werden.

1. Innenhandflächen auf beide Hüftknochen.

a) Daumen nach vorne weisend;

b) nach rückwärts zeigend.

Die übrigen Finger senkrecht zum Boden gerichtet.

2. Umgekehrt. Handrücken anlegen.

3. Handrücken knapp unterhalb der Hüfte.
4. Handinnenflächen in der Gegend zwischen Rippen und Hüftknochen.
5. Dasselbe mit den Handrücken.
6. Handwurzeln (Puls) liegen auf den Hüftknochen.
7. Oberstes Mittelfingerglied daselbst leicht auflegen.
8. Sämtliche Fingerspitzen (außer den Daumen) anlegen.

Baldurbraue – Adlerpose (Widdermaske)

Baldurbraue – „die schöne Braue“ bei den Ägyptern – wird durch allmähliches Hochziehen der Augenbrauen gebildet, und zwar so als lausche man in die Ferne. Sie begünstigt das geistige Hören und Schauen.

Zur Verstärkung der „lichtschwingenden Durchströmung“ wird die Adlerpose, (u.a. auch Widdermaske genannt) eingenommen. Sie entsteht durch Anspannen des Nasenrückens und gleichzeitigem Imaginieren der Pose eines Adlers oder Habichts, bzw. der Maske eines Widders oder Lammes. Verbunden mit der entsprechenden Seelenhaltung wird dadurch der Eros als kosmische Kraft erweckt. Vorzugsweise ist die Nasalflexion am Platze bei dem M- und N-Laut. Beispielsweise bei Om und Aum. . . n.

Durch Hochziehen der Brauen und spannen des Nasenrückens werden beide – Baldurbraue und Adlerpose – zu einer einzigen noch wirksameren vereinigt, je nach dem wie es das Mantra gerade erfordert.

Der Hauptzweck besteht darin, die Logoswelle zu ionisieren, die Schwingungen „für primäre Induktion“ zu verstärken, indem der Körper besser leitend wird für diese Schwingungen aus dem Äther, „dem unendlichen Liebes- und Lebensmeer der Gottheit“.

Ovulation – Sibilation – Fulguration

Beim Ovulieren (Ovum = Ei) erweitert sich der Mund rhythmisch zu immer größeren Kreisen. Die Sprechweise paßt sich so den Schwingungen des Logos an. Man unterscheidet zwei Arten der Ovulation: die geschlossene und die offene. Der Mund verbindet sich dabei zum „Bilde der Frucht“.

1. Die geschlossene Ovulation.

Sie entmündigt den Triebwillen, stärkt den Geistwillen und führt das Ich zurück „in seine Unabhängigkeit von der differenzierten Materie“ in den „geschlossenen Kreis des Logos, der dionysisch-apolinischen Urkraft“. Geeignete Motive hierfür sind u.a. Bar, Baldr, Apoll, Maria, Markayos. – Kleiner werdende Kreise ergeben: AOU, sie vergrößern sich bei UOA. Durchzuführen auch „im Nachhall des M-Motivs und unter dem Goldenen Vließ“ (Widdermaske).

2. Die offene Ovulation.

vor deren zu frühen Anwendung jedoch Peryt Shou warnt; denn falsch ausgesprochen entzieht sie Kraft. Sie soll in der dunklen Magie oft angewandt worden sein. Beispiel ist die tötende Waberlohe (Wafur-Logi) „des niederen magischen Wortes“. Der Wabe-Zauberer Wafthrudnir „wabt das Wort“, d.h. er verdirbt mit diesem, schädigt andere damit. Mythologisch sieht unser Gewährsmann in dem zum Falle führenden Fruchtesen des ersten Menschenpaares „die Anpassung des Mundes an die Fruchtkreise

durch falsche Ovulation“. In den Urtagen der Menschheit soll in ihrer Sprache die offene Ovulation von Bedeutung gewesen sein.

Die offene Ovulation entwickelt Vayu-Schwingungen. Allgemein gesprochen dient die Ovulation der höheren Lebendigmachung des mantrischen Wortes, namentlich wenn der Körper bereits aufnahmefähig geworden ist für die Urlichtströme. Sie öffnet das „Herzzentrum – die Brustmitte – zum Lichtabemakel des Innendomes... und verstärkt die geistig zeugende Kraft.“ Der Odlichtmantel wird dichter und lichter. Hellseher, die sich auf ihn konzentrieren, nehmen die Aura wahr.

Bei der offenen Ovulation läßt man die Lautkraft mehr nach außen, bei der geschlossenen mehr nach innen wirken.

Unter Sibilation versteht man die Auflösung des mantrischen Wortes in Silben mit vorzugsweiser Betonung des Schluß-S-Lautes. Demzufolge also dort, wo der Dentallaut S am Ende eines Wortes oder einer Silbe steht, wie im Falle IS, ISIS (IS – IS), JE-SUS. Auszusprechen weich, zart, säuselnd; im längeren Nachhall. Aber auch zischend üben.

Dem spirituell Eingestellten vermitteln diese Formen der Sibilation die „Gegenwart einer höheren Naturkraft“.

Zwecks Förderung des Feinstofflichen, zur „Zerstoßung“, „Zerschrottung“ des Grob stofflichen wird ein scharfer S-Laut gebraucht, der ebensowohl am Anfang stehen kann, wie im

Mantrawort SRAT, in dem das R die Schärfe des S noch verstärkt.

Besondere Erfolge durch die Sibilation werden erst im fortgeschrittenen Übungsstadium in Aussicht gestellt. Zuvor sollten die „Hütte“ und die Tangentialquadrate erarbeitet sein. Empfohlen wird, die Sibilation in der „Hütte“ zu üben.

Fulguration (fulgur = Blitz), das ist die Einstellung des Körpers „auf die große Welle oder den ‘Blitz’“, „höchste aller Naturschwingungen, die den Menschen in seiner Gesamtheit erfasst.“

Vorzustellen ist eine durch den Körper verlaufende blitz-förmige Welle. Ausgehend vom Scheitel zum Nacken, von hier über das Thymuszentrum zur Hüftgegend, und abfließend über die Knie zu den Fersen. Arme können dabei seitlich in Schräglage erhoben werden wie bei der EH- und NOT-Runenhaltung. Beide Armgebärden abwechselnd üben.

Es ist der „Blitz des Dionysos“. Er schaltet die inneren Zentren ein und verknotet sich „in einem einheitlichen Lebensrhythmus“. Zu erleben im „Erfahrungslogos“: „Ich will eins sein...“, in In-ri und Kwa-an-seh.

Schwingungskreise

I.

Sieben aurische Klangfelder, analog dem die Erde umschließenden Sphärengürtel, gruppieren sich innerhalb des aurischen Ei's, waagrecht geschichtet um den physischen Körper.

In umschreibenden Bezeichnungen ist davon die Rede: von der aurischen Wolke, den Wolkenschichten, Sonnenkreisen, Ebenen des Wortes oder von den Gliederungen des Lebensbaumes.

Sechs dieser Schwingungskreise, fußaufwärts gerechnet, setzt Peryt Shou den „sechs Krügen Jesu“ auf der Hochzeit zu Kanaan gleich. Schwingungssteigerung dank des mantri-schen Wortes vollzieht das Wunder der Verwandlung, „Wasser“ verwandelt sich in „Wein“, Grobstoffliches vergeistigt sich.

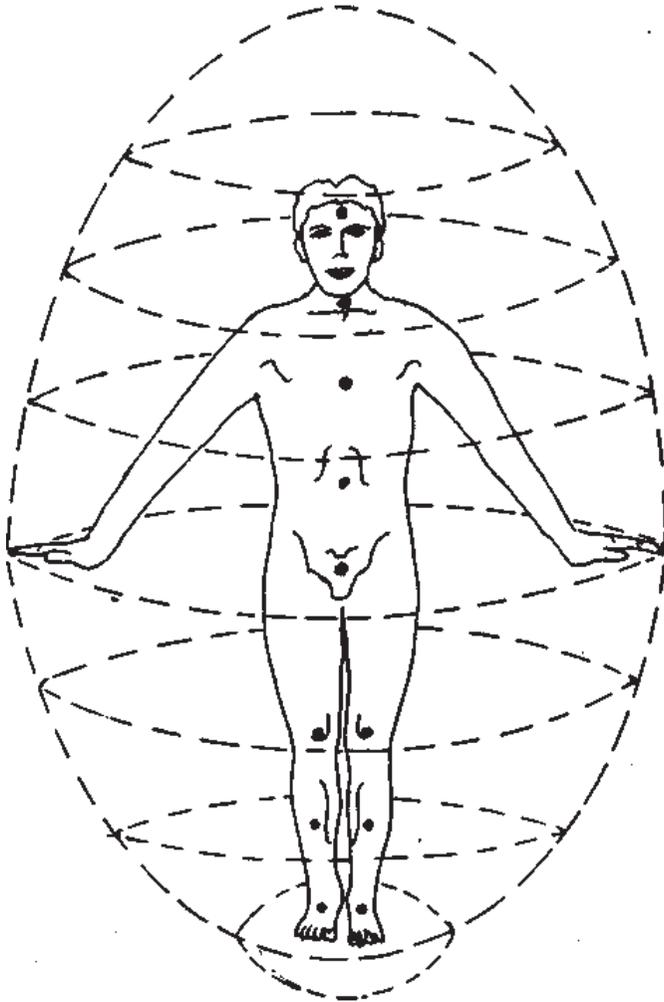
Diese um die Chakras gelagerten logistischen Resonanzfelder schwingen um Kopf – Hals – Brust (Herz) – Solarplexus – Sexus – Knie – Füße.

Die innerste Kreisung schwingt zwischen Kopf und Herz. Die Mitte des dynamischen Zentrums ist die Kehle („Brücke“, „Pons“, „Antakarana“, „Sitz des Logos“). In Zusammenarbeit von Kehlzentrum und Kleinhirn werden die einzelnen Nervenströme des Körpers wie durch ein Schaltgitter reguliert, gelenkt vom Geistwillen nach „den Prinzipien geistiger Urschwingungen oder Töne“. Die „Wolke“, ein Urphänomen des Urchristentums, ist als ein solcher den Körper durchschwingender, feinstofflicher Wirbel aufzufassen.

Im Schwingungsfeld um die Zirbeldrüse, dem Empfangs-Resonatorium, „vermählt sich der göttliche Urlichtstrahl mit unserem Ich“. Was natürlich nicht grobstofflich verstanden werden darf.

Abbildung 2:

Die waagrecht liegenden Schwingungskreise innerhalb der menschlichen Aura.



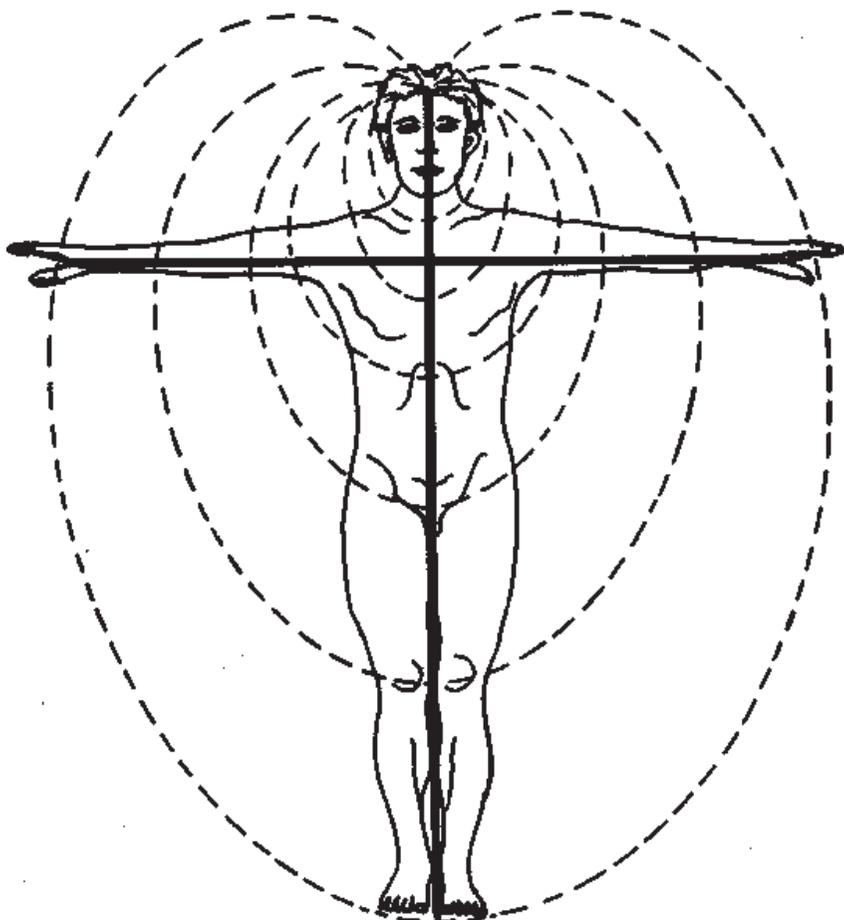
II.

Außerdem verlaufen sechs Schwingungsringe im aurischen Ei vertikal, abwärts zu sich mehr der Ellipsenform nähernd. Ausgehend von Zirbel zu Hals, Brust und den anderen chakrabezüglichen Zentren. Gleich den waagerechten Schwingungsebenen aktiviert der Mantriker vermöge Imagination und Lautkraft diese eiförmig verlaufenden Schwingungszonen.

Desweiteren imaginiert er bei seitlich ausgestreckten Armen ein Kreuz, dessen Senkrechte vom Kopf bis zu den Füßen reicht. Den Querbalken bilden die Arme.

Abbildung 3:

Die vertikalen Felder und das Kreuz.



III.

Bestimmte Gesten der Arme begünstigen die Aktivierung der vertikal verlaufenden Kraftlinien. Drei senkrecht auf der Spitze stehende Vierecke hat man sich dabei vorzustellen.

1. Arme schräg über dem Kopf erhoben. (Man-Haltung) Von den Handmitten (Handchakras) ausgehend verlaufen nach unten die Kraftlinien entlang der Arme, hin zum Brustmittelpunkt. Die zwei nach oben strebenden Linien treffen sich in einem gedachten Punkt über den Kopf.

2. Arme im Ellenbogen gewinkelt (im Runen-Yoga die Sig-Tyr-Haltung).

Die Linien des Quadrates verlaufen von den Händen aus nach oben zum Mittelpunkt der Stirn, nach unten zur Sexualgegend.

3. Arme seitlich schräg nach unten gerichtet (Tyr-Stellung), Die zu imaginierenden Kraftlinien streben von den Händen über die Arme zum Hals empor, und abwärts zu den Knien.

Jedes imaginierte Quadrat also berührt, bzw. schließt bestimmte Chakras ein. Übrigens beweisen die von Peryt Shou für äußerst wichtig erachteten Gesten wieder einmal, wie sehr sich mantrische Körperhaltungen und Runenstellungen gleichen. *)

IV.

Ähnlicherweise werden Schild und Spindel imaginiert.

1. Der Schild umfaßt drei vertikale Schwingungsfelder.

Ausgangspunkt ist die Siebbeingegend. In der Vorstellung ist der erste Schwingungskreis bis zur Brust (Thymusgegend) zu bilden, der zweite bis zu den Lenden, der dritte (bei seitlich schräg abwärts gerichteten Armen – Tyr-Haltung) verläuft mehr in Ellipsenform vom Kopf über die Hände zu den Füßen. Aufrechte Haltung, Invertebration, Mantras ovulierend. Hauptsächliche Resonanzfelder sind Siebbein-, Thymus-und Lendengegend sowie Hände und Füße.

2. Bildung der Spindel:

Den waagrecht um die Brust liegenden Schwingungsring aktiviert die Armhaltung der Sig-Tyr-Rune, den der Lendengegend die Tyr-Stellung.

Die Kopfspindel bildet ein über dem Haupt gedachter achter Schwingungskreis in Verbindung mit der Man-Haltung.

**) Vergleiche die in Runenexerziten für jedermann enthaltenen Abbildungen, Seite 105-107.*

Mantramotive und weitere Mantragebärden

Der erweckende I-Laut

Mystikern höheren Grades galten seit eh und je die Buchstaben als Kanäle für Ideen und Kraftäußerungen, als lebendige Kraftzentren kosmisch-göttlicher Energien. Die Urkräfte des gesamten Universums als die reinsten Elemente des Denkens bergend, wurden vor Zeiten schon die Vokale „als Schöpfer der objektiven Dinge infolge ihrer tattwischen und mystischen Schwingungen angesehen“.

Obenan der Vokal I, gepriesen als strahlender, feurig-göttlicher, wunderbar in seinen Tiefen wirkender Laut. Manifest im hebräischen Jod symbolisiert er für den Kabbalisten „die Lebendigmachung der toten materiellen Natur und Hinaufführung zur Einheit, zur Gottheit – zum Licht“. In der mantrischen Lehre Peryt Shous ist der Buchstabenlaut I Symbol der Verwandlung, weil er die Sublimierung des naturhaften Eros zum geistigen Logos bewirkt.

Die hohen, kurzweiligen Schwingungen des zündenden HLautes, am stärksten fühlbar in der Scheitelgegend, beeinflussen in hohem Maße die Zirbeldrüse. Den Alten kein Geheimnis. In der Mantra-Praxis stehen der Vokal I sowie Namen und Formeln, in denen er dominiert, an bevorzugter Stelle.

Übungsmöglichkeiten.

Stärken. Die Vokale auch denken.

Wieder die Lautschwingungen vom Kopfe abwärts durch den Körper leiten, bis zu den Füßen.

5. Den I-Ton von Schwingungskreis zu Schwingungskreis verlegen. Unter Beibehaltung der hier gezeigten Posen, die eine Parallele haben im I-Griff der Buchstabenmystiker und im IS-Runengriff.

Das Ich-bin-Motiv

ICH-BIN, ein grundlegendes Mantra. Im ICH sind wir dem Logos am unmittelbarsten verbunden. ICH: Geist, Bewußtsein, – BIN: Sein im irdischen Sein. ICH BIN zählt zu den Erweckungsmantras. Die Formel vereinigt zwei Welten, die geistige und die materielle.

Das Ich wird so zu einem Instrument des absoluten Geistes, muß aber zuvor gleich einem kostbaren Instrument durch vergeistigte Atmung und Mantras gestimmt werden. Beide Faktoren verbinden mit der lebenspendenden Kraft der All-Energie.

Das Mantra ICH BIN zeigt verwandte Züge mit dem kabbalistischen Gottesnamen EHJEH ASCHER EHJEH, dem „Ich-bin-der-da-sein wird“, oder nach Prof. Hamack: „Ichbin, der-da-ist“. Von anderen wiederum gedeutet: „Ich-bin, der-ich-bin“, ja sogar als „Ich-bin-der- ICH-BIN“.

Zu üben ist in aufrechter Haltung nach „Art der Imin-Säule“ (IS-Runengrundstellung). Schwerpunkt des Körpers wird in den

Schwanenpunkt (Brust) verlegt. Auf diese Weise wird die von oben kommende Welle nachgeahmt, die als geistige Logoskraft zu erföhlen ist.

Diese einstellende Kraft hieß bei den Ägyptern En-her (Einsteller, Wender), bei den Germanen Ein-Herier (Einherier, gedacht als Bewohner der Sphärenwelt, durch deren Hilfe man zur Vereinigung mit dem höheren Willen gelangt), Na-hor in der Bibel, bei den Mexikanern Nahuas.

1. Mantrisch: ICH BIN:

dabei dem B ein M voransetzen: l i i i c h m m b i i n n n . Der ganze Körper muß vom „Wort“ erfaßt werden, damit das Stoffliche sich verfeinert. In Händen und Füßen muß der Laut vibrieren. Zu achten ist auf die geistige Resonanz des gesprochenen Wortes im Innern. Dann wird die „große Welle“, die uns mit der Logoswelt verbindet, empfangen.

Auszuschalten ist das subjektive Ich. Hingegeben dem „objektiven Ich des Logos“, dem Über-Ich, wird alles das, was der Übende solcher Weise denkt und wünscht, mit geistiger Kraft durchströmt. Auch berechnigte irdische Wünsche erfüllen sich, wird uns verheißten. Niemals aber darf diese hohe Wunschgewalt durch Triebhaft-Niederer entweht werden.

2. In Verbindung mit dem Mantrawort OMMEN als Vorübung zum Ich-bin-Motiv. Wir haben hier ein sogenanntes Beugemotiv vor uns

zur besseren Instrumentierung des Körpers, um die metaphysische Substanz des Wortes leichter wahrzunehmen. Als weiteres Mantrawort dient AMON. Bei adlerartig angespanntem Nasenrücken (Adlerpose, nasale Resonanz) und Aufrichten bis zum Lendenkreuz (Invertebration): Ommen: O kurz, M zu N beugen, m e n mit stark nasalem N:Om.mmmennn. Gleicheweise A m...m o n n n und Ich m m binn.

3. „Ich-bin“ als Bejahungsformel.

Ich bin ruhig

...gesammelt...kraftvoll....harmonisch... usw.

Im mantrischen Sinne und auch stumm hineindenken. Vielerlei Variationsmöglichkeiten ergeben sich hier. Manche sprechen hier in tiefer Komplementation. Ich bin Brahm – Ich bin Brahma.

Erweckung des höheren Willens

Nur Erscheinungsbilder nehmen wir wahr, Unwesenhaftes also, Spiegelungen des Wesenhaften, hinter dem ein dem Verstande nicht Erfassbares wirkt, ein Intellegibles, Manifestation des WELTENGRUNDES. Das kantische Ding an sich, der WILLE Schopenhauers, das „Wesen aller Dinge“, unergründbar, erahnbar nur dem Genius, dem „Gottnahen in uns“.

Dieser uns innewohnende Wille führt zum Erleben des wahren Seins. Ihn gilt es zu wecken, besser vielleicht: in ihm müssen wir erwachen, damit wir seiner Führung teilhaft werden.

Dieser uns eingeborene Wille wurde in mythischen Zeiten vom Menschen mißbraucht. Er rieß sich los von ihm, tötete ihn gewissermaßen. Darauf deuten nach Peryt Shou das ägyptische Ka-in und die Worte Cha-ons, Dya-onsu, Di-on-ys. Ka-in erschlug Abel (Baldur, Phol, Apollo). Mythisch gesehen waltet immer noch das Wesen des erschlagenen Abel, das Apollinische in diesem Willen, der ein autonomer, d.h. „selbstbestimmten Wesens“ ist. Es ist das WIL, das Ursprüngliche in uns und in der Natur.

Einzig und allein der substanzielle, der göttliche URWILLE ist maßgebend, niemals der persönliche, der intellektuell geleitete Willenstrieb. Jenem nur, in dem der Esoteriker eine Ausstrahlung des WELTENLOGOS oder CHRISTUS erblickt, wohnt Erlösungskraft inne.

Darum die immer wieder gestellte Aufgabe, durch umdenken – Metanoia – den äußeren, stoffgebundenen Triebwillen diesem höheren Willen zu unterwerfen.

Sofern der wahre Wille, das Apollinische, als eine von keinem Einfluß von außen her bestimmte, nur in sich bedingte Kraft erlebt wird, stellt unser Gewährsmann in Aussicht, wird der Mensch anteilig dieser autonomen schöpferischen Macht. Er erkennt dann die zweifache Ausstrahlung des LOGOS, das Dionysische und das Apollinische als Wille und Gnade. Beide im Menschen vereint, erwecken den inneren Willen und Gnade von Oben wird dem

Erweckten zuteil.

Willensmotive – Das Mantra: Ich will

I.

1. Übungsphase: Aufrechter Stand. Arme lose seitlich anliegend. Aussprache mantrisch, logistisch, d.h. „mit Entwicklung der intellegiblen Willensschwingungen in der Sprache“. Dem W geht ein stimmhaftes, spannungsgebendes M voraus, das durch den Körper schwingende L klingt nasal nach: l i i i c h m m m w w w i i i i i l l l l. Oberkörper dabei langsam aufrichten. (Invertebration) Die Aufmerksamkeit konzentriert sich auf das Coronarium.

2. Übungsphase: Aus dem bisherigen Stand heraus Arme waagrecht seitwärts strecken. – Kreuzstellung –

Um die Kraft der erzeugten Schwingungen zu verstärken: Ich-will-Mantra wie zuvor, Konzentration auf den Scheitelpunkt und von hier aus die sechs vertikalen Schwingungskreise der Reihe nach – sie fließend denkend – imaginieren.

Bei „Ich“ nimmt der Kreis, vom Kopf ausgehend, seinen Anfang und weitet sich bei M-W allmählich, erreicht beim I seinen größten Umfang und endet spitz zulaufend auf dem jeweiligen Endpunkt des gedachten Kreises während des langsam verhallenden L.

Diese sich weitenden Irridationskreise formt der Mund durch Ovulation nach.

Dies bei jedem Kreis, der eigentlich mehr einer Ellipse gleicht. Der

erste endet beim Kehlkopf (Schilddrüse, Halschakra), der zweite in der Brustgegend (Thymusdrüse, Nähe Herzchakra), der dritte beim Magen (Solarplexus, Magenchakra), der vierte in der Sexualgegend (Geschlechtsdrüsen, Sexualchakra), dann sich immer mehr weitend und rundend zu den Knien (Kniechakra) und zuletzt zu den Füßen (Fußchakras) (s. Abbildung 3). Die vorgestellten Kreis-Ellipsen schneiden in entsprechenden Abständen die seitlich gestreckten Arme, die zu den Füßen verlaufenden gehen durch die Handmitten, resp. berühren die Spitzen der Finger. – Innenhandflächen in der Regel nach unten, darf aber auch mit nach oben weisender Innenhand erprobt werden.

Imagination und Mantra erzeugen Willensschwingungen im Körper, die mit den zunehmend sich vergrößernden Ellipsen abwärts fließen. Weitere Aufgabe ist es, durch Selbstbeobachten das „Resonatorium des Logos“ erfühlen zu lernen. Wobei es sich um eine „Art Vibrations-Schalteneinrichtung“ handelt, die den niederen Willen mit dem höheren verkettet.

Über dem Antlitz bildet sich eine energiegeladene „Embrionalhaube“, die H w i l – H a u b e oder der H w i l - Helm, symbolisiert als Taube, Adler oder Lamm. Diese Fluidalsubstanz entfaltet sich besonders im HwiH-Motiv „zu einem geschlossenen Wirbel“, von dem der ganze Körper durchstrahlt wird, der gleichsam in dieser kosmischen Uressenz aufleuchtet. Dem

ausdauernd Üben wird als Schlußergebnis das Erfühlen eines „bis in Hand- und Fingerspitzen durchkreisenden Willens“ verheißen, das dem Idealziel näherbringt: Die schon von Schopenhauer geforderte „Selbstobjektivierung des 'Ichs' im 'Willen' als 'Ich will', und zwar durch Selbsterfüllung in der Liebe“. (Siehe Amo-Übung) Ein Wille, das sei stets betont, der nichts zu tun hat, mit den dem Tribsinnlichen unterworfenen Willensstrebungen der niederen Menschnatur. Jener Wille also, dessen Weckung das Mantra anstrebt, der in kontemplativer Versenkung mit der „monadischen Ursubstanz“ verbindet.

II.

Anstatt des M wird dem W der Hauchlaut H vorangestellt:

l i i i i i i c h h h w w w w w i i i i i l l l l l Dieser Unterschied zwischen vorgesetztem M oder H muß in der Lautgebung deutlich empfunden werden. Alles weitere wie unter I besprochen.

III.

Eine weitere Nuancierung vorstehender Übungen besteht darin, zusätzlich ein Kreuz in das aurische Ei mit seinen vertikalen Schwingungskreisen zu imaginieren.

Seine Senkrechte erstreckt sich vom Kopf bis zu den Füßen, seinen Querbalken bilden die seitlich ausgestreckten Arme. Durch Einbeziehung der Kreuzform ermöglicht das Ich-will-Motiv die Bildung eines besonderen Kraftfeldes, wobei der Körper „förmlich

elektromagnetisch durchströmt“ wird, analog dem buddhistischen Vach-Ishvara, von dem gesagt wird, es führe zum „großen Wort“. Wir begegnen ihm wieder beim Kwa-non-seh-Motiv.

Stets darauf achten, daß die Tonschwingungen von Kreisellipse zu Kreisellipse durch den ganzen Körper fluten.

IV.

Im Stand – Kreuzsstellung oder mit über den Kopf erhobenen Armen: l i i i i i ch, übergehen zu m m w w w i i i i i l l l l l l (oder n n w w w i i i i i l l l l l l) beim \downarrow Laut beginnend, langsames Herabführen der Arme im weiten Außenbogen bis zur Lendengegend (wie bereits in der Ich-will-Runenübung gezeigt). Verbunden mit Ovulation und Invertebration.

Dieses Herabführen von Punkt zu Punkt, von gedachter Ellipse zu Ellipse (Knie und Füße natürlich ausgenommen) bildet den „Fühlraum der Hand“.

Der Mensch stellt figürlich so einen Kelch oder Gral dar. „Das Selbsterfühlungsvermögen... in einer höheren Ur-kraft“ (den alten Mysterien nicht unbekannt) wird hier angestrebt; in jenem Überwillen, auch Hwil-Kraft genannt.

In Lendenhöhe Hände an die Hüften, Handwurzeln mit den Pulsen fest an die Hüftpfannengegend, Finger flossenartig gespreizt, so daß, wie Peryt Shou es fordert, „sie genau in einen imaginativen Kristall hineinpassen“. Hände als solche in Koinzidenz zu den leicht

gespreizten Füßen.

Außer diesen erwähnten Kristall stelle man sich einen um die Lenden gelegten Schwingungsring vor, den Hwil-Ring.

Rückgrat bestens aufgerichtet. Die erzeugte Schwingung zu den Füßen leiten und sich im WILLEN erfüllen lernen. Hat man einige Übung darin erlangt, in gleicher Haltung das Mantra: „Ich will eins sein mit der Urkraft“. Der „kristallinische Äther“ entströmt den Fingern und um die Lenden legt sich der schützende Ring.

V.

Die Übung des „Auf den Berg treten“.

Der Mantriker zeichnet auf dem Boden ein großes W und stellt sich mit leicht gespreizten Füßen auf die Außenschenkel; Fersen somit auf die Außenwinkelspitzen. Brustmitte bei leicht vorgeneigtem Oberkörper in einer gedachten Geraden zur Innenwinkelspitze des W.

Einleitend das Mantra: Ich will, sodann in Verbindung mit den Formeln:

... gesund sein;

... eins sein mit der URKRAFT;

... mit dem Wesen aller Dinge; usw.

Auch in Verbindung mit Runenmeditationssprüchen.

VI.

Mantra: „Ich will ganz Objekt sein, mich ganz als Sache erfüllen“.

Bezweckt wird die Überwindung des Subjektiven und Objektiven, ihre Verschmelzung im neuen substantiellen Menschen zur höheren Einheit durch die „Wiedergeburt im Willen“. Diese Wiedergeburt im URWILLEN vollendet sich in den Lenden, im Nervus sacralis, heiliger Nerv der Alten, dessen Strahlungsbereich zwischen Lenden und Hüftkreuz liegt.

Exerzitium:

a) Unter Einbeziehung von Invertebration, Ovulation, gedankliche Ellipsenbildung. Konsonanten mit starker Resonanz. Dem vorgesetztem M vor dem W folgt jetzt noch ein N: m m n n w...

Beim Sprechen des Mantra die seitwärts ausgestreckten Arme ohne Übertreibung nach hinten drücken und die Brust (Thymuszentrum!) vorne durchbiegen. Konzentration auf den durch die Lautschwingungen aktivierten Willensstrom, wodurch eine „imaginativ erzeugte magnetische Spannung“ im ganzen Körper, vor allem im Nervus sacralis erzeugt wird, aber auch in den Fingerspitzen, bis hinab zu Fuß und Zehen.

b) Anschließend Arme im Kelchbogen herunterführen, in der Magengrube kräftig nach vorne durchbiegen, und Hüftgriff. Handwurzel fest am oberen Hüftknochen, Mittelfingerspitzen nahe des Kugelgelenks.

In dieser Haltung abermals obiges Ich-will-Exerzitium, jetzt aber

vorzugsweise den lautlichen Nachhall in den Hüften zu erfüllen versuchen. Gelingt es, dann tritt – so Peryt Shou – „ein magnetisches Ziehen, ja Brennen wie ein verborgenes Feuer als Ausdruck eines erwachenden neuen Sinnes heraus“, der Ursachen- oder Kausalsinn erwacht.

c) Die ganze Übung (a und b) wiederholen. Zum Schluß Hände von den Hüften lösen, Arme vorstrecken (Koinzidenzhaltung) und die ausgelösten Schwingungen zu erfüllen versuchen. „Die sinnliche Wahrnehmung einer urchagnetischen Strömung im Körper“ steigert sich. Peryt Shou spricht vom Man- oder Magnetfeuer, das uns erhalten bleibt, wenn wir konzentriert den Gedanken festhalten und mantrisch aussprechen: „Ich will mir gegenüber stets Sache sein durch die Kraft jenes höheren Willens“. Weitere Gedankengänge: „Ich will ganz Sache sein vor mir selbst“.

Mein Wille schwingt ein in den WELTENWILLEN. Logistisch zu üben wie oben. In dieser Willensschwingung soll sich der Übende weiter objektivieren lernen.

VII.

Zwei Lichtwellen besonderer Art kreisen um den Leib in der Höhe des Solarplexus. Mit diesen verbindet der Name des vedischen Urgottes Varuna. Die auf ein Geheimnis weisende erste Silbe ist lautverwandt der ersten Rune des Futhork: F A; und wie ähnlich klingen Runa und Rune.

höheren Willens) ist A m o O m n i s.

Der Nervenantennismus „birgt in sich das Gesetz des kosmischen oder universalen WILLENS“, sofern damit die entsprechenden Meditationsgedanken einer geistigen Anziehung – amo, Liebe – verbunden sind.

1. Übungsphase: Amo.

A kurz, M nachhallend durch die Nase gesummt. Konzentration auf das Stimbeinzentrum, verbunden mit Gedanken der „Anziehung in den geistigen Welten“. (Liebe im Sinne Schleiermachers)

2. Übungsphase: O m n i s.

a) Zunächst o m . Dabei Nasenbogen leicht adlerartig krümmen und bei angespannten Nasenflügeln übergehen von dem Beugungslaut M zum N der Silbe:

b) n i s. – Jetzt Körper gleichzeitig langsam aufrichten (Invertebration). Ist es bei o m das Stimbeinzentrum, so bei n i s das Herz, worauf die ungeteilte Aufmerksamkeit zu richten ist.

Sich geistig erleben, sich in allen Teilen seines Körpers erfühlen, Versunkensein in den Gedanken a m o – Liebe – sei Gegenstand der Konzentration.

Die Körperstellungen:

Aufrechtstehend, Arme und Hände in Koinzidenzhaltung, oder: In den verschiedenen Varianten wie vorstehend bei den anderen Willensexerzitien.

Desweiteren: Gesichtshaube und Hüftkreis imaginieren.

Stets eingedenk, daß es sich hierbei um feinstoffliche Schwingungsmodifikationen handelt, ausgehend von der Ursubstanz, erkennbar „nur dem im apollinischen Urlicht wieder erwachenden Bewußtsein“. Von dieser Kraft ist auch in den Evangelien verschlüsselt die Rede. Sagt doch Jesus: „Lasset eure Hüften gegürtet sein und euer Licht leuchten“. Ein dunkler Ausspruch, auf den wohl kaum ein Priester exoterischer Richtung eine befriedigende Erklärung geben kann. Dem geistig Schauenden aber, so wird versichert, ist dieses Licht wahrnehmbar. –

Im vorstehenden Sinne üben:

„Ich bin im Willen eins mit der URKRAFT“. Gleich den anderen mantrischen Willensmotiven hilft dieser mantrische Spruch in uns den höheren Willensmenschen stimmen.

Das armanische Lam-Motiv

1. Übung: In Man-Haltung L a m mit betontem L und tönendem M - Laut raunen. – L I I I I a a a m m m m m. Nicht zu stark, um die Bildung „tierischen Odes“ zu vermeiden. Leises Summen und sanftes Ansaugen erzeugt „spirituelles Od“; förderlich der Ichentwicklung und Wunschgestaltung. („Er rief das Od wach durch den konzentrierten geistigen Wunsch“.) Die entwickelte Wunschgewalt erstreckt sich über das Persönliche hinaus auf

andere, selbst auf die Natur. Ein zweischneidiges Schwert bei mangelnder ethischer Entwicklung. Während der Lam-Intonation und der daran anschließenden Meditation Einstellung auf die geistige Anziehungskraft. Das geistige Zeugungszentrum, die Zirbel, wird dadurch angeregt. Vermöge der im Worte liegenden inneren oder geistigen Zeugungskraft stellen wir „unser anfängliches Bündnis mit dem Logos“ wieder her. Die transformierte Zeugungsenergie, die spirituelle Kraft des Samens wird von der Blutbahn reabsorbiert. Zellen und Hirn werden durchströmt und saugen sich voll. Ein bedeutsamer Entwicklungsvorgang; denn „im körperlichen Samen schlummert die Kraft des geistigen Samen, des Logos“. Ganz dem Exerzitium hingegeben, erfühle man die anziehende Kraft der geistigen Welt und sauge sie mit den sich ihr entgegenreckenden Händen an und leite sie durch den ganzen Körper.

Dabei nicht vergessen, die Wirbelsäule aufzurichten. Dank der Invertebration treten Sexualpol und Hirnpol in „spannende Wechselbeziehung“. Die Schwingungswirbel dieser zeugenden göttlichen Urkraft entwickeln den höheren Eros. Reineres Empfinden und Umwandlung zu einem neuen Leben sind die Folge. Bei den Indem ist die heilige Silbe OM Sinnbild dieser Umwandlung.

2. Übung: Arme waagrecht seitwärts (Kreuzgeste) oder nach vorne gestreckt.

L a m mit Baldurbraue. (Augenbrauen hochziehen. –

Nasalflexion) Die ausgelösten Vibrationen in Händen, Füßen und Stirne erfüllen, späterhin am ganzen Leibe. – Dabei intensiv in sich hinein lauschen und sich dabei völlig objektivieren. Was freilich vieler Übung, Geduld und Zeit bedarf.

Allmählich beginnen die Zellen unter dem Einfluß der M-Wellen zu vibrieren. Unter der Lamm-Maske (Nasenbeuge!) entfaltet sich mit Hilfe der Stimresonanz der Emanationssinn. (Bei gesummtten, sanft nachhallendem M-Laut und aufgerichteter Wirbelsäule!) Im Stimzentrum – „Zeugungskanal des Sonnenwidders“ – bereitet sich die geistige Befruchtung vor, die „Hochzeit der Zellen“, bekannt auch als „Chymische Hochzeit“ oder „Hochzeit des Lammes“. „Die Schwingungen des Logos sind im Stimzentrum zu empfinden, nicht etwa aus dem Nasenbein“. –

Erste Auswirkung dieser Exerzitien: Ruhe, Kraft, gesteigerte geistige Energie.

3. Übung: Mantra: „Ich bin dein Lamm“.

Energisch aufgerichtet in einer der genannten Körpergebärden. Widder- (Lamm-) Maske bilden. (Nase adlerartig spannen, nasale Tonlage. Lautvibrationen durch den ganzen Körper leiten.) Vor „ich bin“ mit H-Vorstellung einatmen. Konzentration richtet sich auf den Stimpunkt. L a m sprechen wie das tibetische Ommani, d.h. den M-Nachhall gefühlsmäßig steigern.

Ist dies zufriedenstellend erarbeitet, wird das Mantra erweitert:

„Ich bin dein Lamm, ich folge dir nach“. Wieder mit Lamm-Maske. Einleitend intonieren wir: Ommani. Bei folge (wie späterhin bei Kwahan-se) Tonstoß durch den Körper zu den Schenkeln; bei nach bis zu den Füßen, mit Hingebung an den göttlichen Urwillen, ohne aber etwas erzwingen zu wollen.

Der innere Mensch, gleicht dem Tonsystem einer Harfe, auf deren Saiten wir spielen lernen müssen. Als Ergebnis obiger Exerziten wird in Aussicht gestellt: Durch alle Teile des Körpers beginnt das Organ des Urwillens zu flammen und durchtränkt ihn immer mehr mit „spirituellem Od“. Der Höhere Wille erwacht, das goldene Vließ entwickelt sich, indem sich vom Gesicht ausstrahlend das im Ton von Lamm schwingende Od über den ganzen Körper verbreitet. Dazu lesen wir: „Im Bilde einer geistig vorgestellten Lamm-Maske, die vom Zentrum (Stirn) aus sich über das Gesicht verbreitet, wird es zunächst manifestiert“. Damit wird das Vließ zum Schutzmantel, der schädigende Influenzen abhält, und zugleich zur „Hornhaut“, durch die man unsichtbar auf andere einzuwirken, ja ihnen sich geistig mitzuteilen vermag.

Aber immer darauf achten, daß das nachhallende M wirklich durch den ganzen Körper flutet, und daß man sich in dem spirituellen Od gewissermaßen atmend und schwingend erfüllt.

Die Meditationsgedanken sind auf die geistige Zeugungskraft des Logos, auf die höhere Liebeskraft zu richten, die das schöpferische

Ich durchdringt und sich ferner als heilende Kraft erweist.

Das Sphärenmotiv Omenidvar

Dank des Lam-Motivs „schöpfen wir aus dem Logos die Kräfte unseres Wesens“, vornehmlich in Form von sieben Grundkräften, analog dem siebenfachen Sphäringürtel der Erde, wobei der Wirbelsäule eine ausschlaggebende Rolle zukommt. In ihrem Aufbau ist sie Abbild dieser Sphären, deren Energie sie empfängt, und die im körperlichen und geistigen Samen ihren Ausdruck findet und im Lam (und OM) -Motiv aktiviert wird.

Das in die Sphären einschaltende Schlüsselmantra ist Omenidvar, dessen erster Teil dem unteren Sphäringürtel zugehört, dem materiellen Logos (Gnom, ägypt. Chum), die beiden letzten Silben dem geistigen Logos (Is-vara).

Aufzugliedern in: O – M – EN – I – D – VA – R. Einleitend LAM.

Dann wie folgt zu üben: LAM – O – MEN – NJ – I D – VA – RA (auch UAR).

M, N, I besonders beachten. I geht in ein J über. (Nasal üben!) Den lautlichen Nachhall peripher in den Gliedmaßen erfühlen sowie im Innern des Körpers. Stellungen hierbei: Man-Haltung, Kreuzpose, Koinzidenzstellung oder mit Hüftgriff.

Insbesondere das Auflegen der Hände auf die Hüften bei gerader Wirbelsäule und kräftig betontem IJ-Laut verstärkt den Erdkontakt. Auch im Gehen üben.

Neben dem Sphärenwort die Lautreihe b a – d a – n t a – l l a – r a einbeziehen.

Ferner mit Fulguration: Scheitel: Om, Nacken: men, Brust: id; Hüften und abwärts über die Knie zu den Füßen: www aaa rrr.

Peryt Shou empfiehlt desweiteren Kernings Buchstabendenken, also obige Silben in Hände und Füße hineindenken.

Außerdem bei erhobener Rechten und auf sie gerichteter Konzentration die nasal intonierte Silbe P a in der Hand zu erfüllen versuchen; gleiches, bei bleibender Handhaltung, mit den Füßen, stehend und gehend. Womöglich viel im Freien üben.

Den „Fußatem“ fördernde mantrische Übungen

Die geheime Kraftquelle des Yogis ist sein „Fußatem“, das bewußt erlebte Abfließen der Lautwelle durch die Füße. Auslösendes Moment für eine Gruppe von Logosphänomenen.

Die nach den Füßen strömende Atem- und Lautwelle hüllt den Mantriker in einen Emanationsmantel. Sobald die Tonwelle die Füße erreicht hat und die Interferenz sich vollzieht, ist die Vayuzone erreicht. Das zur Übungszeit herrschende Vayu-Tattwa oder dieses Tattwa (wie bereits gezeigt) in sich erweckt begünstigt den Vorgang. Diese Ver-schwingung zweier Kräfte in den Fußsohlen (Plantalchakra) ist bei allen einschlägigen Exerzitien zu beachten. Gleiche Möglichkeiten bieten auch viele Praktiken des Runen-Yoga.

Die kosmischen Kräfte befruchten die Füße. Sie hüllen sie

gleichsam in eine Wolke, die ansteigend, in feinem Druck, ihre Heilkraft durch den Körper nach oben senden und den Organismus erneuern. Fester Stand auf Mutters Erde festem Boden erhöht die Wirkung der Interferenz, „das Zusammentreffen, bzw. die Vereinigung von Schwingungen untereinander“.

Gute Wirkung verspricht die Tonversenkung in die Füße in Verbindung mit dem gutturalen J (jod) und CH (ich). Grund dessen begünstigen den Fußton: J e h – Ch – Y u – J u – V a y u; zu steigern noch durch die mit zum Boden weisenden Innenhandflächen gestellte Kreuzhaltung.

Die iniatorische Kreuzpose spannt die Muskeln, wodurch eine magnetische Resonanz hervorgerufen wird, die der magnetischen Urwelle der Erde entspricht. „Das magnetische Fluid der Muskeln steht... in Beziehung zu der Primär-Woge des irdischen Magnetismus“.

Weitere darauf ansprechende Tonelemente: Uste, Istar, Christus.

Wozu bemerkt sei, es sind dies nicht nur Namen (wie Jesus Christus, Isvhara, Isis usw.), sondern sie bergen kosmische Urklänge. Was übrigens von jedem echten Mantram gilt, das durch seine Wortdynamik den materiellen Leib umbildet in den „verklärten Substanzeib“.

Exerzitium

I.

Stand in Richtung Nord. – Kreuzpose, Fußspitzen schräg nach außen, Fersenabstand etwa zehn bis fünfzehn Zentimeter. Motiv: das nordische Tjuda unter Beachtung der zu den Füßen abfließenden Tonwelle. Mit sehr kräftigem, gutturalem J:Tja-Tje-Tjuda.

Tonstoß auch in Armen und Händen erfühlen!

Ähnlich das hebräische Logosymbol: Juda, Dje–h u d a.

II.

Mantraworte: Teut–Tet–Tat.

Tet ist neben Sat ein „Motiv des höheren Erkennens“. Mit vorgestreckten Armen und Händen (Koinzidenz) solange üben, bis der Abklang der Tonwelle in Füßen und Händen zugleich erfühlt wird. Auch mit Tat – Sat – D s a e h den Körper durchschwingen lassen.

III.

Verwandeln der statischen Tonwelle (T e u t, T a t) in die labile Schwingungsform s u s.

Haltungsgeste wie bei Übung I und II.

a) D s i–d s i, darauffolgend s u s.

b) t j u, t j e, t j a.

c) Abschließend: J e h–s u s. Mit Sibilation.

IV.

H'On – Nov – Er (Onower, der ägyptische Logos der Auferstehung). Mit beiden Haltungsgesten: Kreuzstellung und Koinzidenzhaltung.

H o n: N nachklingend in der Lendenzone.

Nov und N o w, bzw. N o w f.

Hon – now – fer.

Nach Anschlagen der lumbalen On-Schwingungen ruft der stark ansaugende Wf-Laut die Fußwattung hervor. Zunge dabei kurze Zeit in N-Lage festhalten und die Lumbal- (Lenden) Zone beobachten sowie die nasalen Lautschwingungen, die im Zwerchfell eine Resonanz erzeugen. (Abdominal-Reflex).

Auch der Om-Meditierende berücksichtigt die Nasal- und Lumbalzone, indem er u.a. mantrisch intoniert: N a – N a – m o – Nara – Narayama – Ananda. Sehr wirksame Mantrarayas im Indischen, an die höheren Energien gebunden sind.

Ferner üben: Onover – Andwari.

O n o w gilt gleich Man und Manna als geistige Speise. Die N-Welle soll dabei im Nachhall dreimal schwingen.

Salom-Triangel

Ein Einweihungssymbol, hinweisend auf das „dreifache Licht“ und den harmonischen Dreiklang von Wille, Verstand und Gemüt. Ferner stellt es den „Felsen“ dar, auf dem der Mantriker zu treten hat

(ähnlich des „Auf den Bergtreten“), auf dem das „Wort des Urwassers“ – Maim – zu sprechen ist.

Ein gleichseitiges Dreieck von etwa zwanzig Zentimeter Seitenlänge wird auf den Boden gezeichnet oder als fertige Vorlage gelegt.

Die gewinkelten Füße – mit den Fersen auf den Endpunkten der Dreieckbasis – bilden mit den Seitenschenkeln ein großes W. – Das Brustzentrum (Thymusgegend), wohin das Körpergewicht zu verlagern ist, in gedachter Gerade zur oberen Dreieckspitze. Hände zu den Füßen in Koinzidenzhaltung.

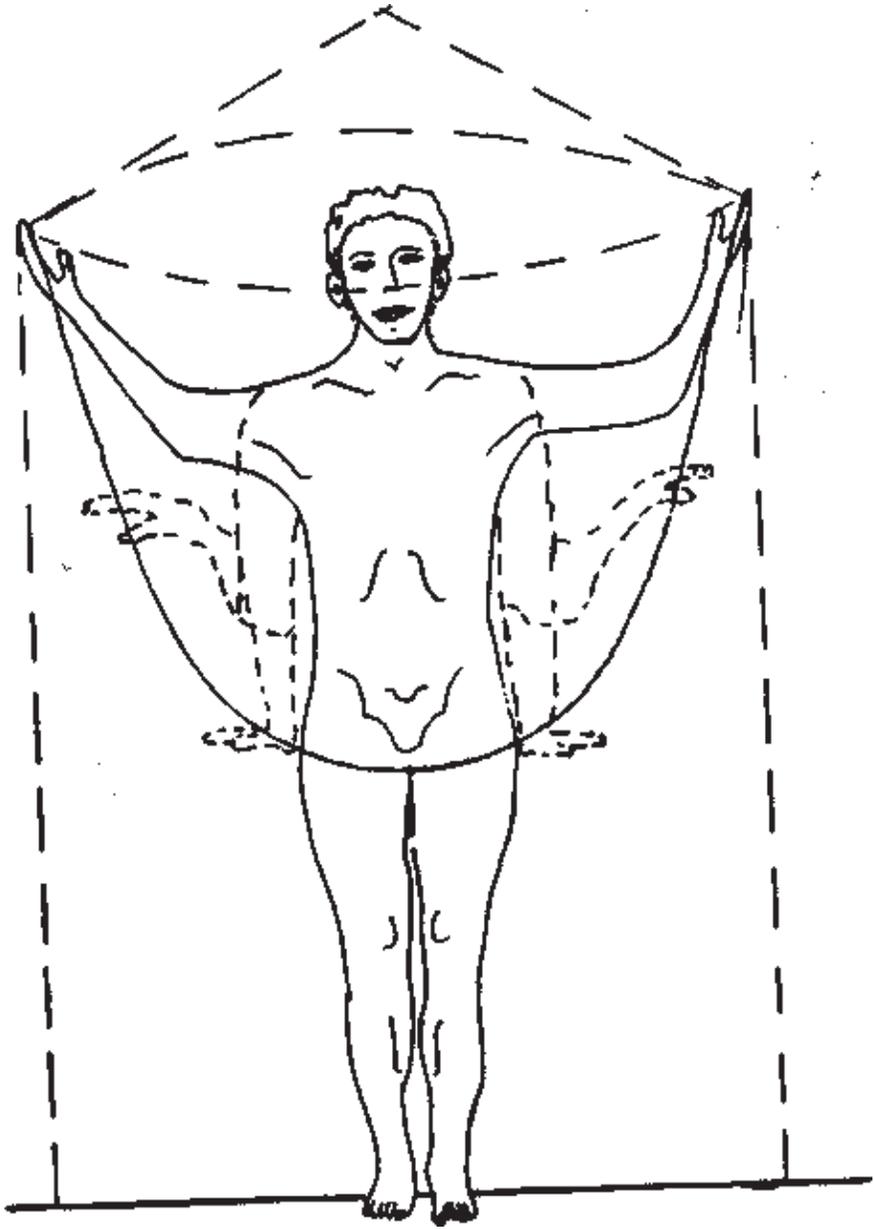
Motive-. (Bei gleichzeitiger Vorstellung einer von oben herabgreifenden Hand, die die Brustfläche schützend bedeckt): Hand der Kraft (Ha . . . n . . . nd der Kraft) O m -r a c h, M . i m i - r a c h , Maria.

Das Anlaut-M einige Zeit fast tonlos summen, bei gleichzeitiger Invertebration und Koinzidenzhaltung. Bei r i (Maria) in der Tonlage ansteigend, damit im Corenarium und über dem Haupt eine Schwingung zustande kommt. Das Coronarium, „höchstes und zusammenfassendes Hormonorgan“, verbrennt den „die Substanz des ganzen Menschen in sich bergenden Samen“, das von den Drüsen erzeugte Ursekret.

Maim: nasal tönendes, nachhallendes M: M m m m m a – i – m m m m.

Desgleichen: Mamre: M m m m – a a – m m m – r r – e e e e;
Mimir: M m m m m – i i – m m m m – i i – r r.

In diesen Tonschwingungen erwecken wir die „Empfindung einer übersinnlichen Kraft“.



Der Kelch

Er ergibt sich aus einer dreifachen Armhaltung in dreifacher Achsenlage. Die Vorstellung der Hütte kann später mit einbezogen werden.

I.

1. Obere Achsenlage.

Hochführen der seitlich weit ausladenden Arme, bis die Hände sich in Höhe der oberen Stirnzentren – „Sitz des geistigen Hören“ – befinden.

Baldurbraue. Lauschen in die Ferne und Einstellung auf Empfang der Zirbelschwingungen in den aufnahmebereiten Händen (Handchakra!). – Von okkultistischer Seite erfahren wir, daß die Epiphyse ihre Schwingungen durch das ganze Gehirn sendet. Von ihr gehen elliptische Wellen aus, begleitet von „Bogenschwüngen“, sechs innerkörperliche und eine außerkörperliche. Mantrische Praktiken leiten diese erweckenden Schwingungen in den Fühlraum der Hände.

2. Mittlere Achsenlage:

Oberarme am Körper, Unterarme, seitlich gewinkelt, mäßig erhoben, Hände in den Wurzeln leicht gebeugt mit zum Boden gerichteten Innenflächen. Konzentration auf den die Hände schneidenden waagerechten Schwingungskreis. (Brusthöhe)

3. Untere Achsenlage.

Die gestreckten Arme liegen bis zu den Handwurzeln entspannt am Körper, Hände stehen rechtgewinkelt ab und weisen zum Boden. Unteres Schwingungsfeld, in Höhe der Hände verlaufend, erfühlen. Ebenfalls in Verbindung mit Mantras.

II.

Einstellung auf den Kelch.

1. Die geistig vorgestellten Kraftlinien verlaufen wie folgt: Ausgehend von der oberen Achsenlage Hände langsam abwärtsführen über die mittlere zur unteren.

2. Das Vorstehende wieder bei oberer Achsenlage, ohne diese aber zu verändern. Bildung der Kelchform also rein imaginativ; in Gedanken abwärts zur mittleren und zur unteren Armhaltung.

Oder: Bei oberer, bleibender Armhaltung Kelchbildung von unten herauf.

Beiderseits von den Handwurzeln der gedachten unteren Achsenlage bogenförmig aufwärts über die Hände der gedachten mittleren Achsenlage bis zu den Händen der tatsächlichen Armhaltung der oberen Achse. Das so gebildete Schwingungsfeld der Kelchform durch Mantras verstärken.

Mantra-Motiv: Hand der Kraft. Logistisch zu intonieren in den drei Achsenlagen und in der vorgestellten Kelchform.

Haannnnnd–der Kraft.

Dabei zunehmend die Augenbrauen nach oben spannen und die

Aufmerksamkeit auf den Fühlraum der Hände richten.

Weitere logistische Entsprechungen sind das ägyptische Onre, das Andra der alten Mystiker und das urchristliche Inri.

Die Mühle

Die „Mühle machen“, darunter sollen die Urchristen bestimmte Gesten und Bewegungen verstanden haben. In Verbindung mit Mantras wurden dadurch geistige Energien entfacht.

I.

a) Die gestreckten Arme – Handschalen nach oben geöffnet – senkrecht erhoben.

b) Zweite Haltung: Arme seitlich gestreckt; nicht streng waagrecht, sondern etwas nach unten zu geneigt. Handschalen weisen zum Boden. – Auf diese Weise auch mit nach vorne gerichteten Armen üben.

c) Dritte Haltung: Arme noch mehr nach abwärts, so daß die nach unten weisenden Hände etwa zwanzig Zentimeter vom Körper abstehen. – Armlage auch nach vorne richten.

Als Mantra, die vom wiedererstandenen Christus an seine Jünger gerichteten Worte: Salom lachem (Der Friede sei mit euch). M leise tönend, nachhallend: Sa l o m m m m m

l a c h e m m m m m.

Säuselndes S, betontes L. Nasenrücken zunehmend adlerartig krümmen. Mit erhobenen Armen beginnen, diese allmählich abwärts

führen zur zweiten Position und langsam dann zur dritten.

In der ersten Armhaltung: Salom, in der zweiten: lachem, in der dritten: Salom lachem.

Während des Herabgleitens der Arme aus einer Position in die andere das leise tönende M beibehalten. – Zurück zur Ausgangsstellung und Arme erneut abwärts führen wie zuvor. Desgleichen mit nach vorne weisenden Armen üben. – Nach eigenem Ermessen variieren. Salem lachem in jeder Haltung logistisch intonieren oder das Mantra in einer Einatmung auf alle drei Armgesten verteilen, usw.

Peryt Shou spricht hier von einer anwehenden Kraft, einer geistigen Energie (pneuma hagon), die sich als saugende Empfindung in den Handmitten (Handchakras) kundtut, späterhin als feines spirituelles Saugen den ganzen Körper bis hinab zu den Füßen erfüllt.

II.

Eine andere Form der Mühle, genannt auch Anthara-dauti: Rechter Arm erhoben – wie bei Geste eins; linker Arm weist nach unten – wie bei Geste drei.

Die Innenhandfläche der Rechten waagrecht nach oben, die der Linken nach unten. Während des Mantrierens: rechter Arm mit nunmehr nach unten gerichteter Handfläche langsam abwärtsführen, gleichzeitig linker Arm mit nach oben weisender Innehand nach

oben, so daß sie jetzt die Spiegelstellung der Ausgangshaltung einnehmen. –

Ein Vorgang, dem wir übrigens im Runenyoga bei der Not- und Eh-Runenhaltung begegnen, nur daß sich hier die Arme in Schräglage befinden.

Das Esoterium schließt mit Konzentration auf die Thymus-Herzspindel in der der Sig-Tyr-Haltung analogen Armgeste. Ergänzend stelle man sich eine große, von oben herabgreifende rechte Hohlhand vor, die die Brustgegend schützend bedeckt. Wodurch das Wort im und über dem Körper besser schwingt. Die Gedanken sind in inniger Versenkung auf den unendlichen Geist, auf das unendliche Bewußtsein gerichtet. Den in tiefer Kontemplation Verharrenden weht eine geistige Energie (pneuma hagian) an.

Die Hütte, das Tabernakel oder das Zelt (Hüttenbaum – Tabernaculum – Konsentaneum)

Die Hütte stellt gleichsam den Tempel des eigenen Leibes dar, dessen höherer Schwingungsform Zelt- oder Hüttengestalt zugesprochen wird, darin der Logos wohnt. Sie stellt in und um uns ein „Abstimmungskraftfeld“ dar in bezug „auf das größere tattwische Kraftfeld der Erde... getragen von einem intellegiblen Rhythmus, einem ‘Wort’ „. – Weiter vernehmen wir: Abstimmungsexponent ist, logistisch gesehen, Ishvara – Quelle zeugender und lebenspendender Macht – , der den Menschen „mit dem größeren

Kraftfeld der 'Erde' und weiterhin mit dem der 'Sonne' „ verbindet. Er vermittelt die Strahlen des Urlichtes. Die Hüttenbildung ist ein Imaginationsakt.

1. Oberarme waagrecht seitlich, Unterarme senkrecht im rechten Winkel erhoben. Innenhandflächen weisen zueinander. Von Händen und Unterarmen je eine gedachte Senkrechte bis zum Boden: die Seitenlinien, bzw. Flächen der Hütte. Eine weitere Linie führt von jeder Hand über den Kopf hinaus. Beide Linien bilden so das dreieckige Dach der Hütte, (siehe Abbildung 5).

2. Oberarme seitlich am Körper anliegend, Unterarme stehen im spitzen Winkel ab. Handteller flach, Finger gestreckt. Wieder „Seitenpfosten“ und „Dach“ der Hütte im Vorstellungsbild deutlich formen, (siehe Abbildung 6).

3. Hüttenbildung wie vorstehend, nur jetzt mit zur Manrunenform erhobenen Armen, (siehe Abbildung 7).

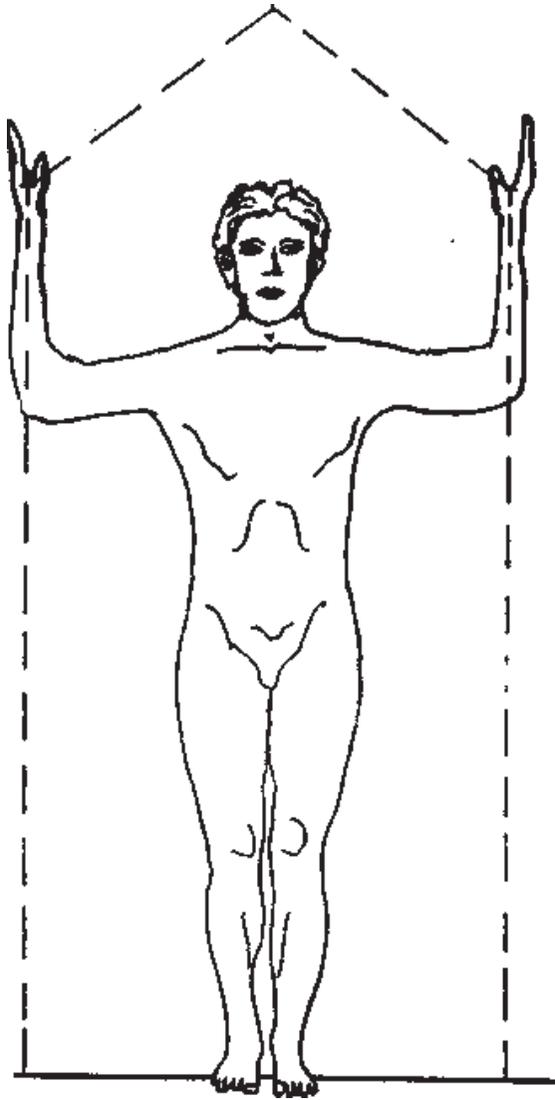


Abbildung 5: Hütte I

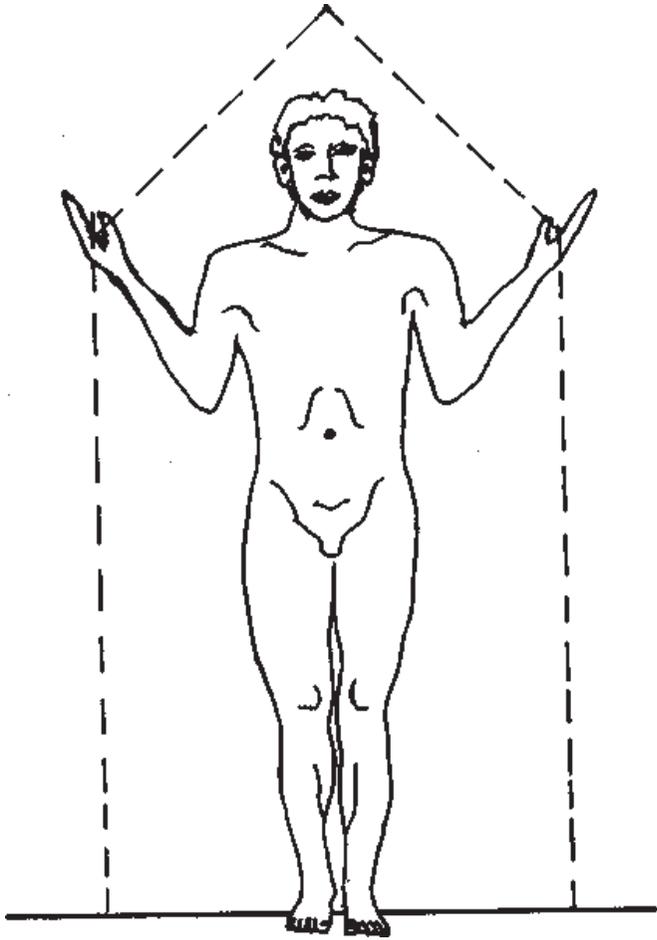


Abbildung 6: Hütte 2

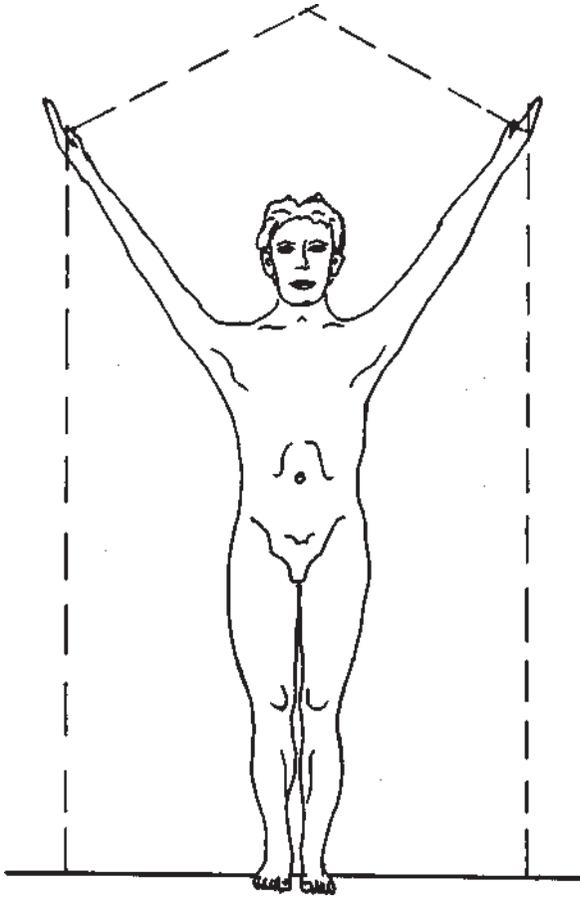


Abbildung 7: Hütte 3

4. Sinngemäß können später dann bei einiger Übung die waagrecht liegenden Schwingungskreise in das imaginierte Bild der Hütte einbezogen werden. Ebenso die Kraftlinien des vertikalen Quadrates, dessen eine Spitze das Thymuszentrum berührt, die gegenüberliegende einen gedachten Punkt über dem Kopf, die rechte und linke Quadratspitze liegen in den Handmitten. Die „Hütte des Wortes“ aktiviert den Fühlraum der Aura; diese wiederum verstärkt dadurch die Wirkung des Tones, die sich ihrerseits wieder auf die sieben Schwingungsebenen auswirkt.

Die Hütte umschließt einen Krafraum, der die Bildung „eines neuen, vollkommenen Leibes“, des Substanzleibes, von dem auch der Mystiker spricht, begünstigt. Der stoffliche Mensch wandelt sich zum geistigen. Die Lichter werden umgestellt. Diese Verwandlung nimmt ihren Ausgang im inneren Drüsensystem, den sieben Induktionsfeldern des neuen Menschen, wobei die Chakra wesentlich Anteil haben. Voraussetzung für die Bildung des „Auferstehungsleibes“. Bevorzugtes Mantra für den Fortgeschrittenen ist: *Ich-bin-dies*. Gesprochen in der Hütte, in sich hineinlauschend in schweigender Versenkung, antwortet ihm gewiß einmal in begnadeter Sternenstunde eine höhere Bewußtheit: das Überbewußtsein, das Über-Ich, Ishvara, der Christus oder der Gott in uns. Viele Namen für ein überaus seltenes mystisches Erleben. Durchdrungen von der Macht einer höheren, der kosmischen Liebe,

vereint sich mit ihm eine sein Wesen umgestaltende Kraft.

In Hüttenstellung sollte das Gebet gesprochen werden, wobei das Vorstellungsbild der Hütte auch ohne die verschiedenen Armhaltungen zu formen ist.

Die göttliche Projektion aus höheren Welten enthält ferner das ägyptische *Saeh-irmu*, auch *Imn-saeh*, abgeleitet angeblich davon das germanische *Imen-sul*, den göttlichen Prototyp im Menschen bezeichnend.

Wer die Worte im rechten Sinne im Tabernaculum spricht, „der wird – so das Versprechen – verwandelt durch die Kraft der Liebe, die sich in ihrer umgestaltenden Art ihm offenbart“.

Dann erblickt er den „Freund am anderen Ufer“. Kontemplativ versunken in Stille und Schweigen schaut er ihn in seinem Entsprechungskörper, im Tabernakel, „in der *einen* göttlichen Urform“, die auch ihn, den Menschen, prägt. Für den Frommen ist es schlechthin Gott, für den Christen der Vater, für den Yogi sind es die Väter, die hohen Pitris, die sich freilich nicht in unserem Sinne voneinander unterscheiden. *Eins* sind sie in dem EINEN. Ein Gott nur, „und doch eine vielfache Erscheinung desselben in den höheren Welten, *in deren Resonanz der Betende oder Meditierende tritt*“.

Peryt Shou vertritt die Ansicht, daß die Urchristen um das Esoterium der Hütte oder des Tabernakels wußten. Darstellungen in den Katakomben und auf koptische Gemmen, die er zur

Bekräftigung seiner Aussage heranzieht, untermauern seine Vermutung.

Die Gosainbögen – Die Stab- oder Bogenübung

Zwei in der Vorstellung gedachte Stäbe – die Consentbögen, ihr Zentrum ist die Zirbeldrüse – bilden das zu erweckende „Auge des Gosain“, das mittels Mantras, vorzugsweise in der Hütte gesprochen, bei ruhenden oder bewegten Gesten aktiviert wird. Die Consentbögen beeinflussen zugleich die aurischen Schwingungen.

Zwei von der Epiphyse ausgehende Wellen werden in der Imagination wie folgt zu Bögen gestaltet:

Arme leicht angewinkelt, seitlich erhoben; Hände in Stimhöhe.
(Obere Achsenlage wie bei Bildung des Kelches.)

Von den Handmitten ausgehend denkt man sich zwei elastische Stäbe. Vorderer Stab liegt an der Stim, hinterer am Hinterkopf.

Auf diese Weise wird ein um die Zirbel gelagertes waagerechtes Kraftfeld gebildet, oder besser: die imaginierten Consentbögen decken sich mit einem um die Stirn bestehenden Schwingungsfeld. Doch Aussicht auf Erfolg hat nur der, bei dem die „Zeugungsrückstömung bereits erfolgt ist“. Das heißt: Beherrschung der sinnlichen Begierden ist unabdingbar.

Die gedachten Stabenden in den Handmitten erfüllen – Arme anspannen – und langsam die Stäbe zusammenpressen, bis die Unterarme annähernd rechtgewinkelt nach oben weisen. Hände

verbleiben weiter in Stimhöhe.

Naturgemäß bilden die ursprünglich parallel nebeneinander liegenden Stäbe nunmehr in der Vorstellung eine dem Bewegungsvorgang entsprechende Ellipse, die als solche ein besonderes Schwingungsfeld ergibt.

Zusätzlich kann in diese Ellipse ein waagrecht liegendes Viereck gedacht werden. Später ist dieses Viereck auch vertikal zu imaginieren. Aufrecht stehend ragt seine obere Spitze über den Kopf hinaus, die untere Spitze des Quadrates endet am Brustbein (Thymusdrüse).

Alle diese und die folgenden Übungen dienen der Erweckung des Gosain-Auges. Wehe aber dem Unehrliehen! warnt der Yoga. Jeder, der nach „den Gosainbögen greift... wird gesehen“.

Jede Übungsphase ist solange gründlich zu wiederholen, bis jede der gedachten Einzelheiten deutlich erfüllt wird. Erst wenn die Bögen deutlich wahrgenommen werden, kommt das Mantra hinzu.

Zunächst der zündende Hlaut, allein und in Verbindung mit dem dem Sensual- und Empfindungsmotivangehörenden Dentallaut S. Bei fest am Gaumen verbleibender Zunge säuselnd, nasal nachhallend: llllllllllsssssss.

Weitere Mantraworte vervollständigen später das Bogenmotiv: Isis – Isa – Isais – Omn – Ommen. Zusätzlich zugleich in der Hütte erklingen lassen. Weitere Umwandlungsexerzitionen mittels der

Consentbögen:

1. In Hütten-Einstellung

- a) Unter Anspannung der Armmuskeln werden bei aufrechter Körperhaltung die biegsam, aber doch widerstandsfähig gedachten Stäbe in Haupthöhe bis zu den imaginierten Seitenflächen der Hütte zusammengedrückt. – Von hier aus Hände langsam, rhythmisch von Punkt zu Punkt herunter führen, so, als ob sie von einem Dorn zum andern glitten. Daher Dornstabübung genannt.
- b) Wie zuvor, nur werden die Bögen jetzt über dem Kopf geformt. Von hier allmählich hinab zur Stirnhöhe und zu den anderen Konzentrationspunkten der Hütte. Richtig durchgeführt erfährt den Körper eine „eigentümliche Schwingung“, die ihn durchdringt, ihn verwandelt, die vergängliche Materie sublimiert.
- c) Stäbe gebogen als liegende Acht (Lemniskade) imaginieren, deren Kreuzungspunkt im Kopf (Coronarium) liegt. Als Mantra werden empfohlen: O m, Om – Hansa, O m – m an i (O kurz, Konsonant betont; späterhin mehr die Vokale betonen. M und N stets mit nasalem Nachhall.) Dann: Om – Hamn – sa, gedeutet als Aham-sa: Ich bin dies. Sich dabei ganz als „dieses“ („s a“ oder „t a t“) erleben. Zunächst O m – m a n i, und übergehen zu: Om –

hamn – sa. Über „Ich bin dies“ (Ahamsa, Hamsa = Logos) meditieren. „Gilt auch als Abstimmungsmotiv auf den jenseitigen Guru“. (Siehe ferner den Buchteil: Aus dem Weisheitsschatz östlicher Mantras.)

2. Die gedachten Bögen werden von außen von einem imaginierten Viereck umschlossen. Von der Ausgangsstellung (Stirn-Hinterkopf) werden die beiden Bögen gleichzeitig vorne und rückwärts rhythmisch herabgeführt. Mit Hilfe von Mantras (Om, Ishvara) wird der Körper in Schwingung versetzt.

3. Unter den Consentbögen stehend praktiziert der Yogi die Burshwah-Übung: Bur – bwah – schwah. Dabei ist das Gemüt ganz auf Einschwingung in den EINEN, in die wahre SUBSTANZ (TAT) zu richten.

4. Unter den Consentbögen mit offener Ovulation: Uz – h v e r, mit geschlossener Ovulation sodann: P a r – U z – h v e r. Par-uz-hver bezieht sich auf das große Sonnenwesen. Dieses Wort birgt verschlüsselt den Parsival-Logos. – Uz-hver ist Luzifer, der dunkle Ishvara. An ihn ist das Begierdefeuer gebunden. Nur wer es überwunden und sublimiert hat, gelangt zum Par-uz-hver, zum großen Sonnenwesen.

5. Die nun folgenden Mantras sind unter dem gebogenen Stab in sich einzusprechen. Sie müssen im Innern erklingen in rechter Hingabe und Liebe. K o m m J e s u . Zuerst mantrisch sprechen

wie O m n und Isis, unter besonderer Beachtung von M, N und J. Dann gedankliche Versenkung in das Mantrawort. Als zweites Mantra: K u m L a z o r (oder L a d s a r, bzw. letzte Silbe d s o r). Lazarus stehe auf.

Silbe lad (l l l a d) möglichst vokallos, Zunge nicht vom oberen Gaumen lösen. Der „abfließende nachhallende D-Laut erzeugt in Koinzidenzhaltung einen leichten Tondruck in den Füßen“. Ähnlich wie bei A n d r a und Hand-der-Kraft. Folglich auch in dieser Haltung üben. Beide Mantras mit Stabvorstellung und zugleich in Hütteneinstellung praktizieren. Hände führen die gedachten Bögen langsam herab.

Peryt Shou versichert, daß diese Formeln von „erweckender innerer Kraft“ sind. Sie erwecken das Christus-Ich im Menschen. Dsor bedeutet die Taube, Lazor, der zur Taube gehörende oder von ihr überschattete höhere Mensch.

6. Ein weiteres dem christlichen Einweihungskreise entstammendes Esoterium ist das *Paraklet-Motiv*. „Wenn jenen der Paraklet, der Tröster kommen wird, welchen ich euch emanieren werde vom Vater, der Geist der Wahrheit, der vom Vater ausgeht, der wird zeugen von mir.“

Zunächst wird vorstehendes Mantra in den verschiedenen Variationen in Verbindung mit den Gosainbögen in der Hütte geübt:

a) Bei P a r a den vorderen Bogen in der imaginierten Hütte

- vor Gesicht, Brust und Rumpf Punkt für Punkt herabführen.
- b) Gleicherweise den rückwärtigen Bogen.
 - c) Beide Bögen zugleich herabgleiten lassen, Hände immer an den „Pfeosten der Hütte“. Dabei die Schwingungen des Wortes zu empfinden versuchen. Para wandelt das Begierdefeuer um zum „gebundenen Feuer“. Bei k l e t Hände mit den gedachten Bögen ganz unten, demnach mit nach abwärts gestreckten Armen. Dabei die „Bindung der Lebensenergie imaginieren“.
 - d) Nach dem Mantrawort folgt das Esoterium des ganzen Mantra-Spruches. Die Konzentration ist „auf Vereinigung mit dem Weltlogos“ und auf den VATER gerichtet. Emanieren wie Omen und Om-mani, Vater mit vorgesetztem, spannungsgeladenem M; abwechselnd bei offener und geschlossener Ovulation durch den Körper schwingen lassen. *Wahrheit* als m m h w w a a r ... Das „offene Feuer“ in W wird durch das vorangehende M beim Herabgleiten der Bögen gebunden.

Erfühlen der „Fahneebene“

Mantra: I s i s. (Isis schließt die Verdoppelung des Urtones Is ein. Isis gilt als Lösemotiv, im Gegensatz zu Om, das als Bindemotiv bezeichnet wird.)

1. Arme schräg seitlich über den Kopf erhoben. (Wie bei der Man-

Haltung, nur weisen jetzt die Handflächen nach unten. In dieser Armhaltung wird eine rechteckige Schwingungsebene – die „Fahneebene“ imaginiert. Diese verläuft waagrecht über dem Kopf von Hand zu Hand; von den Händen erstreckt sich eine Senkrechte hinab zum Boden; die vierte, die Bodenlinie verläuft unter den Füßen.

I s – i s mantrisch mit langgezogenem Nachhall. Abwechselnd säuselnder und scharfer S-Laut. Auch: l i i i i i i i i s i s (sis kurz) und l s s s i i i i s s s. (Sibilation miteinbeziehen) Einstellung auf die Fahneebene beibehalten. Vor allem Konzentration auf die von den Händen zur Erde führenden Vertikalen, damit die vom Wort ausgelösten Schwingungen beiderseits der Wirbelsäule hinab zu den Füßen fließen.

2. Nach erlangter Übung: Während das Mantra ertönt (S mit langem nasalem Nachhall, Sibilation) Händen an den gedachten Linien des Resonanzfeldes, in dem das Wort schwingt, langsam abwärts führen, bis etwa unterhalb der Hüftebene. – In den Handmitten ein Saugen empfinden. Bei guter Beherrschung der Übung später das Resonanzfeld der Fahneebene ohne Herabgleiten der Hände erfüllen. Dabei sich in die durch den Ton sich offenbarende Urkraft, die Liebe ist, meditativ versenken.

Auch bei diesen Exerzitien strömt der von den Keimdrüsen reabsorbierte Samen aufwärts und „schließt sich in gewissen

Zentren des Körpers zur höheren Energie des 'Logos' auf'. Aus sexueller Triebkraft wird „schwingende Wortkraft“. Eros wandelt sich zum Logos.

Späterhin weitere Mantras: Om – Omen – Amen – His-man...n, Hesman...n, H'eis... main (Hebr. Ha'sch'main, Himmel), einbeziehen. N-Laut stets mit nasalem Nachhall.

3. In Verbindung zu dem später gegebenen „Ich-bin-dies-Mantram: „Isis – ich bin dies, bin die in sich selbst wirkende, nur in sich erkennbare wahre Urkraft,

die Substanz aller Dinge.

Isis – ich bin dies –

das Eine, das allem zugrundeliegt“.

„Isis – ich bin dies –

die Ruhe;

ich bin dies –

die Kraft... die Weisheit... die All-Harmonie.'

(dies: scharfes, nachhallendes S)

Die Motive: Indra – Inri

I n mit nasalem Nachhauch bei gleichzeitigem langsamen Aufrichten bis zum Lendenkreuz (Invertebration), sodann das D, kurzer Tonschlag, der im Rücken zu erfüllen ist.

Anschließend Arme seitlich erheben wie folgt: rechter Arm waagrecht, im Ellbogen senkrecht nach oben gewinkelt, Hand im

Gelenk ebenfalls gewinkelt. Innenfläche weist nach oben, linker Oberarm in gleicher Lage wie der rechte, der senkrecht abgewinkelte Unterarm jedoch weist zum Boden, die im Gelenk abgewinkelte Hand mit der Innenfläche desgleichen. Oder linker Arm lose herabhängend und nur die Hand abgewinkelt.

In dieser Haltung: d r a. Dabei den Ton gewissermaßen in die Handflächen drücken mit Konzentration auf die Handchakras. Nunmehr Indra auf einem Atemzug.

Meditation: „Die Kraft Indras verinnerlicht sich in mir“. – „Ich fühle das Strömen der göttlichen Urkraft in mir.“

Ferner: „Ich bin eins mit der Urkraft“. Ein – s wie In – d. Besonders ist darauf zu achten, daß das N durch immer stärkere Nasalation in der Wirbelsäule immer deutlicher schwingt. Neben der Handvibration kommt es vor allem auf das Hineinsprechen des Tones in das Rückgrat an. –

Auch in umgekehrter Armhaltung – linker Arm oben, rechter unten, üben. Anstelle des indischen Indra (Götternamen sind zugleich metakosmische Urklänge!) das ägyptische O n r e und das christliche Inri.

I mit Scheitelresonanz, N mit hochgezogenen Augenbrauen, R I (gleich On der Sonnen-Urton) mit betontem R und langsam verklingenden I.

Auch mit Fulguration und „Blitz-Gebärde“ (Rechte seitlich schräg

nach oben, linke schräg abwärts, und umgekehrt). Konzentration auf das Thymuszentrum.

Für die Griechen der Antike war die hinter dem Brustbein und vor dem Herzen befindliche kegelförmige, rötlichgraue Drüse Sitz von Mut und Gemüt. Nach neueren Forschungen produziert sie das „Abwehrkraft- und Alterungs-, Krebs- und Krämpfte“ regulierende Hormon Thymosin. Nach esoterischer Ansicht vollendet sich hier der Übergang vom Dionysischen zum Apollinischen.

Das Jimla-Motiv

Jimlah – das Sham-baHah der Tibeter soll sich davon ableiten, in ihrer Sprache „Geist der Mütter“ oder „Geist der großen Liebe“ – bekannt auch als zweiter Hüter von Sham-ballah; J i m m e r im Urchristentum, das Lamm in aramäischer Bezeichnung, der „Widdersphinx“, der das Lammgeheimnis birgt, das sich dem hingebungsvoll Übenden offenbart.

1. Mantra: J i m l a .

In Koinzidenzhaltung. – Laut östlicher Lehre in dreieinhalb Zeiten mit nasalem M und stark betontem J:

Jim... mm... mm...l a h

1 2 3 1/2 (sehr kurz)

Konzentration auf die Handmitten. In Gedanken: Das Urlicht der Sphären durchströmt meinen Körper. Den Ton bei lah in den Füßen nachklingen und verschwingen lassen. (Interferenz)

2. Mantra: J i m m e r .

Die vorerst in Koinzidenzhaltung waagrecht vorgestreckten Arme beim nachhallenden M-Laut allmählich abwärts führen. Während der mantrischen Aussprache von J i m . m m... e e r über die Anziehung der im Körper wirkenden göttlichen Liebe meditieren.

3. Anstatt Jimmer: Jim...mm...a...u. (Koinzidenzhaltung bleibt) Immer während des gesummtten M-Lautes beobachten, ob sich ein Saugen und Prickeln bemerkbar macht, ein „Gefühl des ‘Angezogensein’ und ‘Angezogenwerdens’ „.

4. Mantra: Shim...mm...lach und S i m l a.

Hüftgriff! M wieder mit betont nasalem Nachhall. Stärkste Konzentration auf den „Sakral-Nerven-Apparat der Hüften“, der nach Ansicht des Mantrikers das Urlicht ansaugt und beim richtig ausgeführten Hüftgriff und entsprechender mantrischer Intonierung im Körper ein Brennen hervorruft, das bis hin zum Herzen ausstrahlt. (Späterhin die Exerzitien mit Einbeziehung des „Willenleibes“.)

Bezüglich des Brennens verweist Peryt Shou auf eine interessante Parallele. Brannten nicht auch den Jüngern in Emaus das Herz? Ein Brennen, das zur „Auflösung des Urleidens“ führt. Aber nur bei dienender Hingabe, bei wirklich selbstloser Liebe und Mitleid mit jedem Erdengeschöpf, dem Bhakti-Yogi ganz selbstverständlich.

5. Vorstehende Mantras in freier Natur im rhythmischen Schreiten

in den dreieinhalb Zeiten (ind. Trutis, „die höhere ewige Zeit“) üben. Eingetreten in diese, durchschwingt das Wort den Körper. Wie in den Upanishaden gelehrt, verbirgt sich hier „der Schlüssel der gesamten Logoswelt“.

Beherrschung der,, Wunschflamme ,,

Nur der ist ein Magier in der parsischen Magie, ein Wunschwächtiger, der die Wunschkraft (Usta, hvausta) beherrscht, der die Befreiung bergende Silbe u s t e mit Kenntnis in rechter Versenkung zu sprechen weiß. Die Uste-Kraft ist das „wiederkehrende ‘Arische’ Urlicht“, das in einem kosmischen Kanal flutet, im Uste-Dekan Jungfrau, Anfang Waage. – Usta asti usta ah mai lautet das parsische Wunschmotiv: „Nach Wunsch wird es, nach Wunsch uns“. Dadurch wird es dem Entwickelten möglich, so die Verheißung, „Edel-Gewünschtes“ zu erlangen.

Praxis: In Koinzidenzhaltung, Nasafflexion und starker T-Laut:
Usta- asti-Usta

und:Usta – asti – Usta – ah – mai.

Erhören der durch die nasale Intonation in den Extremitäten erzeugten Resonanz.

Mittels dieser altarischen Formel „erregt sich das Urlicht im Körper“. Eine in Händen und Füßen schwingende, anziehende, saugende, bisweilen brennende Kraft macht sich bemerkbar. Auch mit erhobener Rechten üben. Handinnenflächen nach vorne

gerichtet.

Jetzt ist die „Wunschflamme“ ihrer niederen Macht zu berauben. Anstelle von Usta... tritt das Wort Stille und der Spruch: „Sei stille der Kraft, sei stille dem Herrn“.

Und zwar solange üben, bis es wirklich stille geworden ist, bis die heilige Sige der Mysterien das ganze Wesen erfüllt. Ohne diesem „großen Schweigen“ bleibt stumm im Menschen die Stimme der Stille.

Das Wort Stille, als Mantram gebraucht, gebietet dem „Feuereimer“, den Flammen des Astralen. Es und das Uste-Motiv wandeln die „furchtbarste aller zerstörenden Kräfte um“. Sie besiegen die Begierdeflammen, legen frei den Weg zum Dhammapada, zu unserem „Wahrhaften Sein“, zum objektiven Wesen. Ehe wir ihn aber beschreiten dürfen, muß vorerst das niedere Ich bezwungen sein. Erst dann wird Dhamma als innerliches Licht aufleuchten. Nicht mehr behindert verzehrend die Begierdeflammen, Ursache aller Leiden, die niedere Wesenheit.

Kwa – an – seh

Wir wenden uns jetzt einer Gruppe von Namen zu, sich ähnelnd in Aussprache und Bedeutung, deren mantrischen Gebrauch Peryt Shou besonders empfiehlt. Sie ergänzen die Willensexerziten.

An der Spitze Kwa – an – s e, das Mantrawort, das von den Lenden her entsiegelt werden muß. Dieses buddhistische Wort,

auch Kwa – non – se, hat verschiedene Parallelen: in dem parsischen Kwar – j – aen – se, dem aramäischen K'war – aen – as sowie dem Jesus zugesprochenen J:d'war – Jah – anan – sach („Es sprach die Stimme aus den Wolken“.).

Kwa-non-se ist das schöpferische, die Kraft des Logos bergende Wort buddhistischer Kreise. Kwa-non-se schließt die Logosnatur im Menschen auf, ist der das innere Wesen entfaltende „Logos im neuen Menschen“, der einschaltet in den Weltenwillen, mit ihm vereint, ohne die Individualität auszulöschen.

Die Philosophie über den Weltenwillen als Urgrund alles Seienden findet in der östlichen Logoslehre ihren Ausdruck. Kwa-non-se oder Kwa-an-se existiert anfanglos in Amitabha, „in dem in sich Leuchtenden“. Es ist der im Urlicht entsprungene, die anfanglose Substanz in sich tragende ewige MENSCH.

Kwa-an-seh wird auch verstanden als Erwecker des Ich, als Stimme des Ewigen in uns. Anderen wieder stellt dieser Name das Ich selbst dar.

„Wer den Kwa-an-se erlebt als das höhere in sich objektivierte Wesen der Natur zerstört den Wahn des eingeborenen Subjektes ('Ich') und erlangt... den ewigen Anteil an der Natur und ihrem unsterblichen Licht (Amitabha)“.

- Kwarh-an-seh bedeutet ferner „die dreifach geoffenbarte Liebe“, für den Orientalen den den Menschen durchstrahlenden ewigen

Willen sowie den Menschen selbst, der sich mit den ewigen Gesetzen dieses Willens in harmonischem Einklang befindet.

Kwar-aen-as (die Schreibweise variiert jeweils) entfaltet und verströmt Weisheit, Hingebung, Liebe als Frucht rechten Denkens, rechten Wollens, rechten Fühlens und rechten Tuns.

Im Tibetischen ist es K w a n – Y i n – s h a j, „die tönende Stimme des Innern“, das höchste Offenbarungen vermittelnde ewige Selbst.

Ein ähnlich lautender Name ist Kwa – an – shaj, von ihm heißt es, er entfachte drei Feuer vor der Stirne, die ins Blut übergehen, es umwandelnd durchdringen und den „Wurm der großen Freude“, den „Wurm der Erkenntnis“ erzeugen und die „Lohe des neuen Menschen“ entflammen. Ein dionysisches Erleben, das zur ewigen Jugend führt. Was natürlich nicht gegenständlich verstanden werden darf.

Kwa-an-shaj verhüllt ein Schöpfungsgeheimnis. Das Chaos, vom Geiste Gottes überschattet, barg in sich das Urlicht-Element: das Apollinisch-Sonnenhafte und das Urwasser, das Dionysisch-Dunkle. Aus Urlicht und Urwasser, dem Apollinischen und dem Dionysischen – die K w a r – a e – n a s des Ahura – entstand der geistige Urkosmos.

Wer den Namen in sich erweckt, nicht im intellektuellen Sinne, vereinigt in sich den apollinischen mit dem dionysischen Logos und lebt in ewiger Glückseligkeit mit dem Weltenwillen.

Wurzelwort aller dieser Namen ist mutmaßlich Kwannjan-Kwanon-saeh, Name einer in Tibet, China und Japan bekannten rätselhaften doppelgeschlechtlichen Urgottheit. Mit ihr verbindet sich eine kosmologische Spekulation, derzufolge unsere Erde ein von „mentalenen Strömen des Urlichtes“ umflossenes Individuum ist, regiert von einer vierfachen Urkraft, ausgehend aus den Tiefen des Universum, gebildet von dem kosmischen Kreuz der Fixsterne: Aldebaran (Stier), Antares (Skorpion), Regulus (Löwe), Fomalhaut (Wassermann).

Wie überliefert, stehen sich zwei Urkräfte in diesem kosmischen Kreuz gegenüber: eine positive Kraft, ausgehend von Aldebaran (Dwar-an) und eine negative von Antares (An-dwar) her.

In Antares, Hauptstern des als erste Pforte zur Erkenntnis geltenden Skorpion, sehen östliche Esoteriker den Welthüter am „untersten Ende der vier Himmelsenden“. Den Alten Sinnbild für „Verwüstung und Auszehrung der Erde, ein seelenloser Stern, Pa-antara bei den Ägyptern: „Gefäß oder Haus des Antares“. Lautverwandt dem Andwari, dem dämonischen Zwerg der Edda. Der Kabbaiist findet einen Zahlengleichklang mit Therion, dem Großen Tier der Apokalypse.

Antares-Andware, der „rote Würger... der unwürdige Gatte der Erde“ hält die Menschheit in seinem verruchten Bann solange, bis „der kosmische Moment gekommen ist“. Antares, gewissermaßen

die Büchse der Pandora, sammelt die Menschheitsschuld, um sie zur gegebenen Zeit wieder karmisch auf sie auszugießen. Menschen mit starkem Antares-Einfluß tragen das „Feuer der Vernichtung in die gegenwärtige Menschheit“.

Vom Haus der vierfachen Ursonne, Pa-arit-shau (abgeleitet davon Paradies), sprachen die Weisen des alten Ägyptens. Darauf weisen auch die vier Paradiesströme hin, zugeordnet den Himmelsorten Stier, Löwe, Skorpion, Wassermann, die Peryt Shou in Beziehung setzt mit Kwa – ar – channu – d s a t, desgleichen mit Kwa – r – an – as (buddh. Kwah-an-se). Weniger „eigentliche Namen, sondern Kräfte und Logosymbole“.

Eine Reflexion dieses Urlichtes ist auch im Menschen und entfaltet sich durch die mantrische Praxis. Ein „geschlossener Kreislauf... ein unzerstörbares Kraftfeld im Menschen“ bedingen die Vereinigung.

Den Schlüssel zu einer strahlenden Vierheit bilden Aldebaran und Antares, die aus einem Fünften „gleichsam auseinandertritt“. Eine Urkraft, die sich ausdrückt im Logosymbol Chw – ar – an – se. Wem es gelingt, diese vier Kräfte aus der sie speisenden fünften Kraft in sich zu erwecken, dem „erscheint der Himmel, das All und die naturbewegende URKRAFT sichtbar in einem himmlischen Phänomen“.

Das Kwah-anse im Neubuddhismus gilt gleich dem aramäischen

Kwar-aenas und ähnlichen Lautverbindungen als Mysterienformel zur Aufschlüsselung der vier Grundsubstanzen, die den Menschen aufbauen; Mantraworte, die den übenden einschalten in den kosmischen Willen, vor dem die niederen, triebgepeitschten Willensstrebungen zuschanden werden.

„Wille ist alles, alles ist Gestaltung seiner substanziellen Urströmung“. Diese Urströmung muß der Mantriker in sich lebendig werden lassen, muß im Denken und im Vorstellungslieben sich verbunden fühlen mit dieser metakosmischen Substanz und in Einheit mit ihr verbleiben.

Der aus dem Uräther hervorgegangene monadische Urmensch entspricht dem Wort oder Logos Kwaryanse. In ihm schwingen die fünf Tattwas:

K – dem mitunter ein H folgt – entspricht Akasha, w Vaju, ar Tejas, y (j) an Apas und se Prithvi.

Das Mantrawort erweckt Nervenzentren und Chakras. K-wa schaltet die Epiphyse ein, ar die Hypophyse, y (übergehend in j) die Schilddrüse, an (auch ans) die Thymusdrüse, se (und anse) den weiteren Rumpf mit seinen wichtigen Zentren bis hinab zu den Füßen.

Das K kräftig, den Vibrationslaut W in der Silbe war ein gehauchtes H voransetzen; sehr energisch, im ganzen Körper nachhallend – bei gleichzeitiger Invertebration – das j; bei ans und a

n s e nasales N und Wirbelsäule noch weiter zwanglos aufrichten. Die dabei erzielte Spannung bis zu den Füßen hinunter verfolgen.

Richtig durchgeführt, durchschwingen die ausgelösten Logoskräfte den gleichsam zur Antenne gewordenen Körper, der mit seinen „Nervenkabeln“ ein „Aufnahmeapparat für feintragende Schwingungen eines mächtigen, die Erde durchstrahlenden Willens“ ist. Ein Prozeß, der den Urwillen mit dem menschlichen Individualwillen vereint.

Stellung: Aufrechter Stand, Arme parallel waagrecht nach vorne gestreckt; ferner in Koinzidenzhaltung (Arme schräg abwärts parallel zu den Füßen), und im Hüftgriff.

Die gleichen Exerziten mit anderen, ähnlich lautenden Worten (Kwa-non-seh usf.), in Silben aufgegliedert, ebenfalls logistisch durch den Körper schwingen lassen. Desgleichen das Mantra: Kwan – yin – shaj, Stimme des Ewigen, tönend in mir, offenbare, enthülle dein Geheimnis.

Die Entwicklung des Kwarjanse-Logos und ihm verwandter Lautschöpfungen bildet zugleich eine Vorstufe zur Erarbeitung des Dhammapada-Motivs.

Das Dhammapada-Motiv

„Ewig ist das Licht des Dhammapada, das ‘Licht’ auf dem Weg“. Dhamma ist Substanz, höchste Naturordnung, „tätiges schöpferisches Prinzip im All“. Dem Buddhisten ersetzt es den

persönlichen Gott, bedeutet zugleich Gerechtigkeit, Wahrheit, aber ist mehr als nur Wahrheit, es ist die Quelle alles Lichtes, das Kleinod im Lotus.

Buddha lehrte: „Dringet an den Dharma-Pada heran, lasset euch von seinem Urlicht erleuchten“.

Gegensatz von Dhamma ist das vergängliche Selbst. Erst mit seinem Erlöschen wird Dhammapada erkannt und Nirvana kann erreicht werden. Wobei aber Nirvana keinesfalls absolutes Nichts bedeutet, nicht gänzlich Ausgelöschtsein, wie törichterweise meist angenommen wird. Vielmehr ist Nirvana „Alles“, Allnatur, Gottnatur, mit der das Ich sich vereinigt.

Der Weg zu diesem „Ewigkeitssinn in der Gottnatur“, zu Amithabha (keine eigentliche Gottheit, sondern „ein gottähnliches Licht in der Schöpfung“) ist die Liebe in ihrem höchsten Aspekt der Hingabe und Verzückung; Dhammapada ist dieser Pfad der Liebe, ist dieses Licht der Wahrheit. Versenkung in den Dhamma vernichtet das niedere Ich und führt zur Erleuchtung. Das Über-Ich, gelenkt aus Überwelten, tritt seine Herrschaft an. Das Urphänomen im Buddhismus und jeder echten Mystik. Aber nur der Logos, das „Wort“, das seit Ewigkeit war und ist, führt dahin, niemals die Sprache des Intellekts.

Unter keinen Umständen jedoch darf Erleuchtung mit dem gewöhnlichen Zeit und Raum erkundenden Hellssehen verwechselt

werden. Unter Erleuchtung in diesem hohen Sinne ist eine „aus dem Ewigkeitsmenschen (dem Über-Ich oder Höheren Selbst) aufschießende Lichtwelle“ zu verstehen.

Wichtig für den Mantriker ist es, das Dhammapada-Motiv zu erarbeiten, das zugleich das Urphänomen des Christentums in sich birgt: „die Selbstoffenbarung einer höchsten Kraft im Menschen“, dem Urlicht der alten Arier. Eine lamaistische Praktik verhilft uns dazu.

Es ist dies die Einstellung auf die Akkomodationsachsen, d.h. auf die gleiche Achsenstellung von Armen und Beinen, die uns bekannte Koinzidenzhaltung. Wir verdanken sie den Forschungen Peryt Shous, der sie dem lamaistischen Neubuddhismus entnommen hat. Dieser bedient sich ihrer, um den Dhammapada zu erkennen. Ein Begriff, in erster Linie gedacht als „absolute Kraft im Menschen“, als der ihm innewohnende Urlichtwille. Diese Kraft wird im Körper in besondere Schwingungsfelder zerlegt. Wobei die Einstellung auf die Hauptschwingungsachsen – die „Krauffeldkonstanten“ – des Körpers zu beachten ist. Die Koinzidenzpose bewirkt es. In dieser Haltung bildet der Körper einen „geschlossenen Elementarwirbel“ bei gleichzeitigem „Schlüsselton“; das bedingt, daß Ton und Laut genau nach Vorschrift logistisch entwickelt werden. In diesem Ton – Dhammapada – hat sich der Übende „hineinzuspannen“, um ihn zu erleben.

I.

Koinzidenzhaltung. – Konzentration auf die Mitte der Handinnenflächen. D h a m m a (Dh wie D – j): D – jamm – mmmaaaa. Stark betontes J, nasale Tongebung, leise summender, verklingender Nachhall beim M der ersten Silbe und wieder anschwellender Anlaut der zweiten. Während des Nachhalls aufrichten bis zum Lendenkreuz und über M als ansaugende, ziehende Kraft meditieren; ohne dabei einer trügerischen Autosuggestion zu verfallen. Geduldig abwarten bis sich im Verlauf der Übungen – sehr wahrscheinlich werden ihrer viele nötig sein – „das Wirken einer realen Substanz“ ganz von selbst bemerkbar macht.

Bei der allmählichen Aufrichtung verkettet sich dynamisch der Himpol mit dem Sexualpol (Becken). Ausschließliche Hingabe an die „höchste Gesetzlichkeit der Natur“ vorausgesetzt! Sonst erfolgt die für die innere Entwicklung so wichtige Sublimation der Zeugungssäfte nicht.

Ebensowenig darf der technische Vorgang außer acht gelassen werden, das langsame Aufrichten der Wirbelsäule und der nachhallende M-Laut. Nur in solcher Aufrichtung verbindet sich die Zeugungsenergie mit dem Gehirn und schafft das Neue.

Diese geistige Sublimation der Zeugungskräfte erlebt der Buddhist im Dhamma, der Brahmane im OM.

Weiter lautet die Vorschrift über den Dhamma: solange „über den inneren Gehalt des Wortes meditieren, bis der höhere Eros erwacht; gleicherweise über Bhakti, über die Liebe, die geistige Urzeugungskraft“.

Ehe aber das Erwachen in der Alliebe beglückt, müssen zuvor die brennenden Begierden restlos erlöschen. Nicht eher, so heißt es, kann die Einheit mit Amitabha, dem URLICHT, erlebt werden.

Den Anfang bildet eine entsprechende Lebensweise. Sehr wichtig dabei ist eine fleischlose Ernährung.

II.

Wir vervollständigen jetzt vorstehendes Exerzitium. Wieder in Koinzidenzhaltung, mit betontem J und nasal nachhallendem M-Laut. Konzentration auf die Füße. Übergehen zu p a d a. P mit intensiver Lippenspannung und dabei eine nochmalige, energische Aufrichtung der Wirbelsäule. Hierauf ganze Übung wiederholen. D – jamm – m m m a a a -p a d a. Dabei den Logoston D besonders in den Füßen zu empfinden versuchen. Bei einigem Gelingen dann die verschiedenen Lautschwingungen gleichzeitig in Händen und Füßen beobachten. –

Unbeobachtet in freier Natur im Gehen üben. Das Mantrawort auch stumm in sich hineindenken.

III.

Mantrisch und meditierend: „Buddha ist Dhamma-pada und

Dhamma-pada ist Buddha. Wer an den Dhamma-pada glaubt und ihm gemäß lebt, ist mein Jünger und ich werde ihn lehren.“

Dhammapada hier als Wahrheit, als Wahrheitspfad verstanden. Vorgeschieden ist wieder die Koinzidenzhaltung, um die Urlichtschwingungen der Laute zu erleben.

Dem emsig Übenden wird verheißen, daß sich das Ich an einer Kraft (buddh. Gandabba) zu erfüllen beginnt, die ihn dem Logos unterordnet. Diese dem Ich übergelagerte Kraft gilt es zu empfinden, um dem Urlicht nahe zu kommen.

Harmonische Lebensführung, Mantratechnik und Kontemplation sind die Stufen zum Erleben des Dhammapada.

Wer den „Pfad des Urlichtes beschatten“, nähert sich dem „anderen Ufer“, gemäß der Lehre des Buddha: „Wer den Dhamma erkennt, in dem sind die Flammen erloschen, das andere Ufer ist erreicht.“

Esoterik des Nordens

Eddische Motive

Gestützt auf altgermanisches Weistum vermittelt uns Peryt Shou wichtige Aufschlüsse über mantrische, eng den Runen verbundene Praktiken. In diesem Zusammenhang spricht er von einer über den ganzen Erdball sich erstreckenden kosmischen Urkraft, vorwiegend aber in „Richtung der magnetischen Pole der Erde und der Ekliptikachse“. Unter anderem soll sie als Lichtdruckerscheinung des Nordlichtes auftreten. Elivag, die Urlichtswoge, der die M-Wellen, entströmen, ein verborgenes Nordlicht, ein höherer Schwingungszustand des uns wahrnehmbaren. Ein unsichtbarer Lichtmantel der Erde, eine subtile Essenz, die unseren Nervengeist – vor allem die Ganglien – speist. Kleinen Saugwirbeln vergleichbar ziehen Ganglien, Zellen und nicht zuletzt die Blutzellen (Blutkörperchen) diese Urenergie an sich.

Aus diesem Man, der Urlebenskraft, lebt der Mensch, der Manus (sanskrit.). Durch die Man-Geste begünstigt, wird mit Hilfe des Coronariums die empfangene Manwelle in eine „bewußt, geistig beherrschte Energie verwandelt“. – Dem Coronarium wird ein geistiges Keimsekret zugeschrieben, die Coronarsubstanz. Vermöge dieser erwacht „die in uns hineingelegte apollinische Idee des Urmenschen“. –

Jesus hatte es verstanden, das „Himmelsbrot“ zu brechen. Er schloß das Manna auf. Die ersten Christen verstanden sich noch auf das Esoterium des Brotbrechens. Es wird gesagt, Man sei das esoterische Manna der Bibel, Speise der Engel und Erwählten. Eine vom Himmel stammende Uressenz, nach Rabbi Bechai ausgehend vom höchsten Licht, dauerhafteste aller Speisen. Umgeben von ihr macht sie uns zu lebendigen Gefäßen, „zu Füllkörben... zu Schöpfeimern eben dieser Uressenz“, alle Körperteile dessen wandelnd, der sie „aufzubrechen“ versteht durch geistige Tiefatmung, entsprechend gebrauchten Mantras und hingebungsvoller Meditation.

In den M-Wellen, wie im Memnon, gibt sich kraft des aktivierten Tonstratum Akash der Tonäther kund. Sie sind Ausdruck der Sphärenschwingung einer übergeordneten Welt: Manheim, die Welt des Man-Lichtes, „des jungfräulichen Lichtes“. Das Wort schließt die Ursubstanz infolge der Tätigkeit des uns innewohnenden Logos auf, der kraft der Töne wirkt, „durch die sich die Man-Atome ordnen“.

Die mit den Sphären korrespondierenden M-Wellen bilden gemeinsam mit den der Erdlohe entströmenden N-Wellen das durch mantrische Praktiken erfaßbare Manwellenfeld mit seinen zweifachen Odformen, entsprechend der M- und der N-Schwingung.

In Verbindung mit den M-Wellen gilt unserem Gewährsmann MAN, auch m a d, als erste der Schlüsselrunen. Sie erschließt eine

substantielle Energie, der Urlichtwelle der kosmischen Man-Kraft entstammend. Zugleich stellt Man oder Men „den Logos des Magnetismus, der weiblich empfangenden schöpferischen Substanz“ dar.

Mantrisch verwandt dem Man (Manna) ist das die Seligen ernährende babylonische M a j i n und das griechische Magnetis l i t h o s (nach der Stadt Magnesium, „deren Erde von der göttlichen Urkraft als beseelt gedacht wurde“).

Das „Brechen des Man oder Manna“, des Himmelsbrot, bedeutet esoterisch gesehen das Aufbrechen oder Aufschließen einer göttlich-magnetischen Ursubstanz, die die ersten Christen noch im Brotgenuß empfangen, im Ritual des: „Er brach und segnete“.

Ähnlich zu sprechen wie Kwanj-an-se. b r a wie kw mit geschlossener Ovulation; c h als hinterster Kehllaut mit energischem Nachhall, Invertebration und: Tonströmung zu den Hüften; segnete – sejjnete – erste Silbe betont hinten in der Kehle, zweite Silbe: Strömung zu den Füßen hinableiten, um den Erdkontakt herzustellen. Abschließend Hände auf die Hüfte und eine Zeitlang die Wirkung des Exerzitiums beobachten. -

Im Wort Salem entfaltet sich gleichfalls die Urkraft des Man, „geistige Ursubstanz der Welten“.

Das gesummte M weckt im Blut „die Resonanz des göttlichen Strahles“, und wandelt sozusagen den Blutstropfen zum

Resonanzfeld dieses göttlichen Urlichtstrahles.

In anderen Ritualen kann „Man – Manna – Majin – Magnetis“ ebenfalls erfaßt und aufgenommen werden als seelische Ursubstanz. Anschaulich zeigt die Rune MAN die Einstellung, in der das Himmelsman (gleich Ur-Licht, Ur-Magnetismus) empfangen werden kann. Mythologischer Hinweis auf diese verborgene Kraft ist das Lichtroß der Germanen mit seiner tautriefenden Mähne, althochdeutsch Man; ähnlich der „Mahn- oder Mähnstrahl des Sonnenebers“.

Das einstige Leuchten des Urmenschen aus seinem unvergänglichen Wesenskern heraus kann wieder erlebt werden. Dieses Leuchten entflammen die sakralen Runen, entzündet das mantrische Wort.

Ein Geheimnis, das ins Kosmische weist, denn der göttlich-kristallinische Funke der göttlichen Seele gleicht einem zwölffachen Feuer, analog den zwölf Ebenen des Tierkreises, gleichsam Spiegelfelder dieses zwölffachen Himmelskristalls oder Hag-alls.

Als göttliche Kraftquelle, „die den Menschen mit dem Kosmos vereinigt“, galt Vorzeiten Gott I r m a n. Nach Peryt Shou soll der Impuls dieses Kraftquells von gewissen dunklen Strahlen ausgehen, die ihren Ursprung im Sternbild des Kepheus und des Südlichen Kreuzes haben.

Ein weiteres Schlüsselwort ist H e i m d a l l, Sonnengott der

Hermionen, „Türwart einer neuen Welt“; nach der Edda (Wöluspa) der Starke von Oben, der zum Kreise der Rater kommt, zu enden den Streit. Er ist der Götter Wächter, der mit gebeugtem, feuchtem Rücken den Tau aufsaugt. Ihm nacheifernd schlugen die Imin- oder Heimdallsöhne (die Hermionen des Tacitus) bei ihren Morgenübungen, unter Anrufung des Gottes, ihre Rücken mit „taufrischen Kräutern“, ähnlich den Ysopbündeln der frommen Juden. Dadurch gewissermaßen elektrisierend wirkend, wird die Zentraldynamide der Wirbelsäule gespannt und aufgeladen durch dieses Ansaugen neuer Lebensenergie aus der Atmosphäre.

Auch hier ist es die Sphären- oder M-Wellenenergie. Mythologisch betrachtet sind es die „Mütter Heimdalls“, die am Rande der Welt, der Erdaura, wohnen. Dieser Urkraftquell alles Lebens durchflutet nun, erneuernd, belebend, verjüngend, als M- oder Manwelle die Wirbelsäule und ihre subtilen Nadis. Mutmaßlich eine der Sonnenenergie verwandte Kraftform. Zu erfühlen in den Handmitten und in den Fußsohlen. Vorzugsweise in Koinzidenzhaltung sind diese feinen Vibrationen wahrzunehmen.

Den eigentlichen Grundton aller Logoskräfte birgt der M-Laut. Auf seine Dominanz in folgenden Initiationsworten verweisen Peryt Shou und andere:

Zu M i m i r begibt sich Wodan, um aus dem Brunnen der Weisheit zu schöpfen; von Gott erleuchtet wird Abraham am

Brunnen M a m r e, wo der Patriarch wohnt; das Geheimnis des M u m u (Logos) erforscht der babylonische Seher. Denken wir noch an dem allen zugrundeliegenden das Weltall erhaltende, schöpferischen Laut der Brahmanen, O M oder A U M, an das ägyptische M e m n o n, das germanische Man, das „aus der Sonne träufelt“. Allerwegen dominiert dabei das M, die M-Welle, so auch im Heimdall-Motiv.

Zwei Begriffe springen dabei ins Auge, im Germanischen wie im Hebräischen: das Mantrawort und der Brunnen, Sinnbild der Tiefe, des Unergründlichen. Die Schächte dahin – zum Unbewußten der Seele wie zur Wehseele – erschließt das WORT. -

Mimirs Haupt entspricht dem Makroposop, dem Großen Haupt, alles Urwissens Schlüssel. Mimir ist der „tönende Erwecker zum urgründigen Wissen“. Dieser Name versiegelt das Gesetz der M-Wellen.

Zur Erweckung des Ur- oder Erberinnens wird folgendes Exerzitium empfohlen:

In Man-Runenhaltung mit stark betont nasal nachhallendem M und N summen: Man...n – Mem...m – Mim...m – Mimir.

Eine Zeitlang zuerst jedes Mantrawort für sich allein, nachfolgend in vorliegender Wortkette zusammenfassen. Abschließend meditative Betrachtung über Mimir, über das Ur-Erinnern, das „Erberinnern im göttlichen Blut-Kristall“.

Das Irmen – Motiv

Wieder in Man-Haltung; mit gerolltem R und nachhallendem N: Ir – men.n – Ir – man...n (höchster Herrscher). Lautverwandte Motive anderer Kulturkreise einbeziehen: Min – uer-,Phe – rimn, Min – phe r; Manuel, Immanuel.

Auch in Koinzidenzhaltung. Dabei auf die. von Scheitel bis zu den-Füßen ausgelöste Schwingung achten.

Das Heimdall-Motiv

1. Phase Arme ungezwungen herabhängend – oder in Man-Haltung. Bei immer stärker anschwellendem M-Laut allmählich aufrichten. Nach vollzogener Invertebration kräftiges D. Tonschwingung bis hinab zum Lendenkreuz. (Ton muß „gleichsam an der Wirbelsäule herabfließen“.) Sodann – immer noch vollkommen aufgerichtet – mit deutlich nachhallendem L: d a l l l l l.

2. Phase: Wie zuvor, doch nunmehr mit Widdemaske Bei M Nasenrücken krümmen, Augenbrauen hochziehen und übergehen zum N: Heimmm.n.dalllll.

3. Phase: Anstelle von Heimdall H i m d a l (Himmelskrone). Ebenfalls mit Nasalflexion und zwischengeschaltetem N-Laut.

4. Phase: Heimdall- und Himdall mit gebeugtem Rücken. Innenhände an die Knie (Hermionenübung).

Obige Motive gelten als Schwellmotive. Sie ergeben in jeder Phase eine gute Ergänzung zum Sphärenmotiv. Das nasal intonierte

M „öffnet ein Siegel in der inneren Brust, der Knoten am Herzen“ in der indischen Mystik. – Aus Urd's Quelle strömt die erweckende Kraft.

Analog dem Heimdall-Motiv ist der Wortlogos Salem. S.Phase Nach obigen Vorbildern das deutsche Mantra: „Ich will ganz eins sein“. Bei e i n . n . s s das starke nasale N immer stärker anschwellen lassen, dann in ein lang säuselndes S übergehen. Auf Invertebration achten. Ferner: „Ich eine mich dem unendlichen Bewußtsein“. Wieder mit Betonung des Konsonanten N. – Abschließend schweigendes In-sich-Lauschen.

Die Weltbaum - Übung

Der Weltbaum ist ein Ursymbol der Menschheit. Wir finden ihn bei den Germanen, – die Weltesche Yggdrasil – bei den parsischen Sonnenanbetern Persiens, wir begegnen ihm im Veda, in Edda und Bibel. Baum, Odin, Runen stehen in enger Beziehung. Der transzendente Weltenbaum birgt alle Wesen. Auf seinem höchsten Wipfel hängt „die süße Beere göttlicher Vereinigung“ (Hauer). Er ist „das Schlüsselsymbol der Allsubstanz (ind. Tat), der uns alle fassenden und umspannenden Lebenswoge (ind. Ishvara), des Rhythmus, der uns alle trägt nach gleichem Urgesetz“.

Wie in die Zweige eines Baumes ist auch der Mensch als Geistwesen in diesen alles beherrschenden Rhythmus eingespannt. Um sich seines kosmischen, besser, seines metakosmischen

Ursprungs bewußt zu werden, muß sich der Mensch ganz in die Idee des mythischen Baumes in seinen Meditationen versenken, solange, bis er sich als Baum erlebt, als „Trieb am Weltenbaum“, eins sich wissend mit Yggdrasil, und „Wal“-hall erkennend als „die alle Geister verbindende Ursphäre des Kosmos“.

Der Körper als Stamm, die Arme als Äste, Hände und Finger als Zweige und Blätter. Zunächst in Man-Runenhaltung.

Den Blättern des Baumes gleich atmen die Hände, saugen Haut und Lungen Prana an. Alles am und im Leibe verbindet sich mit der „höchsten Strahlung der Natur, den kosmogonischen M-Strahlen oder dem Man“. Das WORT verbindet mit einem bestimmten Rhythmus. „Dieser Rhythmus wird als Logos (ind. Ha-on-sa) erlebt und der Weltenbaum wird zum Ausdruck der neuen Resonanzbeziehung des Ichs zum All“.

Wir verbleiben aber nicht bei der einen Ausdrucksgeste: Äste und Zweige werden in verschiedenster Richtung durch wechselnde Armhaltungen zum Ausdruck gebracht. Runen- und Mantra-Stellungen verbunden mit den entsprechenden Motiven, bieten reiche Übungsmöglichkeiten.

Und nie dabei vergessen: Was wir sehen, sind immer nur zweidrittel des Baumes: Stamm und Krone, ein nicht weniger wichtiger Teil, der wichtigste vielleicht, wurzelt in der Erde und gibt den Halt.

Dem Baume gleich müssen auch wir aus Höhe und Tiefe die Kraft in uns saugen.

Odins Notschrei

Wie kein anderer zuvor drang Peryt Sbou ein in das Mysterium der neun odinschen Nächte am Weltenbaum, gipfelnd in dem erweckenden Aepandi-nam. Jenem „Notrufend“, „Notschreiend“, dem das Esoterium der Runen, das Erfassen und Entschleiern ihrer Geheimnisse durch Odin folgte, mit anderen Worten, die Entdeckung und Nutzung der Zaubergewalt der Runen, die Entbindung ihrer Kräfte, entsiegelt durch die „richtenden Gewalten“ einer besonderen Rune: der des Schicksalszwanges, der Rune NOT. Richtig erkannt, birgt sie den Schlüssel zur Erkennung des Karmas, verleiht die Kraft, um darüber hinaus zu wachsen. Das freilich erfordert Opfer.

Odin, hängend am Baum in den neun mythischen Nächten, hat es erbracht. Als Lohn für seine Opfertat erwacht er an der Notrune und wird zum Wissenden, kundig der verborgenen Runengewalten. Jener „Wellen-Ausprägung“ kosmischer Schwingungsvorgänge. Die armanischen Runen sprechen eine Sprache, die uns längst verloren gegangen ist, „die Sprache des vorzeitlichen, des paradiesischen erhöhten Sinnen- und Seelendaseins“. Wie sie dem vorlogischen Menschen im Sinne Edgar Daques in dieser fernen Zeitepoche geläufig war.

„Um Runen zu erfinden und durch sie geheimer Weisheit mächtig zu werden, opferte sich Odin selbst“, kommentiert der Edda-Übersetzer Hugo Gering.

Zwar einer weiß es inzwischen besser. Als Gehirndenker reinsten Wassers lüftet er das Geheimnis auf ganz profane Weise. Für ihn ist der Oberste der Asen einfach ein Weltraumfahrer, der Baum, für Edda-Kenner die Weltesche Yggdrasil, sein in Not geratenes Raumfahrzeug. Und die Runen? höre ich fragen. Man staune! Hebel seiner Apparatur sind es, die er nach schwerer Haverie endlich wieder zu fassen bekommt. Ihrer wieder mächtig, kehrt er wohlbehalten zur Erde zurück.

Runen in technische Hilfsgeräte umzudeuten – welch absurde Idee. Umso sinnloser diese Interpretation, da in den anschließenden Versen ausdrücklich vom Ritzen, Färben und Anrufen die Rede ist. Und wozu dann die 18 Strophen, die dem Runenlied des germanischen Gottes folgen? In jedem dieser Verse wird auf die Kraft einer Rune hingewiesen. Ohne freilich deren Namen zu verraten.

Aber noch andere Edda-Stellen bekunden eindeutig die Macht der Runen. Wir lesen von Zauberrunen, von Sieg-, Schutz-, Brandungs- und Bergerunen, von Runen, die Wunden und Krankheiten heilen, und mancherlei mehr noch.

Runen entschleiern die Zukunft, löschen die Flammen, mehren

das Wissen, verleihen „acht Männer Stärke“, vermitteln den Beistand der Überirdischen.

Brutaler, Kulturwerte vernichtender Christianisierung ist es anzulasten, daß uns das Runenweistum in seinem ursprünglichen Gehalt verloren gegangen ist. Aber zum Glück wohl nur zu einem Teil. Was sinnloser Ausrottung entging, wurde in geheimen Kreisen bewahrt. Hexenwahn und Inquisition, diese Schandmale menschlicher Verirrung, zwangen zwar zu immer größerer Geheimhaltung, dennoch wurde das Runengeheimnis von Mund zu Ohr weitergegeben. Runen und runenbezügliche Zeichen an vielen Sakral- und Profanbauten scheinen zu bestätigen, daß eine Kala, eine Geheimüberlieferung, zu jeder Zeit bestanden hat.

Mit Guido v. List erstand das Runenwissen neu. Allein, wie ist er dem Runenrätsel auf die Spur gekommen?

Durch „Erberinnern“, wie er ausführt. Die Geheimlehre ist nicht nur „eine mündliche Überlieferung in geheimen Konvikeln und Logen“, sondern sie ist auch „rein geistig und außerkörperlich“. Es ist dies „ein Verstehen der Natur in ihrem Werden und Vergehen, die allerdings eine Art von ‘geheimnisvollen Erberinnern’ in sich birgt, ein Gottverstehen, das eben die andern nicht begreifen, weil dieser Sinn in ihnen schweigt; es ist dies eine Art von Religion, und der, dem dies ‘rätselhafte Erberinnern’ zuteil wurde, der liest es auch aus unserer Edda sowohl wie aus der Apokalypse, aus den Göttermären

wie aus der Bibel, aus den Heldenepen wie aus den Evangelien, aber in allererster Reihe aus den Hochheiligen Gottesrunen im All!“ – Wen es natürlich an innerem Erkennen mangelt, dem vermittelt sich dieses Weistum nicht, unverständlich bleibt diesem das „verlorene Meisterwort“, das „Verstehen der Gottheit im Naturweben“. Hellsehen und Erberinnern mögen zwar von dem Begnadeten als überzeugend empfunden werden, objektiv jedoch beurteilt steht seine Überzeugungskraft auf wenig festem Boden. Aber List hatte das unwahrscheinliche Glück, ganz unerwartet einen Zeugen dafür zu finden.

„Es war eben, wie mir der ‘hocherleuchtete Tamhari’, das fürstliche Oberhaupt des noch lebenden W... Stammes, der sich mir offenbarte und mit dem ich schriftlich verkehre, am 11. November 1911 schrieb, daß ‘geheimnisvolles’ Erberinnern mich meine Findung machen ließ, welche sich restlos mit den Stammesüberlieferungen der W... decken’, wodurch er sich veranlaßt sah, sich mir zu offenbaren, was seit mehr als dreitausend Jahren zum ersten Mal sich ereigne“.

Wer dieses fürstliche Oberhaupt war, darüber schweigt List verständlicherweise. Der Titel „hocherleuchteter Tam-hari“ läßt auf einen eingeweihten Armanen schließen, dessen Aufgabe es war, uraltes, überliefertes Wissensgut zu hüten und an seine Nachfolger weiter zu geben. Was wiederum bestätigte, daß seit eh und je das

Runenweistum in verborgenen Kreisen lebendig war und auch heute noch nicht erloschen ist und kaum je erlöschen wird.

Verständlich, daß die exakte Wissenschaft wenig mit den Gedankengängen der Edda anzufangen weiß, bereitet es doch selbst Esoterikern Schwierigkeiten, in diesem mystischen Dunkel sich zurecht zu finden. Besonders der verwundet am Weltbaum hängende Gott ist es, um den das Rätselraten nicht verstummt.

Das „Hohe Lied“ der Edda schildert ein kosmisches, vielmehr ein metakosmisches Mysterium. Die neun langen Nächte, in denen der Gott kopfabwärts am Baume hängt, sind Hinweis auf ein Einweihungsmysterium. Dieses Hängen und der nachfolgende Abstieg sind der Inhalt eines altarischen Rituals, das noch heute, wie Peryt Shou versichert, streng gehütet in gewissen Zenschriften, in den Puranen der Inder und im Totenbuch der Ägypter vorliegen soll.

„Wuotan am Lebensbaum des Alls, ist ein Abbild des Ich, das seines Erwachens harrt, ein Glied der großen Geisterkette, die sich durch das Universum erstreckt“. Das Göttliche in uns gekreuzigt!

„Wuotan erwacht in der ‘neunten’, in der ‘tiefsten Nacht’ der Menschheit durch einer Rune Zauber-Kraft am Weltbaum, durch die Not-Rune“. Heißt es doch im Urtext laut Peryt Shou: aepandi nam (notrufend, notschreiend).

Im Abstieg Odins vom Weltenbaum verbirgt sich auch das „Geheimnis der Odisierung des Ichs“. Das heißt, umgewandelt wird

das materiell-stoffliche des Ichs „durch die Kraft des Rituals in eine feinstoffliche, eine odische... eine feinere Schwingungsform, die auf den Logos anspricht“.

– „Durch die magische Gewalt einer sakralen Geste löst sich das Sonnenwort, durchströmt belebend den Körper und entbindet den ‘Notschreienden’ vom Holz...“ Von der Materie!

Mystiker setzen den mit dem Kopf nach unten hängenden, die Runen auflesenden Wodan mit dem Gehängten der zwölften Tarotkarte in Beziehung. Eine Karte, die auf eine wichtige Station des mystischen Pfades verweist: auf die „Umstellung der Lichter“.

Schief liegt, wer in dem am Weltenbaum hängenden Gott lediglich ein Vorzeitmärchen erblickt, mehr noch, der in ihm einen Kosmonauten zu erkennen glaubt. Entschieden einleuchtender ist es, einen streng verschlüsselten, wenigen nur verständlichen Einweihungsvorgang anzunehmen. Ein Einweihungsritual, vollzogen durch den sakralen Gebrauch der Runen.

Nahezu unmöglich ist es dem heutigen Menschen, die Vorstellungswelt einer das Leben anders wahrnehmenden Menschheit zu verstehen. Wir Großhirndenker sehen nur mehr Formen um uns, nur das Gegenständliche nehmen wir wahr, versagt aber bleibt dem Homo faber der Gegenwart, dem Herren technischer Wunderleistungen, die hinter den Erscheinungen gestaltenden Ideen-Mächte zu schauen, denn was immer wir

wahrnehmen ist Ausdruck, Verwirklichung bestimmter Ideen.

Der Frühzeitmensch hatte ein anderes Bewußtsein als wir. Er dachte noch in Bildern innerhalb seiner Bilderwelt, wie sie ihm eine höhere, konkrete Wirklichkeit offenbarte. Bilddenker, Bildschauer war damals der Mensch. Vergönnt war es ihm noch, den geistigen Inhalt des Erschauten – eben die schöpferische Idee darin – zu erblicken. Das logischklare Denken unseres Vorstellungsvermögens freilich war ihm versagt. Anstelle dessen aber war er – eins mit dem Naturbewußtsein in den Tiefen seiner Seele – verbunden mit den gestaltenden Kräften des Universums. In einem Rhythmus schwangen noch Mensch und All.

Aus jenen so fernen Zeiten stammen die Mythen. Keinesfalls Märchen. Urwissen, Urweisheit spricht aus ihnen. Mythologische Vorstellungen wurzeln in einer Bewußtseinswelt, der wir seit langem, langem entwachsen, die wir aus unserer Sicht nicht mehr verstehen können.

Götter, Titanen, Nomen, Urmütter und wie sie sonst genannt werden, sind keinesfalls blutleere Sinnbilder, Allegorien von Naturvorgängen, wie man zu behaupten beliebt, es sind vielmehr natursichtig geschaute, archetypische Schöpferkräfte, allen Naturerscheinungen zugrundeliegend, Inbegriffen der Mensch.

Als der Mensch noch den „Göttern“ nahe war, schuf er die Mythen. Was der Sprache, dem Begriff nicht möglich, vermittelt der

Mythos.

Er erschließt den gewöhnlichen Sinnen nicht zugängliche Bewußtseinsbereiche. Seien es nun die Mythen der sogenannten heidnischen Kulturkreise, seien es die des biblischen Weisheitsgutes. Der Sündenfall beispielsweise, wörtlich genommen, naturwissenschaftlich beurteilt, ein einfältiges Kindermärchen, als Mythos verstanden, enthüllt er das erschütternde Drama, der vom Urbewußtsein sich losreisenden Menschheit.

Ähnlicherweise müssen wir auch die nordischen Mythen bewerten. Hinter 'Göttern' und Runen weben schicksalsträchtige Mächte. Unding dem Nur-Verstandesmenschen. Reine Ratio wird niemals dem verborgenen Sinn der Mythen gerecht werden. Wenigen nur ist es gegeben, das Ugründige im Mythos zu erahnen. Mythen aber rationalistisch „deuten“ heißt, ihnen Deutungen aus unserer Begriffswelt unterschieben, was dem Wissenden nur ein nachsichtiges Lächeln entlocken kann.

Schwach erinnert noch mancherlei Brauchtum an Vorzeitwissen. So scheint der altdeutsche Notrunenzauber – die Notrune auf den Nagel des Zeigefingers gezeichnet – noch ein karger Rest davon zu sein.

Mantras – ob östlich, nordisch oder von sonst wo – bringen uns den Urmächten näher. Sie erschließen die inneren Sinne, wecken einst natursichtig geschautes Urzeitwissen. Der im Geist

erwachende Mantramistiker vermag das Ritual der Notwende bewußt zu vollziehen. Wie andere rituelle Handlungen selbstverständlich auch.

„Das Erwachen an der Notrune... weckt neue Kräfte im menschlichen Geist, eröffnet den verborgenen Kanal im Herzen und die Stimme des Weltgeistes als einer unsichtbaren, großen Geistgemeinschaft“. (Peryt Shou) Die Gemeinschaft der Hermesbrüder, verkahlt in der Bezeichnung „Bund der Wahrheit“. Auch von den „Söhnen des Merkur“ ist die Rede, und Odin oder Woutan gilt als „Intelligenz des Merkur“. Wobei aber der germanische Weltengott keineswegs als Einzelwesenheit gedacht ist, sondern als Kollektivbegriff eben jener metakosmischen Bruderschaft, deren Weltsprache die Runen sind, gewissermaßen Morsezeichen einer metakosmischen Welt, der Hermesbrüder geheime Zeichensprache.

Andeutungsweise spricht -unser Gewährsmann auch von einem „interplanetaren Funken-Stromnetz“, ausgehend vom Merkur, und von einem weitaus umfassenderen Zentrum noch in der Gegend des Sternbildes des Schwan, Zeichen unserer Weltmitte. Zu verstehen als ein großes Antennenkreuz oder „Zeichen des Zentralfunkensstromes“ eines geistigen Überkosmos. Angeblich sollen von hier einst Adepten dem Menschen Zeichen übermittelt haben.

Ein „geistiger Wellenschlag“ durchpulst auch heute noch unser Weltsystem, der alle Geistwesen miteinander verbindet: Sendewellen („Sintwellen“), „in denen die geistigen Impulse unserer fernen Brüder im Sonnenreich“ vibrieren.

Wer sich einzustellen weiß auf sie, tritt unter den Schutz hoher geistiger Wesenheiten. Und wer die „Sprache“ dieser Wellen versteht, ist jederzeit in der Lage, mit den geistigen Brüdern im Umkreis dieses Riesensendekreuzes zu „sprechen“. Auch in uns hat es sein Gleichnis, auch unser Ich ist ein Antennenkreuz „nach Art des großen Kreuzes im Schwan“. Gleichnishaft gesprochen sind wir ein „Kopplungssystem voll redender Drähte, voll sprechender Zeichen“. Abgestimmt sind wir, „gekreuzigt“, auf die Sprache des einen Geistesbundes im All und ihren Zeichen unterworfen. Ihre Stimme hallt in uns nach ganz bestimmten Figuren, und diese erwecken die Schwingungskreise unseres Körpers (nicht nur des grobstofflichen), die mit den beiden Schwingungskreisen des metakosmischen Antennenkreuzes (das Zeichen der neunten Nacht), „mit den redenden Allströmen des einen Geistes“, korrespondieren.

„Das Drehen des Rades der Notwendigkeit“ (Schlüssel der kleinen und großen Sonnenmysterien) bringt uns dem Bund der Wahrheit näher.

Dieses Mysterium ist versiegelt in der Not- oder Anda-Rune, der

Rune des Karmas und der Wiedergeburt.

Das Ritual der Notrune stellt den Körper auf die ihn durchströmenden N-Wellen ein, sowie er sich den Schwingungen der „kosmischen Sprache“ öffnet. In der vollzogenen „Handlung der neunten Nacht“ (in der Odin vom Baume sank und als erster die Runen wahrnahm) entfaltet Äpandi-nam, die Notrune, die ersten Kraftimpulse. Der Mensch vermag nunmehr mittels „Magnetströme“ in die Ferne zu wirken. Und weiter vernehmen wir: „Die Ströme antworten!“ – „Die Hermesbrüder reden.“ – „Sie drehen das Sonnenrad und es bläst seinen Atem herüber zu den Erwartenden in ihre Hände, in ihre Brust, in ihre Hüften“. – Dunkle Worte, deren Sinn sich dem Mantriker erst erschließen muß. Von der Notrune heißt es, sie ver helfe dazu. Kaum aber sofort; denn weiter wird gesagt: „... nur wer entbehrend, leidend, vermissend, hungern die Ströme entzog, den sättigt sie.“

Hier gilt in besonderem Maße, was für jede Stufe des Mantra-Yoga gilt. Das Nur-Schwingungsmäßige vom Grobkörperlichen her allein schafft die Erweckung nicht. Das „geistige Wort“, der Logos muß wirksam werden. Die Vorbedingung kennen wir: Stille – schweigende Versenkung – Hinwendung an das Göttliche – Einswerden mit der Allkraft. – Diese „innere Einswerdung des Selbstes mit dem substantiellen Allgeist“ ist Hochziel der Mantramistik. Die Erlangung einer Einheit, die nicht nur geistig,

sondern auch körperlich-substantiell erlebt werden kann, wie der große Mantra-Meister Peryt Shou versichert. Allerdings bis es so weit ist, ist manche Hürde zu nehmen. Beim noch Unentwickelten erregt die zu früh erweckte Wortkraft die Begierdennatur. Erstes Gebot daher: Begierden im Zaume halten! Keine krankhafte Ich-Betonung. Mit ruhiger Gelassenheit der oft gesteigerten Erregbarkeit und Nervosität begegnen. Zum Ausgleich ständige Hinwendung an das Überbewußte, dem Göttlichen in uns.

In dieser Einstellung nur darf das Ritual der neunten Nacht vollzogen werden-, alles der lenkenden Macht in uns überlassend, wer oder was antwortet – oder auch nicht.

Unsere besondere Aufmerksamkeit gilt vorerst den Händen und den Hüften. Notrunen-Technik muß sie zum Schwingen bringen. Ein Stromschluß (Hände umfassen die Hüftknochen) muß das große Tschakram vor der Brust, welches die Kraft des Sonnenrades symbolisiert, in umschwingende Bewegung versetzen.

Esoterium des Aepandie nam

Entwicklung der Not-Rune als Sendezeichen. – Spannen des Antennenkreuzes.

1. Übungsphase: Aufrechter Stand. Ganze Aufmerksamkeit ist in die Füße zu verlegen. (Spannen der Antenne in den Füßen.) Gut gelockert einatmen – Atem kurz anhalten – und mantrisch: A E P (Als AEP und AP)

Die durch diese Silbe erzeugte Tonschwingung in den Füßen zu erfühlen versuchen, um die Verlagerungsfähigkeit des Tones in die Füße zu erlangen.

2. Übungsphase: Arme seitlich – antennenhaft – waagrecht ausspannen. (Gleich „der Leitungswelle der Antenne auf den Empfänger“.) Und: ANDI.

A N nasal. Der Nachhall des N wird in der Nase erzeugt, demnach also Annnnnn,

Zunge dabei zunehmend fest gegen den oberen Gaumen drücken und gleichzeitig Wirbelsäule immer gerade aufrichten. (Invertebration) Bei vollständig aufgerichteter Wirbelsäule geht das N in ND über.

Den ganzen Vorgang auch in den zum Boden weisenden Innenhandflächen zu erfühlen versuchen.

3. Übungsphase: Wiederholen: AEPAND

und beobachten, ob in den Handmitten sich ein kühles oder warmes Saugen bemerkbar macht. – Ebenso den Übergang von N zu D beachten.

Übergang dann zum H-Laut, mit Konzentration auf den Scheitelpunkt des Kopfes, wo die H-Vibrationen verspürt werden sollten.

Damit ist das Antennenkreuz gespannt und wir sind zum Aufnahmeapparat für die AND- oder Geistwelle geworden.

In diesem Zusammenhang wird von zwei Schwingungskreisen gesprochen, die miteinander zu verbinden sind. Der obere Kreis erfaßt die Gegend der Brust und die der seitlich ausgestreckten Arme mit den Handmitten; der untere Kreis erstreckt sich um die Lendengegend.

Beide Kreise werden geschlossen, um die subtilen Ströme miteinander zu vereinen. Eine reale und zugleich gleichnishafte Handlung, im Hinblick auf den höchsten der Schwingungskreise, der Kreis „Überschreite mich nicht“, wo die Geistwesenheit Christus herrscht.

Weiter entnehmen wir: „Der Übergang von einem Schwingungskreis zum anderen ist durch neun Sterne versiegelt. Sie bringen das Gesetz oder die Verwandlung in der ‘neunten Nacht’ „.

4. Übungsphase: Musikalisch Begabte üben, ehe sie zur nächsten Phase übergehen, das Vorstehende im Kammerton der Musik, im Grundton A, der Ton Gottes, wie ihn die Kabbalisten bezeichnen; z.B. im Gottesnamen IAH.

5. Übungsphase: Not-Schrei-Exerzitium wiederholen, und zwar

a) bei seitlich ausgestreckten Armen: A E P

b) Schließen der beiden Empfindungskreise, von denen oben die Rede war: Handmitten auf die Lenden, indem die Hände fest die Hüftknorren umfassen. (Der Prometheusgriff) und mantrisch: P A N
D I

c) Arme zurückführen zur Ausgangsstellung und: AEPANDI

d) Übergehen wieder zum Hüftgriff und: N A M. Blick dabei auf die Brustmitte gerichtet.

Durch diese mantrische Praktik wird ein magnetischer Strom zum Kreisen gebracht; für den Sensitiven erkennbar durch eine magnetische Anziehung und Spannung in den Hüften. Damit wird der Empfang von Fernwellen ermöglicht; denn „eine elektrische Fernwelle ist eingefangen. Der körperliche Sint- und Sendeapparat hat seine erste Tätigkeit entfaltet“. Die Ströme antworten. Das Kreuz ist gespannt. Die Hermesbrüder reden. Sie drehen das Sonnenrad und es bläst seinen Atem hinüber zu den Erwartenden in ihre Hände, in ihre Brust und in ihre Hüften. Von dieser metakosmischen Gemeinschaft wird gesagt, sie sende aus der Gegend des Schwan ihre Signale. *)

Hierüber bilde sich jeder sein Urteil selbst. Wichtiges Moment für uns ist der durch den Hüftgriff erzeugte Stromkreis, das aktivierte „goldene Viereck“: Hüften – Brust (Thymus) – Sexus, wodurch der Körper zum Empfänger einer höheren Wellenart wird. Geste (Griff) und Wort (Man-tra) bewirken es. Der mantrischen Lehre zufolge ist unser Körper ein Buchstaben-Chiffrierwerk. „Wer es beherrscht, kann mit ihm Ströme aussenden und Funkentelegramme in einen unsichtbaren Äther“.

*) Peryt Shou: Die „EDDA“ als Schlüssel des kommenden Weltalters.

So sehr auch die physiologischen Schwingungsvorgänge – z.B. in den Handmitten – von großem Werte sind, und daher sorgfältig beobachtet werden müssen, geht es letzten Endes aber doch um Imponderabilien von höchster Subtilität als „Auswirkung des Gottesgeistes“.

6. Übungsphase: Einbeziehung des A N D - Motivs, „Schlüsseltyp für den geistigen Schwingungsapparat des Menschen“. Wie vorhin AEPANDI NAM in Kreuzhaltung und mit Lendengriff üben. Invertebration beachten und den Übergang von N zum D.

7. Übungsphase: Das FA-Motiv als H V A, mit gleichzeitigem Hüftgriff und Konzentration auf den unteren Schwingungskreis: Hüften – Solarplexus. Diesen Kreis stellt man sich während der logistischen Aussprache von HVA als immer größer werdend vor, bei gleichzeitig sich vergrößernden öffnungsweiten des Mundes. (Ovulation)

8. Übungsphase: Mantra: *Bund des Wahren*. Mit Bezugnahme auf den Geistbund der Hermesbruderschaft. Kreuzstellung (Arme waagrecht seitlich ausgestreckt) im Sitz. Knie eng angezogen: B u n d

Nachhall in den Handmitten erspüren, den Übergang von N zum D im Rücken.

Dann Hüftgriff. Handteller fest auf die Hüftknochen, die ausgestreckten Finger zeigen mit den Spitzen senkrecht zur Erde,

und: des Wahren.

Zum Dritten: Arme waagrecht nach vorne, Hände und Füße parallel (Koinzidenz) und: Bund des Wahren, dabei Tonströmung gleichzeitig in Händen und Füßen erföhlen. Jetzt immer größer werdende Kreise, von unten – Wirbelsäulenende – zum Kopf aufsteigend, imaginieren.

Abschließend das Motiv: H W A S.

Eine rückflutende Schwingung wird „vom Kreuz zum Zentrum an der Brust und von hier seitlich zu den Händen“ in Tätigkeit gesetzt. Dieses subtile Phänomen ist durch entsprechende Vorstellung zu unterstützen.

Anstelle von Hwas auch üben mit dem Mantrawort:

S W A H – R. Mit besonderer Hingabe an den Laut W und dem stimmhaften S.

Peryt Shou warnt vor vagabundierenden Strömen. Der Prometheusgriff muß daher mit einiger Zurückhaltung vorgenommen werden und stets mit der entsprechenden geistigen Haltung.

Ahamkara – Der Willensleib

Seine Beziehung zur Zentralsonne und andere metakosmische Emanationszentren

Ahamkara gilt als Spiegelung des kosmischen Prinzips, als eine Emanation der Zentralsonne. Damit gibt uns Peryt Shou wohl die härteste Nuß zu knacken. Ohne einem überdurchschnittlichen Imaginationsvermögen und entsprechender Prädestinierung sind hier letzte Ergebnisse kaum zu erwarten. Teilerfolge zeitigen gewiß die Einstellung auf die Kraftfelder des Willensleibes und die damit verbundenen Lautexerzitien.

Betrachten wir nun anhand von Abbildung 8 die Gliederungen des Willensleibes.

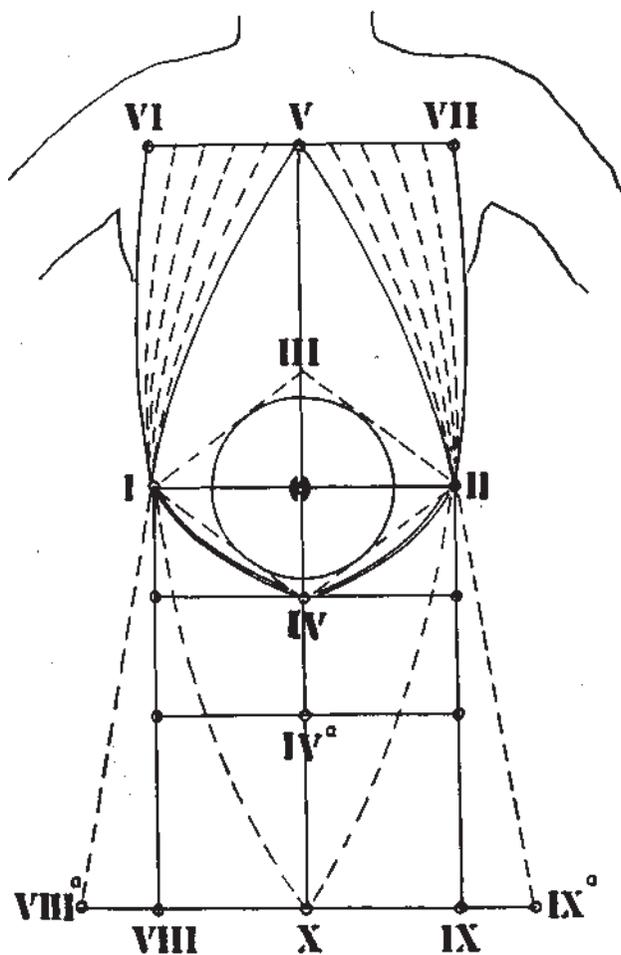


Abbildung 8: Ahamkara – Willensleib

Die Hüftpunkte (I – II) bilden die „Schwelle“, die Polaritätsachse, die zu erwecken ist. Was bei Gelingen als Phänomen der Schwelle „schwingend und tönend“ wahrgenommen wird.

Im Mittelpunkt dieser Achse (0) liegt die Nabelgend

einschließlich des Solarplexus, dessen Schwingungsintensität sie darstellt, eine „Schwingungswelle von gewisser Konsistenz oder Dichtigkeit“. Ergänzend dazu erfahren wir, daß an die Schwelle Krankheiten, vornehmlich psychischer Natur, gebunden sind oder auf dieselbe abgeleitet werden können. Dies setzt allerdings geistige Reife und starken Willen voraus.

Gleichzeitig bilden die Hüftpunkte (I – II) zwei der Ecken eines Quadrates (das einen Kreis einschließt), dessen obere Spitze das Brustbein (III), die untere die Sexualzone (IV) berührt. Hier kreisen die vier pranischen Ströme, die sich vereinigen und vermischen mit dem aus entgegengesetzter Richtung, von der Erde her wirkenden „tierischen Lebenshauch“. Im Mittelpunkt des Quadrates (0) liegen demnach Solarplexus und Magenchakra. Ein wichtiger Zentralpunkt, um den Substanzschwingungen kreisen. Von ihm heißt es, er habe Beziehung zum „leuchtenden Uratom in der Zentralsonne“.

Eine obere Achse ergeben die Achselpunkte (VI – VII) einschließlich ihres Mittelpunktes am oberen Brustbein (V).

Hält man die Hände (Handteller nach außenweisend) bei gewinkelten Armen (demnach Sig-Tyr-Haltung) in Achselhöhe, so teilt sich die von VI und VII ausgehende Energie Armen und Händen mit.

Punkt V spiegelt sich in den Punkten IVa (zwischen Sexualzone und Knie) und X (Kniegegend).

Ausgehend von den Hüftpunkten verlaufen zwei Längsachsen die Beine entlang (VIII – IX).

Die erwähnte Sig-Tyr-Haltung schließt ferner den bedeutsamen Achtstern ein. Er umfaßt von den Ellbogen ausgehend nach unten hin die Punkte I – II – IV; nach oben zu VI – VII, endend im obersten Punkt, im Kehlzentrum, magisches Organ der Kabbalisten; nach Dr. Rudolf Steiner „künftiges Zeugungsorgan des Menschen“. Empfänger für „die Kraft, die alle gleichgestimmten Seelen zusammenführt“. Nach ägyptischer Anschauung flößt Shu oder Ma, Gott der Wahrheit, eine Essenz in die Kehle, die hohe Erkenntnisse vermittelt. So beurteilt ist die Schilddrüse als Empfangsorgan zu betrachten. –

Wie Abbildung 8 zu entnehmen, zeichnen sich innerhalb des Willensleibes Formen ab, Kraftfelder, die mittels Imagination und Mantras zu aktivieren sind. Diese Kraftfelder unserer subtilsten Wesenheit haben ihre Widerspiegelungen in einem transzendenten Kosmos. In diesem Zusammenhang spricht man auch von einer Zentralsonne.

Bei Peryt Snou lesen wir: „Ätherwellen der großen Dynamide des Alls strömen in die kleine Dynamide unseres Organismus, des sympathischen Nervengeflechtes... ein“. Man vermutet einen unbekanntem Zentralkörper hierin, eine in weißem Lichte glühende kosmische Welt. Mit ihr korrespondiert die Funktion des den

Schwellenmittelpunkt umschließenden Quadrates (I – III – II – IV), resp. des ihn umfassenden Kreises.

Zunächst ist die ausschließliche Aufmerksamkeit zu richten auf die Schwellenachse (I – II), und zwar genau auf die Gegend der Hüftpfannen, dort, wo die Oberschenkelknochen entspringen. In einigem Abstand davon, bei gerader Haltung, wird der von den Handtellern ausgehende, biegsame Stab imaginiert. Nasal dabei zu murmeln sind die Mantraworte: Mem Mim – Mimir.

Und: ebenfalls nasal mit nach innen tönendem N und durch den Körper schwingendem W: N a r w e.

„Vater der Nacht“, den man zur Dom-Rune in Beziehung gebracht hat.

Um den „Dom zu erregen“ nähern sich nun die Hände – (weiter das Wort intonierend) – den vorgestellten biegsamen Stab zusammenpressend, langsam den Hüftpfannen. Die Hände flach nach unten gerichtet, berühren die Mittelfingerspitzen die Hüftpunkte, nunmehr M i m – späterhin die anderen beiden Schlüsselworte summend. Dabei ganz hingeeben der Anziehungskraft der All-Liebe; stets auf die richtige Wiedergabe des M (Meditationslaut der ersten Entwicklungsstufe) bedacht.

Die M-Wellen beeinflussen die Kristalle der Blutkörperchen, die „in der höheren unsichtbaren Strahlengattung der M-Wellen zu zittern, zu leuchten“ beginnen in tönendem Schwingen.

Nach erlangter Fertigkeit in dieser Praktik ist die Aufmerksamkeit – Finger weiter leicht auf die Punkte I und II – auf den Mittelpunkt (0) zu richten, um seiner lebendigen Kraft gewahr zu werden.

Dieses Experiment bewirkt „einen gespannten Zustand des Solarplexus und des sympathischen Nervensystems“. Allein nur bei demjenigen stellt sich das Phänomen der Schwelle ein, der bereits „zur Idee der Einheit der Substanz durchgedrungen ist“. Wohl kaum bedarf es der Erwähnung, wie wichtig hier ein geschultes Vorstellungsvermögen ist, eine überdurchschnittlich entwickelte bildhaft-plastische Imagination. Und niemals näherte sich der Übende der Transzendenz als Fordemder! Stets als Bittender. Doch wissen muß er, was seine Bitten beinhalten. So bereitet sich sein Gemüt vor „zur Wahrnehmung des lebendigen Einheitsgedankens der Schöpfung, der Weltseele“. –

Achse I – II gilt als die Schwelle des Wach- und Unterbewußtsein. Nur wenn die Schranke fällt, die Tagesbewußtsein und das Unbewußte trennen, ist der Weg frei, der hinführt zum „ursprünglichen Denken“.

Gliederung des Ahamkara

Geschlossener Lotos, auch Wolke genannt

Umfassend die Bögen I – V – II und I – IV – II.

Der Geschlossene Lotos bezieht sich auf das Tagesbewußtsein.

Die Hände sind wieder an die Hüftpunkte zu legen. Zuerst sind die vier Jochbögen zu erfühlen, anschließend Konzentration auf den Mittelpunkt, auf das Zentrum (0).

Dieses bewußte Hinwenden an die „Wolke“ aktiviert die Polaritätsachse (I – 0 – II) und vermittelt die Erkenntnisse „höherer Lichtorte“. Urplötzlich wird der Übende von einer Kraft angezogen. Fällt die Schranke zwischen Wachbewußtsein und Unterbewußtsein, wird er eines anderen Bewußtseinszustandes zuteil. Beide Bewußtseinswelten ineinanderverwoben, erkennt sich „das wesenhafte Sein des Denkenden... als den Urgrund aller Erscheinungen, als die absolute Übereinstimmung des Seins im Denken“. Damit ist natürlich nicht das persönliche Sonder-Ich gemeint; vielmehr ist es das substanzielle, das wesenhafte Sein des Denkenden, eins mit dem absoluten UR- und UNGRUND im Sinne Jakob Böhmes. – Sagt der Runenpraktiker „ichbewußt“, so meint er selbstverständlich „meines höheren Ichs bewußt“

Der geöffnete Lotos

Er umfaßt die Bögen IV – I – VI und IV – II – VII, also von den Hüftknochen hin zu den Schultern und treffen sich unten in der Sexualgegend.

Als der mit dem Strahl der Weltseele verbindende Nachtpol angesprochen, ist er zuständig für das Nacht- und Unterbewußtsein.

Diese Bögen und das sie einschließende Feld sind ebenfalls zu

erfühlen und durch Mantras zu erwecken. Auf den geöffneten Lotos eingestellt, vollzieht der fortgeschrittene Mantriker das Esoterium des Aufbrechens der Thymusdrüse“:

In aufrechter Körperhaltung, Vorstellung gerichtet auf den Geöffneten Lotos mit Betonung des Brustzentrums (Thymus, Herz), intonieren der Mantraworte d s o r r und d s y r r. Mit stark nachhallendem R. Eingeleitet wird die Übung mit: o m n. In der folgenden Phase: t s o r n (Thorn, Dom). Desweiteren das Urwort D s i. Im Ägyptischen Dsi-dsi – dsor.

Zuerst einige Male frenetisch, mit verstärktem Zungenschlag D s i, dann das ganze Wort, endend mit gerolltem R (dsorr). Dabei gut aufgerichtet und die geistigen Tonkräfte von der Thymusgegend aus nach beiden Seiten ausstrahlen lassen; auch ober- und unterhalb des gedachten krugförmigen Gebildes erfüllen.

Späterhin einbeziehen der Urklänge:

si – si – sar,

Omen – ananga,

Omen – omen,

an – dwar,

Omen-an – k i.

Das Ganze auch in Tet – Winkel – Stellung. (Fersen geschlossen, Füße im rechten Winkel, bei gleichzeitiger Achsenlage der mit den Wurzeln auf den Hüftknochen liegenden Hände.)

Als weitere Mantraworte noch:

Tet-Tat,

Srat-ust-ari,

Hwa-ar-aen-sa.

Sie alle entsprechen kosmischen Schwingungen, sind „Urklänge des Alls“; denn, so lautet die Begründung: „Das ewige WORT gab sich einst vom Himmel her selbst als URBILD und URKLANG kund“.

Der Heilige Feigenbaum

Nahezu gleich in seiner Gliederung mit dem Geschlossenen Lotos, nur reichen hier die Bögen bis unterhalb der Genitalzone und treffen sich bei Punkt IVa.

Von ihm wird gesagt, hier seien zwei Energien tätig; eine nach oben und eine nach unten „ziehende“. Zu erfüllen bei Berühren der Sakralpunkte (I – II) der Vereinigungsachse und gleichzeitiger Tiefatmung mit „Adlerkonzentration“ (Nasalflexion und Bild eines Adlers imaginieren). Dauer zehn bis zwanzig Minuten. Im Stehen oder Liegen, am besten in freier, unberührter Natur.

Das Mystische Tabernakel, auch Tür des Mysteriums

ergeben die Tangentenverbindungen I – III, II – III und I – VIII, II – IX. Demnach unter Einbeziehung der Beine.

In ihm soll sich die Intuition und die Fähigkeit des abstrakten, mathematischen Denkens entwickeln.

Die Sonnenbarke

umschließt die Tangentenbögen von I und II abwärts zu X (noch tiefer als die Punkte IV und IVa gedacht) und aufwärts zu V.

Ihre Schwingungen erfassen den Körper vom Brustbein bis hinab zur Kniegegend.

Der Offenbarungsberg

wird gebildet von den Jochbögen I zu V und V zu II. Ihm schreibt man die Entwicklung der Konzentration und innerer Sammlung zu.

Ausgehend von der waagerechten Lage der Achse I – 0 – H imaginiert man die Bogen von I nach V und von II nach V.‘

In der Ausatmungsphase stelle man sich auf die Funktion des Offenbarungszeltes ein und denke sich eine von oben kommende über der Brust liegende Hohlhand („Hand des Mahatmas“), die man im Verlauf der Übung allmählich herabführt. Die Fingerspitzen der gedachten Hand liegen dann am vorderen Gürtel. Das Magenchakra schwingt mit der vorgestellten Hand zusammen.

Die Bogen I – V und II – V fungieren als „Beruhigungskurve (Tangential- oder Vereinigungskurve) der imaginierten Hand“.

Außerdem verlaufen von Punkt III „Innervationsströme“ nach den beiden Hüftpunkten. Atmung und Mantras verstärken diese Vereinigungswellen, wodurch an der „Schwelle“ ein prickelnder Reiz auf die erotische Sphäre ausgeübt wird. Aus diesem Grunde: Reines Gemüts- und Gedankenleben bewahren!

Durch das parapsychologische Schwellen-Experiment (I – 0 – II) und des damit verbundenen Scheidungsbogens (II – V) erlangt der Yogi hohe Erkenntnisse. Der Wissende gewahrt die aus dem Mittelpunkt 0 entstrahlende „Lichtfülle“, die sich bildenden „Leuchtenden Substanzkreise“.

Auf den Jochbogen I – V – II entwickelt sich eine ganz bestimmte Energie. Sie wird verstärkt durch Einbeziehung der nach unten verlaufenden Tangenten I – VIII und II – IX, deren Gliederung in Verbindung mit dem Offenbarungsberg der „Architektonik eines gotischen Domes“ gleicht, genannt daher „Dom der Offenbarung“ auch „Tor der Schönheit“.

Wir erkennen hier eine Ähnlichkeit mit der Form des Mystischen Tabernakels.

Nach einigen Übungserfahrungen mit dem Offenbarungsberg wird das Mystische Tabernakel miteinbezogen. Sobald das Vorstellungsbild der Tür des Mysteriums leiblich erfüllt wird, projiziert man es hinaus ins All, um es dort als räumliches Gebilde zu erleben. Wenn möglich in direktem Anblick des Widders (wo sich „das Himmelsbild der Athene im Tabernakel des Widders“ befindet). „Dies Tabernakel stellt... in sinnlicher Abstraktion das innere Tangentenproblem dar“. Zu erfassen, wie gezeigt durch die Bögen I – V – II, und ergänzend durch die Tangenten I – VIII und II – IX.

Später tritt zu diesen Tangenten der gedachte innere Kreis, den

das Quadrat umschließt (I – III – II – IV). Auch dieser ist im Körper durch Imagination und Tonwirkung zu erwecken.

Das Gotische Tor

Das Gotische Tor öffnet sich durch das Bogenspannen.

Zunächst dehnt man in der Vorstellung die Achse I – II nach beiden Seiten. Unterstützend führt man die Hände aus dem Hüftgriff, das Dehnen der Achse begleitend, langsam nach rechts und links, wo sie verbleiben. – Jetzt spannt man imaginativ den Bogen I – V nach Richtung VI, dann den Bogen II – V nach VII. Langsam führt man sie wieder zurück zur Mitte, zur Ausgangsstellung.

Bezweckt wird eine steigende Vehemenz der Strahlungen und Schwingungen. In den apollinischen Mysterien soll dabei eine auf Schildkrötenschale gespannte Lyra gespielt worden sein. Musik und mantrischer Laut verleihen den erzeugten Schwingungen erhöhte Dauer.

Berühren der Hüftpunkte mit den Fingerspitzen oder den Mittelhandpunkten (Handchakras) „geben den aktivierten Schwingungsbögen klaren Halt im Raum“.

Abwechselnd werden die beiden gedachten Bögen weg und hin zum Ausgangspunkt geführt. Empfohlen wird, die Praktiken mit Hinwendung an die Zentralsonne und den kosmischen Orten Scutum Sobieski, Zygnus, Widder oder Fische zu vollziehen. Weitere Beispiele folgen.

Die Hüften des Erweckten beginnen zu „brennen“, schwingende Wellen und leuchtendes Weiß umfließen ihn. Größtes der Mysterien: Es eröffnet sich ihm „der Anblick des Lichtes der Zentralsonne... des Lichtes der Wiedergeburt, eine Elementarkraft des Kosmos“; auf tut sich ihm der „Licht- und Offenbarungskosmos“.

Kosmische Orte und damit verbundene Praktiken

An bestimmten Himmelsorten empfängt der geistig Erwachende Eindrücke, „welche die somnambule Seele des Urmenschen erzeugt“ und geformt haben. Er erlebt in sich wieder „die erste Hypostase des vom ‘Himmel geborenen Menschen’.“ Nach alter geheimer Lehre korrespondieren die verschiedenen Jochbögen des Willensleibes und die daraus resultierenden Substanz- und Energiefelder mit diesen kosmischen Orten. Der Übende stellt sich darauf ein anhand von guten astronomischen Karten oder, entschieden wirksamer aber nicht immer ganz leicht durchführbar, im direkten Anblick des Sternenhimmels.

Im Perseus, so wird in Aussicht gestellt, wird hellsichtig die Funktion des Geschlossenen Lotos erschaut. In einem erhöhten Wahrnehmungszustand erscheinen die beiden Kurven als zwei sich dem Mantriker entgegen streckende Arme, vor allem, wenn er die seinen zum Himmel erhebt und sich in der Ich-bin-Rune zu erfassen versucht. So soll in Urzeiten einst der Mensch in ekstatischer Schau eine kosmische Emanation empfangen haben und zu neuem Leben

erweckt worden sein.

Von weitabgewandter Stille erfüllt, dem Perseus zugewandt, Arme hochehoben, Handteller nach oben, den Geschlossenen Lotos erführend, intonieren: S a i – v (w) a – l a. Wie ein „bewegtes wallendes Meer, über das der Logos gleitet“, muß Saivala (sai: germ. Meer), „die die Rune in der Bewegung erleben läßt“ erklingen. Logos verstanden als die im Wort manifestierte Urkraft.

In gleicher ruhiger Tonlage wie Sai-va-la: „Ich b i n“. – „Ich bin, der ich sein werde“. – „Ich bin der Herr“.

Die Laute S, W, L und N besonders beachten. –

Wie wir weiter vernehmen, ist die Seele eine Emanation des Kosmos, herabgekommen, um vom Tierleib des Menschen Besitz zu nehmen. Dem Begnadeten vermitteln esoterische Praktiken den „Aufbau der Himmelshäuser“ mit ihren „persönlichen Monaden“, schlummernd als Ureindrücke im Unterbewußtsein, dessen Kraftpol das Sonnengeflecht. Vermöge bestimmter Übungen wird er sich dieser unterbe-wußten Eindrücke bewußt.

Die Unterweisung lautet: in sternenklaren Neumondnächten (soweit es diese überhaupt noch gibt!) den Milchstraßennebel im Sternbild des Scutum Sobieski nahe dem Adler konzentriert zu betrachten, dabei die Hände an den sakralen Hüftpunkten. Die motorischen Ganglien des Solarplexus strahlen seitlich eine Energie auf diese aus, und die von oben empfangenen polarisierenden

Lichtstrahlen sprechen in diesem wichtigen Zentrum an.

Ein gleicher Versuch ist im Anblick der Leyer durchzuführen. Als Vorweihe sieht der erweckte Betrachter „die Sterne... sofort räumlich auseinandertreten“.

Vom Wassermann hören wir, sein „Wasser“ fließe reinigend durch den Leib, wenn der Mantriker mit Hüftgriff sich ihm meditierend aufschließt.

Vom Herkules, wo sich die Zentralmonade unseres Sonnensystems befinden soll, gehen ebenfalls Impulse aus, denen iniatorische Bedeutung beigemessen wird und in enger Beziehung zum Solarplexus stehen sollen. In klaren Wintermächten soll der Erweckte eine einem länglichen Schwerte ähnelnde Emanation erschauen. Laut einer Überlieferung sahen die Urchristen in diesem Sternbild ihren Himmel.

„Hier rinnen die Wasserläufe, die emanierenden Wellen einer Zentralkraft“. Von hier empfangen sie die Kraft des Ich-bin. Im Herkules, versichert Peryt Shou, ist der Christus-oder Mahatmakopf zu sehen. Was bei der Hinduhypnose gebräuchlich – die Nase eines Plastikkopfes zu fixieren – diesen Versuch überträgt eben Genannter auf den Fixsternhimmel, denn an jenem Himmelsort, wo das Haupt imaginiert werden soll, schwingt eine Urmaterie, die den Leib des Menschen durchdringt.

Die Nasenspitze des vorgestellten Hauptes wird fixiert, der eigene

Nasenrücken gekrümmt, und die eingeatmete Luft in der Brust hochgeführt, wodurch „Energien im Chakra des Sonnengeflechtes“ ausgelöst werden. Körper dabei immer gerader aufrichten und eine Zeitlang konzentriert weiter atmen.

Nunmehr sitzend, Hände auf den Hüftpunkten, konzentriert auf die vom Solarplexus den Handchakras zuströmende Emanation.

Abschließend wieder aufrecht stehend oder langsam dahinschreitend, damit die „psychomotorische Kraft“ besser entlang den Tangenten (VIII, IX) an den Oberschenkeln zu den Füßen hinab strömt und die Plantalchakras belebt. Ein Vorgang, der gleichzeitig sublimierenden Einfluß auf das Sexualvermögen ausübt. Nasenmuskeln bleiben während der ganzen Übung gespannt.

Der Geschlossene Lotos ist mit dem Antlitz des Mahatmabildes identisch. Das äußere Gesichtsoval stimmt mit dem Geöffneten Lotos überein. Einstellung auf ersteren, den Geschlossenen Lotos, vermittelt die Schau des „Leibes des Meisters“ am Himmel. Brust, Leib und Glieder, durchstrahlt pranische Kraft.

Einstellung wieder auf die Hüftachse (I – II). Zwischen die Jochbogen (I – V, II – V und I – VI, II – VII) werden die kraftspendenden Hände des Meisters imaginiert.

Im Anblick des Mahatmabildes, so wird dem Berufenen verheißen, werden die Sterne „eine seltsame Empfindung wie ein ‘Sphärenklingen’ „in ihm wachrufen.

Dem Schwan wird ein auf unser Unterbewußtsein einwirkendes Schwingungsfeld zugeschrieben, das dem Seher im Bilde eines krähenden Hahnes erscheint. Eine Schwingungssubstanz, einem höheren Wahrnehmungssinn vorbehalten, der im Solarplexus sein Zentrum hat und durch Mantrapraktiken und kontemplative Versenkung erweckt werden muß. Erst dann ist es möglich, „dies Medium als ein in den Gesetzen eines noch unerforschten Koordinaten-Systems schwingend wahrzunehmen“.

Mit dem Astralbild des Schwan korrespondieren Quadrat und Kreis (I – III – II – IV).

Als Mantraworte gelten: H a m s a und Hava. (Schwan im Indischen Hamsa, bei Juden und Babyloniern Hava.)

Beim atmenden Einsaugen von Prana H a m in Gedanken einsprechen, beim Ausatmen s a mit säulsendem S-Laut.

Hava mit betont gehauchtem H und schwingend tönendem W. (Hüftgriff)

Die Emanationen dieses kosmischen Ortes erzeugen einen positiven und einen negativen Strom. Der männliche (Hamsa) fließt rechterseits der Achse I – II, der weibliche (Hava) linkerseits.

Auch von einem helleuchtenden Milchstraßennebel erfahren wir, daß er einen polarisierenden Einfluß auf das Sonnengeflecht hat. Den alten Eingeweihten kein Geheimnis.

Wo so viele Strahlungsarten uns aus dem Universum zuströmen,

wie wissenschaftlich längst erwiesen, ist es da wirklich so absurd, Einflüsse höherer Art anzunehmen? Emanationen wahrscheinlich aus einem Überkosmos.

Im Anblick oder zumindest mit der Vorstellung des Orion sind die Praktiken des Ovummysticum und das öffnen des Lotbs zu vollziehen.

Das Ovum mysticum, auf das sich der Übende einzustellen hat, umfaßt das Quadrat I – III – II – IV – I und die Bögen I – V – II und I – IV – II.

Um den Mittelpunkt (0) sind Substanzkreise zu imaginieren, die allmählich das ganze Quadrat erfüllen und vermittels Konzentration sodann als Substanzwellen in die Scheidungsbögen I – V und II – V aufsteigen. Diese Substanzwellen, die mit „der Tätigkeit eines unserer Organe“ zusammenhängen, sind nicht nach außertretend zu denken, sondern es soll durch Willenseinstellung „ihre Reabsorption innerhalb des Organismus“ Zustandekommen. Herr über diese Substanzwellen ist der Wille. Er leitet die von der Mitte (0) ausgehenden Wellen in die Bögen und hält sie dort fest. Die Hände dabei wieder auf den bekannten Sakral punkten.

Nunmehr winkle man die Arme so ab, daß sich die nach vorne zeigenden Handflächen in Schulterhöhe befinden. Mit Nasalflexion stelle man sich auf das öffnen der Bogenspitze (V) ein und leite dann – wie früher schon gezeigt – die Substanzwellen rhythmisch auf die

Achsenpunkte VI und VII.

Die Nasalbeugung – „die mit elementarer Kraft die Erregung des zentral-motorischen Nervenplexus im Innern nach sich zieht“ – begünstigt den Imaginationsvorgang, die Schwingungen vom Mittelpunkt (0) über die Bögen (I – V, II – V) auf die Achse VI – VII zu leiten. Diese gilt als Transzendent und hat ihre Spiegelung mit der über die Nasenwurzel laufende, die Stirn umfassende Symetrieachse.

Zugleich erregt sich „unter dem Einfluß der optischen Symetrieachse und des Nasenmuskels... spontan das Zentrum (III) im Solarplexus“.

Infolge der in der Achse auftretenden Substanzwellen macht sich im vorderen Oberkörper eine innere Spannung bemerkbar. Auch Becken und die sakralen Hüften werden erregt. Eine Verstärkung erfährt dieses Phänomen durch Verlängerung der Achse VI/VII, indem man „die psychomotorischen Zentren der Mittelhandpunkte“ durch die typische Armhaltung (Sig-Tyr-Geste) einbezieht. Der dafür Empfängliche nimmt „Substanzströmungen“ im ganzen Leibe wahr. Am deutlichsten ist diese „übersinnliche Wahrnehmung“ in den Bögen I – VI und II – VII.

Ein unerhörtes Schauspiel wird in Aussicht gestellt. Im Anblick des Orion erschließt sich den erwachenden Übersinnen eine verwandelte Natur, eine Überwelt offenbart der Sternenhimmel. Um

den Übenden erheben sich die Substanzwellen „im Bilde einer um ihn schwebenden Wolke“ (VI – VII).

Das sehende Auge des Meisters erschaut im Orion Nirvana. Von hier „schwebt die Wolke über ihn herab“. Vom Nebel des Orion „erreicht ihn das höchste Mysterium“. Sein Ego, seine Monade korrespondiert mit dem „überraumlichen Achsensystem“, bis sie, wie wir weiter vernehmen, „den dichtesten Wall des vierten Gürtels durchschritten hat und zum ewigen Selbstbewußtsein gelangt ist“; und weiter heißt es: „Dies All das einer Monade (Gott) entsprang, hat sich im Anfang aufgelöst in eine unendliche Zahl von Monaden, deren keine 'Gott' selber ist, aber alle sind ihm entsprungen“.

Mandala des Ahamkara

Eine Erweiterung erfahren die Imaginations-Esoterien durch das Ahamkara-Mandala. In möglichst natürlicher Größe wird eine Zeichnung des Willenleibes mit allen seinen Gliederungen angefertigt. Diese Spiegelung des Ahamkara wird in entsprechender Höhe an die Wand befestigt und die Konzentration darauf gerichtet. Starksensitive verspüren einen magnetischen Einfluß auf sich überstrahlen.

Laut Geheimbuddhismus ist „unser Selbst beständig von Monaden umschwärmt... welche formbegierig dasselbe anzuziehen trachten“.

Um sich mit einer dieser Monaden zu verbinden, stellt sich der

Mantriker stärkstens konzentriert auf die „weißleuchtende Zentralsonne“ ein, den Blick geheftet auf die „mystische Wolke über dem Offenbarungsberg“ (I – VI, II – VII) seines Mandalas an der Wand.

Die bewußte Verschmelzung mit der Monade vollendet sich an der Unterbewußtsein vom Oberbewußtsein scheidenden Schwelle (I – 0 – II). Förderlich dieser Verschmelzung ist der mit den Handtellern oder Fingerspitzen vollzogene Hüftgriff.

Darauffolgend richtet sich die Aufmerksamkeit auf das Mittelfeld (I – III – II – IV – I).

Dem erfahrenen Mantriker erschließen sich zwei Schwingungen, ausgehend von der Nabelgegend (0) und sich über das ganze Schwingungsfeld verbreitend. Durch den sakralen Hüftgriff wird die Polarität dieser Schwingungsformen sinnlich wahrnehmbar. Die Hüftpunkte empfangen die seitlichen Ausstrahlungen des Solarplexus. Die angezogene Monade wirkt auf Sonnengeflecht und Magenchakra ein, deren Funktionskraft aktivierend. Ihrer (Glieder der Weltseele, Energiestrahler der Zentralsonne) wird sich der Erweckte bewußt, sofern der kosmische Außenpol dynamisch stärker ist als der Innenpol. Was nur ein sehr weit Fortgeschrittener beurteilen kann.

Die Hände weiter auf den Hüften verbleibend, Konzentration auf die Bogen I – V, II – V und I – IV, II – IV. In dieser Einstellung wirkt

die Zeichnung stark „anziehend, polarisierend auf den Leib“ und aktiviert zugleich die fixierten Bögen.

Nach geraumer Zeit bezieht man die Bögen I – VI und II – VII sowie den Mittelpunkt (0) mit ein.

Ferner wird vom Quadrat ausgehend, die „Tür“ einbezogen, d.h. die Konzentration richtet sich auf die die Beine entlang führenden Tangenten I – VIII und II – IX.

Abschließend Hinwendung an das Sternbild des Schwan und Intonieren der Siegelworte „A h a m I s h v a r a. – Ich bin der Herr“.

Anfangs sollte im Dunkeln geübt werden, so daß gerade noch das Mandale an der Wand zu erkennen ist. Allmählich dann wird Licht in einem sich mehr sich der Erleuchtete Spalt hereingelassen. –

Wichtige Koordinaten, an denen sich der Erleuchtende erkennend erfaßt „als denkende geistige Substanz“, sind: I - II – V – 0 – V - VII.

Die materielle Funktion der Seele symbolisieren I – VIII a und II – IXa, ihre spirituelle I – VIII und II – IX.

Ihre harmonische Übereinstimmung fördert die geistige Umwandlung, der stets ein materieller Umwandlungsprozeß vorausgeht.

Punkt V entspricht u.a. einem „Deformationsort der kosmischen Materie“, wobei die Zentralsonne als Innenpol zu denken ist, das Deformationszentrum als Außenpol, nach dem alles Materielle gedrängt wird, um sich schließlich im Äther aufzulösen. –

Die Funktion der chemisch-physikalischen Substanz drückt sich aus durch V–I–Villa und V–II–IXa.

Den „Kelch Christi... der auf der geistigen (spirituellen) Erkenntnis der ätherischen Substanz ruhenden Welt“, symbolisieren VI – I – VIII und VII – II – IX. Eigentlich zwei verschiedene Substanzen beinhaltend, die Zuständen im „realen Kosmos“ entsprechen. Der Erweckte, der die geistige Substanzwelt erfaßt hat, wächst darüber hinaus; denn wer diese Dualität in sich überwunden hat, erkennt sie letzten Endes als zwei verschiedene Aspekte „eines und desselben Dinges oder derselben Ursache“. Beide Funktionen schmelzen dann ineinander. –

Hinsichtlich der kosmischen Orte sind wichtig die Sternbilder Orion, Schwan, Herkules, Perseus, Scutum Sobiesci, Cygnus und Canis major. Stets mit Einbeziehung der Zentralsonne.

Besondere Aufmerksamkeit ist zu schenken dem Mystischen Feigenbaum (I – V – II – IVa – I). Ziel ist, daß sich die darin aktivierte Dynamide des Solarplexus vereinigt mit der „ursprünglichen Dynamide der Zentralsonne“. Wobei die Achse der Schwellpunkte I und II besonders zu beachten ist. Konzentration auch auf die Fische.

Das Achsensystem ist ein von „oben gelenktes“ transzendentes. Es birgt den Schlüssel, „dem alles Irdische untenan ist“. Durch ihn offenbart sich im Menschen die „höhere Natur des Willens des Alls“.

Alle diese Praktiken – die natürlich keinem Anfänger oder gar

Skeptiker zuzumuten sind – dienen der Erlangung der „Erkenntnis unserer ‘Seelen’ dort oben in der Zentralsonne“, die, was nochmals betont sei, als ein jenseits des dreidimensionalen Raumes existierendes, geistiges Zentrum zu verstehen ist.

Halten wir fest: Die Schwingungen des Willensleibes und des sympathischen Nervensystems gleichen einer Sende- und Empfangsanlage, die uns verbindet mit Schwingungssphären ferner kosmischer und metakosmischer, transzendenter Himmelsorte. So gesehen führt die Kenntnis einer esoterischen Kosmologie verbunden mit Mantramistik zur „innerlichen Vereinigung mit dem höheren kosmischen Prinzip“. Dadurch gelangen die Seelen, wie östliche Mahatmas lehren, aus dem vierten Weltengürtel, in dem gegenwärtig Sonne und Planeten kreisen, in den fünften, wo höhere Mächte „eine bewußte Vereinigung mit der Monade des sechsten Weltengürtels, dem Christusprinzip“, begünstigen.

AUS DEM WEISHEITSSCHATZ ÖSTLICHER MANTRAS

Die heilige Silbe OM

Bedeutung

Der Pranava Om – heiligstes Wort der altersgrauen Veden, oft gebrauchtes mystisches Wort in der Meditation der Yogis – spielte schon in den vedischen Opferzeremonien eine bedeutsame Rolle; für H.P. Blavatzky neben Bhuh (Erde), Bhuva (Lufthimmel), Svah (Himmel) die heiligste mantrische Silbe.

Om, höchstes der offenbaren Worte Gottes, „heiliger Urlaut, Ursprung aller Schöpfung“ (in Indien oft am Anfang und Ende der heiligen Schriften und vor Gebeten stehend, zugleich eines der wichtigsten Lautsymbole des Yoga) bedeutete früher fast in jeder Sprache das Göttliche oder die Gottheit. Es ist „der vollkommenste Laut, der die Ganzheit aller Dinge darstellt“, symbolisches Wort für das Unendliche, Vollkommene, Ewige, begeisterte sich der Dichter Rabindranath Tagore. „Alle unsere religiösen Betrachtungen beginnen mit Om und enden mit Om“. Om befreit „aus enger Selbstsucht“ und erfüllt „den Geist mit der Ahnung ewiger Vollkommenheit“, sagt Anagarika Govinda. Die heilige Silbe ist „Symbol des unaussprechlichen Absoluten, das letztmögliche Wort, nach dem es nur noch Schweigen“ gibt, erläutert die Tibetkennerin

Alexandra David Neel. Om kann bedeuten Brahma – Vischnu – Siva oder auch Brahman, den Einen ohne zweiten.

Andere wieder belehren uns, Om ausgesprochen als Aum setzt sich zusammen aus den Endbuchstaben von Brahm a, Vishn u und – mit einem erkünstelten M am Schluß – Schiva m. – Oder wir begegnen der Auffassung Aum enthalte die Namen der drei Götter Agni, Varuna (Uaruna) und Marut.

In einem Kommentar zum Mundoskopenishad wird Aum als der Bogen bezeichnet, „der das individuelle 'Ich' zum universellen 'Das' (oder tat) schnell, das man weder Sein noch Nicht-Sein nennen kann“.

Om stellt so den höchsten Geist in uns dar, den Atman, der mit den beiden anderen geistigen Prinzipien mit Buddhi und Manas, die Obere Dreiheit der göttlichen Dreieinigkeit bildet. Für den Inder ist es der schöpferische Welten erzeugende Ton; dreifach in seinem Wesen, zweisilbig in der richtigen Aussprache, lehrt Frau Blavatzky: A – UM „repräsentiert die für uns immer verborgene ursprüngliche dreieinige Differentation, nicht aus, sondern in dem EINEN ABSOLUTEN, und wird daher durch die Vier oder die Tetraktis in der metaphysischen Welt symbolisiert. Sie ist der Einheitsstrahl oder Atman. – Es ist Atman, dieser höchste Geist im Menschen, der in Verbindung mit Buddhi und Manas die oberste Dreiheit oder Dreieinigkeit genannt wird“.

C.W. Leadbeater zufolge hat jede Wurzelrasse eine heilige Silbe. In der Gesamtheit ergeben sie in der letzten, der siebenten Wurzelrasse das „große Wort“. In der jetzigen, der fünften, repräsentiert Om den unaussprechlichen, zu ihr gehörenden Namen des LOGOS. In der vierten Wurzelrasse hat Tau anstelle von Om gestanden. Om entspricht dem ägyptischen, ins Christliche übernommene Amen. Davon abgeleitet im Griechischen aion, im Lateinischen aivum; ihm verwandt soll auch der Name Aeon sein. – Als Aum weist A auf das schöpferische, O auf das erhaltende, M auf das umwandelnde, zerstörende Prinzip. (Brahma – Vishnu – Schiva). Der Klang von Om wirkt wie „ein Anruf an andere Wesen, menschlicher und nicht menschlicher Art“. Manche dieser Wesen verstehen die heilige Silbe, andere wiederum werden durch den „sonderbaren anziehenden Klang herangezogen“, der eine „tiefe durchdringende Wirkung hat“.

Vivekananda sieht in Om „alle die mannigfachen Ideen des Veda... rund um dieses Wort zentralisiert, alle mannigfachen religiösen Ideen“ Indiens um es geschart. Om oder Udgitha (oder Udyitta wie die Brahmanen die heilige Silbe nennen) ist laut Chandogya upanisad die Essenz des Samadeva.

Lama Govinda, Angehöriger des tibetischen Kargyütpar Ordens, schwelgt geradezu, wenn es um die Bedeutung des heiligen Lautes geht, „der das All-Umfassende Erlebnis geistiger Universalität und

Freiheit ausdrückt... der die Quintessenz, die Keimzelle (bija-mantra) des Universums, das magische Wort schlechthin (das war die Urbedeutung des Wortes 'brahman'), die universelle Kraft des Allumfassenden Bewußtseins“ ist. Und auch das bedeutet Om: „Symbol eines göttlichen Universums“; Symbol des grenzenlosen Raums, „unendlichen Seins oder ewiges Leben... alles durchdringender Göttlichkeit... stets gegenwärtiger Schöpferkraft... kosmischen Rhythmus“. Ferner: Symbol „des allgegenwärtigen Lichtes... des allmächtigen Bewußtseins... des universellen Gesetzes... allumfassender Liebe... überbewußten Geisteszustandes... unbegrenzten Wissens“. Das Unendliche, das Allumfassende ist die Natur von Om.

In der Madukya Upanisad gilt (nach Lama Govinda) O als Kombination von A und U, so daß wir es bei Om („Ausdruck höchster Bewußtheit“) mit drei Elementen zu tun haben: A – U – M, drei Stufen des Bewußtseins. A ist j a g r a t (Wachbewußtsein), U ist s v a p n a (Traumbewußtsein), M ist s u s u p t i (Tiefschlafbewußtsein). „Om als Ganzes (ist) das allumfassende, über alle Worte hinausgehende, 'kosmische' oder vierte Bewußtsein (turiya) – das Bewußtsein der 4. Dimension“.

Turiya ist das höchste aller im Irdischen erreichbaren Ziele, ist Kevalata, ist reines Bewußtsein.

Andere Kenner sprechen von sayujyatva, vom Aufgehen in einem

höheren Sein, vom Eingehen in das Unpersönliche des universellen Brahman – oder in die „unbeschränkte Freiheit und Unabhängigkeit (svatantrya)“. In jedem Falle ein „todloser, leidfreier Zustand“, sofern wir unser sogenanntes Selbst oder Ich aufgegeben haben.

Om ist Symbol der Befreiung und zugleich das Mittel dazu, Mittel zum „Erleben des Unendlichen in uns“, ein metaphysisches Symbol, das zum psychologischen Hilfsmittel wurde.

Gleich der Spinne am Faden „steigt der Yogin zur Freiheit vermittels der Silbe Om“.

Im Maitrayana Upanisad (gleichfalls nach Govinda) wird Om mit einem Pfeil verglichen. Manas, das Denken, ist seine Spitze, der Körper der Bogen, das Ziel ist das „Licht des höchsten Zustandes“. Anderswo ist Om der Bogen, das Selbst der Pfeil, das Brahman das höchste Ziel.

In der „tiefen und alles umfassenden Schwingung des heiligen Lauten Om finden Rhythmus wie Melodie ihre Synthese und ihre Lösung“, dem Intellekt als Auflösung erscheinend.

Man spricht von einer „befreienden, lösenden, gemüthöffnenden Natur“ des heiligen Wortes, die die Mauern einreißt. Sein Laut macht unser Innerstes empfängsbereit für höhere Schwingungszustände und erschließt „die Unendlichkeit unserer wahren Natur, die in Verbindung mit allem Lebenden besteht“. Aus anfangloser Zeit schwingt Om als „tiefer Urton zeitloser Wirklichkeit.“

Die „allumfassende Silbe Om“ – in der „das Erlebnis der Unendlichkeit zum Ausdruck kommt“, führt zum Ganzheitserleben der Meditation, zur „Erkenntnis der Solidität alles Lebens“. (Govinda)

Om „ist der Anfang und das Ende – nicht nur der Schriften – sondern der ganzen Schöpfung... die dem Kosmos eigene Schwingung... Quintessenz... Keimzelle des Universums... Name oder Symbol der Gottheit“.

Für den westlichen Yogakenner Heinrich Jürgens bringt Om (als Aum), gleich dem Tau (ausgesprochen als Taou), vollendet „das Wesen der Gottheit im Menschen... zum Ausdruck“.

A, „das göttlich-klare Wesen an sich, das reine, unverfälschte, in ewiger Reinheit und Klarheit thronend“, O sich verdichtend im Menschen zum „Feinstofflichen, zum Strahlend-Sichtbaren“,

U, des sich zur Materie verdichtende Seins Gottes“, M, „das Hinsinken des Ganzen in das urewige Meer des Seins, der Unendlichkeit der Gottheit“.

Om und Tau sind für Jürgens „energielösende, ungeheure Energien freimachende Namen“, in Wahrheit Namen der Gottheit im Menschen.

In Aum (Symbol des „vom Allbewußtsein durchdrungenen, unendlichen Weltenraum... der Macht und Herrlichkeit der allgegenwärtigen Gottheit“), versinnbildlicht auch A die grobe

Materie, U die Feinmaterie und M das im Weltenraum allgegenwärtige Bewußtsein, das Absolute.

Desweiteren verweisen die drei Buchstaben AUM auf die „drei heiligen Feuer oder das dreifache Feuer des Universums und im Menschen“, sowie auf Feuer, Wasser und Luft.

Nach Vorstellung der Mantrayogis beinhaltet AUM als Ausdruck des unaussprechlichen höchsten kosmischen Bewußtseins, das alle Bewußtseinsformen in sich schließt, auch die menschlichen Bewußtseinsbereiche: A das Wachbewußtsein in der materiellen Welt, U das Traumbewußtsein, unsere Innenwelt, Phantasie und Imagination, M den Zustand des Tiefschlafes, das nicht-mehr gespaltene Bewußtsein, das zutiefst verborgen in uns ruht.

Nach Dr. med. Ludwig Schmitt entspricht Om – das wie kein anderes Körper, Seele und Geist läutert – in dem Aushauch A – O – U – M den vier Seelenzuständen: Wachen – Träumen – Tiefschlaf – Versenkung (Meditation, Kontemplation). Zuzug seines Ideengehaltes und seiner Vokalfülle schwingt „das ewig unbesiegbare Ja des Seins“ in ihm.

Im Hinblick auf die tiefgreifende Wirkung von Om schrieb Charles Baudoin, Professor am Institut I.I. Rousseau und Dozent der Philosophischen Fakultät in Genf im Rahmen seiner Ausführungen über Autohypnose: Im Yoga wird „das hl. Wort AUM lange wiederholt, wobei die drei Laute A – U – M getrennt zu sprechen

oder vielmehr in drei verschiedenen Tönen zu singen sind; und das ruft im Menschen eine seelische Umgestaltung hervor, die ihn zu den größten Fortschritten in der Vergeistigung bereit und reif machen soll“.

Durch Summen des Emanationsmotiv Om wird man sich der eigenen emanatorischen Existenz bewußt, gründend in dem großen Sphärenwesen Ishvara, stellt Peryt Shou in Aussicht. Aber nur wenn dieses Om-Summen einhergeht „mit geistiger Versenkung und Liebe zu Gott“.

Quintessenz aller Kommentare: OM befreit das im Körper gefangene Ego, führt zu überbewußten Seelenzuständen und – letztes aller Ziele – zum Allerleben des SEINS.

Praxis

Umfangreiches, kaum überschaubar, ist über die Bedeutung von Om geschrieben worden, mancherlei über die Anwendung des heiligsten Wortes der Yogis. Was die Aussprache betrifft, gehen die Ansichten scheinbar auseinander, was sich durch die mögliche Vielfalt einer mündlichen Wiedergabe erklärt; und wahrscheinlich überwiegt das Verschwiegene, das in der Literatur Gebotene.

In frühen Jahrhunderten unserer Zeitrechnung galt der Brahm-Atma, „der höchste Führer aller Mahatmas“ des oberen Rates einer Gemeinde von Mönchs-Initiierten als „der einzige Hüter der mystischen Formel“. Ihm, dem Initiierten des höchsten Grades,

offenbarte sich die Bedeutung von Om und dessen Inkarnation. Streng, bei Todesstrafe war es ihm verboten, einem Profanen nur das geringste des Geheimnisses zu verraten. Eine Silbe aber soll es geben, läßt die Geheimlehre durchblicken, erhabener noch als Om, deren Kenntnis „nahezu dem Brahma gleichmacht“. Nur bei seinem Tode gibt der Wissende sie weiter. Das gesuchte „verlorene Wort“. Zu Blavatzkys Zeit soll es in Südindien zwei große Initiierte gegeben haben, die Kenntnis von dieser Silbe hatten.

Mit der der Gottheit geweihten Silbe Om begrüßt der der fünften Rasse angehörende arische Adept das menschliche Wesen und beginnt damit jede Anrufung und Beschwörung „nicht menschlicher GEGENWARTEN“.

Om gilt dem Tantriker als „uranfängliches Lautsubstrat als Form eines monosylabischen Mantras“. Es zielt auf „totale Eliminierung von Subjekt-Objekt durch die Äußerungen eines Lautrhythmus“.

Das O in dem Sanskritwort Om ist eine Kombination von A und U, wobei das A langsam übergleitet zum U, erläutert Madame Blavatzky. Zwei Vokale und ein Halbvokal, der zu dehnen ist, bilden die heilige Silbe. Physisch geübt bleibt die Tonhöhe, die dem jedermann eigenen Ton entspricht, stets dieselbe. Sie muß vom Mantriker gefunden werden sowie die ihm eigene Farbe. Der einem Instrument gleichende Körper, auf dem das Ego spielt, muß es mit der Zeit lernen, auf „Tattwas und Prinzipien“ entsprechend zu

reagieren.

Therion sagt: „Aum ist der Ton, der hervorgebracht wird, wenn man von dem hinteren Teile des Halses den Atem kräftig ausstößt und allmählich den Mund schließt“.

Niemals jedoch darf Om leichtfertig oder gar in zorniger Erregung und zu bösen Zwecken mißbraucht werden. Unausweichlich beschwört der Frevler, wird gewarnt, eine große Gefahr für sich und die ihm Nahestehenden herauf.

Bei körperlicher Indisposition, Kopfschmerz, Übelkeit, Schwächezuständen, disharmonischer seelischer Verfassung hat die Übung zu unterbleiben. Was übrigens von jeder mantrischen Praktik gilt. –

Alexandra David-Neel, der zufolge Aum über Indien nach Tibet gelangte, berichtet: Die Lamaisten sprechen die heilige Silbe aus wie jede andere Sanskritformel, ohne „dem Wort besondere Bedeutung beizumessen“, halten hingegen die mystischen Silben h u m und p h a t magisch und mystisch für sehr wirksam. Doch, so betont die Tibetkennerin, gelingt es dem Mystiker, „die Stimmen und Geräusche aller existierenden und sich bewegenden Dinge in einer einzigen Wahrnehmung zu erfassen, so hört er nur das A U M“, das in den Tiefen des eigenen Innern schwingt. Wem sich das Geheimnis entschleiert, AUM (aller Wesen, Formen und Namen: Seele und Leben) lautlos auszusprechen, der „erlangt höchste

Erlösung“.

Um einen dem Om adäquaten Laut hervorzurufen, reiben im Osten Wissende eigens hierfür gestimmte Holzstücke.

Angeblich enthalten indische Schriften, denen zufolge das heilige Wort nicht vor und von Uneingeweihten ausgesprochen werden darf, hundertsiebzig Formen der Betonung, von denen eine jede eine ganz besondere Wirkung hervorruft.

Bei seinem morgendlichen Om-Ritual gießt der Brahmane Wasser in seine hohlen Hände, den Blick der Sonne zugewandt, murmelt er die heilige Silbe, „Sinnbild des göttlichen Odems“. – Nach anderer Version nimmt er anstatt des Wassers Wein, streckt die Hände seitlich aus und spricht mit summenden, nasal nachklingendem M OM-BRACHMA, so den Wein des Brahman trinkend. Die dadurch erzeugten Vibrationen durchschwingen den Körper, die göttliche Strahlung erfüllt ihn. Die Hochzeit der Zellen vollzieht sich, wie der Parsi es nennt. „Durch die geheimnisvolle Aussprache und Kenntnis dieses Lautes vermag der Mensch Brahma (Gott) gleich zu werden“. Der Pranava Om ist eine „anblasende Kraft, die im Atem liegt oder in ihm frei wird“. (Peryt Shou) Zu ähnlichem Erleben soll der Logos Im – lah den Aufgeschlossenen führen.

Nach Pantanjali beschwört die heilige, den Aspekt Gottes darstellende, das ganze All und jedes Ding umfassende Silbe bei

dauernder Wiederholung ISVARA, den erhabenen Geist. Richtig intoniert, harmonisiert Om die menschliche Dreiheit. Körper, Seele, Geist und offenbart dem geistig Erweckten seine geheimste Bedeutung.

Das richtig ausgesprochene Om enthält – so Bo Yin Ra – „die Lautschwingungen, die dem Sein aus sich selber entsprechen“. Dabei soll A mehr wie O klingen, U noch dumpfer.

Geisterfülltes Urwort ist dem westlichen Yogapraktiker Heinrich Jürgens die heilige Silbe, in seiner Schreibweise AOUM, ihm bedeutend „Name Gottes“ oder „Gott in uns“. Er empfiehlt im Sitz zu üben mit übereinandergeschlagenen Beinen, die Knie zur Seite gelegt; Handrücken auf die Unterschenkel, Rumpf kerzengerade. Nach tiefer Einatmung: AOUM. Die Laute langgezogen, volltönend, in etwas singender Tonlage. Vokale und Konsonant müssen durch Kopf und Körper schwingen. Langes Üben versetzt den ganzen Nervenkörper in Vibration. – Während der ganzen Übung ist die Aufmerksamkeit auf den „Gott in mir“ zu richten. –

OM kann sein: Invokation, Weihesege, Bejahung, Gelöbni. Mantras, Rituale, Anrufungen und Gebete sind fast immer auf irgendwelche Weise mit Om – dessen Gegenstück das christliche Amen ist – verbunden. Nach den Weissagungen der Veden wird alles einmal vergehen, nur das heilige Wort bleibt bestehen. Sagte nicht auch ähnliches Christus von seinem „Wort“?

Exerzitien:

I.

a) Mit offenem Munde OM (und AUM) summen.

b) Mit geschlossenem Munde summen.

Wodurch wesentlich die vibroaktive Wirkung erhöht wird. Das Schädeldach vibriert stärker, was die Kopfnerven wohltuend anregt. Außerdem verändert Om, inbrünstig und oft wiederholt, die Molekularschwingung im Körper.

Ein Yogi eines Himalayaklosters, berichtet H.W. Berg, hatte es verstanden, auf einzelne Körperzonen sowie auf die Blutzirkulation kraft seiner vibrierenden Stimmbänder beliebig einzuwirken. Selbst bei stärkster Abdrosselung der Schlagader des rechten Armes stimmte der Rhythmus des pulsierenden Blutes mit den Bewegungen der Stimmbänder überein.

II.

A – O – U leise summen (Musikalische üben hier auf F oder D) und schließen mit langem, melodischem Glockenklang gleichendem MMMMMMMMMMM.

Das ausklingende, stumm verhallende, im Schweigen verebbende M wird in Bezug gesetzt zu Brahman, zum Absoluten.

III.

A – O – U wieder im Rhythmus einer schwingenden Glocke, doch jetzt kurz und schnell aufeinander folgend, wie zu einem Laut

verschmelzend.

Endend wiederum mit langanhaltendem M M M M M M.

Im Gegensatz zu den vorhin gesummtten Vokalen Mundöffnung jetzt bei A voll und weit, bei O kleiner werdend, bei U schließen sich die Lippen zum vibrierenden, Schädeldach und Hypophyse in Schwingung versetzenden M. Dieses langgedehnte M, das die Resonanz ideal fördert, halten erfahrene Mantriker für äußerst wirksam.

A O U M – als „ständige Anrufung Gottes“ – eine Zeitlang pausenlos aufeinanderfolgend wiederholen. Möglichst gleich nach dem Aufstehen und auch tagsüber. Die vielseitige Wiederholung eines Mantra – Japa genannt – erzeugt einen Energiestrom. Außerdem lullt die ständige Aufeinanderfolge des Gleichen die störenden Gedanken ein. Natürlich darf während des Übens die Aufmerksamkeit nicht abirren. Meditationsgedanken, die eine Verschmelzung mit dem Allbewußtsein anstreben, erhöhen die mantrische Wirkung.

Gedanken, wie diese: „AUM ist Gott“. „Ich und der Vater sind eins“. Gott ist Kraft, und Kraft ist Gott. SEINE Kraft, die Allkraft des Kosmos, erfüllt mich.

Durch ständiges Wiederholen der heiligen Silbe, die „gewissermaßen die Basis aller Töne“ ist, wird, wovon Heinrich Jürgens überzeugt ist, das Wesen Gottes im Menschen wirksam.

Chitta, der Gemütsstoff, wird „zu einer eigenen Batterie des Wesen Gottes“, wird zu einer „einzig Woge.... dem Wesen... dem Namen AOUM gleich“. Die Macht des Schauens wächst, seelische wie körperliche Hindernisse schwinden: „Krankheit, Trägheit, Zweifel, Mangel an Begeisterung, Hängen an Sinnesfreuden“. Das Wiederholen des Pranava, des OM-Lautes – so H. P. Blavatzky – verbunden mit der Selbsthingabe an das Juwel im Lotus, unser göttliches Selbst – Padmapani, Krishna, Buddha oder Christus – „stärkt das Gemüt und erzeugt frische Energie“.

Durch OM schwingt der Fortgeschrittene ein in immer höhere Bewußtseinsbereiche. Ein Gleiches rühmt man der mystisch-magischen Silbe TAU nach.

Zur steten Beherrigung! Nur bei Läuterung der bisherigen Lebensführung und ständiger Hingabe an das GROSSE WERK.

IV.

Erweiterte Meditationsübung mit Glocken-Imagination.

Im Maitreyasitz eine schwingende Glocke imaginieren und im Rhythmus der vorgestellten Schläge das gesummte AUM (auf F oder D) mitschwingen lassen:

Zweimal hintereinander dreimalige kurze AUM-Folge, dann einmal lang ausklingendes AUM.

Demnach auf einer Ausatmung (sofern ohne Zwang möglich) kurz

AOUM-AOUM-AOUM

AOUM-AOUM-AOUM, einatmen und solange Atemvorrat mühelos reicht:

AOUMMMMMMMMMMMMMMM. Immer im Rhythmus des imaginierten Glockentones. Hierauf drei Atemzüge lang schweigend in sich hineinhorchen. In dieser tonlosen Stille lauschen auf die „unhörbaren Schwingungen“, auf den Schöpfungslaut der Allmacht.

AUM erfüllen, wie es im Makro- und im Mikrokosmos – also auch in uns – schwingt.

Das Wahrnehmen des inneren Tones – eine wichtige Tantradisziplin – ist ein „schöpferischer Akt“. Ausschließlich auf diesen Laut konzentriert (Nadabindu Upanishad zufolge), „verschmilzt der Geist mit dem Laut“ und dringt in den Äther des reinen Bewußtseins. Erstes Anzeichen nahenden Gelingens ist ein angenehm klingendes Organ.

Ehe der Laut physisch ertönt, erklingt er – (para, der „feine Laut“, die eigentliche Schwingungsenergie Shivas) – dem Summgeräusch eines Bienenschwarmes gleichend (auch der Buchstabenmystiker kennt dieses mystische Lautphänomen), an der Öffnung des Wurzelchakras, steigt im Zentralnadi der Wirbelsäule auf zum Anahata-Chakra (Herz), Ort des „lebendigen Selbstes“ und des hochheiligen OM, wo der „nicht angeschlagene Ton“ hervorgerufen wird. So wenigstens lehrt es Vishvasara Tantra. Weiter dann nach

oben steigend wandelt die Energie sich zum vernehmbaren Laut. („Sprache, wortloses Schreien... Stöhnen usw.“) Stets aber ist es „das oberste Bewußtsein Gottes“.

Ob es nun sieben oder zehn Wahrnehmungsmöglichkeiten gibt, darüber gehen die Meinungen der Tantriker auseinander. Wahrnehmungen, die den verschiedensten Geräuschen ähneln: „dem Rauschen des Ozeans, Donner, Blitz, Wasserfall, Klirren von Silberketten, einem Bienenschwarm, Rauschen der Blätter, einer riesigen Trommel, schrillum Pfeifen, einer Glocke, einer Flöte, Seemuschel, dem Summen eines Drahtes oder einem Saiteninstrument“. (Omar V. Garrison)

Es wird gesagt, eine feststehende Reihenfolge der Wahrnehmungen des inneren Lautes gibt es nicht. Fest stehe nur, zuerst tönt der Laut stark und voll (Ozeangedröhn, Donnern, Baßtrommel), späterhin wird er musikalischer (Glocke, Flöte, Saiteninstrument); zuletzt erklingen „feine kosmische Klänge“: entfernte Laute wie von Glocken, sanften Harfenklängen oder dem leisen Summen von Bienen.

V.

Japa-Mantra: Bequemer Sitz und rhythmische Atemfolge 7 – 1 – 7 – 1; dann atmen lassen und OM im Geiste hundertachtmal wiederholen.

Blick sodann auf einen Punkt oder eine Kerzenflamme. Den

inneren Laut im rechten Ohr zu erlauschen versuchen. Später dann bei geschlossenen Augen In-sich-hineinhorchen. Mindestens eine Woche hindurch regelmäßig üben.

VI.

Yoni-Mudra: Aufrecht sitzend, Ellenbogen auf ein Kissen gestützt und beide Ohren verschließen; Daumen auf die Ohrenecken der Ohröffnung, Zeigefinger auf den Augen; Lippen zwischen den beiden Mittel- und Ringfinger.

Langsam durch die Nase atmen.

Tantriker stellen in Aussicht, wer OM auf diese Weise in sich hineindenkt, vernimmt, sofern er nur beharrlich übt, das „große Meer der Laute... die im ganzen Universum schwingen“. Shiva und Shakti vereinen sich im Mantriker „in der Seins-Einheit“, die polaren Pole der Schöpfung, das Männliche und das Weibliche.

VII.

Mit OM verbindet sich ein unmittelbares Erlebnis, dieser Überzeugung gibt auch Peryt Shou Ausdruck: „Es zeigt sich gleichsam der Übergang vom natürlichen Eros (Liebe, Trieb) zum Eros-Logos“. Eine den Menschen mit der Gottheit verbindende Kraft tritt in Aktion.

Unser Gewährsmann schreibt vor: Nasenrücken spannen (Nasalflexion) und OM als AUM... n.

Also mit allmählich verklingendem N.

Zugleich Konzentration auf den Achtstrahligen Stern, der im Osten als Mandala, als Meditationssymbol gilt. Er ist der Schlüssel zur Dimension des Empfindens und Erlebens.

Das OM-Esoterium, in rechter Seelenhaltung vollzogen, bewirkt „eine Erweckung des Eros als kosmische Kraft“. Wobei der Nasalflexion großer Wert zugesprochen wird; denn „das angespannte Atmungsorgan ist dann nicht nur Geruchs-, sondern auch Emanationssinn“. Ein innerkörperlicher Verbrennungsprozeß schaltet den Mantriker in das kosmische Feuer. Ein hinter der Atmung wirkendes Lebensprinzip offenbart seine ihm übergeordnete Kraft.

Allein wie Heraklit, der Göttlich-Dunkle sagte: Erkannt wird der Logos erst dann, wenn er vernommen wird. In solcher Sternstunde erwacht das Ich „zum Anblick seines eigenen im Weltlogos verborgenen Ursprungs“. Ein tritt es in die Mitte, eine neue Dimension des Schauens und Erlebens erschließt sich ihm. Kund wird ihm das Geheimnis des großen Sterns der Achtheit in erleuchteter Innenschau. Jedoch diese Verheißung erfüllt sich nur, wenn der Mantriker Om und Achtstern – Mantra und Mandala – reinen Herzens im rechten Sinne zu gebrauchen weiß.

Kein Tag daher, an dem der nach Befreiung Strebende nicht den heiligen Atem-Urlaut, die Silbe aller mantrischen Silben, OM, in sich zu erwecken sucht, damit die göttliche Ursubstanz, das „Urwasser“

(hebr. maim) in ihn strömt. Notwendiger Hinweis: Wichtig ist dabei der nasale Nachhall bei M und N, weil sonst andere, unerwünschte Wirkungen sich einstellen könnten.

VIII.

Nun noch C. W. Leadbeaters Ansicht: Verschiedenartige Betonung und Länge der einzelnen Laute rufen verschiedenartige, zugleich die „Partikel der feinen Körper“ beeinflussende Wirkungen hervor. Auch empfiehlt er, jede Meditation, jeden Studienbeginn mit der heiligen Silbe einzuleiten, denn OM ist das „allmächtige Mantra“. Er verweist auf vier mögliche Wiedergaben:

1. Langgezogener, offener Ton. O und M gleich lang. Wirkt „auf uns gegenseitig“; auf die Umwelt. OOOOOOOOOOMMMMMMMMMM.

2. O sehr kurz-, M desto länger. OMMMMMMMMMMMMMMMM.

3. Als AUM getrennt voneinander. AAAA UUUU MMMM.

4. OM und AUM in verschiedenen Klangstufen singen.

(„In einer Art von arpeggio“)

Welche besondere Auswirkungen die Übungen drei und vier zeitigen, läßt Leadbeater offen.



A-UM



Vertonungsbeispiele.

Mitgeteilt von Therion, Dr. G. Loner und R. Grabow. II.

AUM MANIPADME HUM

Sofern wir der Überlieferung Glauben schenken, flüsterte als erster der der turanischen, der vierten Wurzelrasse entstammende Adept ehrerbietig das heiligste Mantram der Tibeter O M MANI, und nach kurzem Schweigen: PADME HUM. Es entspricht dem von Buddhisten gesungenem Om namo Amitabhaya, dem Japanischen Namu Amida Butsound dem Chinesischen OmiToFo. ...

Neben der heiligen Silbe OM wohl das meist gebrauchte Mantra, gesprochen, gesungen, gesummt, gedacht und geschrieben. Wem kommen da nicht die tibetischen Gebetsmühlen und die Mönche mit ihrem unaufhörlichem Geraune und Geleier in den Sinn? Und die vielen anderen Frommen und weniger Frommen.

Dem Wissenden ist es das Mantra des Avalokitesvara, des Allerbarmers, beinhaltend die höchste Weisheit des Herzens, „die demütig herabsteigt, um das Gift des Todes in das Elixier des Lebens zu verwandeln“.

Mani bedeutet einen kostbaren Stein, Padme: „im Lotus“. Die herkömmliche Formel: O du Juwel im Lotus. Eine Übersetzung, die Madame Blavatzky als „nahezu sinnlos“ verworfen hat, vielmehr weist das Mantra auf „eine Beziehungsnahe, auf die unaufhörliche Vereinigung zwischen dem Menschen und dem Weltall“, das sieben verschiedene Arten und Möglichkeiten verschiedener Anwendungen auf ebenso vielen Plänen des Gedankens und der Handlungen in

sich birgt .

Die Auslegung Govindas: Mant: Juwel des Geistes, Symbol des höchsten Wortes, der geistigen Entfaltung, des Heiligen und Reinen (poetischerweise als Tautropfen im Lotus interpretiert), versinnbildlichend auch den „Stein der Weisen“ und die „Prima Materia“, strahlendes Juwel des „erleuchteten Geistes“, bodhi-citta. Das Begrenzte sprengend, ins Unbegrenzte vorstoßend, um Samsara zu entrinnen und Nirvana zu erreichen, gemäß der Lehre des „Demantenen Fahrzeuges“. Vorausgesetzt jedoch, daß die Umkehr vollzogen, das gefundene Juwel zum Stein der Weisen geworden, der das Erleuchtungsbewußtsein – bodhi citta – erweckt, sterbliches Bewußtsein in unsterbliches wandelt und den Kreislauf der Geburten stille stehen läßt. Abgewandt den Blick vom Reiche der Materie, das ihn gefesselt hielt, erschaut der Erweckte im Alaya-Bewußtsein die „Keime aller Gestalten... die Urbilder aller Formen“. Es nahen sich ihm in der Meditation die Dhyani-Buddhas, „zeitlose Urbilder des menschlichen Bewußtseins“, die nichts zu tun haben mit dem historischen Gautamo. Errungen sind Erlösung und Unsterblichkeit. Erreichbar nur „im Lotus des eigenen Herzens“. So lautet nach Govinda die erste Lehre des OM MANI PADME HUM.

Andere Eingeweihte schreiben dieser heiligsten aller östlichen Formeln, deren jede Silbe eine geheime Kraft in sich birgt, sieben verschiedene Bedeutungen und Wirkungen zu, je nach Intonation

und Rhythmus.

Om (das „eine Maske ist“) und Om mani padme hum verbindet eine geistige Verwandtschaft mit kosmischen Kräften, sofern man weiß, wie diese Silben auszusprechen sind, ob „zwei-, drei- oder mehrsilbig“. Auf deren natürliche Verteilung und Ordnung kommt es an. Die Om-mani Formel ist das geometrische Äquivalent der Harmonie von Farbe und Ton, im Einklang mit Mikrokosmos und dem Makrokosmos. Von welchem Standpunkt auch immer betrachtet, stets zielt die Bedeutung auf „Ich bin der ich bin“, stets ist es das „Ich bin in dir und du bist in mir“. In jedem Falle rufen wir zugleich unser Göttliches Selbst an. Schier unbegrenzte Macht wird der heiligen Formel im Munde eines Adepten zugeschrieben, der Profane aber wird gewarnt, sie zu mißbrauchen. Daher wohl verlautet die berühmte Theosophin nichts über die eigentliche Praxis.

Durchschnittsgläubige sprechen ihr Aum-mani-padme-hum mechanisch her und erhoffen sich davon große Glückseligkeit durch eine „glückliche Wiedergeburt im Nub de-watschen“, dem westlichen Paradies.

Das Aum-mani-Mantra, nicht in Silben zerlegt, bedeutet nach einer anderen, nicht weniger bekannten Gewährsmännin – Alexandra David-Neel – „ein Kleinod in der Lotusblüte“. Die Lotusblüte stellt die Welt dar, das Kleinod darin die Lehre Buddhas. Zugleich ist der Lotus Sinnbild des Geistes, absolute Wirklichkeit,

Erkenntnis, Weisheit, Erlösung, Nirvana. Erreichbar durch komplementative Versenkung.

Oder: Das Kleinod ist Nirvana und die Blume mit ihren zahlreichen, die absolute Wahrheit verhüllenden Blütenblättern steht für Samsara, Welt der Illusionen, in der die Unerweckten leben. Das Juwel, „die Perle in der Muschel“, versinnbildlicht auch hier das Höhere Selbst, den uns innewohnenden Gottesfunken.

Dem Gebildeten, der das Mantra in sich in sechs Silben aufzugliedern weiß, ist bekannt, daß jede dieser Silben auf Lebewesen und mystische Farben verweist, und zwar: AUM = weiß und hat Beziehung zu den Göttern; MA = blau und bezieht sich auf nichtgöttliche

Wesen (die Lha-ma-yin, eine Art von Titanen, die den Göttern – diese bekämpfend – ihre Wohnung streitig machen.) NI = gelb und hat Bezug auf den Menschen;

PAD = grün, bezieht sich auf die Tiere;

ME = rot und bezieht sich auf nichtmenschliche Wesenheiten, auf Yigdags, „die pretas der indischen Mythologie“, von gigantischem Körper, bis zur Bergesgröße, und einem fadendünnen Hals, der kaum Speise durchläßt, daher leiden sie ständig Hunger und Durst. HUM = schwarz und hat Bezug auf Bewohner des Fegefeuers.

Hum gilt ferner als „eine Art mystischer Schlachtruf“, ein mystischer Ausdruck des Zornes, der eine „Unterwerfung der

Dämonen und furchtbaren Gottheiten“ bezweckt. Wieder anderen gilt Hum als Laut der Drohung, der Herausforderung und des Zornes, ja sogar der Dämonenbeschwörung. Edler Gesinnte hingegen sehen in Hum eine mantrische Hilfe, die das Böse entmachtet und alle Übel vertreibt, sofern das höchste der Opfer, das einzige Buddha gefällige, erbracht worden ist, das Opfer des eigenen Selbst. Der Opferlaut Hum, abgeleitet von der opfern bedeutenden Sanskritsilbe Hu.

Hum bezieht sich ferner auf den „von jeder die objektiven Dinge betreffenden Vorstellungen“ befreiten menschlichen Geist. Außerdem wird Hum bei bestimmten Meditationen als „innerer Stützpunkt“ sehr geschätzt.

Govinda, für den OM den „Aufstieg zur Allheit bedeutet“, erblickt in der Keimsilbe Hum „den Herabstieg der Allheit in die Tiefe des Herzens“. Der Mensch, der OM in seinem dynamischen Aspekt erlebt „als hl. alles verzehrende Flamme“, befreit sich von der Ich-Illusion und gelangt zur Ganzheit, zur Alleinheit. Erlöst von der Enge der Ichheit durchbricht er die Selbstbegrenzung und wird eins mit dem Unendlichen. Die Geheimnisse des Kosmos erschließen sich ihm.

Aber der Mensch darf nicht unentwegt in diesem Zustande, nicht im Absoluten, verharren. Er bedarf des Ausgleichs. Diesen findet er in Hum, das im Gegensatz zu dem das Unendliche bergende Om

„das Unendliche im Endlichen, das Zeitlose, das Ewige im Augenblick... das Überweltliche im Weltlichen“ ist. Es ist der große Spiegel „der die Leere in den Dingen und die Dinge in der Leere reflektiert“ (Govinda).

Allein zuerst muß Om – „Tor der Erkenntnis“ – erlebt werden, um Hum, „Tor der Verwirklichung im Leben“, zu verstehen. Dieser Umstand erklärt, weshalb Om am Anfang und Hum am Ende steht.

Den klanglichen Symbolismus von Hum erläutert Govinda so: H, der Hauchlaut, ist der Laut des Atems, des Prana, des lebendigen Odems, des Atman.

U, gedacht als langgezogener Vokal, die unterste Grenze der menschlichen Laute einnehmend, stellt den ins Unhörbare übergehenden, im Anusvara ausklingenden Laut der Tiefe dar. Aus tibetischer Sicht „das Tor zum Unhörbaren“, stehend an der Stelle des Schweigens. M, von dem es heißt, jeder mit ihm verbundene Laut wird zum Mantra, „zur verinnerlichten Schwingung, zum inneren Laut“, ist ein nachtönender Verschlusslaut (Verschlusslaut, im Sanskrit Anusvara). Er nähert sich mehr einem „nasalen ng“. Tönend nach innen gerichtet, schwingt er daselbst weiter.

Als Endlaut steht M zwischen Vokalen und Konsonanten. M symbolisiert das Ganze, das Unzerstörbare, das Unveränderliche, die Leere, die Übergegensätzlichkeit. Soll in Sanskrit – dessen Alphabet die Tradition göttlichen Ursprung zuspricht – die mantrische

Natur eines Lautes besonders betont werden, verbindet man die Buchstaben mit dem Anusvara M.

Vielerlei Unklarheit besteht noch über diese mystischen Silben. So übersetzen Autoren, sonst von großem Wissen, wie David-Neel es beklagt, Aum irrtümlich mit dem nichtssagenden Ausruf Ah! und mit Amen.

Desgleichen widersprechen sich die Ansichten betreffs der Wirkung der einzelnen Silben und der ihnen zugeordneten Wesenheiten. Da glauben die einen, bloßes Aufsagen schon erlöse von den Wiedergeburten und führe diese Wesen in Nob dewa tschen, ins westliche Paradies, was andere entschieden bestreiten. Nicht zu unrecht argumentieren sie, soweit es die Götter angeht, seien diese ja ohnehin im Paradies. Auch der Meinung begegnen wir: die Wiederholung der sechs heiligen Silben erlöse den Mantriker von einer oder der anderen der sechs Welten.

Aber nicht alle machen es sich so leicht, zu glauben, das einfache Hersagen genüge bei erlangter Initiation.

Einige schreiben bei PADME HUM langgedehntes E, U und M vor: PADMEEEEE HUUUUMMMMM.

In der Tonlage von F oder D - soll es wie zwei harmonisch schwingende Glocken klingen.

Alexandra David-Neel überlieferte uns ein Ritual, das einen sehr hohen Grad an Vorstellungsvermögen erfordert.

Tibetisches Meditationsritual der sechs mystischen Silben:

AUM MANI PADME HUM.

1. Die den sechs heiligen Silben zugeordneten Wesensgattungen sind mit diesen heiligen Silben zu identifizieren.

2. Gleichzeitig damit ist die jeder Silbe zugeteilte Farbe geistig zu imaginieren.

3. Beim Einatmen durch das eine Nasenloch (welches wird nicht gesagt), wird die Silbe in der Vorstellung in den Körper eingesaugt, beim Ausatmen durch die andere Nasenöffnung schickt man die gewissermaßen auf dem Atemstrom schwebende Silbe weit von sich.

4. Dabei hat man sich in der Ausatemungsphase „während des Wegschwebens der sechs Silben... die Entstehung der sechs Wesensgattungen“ solange vorzustellen, wie der Atem „außerhalb des Körpers bleibt“.

Während des Einatmens wird die so imaginierte Welt in den Körper wieder eingesogen und bis zur Wiederausatmung gehalten.

Einer endlosen Kette gleich kreisen so die Silben ohne Unterlaß durch den Körper des Meditierenden. Als gelungen ist die Übung anzusehen, wenn „die Form der tibetischen Buchstaben“ sich verwandelt und statt der Silben die sechs Welten (natürlich nur subjektiv) wahrgenommen werden und deren Bewohner handelnd dem Übenden vor das geistige Auge treten. Auf diese gewiß nicht

leichte Übungsweise soll es weit Fortgeschrittenen möglich sein, von der Illusion dieser und der anderen Welten sich zu befreien. Ekstatisch versinkt er mit den sechs Formeln und den diesen zugeschriebenen Welten in das „gestaltlose Universum“, in die absolute LEERE, in jenes DAS der mahayanischen Buddhisten.

Eingeweihte, wissend um das Geheimnis der heiligen Formel, hängen nach der letzten, zumeist nach der 108. Wiederholung der Formel, analog der 108 tibetischen Rosenkranzkügelchen, noch die Silbe HRI an. Hri bedeutet in der geheimen Sprache der Lamas das „eigentliche Wesen der Dinge“, deren „absolute Wirklichkeit“.

Für H. P. Blavatzky ist die heilige Formel nicht sechs-, sondern siebenfach, weil, wie dargelegt, das AUM in der Aussprache zweifach ist: A–UM.

Profane freilich begnügen sich mit dem mechanischen Hersagen des Mantra; dem Initiierten, der es innerlich zu erleben sucht, erschließt sich im Laufe der Zeit die wahre Bedeutung und erfährt an sich die durch mantrische Hilfe wirksam werdenden mystischen Kräfte.

TAT TW AM ASI

Ein ebenfalls als sehr wirkungsvoll gepriesenes Mantra. Tat twam asi – auch: Tattvam asi oder Tat tvam asi: „Ich bin du“. Oder im Sinne von: „Gott und ich sind eins“.

Die berühmte Formel der Upanishads, fast so populär wie Om

oder Om mani padme hum, „durch welche an die Wahlverwandtschaft aller Dinge und an die Pflicht des Mitgefühls mit anderen Leben gemahnt werden soll“.

Das SEIENDE (Sät, Tat), das Ding an sich (das nicht begriffen werden kann, sondern – im Sinne Kants – sich nur selbst begreift). Der Logos als „Wurzel alles Denkens“ ist wirkendes Prinzip darin.

Tat ist die absolute Substanz in Einheit mit dem Logos, jenes ICH BIN DIESES, das Eine, aller Dinge Ursache, unzerstörbarer Teil unseres Wesens, der dem großen ES verbunden ist.

Oder wie es Peryt Shou formuliert: „Das Einheitsbewußtsein des Menschen mit der Natur“.

ICH BIN DIESES, die wahre Substanz mit ihrem apollinisch-dionysischen Urwirbel, birgt die Dualität dieser Welt, Ich und Sein, Subjekt und Objekt. Diese Dualität müssen wir überwinden, um aus der erdrückenden Vielfalt der Stoffwelt (Prakriti) zurückzufinden in die Einheit der Substanzwelt (TAT). Ein Drittes gestaltet sich dann aus Subjekt (Ich) und Objekt (Sein) das EINHEITLICHE: DIESES (sanskrit. TAT).

Darin liegt der tiefe Sinn des Mantra: A H A M TAT oder AHAM S A: Ich bin Dies. Oder: „Ich bin ganz DIESES, ganz Objekt vor mir selbst“.

Das M nasal tönend, das S in sä säuselnd, in Dieses scharfer nachhallender S-Laut; bin: mit Vorspann-M, die Dentallaute N stets

nasal, nach innen verklingend.

DIESES in kontemplativer Versenkung innerlich empfinden und erlauschen. – DIES, DIESES, AHAM SA stellt, in der „Hütte“ gesprochen, den Kontakt her zwischen dem ALL-LOGOS, dem Kosmischen Bewußtsein, und dem Christusbewußtsein in uns. Die innere Ojektivierung tritt hier zuerst auf. Kraftströme des Alls offenbaren sich, Sterbliches hat Anteil am Unsterblichen. Sofern das „Wort“ in uns geläutert, die Begierdenglut erloschen ist. Nur so erkennt der zum Höchsten Strebende, „daß in diesem ‘Wort’ ein allumfassender liebender Allgeist sich selber denkt in seinen Kindern“. – AHAM SA gilt im Osten als die Formel des offenbarten Wortes oder Logos.

Das wahre Wesen der Natur ist eine „intellegible Realität“, ist empirisch nicht erfaßbar. Jeder Versuch, das Unbegreifliche vom Verstand her in letzten Tiefen zu ergründen, wäre unsinniges Beginnen, Intellegibles wird der Intellekt nie begreifen. Niemals führt empirisches, reflektierendes Denken zum Wesenhaften der Dinge. Dies bleibt vorbehalten jenem kontemplativen Zustand, der – wie der Vedanta es nennt – aus dem Selbstwissen des EINEN schöpft, das den WELTGRUND umfaßt, das eins ist mit der wahren Substanz der Dinge.

TAT TW AM ASI, das ist der Urgrund, der in sich vereint Subjekt und Objekt, Ichheit und Natur. – Alles dies beinhaltet das urgraue

vedische Wort: Du bist dieses, bist T A T, Objekt, Natur.

TAT – „DIESES“ – birgt das Wesen der Natur, der ganzen Schöpfung. Ausgedrückt auch im Motiv Hansa – A h a n s a (Ahamsa). Von Peryt Shou als das dionysische Motiv der Inder bezeichnet und wie folgt interpretiert:

Aham = ich (ich bin), Sa (oder Tat) = dieses: Ich bin dieses.

In Tat Swam Asi („In allem objektivierst du dich“) erkennt eben Genannter eine Grundformel der Logoslehre, die die höchste Vernunft in uns weckt. Aber nur durch innere Einkehr, durch Umdenken und Unterstellung in den Geistwillen empfangen wir den „Anhauch der höchsten Kraft, die Wahrheit“. -

Aufgabe ist es, die Kluft zwischen dem Ich und dem Du zu überbrücken, um als letztes Ziel SAT zu erreichen, den Zustand höchsten menschlichen Bewußtseins, das Einswerden mit dem Kosmischen Bewußtsein: TAT TWAM ASI.

Ich-bin-dieses – tönend wie Isis, geübt in der „Hütte“ und mit herabgleitenden Bögen – „bewirkt die Selbsterkenntnis des Logos im Menschen“.

Auch in Verbindung mit dem achtstrahligen Stern. Als Mandala gebraucht oder als Funktion des Willenleibes gedacht. Das Mandala jedoch nicht bloß verstandesmäßig betrachten, den Achtstern im Gefüge des Ahamkara nicht nur empfinden, sondern erleben als „das durch alle Erscheinungen sich knüpfende Band des Seins.“

Hinauswachsend über den zergliedernden Intellekt, das „Schöpferische“ in kontemplativer Versenkung zu erwecken versuchen.

Eine andere, gute Übung, dieses „Das bist DU“ zu erleben, die allerdings ein vorzügliches Imaginationsvermögen, eine Bilder zeugende Vorstellungskraft erfordert, ist folgende:

Mit stärkster Konzentration ist ein Mensch zu imaginieren, ein Nahestehender, ein wildfremder, gegebenenfalls einer, mit dem einen alles andere als Sympathie oder gar Liebe verbindet. Diese Person stelle man sich so plastisch, so lebendig wie nur möglich vor.

Steht das so geschaffene Gedankenbild klar umrissen vor dem geistigen Auge, ziehe man mit der Rechten – ebenfalls im Geiste – ein in gelbem Lichte strahlendes Pentagramm, und zwar:

1. Strich, beim Scheitel beginnend, links hinab zur linken Schulter.
2. Strich hinauf zum rechten Auge der gedachten Person.
3. Strich waagerecht hin zum linken Auge.
4. Strich hinab zur rechten Schulter.
5. Strich zurück, das Pentagramm schließend, zum Ausgangspunkt.

Während des ganzen Vorgangs das Gesicht der imaginierten Person in strahlender Helle schauen und halblaut, man-trisch: TAT TWAM ASI! Das bist Du!

So müssen wir in unserer Entwicklung vom Ich zum Ich-bin-Du

gelangen und weiter fortschreiten zum Ich-bin-Dies. Ähnlich dem Sinne von Tat twam asi – „Ich bin dies“ oder „Das bist Du“ – gilt S O HAM.

Dieses kurze Mantra umfaßt das Göttliche wie das Kreatürliche; es bezieht sich auf alles, was fühlt und denkt und handelt in der diesseitigen Welt und in den außerirdischen Daseinsebenen. Es beinhaltet die zum Nachdenken zwingenden Worte: „Ich bin e r“.

Eins bin ich mit dem Göttlichen, eins mit jeder, und sei es die geringste, die verwerflichste Kreatur.

Bezeugt von einem großen Weisen, hingestreckt von einem politischen Fanatiker. In seinen letzten Erdenminuten noch gebot er der empörten Menge Einhalt. Verzeihend entrang es sich seinem Munde, als sie den Mörder zu lynchen drohten: „So Ham“. Er ist ich!

Fühlten, handelten doch alle jederzeit so christusgleich. Sagten sie doch in jeder nur erdenklichen Situation: So Ham – Tat twam asi. Überall dort, wo Mensch dem Menschen gegenübersteht; und nicht nur die sich Liebenden; auch dort, wo Hassender dem Hassenden begegnet, Unterdrücker und Ausbeuter dem Unterdrückten und von ihm Ausgebeuteten, und alle jene, die auf den weltweiten Feldern des Mordes, der blindwütigen Zerstörung, sich gegenseitig hinzumetzeln trachten, Wehrlose töten und verstümmeln, Menschheitsgüter brutal vernichten – alle, alle, die Irgeleiteten, noch blind einem dämonischen Weltenwillen verfallen.

So ham, „ich bin er“, „kein Unterschied zwischen mir und Dir“,
oder Sa ham, „ich bin Sie“: spreche jeder es aus, erlebe jeder sich im
ändern, und nicht nur im Menschen, in jeder Kreatur!

Sprechen wir es unablässig aus, solange, bis wir endlich inne
werden des innersten Sinne von Tat twam asi: Das Göttliche bin ich,
es ist mein innerster Wesenskern. Und dieses mein wahres ICH ist
eins mit IHM, eins mit Savitri, Ishvara, oder wie die Namen alle
heißen mögen, eins mit dem VATER, dessen Reich nicht von dieser
Leid durchzuckten, blutgetränkten Welt ist.

SO HAM SA HAM

TAT TWAM ASI.

AHAM BRAHMA

Die mantrischen Formeln lauten:

AhamBrahma,

Aham Brahm (oder Brahma) a s m i.

(A – ham – brah – ma – as – m i)

Bedeutend: Ich bin Brahma (oder Brahman). Ich bin Geist, bin eins mit der göttlichen Urkraft. Bejahend so die Wesenseinheit des wahren Selbst des Menschen mit der Gottheit.

Verweilend im Buddha- oder im Ägyptischen Sitz sind die Gedanken zu richten auf das Höhere Selbst, auf den der Gottheit verbundenen göttlichen Funken in uns. Im Sinne des Bibelwortes: Ich und der Vater sind eins. Die erwachende „Substanz“ im Unbewußten der menschlichen Wesenheit.

In tiefer Kontemplation versunken, erfülle den Mantriker die Allgegenwart des GÖTTLICHEN URGRUNDES und die Sehnsucht, aufzugehen in IHM, einzuwerden mit dem KOSMISCHEN BEWUSSTSEIN. -

Im gleichen Sinne: Sat Chit Ananda.

Göttliches Sein – höchstes Bewußtsein – Leidbefreite Seligkeit. Die Göttliche Dreiheit, die drei Aspekte des P u r u s h a, des Atman, sowie des Göttlichen im Menschen.

SAVITRI

Bequemer Sitz. Lotos- oder Ägyptischer Sitz. Vor allem: aufrechte Haltung!

Wenn möglich, im Anblick der Sonne. Zugleich im Innern die geistige Sonne als aufgehendes Gestirn schauen.

Nach völligem Stillewerden leise das Mantra einsprechen:

Aum! tat savitur varenyam

B a r g o

Desvasya dimahi

Dhio yo na pratyodayat

O! (Steht hier für das Absolute)

Dieses Mantra wird mit Savitri (die göttliche innere Sonne) eingeleitet und beendet.

Über die Bedeutung des Mantra meditieren: Möge die göttliche Savitri das Dunkel meiner Seele erleuchten.

Dabei unausgesetzt vor sich die Sonne und den inneren Blick auf Savitri, die Sonne in uns, gerichtet.

GAYATRI

Gayatri ist eine Anrufung des SONNENLOGOS: dabei entströmen unserem Tagesgestirn Lichtwellen, gleichviel in welcher Richtung man steht. Desweiteren vernehmen wir: Diese Wellen sind von strahlendem Weiß, haben goldglänzende Ränder, untermischt mit Elektrisch-Blau. Sie strahlen kegelförmig, siebenfältig in den

Farben des Spektrums. Das Prisma, durch das sie strömen, ist gewissermaßen der sich ihnen hingebende Mensch. Sie strahlen nicht nur ein, sie strahlen auch aus vom Herzen, Gehirn oder sonst einer wichtigen Körperstelle; beständig sich dabei fächerförmig erweiternd.

Manch anderes noch wird diesen Lichtwellen zugeschrieben. Unter anderem verbreiten sie sich nicht kreisförmig, sondern in Blickrichtung des Mantrikers im Halbkreis. Bisweilen verdichten sie sich bis zu einem blendenden, wie lebendig erscheinenden Lichtpunkt. Kommt ein solcher Strahlenpunkt in die Nähe eines Menschen, so berührt er blitzschnell dessen Herz und Gehirn, die gleichfalls eine zeitlang erglühen. „Bei ungezählten Menschen der Reihe nach“. Darüber berichtet C.W. Leadbeater. „Als wir den Versuch bei einer eng gedrängten Menschenmenge machten, fanden wir, daß sich die Strahlen scheinbar in die Menge teilten, wobei jeder einzelne Strahl nur auf die umstehende Gruppe einwirkte und die übrigen Gruppen unberührt ließ“. –

Eingeleitet wird das Ritual mit OM und der Aufzählung der drei Welten, der physischen, der astralen und der mentalen Welt.

Beim Aussprechen der drei Welten, so wird gesagt, scharen sich die diesen zugehörigen Engel (Devas) begeistert um den Mantriker, um die Arbeit auszuführen, die ihnen durch das Singen des Mantra geboten ist. Auch die in uns schlummernden guten Anlagen werden

geweckt und gefördert.

Das Gayatri-Ritual (nach Prof. Paul Deussen):

1. Verehrung durch das Heilige Wort, den Pranava OM.
2. Verehrung durch die drei Vyahriti's, die drei Welten (physische Welt, Astralebene, Mentalebene) B h u r – Bhuvah – Svah.
3. Verehrung durch die Savitri-Strophe:

Tat savitur varenyam:
Den Lieblichen des Savitar,
Bhargo devasya dhimahi:
Des Gottes Glanz laßt ehren uns;
Dhigo yo nah pracodayat:
Er möge fördern unseren Geist.

Surya ist die sichtbare Sonne, Savitri ist der SONNENLOGOS, „das belebende und anfachende Element“.

Ähnlich das von Therion gegebene Ritual, nur lautet bei ihm die letzte Zeile: Dhiyo yo na pratyodayat.

Das Ganze sinngemäß deutsch und logistisch skandieren:

„O! Laßt uns fest über das anbetungswürdige
Licht der göttlichen Savitri (der inneren
Sonne) meditieren.
Möge sie unsere Seele erleuchten“.

BRAHMANISCHES MORGENGEBET

Arme der Sonne entgegengestreckt, um dem Baume gleich, wie es im Veda heißt, den Tau des Morgens zu trinken. Mantra:

O, ihr Wasser! Ernähret und befruchtet mich (uns)
mit der lebenspendenden Essenz.

O, ihr Urwasser, nähret mich (uns) mit jener Nahrung,
an der die Bäume gedeihen.

O, ihr Urwasser führet mich (uns) zur Wiedergeburt.

Nicht irdisches Wasser ist es, mit dem der Meditierende sich verbindet, sondern es ist die pranische Essenz der Urenergie, oder esoterisch ausgedrückt, gemeint sind die „Wasser des ewigen Lebens“, die „Urfeuchte“, die „jungfräulichen Ur- oder Lebensstrahlen des Alls“.

HARE RAMA

Der Übende stelle sich in seiner Imagination Buddha, Christus oder sonst einen hohen Eingeweihten vor, einen geistigen Führer oder erleuchteten Meister, dem er sich besonders verbunden fühlt.

Steht das Bild deutlich vor seinem geistigen Auge, wiederhole er drei- bis fünfmal – eventuell nach Noten singend: Hare Rama.

Versunken in andächtiger Betrachtung, erbitte er Erleuchtung, strebe er nach erderlösender Vereinigung. Kontemplativ in diesem Zustand verweilend, sei er sich ferner bewußt:

Die Dynamik des schöpferischen Wortes sublimiert den materiellen Körper und schafft den verklärten Substanzeib, Sehnsuchtsziel jedes echten Mystikers.

ASATA MA SATGAMAYA...

Asata ma sat gamaya

Tamaso ma jotir gamaya

Mriyora ma amrita gamaya.

Vom Unwirklichen führe mich zum Wirklichen;

Aus der Finsternis führe mich zum Licht;

Vom vergänglichen Sein führe mich zur Unsterblichkeit.

Diesen der Bridhadaranyaka entlehnten Spruch fand ich in theosophischen Kreisen als sehr geschätztes Meditationsmantra. Auch von Dr. W. Lindenberg empfohlen.

DER „SPRUCHKÖNIG“

Das große Mantram einer älteren Vishnu-Sekte:

Ugram viraṃ maha – Viṣṇum

Ivalantam, sarvatomukham

Nrisinham, bhishanam, badram

Mriyū, mriyūṃ namamy aham.

Der schrecklich, mächtig, große Vishnu

Flammend nach allen Seiten ist.

Als Mannlöwen, furchtbar und hold

Als Todes Tod verehr ich ihn.

Übersetzung nach Deussen.

Weniger kommt es hier auf den gegenständlichen Sinn dieser Zeilen an, vielmehr ist das Hauptaugenmerk auf die vielen M-Laute zu richten, die tönend wiederzugeben sind. Die Aufgabe des Mysten liegt darin, die erweckten N-Wellen zu hemmen und den durch die Füße einströmenden Erdatem, wichtiges Lebensprinzip, zu beherrschen.

AHIMSA

Ahimsa, von Gandhi propagiert und striktens befolgt, bedeutet in seinem esoterischen Aspekt: Widerstandslosigkeit, Tun ohne jede Gewalt, niemanden schädigen, keine Kreatur töten. Erstes Gebot von Yama, oberstes Gesetz bei Hinduisten und Buddhisten.

Esoterisch gesehen weist es auf Einswerden mit dem großen Weltenrhythmus, mit dem Reiche der Sphären oder Himmeln, deren Resonanz auch in Ahimsa tätig wird. In den Grundlauten schwingen die Resonanzen der Himmelssphären, sofern logistisch entsprechend intoniert, vorzugsweise wenn nach dem nasalen M, wie im Indischen üblich, ein leises N mitschwingt.

Setzt man einleitend Om vor Ahimsa, dann entsprechen die fünf Laute den fünf Tattwas, aus denen ja das 'Wort' besteht.

Ahimsa, nach Peryt Shou ein Abstimmungsmotiv, gilt als „Wort der Vierheit der Grundschrwingungen“, deren Lautteile dem 'Ton' der

Weltseele an den vier Enden des Himmels entsprechen. Bergend den Urrhythmus des Werdens, grunddessen Brahma das materielle Universum festigte. Im esoterischen Christentum ist es Jäh – im – onon – sä eh, ebenfalls hinweisend auf die „Weltecken“ Stier, Löwe, Skorpion und Wassermann. Chaldäischer Esoterik zufolge spenden sie die vier göttlichen Essenzen, „aus denen das Blut des Menschen gemischt wurde“. Ihre Eigenschaften wirken im Prana, das der Yogi allmorgendlich rituell in sich aufnimmt.

Unser Gewährsmann sieht in Ahimsa einen Resonanzakkord, der die Schwingungssphären des materiellen Atoms im Innern des Menschen mit den kosmischen Sphärenwirbeln im All verbindet.

Ahimsa, den Weltrhythmus bergend, das Urlicht, führt zur Unterscheidung. „Die substantielle wesenhafte Welt“ enthüllt sich dem Mantriker bei Erfüllung der unabdingbaren ethischen Regeln. Selbstbeherrschung und Gewaltlosigkeit als erste Vorbedingung.

Ahimsa schaltet als „tönende Säule“ den ganzen Menschen ein, verwandelt und führt empor. Ausgehend vom siebenfachen Drüsensystem ergreift es die stoffliche Natur und erweckt den geistigen Menschen. Praxis:

A h i: Langes I, nasaler Ton, Konzentration auf die Zirbeldrüse. (Anfangs zwecks Kontrolle Hand auf den Scheitel)

m: nasales N mit Kinnresonanz. Ton abwärts zur Brust leiten. Vibration prüfen. Hand aufs Kinn.

m zu N beugen und Körper langsam aufrichten. Brust- und Magenzone betonen.

s a: scharf (wie dsa, d verschärft den Dentallaut S). Konzentration mit Atemhinlenkung zu Hüften und Füßen. (Hände vorerst kontrollhalber in den Weichen)

Mantras: „Ahimsa, mein Wille durchdringe mich ganz und bewahre mich im Namen der selbsterschaffenen Kraft“.

„Om Ahimsa, ich bin eins mit der Allkraft“.

Lautlich verwandte Motive sind A h a m s a und Am am – sah. Letztgenanntes gilt als Formel des geoffenbarten Logos oder Wortes; gleichbedeutend mit: Ich bin dies. Zu sprechen in der „Hütte“.

Ahamsa birgt den intellektuell nicht zu fassenden Sinn eines höheren Bewußtseins. In ihm „setzt die Gott-Substanz (Tat) ihr Werk fort“. Ahamsa fesselt den Eros.

Ähnlich die Hamsa – Übung:

H a m mit adlerartig gespannter Nase (Garudasana) Bogenbildung in Hütten-Einstellung.

m durch Nasalation wieder in den N-Laut übergehen lassen. Diesen Vorgang im Körper bewußt erfühlen.

Während der H a m... n-Intonation gleiten die Arme mit den gedachten Konsentbögen langsam den Körper hinab.

Desweiteren: o m – m – n; om – namo – om – mani. Bei Om den

Atem von dem hinteren Teil des Halses kräftig ausstoßen, und dabei Mund allmählich schließen.

Zurück zur Ausgangsstellung, erneutes Herabführen der Bögen, in tiefer Versenkung das Mantra: Ich bin die s.

Dies mit scharfem, nachhallendem S-Laut. I steigert die Resonanz des inneren Wortes, vorzugsweise, wenn in der „Hütte“ gesprochen. Eros setzt sich in Logoschwingungen um, der Kontakt mit dem jenseitigen Guru festigt sich. Doch Vorsicht! Zu leicht kann sich ein dunkler Mahatma melden; denn den Brüdern des Lichtes handeln entgegen die des Schattens.

HAONSA

Han-sa, Ha-on-sa, Om-Ha-on-sa: „dionysisch-apollinisches Urmotiv“, laut Veden wird in ihm der Logos als Ton vernehmbar.

Ha-on-sa (im Griechischen entspricht ihm Di-on-ys), in sich zum Schwingen gebracht, erweckt den „Wurm“, das Wurmfeuer, und der Kampf beginnt. Kundalini muß sublimiert und beherrscht werden durch Einswerden mit dem Logos. – „Vom Eros zum Logos, von der Materie zur ‚wahren Substanz‘ „, (Peryt Shou)

Ha-on-sa vermittelt einen beständig tönenden Rhythmus. Im Zustand der Selbstobjektivierung durchschwingt dieser in dreieinhalb Mören (kleine Zeiträume) den Körper. Man denke Ha-on-saa in sich hinein und zähle im Geiste 1 – 2 – 3 – 1/2. Der Nachhall sollte sich bereits innerhalb dieser Zeiträume in den Füßen bemerkbar machen.

Die logistische Aussprache aktiviert wichtige Zentren. H a (auch als H j a) die Zirbel, o n (oder o n d) das Sonnengeflecht, sa wirkt auf das Scheitelsensorium sowie auf Hände und Füße. – Außerdem symbolisieren diese drei mystischen Silben: Hingebung (Jupiter), Sanftmut (Venus) und Standhaftigkeit (Saturn).

Für die Praxis gelten ergänzend die bekannten Unterweisungen bezüglich der Stab- oder Bogenübung.

Der Yogi versteht es, sein subjektives Ich vollständig in den angerufenen Logos (Om-Ha-on-sa) zu versenken. Die niedere Natur wird mehr und mehr zurückgedrängt und allmählich stellt sich die Verbindung mit dem kosmischen unvergänglichen Selbst her. Der Yogi, der in sich den Ha-on-sa-Rhythmus erweckt, „geht in den ewigen Rhythmus des Seins, des großen ‘Hansa’ über“.

Der göttliche Blitz der Kassioपाia

O m, Java Kusum samkasham Kashapejam mahadyntim. „Om, ich beuge mich vor dem Schöpfer des Lichtes, der hinwegnimmt alle Irrungen, dem Besieger der Finsternis, dem großen Blitz der Kassioपाia“.

In geistiger Hinwendung oder im direkten Anblick des Sternbildes logistisch intonieren.

Die W-Form der Kassioपाia, ähnlich dem Blitz, ist das Symbol einer geistigen, zündenden Welle, mit der sich der Mantriker verbindet, um einen bestimmten höheren Schwingungszustand zu

erlangen.

AUMSHIVAYA VASHI

Nach Therion drückt dieses Mantra – das logistisch zu sprechen oder nach vorliegenden Noten zu singen ist – „den ganzen Lauf des Universums aus, von der Null durch das Endliche zurück zur Null“.

Wobei das Ruhe bedeutende „shī“ den „absoluten oder männlichen Aspekt der Gottheit“ beinhaltet, das energieerfüllte „va“ „die manifestierte oder weibliche Seite der Gottheit“ darstellt.

Tat - twam - a - si - si

Ha-re Ra-ma

A - ham - brah - ma - as - mi as - mi

Ma - ha (m)ri - tü - un - dja - ü - a - a

(h) I - A - O I - A - O

Vertonungsbeispiele.

Mitgeteilt von Therion, Dr. G. Lomer und R. Grabow. I

Heilmantras

Was ist Gesundheit? – Harmonisches Zusammenspiel aller Lebenskräfte. Diese – tätiger Ausdruck bestimmter Ideen, wirkend aus dem HÖCHSTEN SEIN, – offenbaren sich im richtig gebrauchten Mantra. Sprachelemente also, „Resonanzen einer verborgenen Allkraft“. Und jedes Tonelement des Logos ist die Resonanz einer mit ihm korrespondierenden kosmischen Welle. Neugestaltend schwingt diese göttliche Kraft im erkrankten Organ, erfaßt heilbringend den ganzen Körper, bewirkt den Kontaktschluß mit dem GÖTTLICHEN LEBEN, mit der heilenden Macht des Alls, die „Erlösung, Erleuchtung, Friede, Unsterblichkeit, ewige Seligkeit“ verheißt.

Mag solch begeisterte Zuversicht jener von der Macht des Wortes Überzeugten übertrieben erscheinen, fest jedenfalls steht: Mantras bergen große Heilkräfte für Gemüt und Leiblichkeit, für wirkungsvoller oft erachtet als Ultraviolette- und Röntgenstrahlen.

Als das wohl „klügste System von Innengymnastik, das es gibt“, bezeichnet ein Fachmann bereits schon richtiges Sprechen und Singen.

Daß unsere Aura auf den Ton anspricht, bestätigte mir erst vor kurzem eine Sängerin, deren psychologisch sehr aufgeschlossene Lehrerin merkt, wenn „die Aura... bei gewissen Tönen nicht regelmäßig schwingt“; bescheinigt von einer Damen, „die die

menschliche Aura sieht und malt. Sobald ein Ton gequetscht war und dadurch nicht regelmäßige Schwingungen erzeugt hatte, vibrierte der obere Teil der Aura nicht mehr“. Beide Beobachterinnen sagten es immer gleichzeitig, die eine gefühlsmäßig, die andere kraft ihrer Schau.

Vom Vorhandensein einer kosmischen Lebenskraft, „die der Mensch auf der Wellenlänge des Alls in bestimmten ehrfürchtigen Stellungen einatmen und schenkend ausatmen kann“, war der kraft Biomagnetismus und Mantras heilende Arzt, Dr. med. Josef Gemassmer, überzeugt.

Ein anderer wieder erklärt: „Der in Schwingung versetzte Tonäther (bindet) kosmische Schwellkraft“ sowie „den Äther unserer Vorstellungsbilder und hält ihn für gewisse Zeit“. Auch die Vorstellung von Gesundheit und Kraft.

Im Einklang mit den stets allgegenwärtigen Lebenskräften lassen Mantras die Zirbel aufleuchten, leiten die Heilstromkraft durch die Füße in den Körper und beleben den „Fühlraum der Hände“. Zugleich verstärken sie die im Menschen tätige magnetische Strahlkraft. Nichts näherliegender, als sich hingebend der metakosmischen Urstromkraft durch Mantras zu öffnen.

Nach tantrischer Anschauung stimmt jeder Buchstabe mit der Grundschiwingung eines ihm adäquaten Organs überein. Ganz natürlich daher, daß Mantras das Körpergefüge in hervorragendem

Maße beeinflussen. Agrippa von Nettesheim, fußend auf Celsus, verweist auf die sechsunddreißig Heildämonen der Ägypter, analog den sechsunddreißig Tierkreisdekanen. Jedem unterstand eine besondere Körperzone. Angerufen mit seiner ihm zugeordneten Zauberformel – ein Mantram in gewissem Sinne – übte er einen gesundungsfördernden Einfluß auf dem seiner Obhut anvertrauten Körperteil aus. Die heilende Macht des Logos, die Wortkraft, ist wohl mit das älteste Heilverfahren.

Was Vokale für die Gesundheit bedeuten, beweist uns die Praxis der Vokalatmung. Von deren hohen Heilwirkung und dem wichtigen Anteil der Konsonanten hierbei als „Mitschwinger und Beschwinger“ ist Dr. med. Ludwig Schmitt überzeugt. Vokale sind pflanzlichen und mineralischen Medikamenten überlegen. Sie setzen Leib, Seele und Geist in erhöhte Schwingungen „und jedes Körpers einzelne Zelle“. Ein jeder, der sich dieser beglückenden Wahrheit nicht hartnäckig verschließt, kann diese Therapie des Lautes wie des Tones anwenden. Nachdrücklich aber verweist Dr. Schmitt (für den die „Heilwissenschaft vom Wort“ den Alten aus ihrem Wissen vom Ton her erwuchs), darauf, daß der Ton als lebensbeschwingter Atem nur den heilt, „der soweit in sich und seiner Art und seiner Schwingung, seinem Wissen darum, seinem Wesen darin gekommen ist, daß er selbst mittun kann und will und wirklich naturnahe mittut“.

Von der „königlichen Art des Tones, der nur dem Meister seiner

selbst“ gehören kann, der aber niemals Gemeingut der Massen werden wird, spricht hier der aufgeschlossene Arzt.

Wodurch jedoch niemand sich zurückgesetzt noch bevorzugt fühlen darf. Maßstäbe, die jeweils die Gesellschaft setzt, gelten hier nicht. Der Geringgeborene muß nicht notwendigerweise zur breiten, gedanken- und willenslosen Menge zählen, der mehr als man annimmt, Namen von Rang angehören. Nicht soziale Unterschiede noch akademischer Grad oder sonstweiche Vormachtstellung in der Welt da draußen entscheiden hier. Entwachsen der von Demagogen formbaren Masse ist er Meister seiner Innerwelt. Geleitet von einer anderen Gesetzmäßigkeit offenbart sich ihm höheres Naturgeschehen und befreit ihn von der Last, die Erdensein uns aufbürdet. Einmal Meister seiner selbst, wird er auch Meister des Lauten und des Tones. –

Bestrahlt man die Moleküle der Mitochondrin mit entsprechender Tonfrequenz, berichtet Dr. Leo Baranski, ein kalifornischer Wissenschaftler, dann antwortet das Organ mit einer größeren Energieabgabe, was eine „un glaubliche Geistes- und Körperstärke“ zur Folge haben soll. Die Mitochondrin, ein Organ von Fingergröße im Oberteil der Wirbelsäule, ist Produzent der sich über den ganzen Körper verteilenden ATP (Adenosintriphosphorsäure), deren Moleküle die Vitalkügelchen der Sonne oder Photone aufnehmen und in der Nahrung speichern.

Nicht geradlinig wie das Licht pflanzt sich der Ton fort, sondern kugelig, was – so Dr. Schmitt – „eine kubische Art der Schwingung und Durchdringung der einzelnen Organe“ ermöglicht. Was wohl die Alten veranlaßt haben mag, „irgendeine Stellung einzunehmen, die das kranke Organ frei den Wellen des nun herankommenden Tones preisgab und somit in die gewollte Schwingung versetzte“.

Bei der sogenannten „Antönung“ – auf die wir noch zu sprechen kommen – und beim Magnetisieren in Verbindung mit Runen ist ähnliches der Fall.

Zurecht beklagt sich Dr. Schmitt über die heutige Ablehnung, „mit Ton und Tonwellen mehr zu heilen als uns sichtbar und greifbar ist“. Für den starren Rationalisten, für Mediziner, wie sie noch immer die Orthodoxie der Universitäten prägt, ist es eben unfasslich, daß „die Schwingung der einzelnen Töne und Tonhöhen auf die Zellen der einzelnen Organe einwirken soll“, ja sogar auf die Haut und die Muskulatur des Gesichtes.

Für den Mantriker durchaus nicht abwegig. Er pflichtet dem wissenden Arzt bei: Gleich „wallenden Wellen von wechselnder Weite und Wucht“ wirken Vokale im Menschen. Nicht minder erkennt er die Notwendigkeit kontemplativer Versenkung und stimmt hierin einem anderen Arzt, dem Yogi Sivananda zu:

„Die heiligen Schwingungen der Meditation durchdringen alle Zellen des Körpers und üben einen segensreichen Einfluß auf

Bewußtsein, Nerven, Organe und Zellen aus. Ständige Meditation bewirkt beachtliche Veränderungen im Gehirn und Nervensystem. Alte Zellen werden abgebaut und durch neue ersetzt, die jung und kräftig sind. Durch ständige Meditation vollzieht sich im Laufe der Zeit eine vollkommene Umwandlung des ganzen Zellenstaates, und der Körper wird immer aufnahmefähiger für die unendlichen Kräfte kosmischer Energie. Das ganze Denk- und Nervensystem erneuert sich. Ein Yogi, der regelmäßig meditiert, erlangt schließlich magnetische Kräfte, die er dann zum Wohle seiner Mitmenschen in Anwendung bringen kann!“ – Dadurch reifer geworden in seiner Entwicklung, gelingt es ihm im Laufe der Zeit, Kundalini zu wecken, um sie, bewußt rhythmisch atmend, zu allen Teilen seines Körpers zu lenken, wo sie sich umwandelt in Nervenkraft und Energie.

Im harmonischen Zusammenspiel von bewußter Vollatmung, Buchstabenlautkräften, Ton- und Mantragewalt, Gedankenmacht und überbewußtem Wirken sowie metakosmischen Imponderabilien überwindet der Mantriker körperliche und seelische Disharmonien.

Daß Gesundheit selbst dort noch möglich, wo Arzt und Arzneien versagen, wo natürlicher Verlauf jede Hoffnung schwinden läßt, beweisen begnadete Geistheiler. Mag es leider nur sehr, sehr wenige geben, die sich mit recht als solche bezeichnen dürfen, jedenfalls ist die Tatsache geistiger Therapie unbestreitbar.

Dr. Kurt Trampler, kein studierter Arzt, heilte Krankheiten und

Gebrechen, die oft jahre-, mitunter jahrzehntelang ärztlicher Kunst gespottet hatten. Gleichviel, ob im persönlichen Kontakt mit dem Hilfesuchenden oder auf jede beliebige Distanz. Aber nicht nur Menschen, gleicherweise auch Tiere. Was den billigen Einwand „Suggestion“ gegenstandslos macht. Ebenso war es ihm möglich, durch bloße Einstellung auf den Leidenden, den Herd des Übels am eigenen Leibe zu erfühlen. – Dabei wies Dr. Trampler die oft geäußerte Behauptung von sich: Er heile, von ihm ginge eine außergewöhnliche Kraft aus. Dr. Trampler betrachtete sich lediglich als Mittler, als eine Art Katalysator.

Für ihn war es die „planbeseelte Kraft Gottes“, die in zwei großen Strömen wirksam wird. Gesteuert wird die beseelte Form durch die Entelechie, eine „immaterielle Gestaltungskraft“, Ausfluß des übergeordneten Willens der „lebendigen Substanz“. Es ist der Gestaltungswille, der Träger zielstrebigter Wirksamkeit. Jedem lebenden Geschöpf wohnt diese unbeirrbar lenkende Schöpfungskraft inne. Falsches Verhalten, disharmonische Lebensweise, Umwelt und so weiter blockieren die entelechische Macht in uns. Die Folge davon ist Krankheit.

Glücklicherweise ist der zweite Aspekt als göttliche Heilstromkraft jederzeit gegenwärtig und beseitigt alles, was die Entelechie in ihrem Wirken stört und spendet neue Lebenskräfte.

Nur ist der Mensch zumeist von sich aus nicht imstande, die

Heilkräfte aus einem anderen Naturkontinuum aufzunehmen, weil er als Empfangsgerät nicht gestimmt ist. Deshalb bedarf er eines Heilers, eines die göttlichen Kräfte vermittelnden Kanals. Natürlich muß er dabei mittätig sein.

„Wenn wir eine geistige Heilung erstreben – erklärt Dr. Trampler – müssen wir unsere Gedanken bewußt auf die allgegenwärtig von Gott ausgehende Urkraft alles Lebens einstellen und ohne jeden Vorbehalt die lenkenden Kräfte des Schöpfungsplanes in uns wirken lassen“. *)

Wesentlich dabei ist die geistige Einstellung. Eine weitere Hilfe ist die entsprechende „körperliche Schaltung“. Zwei große „Antennenäste“ ermöglichen es, Kräfte „aus der nicht materiellen Umwelt aufzunehmen“. Als wesentlich erachtet Dr. Trampler die von der Kopfmittle bis zu den Füßen reichende Körpersenkrechte und den von einem Arm zum anderen sich erstreckenden Antennenteil. Bei besonderer Betonung von Händen und Fingern.

Wie nahe ist hier der geniale Heiler dem Runen- und Mantrayoga-, nur das seine erwachte Wesenheit dieser für uns so notwendigen Stütze nicht mehr bedurfte. –

Die seitlich ausgebreiteten, über den Kopf erhobenen Arme, bekannt als Manrunenhaltung im Runenyoga, symbolisieren den „Becher des heiligen Graf“. Die Arme aber müssen sich in der Ebene
*) Dr. Kurt Trampler: Gesundheit durch den Geist.

der Wirbelsäule befinden, was auch zu beachten ist beim Herabführen seitlich an der „Hütte“.

Vorbedingung jeder geistigen Heilung ist und bleibt die richtige Einstellung. Erblicke also niemand in den Heilmantras billige Zauberworte, die, gedankenlos gebraucht, ohne eigenes Zutun Wunder wirken nach Befehl und Wunsch.

Um die latenten Körperkräfte zu aktivieren, um ihnen neue Lebensströme zuzuführen, müssen die durch Mantras ausgelösten Schwingungen in uns lebendig werden. Was aber nur derjenige erreicht, der nicht bloß ganz bei der Sache ist, sondern der zugleich seinem Leben eine neue Richtung gibt.

Und nie Ungeduld zeigen, niemals etwas erzwingen wollen! – Lautlose Stille weiche der Unrast des Tages, dankbar vertrauensvoll einem höheren Willen ergeben. – „Dein Wille geschehe!“ – In diesem beseligenden, gottnahen Zustand entfaltet das Heilmantra seine ganze Kraft. Einschwingend in die unendliche Harmonie des Alls wird der Mensch aufnahmefähig für die subtilen Schwingungen der Mantra-laute, für die höheren Frequenzen geistiger Töne.

Möge sich Vivekanandas Wunsch erfüllen: „Möchtet ihr alle Mantra-Yogis mit Mantrakraft werden. Möchtet ihr alle Wohltäter der Welt werden, in dem ihr ‘Göttliche Heiler’ durch Mantrakuren werdet. Möchten in der Welt Mantrakuren und Göttliche Heilzentren entstehen!“

MAHA MRITYUNJAYA

Als Heilmantra gerühmt. Von ihm heißt es, es heile unheilbare Krankheiten, verhüte Unfälle und schenke langes Leben, ja sogar Unsterblichkeit; denn es erleuchte und vereinige mit dem uns innewohnenden göttlichen Prinzip.

Zu praktizieren in entspannter Rücken- (Toten-) Lage oder im Maitreyasitz. – Wie üblich logistisch oder nach Noten singen. Das Mantra gliedert man wie folgt auf:

M a – h a (wieder einatmen und:)

(M) r – (das M stumm, in Gedanken. Nach anderer Vorschrift ist es deutlich zu intonieren.)

– i – t y (y wie ü)

– u n – j a (nasal betontes N, vor dem kräftigen J ein D setzen)

– a – y a .

Eine andere Art der Wiedergabe:

M a – h a (m) r – t u – d j – ü – a – a .

(Nach M a – h a einatmen. Jede Silbe, bzw. jeden Laut für sich.)

Diese Anrufung dreimal hintereinander. Danach drei Vollatemzüge und In-die-Stille-Lauschen.

Meditieren ist inneres Horchen, inneres Hören, „das Lauschen auf den Geist im Wort“.

Einleiten und Schließen entweder mit Isbvara, der Heillogos für viele, mit Rama, IAO, heiliger Name des Gnostikers, mit dem Ur-

Logos OM oder Hinwendung an Buddha oder mit einem Gebet an Christus. Hier entscheidet die Einstellung des Mantrikers.

Besonders empfohlen werden neben Om die bei Gnostikern und türkischen Freimauern von machtvoller Wirkung gepriesenen Hauptvokale I A O. Im logistischen Sinne verwendet oder gesungen. Vorzugsweise in solchen Problemfällen, wo spezielles heilkräftiges Einwirken vonnöten ist: auf Gehirn, Epiphyse und Hypophyse – I – , auf Atmung und Lungen, – A – , auf Blut und Herz – O.

Die sechs Mantras des Sonnengebets

Dem Sonnengebet des Rajah von Aundh entnommen. Zwei Übungsfolgen liegen mir vor.

1. Aoum hram – Aoum hrim – Aoum hraim

Aoum hraum – Aoum hraaah.

2. Om hrim – Om hram – Om hraim –

Om hraum – Om hra!

(Om wie Aum auszusprechen.)

Empfohlen wird, die mantrische Silbenfolge in die Hälfte zu teilen. Je drei Silben auf einem Atemzug. (Aber nur, wenn dies ohne jede Anstrengung möglich ist!) Bei der letzten gedehnten A-Folge den Vokal ausklingen lassen. Hintereinander mehrere Male singen oder logistisch intonieren. Der Ton der Mantrareihe auf F oder D wird als besonders wirksam erachtet.

Der mit der Atemtechnik noch nicht so Vertraute übe anfangs nur

je eine Doppelsilbe (Aoum hram usw.) auf einer Ausatmung. Von Vorteil ist es, jedesmal nach Aoum erneut tief einzuatmen.

Der Buchstabe H ist ein nicht vernehmbarer Aushauch; das R (Zunge R) ist zu rollen; die Vokale lang, desgleichen ist das M so lange zu halten wie der Atemvorrat zwanglos reicht. Doppelvokale (a – i, a – u, usw.) sind zu trennen.

Nach jeder Folge der sechs mantrischen Silben schalten manche eine bis zu drei Vollatemzüge währende Pause dazwischen und lauschen meditierend in die Stille; andere nach jedem der sechs Worte. Hier folge man am besten der eigenen Intuition.

Auch die Stellung darf variieren:

a) Unbewegliche, aufrechte Körperhaltung. Die in den Ellbogen senkrecht gewinkelten Arme in Brusthöhe seitlich des Körpers. Handflächen weisen schräg zur Sonne. Blick nach oben gerichtet.

b) Aufrechter Stand, Augen geschlossen, Hände in Brusthöhe. Handflächen fest aneinandergedreht. Handwurzeln zeigen nach oben; Fingerspitzen demzufolge nach unten.

c) In Man-Runenstellung, eine der ältesten Gebetshaltungen.

d) Im Buddhasitz.

Und stets bei ruhiger Gemütsverfassung, hingeeben dem Gefühl des Einsseins mit der Natur und dem in ihr waltenden GÖTTLICHEN.

Die Mantraworte des Sonnengebets beruhigen die Nerven,

erneuern ihre Kraft und erzeugen ein Gefühl des Friedens und des Geborgenseins. Negatives schwindet, positive Lebenshaltung greift um sich. Übertieferung und Erfahrung sprechen von weit heilsameren noch: Gesundheit erfaßt den ganzen Menschen!

Das stets nur zu hauchende, „vom Herzen gebildete“ H vor dem Konsonanten R besänftigt und stärkt das Zentralorgan. Als Zungen-R – mit der Zungenspitze vorne an den Schneidezähnen zu bilden – verstärkt die Vibrationen und vermehrt so die im Gehirn ausgelösten feinen Schwingungen.

Der langgezogene I-Ton beeinflusst günstig Nasen- und Gaumengegend, Kehlkopf und Luftröhre sowie die obere Partie des Herzens.

Brust und Kehle liegen in dem harmonischen Schwingungsbereich der Silbe H r a .

Die Silbe H r a m gilt als Heilfaktor bei Asthma, Bronchitis und Tuberkulose.

Der langanhaltende A-Ton kräftigt den Rippenbereich, reinigt die oberen Lungenteile, beseitigt Schlackengifte im Verdauungsapparat. Das sehr gedehnte Schluß-A ermöglicht ein „weites Wegströmen“ der durch den M-Laut verstärkten Schwingungen und entspannt gleichzeitig.

Die Vokalfolge A I U leitet die Vibrationsströme durch den ganzen Körper.

Das langgezogene U wirkt anregend auf die Organe des Unterleibs, auf Eingeweide, Milz, Magen, Galle; verringert die Fettleibigkeit, verbessert Unterleibsbeschwerden bei Frauen, vor allem wenn der U-Ton laut und voll erklingt.

A ruft die Macht des Lebens im Körper auf;

h r i m zieht die Lebensflamme ins Gehirn, „in den Geist“;

h r u m zieht sie hinab in den Unterleib, in die Schächte des Unbewußten.

Besonders beachte man die Handhaltung. Bei der „Lebenskraftgewinnung aus der Sonne“ wird ihr vielerorts große Bedeutung zugesprochen. Hofrat v. Eckartshausen, Wissender und Buchstabenmystiker, schreibt: „Dann hob ich einige Zeit meine Hände aufwärts, so daß die zehn Finger gen Himmel gestreckt waren und sog mehr elektrische Materie an“. – Denken wir ferner an die Mudras der Vedantapriester auf Bau und an die Laya-Yogis mit ihren Suryanamaskar („Verbeugen vor der Sonne“).

Mit weit ausgebreiteten Armen halten sie die geöffneten Hände der Sonne entgegen, der Überzeugung, daß im Sonnenlicht eine Kraft schwingt, „die durch die Handmitten in den Organismus aufgenommen werden kann“.

Fast könnte man glauben, die Kreatur der Wildnis weiß um diese Sonnen-Praxis. Die kleinen Hamadryaspaviane mit ihren intelligenten Fuchsgesichtern, vorwiegend auf Madagaskar lebend,

sitzen völlig regungslos mit ausgebreiteten Armen, die locker geöffnete Innenhand der Sonne zugekehrt. –

Allein über den Einfluß des Sonnenprana auf das Leiblich-Seelische hinaus erschließen die Sonnenmantras noch weit mehr dem dafür Aufnahmefähigen.

OM NAMO VIVASVATA

und andere heillogistische Motive

Peryt Shou, für den es selbstverständlich war, daß sich in der Mantrapraxis auch die Heilkräfte des Logos manifestieren (er verfaßte hierüber eine eigene Schrift dieses Titels), spricht folgenden Mantras, gleich den vorstehenden, ähnliche Wirkung zu. Er empfiehlt, sie in der „Hütte“ unter den Consentbögen zu praktizieren.

1. Om, Nam o v i v a s v a t e.

Sei begrüßt, Vivasvat – Vorwärtsströmender. Mit dreimaliger Ovulation unter den Consentbögen.

2. B r a c h m a n, b h a s v a t e V i s h n u – t e j a s e – y a g a t
s a v i t r e s h u j a y e, S a v i t r i K a m a d a y i n e.

Brahman, du leuchtende Energie des Vishnu, Schöpfer der Welt, Läuterer, der da gibt die Unterscheidung der karmischen Frucht. (Savitre, kama dayine).

3. I d a m a r g h y a m O m S r i S u r y a n a h - m a h.

Heil und Opfer dem mächtigen und seligen Sonnenwesen (Surya). (Eine Anrufung des Sonnenlogos) Erfühlen der richtigen

Resonanz der Silben und meditatives Erlauschen des mantrischen Sinngehaltes.

4. Nachstehende Silben schalten den Körper (vorzugsweise den Fühlraum seiner Aura) ein in die „Konsentwelle“ des kosmischen Rhythmus: Das östliche Paramahansa (einen Yogi bedeutend, der die wahre Substanz erreicht hat, der eins geworden mit dem universellen Logos) und die Jesusworte: D' w a r – J a h – i m – o n o n – s a e h.

Hierbei ist das Herabführen der beiden an Stirn und Hinterhaupt imaginierten Consentbögen in waagerechter Lage an den „Leitpfosten der Hütte“ wichtig. Von diesen Stäben der Verwandlung sagt Dr. Herbert Pritsche: wer unter ihrem Einfluß das 'Wort' spreche, in dessen Körper werde das Gnadenlicht aufleuchten. Das Gleiten der im Geiste vorgestellten Gosainbögen von der Stirne abwärts zur Beckengegend löst eine „Rückströmung“ aus. Es vollzieht sich der Sublimierungsakt vom Eros zum Logos. Von obigen Esoterien heißt es: Durch das Einschwingen in den kosmischen Rhythmus werde der Ishvara- oder Purushazustand erreicht. Der Zustand höchster Bewußtheit.

Dieses Rückströmungsgeheimnis, versichert Peryt Shou, berge auch das Wort Parcival. Fal (Hval) beinhaltet das offene Feuer, P a r c i das gebundene.

Dem Wortmotiv Parcival verwandt ist das früher schon erwähnte

östliche Bur – shwah.

(Bur-buwah – shwah) Alle diese Motive fördern im Körper subtile Vorgänge und wirken so auf sein Wohlbefinden ein.

5. Im gleichen Sinne mantrisch zu verwenden: Om – Omn – Ommen.

(Bei Om Ton durch die Wirbelsäule leiten.) Isis (Mit Sibilation und säuselndem S-Laut.) Jesus – Komm Jesus – Jesus Christus. (Mit besonderer Betonung des den Körper als gesteigertes I durchflutenden J.)

Letztgenannten Namen deutet Jakob Böhme:

J = Erniedrigung, s u s = die alles durchdringende Silbe, die die Seele über den Himmel einführt in die Trinität; C h r i = Tod, übermächtiger Streit und Überwindung, t u s = Macht, Besiegung des Todes und ruhendes Verbleiben des erlösten Menschen in Gott.

6. Nicht zuletzt der von Dr. Trampler empfohlene Mantraspruch:

V E N I C R E A T O R S P I R I T U S. DEIN
SCHÖPFERGEIST komme zu uns!

Getreu solchen Praktiken gestaltet sich der Mantriker zu einem neuen Menschen, zum CHA-AR-IST, Träger der Güte, im Denken, Wollen und Fühlen harmonisch geeint. Den Jupiterkräften der Silbe CHA liegt die Idee des Ich-bin zugrunde ; ursprünglich gespalten durch die Marskräfte des AR und der des Saturn in der Lautfolge IST. Auf die mantrischen Lautschwingungen CHA-AR-IST

„antworten bestimmte seelische Substanzen, die den kausalen Menschen“ aufbauen helfen.

Gleichfalls von großem Wert ist die Konzentration auf die „Schwelle“, Polaritätsachse des Willensleibes, wie wir bereits wissen. Auf diese bedeutsame Grenzscheide zweier Seelenbezirke, des wachen und des uns unbewußten Seins, weist auch Dr. Herbert Pritsche mit Nachdruck hin; in der er keineswegs eine bloß angenommene Trennlinie sieht, sondern „eine Schwingungswelle von einer gewissen Konsistenz oder Dichtigkeit“, die in Verbindung steht mit einer „Schwingungsintensität des Solarplexus“.

Durch Imagination und mantrische Hilfestellung ist es dem im höheren Willen Erstarkten möglich, einen psychischen Krankheitsherd auf die Schwelle abzuleiten und wirkungslos zu machen. Ichfeindliche Komplexe werden heraufgeholt ins Wachsein, wodurch sie an Zerstörungskraft verlieren. Mit der Schwelle und unterbewußten Vorgängen innig verbunden ist der Ätherleib *), von dem aus nach alter Vorstellung der Mensch erkrankt und gesundet. Was nach neuesten Feststellungen die Ergebnisse der Kirlianfotographie zu bestätigen scheinen. **)

*) Karl Spiesberger: Die Aura des Menschen.

**) Ostrander/Schroeder: P S I.

Die Heilmotive

HAPHTA CH – HA-PIJ – PITRRI – PIJOH

Ganz im Sinne Dr. Trampfers vertrat Peryt Shou die Überzeugung, daß es eine Dimension gebe, „in der die Naturkräfte dienstbar werden“, gelenkt von einer ihnen übergelagerten Naturgesetzlichkeit. Unermüdlich wies er in seinen zahlreichen Schriften darauf hin. Neben östlicher und christlicher Logistik vermittelte er auch Geistesschätze anderer esoterischer Lehren. Nachfolgend hier aus der ägyptischen Esoterik.

Der Heillogos HAPHTACH

1. HAPH: Aufrechte Haltung. Während der Aussprache zunehmender Druck auf die oberen Zähne und die Unterlippe. – Gleichzeitig Wirbelsäule bis zum Lendenkreuz langsam aufrichten.

2. PHATACH: Scharfes Schluß-CH oder anstelle dessen ein J. Nach Erfühlen des Tones in den Händen, ableiten desselben in die Füße beim Wiederholen von CH, J oder JÄH.

3. HAPHTACH-Motiv in Koinzidenzhaltung wiederholen. Körper unbeweglich aufgerichtet wie eine Säule. Stellung beibehalten. Ruhig atmend unbeweglich verharren und die Wirkung des CH (oder J) im Körper beobachten als eine ihn durchdringende, aufrichtende Essenz. Darüber meditieren. Sich dessen bewußt werden, daß ein Kanal im Körper geöffnet wird, durch den „der Logos als

schöpferische und umformende Kraft einzuströmen beginnt“. Weiter in säulenhafter Haltung und die Schwingung des neuen Lebenslautes immer inniger erfüllen, so wie es Peryt Shou fordert: „Denke, daß du eine krystallene, ätherische Essenz des ‘Ich’ in ihm fühlst und daß du immer mehr von ihr aufgerichtet wirst wie in einem Strahlenmantel“.

4. HAPH-PHTACH: Besonders bei der zweiten Silbe (PHTACH) den Laut gleichzeitig in Händen und Füßen erfüllen.

Beharrlich üben, bis der Körper in dem „krystallenem Glanze“ des Heillogos aufzuleben beginnt. Jeden Abend zehn bis fünfzehn Minuten üben. Als besonders günstige Übungszeit wird die Stellung des Mondes im Umkreis von fünf Grad Fische empfohlen. Eine Gelegenheit freilich, die sich nur einmal im Monat ergibt. – Nie bis zur Übermüdung üben! Und stets sich der Kraft des schöpferischen Gedankens und Wortes bewußt sein!

Der Heillogos HA-PIJ und die ihm verwandten Motive: PITRI, JONA, PI-JOH.

Ha-pij ist ein dem FOHAT zugeordnetes „Feuer-Luft-Motiv“, mantrisches Symbol des Logos der Feuer-Luft. Es entwickelt die Macht geistiger Konzentration und weckt das psychometrische Einfühlungsvermögen, „unerlässlich für das Studium der Logoskräfte“. Das Ha-pij-Motiv, auch als Überschattungsmotiv bezeichnet, ist dem Haphtach-Esoterium eng verwandt.

Es entwickelt besonders die Fußchakras. Die Tonwellen werden in den Füßen gebunden; erfühlbar durch den „zunehmenden vasomotorischen Druck“ in Fußmitten und Sohlen. Der Esoteriker spricht hier von einer subtilen Tonwallung, in der FOHAT, der Uräther, tätig ist. Auch vom Strahlungsdruck (Tonstrebung zu den Füßen) ist die Rede, einer lunaren Energie, die der Gravitation, als solare Energie betrachtet, entgegenwirkt, wie früher schon erwähnt.

Ha-pij galt im Ägyptischen als Genius der Unterwelt, der das „Tor des Luftattwa“ verriegelt.

Auch dem Mond (ägypt. Pijo) teilte man eine Rolle zu, dem ja allgemein starker Einfluß auf Psyche und Intuition zugeschrieben wird. Er bewegt sich „in einem besonderen magnetischen Feld um die Erde“. Von ihm geht der magnetische Strahlungsdruck aus und erzeugt „im Sensorium jenen Schwingungston“. Daher wird empfohlen, nachstehende Logosübung im Anblick des Vollmondes zu vollziehen. Uns geht es auch hier wieder um das Erfühlbare, also um das Erfahrbare.

Das HA-PIJ-Esoterium:

1.H A: Bei aufrechtem Stand, die Arme dem fliegenden Adler gleich, seitlich ausgestreckt, Füße leicht auswärts gestellt. Nasenrücken allmählich habichtartig spannen, Wirbelsäule sorgfältig aufrichten. Stärkste Konzentration dabei auf die Hände.

2. P I J: Das J kräftig, frenetisch, nachhallend. Konzentration auf

die Füße. Tonstrebung nach unten beobachten.

3. Das Ganze im Sitz. Dabei die durch PIJ ausgelöste Tonwelle in den Füßen festhalten, wodurch auch das Atempotential gesteigert wird. Nur solange üben, wie die geistige Aufmerksamkeit es gestattet.

4. P I T R I: Füße im Kronenwinkel, Oberarme und Ellenbogen seitlich an die Hüften, also nicht wie bei der sonstigen Koinzidenzhaltung die Arme ganz vorgestreckt.

5. P E S und P E D nach der Pitri-Übung einbeziehen.

6. Im Sitz, nach gründlicher Beherrschung vorstehender Motive werden dieselben miteinander kombiniert: HAPH-TACH;PITRI;PES-PED.

7. JONAS und J O N A.

Diese den Fußton begünstigenden Mantraworte füge man später obigen Heilsworten hinzu. JO verstärkt die Resonanz in Füßen und Händen, NA und NAS in Kopf und Brust.

Solange üben, „bis der Pitri-Strahl (zeugerischer Urstrahl) in sich selbst gegenwärtig geworden und erkannt ist“, fordert Peryt Shou und spricht desweiteren vom „Finden des Abschwingungs- (oder Abklangs-)Winkel der Logos-Energie im Körper, von den sogenannten „Korona- (oder Kronen-) Läufe des Logos“.

Wieder wird auf die besondere Wirkung des Mondes in Anfang Fische hingewiesen sowie auf seinen Aufenthalt im Ende des

Zeichen Wassermann. Mond in den Fischen hat Einfluß auf die Füße; im Wassermann „durchspült“ er den Körper „mit den Elementarwellen des kosmischen Urlichtes“.

8. PIJOH

Diesen als mondbezüglich bezeichneten Schwellogos übe man wie die vorstehenden Motive, wenn sie in ihrer Durchführung keine Schwierigkeiten mehr bereiten. Ganglien, Nervenbahnen, Nervenzentren werden von diesen Logosmotiven besonders angesprochen; groß ist ihr Einfluß auf die in den Füßen hervorgerufenen Tonwellen. Physischer wie ätherischer Körper gewinnen dadurch und vom Ätherleib, wie wir wissen, hängt weitgehend unser Gesundheitszustand ab.

Buchstabendenken

Neben den Heilmantras dominiert das Buchstabendenken der Buchstabenmystiker, das „Sprachkräfte der Natur“ entbindet und uns die feinsten Schwingungen vermittelt für Gesundung und Höherentwicklung. Uraltes Wissen, das selbst Goethe nicht zu verschmähen schien, wie seine Zeilen an Frau von Stein beweisen dürften: „Mein langes Buchstabieren hat mir geholfen und meine stille Freude ist unaussprechlich“.

Besonders stark äußern sich die Sprachkräfte in dem „hervorstechendsten der Vokale“ I. Was der Pendelforscher A. Frank Glahn bei sich bestätigt fand. Sein Finger wurde „glühend heiß und

die heißen kosmischen Strahlen flossen deutlich merkbar durch den ganzen Körper bis unter die kribbelnden Fußsohlen“, sofern er mit dem Gesicht in Richtung Osten oder Süden stand, den Blick gerichtet auf den erhobenen Zeigefinger. (I-Griff der Buchstabendenker, IS-Griff der Runenpraktiker) und einige Minuten lang den Vokal I summt oder dachte. Selbst im Dunkeln blieb der Erfolg nicht aus. Dies ermöglichte Glahn, sich nicht nur heilende Kräfte zuzuführen, es gelang ihm auch, ähnlich wie den in der Tumo-Übung geschulten Tibetern, sich zu erwärmen.

Gleich dem I kommt dem A große Bedeutung zu. Zwei Töne sind es hier, „von denen der erste im Kopf, der zweite im Rumpf ursächlich schwingt; zwei Gegensätze: Geist und Leib, die sich einen im Ton“. IA oder JA, nach Herman Wirt ältester Name für Gott, IAO, höchster Gottesname der Gnostiker, bei den Buchstabenmystikern die bevorzugtesten Vokale, die Erweckungsvokale.

In den Händen erwacht die Kraft der Buchstaben am ersten. Durch die Hände fließt auch der Pranastrom am lebhaftesten. Wohl aus diesem Grunde verbinden die Buchstabenmystiker seit eh und je ihre Laut- bzw. Denkübungen mit bestimmten Handgriffen und Fingerhaltungen. Was zugleich den Wert der ihnen analogen Runengriffe erhärtet. Demzufolge, was läge näher, als Buchstaben, Mantras, Heilmotive in sich hineinzudenken.

Für den Tattwakundigen ist es bei seinen Heilbestrebungen

gewiß von Interesse, daß Peryt Shou Prithvi als das Heiltattwa bezeichnet; denn „es setzt die Kräfte ins Gleichgewicht und ist rein physisch betrachtet das wirksame Prinzip des Tiefatems“.

Demnach empfiehlt es sich, Heilungsversuche vorzunehmen in der tatsächlichen Prithvi-Schwingung oder man erwecke sie in sich durch Imagination, wie im Abschnitt: TATTWA gezeigt. Auf gleiche Art und Weise können die anderen Tattwas in das Heilungsbestreben einbezogen werden.

Inkantation – Beraunung – Antönung

Bei der Auto-Inkantation oder Selbstdurchtönung zu Heilzwecken geht es, wie wir nunmehr wissen, um die Zufuhr subtiler Kräfte durch „Einsingen“, durch leises, raunendes Singen eines Kernsatzes, logistischem Gebrauch eines Schlüsselwortes, djapam, oder Singen und Denken von Buchstaben. Dies doch ist nur die eine Seite.

Bereits in den Mysterienkulten wurde kosmische Energie übertragen. Bestimmte Handlungsweisen zogen diese „Urstrahlen“ an und stellten sie in den Dienst der Gesundheit und der geistigen Evolution. Nach Jamblichus wurden „in den Mysterien der Isis die Eingeweihten dem Urlicht der Isis (Weltenmutter) ausgesetzt“.

Um dem leidenden Mitmenschen zu helfen, verlegten sich „Wortüber“ späterer Zeit auf die Hetero-Inkantation, auf die Fremdberaunung oder „Antönung“, allein oder im Verein mit einem zweiten oder mehreren Wortmagiern. In der Art ihres Verfahrens

unterscheiden sich diese Heillogistiker. Die einen beschränken sich auf Buchstaben (Vokale, Konsonanten, Vokal-Konsonantenverbindung, dazu auch die von Agrippa als barbarische Worte kritisierten gnostischen Vokalfolgen zählen), die anderen hingegen setzen sich diese Grenze nicht; sie verwenden außerdem djapams und Mantras.

Bei der Fremdberaunung, aus nächster und allemächster Nähe vorgenommen, sind Hauptzielepunkte Nervenzentren und chakrabezügliche Punkte. Erforderlichenfalls bringt der Mantriker seinen Mund dicht an die zu behandelnde Körpergegend. Oder er legt seine Rechte auf das erkrankte Organ, die Linke auf das Sonnengeflecht.

Daß die Runen sich hierbei als geradezu ideale logistische Behandlungsweise eignen, bedarf kaum der Erwähnung. Vorzüglich u.a. die FA-Runenstellung und die verlängerte Allschaltung der IS-Rune. Nicht zu vergessen das Magnetisieren auf runischer Basis. *)

*) Karl Spiesberger: Runenexerziten für Jedermann.

Dieses Beraunen und Betonen durch einen oder mehrere Logistiker läßt im Äther- wie im physischen Leibe Feinkraftströme wirksam werden. Instinktiv bläst ja auch oft der Magnethopath seinen Patienten an. Nur sind Ton und Laut noch um vieles wirksamer. Sagte nicht schon Dr. Günther Wachsmut vom gewöhnlichen Sprechen: „Es schwingt im Ätherleib eines Menschen etwas Reales mit, wenn wir mit ihm sprechen, und ist durchaus wirksam in seinem ätherischen und somit auch in seinem physischen Organismus! Es ist durchaus nicht immer nur der 'abstrakte' Inhalt von zu uns gesprochenen Worten, was uns innerlich 'versetzt' oder 'belebt'.“

Und weiter führt Dr. Wachsmuth aus.- „Ein Wort, d.h. eine bestimmte Kombination von Vokalen, Konsonanten und Tönen, die unseren Sprachorganen entströmt, beeindruckt nicht nur als Schallempfindung unser Ohr oder seinem Inhalt nach unsere Gedankenwelt, sondern weil es im Organismus des Sprechenden seine Entstehung einer bestimmten Kombination ätherischer Bildekräfte verdankt, welche die ertönende Luft zu bestimmten Luftgebilden umformen, so ruft es auch im Ätherleib des Zuhörenden eine reale Wirkung hervor, die ja nach der Art des gesprochenen Wortes vorübergehend oder bleibend gesund oder ungesund... aufbauend oder zerstörend sein kann. Da das durch die Luft ertönende Wort aus Geistig-Seelischem (Sinn, Inhalt), Ätherischem (Bildekräfte) und Physischem (Luft) zusammengesetzt ist, so ist

seine Wirkung im Mitmenschen auch eine dreifache.“ – Durch Vermittlung von Ohr und Ätherleib ist im gesprochenen ‘Wort’ „das Zusammenwirken von Geistig-Wesenhaften, ätherischen Bildekräften und Substanz vollkommen“.

Im Einklang damit ist die Wirkung der Musik auf den gesunden und kranken Körper. Ischiasleiden heilte man, indem man „die kranke Stelle mit phrygischer Tonart“ anblies. Zartes Flötenspiel soll Vipernbisse unschädlich gemacht haben. So wenigstens berichtet der griechische Weltweise Theophrast, Nachfolger des Aristoteles.

Weltweit tritt die Allmacht des Tones in Erscheinung. Nach alledem geradezu selbstverständlich die im Mantra schlummernden Laut- und Wortkräfte, die sich auch dem Heilungssuchenden nicht verschließen.

Doch vergessen wir nicht, irgendwo sind den Erdentagen die Grenzen gezogen. Über diesen Zeitpunkt hinaus das Leben zu verlängern, dürfte schwerlich jemandem gelingen; auch mit Mantrahilfe nicht. Vorbestimmt aller Wahrscheinlichkeit, gleich der Geburt, ist der Moment unseres Abscheidens; kaum aber Krankheit und jahrelanges Siechtum.

Drei Alterszustände berücksichtigt bekanntlich die Wissenschaft. Das dem Kalenderjahr entsprechende Alter, das biologische und das psychologische. Chronologisch betrachtet kann der Mensch neunzig und sogar bis zu hundert Jahre alt werden. Und in sehr

unterschiedlicher Verfassung begegnen uns die Vertreter der verschiedenen Dezenien. Kraftsprühende Alte, frühverbrauchte Junge. Biologisch beurteilt verfügen viele über einen Körper, der dem chronologischen Alterungsprozeß nicht entspricht. Ihr Organismus kann um vieles früher gealtert sein als es der normale Naturverlauf bedingt, kann aber auch in einem wesentlich besseren Zustand sich befinden. Sie sind biologisch älter oder jünger als der Geburtstag es vermerkt. Nicht anders verhält es sich mit der geistigen und seelischen Spannkraft. So manchem Jungen fehlt sie bereits, und mancher geistsprühende Greis läßt uns seine hohen Erdenjahre vergessen.

Hier ist der Angelpunkt! Die Zeit läßt sich zwar nicht aufhalten, aber in unsere Hand ist es gegeben, auf den biologischen und psychologischen Alterungsprozeß bremsend einzuwirken. Mancherlei Übel lassen sich durch vernünftige Verhaltensweisen korrigieren.

Nicht um den Streitpunkt geht es, ob wir den Augenblick unseres Heimganges hinauszuschieben vermögen, vielmehr darum, in welcher geistigen, seelischen und körperlichen Verfassung wir uns bis dahin befinden, ob biologisch und psychologisch langsamer oder schneller gealtert. Es geht um die Frage: ob müde, verbraucht und krank – oder geistig frisch, kraftvoll und wohlauf. Und dazu verhilft uns bestimmt die Kraft von Ton, Wort und Laut.

Die heilende Kraft des LOGOS erschließt uns die Tore zu einem vollkommeneren Erdensein.

Dem Neophiten der mantrischen Kunst auf den Weg

Wer nur den sinnenbeschränkten Verstand walten läßt, wird naturgemäß auf Grenzen stoßen. Nicht etwa, daß er keinen Nutzen aus seinen Bemühungen zöge. Des Tones Macht, der Laute Kraft wird auch ihm sich offenbaren, und sollte er es nur bei der elementaren Vokalatmung bewenden lassen und den vom Standpunkt des Rationalisten gerade noch vertretbaren, auf das körperliche Wohl zielenden Runenexerzitien.

Sehr aufgeschlossene Psi-Forscher mögen vielleicht noch Mantrapraktiken der unteren Grade in ihr Studienprogramm aufnehmen; sicher jene Übungen, die die menschliche Strahlkraft stärken und subtile Schwingungsbereiche erschließen helfen. Solches Bestreben – hinreichend Fleiß und Geduld vorausgesetzt – wird sich ebenfalls lohnen.

Diejenigen aber, wahrscheinlich die kleinste Schar, denen es ehrlichen Sinnes darum geht, des Mantra-Yogas tief innersten Wahrheitskern zu erfassen, der Mantras verborgene Kraft zu erleben, müssen hinauswachsen über formales Denken, müssen hirngeleitetem Forschungsdrang entsagen. Ohne freilich kritikbarem Mystizismus zu verfallen.

Denn nunmehr geht es um transzendente Wahrnehmungen.

Zuteil werden muß – und wird – ihnen die Gnade transzendenter Führung. Nicht mehr diskutabel für Rationalisten und viele Parapsychologen.

Aber nur so und nicht anders ist der Höhenpfad, höchster aller Menschenwege, zu erklimmen. Mehr noch als exakte Durchführung der Mantratechniken zählt jetzt die Hinwendung an das Irrationale. Ohne Trübung des im Alltag so notwendigen Verstandesdenken natürlich; verbunden mit gründlichem Umdenken!

Lösen muß sich der Neophit der mantrischen Kunst von den Urtrieben der Herrschsucht, Habgier, Sinnenlust, Grausamkeit und des Vernichtungszwanges. Erbsünden, die jedem noch den Wahrheitssinn trüben. Sie alle diese Urinstinkte liefern uns aus, im Alltagsleben wie im großen Weltgeschehen, einem infernaln Demiurgen, der Zwietracht unter seine Geschöpfe sät, damit sie sich schlimmer noch gebärden als die raub- und mordsüchtige Bestie der vernunftlosen Kreatur.

Vertrauen auf den INNEREN MEISTER ist alles!

Viele Mantras ebnen den Weg dahin. Oder eine Anrufung, ein Gebet, Worte, zu denen wir eine Beziehung haben. Vielleicht diese hier, entnommen einem meiner unveröffentlichten Manuskripte:

Göttliches Urlicht – in mir – erleuchte mich!

Göttliche Urkraft – in mir – stärke mich!

Göttliche Flamme – in mir – durchglute mich!

Göttliches SEIN – in mir – erfülle mich!

Herr Du der Zeiten leite mich,
Schöpfer des Alls erhalte mich,
Führ' durch Tod und Geburten mich;
Löse von Körper und Schwere mich!

WESEN DER WESEN erhebe mich
Aus Erden Dunkel zum ZEITLOSEN LICHT.

Verzeichnis der benutzten Literatur

Arthur Avalon: Die Schlangenkraft. Die Entfaltung schöpferischer Kräfte im Menschen. – Otto Wilhelm Barth-Verlag GmbH, Weilheim, Obb. – 1961.

Theobald Becher: Die Tattwas und ihre Bedeutung. – Theosophisches Verlagshaus, Leipzig, O. Jahr.

H.P. Blavatzky: Die Geheimlehre. – Theosophisches Verlagshaus. 1919.

Bo Yin Ra: Mantra-Praxis. – Kobersche Verlagsbuchhandlung, Basel, 1928.

ders.: Funken, Kobersche Verlagsbuchhandlung. Basel, O. J.

Karl Brandler-Pracht: Geheime Seelenmächte. – Linser-Verlag, Berlin, 1923.

ders.: Tattwische und Astrale Einflüsse. – Linser-Verlag, Berlin, 1922.

Alexander David-Neel: Der Weg zur Erleuchtung. – Hans E. Günther-Verlag, Stuttgart, 1960.

Omar V. Garrison: Tantra – Yoga des Sexus. – Verlag Hermann Bauer, Freiburg, 1964.

Lama Anagarika Govinda: Grundlagen Tibetischer Mystik. – Otto Wilhelm Barth Verlag, Weilheim, Obb. 1956.

Reinhold Grabow: Die Heilkraft des Mantra-Yoga. – Die andere Welt. Jahrg. 1962, Nr. 9-12; Jahrg. 1963, Heft 1.

Gregor A. Gregorius: Die Magische Erweckung der Chakras im Ätherkörper des Menschen. – Hermann Bauer Verlag, Freiburg/i.Br. 1953.

Dr. Franz Hartmann: Mysterien, Symbole und magisch wirkende Kräfte. – Abhandlungen über Yoga. – Beide Schriften im Schatzkammerverlag Hans Fändrich, Calw-Wimberg, Württb. O.J.

Heinrich Jürgens: Sei Du selbst. – Pfister & Schwab, Gettenbach b. Geinhausen, 1940.

I.B. Kerning: Briefe über die königliche Kunst. – Renatus-Verlag, Lorch/Württb. 1912.

Prof. Dr. Wolfgang Krause: Runen. – Walter de Gruyter & Co. Berlin, 1970.

C.W. Leadbeater: Hindu-Yoga. Ernst Pieper, Ring-Verlag, Düsseldorf, O.J.

ders.: Die Chakras, Hermann Bauer-Verlag, Freiburg i.Br. 1965.

B.M. Leser-Lasario: Lehrbuch der Original-Gebärden-Atmung, Lebens-weiser-Verlag, Gettenbach b. Geinhausen, 1931.

Wladimir Lindenberg: Yoga mit den Augen eines Arztes. – Richard Schikowski Verlag, Berlin, 1960.

Dr. Georg Lomer: Lehrbriefe. – F.E. Baumanns Verlag, Bad Schmiedeberg, 1926.

P.B. Marby: Die Rosengärten und das ewige Land der Rasse. – Marby Verlag, Stuttgart, 1935.

Rama Prasad: Die feineren Naturkräfte und die Wissenschaft des Atems. – Verlag Franz Altmann, Leipzig, 1926.

Philip S. Rawson: Tantra. Der indische Kult der Ekstase. – Deutscher Bücherbund, Stuttgart, 1974.

ders. mit Ajit Mookerjee: Tantra. – Schoettle, Stuttgart, O.J.

Felix Riemkasten: Yoga für Sie. – Lebensweiser Verlag, Büdingen/ Gettenbach, 1953.

Dr. med. Ludwig Schmitt: Das Hohelied vom Atem. – Dorn Verlag Grete Ullmahn, München-Berlin, o.J.

Willy Schrödter: Geheimnisse der Düfte – Farben – Töne. Hermann Bauer Verlag, Freiburg i.Br. 1962.

Dr. Friedrich Schwab: Von der Venus zur Madonna. – Richard Hummel Verlag, Leipzig, 1940.

Peryt Shou: Praktischer Mantram-Kursus. – Linser-Verlag, Berlin-Pankow, o.J.

ders.: Konzentration und Wille. – Linser-Verlag, o.J.

ders.: Inri. – Linser-Verlag, 1921.

ders.: Kwa – Non – Seh. – Linser Verlag, 1921.

ders.: Heilkraft des Logos. – Linser Verlag, 1923.

ders.: Yoga als Weg zur ewigen Jugend. – Linser Verlag, 1924.

ders.: M-Wellen und der sechste Sinn des Menschen. – Verlag Max Altmann, Leipzig, 1922.

ders.: Der psychische Atem als Schlüssel zur Geheimlehre. –

Verlag M. Altmann, 1922.

ders.: Das Mantram und die Vokalatmung. – Joh. Baum Verlag, o.J.

ders.: Wie und wann kommt Christus wieder? – J. Baum Verlag, Pfullingen i. Württb. – o.J.

ders.: Das Mysterium der Zentralsonne. – Jaegersche Verlagsbuchhandlung, Leipzig, o.J.

ders.: Die Edda als Schlüssel des kommenden Weltalters, Linser Verlag, o.J. Sowie sämtliche seiner anderen Schriften!

Karl Spiesberger: Runenmagie – Handbuch der Runenkunde. Verlag Richard Schikowski, Berlin, 1968. 2. Aufl.

ders.: Magische Einweihung. – Verlag R. Schikowski, 1976. – 2. Auflage: Hermetisches ABC. I. Bd.

ders.: Magische Praxis. – Verlag R. Schikowski, 1976. – 2. Auflage: Hermetisches ABC, II. Bd.

ders.: Magneten des Glücks. – Verlag R. Schikowski, 1971.

ders.: Runenexerziten für Jedermann. – Verlag Hermann Bauer, 4. Auflage, 1976.

ders.: Die Aura des Menschen. – Hermann Bauer, 2. Auflage, 1973.

den.: Unsichtbare Helferkräfte. – 4. Auflage, 1976.

ders.: Der Traum in tiefenpsychologischer und okkultur Bedeutung. –

Uranus-Verlag, Memmingen, 1950. Rudolf Steiner: Wie erlangt man Erkenntnisse der Höheren Welten?

Verlag Emil Weises Buchhandlung, 1939. Dr. Kurt Trampler: Gesundung durch den Geist. – Herold Verlag, München, 1952.

ders.: Zielgerichtete Heilkraft. – Origo Verlag, Zürich, 1962. Meister Therion: Buch Vier: Mystik. Thelema-Verlagsgesellschaft, Leipzig, o.J. Johannes Vehlow: Astrologie. Bd. VII. – Bernhard Sporn Verlag,

Zeulenroda i. Thüringen, 1936. Karl Weinfurter: Mystische Fibel. I. Bd. – Osiris-Verlag, Sersheim (Württb.), 1954.

INHALTSVERZEICHNIS

Einführendes Vorwort	4
DIE LEHRE	9
Tongewalten.....	9
Mantras	14
Was ist ein Mantra?	17
Auf welcher Grundlage beruht die Wirkung der Mantras?	21
1. Glaubenswirkung	22
2. Durch Gedankenverbindungen	24
3. Bündnis – Zusammenarbeit mit höheren Wesen.....	25
4. Die Wirkung beruht auf Bedeutung und „infolge auf Wiederholung“	27
5. Die Macht der Klangwirkung	30
6. Die Kraft verschiedener Imponderabilien, bis hin zur Macht des Höchsten	34
Epiphyse – Hypophyse	52
Chakra	63
Wesen und Bedeutung	63
Ätherstromläufe	77
Tattwa	80
Eigenschaften.....	81
Die Tattwafolge	84
Exoterische Einflüsse.....	86
Magische Tattwa-Praxis	91
Hellsehendes Wahrnehmen der Tattwa-Farben.....	91
Schau der kosmischen Tattwas	93
Schau der Tattwaformen auf einer Spiegelfläche	94
Willkürliche Veränderung der persönlichen Tattwaschwingung	94
Atemperiode	97
Die Gunas	99
Die esoterische Bedeutung der Tattwas.....	100
Die Dreiheit der höchsten Tattwas	103

Die vier niederen Tattwas, ihre esoterische Bedeutung und die praktische Nutzenanwendung.....	106
Stufen der Vorbereitung	111
Vorbereitung und Weg in theosophischer Sicht	111
Vorbereitung und Weg in der esoterischen Sicht Dr. Rudolf Steiners	114
Chakra-Erweckung durch Atmung, Mantras und Runenkraft	117
Chakra-Erweckung durch Buchstabendenken.....	121
Über die Erweckung der Kundalini kraft.....	122
Chakras und Kundalini in der Traumsymbolik	126
DIE PRAXIS	129
Vokalatmung.....	129
Die Vokalgebärden-Atmung.....	129
1. Die vier Übungsstadien der Vokaltiefatmung (nach Leser-Lasario)	130
2. Die Haupttypen der Vokalatmung	131
3. Zwischentypenformen	135
Urteile über die Vokalatmung und ihre Wirkungsweise	139
Vokalatmung und Runenlaut	149
Töne, Farben, Emotionen	159
Die sieben „heiligen Laute“.....	166
Hamsa-Übung	168
Das „Käferbrummen“	169
Auffindung des Grundtones.....	170
Runen-Yoga	176
Rätselzeichen aus längst vergangener Zeit bis in unsere Tage .	176
Praktische Runenarbeit	180
Runengymnastik	184
Aufnahme der Runenfeinkraftflüsse	189
Runen-Yoga und Psychodynamik	200
Überraschende Hilfe in aussichtsloser Lage	215
Runenmystik	217
MANTRA-TECHNIK NACH PERYT SHOU.....	220

Wirkungsweise und Zielsetzung.....	220
Grundlegende Begriffe	222
Substanz – Logos – Wort.....	222
Zentralsonne – Weltseele.....	226
Sphäringürtel – Metakosmische Urherde.....	228
Das Dionysische und das Apollinische.....	233
Konzentration – Imagination.....	235
Aufrichtung – Invertebration.....	237
Koinzidenz – Interferenz	239
Hüftgriff.....	241
Baldurbraue – Adlerpose (Widdermaske)	243
Ovulation – Sibilation – Fulguration.....	244
Schwingungskreise	246
Mantramotive und weitere Mantragebärden.....	253
Der erweckende I-Laut	253
Das Ich-bin-Motiv	255
Erweckung des höheren Willens	257
Willensmotive – Das Mantra: Ich will.....	259
Das armanische Lam-Motiv	268
Das Sphärenmotiv Omenidvar.....	272
Den „Fußatem“ fördernde mantrische Übungen.....	273
Salom-Triangel.....	276
Der Kelch.....	280
Die Mühle	282
Die Hütte, das Tabernakel oder das Zelt (Hüttenbaum – Tabernaculum – Konsentaneum).....	284
Die Gosainbögen – Die Stab- oder Bogenübung.....	291
Erfühlen der „Fahneebene“.....	296
Die Motive: Indra – Inri.....	298
Das Jimla-Motiv	300
Beherrschung der „ Wunschflamme „.....	302
Kwa – an – seh.....	303
Das Dhammapada-Motiv.....	309
Esoterik des Nordens	315

Eddische Motive	315
Das Irmen – Motiv	321
Das Heimdall-Motiv	321
Die Weltbaum - Übung.....	322
Odins Notschrei	324
Esoterium des Aepandie nam	335
Ahamkara – Der Willensleib	341
Seine Beziehung zur Zentralsonne und andere metakosmische Emanationszentren.....	341
Gliederung des Ahamkara	346
Geschlossener Lotos, auch Wolke genannt	346
Der geöffnete Lotos	347
Der Heilige Feigenbaum.....	349
Das Mystische Tabernakel, auch Tür des Mysteriums	349
Die Sonnenbarke.....	350
Der Offenbarungsberg	350
Das Gotische Tor	352
Kosmische Orte und damit verbundene Praktiken	353
Mandala des Ahamkara	360
AUS DEM WEISHEITSSCHATZ ÖSTLICHER MANTRAS ...	365
Die heilige Silbe OM.....	365
Bedeutung	365
Praxis	372
Exerzitien:.....	377
AUM MANIPADME HUM	386
TAT TW AM AS I	394
AHAM BRAHMA.....	401
SAVITRI.....	402
GAYATRI	402
BRAHMANISCHES MORGENGEBET	405
HARE RAMA	405
ASATA MA SATGAMAYA... ..	406
DER „SPRUCHKÖNIG“	406
AHIMSA.....	407

HAONSA.....	410
Der göttliche Blitz der Kassiopeia.....	411
AUMSHIVAYA VASHI.....	412
Heilmantras.....	414
MAHA MRITYUNJAYA.....	423
Die sechs Mantras des Sonnengebets.....	424
OM NAMO VIVASVATA.....	428
Die Heilmotive.....	432
Der Heillogos HAPHTACH.....	432
Der Heillogos HA-PIJ und die ihm verwandten Motive: PITRI, JONA, PI-JOH.....	433
Das HA-PIJ-Esoterium:.....	434
Buchstabendenken.....	436
Inkantation – Beraunung – Antönung.....	438
Dem Neophiten der mantrischen Kunst auf den Weg.....	443
Verzeichnis der benutzten Literatur.....	446
INHALTSVERZEICHNIS.....	451

BERSERKER

BOOKS

