

**DER  
KOSMISCHE  
BODYBUILDER**

-

**DIE BIBEL DES BODYBUILDERS**

**Jens Oehmichen**

**Made in Germany**

**Gesamtproduktion,**

**© 1999:**

**JENS OEHMICHEN**

**EXPORT-VERLAG**

**FELDSTR. 135/11**

**22880 WEDEL**

**GERMANY**

**[www.equator-formula.de](http://www.equator-formula.de)**

**Alle Rechte vorbehalten**

**Sei du selbst!**

## Höchstes Bewusstsein

Das Herz.....	6
Die Reise ins Herz.....	9
Mein Reich ist nicht von dieser Welt.....	12
Sucher, Lehrer, Ziel.....	15
Muskeln und Bewusstsein.....	17
Ernährung, Erleuchtung, Seligkeit...20	

## Der Pfad

Erwachen.....	24
Denken.....	25
Erfahrung.....	26
Sicherheit auf dem Weg.....	27
Angst, Erkenntnis, Liebe.....	29
Schweigen, Liebe, Ewigkeit.....	31
Dein Weg.....	33

## Kämpfer des Lichtes

Leben, Sterben, Ewigkeit.....	36
Tod.....	37
Auferstehung.....	38
Wiedergeburt.....	39

## Letzte Verwirklichung

Das Lebensnetz.....	41
Innere Welten.....	42
Licht.....	43

# HÖCHSTES BEWUSSTSEIN

## DAS HERZ

6

Es gibt reine Herzen, und es gibt schmutzige Herzen. Ein reines Herz ist sehr selten. Es ist so selten, dass man den Glauben daran verlieren kann.

Wir leben im Zeitalter der Finsternis. Im Zeitalter der Finsternis steht der Schmutz hoch im Kurs. Vor Menschen mit schmutzigen Herzen muss man sich in Acht nehmen. Sie kommen mit schmutzigen Tricks daher und sind immer obenauf. Sie haben gelernt, sich im Schmutz zu bewegen. Ein reines Herz ist ihnen zu leer, als dass sie etwas dafür geben würden. Sie leben nur im äußeren Schein. Sie sind wie vergoldete Klumpen aus Dreck.

Ein reines Herz lebt von göttlicher Liebe. Göttliches erkennen und leben ist ein fruchtbarer Boden. Pflichtversunkene Tätigkeit und innere Gelassenheit sind beste Liebessamen. Mit der Zeit kommt die Liebesfrucht als das Gefühl des Herzens. Und deswegen heißt "lieben" auch "fühlen mit dem Herzen".

Schmutzige Herzen weinen manchmal; dann fließt mit den Tränen etwas Schmutz und erleichtert das Herz. Warum sah man das nicht

voraus? Warum klammerte man sich so fest an das Vergängliche? Hätte man doch bloß ein reines Herz gehabt!

Reine Herzen bauen auf die Ewigkeit. Jeglicher Tod ist für sie nur ein Übergang. Das Äußere, das Vergängliche kann sie nicht gefangen nehmen. Ein reines Herz entsteht nur durch das innere Leben der Seele. Erkennt eine Seele, dass alles nur im Herzen liegt, ist sie vollkommen. Das Äußere ist Abfall; es liegt wie Schmutz auf einem Nugget.

Liebevolle Menschen gelten auf der Welt als dumm und naiv. Heimlich aber haben sie die Liebe als das höchste erreichbare Bewusstsein erkannt. Wer in sich die Liebe hat, der ist reif für die Goldene Stadt Gottes.

Die Goldene Stadt ist Gottes Heim für ewig. Wer darin lebt, hat Annehmlichkeiten aller Art. Nicht nur, dass darin die ewige Liebe ihr Zuhause hat, sondern auch all das, was durch die Liebe ins Leben gerufen wird.

Manchmal kommt Gott auf die Erde, um sich die Beine zu vertreten. Unter seinen großen Füßen zerplatzen die vielen goldenen Klumpen, und es ist ihm ein angenehm prickelndes Laufen. Manchmal aber piesackt ihn ein

**Nugget, dann hebt er es auf, reibt es an seiner Brust sauber und sagt: „Sieh an - ein Stückchen Gold! Das nehme ich mir mit in mein Heim.“**

## DIE REISE INS HERZ

9

Die Menschen reisen und reisen in die fernsten Länder und auf die abgelegensten Inseln. Was wollen sie dort? Sie wollen das Paradies. Solche leichten Reisen haben mich nie interessiert. Ich wagte die schwerste aller Reisen: die Reise in mein eigenes Herz. Dort fand ich das Paradies. Nicht im Traume fiel es mir ein, daraus zu weichen. Die Versuchung, mich in Hochmut und Selbstgefälligkeit zu stürzen, ist groß. Mein Sondersein, unbedingt etwas sein zu wollen, andere zu überragen und nur an die Befriedigung meiner lächerlichsten, launischen Triebe zu denken, ist der ewigen Liebe meines Herzens gewichen. Mein Herz ist mein Gott, und seine Liebe ist mir mehr als alles auf der Welt und in mir.

Ich weiß, dass alles, was ich bin, schon immer in mir gewesen sein muss. Mein Weichen und mein Finden war nur die Odyssee meines Unwissens. Mein Weichen war der Sturm in die Welt meiner Unzulänglichkeit; mein Finden war die Auferstehung zur göttlichen Allmacht. Was mehr kann ich verlangen?

Zu wissen das, was ich nicht lebe; zu hören, was ich nicht fühle; zu essen, was ich nicht verdaue? Ja, wenn meine Liebe und mein Glück alles ist, was ich habe und verlange, was interessiert es mich, was ich nicht habe und mir von keinem Werte ist!

Und wenn mir da jemand erzählte, dass da etwas wäre, schöner als alles, was ich hätte, was nützte es mir dann, so ich es ja nicht hätte und zufrieden sein müsste mit dem, über das ich nichts setzen kann.

Meine Versenkung in Pflicht ist meine Erfüllung ganz und gar. Nichts anderes als nur die ewige Pflicht, alles zu geben, um einzutauchen in das Meer der Freiheit. Im ständigen Geben und Lösen empfangen ich mehr, als ich greifen kann. Was anderes kann für mich existieren als die Erfüllung selbst und das Leben in ihr?

Mein Reichtum ist meine Leere, die an nichts haftet und deshalb nicht genommen werden kann. Wer frei sein will, muss alles geben, was er hat, auf dass er dann bekommt in vollstem Maße, denn darin ist das Leben und die Ewigkeit. Wer aber mehr nimmt, als dass er gibt, der verfällt mit allem, was er glaubt

zu haben, und sein Leben wird zur Finsternis.

Geben und nehmen - es ist mir gleich. Was man mir nimmt, das habe ich nicht, und was ich habe, das ist ewig. Was man mir gibt, das habe ich, und was ich verliere, war niemals mein.

Seht, was ich bin, das bin ich im Herzen, und mein Herz ist mein Gott. Wenn Gott vergeht, dann vergehe auch ich, und es ist mir nichts. Wenn Gott ewig nie vergeht, dann bin auch ich, und es ist mir alles. Und wenn da etwas nicht in meinem Herzen ist, dann ist es mir nichts. Wenn es vergeht, so bleibe ich, denn Gott allein ist mir alles. Und wenn es bleibt, dann vergehe ich, denn es ist mir nichts.

Was ich bin, das bin ich im Herzen. Und wenn etwas Gültigkeit haben will, dann komme es zu mir, und es wird selig.

## MEIN REICH IST NICHT VON DIESER WELT

Ich bin ein sehr reicher Mensch. Aber nur sehr wenige beginnen zu ahnen, was für ein Reichtum das ist. Mein Reichtum besteht nur in meinem Inneren und hat mit der äußeren Welt nichts zu tun. Man kann innerlich oder äußerlich reich oder arm sein. Der äußere Reichtum verfällt in jedem Falle. Innerer Reichtum ist unvergänglich. Wer seine Seele zum Leben erweckt, der weiß: Das Äußere ist nichts wert.

Man kann äußerlich reich oder arm geboren werden. Innerlich aber wird jeder Mensch arm geboren. Das Leben ist ein Lernprozess; und wer richtig lernt und richtig lebt, der wird innerlich sehr schnell reich. Wer äußerlich reich ist, kann schon morgen ein Armer sein. Wer innerlich reich ist, wird es morgen auch äußerlich sein.

Jeder kann mit seinem Reichtum machen, was er will. Wer äußerlich reich ist, kann seinen Reichtum verschenken, und er wird bald nichts mehr haben. Nur dadurch, dass andere arm bleiben, kann er reich sein. Wer

innerlich reich ist, kann alles geben, was er hat, trotzdem wird er immer reicher.

Eigenschaften der Vollkommenheit wie Pflichtbewusstsein, Wahrheitsliebe und Selbsterkenntnis bilden den inneren Reichtum. Nichtiges wie materieller Besitz, Gelehrtenum sowie Vergnügungen und Zeitvertreiber vielfältigster Art bilden den äußeren Reichtum. Ein innerlich Reicher kann sich dem äußeren Reichtum hingeben, ohne etwas zu verlieren. Es ist ihm nur ein Spaß. Dem Reinen ist alles rein, und so wie er die Dinge sieht, ist alles in Ordnung. Ein äußerlich Reicher trägt seine materielle, rohsinnliche, von Leidenschaften erfüllte Sicht in sein Inneres. So ist sein Inneres voll von äußeren Sinnlosigkeiten wie Geldgier, Ruhm- und Vergnügungssucht, die solche inneren Schlechtigkeiten wie Ärger, Zorn, Neid, Lügenhaftigkeit, Unwissen, Gefühlskälte und Psychosen aller Art hervorrufen. Ein solcher, der innerlich "reich" oder eben voll ist, muss erst "arm", also leer, werden. Ein von äußeren Dingen innerlich Befreiter ist also ein armer oder leerer Mensch. Man kann sagen, dass jemand erst (von äußeren Dingen) arm oder leer werden muss, um dann (innerlich) reich oder voll zu werden.

Wer sich dem inneren Leben widmet, der geht den Weg des Bewusstseins. Bewusstsein ist nur ein anderer Name für Gott. Wessen Leben von Gott, von Bewusstsein erfüllt ist, der ist reich. Gott und Bewusstsein sind die höchsten Dinge, nach denen ein Mensch streben kann. Wer Gott verwirklicht, also das höchste Bewusstsein erreicht, ist ganz oben. Von oben hat man eine herrliche Sicht; man wird reich und mächtig und sieht, dass unten alles so ist, wie es aus der Sicht des Bewusstseins zu sein hat. Wer nur unten ist, ohne die Weisheit des Bewusstseins, erkennt nicht den tiefen Sinn, der allem innewohnt, und verzweifelt an der Unsinnigkeit des Weltlichen. Nur der Bewusste weiß: Wie oben, so unten.

Die Welt ist eine alte Frau und redet oft dummes Zeug. Ein spiritueller Sucher erkennt die Welt als Gott und findet darin höchste Weisheit. Es spielt für ihn keine Rolle, ob ein Lehrer kompetent ist oder nicht - er selbst muss es sein. Die Kompetenz eines Suchers ist sein eigenes Leben.

Leben ist Tätigkeit. Je mehr ein Sucher der Tätigkeit entschwindet und sich auf die faule Bank des Beobachtens zurückzieht, um so mehr verliert er an Kompetenz.

Stürzt sich ein Sucher in physische und mentale Arbeit, wird er zum Kenner des Lebens. Früher oder später berührt ihn die Weisheit. Weisheit führt zur Liebe, und nur wer seine Tätigkeiten nach der Liebe ausrichtet, der wird Liebe entwickeln. Und eben darin liegt das Geheimnis, dass nur der Liebtätige das höchste Bewusstsein erreicht.

Es frage sich ein jeder, was er wirklich will. Denn der Wille ist der Kern der Liebe. Ständige Selbstbetrachtung und Ausfragung bis in die kleinsten Angelegenheiten führen in die

versponnenen Abgründe der Seele. Dort muss der wahre Wille freigelegt werden. Sodann gehe man von innen nach außen und baue die Seele neu auf. Dies geschieht in der Weise, dass man seiner eigenen Erkenntnis treu bleibt und diese nicht etwa wieder ins Meer der Unwissenheit wirft. Die sich verändernde Perspektive muss immer wieder die alten Gewohnheiten überprüfen. Umstrukturierung des eigenen Lebens ist eigene Transformation.

Erkenntnis sucht Handlung. Handlung bringt Erkenntnis. So schließt sich der Kreis von Suchendem und Gesuchtem. Wo ist das Ziel? Betrachte den Kreis von der Seite! Er liegt im Schmutz der Welt und windet sich spiralförmig in den Himmel. Dort ist das Ziel. Es liegt im höchsten erreichbaren Bewusstsein - im eigenen Herzen.

## MUSKELN UND BEWUSSTSEIN

Höchstes Bewusstsein ist Liebe. Sie ist der Geist, der für immer in dir wohnt. Erwecke ihn durch reine Selbsterkenntnis, und er wird heller strahlen als alle Sonnen dieser Welt. Bist du so weit gekommen, wer sollte dir dann das schmutzige Wasser billiger Weltklugheit reichen? Es würde augenblicklich zu undurchdringbarem Unwissensnebel verdampfen.

Der Körper ist eine Macht. Verehere ihn. Gib ihm das wenige, was er braucht, um dir dienlich zu sein. Berufe dich auf Einfachheit und Natürlichkeit. Für gefährliche Experimente ist er zu schade; besonders dann, wenn die Schäden irreparabel sein könnten. Denk daran, dass der Körper nur ein vergängliches Mittel ist, um das höchste Bewusstsein und damit Unsterblichkeit zu erreichen.

Widme dich der wirklich wichtigen Arbeit. Muskeln ohne Bewusstsein - das geht nicht. Geschenkte Muskeln verändern am eigentlichen Kern des Bewusstseins nur wenig und gehen leicht verloren. Etwas anderes ist es,

wenn dein Bewusstsein dir die Masse gibt, die du verdienst.

Das Bewusstsein liegt allem zugrunde. Tust du etwas ohne Bewusstsein, ist es vor der Ewigkeit nichts wert, und du kannst keinen wahren Nutzen daraus ziehen. Konzentrierst du dich aufs Bewusstsein und lässt daraus all deine Handlungen fließen, lässt du dem Bewusstseinspiel seinen Lauf. Kümmere dich nicht um Erfolg und kalkuliere nicht die Zukunft, sondern lass alles von deinem Bewusstsein hier und jetzt durchdringen. Wiege dich in dieser absoluten Sicherheit des Bewusstseins, das dich ständig mit der Welt harmonisiert, auch wenn es dir rätselhaft erscheint, und du deinen Weg erst erkennst, wenn du am Ziel bist. Denn dann erst erhellt dir die ewige geistige Sonne deinen gesamten Weg, und du weißt: 'Es ist alles wunderbar! - Das Bewusstsein beinhaltet das Sein und Nichtsein eines jeden Atoms im ganzen Universum.'

Lass dem Körper bedingungslos seine unverstehbare Macht, genauso wie du dich völlig dem mysteriösen Bewusstsein hingibst. Wenn der Körper dir von einer Sekunde auf die andere all seine Prozesse zur Steuerung überließe, würdest du deine gänzliche Unfähigkeit erkennen. Kümmere dich um die weni-

gen einfachen Aufgaben, die er dir überlassen hat. Wähle die Nahrung sorgfältig aus. Experimentiere und finde heraus, was dir bekommt. Es ist keine leichte Sache. Ein paar Jahre braucht es schon, um durch eigene Erfahrung und das Wissen anderer zum Erfolg zu kommen. Informieren und probieren lautet hier der Grundsatz. Dein innerster Wunsch, deine Erfahrung, deine Erkenntnisse, deine Grundsätze, dein Leben - all das ist dein Bewusstsein. Lass deine primäre Kraft des Bewusstseins wirken, dann kommt das Sekundäre - der Erfolg, ob du ihn als solchen erkennst oder nicht - von selbst.

## ERNÄHRUNG, ERLEUCHTUNG, SELIGKEIT

20

**W**ein, Weib und Gesang ist meine Ernährung. Ernährung ist Aufnahme. Ernährung ist Abgabe. Wer richtig gibt und nimmt, der ernährt sich richtig. Aufnahme und Verwertung sind Aufbau. Entwertung und Abgabe sind Abbau. Wer richtig auf- und abbaut, der ernährt sich richtig.

Ernährung ist allumfassend. Sie beinhaltet selbst so feine Dinge wie Gedanken. Gedanken sind wie das Licht - manchmal hell, dann wieder dunkel. Manchmal fehlen sie, manchmal verbrennen sie. Erkenne ich einen richtigen Gedanken, nehme ihn auf und verwerte ihn, so baut er mich auf. Erkenne ich einen schlechten Gedanken, lehne ihn ab und scheid ihn aus, so baue ich ab. Erkenntnis, Assimilation und Ausscheidung sind meine Ernährung.

Ernährung beginnt auf der untersten Verwirklichungsebene. Ich nehme den Apfel und lasse den Kot fallen. Ich trinke und bewässere. Ich rieche und dünste aus. - Verwirklich-

ung fordert Bewusstsein.

Ernährung geht die höheren Wege des Bewusstseins. Mein Seelenwille nimmt, und mein Wille lässt fallen. Meine Verstandeserkenntnis trinkt, und mein Verstand bewässert. Meine Herzensnase riecht, und mein Herz dünstet aus. - Erkenntnis fordert Assimilation. Ernährung scheidet aus.

Ganzheitliche Ernährung umfasst Willen, Verstand und Gefühl. Gesang ist das Innerste meines Herzens. Mein geheimer Wille ist die Erkenntnis meines Herzens und das Scheiden meiner Seele. Der Genuss vollen Weines ist das Vollkommene meines Verstandes und das Scheiden meines Unwissens. Kundalini, die göttliche Mutter, die sich eins erklärt mit meinem göttlichen Geiste, ist mein Weib, und ihre Liebe ist das Scheiden meiner Kälte. - Bewusstsein sieht Verwirklichung.

Mein Wille offenbart mir den schönsten Gesang meines Herzens - die spirituellen Klänge und den richtigen Weg der Welt.

Mein Verstand gibt mir den vollsten Wein reiner Erkenntnis. Seine vollkommene Arbeit, die das Wort Gottes ergründet und mir da-

durch wahrhaften Genuss beschert, macht nur vor der Tür meines Herzens halt.

Oh, mein Herz! Oh, meine Kundalini! Oh, meine Welt, dass du von Kundalini durchdrungen bist! Oh, meine Kundalini, dass du von meinem Herzen durchdrungen bist! Ihr seid Vater und Mutter. Ihr seid Bewusstsein und Kundalini. Ihr seid Wille, Verstand, Gefühl und Verwirklichung. Ihr seid Himmel und Erde. Ihr seid Ausscheidung und Assimilation. Ich selbst bin die Erkenntnis. Durch richtige Assimilation und Ausscheidung bringe ich euch ins Gleichgewicht. Meine vollkommene Dreieinheit von Wille, Verstand und Gefühl bringt mir göttliche Harmonie. Meine Harmonie mit der Welt lässt mich in ihr verwirklichen.

Erkenntnis, Assimilation und Ausscheidung ist meine Sättigung. Harmonie ist meine Erleuchtung. Sättigung und Erleuchtung ist meine Seligkeit.

## DER PFAD

## ERWACHEN

24

**Mach dein Leben zur weltumspannenden Philosophie. Entschwinde der materiellen Träumerei, die nur vergänglich ist. Beginne zu begreifen, dass der innere Unterschied existiert. Leg den Bezugspunkt in die Ruhe deiner Seele und tue nur noch deine Pflicht. Gib in dein Inneres die Qualität der Wahrheit, an der die Welt zerbricht. Sei der ewige Sucher und der Gewinner, der niemals sich verloren hat.**

**Verschwende keine Zeit, denn es geht um Ewigkeit. Leg ab die ganzen Schwächen in der Zeit, die dir noch bleibt. Lass den Stein dem Steinigen und grabe nur nach Gold. Gib alles, was du hast, lass fallen den Ballast. Entschwinde deiner Heimat, die dich doch nur gefesselt hat. Werde frei und hänge dich an nichts. Bleib nur fest in dir selbst, sonst hast du nichts.**

**Geh den Weg der Ehrlichkeit und du findest Wirklichkeit. Scheu das Schwere nicht - es ist dein Leben. Überwinde dich selbst, sonst hast du kein Ziel.**

## DENKEN

25

Prüfe stets nur die Prämissen. Erkenne die Leere, die sie umgibt, die dich heimlich begleitet, bis du glaubst zu wissen. Sieh nur, was du nicht weißt. Lebe darin und du weißt Bescheid. Eine neue Welt wird aufgehen; die geheimen Gesetze wirst du erspähen. Lass dann dein Denken weichen. Es ist vollkommen. Was soll es dir noch reichen?

## ERFAHRUNG

26

**Was kümmert's dich, was andere reden - willst du denn mit ihnen untergehen? Geh du deinen Weg. Schritt für Schritt. Es gibt keinen anderen.**

**Dein Leben ist alles, was du bist. Lass es auf dich wirken und fasse die Konkretheit deiner Erfahrungen. Extrahiere die Essenz. Sieh die Fehler und formuliere die Gesetze, die sie vermeiden.**

**Erfahrungen sind das Einzige, was du im Leben hast. Jede Erfahrung birgt eine geheime Information - finde sie heraus! Löse dich selbst, indem du das Mysterium deiner Erfahrungen durchschaust. Mache dich und dein Leben durch deine Reinheit und Offenheit so transparent, dass sich dir deine geheime Aufgabe offenbart.**

**Lass die Fehler der Welt Vergangenheit sein. Sei dir nur deiner Aufgabe und deines Lebens bewusst. Lass die labile Zukunft, sie hat nie existiert. Die Gegenwart ist alles, was du bist.**

Der Weg des Bewusstseins ist voller Sicherheit. Deshalb zweifle nicht an deiner Erkenntnis, sondern lebe sie völlig aus. Dein Weg führt durch die finstersten Wälder, doch das Licht des Bewusstseins ist dein Führer. Blicke nur immerzu auf dieses Licht, schau nicht nach links und nicht nach rechts und blicke nie zurück. Das Linke ist das dümmliche Weltliche; das Rechte ist die übertriebene Fürsorge; das Letzte ist zu dunkel, um erkannt zu werden, denn deine Augen sind schon voller Licht.

Wende deinen Blick niemals ab! Denn was willst du finden in der Dunkelheit, wo du dich nur verläufst und entbehren musst dir alle Seligkeit?

Gehe unbeirrt und unaufhaltsam. Mehre dein Bewusstsein und du hast Gewinn, den niemand je dir nehmen kann. Suhlst du dich aber nur in Weltlichkeit, wirst du nichts haben für die Ewigkeit.

Gehe schnell und lass dir keine Zeit, denn was dich aufhält, ist die unbewusste Wirklichkeit. Je mehr du dich darin verstrickst,

desto dunkler wird dein Licht, und am Ende siehst du nichts.

Mach dir das Unbewusste nützlich, indem du dich davon entfernst. Versinke in dich selbst, in dein Bewusstsein. Gehe aus vom Grund allen Lebens und du wirst Leben haben. Das Bewusstsein liegt allem zugrunde. Ohne Bewusstsein verlierst du alle Sicherheit. Das Weltliche kann dir nur geben, was es hat: Leiden, Zerfall, Auflösung.

Du möchtest den feinen Unterschied zwischen Bewusstsein und Weltlichkeit wissen? Nun gut: Du trittst in der Dunkelheit auf ein Seil und bekommst es mit der Angst, da du glaubst, es sei eine Schlange. Dann machst du das Licht an, erkennst das Seil und fängst an zu lachen. - Die Schlange ist dein weltliches Unwissen. Das Licht der Erkenntnis ist die Erleuchtung deines Bewusstseins. Und das Lachen? - Deine Seligkeit!

## ANGST, ERKENNTNIS, LIEBE

Erkenne, dass dir nichts gehört. Spätestens mit dem Tode musst du alles Weltliche fahren lassen. Klammere dich nicht an irgendeinen Besitz und die damit verbundene Angst, ihn zu verlieren. Nutze die dir für eine bestimmte Zeit überlassenen Dinge für deine innere Entwicklung. Lebe das innere Leben; auf ihm findet das Äußere Ruhe.

Das innere Leben verzichtet auf Äußeres und ist nur auf eigenes Fortkommen bedacht. So ist völlige Selbsterkenntnis das Ziel des inneren Lebens. Lass das Äußere nicht zum Parasiten deiner Innerlichkeit werden, sondern werde fest und beständig in deinem Inneren, dann wird sich das Äußere fügen. Werde zum Gesetz des Lebens und nicht zum Spielball reiner Äußerlichkeiten!

Völlige Selbsterkenntnis integriert alle geheimen Gesetze des Lebens und versenkt sich in reinste Liebetätigkeit. Die kleinste spirituelle Erkenntnis, die du haben kannst, ist die Sehnsucht nach Seligkeit. Daraus wachsen Wille

**und Liebe, die der Verstand wie eine Brücke verbindet.**

**Vollkommenheit! Werde so vollkommen, dass du frei bist von Willenlosigkeit und Unverstand. Dann wird sich das Gefühl deines Herzens entfalten, so du es in absoluter Reinheit bewahrst, dass es wie ein warmes Licht mehr und mehr wächst und in dir ein vollkommen ruhig und sanft vibrierendes Gefühl gänzlicher Harmonie erzeugt. Diese Harmonie ist der Zusammenklang deiner Seele mit deinem innersten Selbst - dem Gefühl deines Herzens.**

## SCHWEIGEN, LIEBE, EWIGKEIT

Schweige du und erfülle dir deine Innerlichkeit.

Schweige du und enthülle dir deine Zeitlosigkeit.

Schweige, entdecke die Liebe, bleibe im Rhythmus und werde zur Ewigkeit.

Du redest davon, wie wenig Zeit du hast. Hast du in deiner Hast vergessen, dass du ewig bist? Nimm dir Zeit für deine Ewigkeit und widme dich der Wichtigkeit. Den Unrat lass dir für ein Ende, das womöglich niemals kommen wird.

Hast du erst das Salz geleckert, das in dir das Leben weckt, lass den Schrei des Äußeren verhallen. Gleite sanft in dich selbst; lass deine Augen nicht mehr sehen, was sie sehen; sei ganz in dir, vom Äußeren unberührt. Spürst du dann das Schweigen, das durchdringt die ganze Welt, als das purste Leben in dir selbst, wie kannst du dann verleugnen, was du bist, wo in dir doch das ganze Leben ist.

Schweigen, schweigen, schweigen. Lass die

**Ruhe dein Gemüt erfassen. Spürst du dann den feinen Hauch, der in dir ist, der dein Herz ein bisschen schmerzt und ihm die Seligkeit entlockt, dann lass ihn bleiben, damit er dich erfüllen kann. Und tust du dann und wann das eine oder andere, so denke nur daran, was dich erfüllen kann. Bleibst du dann dir selber treu, hast du die Liebe und das Leben.**

**Lieben, lieben, lieben. Wandle du umher, sei voller Liebe; fühle nur, was dir begegnet und lass dich ganz durchdringen. Fühle nur dein Herz, wie es strahlt. Siehe nur deine Seele, wie sie lebt. Erlebe dich selbst, wie du dich verandelst.**

**Schwinge du dich ein in deinen eigenen Rhythmus. Erkenne, dass du selbst das alles bist. So wie du die Dinge siehst, das bist du selbst. Sei deinem Herzen treu, bleibe im Rhythmus der Zeit und du hast Ewigkeit.**

Der einzig richtige Weg ist der eigene Weg. Finde deinen eigenen Weg und du bist sicher. Weiche nicht von dem Weg, den du gewählt hast.

Ein tiefster Wille und ein leuchtendes Herz sind deine Führer. Vertraue dich ihnen an, dann bist du sicher. Weiche nicht der Erkenntnis deiner Seele, die du erobern willst.

Nimm die Dinge, wie sie sind. Du bist es selbst. Zweifle nicht, sei nur du selbst und du bist sicher. Sei du in deiner Welt, die du bist.

Der eigene Weg ist nicht leicht. Er ist der schwierigste aller Wege. Kein Glück und keine Sicherheit. Einsamkeit und Verlorenheit. Ein Ziel in unerreichbarer Weite; eine Finsternis ohne Ende. Fragen über Fragen. Ein Licht nur in dir, stets sich weitend und doch ohne jede Verwirklichung. Eine Welt nur in sich selbst, fern von aller Fassbarkeit. Tausende von Hindernissen überwunden - wo ist mein Ziel? Tausend Gefahren entschwunden - wo ist meine Erlösung? Sie ist nicht da.

**Der Glaube allein. Das innere Leben, einzig und klar. Was kann es geben außer mir und meiner Seele? Fasse sich ein jeder in sich selbst - die Welt liegt ihm zu Füßen.**

**Dunkelheit um Dunkelheit fahre ich durch alle Ewigkeit. Wer will begreifen? Magie wunderbarer Welten ist meine Wirklichkeit.**

**Den Anfang gefunden, Tag um Tag geschunden, Jahr um Jahr verbracht in dunkler Nacht; wo ist, was ich nicht sehe und nicht finde? - Es ist in mir. Es ist ein Geheimnis. Es ist mein Geheimnis. Das innere Leben. Und es fordert Verwirklichung.**

**Wo ist mein Verwirklichungstag? Wo ist er? Wie lange noch warten? Wie lange noch suchen? Gott, sag mir, wann kommt mein Verwirklichungstag?**

**Lebe den perfekten Tag! Der perfekte Tag ist dein Verwirklichungstag. Strebe nach Vollkommenheit, Tag um Tag. Besiege dich selbst, mache deine Nacht zum Tag und es wird dein Erleuchtungstag.**

# KÄMPFER DES LICHTES

# LEBEN, STERBEN, EWIGKEIT

36

**Sterben. Sterben. Sterben.  
Leben. Leben. Leben.**

**Was stört es dich, was der Tod dir nimmt, was niemals dir etwas bedeutet hat? - Komm zum Leben; lass ihn gehen, den Ballast, der dir nur Sorgen bereitet hat. Was trauerst du um diese Welt, die an dir nagt, in der du nur zerfällst?**

**In dir scheint das ewige Licht Gottes, spüre es in deinem Herzen, lass es leben! Das Ewige ist dein. Es ist dein Leben. Es ist in dir. - Leben. Leben. Leben. Fühle es, wie es lebt, wie es dich erfüllt. Dein Leben ist dein Leben.**

**Mein Freund, wenn du jetzt gehst, vergiss niemals: Gott ist ewig. Tauche ein in das universelle Bewusstsein. Sei ein Teil der ewigen Unsterblichkeit. - Sterben. Sterben. Sterben. Spüre den letzten materiellen Hauch, wie er von dir weicht. Hier hast du Ewigkeit. Da ist das Leben. - Leben. Leben. Leben.**

Der materielle Tod ist ein zweischneidiges Schwert. Sowohl mit links als auch mit rechts sucht er dich vom Göttlichen zu scheiden. Seine Worte sind des Lebens Hohn. Er fordert dich zum Kampfe. Erst will er reden, dann will er schneiden. Lass dich nicht schneiden noch zerreden. Sag ihm, dass du verwirklicht bist, und er wird stumm. Weile im Bewusstsein, es ist Gott, es ist unendlich; es ist die Zeit, das Leben und die Ewigkeit. Stell dich hin. Warte. Nur einen Augenblick von Ewigkeit, und das Materielle zerfällt. Was für ein lächerlicher Gegner!

Sei du die Scheide, die das Schwert aufnimmt. Hab in dir das Vakuum, dem das Materielle nicht entweichen kann. Zeig ihm die Leere, die er nicht zerstören kann.

Dann sieh sein Gesicht. Von Freude ist es nicht. Nun legt er ab den Todesfrack, zeigt dir, dass er nichts hat

## AUFERSTEHUNG

38

**Tausend Tode musst du sterben, um wirklich zu erstehen. Nimm das Kreuz des Lebens und erniedrige dich selbst. Lass das Innere leben und vergiss den äußeren Tod. Geh den Weg der Scheidung, der das Falsche fallen lässt. Sieh dir an, was übrig bleibt, dann hast du Ziel und Wertigkeit.**

**Gib Körper und Verstand in harte Disziplin, dass sie den Grund in allgemeine Weisheit legen. Richte sie aus nach dem Zielpunkt, der tief in dir ist: deinem Herzen. Denn dies ist der höchste Punkt, in dem sich das Gefühl der Seele offenbart. Lass ihre Unvollkommenheit über den Verstand und den Körper in die Vollkommenheit des Herzens eingehen.**

## WIEDERGEBURT

39

Erlebe, wie das, was du wahrnimmst, wie du es wahrnimmst, und wie du darauf reagierst, sich ständig ändert. All das zusammen, deine Wahrnehmung, was du glaubst zu sein und dein Handeln, bildet dein Bewusstsein.

Konzentriere dich auf das subtile Gleichgewicht zwischen dem Wasser deines Verstandes und dem Feuer deines Herzens. Bringe sie in die Waage und du hast Einklang und Vollkommenheit.

Gib dem Verstand, was ihm gehört, doch dem Willen lass das Herz, dass er es ganz ergreife. Sei reiner noch als rein und lass dir alles nehmen. Schaff in dir das Gleichgewicht, das alles dir bedeutet, und nimm den Wunsch der Liebe.

Bringt dir die Sehnsucht dann die Liebe, und du bist voller Liebe, die weder gibt noch nimmt, ist Seligkeit in dir. Mischt sich dann Seligkeit mit Traurigkeit, hast du die liebe Ewigkeit. Ja, sei voller Liebe. Sei du die Liebe selbst. Sei nur du selbst und weine eine Träne voll von Liebe.

# LETZTE VERWIRKLICHUNG

Ich lebe und webe das Netz, das ich bin. Nichts kann mich erschüttern. Ereignisse, sie rollen wie Tautropfen und befeuchten mich nicht. Dennoch fange ich es ein, das Kleingetier, das niemand haben will. Es bringt mich zum Zittern, und wenn es richtig schwingt, dann leibe ich's mir ein. Ein köstliches Mahl, ein Vergnügen dazu, zu wachsen von dem, was die Welt im Innersten zusammenhält. Kommt dann ein dicker Brocken, der mir mein Netz zerstört, so fällt er eben durch, und als hätte ich nichts gehört, wird zugekleistert, damit der Luftzug mich nicht stört. So bleibe ich im Training und verbessere meine Kunst, bis eines Tages dann ich vollkommen spinnen kann. Es bilden sich dann hier und da feinste Äthertröpfchen gar. Die schlecke und die lecke ich; so leb ich ewiglich.

## INNERE WELTEN

42

Dein Bewusstsein ist dein Plan, so wie du ihn erfüllst, wirst du verwirklicht. Unbemerkt flößt es dir Ideen ein, leitet dich sicher zum Ziel allen Lebens und gibt dir höchstes Glück. Dein Handeln baut in dir die neue Welt, die ewig hält. Äußerlich unsichtbar taucht dein Inneres ins göttliche Bewusstseinsmeer. Zwischen Bewusstes und Unbewusstes schieben sich Welten der Transformation. Das Innere ist nun dein Reich, und König bist du dort für alle Zeit.

Die geheimen Wege, du kennst sie alle. Das Labyrinth der Unbewusstheit war die große Falle. Bist ihm entronnen, hast dein Netz gesponnen. Lebst in höchster Höhe klar, sanftes Säuseln kriecht ins Ohr dir da. - Bienen, Glocken und Donner künden vom höchsten Bewusstsein. Doch das eigentliche Licht, das siehst du nicht.

## LICHT

43

Ununterbrochene Tätigkeit in Selbstvergessenheit flechtet dich ins Universum. Höchstes Bewusstsein ist dein Leben, deine Transformation und deine Freiheit. Nun bist du reif, dass dir genommen wird die Schranke, die dein Drittes Auge schließt.

Rotes Feuer wird tosen, gefolgt von gelblichem Schimmer und gleißendem Grün. Blauer Äther wird fließen und in sanftes Violett übergehen. Auf dem kosmischen Regenbogen gleitest du ins Licht.

Schreite nun in die weiße Halle der letzten Verwirklichung. Engel werden dich empfangen und im Universum verkünden das höchste Ziel, das du erreicht hast. Empfange die Krone der ewigen Glückseligkeit und erfülle den Kosmos bis ans Ende der Zeit.

**Leb wohl!**