

In der Stille!

Mein Körper, mein Geist, meine Seele horchen aufmerksam,
mit Geduld.

Du sprichst mit mir in einer Sprache ohne Worte,

denn Du sprichst mit mir durch die Blumen,

Du sprichst mit mir durch jedes Leben, jede Bewegung.

Du sprichst mit mir durch meinen Körper,

meinen Geist, meine Seele,

alle meine Wünsche sind für immer erfüllt,

ich schwinde im Einklang mit der Musik der Worte.

Ich bin bei dem Ruhigen, dem Geduldigen, dem Edlen,

ich bin Du, denn Du lebst in mir,

obwohl Du mich nicht kennst.

Ich bin überall, hinter jedem Deiner Gedanken,

Ja, ja! Du sprichst mit mir durch meinen Geist, meine Seele,

o mein Gott, meine Wirklichkeit, danke!

Mauna

Die Stille nennt man im Yoga Mauna.
Die Stille ist das Bewusstwerden des Wesens,
die Stille ist eine hohe Form der Tätigkeit,
die Stille spricht durch alles, was lebt,
die Stille ist der kürzeste, schnellste und sicherste Weg.
Die Stille führt unmittelbar zur Ewigkeit.
Das Gefühl von Ewigkeit ist Stille,
das Gefühl des Lebens ist Stille.

Ekstase

Was ist Ekstase?

Ekstase ist ein Ozean aus Honig,

Ekstase ist süßer als die Süße,

Ekstase ist ein hoher Bewusstseinszustand,

Ekstase ist das ewige Leben,

Ekstase ist die höchste Kraft,

Ekstase ist das Leben des Vollkommenen,

Ekstase ist die völlige Stille des Körpers,

Ekstase ist auch die völlige Stille des Geistes,

Ekstase ist das Glück des Körpers,

Ekstase ist eine Realität,

Ekstase ist eine Möglichkeit, die uns allen zugänglich ist,

Ekstase ist ein Weg zur höchsten Freude,

Ekstase ist die geheime Unterhaltung

meiner Seele mit der höchsten Seele,

Ekstase ist eine Vision der Wirklichkeit,

Ekstase ist die Harmonie mit dem Kosmos,

Ekstase ist die Wirklichkeit in der Wirklichkeit,

Ekstase ist unsere wahre Natur,

Ekstase ist die wortlose Sprache des Herzens,

Ekstase ist ein direkter Weg zum Ewigen,

Ekstase ist der Weg der Stille,

Ekstase ist das Bestreben aller,

Ekstase ist der Zustand der Engel und der Übermenschen.

Grabt den Boden der Seele um

Reißt das Unkraut des Hasses aus,
das im Rosengarten der Seele wuchert,
reißt all seine Wurzeln aus und grabt den Boden um
durch euren guten Willen und mit rechten Gedanken.
Lasst nicht die Vögel die Blumen des Gartens plündern,
denn diese sollen ihren Duft ausströmen und leben, um uns
die Hand zu reichen.

Reißt alles Unkraut aus,
damit die Erde bereit ist für die Saat;
grabt den Boden eurer Seele um,
begießt ihn mit dem Wasser der Liebe.
Alle schlechten Gedanken müssen zerstört werden,
bevor sie dort entstehen,
wo der Boden der Seele die Pflanzen des Glückes schützt.