

Der Weg
ins Göttliche

Daniel Hertlein

Herstellung im Selbstverlag –
www.yogische-lebenskunst.de
Copyright ©2011 Daniel Hertlein
Alle Rechte vorbehalten

Redaktionelle Bearbeitung: Brigitte Hatherly
Lektorat: Andrea Hetterich
Texterfassung: Brigitte Stümpfler, Monika Theuer

Ein Geschenk
an meine Schüler

1. Kapitel

Seite 9

Ausrichtung

Glaube und Erleben

Verbindungen pflegen

Du wirst zu dem, mit was du dich verbindest

Lege deinen Geist in Gottes Hände

Begleitung in Träumen

Nichts ausschließen, nichts bevorzugen

2. Kapitel

Seite 17

Innenschau

Angeln lernen

Ein offener Blick

Aktivität und Passivität

Was sieht?

Praxis ist unendlich ausdehnbar

3. Kapitel

Seite 25

Einen Weg gehen

Ein Weg?!

Den Weg erleben

Gemeinsam gehen

Gleichmut

Früchte der Praxis

Die Einzigartigkeit der Erfahrungen

Der Buddha würde es besser machen
Praxis mit Zweifel

4. Kapitel

Seite 37

Auf dem inneren Weg

Der göttliche Funke

Ein reines Herz

Beziehungen reinigen

Ich verbeuge mich vor dir

Alles ist in euch

Göttliche Gedanken zum Wohl der Menschen

Visionen

Prüfsteine annehmen

Keine Spuren hinterlassen

5. Kapitel

Seite 49

Die Verbindung zum Lehrer

Heimweh

Notwendigkeit eines Lehrers

Über das eigene System hinaus

Gib mir dein Ego

Neues Denken

Ein Akt der Liebe

Formen der Liebe

Versuchungen

Das Heilige zum Vorschein bringen

Die Haltung des Schülers

Offenheit, Demut und Hingabe

Vertrauen – Wunschlosigkeit

Wahres Erleben

Glücklicher Meister

6. Kapitel

Seite 63

Kundalini

Yogische Schulung

Reinigung und Heilung

Licht ins Dunkel

Vereinigung von Shakti und Shiva

Auf dem geraden Weg bleiben

7. Kapitel

Seite 71

Heilung

Besinnung auf das Heilige in uns

Das Heile in uns entdecken

Bedingungen schaffen für ein inneres „Ja“

In dem Heiligen ruhen

Andere heilen

Innere Aufrichtung

Lichtblick in der Dunkelheit

Heile Verbindung in dunklen Zeiten

8. Kapitel Seite 81

Der Yogische Raum

Räume ergründen
Themen und der Yogische Raum
Allumfassend und unmittelbar
Ehrlichkeit
Heilende Reinigung
Im Yogischen Raum zu Hause
Verkörperter Buddha-Geist
Den Geist schulen
Raumunterstützendes Denken
Alles ist Aktivität

9. Kapitel Seite 91

Der Atem

Der reine Atem
Was atmet?
Das Feine durchdringt das Grobe

10. Kapitel Seite 97

Mensch sein

Zwischen Himmel und Erde
Verletzlich mit aufrechter Wirbelsäule
Raum für Bedürfnisse
Vollständige Menschen werden

DER WEG INS GÖTTLICHE

Das 1. Kapitel

***Je mehr du dich
auf eine Form ausrichtest,
die du als reine Form,
als Verkörperung des Göttlichen
annehmen kannst, desto mehr
wirst du transformiert.***

Glaube und Erleben

Jesus sagte: „Selig sind die, die nicht sehen und doch glauben.“ Für ein religiöses Leben ist es sehr wichtig, dass ihr einen starken Glauben habt – und zugleich den Mut, blindes Vertrauen und naiven Glauben zu entlarven. Denn nur ein tief verbundenes Vertrauen und ein wahrer Glaube sind eurer Praxis förderlich und werden einem Prüfen auf Erlebbarkeit standhalten können. Wenn ihr euren Glauben durch eure unmittelbaren Erfahrungen bestätigt fühlt, dann unterstützt eure Praxis euren Glauben und euer Glaube eure Praxis.

Verbindungen pflegen

Wenn ihr eine tiefe Verbindung zu einem Meister, einem Heiligen, spürt, so pflegt und lebt sie. Diese Verbindung wird euch auf eurem Weg unterstützen und euch auch in schweren Phasen Trost, Schutz und Hoffnung schenken. Je mehr ihr euch innerlich auf diese Manifestation des Göttlichen ausrichtet, desto

mehr werdet ihr verändert.

Und das Ausrichten auf ein Bild des Heiligen ist eine Möglichkeit, wie ihr diese Verbindung kultivieren könnt. Wenn ihr in die Augen des Heiligen blickt, seid euch gewahr, dass sie die Türen in den unendlich weiten Raum des Göttlichen sind.

**Du wirst zu dem,
mit was du dich verbindest**

Wenn du dich mit Heiligen wie Maria oder Jesus verbindest, dann verbinde dich mit den Qualitäten, die sie verkörpern. Denn je mehr du dich mit diesen Qualitäten verbindest, umso mehr wirst du sie auch in dir entwickeln.

Richte dich nicht auf das Leid aus, das diesen Heiligen zu Lebzeiten widerfahren ist, sonst leidest du. Es genügt, wenn du dein eigenes Kreuz trägst – du musst dir nicht noch mehr aufladen. Beziehe dich auf ihre Qualitäten, die sich in Worten und Taten zeigen.

Du wirst immer zu dem, mit was du dich verbindest. Darum ist es wichtig, mit wem oder was du dich verbindest.

Lege deinen Geist in Gottes Hände

Die Yogis sagen, dass du in den letzten Sekunden deines Lebens deine Aufmerksamkeit dorthin richten wirst, wo sie während deines Lebens war. Und wenn du dich beständig auf das Göttliche ausgerichtet hast, wirst du endgültig befreit werden. Wenn dich jedoch nur materielle Dinge angezogen haben, wird es schwer, dass dich das Göttliche im Sterbeprozess vollständig absorbiert.

Das, auf was du dich ausrichtest, wird dich auf eine bestimmte Weise schwingen lassen. Und gemäß deiner Schwingung bekommst du das, was du benötigst, um weiter aufzusteigen. Der physische Tod ist nicht das Ende – du kommst deiner seelischen Entwicklung nicht aus.

Also sei achtsam, womit du dich verbindest! Und was du dir antrainierst. Denn wenn es ernst wird, zeigt es sich, wo dein Herz ist, wo dein Blick hingeht. Und wenn dein Blick noch nicht zum Göttlichen geht, dann erziehst du deinen Geist, damit er weiß, wohin er sich richten muss. So lange, bis er es von selbst macht. Weil er sich dann auch in schwierigen Phasen dorthin richten wird. Und da wir nicht wissen, was auf

AUSRICHTUNG

uns zukommt, ist es gut, wenn wir das üben, solange wir so entspannt zusammen sein können.

Jesus hat seinen Blick in den schweren Situationen seines Lebens immer auf das Göttliche gerichtet. Im Garten Getsemani wendet er sich in seiner Verzweiflung an seinen Vater und bittet ihn darum, dass der Kelch an ihm vorüber gehe. Selbst am Kreuz richtet er sich unter qualvollen Schmerzen auf seinen Vater aus. Er sucht den direkten Kontakt und fragt: „Mein Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen?“ Er lenkt seine Aufmerksamkeit zu dem Göttlichen und geht in das Göttliche vollständig ein. Das ist der Weg der Befreiung.

Begleitung in Träumen

Das, worauf du dich ausrichtest, wird dir auch immer mehr im Schlaf begegnen. Je mehr du dich zum Beispiel auf den Lehrer ausrichtest, desto mehr wird er in deinen Träumen präsent sein – deine Schulung wird in den Träumen fortgeführt werden.

Du gestaltest durch deine Ausrichtung auch deine Träume.