

# Kundalini: Das Geheimnis des Lebens

## Ein Auszug aus Baba Muktanandas Buch

Die Wahrheit ist, dass dieser menschliche Körper der Tempel Gottes ist. Es gibt keinen großartigeren Tempel als diesen menschlichen Körper. Darüber sollte jeder und jede kontemplieren und begreifen, dass Gott im eigenen Inneren wohnt. Genauso wie du sagst: „Dies ist mein Besitz“ oder „Dies ist mein Haus“, so solltest du dir das Recht erwerben, zu sagen: „Gott ist in mir.“ Tukaram Maharaj sagt: „Ich ging und suchte Gott überall, fand Gott aber nicht. Ich selbst wurde zu Gott. In genau diesem Körper hat sich Gott mir selbst offenbart.“ Und das ist absolut wahr.

Das ist die Erkenntnis, die sich einstellt, wenn Kundalini im *sahasrara* aufgeht. Das ist *parabhakti*, der Zustand höchster Hingabe, in der es weder den Suchenden, noch Gott, noch Welt gibt, sondern nur das Eine. Ebenso wie ein Strom nach langer Zeit des Fließens schließlich ins Meer mündet und zum Meer wird, so wirst du auch völlig in Gott aufgehen, sobald Kundalini ihre Arbeit beendet und sich fest im Sahasrara verankert hat.

All deine Unreinheiten und Hüllen sind nun zerstört und du findest den Zustand völliger Ruhe im Selbst. Der Schleier, der dich zuvor überall Dualität erblicken ließ, fällt ab, und du erlebst die Welt als glückseliges Spiel der Kundalini, ein unterhaltsames Spiel der Energie Gottes. Du erkennst das Universum als höchstes Licht der Glückseligkeit, in nichts von dir unterschieden, und du verweilst unerschütterlich in diesem Gewahrsein. Das ist der Zustand der Befreiung, der Zustand der Vollkommenheit.

Ein Mensch, der diesen Zustand erlangt hat, braucht die Augen nicht mehr zu schließen und sich in einen einsamen Winkel zurückzuziehen, um in *samadhi* zu gelangen. Gleichgültig, ob er meditiert, isst, badet, schläft, ob er allein ist oder in Gesellschaft anderer, er erlebt den Frieden und die Freude des Selbst. Alles, was er

sieht, ist Gott, alles, was er hört, ist Gott, was immer er schmeckt, ist Gott, was immer er spricht, sind Worte Gottes. Mitten im weltlichen Leben erfährt er die Abgeschiedenheit einer Höhle, und mitten unter Menschen erlebt er die Glückseligkeit des Samadhi. Das ist es, was das *Shiva Sutras* mit *lokanandah samadhi sukham* umschreibt: „Die Glückseligkeit der Welt ist die Ekstase des *samadhi*.“

Um diesen Zustand zu erreichen, sollten wir meditieren und unsere Kundalini erwecken lassen. Wir meditieren nicht, um Gott zu erlangen, denn wir haben ihn bereits erlangt. Wir meditieren, um uns Gottes gewahr zu werden, der sich in uns manifestiert hat. Diese Erkenntnis ist die Errungenschaft von Siddha Yoga, das Ergebnis des inneren Yoga, der einsetzt, sobald Kundalini durch die Gnade eines vollkommenen Meisters erweckt wird.

Deshalb sage ich allen: „Meditiere über dein Selbst, achte dein Selbst, verehere dein Selbst, denn Gott wohnt in dir als du.“



Swami Muktananda, Kundalini: Das Geheimnis des Lebens,  
(Siddha Yoga Verlag, Telgte, 2002) S. 48 ff.  
Design Layout: Shabnam Labra und Hira Tanner.