

Kapitel 1

Ein schlimmer Geburtstag

Am Morgen meines 44. Geburtstages, machte sich ein merkwürdiger unangenehmer Geruch in unserem Haus bemerkbar. Der Ursprung war im Badezimmer, aber auch nach langem Suchen konnte ich die Quelle des mittlerweile ekelerregenden Geruchs nicht entdecken. Es war keine verwesende Maus zu finden und auch nichts anderes, was diesen Geruch hervorrufen konnte. Mittags kam mein Mann nach Hause und trotzdem ich den ganzen Vormittag kräftig gelüftet hatte, ging er fast rückwärts wieder zur Tür hinaus. Es war unerträglich geworden! Während er im Badezimmer alles absuchte - Männer meinen ja immer Frauen wären nicht in der Lage richtig zu suchen - fing auf einmal eine Steckdose an zu brennen. Sie war die Ursache für den unerträglichen Geruch. Den ganzen Nachmittag über, während ich mit meinen Geburtstagsgästen auf der Terrasse feierte, reparierte mein Mann den Schaden.

In der Nacht davor hatte ich es endlich geschafft, meine Energien zu „kontrollieren“. Ich war mächtig stolz auf mich, denn in der Woche vorher, war ich so überwältigt worden von spirituellen Erlebnissen, dass ich das Gefühl hatte, überhaupt keinen Einfluss mehr auf mein Leben zu haben. „Es“ machte mit mir, „ich“ machte nichts mehr. „So kann es nicht weitergehen“, sagte ich mir, „jetzt muss geklärt werden, wer die „Herrscherin“ über meinen Körper ist“.

Im Laufe meines Geburtstages bemerkte ich eine beängstigende Energie, die sich langsam aber sicher in meinem Bauch zu einem riesigen Lichtball ansammelte. Es ging mir nicht sehr gut dabei, ich wurde kribbelig und unruhig, hatte das Gefühl, dass ich bald platzen würde vor Energie.

Betreff: Chaos und bald platzender Energieball!
Datum: Mittwoch, 9. Mai 2001

Ich dachte, jetzt habe ich Ruhe und kann dich endlich auch in Ruhe lassen, aber es ist zu viel im Fluss bei mir, das muss raus!
Meine Energien sammeln sich ungeheuerlich im Unterkörper an und sie können nicht raus, weil ich es verhindert habe heute Nacht. Jetzt habe ich das Gefühl, dass sich ein kindskopfgroßer Ball da unten angesammelt hat, der bald explodiert.
Pure Energie! Das wird doch nicht außer Kontrolle geraten????

Auf diese Energie sind die Mystiker aus, denn wenn sie in den Kopf gelangt erzeugt sie veränderte Bewusstseinszustände. Die Energie im Kopf kann gefährlich werden, also besser oben raus oder als Licht über den ganzen Körper ausstrahlen, das sagen auch andere Yogis.

Irgendwann verschwinden die äußeren Symptome dieser Energie (So war es bei mir und aus der Literatur weiß ich, auch bei Anderen). Sie hat sich dann in etwas Subtileres umgewandelt, das sich weniger körperlich auswirkt. Die Energie manifestiert sich in der Art einer feinen göttlichen Liebe.

Nun werde ich mich in die Arbeit stürzen, Kuchen backen und saubermachen. Vielleicht werde ich dann etwas davon los.

Das ist auch eine Lösung, man kann sie abarbeiten die Energie, es ist aber keine Dauerlösung.

Beim Geburtstagskaffee saß eine gute Bekannte neben mir, die unauffällig immer weiter wegrutschte. Als ich sie abends hinausbegleitete, meinte sie, ich hätte eine solche Menge Energie abgestrahlt, dass es ihr abwechselnd heiß und kalt wurde.

Nachdem alle Gäste gegangen waren, ging es mir immer schlechter. Ich wurde die angesammelten Energien nicht mehr los und zitterte am ganzen Körper. In meinem Kopf setzte sich der Gedanke fest, dass ich für die brennende Steckdose verantwortlich sein könnte.

Kann es sein, dass ich unbewusst Einfluss auf die Elektroleitungen in unserem Haus habe? Mittlerweile halte ich alles für möglich.

Heute Mittag hatten wir fast einen Brand, es war ein großes Glück, denn die Sicherungen sind nicht rausgeknallt (schon das zweite Mal innerhalb von 3 Wochen und in verschiedenen Stromkreisen). Da wir ein Holzhaus haben, ist das extrem gefährlich. Es ist eigenartig, dass Steckdosen zu brennen anfangen, in denen nichts drin steckt.

Heute, den ganzen Vormittag über, ging an der Toilette die Wasserspülung, ohne dass Wasser lief. Mein Mann suchte nach natürlichen Erklärungen und dann war er erschrocken, weil ich alle in Gefahr bringen könnte. Von solchen Sachen habe ich überhaupt keine Ahnung, damit habe ich mich noch nie beschäftigt. Aber ich habe auch Angst, meine Familie in Gefahr zu bringen.

Ich zittere jetzt am ganzen Körper. Meine Freundin hat gesagt, dass ich ganz schlecht aussehe.

Natürlich, diese Energie erzeugt sehr oft paranormale Phänomene = Poltergeistphänomene - ach bist Du uninformiert, wird Zeit, dass Du Dich da einliest. Was ich angedeutet habe ist, dass die Kundalini gefährlich werden kann, wenn Du so weitermachst.

Medizinisch soweit ich es verstanden habe: Dieses Schütteln läuft unter der Bezeichnung "Schüttellähmung" und ist eine zentralnervöse Störung, die dadurch zustande kommt, dass die Isolation zwischen den Gehirnzellen zu schwach ist oder durch synchrones Schwingen von Gehirnregionen (das wird wahrscheinlich bei Dir der Fall sein) überwunden wird.

Gestern habe ich mit einer Bekannten darüber gesprochen. Sie hatte auch so ein Schütteln, fast täglich - ein bis zwei Stunden - durch längere Zeit hindurch (wie lange weiß ich nicht, vielleicht ein Jahr?). Sie meinte, es entsteht dadurch, dass Blockaden da sind und durch die Kundalini beseitigt werden. Danach war bei ihr wieder Ruhe.

Ich erlebe dieses Schütteln als Entladung von Energien und in meinem Kopf schwingt es fast immer kurz vorher.

Man kann das verschieden interpretieren - ein wissbegieriger Mensch wird sich für alles interessieren und sich nicht einseitig für die eine oder andere Theorie entscheiden.

Ich hole mir sowieso immer nur die Sachen heraus, die mich ansprechen.

Vayu schrieb mir, ich müsse unbedingt einen Weg finden, meine überschüssigen Energien loszuwerden.

Ausgerechnet ich sollte für Poltergeistphänomene verantwortlich sein. Ich kam mir total verrückt vor, saß weinend vor dem Computer, hatte das Gefühl zu platzen und fand keinen

Weg auch nur eine kleine Menge dieses beängstigenden Balles in meinem Bauch loszuwerden. Der Blick meines Mannes schien zu sagen: "Jetzt ist es soweit, sie ist reif für die Psychiatrie." Ich konnte ihm das nicht verübeln, denn so fühlte ich mich. Das Schütteln am ganzen Körper hörte nicht auf, ich zog mich in Krämpfen zusammen und bog mich wieder auseinander.

Aus Verzweiflung dachte ich, die Energie durch einen Orgasmus loswerden zu können. Mir war noch nie so wenig danach zumute, wie an diesem Abend. Ich habe ihn mir erkämpft, anders kann man das nicht beschreiben. Als ich kam, war es eine gewaltige Energieentladung und dauerte fast eine halbe Stunde, in der ich um mich schlug und trat. Mein Mann hielt mich im Arm und kam aus dem Staunen nicht mehr heraus. Danach ging es mir etwas besser, ich konnte wenigstens einschlafen.

Betreff: Hilfe!!!!

Datum: Donnerstag, 10. Mai 2001

Lieber Vayu,

gestern Abend ging es mir schlecht, mein ganzer Körper war verkrampft. Ich konnte mich nicht entspannen, schon gar nicht meditieren. Diese verflixte Energie war einfach überall, selbst der Ball war weg.

Den ganzen Tag über hatte ich keine Kundaliniwellen und nicht das geringste sexuelle Gefühl. Es war gut, aber auch unheimlich und ein Zeichen dafür, dass irgendetwas nicht stimmte.

Da saß ich und wurde die Energie nicht mehr los. Aus lauter Verzweiflung habe ich dann einen Orgasmus herbei gezwungen. Die Entladung dauerte 20 oder 30 Minuten. Mein Mann versuchte mich im Arm zu halten, aber das ging nicht, weil ich um mich geschlagen und getreten habe, alles war total außer Kontrolle.

Ja, das mit dem Orgasmus herbeizwingen war eine gute Notlösung, war gut, aber - es ist eben eine Notlösung.

Das war mir schon klar, das war eine reine Verzweiflungstat. Ich mag Sex gerne, aber nicht mehr das, was hier abläuft. Das hört sich in der Theorie so gut an, wandele es um in kosmische Liebe, wie nur??????????

Mein Mann wird jetzt auch noch sauer und macht mir Vorwürfe, dass ich das nicht unter Kontrolle bekomme und die Familie vernachlässige. Ich habe mir das bestimmt nicht so ausgesucht. Was soll ich nur machen??????????????????

Ich werde versuchen Dir so weit wie möglich zu helfen. Von einem Tag zum anderen werden wir das nicht wegbekommen - musst halt Geduld haben und etwas aushalten.

Dachte, jetzt läuft alles wieder normal, irgendwie krieg ich das mit der Zeit schon geregelt.

Jetzt ist es 4.30 und ich sitze hier und die Energie steigt und steigt schon wieder immer mehr an. Das geht doch gar nicht mehr, ich halte diese Mengen nicht mehr aus. Ich zittere am ganzen Körper und ich bin kaum in der Lage zu schreiben. Eben habe ich eine Meditation gemacht um mal wieder was abzuleiten, aber ich krieg es nicht mehr raus. Warum bist du nur so weit weg, ich brauche Hilfe!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

*Eigentlich hast Du nichts falsch gemacht, die Kundalini ist mitunter wie ein wildes Pferd beim Rodeoreiten - macht der Rodeoreiter etwa irgend etwas falsch? - Nein, das Pferd ist einfach so...
Was innere Bewusstseinszustände anbelangt ist jeder Mensch auf sich alleine angewiesen - niemand anderer kann da helfen oder steuern....*

In der Nacht bin ich aufgewacht und ich fühlte, wie sich mein Energieball wieder zu enormer Größe angesammelt hatte. Ich hatte meinen Körper nicht mehr unter Kontrolle. In den Balken fing es an zu knacken und wurde immer lauter. Im Badezimmer unter unserem Schlafzimmer knallte es, der Raum fing an zu schwingen und löste sich auf. Alle Materie löste sich auf. Ich schwang mit den Teilchen im Raum und spürte große Macht in mir. Gleichzeitig bekam ich Angst, wieder eine Steckdose zu entzünden, oder dass etwas Anderes passieren könnte. Mein Mann schlief wie ein Bär neben mir, wieso er von dem Allem nichts mitbekommen hat, ist mir bis heute ein Rätsel. Es war ein lautes Rauschen in meinem Kopf und vielleicht auch im Raum, ich konnte das nicht mehr unterscheiden. Eine Woche davor hatte ich mich noch für ganz normal gehalten. Das war zu viel auf einmal. Wie lange das dauerte weiß ich nicht, ich hatte kein Zeitgefühl mehr. Danach lag ich im Bett und mir wurde bewusst, welche Verantwortung in dieser Macht liegt. Ich gefährdete meine Familie.

Am nächsten Tag war meine kleine Tochter krank. Sie hatte Schmerzen und konnte nicht zur Schule gehen. Beim Frühstück erzählte sie, dass sie nachts wach geworden sei und da hätte sie ein ganz komisches Gefühl im Bauch bekommen und seitdem würde es ihr schlecht gehen. Also legte ich meine Hände auf ihren Bauch und sog ihre Schmerzen heraus. Das mag sich sehr bizarr lesen, aber ich konnte genau spüren wie meine Hände den Schmerz heraussaugten, wie ein Staubsauger. Unter meinen Händen fing ihr Bauch an Wellen zu schlagen. Ich hielt die Hände in geringem Abstand über die Haut und nach einiger Zeit fühlte ich, dass die Schmerzen weg waren. Ich wusste, dass sie weg waren. Meine Tochter sagte hinterher, sie habe ein merkwürdiges Gefühl im Bauch, aber es sei schon besser. Eine Stunde später ging es ihr wieder glänzend.

Zu diesem Zeitpunkt kannte ich Vayu seit 6 Tagen und seit 4 Tagen „passierten“ mir ununterbrochen die unwahrscheinlichsten Dinge. Im Laufe des folgenden Vormittags, lief die Toilettenspülung anscheinend immer wieder, sah ich nach, lief kein Wasser, aber das Geräusch war da. Die Balken knackten auch weiterhin immer mal wieder. Unser Haus hat sich schon lange „gesetzt“, es kommt also normalerweise nur noch sehr selten und sehr vereinzelt vor, dass Balken knacken oder reißen.

Ich schrieb verzweifelte Mails an Vayu und wartete ungeduldig auf seine Antwort. Leider war er an Wochenenden nicht erreichbar und ausgerechnet dann wurde es bei mir meist besonders schlimm.

Betreff: Energie umwandeln!
Datum: Donnerstag, 10. Mai 2001

Ich bin nicht mehr in der Lage Energie umzuwandeln, oder rauszulassen, ich kann doch nicht dauernd nur Mammutorgasmen kriegen, um das abzuleiten, das finde ich nicht mehr normal und will ich auch nicht. Die Umwandlung kann ich doch nicht innerhalb von 5 Tagen schaffen, wenn Andere Jahre dafür brauchen.

Was heißt Jahre, ich habe Jahrzehnte gebraucht zur Umwandlung.

Oh je!

Aber dir steht das Wasser bis zum Hals, deshalb wirst Du es vielleicht schneller schaffen.

Ja, das ist richtig, zeitweise habe ich das Gefühl ich gehe unter. Jahrzehnte halte ich das nicht durch.

Du kannst es ja auch in Kunst umwandeln (z.B. Malen, Musik).

Dazu komme ich überhaupt nicht mehr, der Tag hat nur 24 Stunden.

Mystische Euphorie ist diesem Zustand am nächsten verwandt und geht deshalb vielleicht leichter.

Du projizierst Liebe irgendwo hinein - in die Natur, Pflanzen, Tiere, oder in einen Menschen oder in eine Gottheit oder Gott, egal was, es muss irgendetwas sein, was Aufhänger für einen Liebeszustand sein kann, es muss Dich ansprechen.

Jetzt geht es wieder einigermaßen, habe eben doch etwas Energie loswerden können in der Meditation und zwar nicht sexuelle Energie. Einige Augenblicke lang hatte ich wieder dieses allumfassende Glücksgefühl und mir ging es gleich besser.

Genau das ist es (unter Zwang lernt man viel besser - ich war nie unter Zwang, deshalb hat es bei mir sehr lange gedauert...)

Meine älteste Tochter hat eben angerufen und erzählt, dass sie in letzter Zeit mehrmals geträumt hat, dass ich sterbe. Sie hat wirklich eine gute Intuition, irgendwie sterbe ich ja auch und es kommt etwas Neues. Ich hoffe, dass ich sie beruhigen konnte.

Richtig - ist ein alter Schamanenbrauch und wird dort auch als wichtigstes Ritual durchgeführt - der alte Mensch stirbt, damit ein neuer Mensch geboren werden kann, nämlich die/der Schamanin.

Wir sind beide Schamanen - von denen stammen die Yogis ab - Yoga ist Schamanismus, wenn Du so willst.

An solche Gedanken muss ich mich erst gewöhnen, davon bin ich noch weit weg.

Betreff: Euphorie!

Datum: Donnerstag, 10. Mai 2001

Ich habe es so weit gebracht, dass ich durch Gedankenstille und Verbindung mit der Natur zu einer Art innerem Glück, leichter Euphorie und Liebe gefunden habe (beim Spaziergehen und dann nachdem der Zustand trainiert war habe ich diesen auch immer wieder in den Alltag geholt). Wenn man diese Euphorie hat (sie ist zart und sanft), dann braucht man den Sex nicht mehr und ist damit glücklich.

Hört sich für mich so an, als ob du jetzt mit einem Heiligenschein durch die Gegend läufst. Das kann doch nicht gesund sein. Sexuelle Energie haben wir von der Natur mitbekommen und das ist etwas Schönes. Bitte entschuldige meine Direktheit, aber das ist mir total unverständlich.

:-)))) Ich sag dir: "Entweder Du verwandelst Deine Gefühle in mystische Liebe oder Du gehst halb oder ganz drauf".

Unterdrücken geht nicht und Ausleben - das ist so wie bei jeder Sucht - es muss immer mehr und mehr werden, bis es zu viel ist.

:-)))) Ich glaube nicht daran, dass sich beides ausschließt. Das ist gegen meine Überzeugung von der allumfassenden Liebe dieser Macht da oben, das wäre eine grausame Liebe. Aber ich sehe ein, dass ich das Zuviel davon umwandeln muss. Und das tue ich sehr gerne, wenn ich dann mal herausfinde, wie ich das machen soll.

Oben habe ich über mich geschrieben und das hast Du missverstanden: was für mich gilt, muss nicht für dich gelten und ich will keinen Sex machen, sondern einen Zustand der kosmischen Liebe.

Warum ist es denn erstrebenswert, Sex in kosmische Liebe umzuwandeln? Ich kann es ja verstehen, dass ich zum Beispiel einen Teil an sexueller Energie darin umwandelte, aber gleich alles?

Das Erstere (einen Teil umwandeln) habe ich gemeint und nichts anderes - ich habe nicht davon gesprochen, dass Du den Sex abschaffen sollst, im Gegenteil, ich meine sogar, dass Du deinen Mann nicht vernachlässigen sollst (wenn Du ihn überforderst ist es auch OK, solange er mitmacht). Ich hab' Dir ja schon einmal geschrieben dass ich ein Mystiker bin und ein Mystiker ist kein christlicher Mönch.

Die ganzen Yogarichtungen verwirren mich sehr. Bist du nun ein tantrischer Mystiker, oder vermischt sich das alles? Ich fand die Seiten zum Tantrismus jedenfalls am überzeugendsten von allem, was ich bisher dazu gelesen habe.

*Ich pfeife auf all diese Yogarichtungen und mache den Yoga so wie ich es richtig finde und wie er mir passt.
Und Du mache es auch so - pfeife auf alles was andere oder ich Dir sagen und mache das, was Du für richtig hältst.
Und ich wiederum sag Dir was ich für richtig halte - aber wie gesagt, es ist wie beim Trödler - von den vielen Dingen, die Dir angeboten werden, von mir und von anderen Menschen suchst Du Dir das aus, was Dir vernünftig erscheint...*

So bin ich in meinem Leben immer vorgegangen. Ich pflücke mir mein Zeug zusammen. War mir nur nicht sicher, ob du es auch so machst. Es muss sich gut und richtig anfühlen, bevor ich was zu meiner Sache mache.

Jetzt muss ich wieder versuchen Energie loszuwerden, die baut sich bald schneller auf, als ich sie ablassen kann. Das finde ich nach wie vor sehr unheimlich. Alles an mir kribbelt wieder, ich kann bald die Funken in der Luft um mich herum sehen.

Wie kann das nur innerhalb von einer Woche so extrem ausarten?
Noch mal danke, ich kann das gar nicht oft genug schreiben.

Das war ein dramatischer Einstieg in meine spirituelle Entwicklung, der, wie ich später erfuhr, mit dem Aufstieg der Kundalini begann.

Was dieser Kundaliniaufstieg bedeutet und wie er bei mir verlief, werde ich im nächsten Kapitel erklären. Ich gehe davon aus, dass die meisten Leser dieses Wort noch nie gehört haben, ähnlich wie ich damals.

Mittlerweile finde ich die Aufklärung dazu wichtig. Ich bin überzeugt, dass viele Menschen in der Psychiatrie landen, weil sie ihre Symptome nicht einordnen können. Mein Lehrer Vayu hat mir erklärt, was mit mir passiert, ohne seine Hilfe wäre ich sicherlich dort gelandet. In unserer materiellen, rationalen Zeit kommt niemand auf die Idee, dass der Anstieg der spirituellen Kräfte verantwortlich sein könnte für bestimmte extreme körperliche Symptome.