

# ***Inhaltsverzeichnis***

Eisen	9
Kupfer	23
Gold	43
Turmalin	57
Lapislazuli	75
Achat	91
Granat	103
Tigerauge	119
Jaspis	131
Türkis	143
Bernstein	159
Quarz	177
Smaragd	195
Opal	209
Diamant	223
Licht	243
Epilog	259
Anhang	263
Glossar	299

# Bernstein

Achter Stein

*Honigfarben,  
durchscheinend*

**Stärkt den Geist**

***Ebene der alten Seelen***



„England ist ein Land jenseits von Romania im Norden, aus welchem eine Wolke von Engländern mit ihrem König sich in Schiffen, genannt Schmacken, einschiffte und gen Jerusalem segelte. Aber der englische König, der elende Schuft, landete in Zypern. Dieser niederträchtige Bösewicht richtete gegen seinen Schuft-Genossen Saladin nichts aus und brachte es nur zuwege, dass er unser Land an die Lateiner verkaufte.“

Das Zitat im Reiseführer aus der Bibliothek der weißen Villa lässt wenig Zweifel daran, was der streitbare Heilige aus dem zwölften Jahrhundert von zwei Schuft-Indern und einem Schuft-Deutschen halten würde, die sich mit Taschenlampe und Schraubenzieher anschicken, in sein Kloster einzubrechen.

Akali hat sich wieder einigermaßen erholt. Das macht den Umgang mit ihm jedoch nicht leichter. Er versucht sofort, die Leitung der Expedition zu übernehmen. Sein Vorschlag, noch heute Nacht ins Kloster einzubrechen, erscheint mir aber unnötig gefährlich. Nur mit Mühe bringt Devi ihn dazu, mir zuzuhören. Aus früheren Besuchen auf Zypern weiß ich, dass die meisten Klöster nur noch von wenigen Mönchen bewohnt sind und man normalerweise gegen eine Spende problemlos ein Zimmer bekommen kann. Wenn wir direkt im Kloster übernachten, ließe sich – einmal drinnen – bestimmt ein Weg finden, die Stellen zu untersuchen, an denen unser Stein versteckt sein könnte.

Wir blättern in dem Reiseführer und versuchen, uns ein Bild von der Klosteranlage zu verschaffen, um mögliche Verstecke ausfindig zu machen. Da ist zum Beispiel die so genannte „Enkleistra“, die primitive Höhle, die Neophytos als Eremit bewohnte. Darüber die zweite Höhle, die der heilige Steinmetz später, als viele Rat- und Trostsuchende zu ihm kamen, in den Fels schlug. Dahinter gibt es eine von Neophytos eigenhändig gemeißelte Grabnische, in der er die ersten Jahrhunderte nach seinem Tod bestattet war. Den beiden Höhlen gegenüber befindet sich das Kloster, das der Eremit kurz vor seinem Tod erbauen ließ. Darin werden seit einigen Jahrhunderten die aus der Grabnische geholten, nun in Gold und Silber gehüllten Gebeine des Neophytos als Reliquien ausgestellt.

Nachdem er endlich nachgegeben hat, sackt Akali wieder in sich zusammen. Es geht ihm offensichtlich doch noch nicht so gut. Er bittet mich sogar, sein Auto zu fahren und streckt sich dann, nachdem wir unsere Schlafsäcke, Wasserflaschen und Proviant im Kofferraum verstaut haben, mit einem langen Seufzer auf dem Rücksitz aus, um zu versuchen, seine Kopfschmerzen loszuwerden. Ihm zuliebe meiden wir diesmal auf dem Weg zum Höhlenkloster, das sich in den kargen Hügeln nördlich von Paphos befindet, die kurvenreichen Straßen des Troodos. Stattdessen fahren wir wieder an der flachen Meeresküste entlang. Durch unsere Sorge um Nani ist unsere Stimmung ziemlich bedrückt.

Der Himmel ist, zum ersten Mal, seit ich in Zypern gelandet bin, bewölkt. Ab und zu fallen heftige Regenschauer aus der dichten grauen Wolkendecke. Das endlose Meer zieht heute bleifarben und träge an uns vorbei.

Schließlich erreichen wir den kahlen Berg, in den sich das Kloster mit seinen langen Säulengängen wie ein riesiger grauer Tausendfüßler hineinzudrängen scheint. Inzwischen hat sich die Abenddämmerung über das Land gelegt. Mit lautem Echo fällt der kreuzförmige Klopfer auf die eisenbeschlagene Tür. Wir müssen eine Zeit lang warten, bis ein junger Mönch mit einem flauschigen Bärtchen und der traditionellen Lammfellmütze auf den halblangen Haaren erscheint. Misstrauisch beäugt er uns. Als er Akali entdeckt, macht er sogar Anstalten, die schwere Tür wieder zu schließen. „Kyrie“, sage ich schnell, „wir sind Reisende und suchen einen Schlafplatz für die Nacht. Es ist schon fast dunkel.“

Missmutig und abweisend zeigt er auf den jungen Sikh und murmelt in fast unverständlichem Englisch: „Muslim nix, Buddha nix, römisch-katholisch nix!“ In Gebärdensprache bedeutet er Akali, dass er seinen Turban absetzen solle. Akalis Brust schwillt bereits vor Empörung, als ihm Devi eilends ins Ohr flüstert: „Wir schlafen doch heute hier, geh’ in die Empfangshalle, dann bist du sozusagen zu Hause und kannst den Turban einfach abnehmen.“

Akali nickt ergeben und zwingt sich an dem kleinen Mönch vorbei. Er setzt sich hinter der Tür auf eine Holzbank, nimmt seinen Turban ab und fängt an, ihn abzuwickeln und aufzurollen. Der Mönch, der mit dem Bart und der Mütze dem jungen Sikh gar nicht so unähnlich sieht, blickt einen Moment verdutzt und unschlüssig zwischen Akali und uns hin und her. Schließlich wendet er sich Akali zu und ruft laut: „Nein, nein!“ Mit seinen Armen wedelnd versucht er, ihn von der Bank zu vertreiben, aber Akali ignoriert ihn stoisch.

Unter dem dick gefalteten grünen Stoffstreifen ist ein großer, glänzend schwarzer Haarknoten hervorgekommen, der durch einen kleinen Holzkamm zusammengehalten wird. Mit einer letzten Handbewegung zieht Akali den Kamm heraus und lässt seine langen Haare bis auf seine Oberschenkel herunterfallen. Der Mönch starrt ihn entgeistert an und stammelt noch einmal „Nein, nein!“ Als Devi mit ihrem ganzen Charme erklärt, es sei ja nur für diese eine Nacht, schüttelt er verwirrt den Kopf und lässt sich schließlich doch dazu überreden, uns aufzunehmen.

Ohne weitere Formalitäten folgen wir der flackernden Flamme seiner Kerze durch einen fensterlosen Gang in den Berg hinein, wo er uns zu drei winzigen Zellen bringt. Ihre kleinen, vergitterten Fenster liegen vor einem Luftschacht. Sobald er weg ist, kommen wir in meiner kahlen Zelle zusammen. Die spärliche Einrichtung ist alt und verstaubt, eine Pritsche mit einer Strohmattze und einer braunen Woldecke sowie eine kleine Kommode. An der Decke baumelt eine nackte Glühbirne.

Ich bleibe an die Wand gelehnt stehen, während Akali sich neben Devi auf die Pritsche setzt. Ihr ist sichtlich unbehaglich zumute. Unruhig spielen ihre Hände mit einem kleinen, sorgfältig in blauen Samt mit

Goldbordüren eingewickelten Bündel, das ihr „Nitnem“ enthält, ein Büchlein mit Auszügen aus dem „Guru“, wie die Sikhs ihr heiliges Buch nennen. Schließlich liest sie uns mit ihrer wunderbar melodischen Stimme vor:

„Aus einem einzigen Feuer  
Sprühen Millionen Funken:  
Sie streben auseinander,  
Vereinen sich wieder,  
Wenn sie ins Feuer zurückfallen.  
Wie aus einem Sandhaufen  
Staubwolken aufsteigen,  
Die Luft füllen und doch wieder  
In die Sandgrube sinken.  
Wie in dem einen Fluss  
Ungezählte Wellen entstehen,  
Dennoch Wasser bleiben und vom Ufer  
In den Strom zurückwogen,  
So geht aus Gottes Kraft  
Das Reich des Geistes und der Natur hervor.  
Da sie von Ihm ihren Ausgang nahmen,  
Kehren sie zu Ihm zurück.“

Akali hat sein Haar zu einem dicken Zopf geflochten, der ihm am Rücken herunterhängt. Er sitzt jetzt mit geschlossenen Augen neben ihr. Bisher hat er nicht aufgehört, Devi den Hof zu machen. Die Möglichkeit, dass wir beide ein Paar sein könnten, scheint er gar nicht in Betracht zu ziehen – obwohl wir bereits mehrmals vorsichtig versucht haben, es ihm anzudeuten. Als sie das Büchlein wieder einwickelt, seufzt er tief und blickt sie mit großen Augen an. Devi lächelt zaghaft und rückt etwas von ihm ab.

Wir lauschen eine Weile, ob vom Kloster her noch Geräusche zu hören sind. Ich werfe einen Blick auf meine Uhr. Eine Stunde werden wir wohl noch warten müssen, schätze ich, bevor die Mönche sich schlafen legen. Ich überlege, zur Vorbereitung auf unsere Expedition die Übung zur Anregung der Kampfeslust zu machen, die ich von Heresford erhalten habe.

Devi und Akali sitzen mit untergeschlagenen Beinen auf dem Bett und schauen mir zu.

„Am liebsten würde ich jetzt meine Lieblingsübung machen. Aber ich fürchte, das könnte die Mönche auf uns aufmerksam machen“, erkläre ich und schaue Devi an. Sie blickt fragend zurück: „Welche denn?“ „Ich glaube, ich weiß, welche er meint“, mischt Akali sich ein und sieht mich vorwurfsvoll an. „Dann könntest du gleich das ganze Kloster direkt alarmieren. Er will lachen!“, meint er todernst zu Devi gewandt. Devi beginnt zu kichern, und ich spüre, wie auch mich die Lust loszuprusten überkommt. Wir kichern und glucksen und halten uns die Hand vor den Mund, um nicht schallend loszulachen, bis sich schließlich sogar auf Akalis Gesicht ein saures Grinsen ausbreitet und er kopfschüttelnd seine Beine ausstreckt.

Dann fällt mir etwas ein, was ich Devi schon lange fragen wollte: „Wie war eigentlich deine Erfahrung mit dem Türkis?“

Sie wirft einen scheuen Blick auf Akali und schaut mich dann liebevoll an:

„Es war, als ob sich ein Nebel lichtete. Auf einmal tauchten viele verschiedene frühere Leben auf, so als ob mir Begebenheiten aus meiner Kindheit wieder einfielen. Es wurde mir plötzlich bewusst, wieviele Leben lang ich schon versuche, das Lieben zu lernen.“

In der Zelle ist es inzwischen dunkel geworden. Nur in Devis glänzenden Augen spiegelt sich das spärliche Licht, das noch durch das Gitter fällt. Auf der alten Kommode steht eine Kerze auf einem verkrusteten Teller, daneben liegt ein Päckchen Streichhölzer. Im aufflammenden Licht der Kerze sehe ich, wie Akali Devi mit großen Augen anstarrt. Ich frage sie, ob sie mehr darüber erzählen wolle.

Sie lächelt und antwortet: „Die Erinnerungen, die hochkamen, waren zwar ziemlich konfus, ich habe aber deutlich eine Art Lernprozess darin erkannt. Dieser Prozess verlief in fünf Stufen, die sich jedoch zum Teil überlappten und schwer voneinander getrennt zu halten waren. Es waren Erinnerungen an die vielen verschiedenen Partnerschaften, die ich in all den Leben eingegangen bin.“

Am Anfang hatte ich viele Partnerschaften mit recht unentwickelten Seelen. Ich glaube, Nani würde sie Baby-Seelen nennen. Ich selber war

## **Zwölf Schritte zur Erleuchtung**

In späteren Gesprächen hat Nani die zwölf Übungsreihen, die sie mir mit den Steinen übermittelt hat, ausführlicher erklärt. Dabei betonte sie immer wieder ausdrücklich, dass diese Übungen die zwölf Schritte oder Stufen eines Dharmas bilden, eines spirituellen Lebensstils, der zur Erleuchtung führt.

Die Reihenfolge dieser zwölf Schritte basiert auf dem langsamen, stufenweisen Evolutionsprozess der Seele. Da alle vorangegangenen Schritte einer Vertiefung und Festigung bedürfen, sobald die Perspektive einer neuen Stufe erreicht ist, und alle zukünftigen Stufen leichter und schneller verlaufen, wenn wir sie vorbereiten, empfahl sie, die Übungen aller zwölf Punkte regelmäßig durchzuführen.

Der vierte Punkt „Pflege die Disziplin“, besonders das tägliche Sadhana, ist dabei die Grundlage für alle weiteren Schritte. Denn ohne Disziplin sind die Übungen des Dharmas nicht wirksam. Es bringt nicht viel, wenn du an einem Tag viele Stunden übst und dann wieder wochenlang aussetzt. Versuche regelmäßig zu üben.

Am besten erstellst du einen Plan, wie oft und in welcher Reihenfolge du die Übungen der anderen Schritte in dieses tägliche Sadhana integrierst. Die Übungen für die Seelenphase der jetzigen Inkarnation erhalten dabei natürlich besonderen Nachdruck.

Nani empfahl mir nachdrücklich, über die Wirkung der Übungen Tagebuch zu führen.

### **Erster Schritt: Pflege den Körper**

Heute spielen sich in unserem Körper wichtige Prozesse ab, die noch aus unserer allerersten Inkarnationsphase stammen, als unsere Seele Teil einer riesigen gerade aus dem Urgrund allen Seins herausgelösten Gruppenseele war. In dieser Phase hat eine Seele weder Gefühle noch einen eigenen Willen. Sie besitzt nur einen stofflichen Körper, der in vielen Inkarnationen immer wieder wechselt, und einen Subtilkörper, der viele Formen annehmen kann. In diesem Buch wird der Subtilkörper als der uns inzwischen wohlbekannte Reif dargestellt. Im Subtilkörper werden die Ergebnisse des Entwicklungsprozesses gespeichert. In dieser Phase betrifft

das den Umgang mit den Elementen Äther, Feuer, Luft, Wasser und Erde.

Krankheiten, Behinderungen oder Spannungen in unserem Körper zu heilen, zu entspannen oder mutig zu ertragen, ist eine notwendige Nachbearbeitung dieses archaischen Entwicklungsprozesses mit Hilfe der Intelligenz, die die fundamentale Entwicklungsaufgabe unserer heutigen Seelenstufe ist.

Folgende Übungen sind bei der Nachbearbeitung des Umgangs mit den Elementen besonders hilfreich. Die bei den Übungen notwendigen Atem- und Konzentrationsformen werden in Schritt zwei und drei ausführlich besprochen.

### *1. Wasser*

In der Rückenlage:

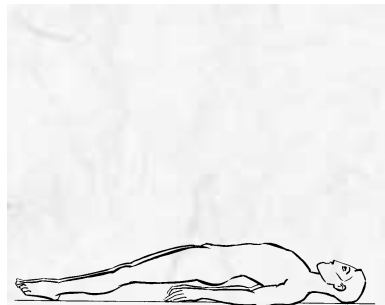
Die Hände liegen neben dem Körper mit den Handflächen nach oben.

Atme ein und hebe die Hüften so, dass dein Körper nur noch auf den Fersen und Schultern und Armen ruht. Atme aus und senke die Hüften wieder.

Konzentration: Denke SAT beim Einatmen, NAM beim Ausatmen.

Zeit: 1-3 Min.

Wirkung: reinigt das Blut, die Drüsen, die Lymphe und alle anderen Körperflüssigkeiten.



### *2. Erde*

Im Fersensitz:

Beuge dich vor und bringe deine Stirn zum Boden. Die Hände liegen neben den Füßen, die Handflächen zeigen nach oben.

Schwenke das Becken beim Einatmen kräftig nach links, beim Ausatmen nach rechts.

