

## Einleitung oder mein Außenweg führt nach innen, nach Hause

Meine Frau Stephanie und ich, Vijaya haben unsere Pfingstferien 2023 im Havelland verbracht. Geboren 1947 in Berlin Spandau habe ich bis 1983 an der Havel, im märkischen Sand gelebt. Der neue Kontakt mit dieser Heimat hat uns beide intensiv berührt.

Morgens trete ich in Paretz aus dem Ferienhaus und werde von vielgestaltigen, zarten, roten Mohnblüten begrüßt, von einer weißen Sonne im Osten stehend, von Vogelstimmen, von Stille und, und... Dann wandert der Blick übers Weizenfeld zum Waldrand hin und kehrt wieder zum Mohn zurück und vom Mohn zu mir. Wer schaut da auf wen? Wer schaut da in wen? Morgen für Morgen empfindet das Herz Berührung und der Verstand schweigt, gleichzeitig werden Zeitlosigkeit spürbar, Leere und Leichtigkeit. Mogli und Balu tauchen auf und sagen: „Du und ich und ich und du, wir sind von gleichem Blute“. Das zeitlose innere Kind lebt, ist präsent. Außen und innen sind in Kontakt und bleiben es. Die Heimat wandert vom Außen ins Innen und sie bleibt dort.

Der Impuls entstand, die Eindrücke in Ausdrücke per Wort und Bild fließen zu lassen.

Hier bedanke ich mich bei Sri H. W. L. Poonja, der am 8. Mai 1994 mich mir zeigte. Papaji, Vijaya erinnert sich täglich an Dich wie auch an seine geliebten Eltern Herta und Franz.

Freitag, 16. Juni 2023

Papaji, Du hast mich intuitiv, besser als ich mich erkannt  
Du hast mich mit dem Namen Vijaya benannt  
Vijaya wächst stetig in seinen Namen rein  
Am Ende wird er er selbst sein  
Was die Gesellschaft Erfolg nennt  
Trennt ihn von sICH  
Doch er folgt nur seinem inneren ICH  
So hat er in jedem Moment sein Ziel erreicht  
Von sich nicht getrennt  
So gleicht sein Ich seinem ICH

OM SHANTI SHANTI SHANTI







# Dank an die grüne Menschenhand

Fast alle Straßen im Havelland  
Sind altbaumbestandene Alleen  
Im Ort, außerorts steht der Baum am Straßenrand  
Sein sattes Grün wirkt ins Tagesgeschehn  
Vielleicht, ohne dass der Mensch es bemerkt  
Stärkt es ihn in seinem unbewussten Leben  
Da alle Phänomene schwingen  
Dringen auch die Pflanzen in uns ein  
Wirken harmonisierend auf Groß und Klein  
Was wir auch beim Waldspaziergang erleben  
Ist ein beidseitiges Nehmen und Geben  
Ob nun bewusst oder unbewusst  
Es mindert der Menschen gestauten Frust  
Der rote Mohn als Teil des Ganzen  
Schwingt im Wind  
Wie ein Kind  
Lässt auch den Menschen im Innern tanzen









## Sehnen am 31. Mai 2023

Die Sonnenstrahlen wärmen  
Wo immer sie mich bescheinen  
Die Pollen, die Insekten schwärmen  
Doch ich will mich  
Mit der Sonne vereinen  
Mehr brauche ich nicht  
Als inneres Licht

Denkende ...  
Wer nach Macht strebt  
Hat seine Ohnmacht  
Nicht integriert  
Lebt aus dem Verstand  
Mit dem Schwert in der Hand  
Und verliert  
Leben für Leben  
Leugnet, dass Leben  
Nehmen und Geben ist  
Da das Ziel außen nicht zu finden ist  
Ist es wichtig  
Sich nicht zu binden  
Also fürchte nicht deine innere Leere  
Sie schenkt dir das Leben  
Gib ihr Achtung, Vertrauen und Ehre  
So entsteht Bewusstsein

Zeit spielt die Rolle  
Die ich ihr gebe  
Alles spielt die Rolle  
Die ich ... gebe  
Innen u d außen  
Inszenieren gemeinsam  
Das Lebensspiel  
Nur Bewusstsein hat darauf  
Einen Einfluss







Riesige alte  
Kastanien, Linden, Eichen  
Reichen ihm die Hand  
Im ganzen Havelland  
Sie rufen lautlos, halte, halte  
Überall daheim sein  
Ist das Geschenk  
Des Tages hier  
Nachts ist er immer daheim

Rechter Hand, linker Hand  
Überall nur Havelland  
Gefüllt mit Wasser, mit Grün  
Mit Zuckersand  
Die Bäume, die Büsche, die Blumen blühen  
Sie überschwemmen die Sinne  
Die alle bereit zur Minne  
Sind, wie das Innere Kind  
Das unterm Busch im Zuckersand liegt  
Sich an die Mutter kuschelnd schmiegt  
Den Blick ins Grün verloren  
Dabei in sich wiedergeboren  
Voll von stillem Glück  
Alle Wege führen dorthin zurück











# Ein Treidelpfad

Unbewusst hat er den Weg gewählt  
Er hat seine Tage nicht gezählt  
Er kennt nicht ihre gesamte Zahl  
Die eintägige Mohnblüte schon  
Rückblickend hatte er keine andere Wahl  
Doch immer weniger von sich getrennt  
Sagt er ja zu jedem, zu jedem Moment  
Ohne zu bewerten, ohne Urteil  
So führt ihn der Strom langsam ins Heil

Im Hafen der Nacht  
Hat er immer gut geschlafen

















# Wie eine Mohnblüte

Die Sonne lacht  
Der Himmel weint  
Ich habe das Beste aus mir gemacht  
Sagt das Ich, das wie eine Mohnblüte erscheint  
Und über Nacht  
Ohne dass es weint oder lacht  
Lautlos vergeht  
Am Morgen aufersteht

Der Moment kennt nur mich  
Ruft mich lautlos zu sich  
Da ich leer  
Füllt er mich mit der Welt  
Mehr brauche ich nicht  
Sagt die Hand, die nichts hält  
Alles ist schwingendes Licht







**Freitag, 9. Juni 2023**  
**Im Paretz**

Die Stille genießen  
Die aus ihm fließt  
Sich in die Mitwelt ergießt  
Mit ihr alles gießen  
Was Durst empfindet  
Auf dass es sich vom Mangel entbindet  
Das schenken die Morgensonne  
Die Mohnblütenwonne  
Deren tanzende Schatten auf ihm spielen  
Sie zielen direkt auf sein Herz

Freitag, 9. Juni 2023

Die Morgenstille ist gar nicht still  
Sie fließt aus dem Summen der Bienen  
Ergießt sich aus dem Brummen der Hummeln  
Alle tummeln sich in den roten Blüten vom Mohn  
Die sich im Wind wiegen und durch die Berührung  
Beim gewahrenden Lauschen fließt aus allem die Stille  
Diese lebendige Stille beschwingt ihn  
Bringt ihn zum Summen  
Mit geschlossenem Mund  
Wer animiert wen?  
Er lässt diese Frage in sich fallen

Alles schwingt um ihn herum  
Ihn eingeschlossen  
Stillt sein Denken  
Befreit

Er hat wieder eine Nacht  
Am diesseitigen Ufer vom Jenseits verbracht  
Die Nacht und die Rückkehr haben ihn gestärkt  
Was er sofort beim Erwachen bemerkt  
Der Forscher in ihm will auch das jenseitige Ufer vom Jenseits entdecken  
Ohne dabei seinen Verstand zu wecken  
Er will es mit dem bewussten Herz erkunden  
Denn seine Liebe hat den achtsamen Zugang zum Herz gefunden  
Sein Mund summt hier und jetzt das Reiselied  
Solange, sooft bis der Zugang geschieht  
Der rote Mohn hilft ihm dabei  
Denn er wie er, beide sind frei









# Ich will

Ich will  
Innerlich  
Äußerlich  
Still  
Sein  
Hienieden  
Zufrieden

Mit jedem Moment  
Da er mich kennt  
Durch und durch  
Du und ich  
Sind  
Eins

Sagt das Kind  
In mir  
Zu mir  
Zu dir

Und die Mohnblüte nickt im Wind







Die Sonne lacht  
Der Himmel weint  
Ich habe das beste aus mir gemacht  
Sagt das Ich, das wie eine Mohnblüte erscheint  
Und über Nacht  
Ohne dass weint oder lacht  
Wieder lautlos vergeht  
Am Morgen wieder aufersteht

Der Moment kennt nur mich  
Ruft mich lautlos zu sich  
Da ich leer  
Füllt er mich mit der Welt  
Mehr brauche ich nicht  
Sagt die Hand, die nichts hält  
Alles ist Licht









# **Dank an die grüne Menschenhand**

Fast alle Straßen im Havelland  
Sind altbaumbestandene Alleen  
Im Ort, außerorts steht der Baum am Straßenrand  
Sein sattes Grün wirkt ins Tagesgeschehn  
Vielleicht, ohne dass der Mensch es bemerkt  
Stärkt es ihn in seinem unbewussten Leben  
Da alle Phänomene schwingen  
Dringen auch die Pflanzen in uns ein  
Wirken harmonisierend auf Groß und Klein  
Was wir auch beim Waldspaziergang erleben  
Ist ein beidseitiges Nehmen und Geben  
Ob nun bewusst oder unbewusst  
Es mindert der Menschen gestauten Frust  
Der rote Mohn als Teil des Ganzen  
Schwingt im Wind  
Wie ein Kind  
Lässt auch den Menschen im Innern tanzen







# Der fast überfällige Entschluss

All ein in seiner Welt  
Hat er sich die Aufgabe gestellt  
Selbstgestellte Aufgaben aufzugeben  
Nur so vermag er natürlich zu leben

Papaji nannte ihn Vijaya  
One, who has attained the aim of life  
Der Geist von Papaji ist immer da  
Und er, Vijaya, fühlt sich reif  
Sich durchs Außen nicht irritieren zu lassen  
Sein Mind braucht es nicht zu erfassen  
Er ist reif, Schritt für Schritt seinen Weg zu gehen  
In jedem Moment zu sich wie zu seiner Liebsten zu stehen

Der Mitwelt gibt er Raum  
Für ihren Traum  
Bis auch sie erwacht und lacht  
Die Mohnblüte lebt es ihm vor

## **Einleitung oder mein Außenweg führt nach innen, nach Hause**

Meine Frau Stephanie und ich, Vijaya haben unsere Pfingstferien 2023 im Havelland verbracht. Geboren 1947 in Berlin Spandau habe ich bis 1983 an der Havel, im märkischem Sand gelebt. Der neue Kontakt mit dieser Heimat hat uns beide intensiv berührt.

Morgens trete ich in Paretz aus dem Ferienhaus und werde von vielgestaltigen, zarten, roten Mohnblüten begrüßt, von einer weißer Sonne im Osten stehend, von Vogelstimmen, von Stille und, und.. Dann wandert der Blick übers Weizenfeld zum Waldrand hin und kehrt wieder zum Mohn zurück und vom Mohn zu mir. Wer schaut da auf wen? Wer schaut da in wen? Morgen für Morgen empfindet das Herz Berührung und der Verstand schweigt, gleichzeitig werden Zeitlosigkeit spürbar, Leere und Leichtigkeit. Mogli und Balu tauchen auf und sagen: „Du und ich und ich und du, wir sind von gleichem Blute“. Das zeitlose innere Kind lebt, ist präsent. Außen und innen sind in Kontakt und bleiben es. Die Heimat wandert vom Außen ins Innen und sie bleibt dort. Der Impuls entstand, die Eindrücke in Ausdrücke per Wort und Bild fließen zu lassen.

Hier bedanke ich mich bei Sri H. W. L. Poonja, der am 8. Mai 1984 mich mir zeigte. Papaji, Vijaya erinnert sich täglich an Dich wie auch an seine geliebten Eltern Herta und Franz.

Freitag, 16. Juni 2023