





Kundalini  
und  
die Lehren eines Meisters

Mit Dank an meine Frau Ana Lúcia de Almeida Eckstein für unendlich viele Hilfestellungen am Computer.

Für das Foto Swamijis danke ich Joan Shivaripa Harrigan.

Schließlich geht mein Dank auch hier wieder an Benedikt Maria Trappen, den fernen Wegbegleiter über viele Jahre.

Kundalini  
und  
die Lehren eines Meisters

Kiu Eckstein

Copyright: © 2020: Kiu Eckstein

Foto Seite 5: Swami Chandrasekharanand Saraswati von Joan  
Shivarpita Harrigan

Umschlag & Satz: Erik Kinting – [www.buchlektorat.net](http://www.buchlektorat.net)

Verlag und Druck:

tredition GmbH

Halenrei 40-44

22359 Hamburg

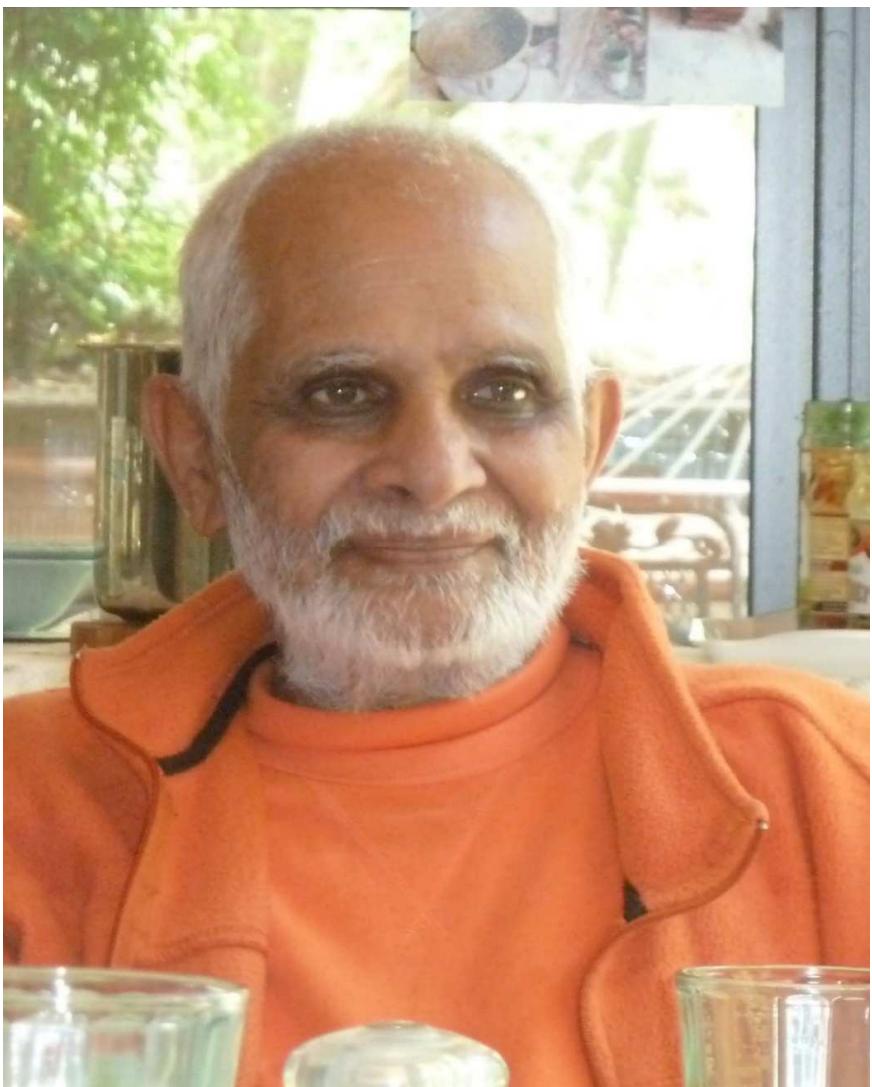
978-3-347-01243-1 (Paperback)

978-3-347-01244-8 (Hardcover)

978-3-347-01245-5 (e-Book)

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.



Swami Chandrasekharanand Saraswati (1930–2016)



# Inhalt

Vorwort	11
<b>Eine uralte, ganz neue Welt</b>	15
Die Vorgeschichte	15
Der Meister und das Umfeld	24
Die traditionelle Lehre von Kundalini	30
Kundalini – die subtilste und stärkste aller Kräfte	36
<b>Die Grundlagen und die Prozesse</b>	42
Prana, Vayus, Nadis und Chakras	42
Die sechs Nadis der Kundalini	51
Die Freisetzung Kundalinis	56
Die drei Prüfsteine in Sushumna Nadi	62
Die zwei fehlgeleiteten Aufstiege	65
Vishuddha, der hochsensible Engpass	73
Ajna, weiß und zart wie der Mond	82
Ajna – Tor zu höheren Bereichen	88
Makara, der entscheidende Punkt in Ajna	93
Tiefe Blicke in verborgene Winkel	98
<b>Der Mensch und der spirituelle Bereich</b>	104
Die fünf Hüllen des Allerinnersten	104
Der feinstoffliche Körper – nicht Dies, nicht Das	109
Der Meister und die Welt der Geister	118
Karma – die Lasten der Vergangenheit	128

<b>Kurze Blicke in die höheren Bereiche</b>	136
Die Umpolung von Prana und mentalem Geschehen	136
Die vier Stufen innerer Erfahrung	142
Die Wege in den oberen Gefilden	145
Swamiji über sich und seine Arbeit	150
<b>Glossar:</b>	157

## Vorwort

Nachdem Swami Chandrasekharanand Saraswati 2016 seinen physischen Körper verlassen hatte, dachte ich hin und wieder daran, die Essenz seiner Lehren aus dem vorangegangenen, 2008 erschienenen Buch „Kundalini-Erfahrungen: Eine Meister-Schüler Begegnung“<sup>1</sup> in einem kleineren Buch, ohne die vielen Informationen aus dem Umfeld und von dem langen Weg, auf dem ich zu ihm gekommen bin, zusammenzufassen.

Ich war damals nicht zu Swamiji gegangen, um ein Buch über seine Arbeit und meine Erfahrungen zu schreiben. Erst im dritten Jahr, nachdem ich begonnen hatte, die Zusammenhänge zwischen einem Kundalini Aufstieg und den vielen Um- und Irrwegen meines Lebens zu verstehen und davon überzeugt war, dass ich einen wirklichen Meister gefunden hatte, war mir der Gedanke gekommen, etwas davon weiterzugeben.

Die Grundlagen des ersten Buches und mithin auch dieser, ganz auf die Prozesse und ihre Wirkungen ausgerichteten Fassung – ein paar eigene Erfahrungen zur Verdeutlichung der inneren Vorgänge sind geblieben – verdanke ich einem systematisch aufgebauten Kurs, den Swamiji während meines zweiten Aufenthalts jeden Abend zwei oder drei und manchmal auch mehr Stunden gegeben hatte. Dabei schaute er ab und zu in ein uraltes, zerlesenes Exemplar eines winzigen Büch-

---

<sup>1</sup>Kiu Eckstein, Kundalini Erfahrungen: „Eine Meister-Schüler-Begegnung, Aquamarin 2008, ISBN 978-3-89427-381-1

leins, in die *Sat Cakra Nirupana*<sup>2</sup>, die Beschreibung der sechs Chakras, das immer neben ihm lag.

Es war ein regelrechter Lehrgang über *Prana*, *Nadis*, *Chakras*, die Voraussetzungen für das Erwachen Kundalinis, die feinstofflichen Kanäle, in denen sie aufsteigt und die Blockierungen, die ihren Aufstieg auf verschiedenen Höhen des subtilen Körpers behindern können. Während des Kurses konnten wir Fragen stellen, und oft ergab sich irgendwann während des Tages eine Gelegenheit, mit Swamiji den einen oder anderen Zweifel zu klären.

Durch die Erfahrungen im eigenen Prozess, die Erklärungen Swamijis, der hin und wieder kam, der Praktik beiwohnte und uns dann sagte, was vor sich ging, und seine Antworten auf unendlich viele Fragen stellte sich eine erste Ahnung von der Genauigkeit ein, mit der diese althergebrachte, über Jahrhunderte in mündlicher Überlieferung von Meister zu Meister weitergegebene Lehre die Vorgänge im feinstofflichen Körper und den Prozessen klar und nachvollziehbar aufzeigt.

Doch Swamiji erklärte nicht nur, was in den Prozessen vor sich ging, er kannte sich in dem vielschichtigen feinstofflichen Bereich, der zwielichtigen Welt zwischen den Welten, sehr genau aus. Wusste von den Machenschaften dies- und jenseitiger Wesen, und auch er trat, wann immer er wollte, aus seinem physischen Körper aus. Er sah die verborgenen Zusammenhänge von Karma und Wiedergeburt und erkannte, wenn es sich um schwierige Fälle handelte, was im Vorleben seiner Schüler geschehen war.

---

<sup>2</sup> Sat Cakra Nirupana, wiedergegeben in Hiroshi Motoyama, Theories of the Chakras, Quest Books, The Theosophical Publishing House, Adyar, Madras 1995

Bei ihm gab es die im spirituellen Bereich so häufigen wagen und oft von persönlichen Interessen getrübten Aussagen nicht. Er verletzte nie die gute alte Regel, dass Erkenntnisse der uns übergeordneten Sphären denen, die man mit dem gesunden Menschenverstand erfassen kann, nicht widersprechen dürfen, aber wenn sie das nicht tun, über die beschränkten alltäglichen Erfahrungen und Einsichten hinausgehen dürfen.

Die Lehren vom Wirken und der Kraft Kundalini Shaktis und der so oft missverstandenen Prozesse, die sie auslöst, können der schnell wachsenden Zahl der Menschen helfen, die in unserer Zeit eines epochalen Umbruchs, ob sie wollen oder nicht, dieser oft sehr schwierigen und zugleich erlösenden Erfahrung unterworfen werden.

Wenn man weiß, um ein Beispiel herauszugreifen, dass *Kriyas*, die in den Anfangsstadien der Prozesse so häufig auftretenden unwillkürlichen, kompulsiven Körperbewegungen, die man nicht einfach unterdrücken kann, der Reinigung des feinstofflichen Körpers dienen und nach einiger Zeit ganz von selbst wieder aufhören, beunruhigen sie einen nicht mehr so sehr, und man lernt nach und nach einfach mitzugehen. Und Kenntnisse von den Vorgängen in den Prozessen können helfen, die wenigen echten von den vielen falschen Meistern, den Quacksalbern und Scharlatanen zu unterscheiden, die sich auf diesem Feld tummeln und für viel Geld oft nur Unheil anrichten.

Doch dieses theoretische Wissen kann auch zu voreiligen und falschen Annahmen führen. Dass *Kundalini Shakti* hin und wieder zum Ansporn kurze, erhebende Blicke in höhere Bereiche gewährt, führt mitunter zu der Annahme, man habe das Ziel schon erreicht, sei schon erleuchtet und kann somit die

weitere, mitunter langwierige, in immer neuen Ansätzen fortschreitende Entfaltung des Prozesses behindern.

Wenn es im vorangegangenen Buch vor allem um die Prozesse und die Erfahrungen ging, dann trat bei der Arbeit an dieser kürzeren Fassung das von Yogis in direkter Erfahrung über Jahrhunderte erarbeitete Bild des Menschen, das Potenzial, das in uns schlummert, in den Vordergrund. Der lange, steile Weg, der zur Verwirklichung dieses Potentials führt, ist Stufe für Stufe, in *Kundalini Vidya*, der Wissenschaft von Kundalini, aufgezeigt.

Besonders deutlich wird, um ein paar Beispiele herauszugeifen, diese hierarchisch haargenau gegliederte Stufenfolge in den feinstofflichen Zentren, mit der von Chakra zu Chakra steigenden Zahl der Blütenblätter, den fünf Hüllen, die das Allerinnerste, unseren Wesenskern, umgeben oder den vier Bewusstseinszuständen, die zu ihm führen.

Noch eine Anmerkung zu Schreibweisen und der Übernahme von Fremdwörtern: Ich habe versucht nur solche Sanskrit-Ausdrücke zu verwenden, die zu den grundlegenden Begriffen von *Kundalini Vidya*, der Wissenschaft von Kundalini gehören. Um ihre Aneignung zu erleichtern, sind diese Sanskrit- und einige Fremdwörter, mit Ausnahme des immer wiederkehrenden Wortes Kundalini, *kursiv* gesetzt.

Schließlich möchte ich meinen Dank an aller erster Stelle *Kundalini Shakti* und den Göttern, die sie gesandt haben, zu Füßen legen, dann meinem Meister noch einmal danken und der von ihm auserkorenen Nachfolgerin, Silvia Viryananda Saraswati, alles Gute für ihre weitere Arbeit wünschen.

# **Eine uralte, ganz neue Welt**

## **Die Vorgeschichte**

Von dieser sehr, sehr langen Vorgeschichte – ich bin erst zweieinhalb Monate vor meinem 70. Geburtstag zu Swamiji nach Indien gekommen und später hörte ich ihn einmal sagen, er hätte mich wegen meines sehr fortgeschrittenen Alters fast nicht angenommen – will ich nur ein paar, wie mir scheint, einschlägige Stationen wiedergeben.

Aufgewachsen bin ich in einem winzigen Ort mit vier oder fünf Häusern, nur knappe zwölf Kilometer vom Zentrum Münchens entfernt. Milch haben wir jeden Morgen und bei jedem Wetter beim Bauern im Dorf geholt. Abends kamen Rehe aus dem Wald und grasten auf den Wiesen und Feldern vor unserem Haus, und manchmal trieb ein Schäfer mit zwei Hunden seine Herde über brachliegendes Land. Es war eine stille Welt, die in sehr, sehr kurzer Zeit, nicht mehr als einem Wimpernschlag im Weltgeschehen, versunken ist, wie weggefegt von einem Orkan. Hin und wieder helfen diese Erinnerungen der frühen Zeit, die tiefgreifenden Veränderungen im eigenen Leben der späteren Jahre zu verstehen.

Schon bald kam Hitlers verbrecherischer Krieg. Meine Eltern waren strikte Antinazis vom ersten Tag an. Sie gehörten zu jenen, die man später der so genannten "inneren Emigration"

zugeordnet hat. Das hat sicher wesentlich dazu beigetragen, dass ich unversehrt durch diesen Krieg gekommen bin. In den letzten Tagen habe ich mit ein paar anderen Fahnenflucht begangen, um einem Einsatz an der Front so kurz vor der Kapitulation zu entgehen – keine Heldentat zu diesem späten Zeitpunkt, doch konsequent und genau das Richtige.

Nach dem Krieg musste ich ein halbes Jahr als Hilfsarbeiter einer Baufirma beim Wiederaufbau der Münchener Universität helfen, studierte dann und war im Gefolge des französischen Existenzialismus ein kleiner modischer Atheist. Dann begann ich in der Filmindustrie zu arbeiten. Zuerst mit unendlich langen Stempel-Pausen, wie man die Zeiten nannte, in denen man ins Arbeitsamt ging, um die magere Unterstützung abzuholen. Doch bald hatte ich schon sehr viel zu tun, arbeitete ohne Pausen, sehr oft auch an den Wochenenden, verdiente gutes Geld und dachte, das sei nun mein Leben.

Doch dann begann das Fernsehen. Man brauchte Leute, die was vom Handwerk verstanden. Die Türen zur großen, weiten Welt öffneten sich. Wenige Tage vor John F. Kennedys Amtsantritt, dessen Beerdigung wir später tief betroffen filmten, flog ich nach Washington, D.C., begann, in Peter von Zahns Documentary Programs zu arbeiten, machte halbstündige Dokumentarfilme in Kanada, den USA, auf den karibischen Inseln und schließlich in Afrika.

Für einen halbstündigen Bericht über den Einfluss magischer Praktiken in Gesellschaft und Politik, hörten wir uns von einem sehr glaubwürdige Missionar, der viele Jahre Afrika auf dem Buckel hatte, unvorstellbare Geschichten aus seinem täglichen Umfeld über den Einfluss und die Macht an, die Zauberer, wie wir sie damals noch nannten, ausübten.

Dann filmten wir, nachdem wir lange gewartet hatten, bis uns der allmächtige Magier vorgelassen und die Erlaubnis gegeben hatte, wie seine Helfer den Schützlingen, einem nach dem anderen, tiefe Schnitte auf Stirn und Wangen machten, um sie von bösen Plagegeistern zu befreien. Diese makabren Szenen gehörten zu den eindrucksvollsten, die wir in diesen Jahren vor die Kamera bekommen haben. Eine ganz neue Dimension, eine Welt, von der ich keine Ahnung gehabt hatte, war plötzlich greifbar nah.

Nichts davon hatte ich gesucht. Diese Abenteuer – mehr als das habe ich darin nicht gesehen – sind einfach gekommen, eines nach dem anderen, in einem sehr gehetzten Leben, für das ich keine Pläne hatte und von dem ich nicht wusste, wohin es mich noch führen würde. Gegen Ende dieses Aufenthalts in Afrika hatte ich eine kurze, tiefe numinose Erfahrung, die mir damals nicht viel bedeutet hat und die ich bald vergessen habe. Dass man hin und wieder bei der Hand genommen und ein Stückchen weitergeführt wird, habe ich erst sehr, sehr viel später gemerkt. Doch mein Interesse an dieser noch sehr fremden Welt war geweckt.

Dann ging es nach Brasilien. Immer, wenn sich eine Gelegenheit bot, filmten wir bei afro-brasilianischen Kulten. Sie warfen nicht nur gute Bilder ab, ich wollte auch verstehen, warum diese Praktiken so verbreitet waren und was sie bewirkten. Dabei stieß ich auf den aus Europa kommenden, sehr einflussreichen Spiritismus Alan Kardecs, las viel über diese Welt zwischen den Welten und die Art und Weise, in der sie sich auf unserer Ebene manifestiert.

Das führte schließlich, nachdem die blutigen Staatsstreiche in Chile und Argentinien, über die ich als Auslandskorrespon-

dent des ZDF – meine eigentliche Arbeit – berichten musste, hinter uns lagen, zu der 45-minütigen Dokumentation "*Umgang mit Geistern. Über Brasiliens magische Dimension*".<sup>3</sup>

Wir filmten im tiefsten, gottverlassenen Hinterland Brasiliens wie Cícera Maria, eine Analphabetin, einen tiefen chirurgischen Eingriff ohne Asepsis und Narkose am Herzen durchführte. Eine Frau hatte eine Thrombose erlitten, und Cícera Maria hatte schon einen ersten Schnitt über dem Herz gemacht, um der Patientin Erleichterung zu verschaffen und öffnete dann die Brust, um die Vene zu erreichen und ein Blutgerinnel zu entfernen.

Cícera Maria operierte mit bloßen Händen, und die wenigen Instrumente, die sie dabei benutzte, lagen ungeschützt hinter ihr in einem einfachen Holzregal. Sie nahm, was sie brauchte, oder bat eine Helferin, ihr das eine oder andere zu reichen.

Die Patientin Marcemina lag bei vollem Bewusstsein mit offenen Augen auf einer Pritsche. Ich fragte sie, als Cícera Maria schon tief eingedrungen war und man das Klopfen ihres Herzens sehen konnte, ob sie Schmerzen habe. „Gar keine“, sagte sie mit einem Anflug von Lächeln.

Während der Operation war Cícera Maria, so schien mir zuerst, voll bewusst. Doch als ich sie etwas fragte, war es, als ob sie, um zu antworten, von einem weit entfernten Ort zurückkommen musste. Am Nachmittag in einem langen Gespräch sagte sie dann, dass sie beim Operieren von einer Stimme geleitet und ihre Hand manchmal von einem unsichtbaren Wesen geführt würde, und dass es immer dieselbe Stimme und daselbe Wesen sei.

---

<sup>3</sup> siehe youtube:

[https://www.youtube.com/channel/UC-M9rO\\_etCOBCLddzYEXvag](https://www.youtube.com/channel/UC-M9rO_etCOBCLddzYEXvag)

Auf meine Frage, ob schon Patienten bei der Operation gestorben seien, sagte sie „nein, noch nie“ und erklärte, dass die Stimme, die sie führe, ihr sage, ob sie einen Kranken operieren könne, oder ob er schon zu schwach für einen chirurgischen Eingriff sei. Aber wer oder was hinter dieser Stimme und diesem unsichtbaren Wesen stand, wollte sie, die alle anderen Fragen bereitwillig beantwortet hatte, nicht sagen. Mir schien, dass die Preisgabe dieses einzigen Geheimnisses für sie ein Sakrileg gewesen wäre.

Sie habe schon versucht aufzuhören, aber es gelänge ihr nicht. Dieses Leben, sagte sie, sei ein Gefängnis, und fügte hinzu, so als ob sie von etwas ganz Alltäglichem spräche, dass sie das dritte und letzte Mal auf dieser Erde sei. Ein paar Jahre nach unserem Besuch ist sie gestorben.

Die Bedingungen, unter denen wir die Arbeit Cícera Marias beobachten konnten, und das, was ich hinterher auf dem Film sah, der direkte Kontakt mit ihr, ihr offenes, völlig unverbildetes Wesen und die stets leichte Entrücktheit, so als ob sie nicht ganz von dieser Welt sei, ließen keinen Raum für Zweifel. Ich war mir ganz sicher, dass sie bei ihrer Arbeit von einer Kraft geleitet wurde, die nicht die ihre war, dass sich durch sie etwas vollzog, was nicht nach den Gesetzen ablief, die unsere Alltagswelt zu beherrschen scheinen. Diese Begegnung war ein Wendepunkt.

Ein paar Jahre später haben wir dann in dem Bericht „Ärzte aus dem Jenseits“ gezeigt, wie ein approbierter Arzt, Dr. Edson Queiroz, als Medium für einen Dr. Fritz, einen seit langem schon verstorbenen deutschen Arzt fungierte und chirurgische Eingriffe ohne Narkose und aseptische Vorkehrungen ausführte. Diese fünfundvierzigminütige Dokumentation hat zu heftigen Reaktionen geführt.

Schon die Ansagerin hatte vorsichtshalber darauf hingewiesen, dass es vielleicht nötig sein werde, während der Ausstrahlung dieses Berichts, der, wie man mir mitteilte, 4,43 Million Zuschauer angezogen hatte, ein paarmal wegzusehen.

Eine Flut sehr gegensätzlicher Zuschriften zeigte, dass der Bericht wie ein Stich in ein Wespennest gewirkt haben muss. Ein Arzt schickte eine Karte an den Intendanten des ZDF und fragte, wie lange er den Unfug, der unter seinem Dach getrieben wird, noch decken wolle. In einer der Kritiken hieß es hingegen, man tue sich schwer „*an dem zu zweifeln, was man sehen konnte. Dass uns hier nichts vorgegaukelt wurde, dafür garantiert die Kamera*“*,* und eine andere war überschrieben „*Grenzen der Schulweisheit aufgezeigt*“.

Zweifellos handelte es sich auch hier um eine Inkorporation, um das in sich Aufnehmen eines jenseitigen Wesens, das dadurch auf unserer Ebene wirksam werden kann. Doch so rein, so ungetrübt von diesseitigen Interessen wie bei Cícera Maria war das nicht.

Diese intensive Beschäftigung mit paranormalen Phänomenen hatte auch an mir Spuren hinterlassen. Ich tat mich mit einer Frau zusammen, einer homöopathischen Ärztin, die sich auf offener Bühne eines Theaters in Rio de Janeiro einer Operation durch den Geisterarzt Dr. Fritz unterzogen hatte, und ließ endlich mein Lotterleben hinter mir. Jahre später sagte Swamiji, das hätte wesentlich zur weiteren Entfaltung meines Kundalini Prozesses beigetragen. Es war ein falscher Schritt in die richtige Richtung wie sich Jahre später herausstellte, der schließlich zu einem wohl unvermeidlichen Ende geführt hat.

Die Erinnerungen an die alten, wie von einem Tag zum anderen weggewischteten Zeiten, die vielen Um- und Irrwege, die dahinterstehende unerbittlich treibende Kraft eines Planeten,