

# Atem

Der wahrnehmbare Atem welchen die Nasenflügel fühlen können wenn Luft reinkommt bzw. raus, ist nur ein Effekt der Atmung. Es ist nicht der Atem. Für Mystiker ist der Atem die Strömung welche die Luft raus und reinbringt.

Die Luft ist wahrnehmbar, nicht die Strömung, die Strömung ist unmerklich. Es ist eine Art von ätherischem Magnetismus, eine feinere Art von Elektrizität, die Strömung die rein und rausgeht bringt die Luft in Aktion. Das nennen die Mystiker Nafs, das Selbst. Atem ist das Selbst des Menschen.

"Atman" meint die Seele, im Deutschen wird dieses Wort benutzt für den Atem.

Das zeigt, dass wenn es dort eine Spur einer Seele gibt, dann ist sie in der Atmung zu finden ...

Das Bild von Gott und von Seelen ist das von der Sonne und ihren Strahlen.

Die Strahlen sind nicht anders als die Sonne, die Sonne ist nicht anders als die Strahlen. Da ist nur eine Sonne und viele Strahlen. Die Strahlen existieren nicht durch sich selbst, sie sind nur eine Aktion der Sonne. Sie sind nicht getrennt von der Sonne und die Strahlen haben den Anschein viele verschiedene Strahlen zu sein. Die eine Sonne gibt eine Idee von einem Zentrum. So ist es mit Gott und den Menschen.

Was ist Gott? Der Geist welcher verschiedene Strahlen entwirft und jeder Strahl ist eine Seele. Darum ist der Atem die Strömung welche der Strahl ist, ein Strahl der von dieser Sonne kommt, die der Geist Gottes ist. Und dieser Strahl ist ein Zeichen des Lebens.

Was ist der Körper? Der Körper ist nur eine Hülle über diesen Strahl. Wenn dieser Strahl sich aus dieser Hülle zurückgezogen hat, wird der Körper eine Leiche.

Dann ist da noch eine andere Hülle, Geist. Der Unterschied zwischen Geist und Herz ist wie die Oberfläche und der Grund.

Es ist die Oberfläche des Herzens welche Geist ist, und es ist die Tiefe des Geistes welche das Herz ist. Der Geist äußert die Fähigkeit des Denkens, das Herz die des Fühlens. Das ist ein inneres Kleid, ein Kleid das durch die gleichen Dinge getragen ist, welches Atem genannt wird. Darum, wenn der Strahl, welcher der Atem ist, sich selbst aus dem Körper zurückzieht, existiert er noch, weil er ein anderes Kleid hat, er hat ein inneres Kleid.

Das äußerliche Kleid ist der Körper, das Innerliche ist der Geist. Der Atem existiert andauernd, und wenn er dieses Kleid, den Geist, verliert, dann ist dort immer noch ein feineres Kleid, welches Seele genannt wird. Weil der Atem sich durch alle drei bewegt: Körper, Geist und Seele.

Von diesem Standpunkt aus, ist zu realisieren, dass der Mensch niemals getrennt ist von Gott. Mit jedem Atemzug ist der Mensch mit Gott verbunden. Er ist verbunden mit Gott durch die Strömung des Atems. Wie ein Mensch der Wasser aus einem Brunnen zieht, das Seil in der Hand und der Krug Wasser im Brunnen. Der Krug hat das Wasser, aber das Seil ist in der Hand.

So lang unsere Seele im Geist Gottes, ist es der Strahl der göttlichen Sonne, während das andere Ende dessen das ist, was wir Atem nennen. Wir sehen nur das es tiefgreifend ist und nicht weiter, weil es nur die höhere Ebene des physischen Körpers ist die die verschiedenen Stufen streift.

Der Atem geht dahin, aber wir sehen die Aktion des Atems nicht. Die Aktion des Atems in unserem Körper ist begrenzt, aber in Wirklichkeit verbindet diese Strömung, dieser Atem den Körper mit dem göttlichen Spirit, verbindet Gott und Mensch in einem Strom.

**Hazrat Inayat Khan The Sufi message**