



QUANTUM COHERENCE · EINLADUNG · TEIL II DER REIHE VON VIER WORKSHOPS

Der Klang und das Gefäß

Die Stille hast du. Jetzt kommt der Klang.

Vierzig Tage lang hast du die Praxis geübt. Jetzt passen wir sie an dich an — an deine Erfahrungen, deine Verfassung, deinen Alltag. Und in die Stille, die du aufgebaut hast, kommt etwas Neues: der Gāyatrī-Mantra, mit seiner Bedeutung, seiner Herkunft und seiner Übergabe.

Samstag, 31. Oktober 2026 · 10:00-18:00 Uhr

Schloss Kränzlin · Existential Consciousness Research Institute · bei Neuruppin

Leitung: Marcus Schmieke, Dr. h.c. (Nobel University, USA) · Beitrag: 90 € inkl. Mittag- und Abendessen

Für alle, die Teil I besucht haben — Anmeldung an shop@veden-akademie.de

Was du davon hast

Die Praxis wird an dich angepasst. Wir schauen gemeinsam auf deine vierzig Tage: Was hat gut funktioniert, wo war es schwer? Daraus lernst du, die vier Phasen so zu gewichten, wie es zu dir passt — die Reihenfolge bleibt gleich, die Dauer der einzelnen Phasen richtet sich nach dir.

Hilfe für schwere Tage. An manchen Tagen ist der Kopf zu voll oder der Körper zu müde, um ruhig zu werden. Dafür lernst du eine kurze Körperübung — ruhiger Atem, Anspannen und Loslassen, Wärme —, die dich in wenigen Minuten dorthin bringt, wo die Meditation beginnen kann. Und eine Atemübung, die das Loslassen in der zweiten Phase vertieft.

Ein zweiter Weg in die Tiefe. Am ersten Tag hast du die Frage kennengelernt: Wer ist es, der schaut? Jetzt kommt ein zweiter Weg dazu — die stille Hinwendung des Herzens zu dem, was dich trägt. Er ist für alle gedacht, die sich in ihrer Meditation lieber an ein Gegenüber wenden als eine Frage zu stellen. Dazu eine weitere Übung, mit der die vierte Phase vertieft wird: das Umwenden des inneren Lichts, nach einer alten chinesischen Meditationsschrift.

Der Gāyatrī-Mantra. Der älteste Vers der vedischen Überlieferung — die Hinwendung zu dem Licht, das unser Erkennen trägt. Du lernst, was er bedeutet, woher er kommt, wie er in die Praxis gehört, und du empfängst ihn mit dem Segen der lebendigen Tradition, die ihn seit Generationen hütet.

Sehen, was der Mantra tut. Unsere eigenen EEG-Messungen zeigen, was die stille Rezitation im Gehirn verändert — und dass sie die Stille nicht stört, sondern vertieft. Live im Raum.

Erst die Stille, dann der Mantra. Er ist kein Werkzeug — er ist ein Gast, der nur in ein bereites Haus kommt.

Die Reihe — vier Stufen eines Weges

I · Das Gefäß

absolviert

Landkarte · die vier Phasen · die Frage „Wer ist es, der schaut?“ · Alltagsanker · die vierzig Tage

II · Der Klang

dieser Tag

die Praxis wird an dich angepasst · Körper- und Atemübung für schwere Tage · der zweite Weg in die Tiefe · der Gāyatrī mit seiner Übergabe

III · Die Kraft

Frühjahr 2027

gerichtete Aufmerksamkeit · das Mantra als Sammlung · die Lebensform, die den Tag ordnet

IV · Das Intensiv

2027 · Schloss Kränzlin

mehrere Tage: die lange Form der Praxis, Stille als Lebensrhythmus

Erst die Stille, dann der Klang, dann die Kraft — und die Kraft kehrt in die Stille zurück. Jede Stufe setzt die vorige voraus; der Gāyatrī wird an die weitergegeben, die die vierzig Tage gegangen sind.

Der Tag

Der Vormittag gehört der Praxis. Er beginnt so, wie die vierzig Tage jeden Morgen begonnen haben — mit der Meditation, nicht mit Reden. Dann ordnen wir die Erfahrungen der vierzig Tage: die typischen Schwierigkeiten, die verschiedenen Verfassungen, die passende Gewichtung der Phasen. Die Körperübung für schwere Tage wird gelernt und sofort ausprobiert, mit direktem Übergang in die Meditation; und die Atemübung vertieft das Loslassen.

Der Nachmittag gehört dem Mantra. Zuerst üben wir den zweiten Weg in die Tiefe — noch ohne Mantra, damit er sicher ist, bevor der Mantra dazukommt. Dann der Gāyatrī: seine Herkunft, Wort für Wort seine Bedeutung, das Bild des Lichts, die lebendige Tradition, die drei Bedingungen. Die Übergabe ist schlicht: gesprochen, gemeinsam gehört, dann still. Danach die volle Praxis, in die der Mantra als Abschluss eingefügt wird — nach der vierten Phase, vor der Widmung. Und der Weg für die nächsten vierzig Tage.

10:00	Ankommen in Stille — die Kurzform der Praxis, bevor ein Wort fällt
10:20	Was die vierzig Tage zeigen · Die Praxis wird an dich angepasst
11:45	Die Körperübung für schwere Tage · Die Atemübung · Wie beides zur Praxis passt
13:00	Mittagessen — die ersten zehn Minuten schweigend
14:30	Der zweite Weg in die Tiefe · Das Umwenden des inneren Lichts · Praxis
15:25	Der Gāyatrī — Herkunft, Bedeutung, Bedingungen, seine Stelle in der Praxis · was die Messung zeigt
16:30	Die Übergabe · Die volle Praxis mit Mantra und Widmung
17:25	Die nächsten vierzig Tage · Der Horizont: die dritte Stufe · Schluss in Stille
18:00	Abendessen — gemeinsam, ohne Programm

Alle Übungen sind Einladung. Wer den Mantra nicht in seine Praxis nehmen möchte, bleibt bei der Übergabe einfach still — das ist eine vollgültige Entscheidung.

Was diesen Tag trägt

Die Reihenfolge. Erst Stille, dann Mantra. Die Meditation schafft die Ruhe, der Mantra kommt in sie hinein — als Abschluss nach der vierten Phase, nie davor, nie an ihrer Stelle. Deshalb setzt dieser Tag die vierzig Tage voraus.

Die Tradition. Der Gāyatrī wird mit seiner Bedeutung gegeben, nicht als Silbenfolge; und mit dem Segen einer lebendigen Tradition, die ihn seit Generationen hütet und ermutigt hat, ihn so weiterzugeben.

Die Messung. Unsere EEG-Messungen zeigen in jeder ausgewerteten Sitzung dasselbe Bild: Die stille Rezitation vertieft die Entspannung noch einmal — der Mantra stört die Stille nicht, er trägt sie weiter.

Die Ehrlichkeit. Nichts an diesem Tag verspricht Wirkung. Der Mantra ist kein Pflichtteil der Praxis: An Tagen, an denen die Stille nicht da ist, bleibt er weg — ohne Schuld.

yat karoṣi yad aśnāsi yaj juhoṣi dadāsi yat · yat tapasyasi kaunteya tat kuruṣva mad-arpanam

„Was du tust, was du isst, was du opferst und gibst, was du an Übung trägst — tu es als Darbringung.“ Bhagavad-Gītā 9,27 — der Vers der Widmung, den du schon vollzogen hast.

Voraussetzung

Die Teilnahme an Teil I (Self Realization) und die vierzig Tage der Grundform — als Selbstauskunft bei der Anmeldung. Nicht als Hürde, sondern weil der Tag ohne das Gefäß nicht funktioniert. Wer die vierzig Tage nicht vollständig geschafft hat, ist trotzdem willkommen: Dann verzichtest du bei der Übergabe noch auf den Mantra — an allem anderen kannst du ganz teilnehmen.

Leitung



Marcus Schmiede, Dr. h.c. (Nobel University, USA) — Physiker, Philosoph und Erfinder (TimeWaver, Healy), Gründer des Existential Consciousness Research Institute auf Schloss Kränzlin. In Quantum Coherence verbindet er eine eigene physikalische Theorie des Bewusstseins mit der Kohärenzpraxis und einer laufenden EEG-Forschung. Zwölf Jahre in einer klösterlichen Tradition haben die Praxis geprägt, dreißig Jahre Physik ihre Sprache.

Mitbringen · Rahmen

Dein Mitgabebblatt aus Teil I und, wenn du magst, deine Notizen aus den vierzig Tagen. Bequeme Kleidung, ein Sitzkissen oder eine Decke, wenn du nicht auf dem Stuhl sitzen magst, ein Notizbuch. Am Ende des Tages erhältst du das neue Mitgabebblatt — vorn deine angepasste Praxis, hinten der Mantra. Während der Übungen bleiben die Handys stumm.

Anmeldung mit Name und Telefonnummer an shop@veden-akademie.de · 90 € inkl. Mittag- und Abendessen · Die Plätze sind auf die Teilnehmenden von Teil I begrenzt.