



## Meditation der Goldenen Blüte - Lebendige Unsterblichkeit

Das Erblühen der Goldenen Blüte bringt die innere Dimension jeder Religion hervor und leistet damit einen elementaren überkonfessionellen Beitrag zum Weltfrieden.

### Schule der Meditation

Peter Todesco erklärt die «Meditation der Goldenen Blüte» in seinen Anweisungen mit klaren Worten. Sie ist nun einfach zu lernen und kann überall im täglichen Leben praktiziert werden, unabhängig von Bildern, Vorstellungen oder Gedanken. Sie ist immer zur Hand in Geist und Körper selbst. Diese Methode schien bisher unerreichbar, weil diese Art von Aufmerksamkeit unserem Geist unvertraut ist.

*Die «Schule der Meditation» ermöglicht allen Menschen, Meditation zu praktizieren.*

### Heilung ist das Ziel

Das Ziel der «Meditation der Goldenen Blüte» besteht darin, den «originalen schöpferischen Geist» wiederherzustellen und ein «selbstverwirklichtes menschliches Wesen» zu werden. Dieses Wissen ist ursprünglicher und direkter als das Denken oder die Vorstellungskraft unseres bewussten Geistes.

Das «Verbundensein mit seinem höheren Selbst im universellen Bewusstsein» ist der Kernpunkt dieser Heilungsmethode. Diese «feinere Art des Gewahrseins» ist für das Erwachen des ursprünglichen Bewusstseins von zentraler Bedeutung. Subtiles inneres Sehen und Hören lässt uns im lebendigen unsterblichen Bewusstsein erwachen. Es überwindet Zeit und Raum und ist dennoch so real wie alles in der materiellen Welt. *Stille ist der wesentliche Zugang zu unserer Essenz, zur «Präsenz unseres ursprünglichen Geistes».*

Das «Erbühen der Goldenen Blüte» öffnet einen breiten Weg zur unbegrenzten Quelle von Intuition, Kreativität und Inspiration. Ist diese Kraft der geistigen Entwicklung einmal erwacht, kann sie unendlich erweitert, erneuert und vertieft werden. Unsere Gefühle klären sich, unsere Lebenskraft wird gestärkt und damit Körper und Seele genährt, der feinstoffliche Körper festigt sich.

*Die «Meditation der Goldenen Blüte» ist eine lebenspraktische Erfahrung, die allen Menschen zur Verfügung steht und keine Dogmen braucht. Meditation ist ein spiritueller Selbstheilungsprozess für Körper, Psyche und Geist.*

### Der universelle Mensch

Die «Meditation der Goldenen Blüte» bringt das grenzenlose Potenzial des universellen Menschen zum Erwachen.

Damit überwindet sie alle Hindernisse persönlicher und kultureller Unterschiede, bewahrt aber den Reichtum der eigenen Individualität.

Spiritualität ist Leben im «Hier und Jetzt».

Spiritualität hat nichts mit Glauben zu tun.

Spiritualität ist ein Weg des Lebens.

Es geht um die Art wie wir leben und

wie wir unser tägliches Leben führen.

*Meditation ist das grösste Geschenk, das Sie sich und der Welt machen können.*



## Meditation der Goldenen Blüte

Schule der Meditation

Peter Todesco

Tannenzaunstrasse 5 | Postfach 1463 | CH-8610 Uster 1  
petertodesco.ch | meditation.ch  
petertodesco @ icloud.com  
+41 44 941 94 19 | +41 79 765 61 11





## Meditation der Goldenen Blüte - Lebendige Unsterblichkeit

**Meditation verbindet die Meditierenden mit ihrem ursprünglichen Bewusstsein und belebt, was nicht durch Geburt und Tod, was nicht durch Zeit und Raum begrenzt ist.**

### Spiritualität

*Spiritualität bedeutet im weitesten Sinne Geistigkeit, Transzendenz und Mystik.* Wenn ein Mensch bestimmt, sich auf den spirituellen Weg zu begeben, nimmt er sein Schicksal in seine eigenen Hände. Geistige Klarheit und edle Gesinnung führen ihn zu innerem Frieden, Glück und Mitgefühl.

*Spiritualität zu leben bedeutet, sich mit dem Unendlichen und Ewigen, dem Göttlichen in sich selbst zu verbinden.* Erweitertes Bewusstsein ist gleichmässig nach innen und aussen gerichtet. Wenn wir Körper, Geist und Seele wieder zu einer Ganzheit verbinden und uns von allen Begrenzungen befreien, vermag dieses Einssein langfristig auch unseren Körper vollständig zu heilen.

### Philosophie

*Die «Philosophie der Unsterblichkeit» stellt die grundsätzliche Frage nach dem Sinn unseres Lebens.* Wir können unseren eigenen Beitrag zu dieser Welt erst leisten, wenn wir wieder verbunden sind mit dem Unsterblichen in uns selbst und aus dieser Quelle *unseren Seelenplan erkennen und leben.*

*Meditation kann nur im Kontext einer «Philosophie der Unsterblichkeit» wirklich verstanden werden.* Meditation entfaltet erst auf dieser Grundlage ihre volle Kraft und Wirkungstiefe.

### Individuation

Wenn wir uns fragen *«Was will ich?»*, so zielt diese Frage zwar auf die tiefsten Wünsche unseres Herzens, die jenseits von Verstand und Ego verborgen sind. Bevor wir aber erfahren, was wir wirklich wollen, müssen wir uns fragen *«Wer bin ich?»*. Diese Frage führt uns ins Zentrum unseres spirituellen Herzens, dem Innersten unserer Seele und damit zur existenziellen Frage *«Woher komme ich?»*.

Wenn wir auf diese Fragen mit unserem Leben antworten, nähren und kultivieren wir die Impulse unseres Herzens und gestalten damit ein sinnvolles Leben in Erfüllung unseres Schicksals. Einfach gesagt geht es darum, in jeder Lebenssituation mit unserem wahren Selbst verbunden zu sein und aus dieser Verbundenheit heraus unserer Bestimmung gemäss zu leben und zu handeln.

*Mit der «Meditation der Goldenen Blüte» von Peter Todesco kann dieses Verbundensein mit unserem Wesenskern, dem «Götterfunken», effizient und nachhaltig gepflegt und vertieft werden.*

### Geheimnis von Leben und Tod

*In der «Meditation der Goldenen Blüte» erkunden wir unseren ursprünglichen gedankenfreien Geist.* Diese Form der Meditation offenbart uns das Geheimnis von Leben und Tod. Liebe und Wissen sind die Basis unserer Existenz: *Fühlen und Lernen sind der Sinn des Lebens.*

Durch regelmässige Übung gestalten und festigen wir unser feinstoffliches Wesen und erfahren Sinn und Zweck unseres Daseins: *Leben in bedingungsloser Liebe und lebendiger Unsterblichkeit.*

*Diese Erkenntnis bewirkt grosse Befreiung und tiefen Frieden und verändert unser Leben nachhaltig zu mehr Gesundheit, Erfüllung und Lebensfreude.*



## Meditation der Goldenen Blüte - Lebendige Unsterblichkeit

**Meditation gibt uns die Gelegenheit, unser unsichtbares Selbst kennenzulernen und die Illusion des Getrenntseins durch das Einsseins mit Allem für immer aufzulösen.**

### Sexualkraft «Kundalini» in den Überlieferungen von Ayurveda, Yoga und Meditation

*Unsterblichkeitsgewissheit gehört zum Grundwissen von Meditation, Yoga und Ayurveda.* Yoga lehrt uns, in der Meditation unsere *«Sexualenergie» (Kundalini)* vom Unterleib in die höheren *«Chakras»* zu leiten, sie mit dem *«ursprünglichen Geist der Schöpfung»* in uns selbst zu verbinden und mit dem *«Licht des universellen Bewusstseins»* alle *«Energiezentren» (Chakras)* von der Schädeldecke bis zum Beckenboden zu beleben.

*«Verantwortungsvolle Bewahrung der Sexualkraft»* zur Aktivierung der Lebensenergie und Stärkung höheren Bewusstseins und *«aktive stetige Verbundenheit mit dem ursprünglichen Geist»* sind notwendige Voraussetzungen für die Entwicklung von höherem Bewusstsein und Spiritualität.

*Die «Meditation der Goldenen Blüte» lenkt den Praktizierenden mit klaren Anweisungen sanft und sicher und ohne Askese und sexuelle Enthaltung durch den Selbsterkenntnis- und Selbstheilungs-Prozess.* Herzschlag und Atem reduzieren sich, bis Geist und Atem ineinander ruhen, dann herrscht Stille, Licht und Frieden, und wir können uns der grenzenlosen Weite unseres Seins anvertrauen. *Eine disziplinierte Meditationspraxis führt* inmitten des heutigen Alltagslebens mit Arbeit und Familie auf harmonische Weise *zur Erkenntnis des Ewigen, zu Verjüngung, Erleuchtung und Unsterblichkeit.*

### Geschichte der Überlieferung der «Methode der Goldenen Blüte»

*Die von den alten Taoisten weiter verfeinerte «Meditation der Goldenen Blüte» wurde in China erstmals 1692 aufgezeichnet.* Die westliche Welt hat diese berühmte alchemistische Abhandlung 1929 in der deutschen Übersetzung von Richard Wilhelm als *«Das Geheimnis der Goldenen Blüte»*, kommentiert von seinem Freund Carl Gustav Jung, kennengelernt (Englisch *«The Secret of the Golden Flower»* von Cary F. Baynes). Thomas Cleary hat dann 1991 den Text mit seiner brillanten Neuübersetzung des chinesischen Originals erstmals authentisch zugänglich gemacht und verständlich erklärt.

*Die «Goldene Blüte» wurde von vielen spirituellen Traditionen schon in früheren Zeiten praktiziert.* Mystiker aller Zeiten haben diesen Weg erkundet und in ihren Aufzeichnungen und Lehren erklärt, dass alle Menschen Erleuchtung und Unsterblichkeit erreichen können, unabhängig von Glaube und Herkunft. In den heiligen Schriften dieser Traditionen finden wir noch heute Hinweise auf diese Methoden:

*«Mache dich auf, werde Licht, dann erstrahlt dein Licht, und die Herrlichkeit des Herrn scheint über dir!»* Jesaja (740 v. Chr.) *«Wenn die Fluktuationen des Geistes zur Ruhe kommen, ist die Todlosigkeit gefunden!»* Patanjali's Yoga Sutren (200 v. Chr.) *«Wir sehen jetzt durch einen Spiegel in einem dunklen Wort; dann aber von Angesicht zu Angesicht.»* Bibel 1. Kor 13, 12 (56 n.Chr.)

### Die ideale Bewusstseinsteknik für unsere Zeit

*Die wissenschaftliche und pragmatische Methode der «Meditation der Goldenen Blüte» befreit den bewussten Geist von seinen willkürlichen und unnötigen Begrenzungen durch seine mentale Verstrickung mit sich selbst und macht den bewussten Menschen zum «Partner der Schöpfung».*