

# INNERES WACHSEN

DIE PSYCHOLOGIE DER INNEREN ENTWICKLUNG

EINE AUSWAHL AUS DEN WERKEN VON  
SRI AUROBINDO UND DER MUTTER

ZUSAMMENSTELLUNG UND EINFÜHRUNG:

A. S. DALAL

# Inhaltsverzeichnis

Impressum

Vorwort

Einführung

## Erster Teil

Das Auftauchen aus der Unbewusstheit

## Zweiter Teil

Das Erwachen des Bewusstseins

## Dritter Teil

Das Wachsen des Bewusstseins:  
Grundlegende Voraussetzungen

Aspiration [Streben]

Aufrichtigkeit

Glaube

Die Lehre – Mentale Vorbereitung

Der Lehrer

Geduld und rechte Einstellung

## Vierter Teil

Das Wachsen des Bewusstseins:  
Erste Schritte und Grundlage

Läuterung

Konzentration

Gleichmut und Friede

## Fünfter Teil

Das Wachsen des Bewusstseins:  
Mittel und Methoden

Vielerlei Methoden

Meditation

Innere und äußere höchst wesentliche Voraussetzungen für die Meditation

Arbeit

Bhakti – Hingabe

Seinem eigenen Pfad folgen

## Sechster Teil

Das Wachsen des Bewusstseins:  
Schwierigkeiten und Fallgruben

## Siebter Teil

Das Wachsen des Bewusstseins:  
Innere Erfahrungen

## Achter Teil

Das seelische Wesen und inneres Wachsen

## Neunter Teil

Die Bewusstseinswende: Die neue Geburt

Glossar

Quellennachweis

Verlagstitel

# Impressum

**Titel der englischen Ausgabe:**  
Growing Within  
Deutsche Übersetzung: Elisabeth Beck

Erste deutsche Ausgabe 1995  
Dritte Auflage: 2009  
© 1995 Sri Aurobindo Ashram Trust, Pondicherry

ISBN 978-81-7058-443-8

Herausgeber: Sri Aurobindo Ashram  
Publication Department  
Pondicherry 605002

\*\*\*

**Deutsche E-Book Ausgabe:**

ISBN 978-3-937701-36-3

© 2015 Verlag Wilfried Schuh  
Sri Aurobindo Digital Edition  
Wiesbaden

[www.auro.media](http://www.auro.media)  
[verlag@auro.media](mailto:verlag@auro.media)

\*\*\*

Durch dauerndes inneres Wachsen kann man dauernde Neuheit und unerschöpfliches Interesse am Leben finden. Es gibt keinen anderen befriedigenden Weg.

SRI AUROBINDO (25:715)

\*

Wir selbst zu werden, ist das eine, das zu geschehen hat.

Doch ist das wahre wir selbst das, welches in uns ist; unser äußeres Selbst des Körpers, Lebens und Mentals zu überschreiten, ist die Voraussetzung dafür, dass dieses höchste Wesen, das unser wahres göttliches Wesen ist, sich offenbart und aktiv wird. Nur indem wir innerlich wachsen und innerlich leben, können wir es finden....

SRI AUROBINDO (19:1023)

\*

Alles dreht sich um das Bewusstsein, um die Tatsache, bewusst zu sein oder nicht. Und nur im höchsten Bewusstsein kannst du den vollendeten Ausdruck deiner selbst finden.

Denn das wahre Bewusstsein ist das göttliche Bewusstsein. Wenn du dich vom göttlichen Bewusstsein abtrennst, wirst du ganz unbewusst; genau das ist es, was geschah. Und daher ist alles, was besteht, die Welt wie sie ist, dein Bewusstsein wie es ist, die Dinge in dem Zustand, in dem sie sind, alles ist das Ergebnis dieser Spaltung des Bewusstseins und seine unmittelbare Verdunkelung.

In dem Augenblick, da das individuelle Bewusstsein von göttlichen Bewusstsein getrennt ist, tritt es in das ein, was wir das Unbewusste nennen; und dieses Unbewusste ist es, das die Ursache all seines Elends ist.

Daraus folgt, dass die wahre Umwandlung die Umwandlung des Bewusstseins ist – alles übrige wird automatisch folgen.

DIE MUTTER (8:77)

## VORWORT

Dieses Buch will die Bedeutung, Natur und Vorgänge innerer Entwicklung etwas durchleuchten. Sein Zweck ist, Suchenden zu helfen, die Prozesse und Erfahrungen inneren Wachsens zu verstehen und zu erkennen, um gleichsam als Leitfaden für jene zu dienen, die noch keinen persönlichen Lehrer und Mentor gefunden haben.

Um das Buch für alle, die [inneres] Wachstum suchen, sinnvoll zu machen, ungeachtet ihres persönlichen Glaubens, wurden die in der Zusammenstellung enthaltenen Abschnitte im Hinblick auf die psychologische Natur ihres Inhalts ausgesucht und behandeln das innere Wachsen als einen empirischen Prozess. Unser Schwerpunkt, obgleich wir von Sri Aurobindos Yoga ausgehen, liegt auf den universellen psychologischen Elementen und Prinzipien inneren Wachsens, deren Verständnis und Gültigkeit eher auf persönlicher Erfahrung, Selbstprüfung und Intuition beruhen als auf mentalen Anschauungen – obwohl Anschauungen das Verstehen sowohl fördern als auch behindern können. Aus diesem Grund wurden Eigentümlichkeiten des Wachstumsprozesses, die für Sri Aurobindos Yoga spezifisch sind, in diesem Buch nicht behandelt, obwohl Andeutungen solcher Besonderheiten in einigen Abschnitten der Zusammenstellung enthalten sind.

Erklärungen spezieller Ausdrücke und Begriffe sind im Glossar am Ende des Buches zu finden. Einige der Begriffe werden auch in der nachfolgenden Einführung behandelt.

Die Ausschnitte, die hier zusammengestellt wurden, stammen größtenteils aus den Briefen Sri Aurobindos an seine Jünger und den Gesprächen der Mutter mit den Kindern des Ashrams. Daher ihr zwangloser Stil, die Auslassungen, Pausen, Wiederholungen usw. in vielen der Passagen.

Außer in der begrenzten Darlegung des Gegenstandes in der Einleitung wurde die Psychologie der inneren Entwicklung hier in unausgesprochener und nicht-systematischer Weise durch die zitierten Passagen dargestellt. Obwohl eine direkte und systematische Darlegung und Ausarbeitung des Inhaltes der zitierten Passagen ansprechender für den Intellekt gewesen wären, haben die Worte eines Meisters im Original einen einzigartigen Wert und vermögen mehr zu vermitteln als rein intellektuelles Verstehen. Das aufnahmebereite Lesen von Worten, die von einem solchen Meister stammen und die von einem Bewusstsein durchtränkt sind, das unendlich viel höher als unser eigenes ist, kann außer der Übermittlung von Gedanken auch wirksam dazu verhelfen, das Bewusstsein des Lesers zu erhöhen und damit tatsächlich das innere Wachsen auszulösen. Ein oder zwei Augenblicke ruhiger Konzentration vor dem Lesen mit dem Streben, sich dem Bewusstsein hinter den Worten zu öffnen, wird die Aufnahmebereitschaft erhöhen. Es ist zu hoffen, dass auf diese Weise die Zusammenstellung nicht nur zum Verstehen beiträgt, sondern auch die innere Entwicklung fördert.

A. S. DALAL

## EINFÜHRUNG

Gemäß Sri Aurobindo „ist es im wesentlichen eine Evolution des Bewusstseins, die in der Natur stattgefunden hat“. (19:846) Das innere Wachsen des menschlichen Wesens ist schlechthin eine Fortsetzung der Evolution des Bewusstseins, die bislang fortschreitend in dem Auftauchen des Lebens aus der Materie und des Mentals aus dem Leben resultierte. In anderen Worten, Bewusstsein hat stets höhere Formen seiner Manifestation auf Erden entwickelt – vom Mineral zur Pflanze, zum Tier, zum Menschen, dem mentalen Wesen. Was in diesem Buch mit innerem Wachsen bezeichnet wird, bezieht sich auf die Evolution des Bewusstseins jenseits des Mentals.

Vor dem Erscheinen des menschlichen oder mentalen Wesens war die Evolution ein langsamer, unterbewusster Prozess. Das Auftauchen des Mentals bezeichnet den Beginn eines *neuen Prozesses der Evolution*, durch welchen das menschliche Wesen durch einen bewussten Willen und ein bewusstes Streben nach innerem Wachstum ein bewusster Teilnehmer und Helfer in der Evolution des Bewusstseins wird. Solcherart ist inneres Wachsen ein Vorgang *bewusster Evolution*. Jedes System fundierter Methoden zur Erzielung inneren Wachsens ist Yoga; denn Yoga ist „eine methodische Bemühung zur Selbstvervollkommnung, indem man den latenten Entwicklungsmöglichkeiten des Wesens Ausdruck verleiht...“ (Sri Aurobindo, 20:2)

Hinsichtlich der zwei Arten der Evolution – unbewusste Evolution durch die Vorgänge der Natur und bewusste Evolution durch Yoga – schreibt Sri Aurobindo:

„Alle Natur ist ein Versuch, die verborgene Wahrheit mehr und mehr zu enthüllen...“

„Doch das, worauf die Natur in langsamer Evolution für die Masse abzielt, wird durch den Yoga für den Einzelnen in rapider Revolution bewirkt...“ (20:24)

„... letzten Endes ist ihr Ziel eins. Die allgemeine Verbreitung des Yoga in der Menschheit muss der letzte Sieg der Natur über ihre eigenen Verzögerungen und Verhüllungen sein. So wie sie derzeit durch das progressive Mental in der Wissenschaft die gesamte Menschheit für die volle Entwicklung des mentalen Lebens bereit zu machen sucht, wird sie durch den Yoga unausweichlich danach trachten, die ganze Menschheit für die höhere Evolution bereit zu machen, für die zweite Geburt, für das spirituelle Dasein.“

(Ebenda)

Selbst nach dem Auftauchen des Mentals bleibt das Wachsen des Bewusstseins

im menschlichen Wesen ein mehr oder weniger unbewusster Prozess, da die Wurzeln der Materie, des Lebens und des Mentals im Unbewussten liegen, aus dem sie sich entfaltet haben. Das erste Stadium des Auftauchens aus der uranfänglichen Unbewusstheit besteht in der Entwicklung eines bewussten Egos – einer separaten und unabhängigen Individualität. Solange eine Individualität nicht geformt wurde, bleibt der Mensch ein amorphes Wesen, mehr oder weniger mit der unbewussten Totalität des Daseins verschmolzen. Durch die Entwicklung eines bewussten Egos – „... die Individualisierung des Wesens im Werden“ (Sri Aurobindo, 18:367) – wird eine Person eine Individualität. Das Ego ist die Identifizierung unseres Wesens mit dem oberflächlichen, äußeren Selbst, das aus dem Körper, der vitalen Natur und dem Mental besteht. Aufgrund des Egos wird eine bestimmte Gestaltung der physischen, vitalen und mentalen Erfahrung vom übrigen Wesen unterschieden und als das „Selbst“ betrachtet. Auf diese Weise dient das Ego dazu, das Auftauchen aus der Unbewusstheit durch ein fortschreitendes Bewusstwerden der physischen, vitalen und mentalen Aspekte des Wesens zu bewirken.

Sobald das trennende Ego hinreichend entwickelt wurde, kann die Evolution des Bewusstseins durch ein Wachsen in eine andere Dimension beschleunigt werden – jener, die in der Transzendierung des Egos liegt, der Befreiung von der unwissenden Identifizierung mit der eigenen oberflächlichen Natur und der Entdeckung des wahren Selbstes. Inneres Wachsen bedeutet daher eine neue *Dimension der Evolution*.

Das meiste, was heute ‚persönliches Wachsen‘ genannt wird, und worauf die verschiedenen psychotherapeutischen Methoden abzielen (wie Transaktionsanalyse, Gestalt-Therapie, Rational-Emotive Therapie usw.) sowie die verschiedenen Techniken, die mit der ‚*Human Potential Movement*‘ assoziiert sind (wie *Encounter Group*, Sensitivitätstraining, *Assertiveness Training* etc.) bezieht sich auf das, was soeben als die Entwicklung des Egos und der Individualität beschrieben wurde. Inneres Wachsen andererseits, worauf die östlichen und westlichen spirituellen Schulen abzielen (wie Yoga, Zen, Sufismus, Christlicher Mystizismus) besteht aus einer transpersonalen Entwicklung jenseits des Egozustandes und stellt eine völlige Umkehr des normalen, egoverhafteten Bewusstseinszustandes dar. Es ist daher unbedingt erforderlich, zwischen persönlichem und innerem Wachsen zu unterscheiden.

Der Unterschied zwischen dem gegenwärtigen normalen Zustand des Bewusstseins und des mehr entwickelten Bewusstseinszustandes, auf welchen inneres Wachsen abzielt, spiegelt sich in ihren gegensätzlichen Eigentümlichkeiten, von denen einige untenstehend angeführt sind.

(a) Der normale Zustand des Bewusstseins ist mehr oder weniger von Unbewusstheit überflutet: im normalen Zustand ist sich eine Person der tieferen und höheren Ebenen des Wesens vollkommen unbewusst und selbst weitgehend unbewusst des oberflächlichen Wesens, das aus dem Körperbewusstsein, den Gedanken und den Gefühlen besteht. Mit dem inneren Wachsen des Wesens geht



ein wachsendes Bewusstsein Hand in Hand, denn Bewusstsein ist die eigentliche Natur und Essenz des Wesens.

(b) Eines der hauptsächlichsten Merkmale des normalen Bewusstseinszustandes ist Ablenkbarkeit. Die wechselnden Eindrücke und Sinneswahrnehmungen von außen und der Fluss der Gedanken und Gefühle von innen rufen einen Zustand fortwährender Ablenkung hervor. Das innere Bewusstsein andererseits ist zentriert oder konzentriert. In dem Maße, wie Bewusstsein wächst und man mehr und mehr im tieferen Bewusstsein zu leben lernt, erfährt man einen Zustand der Zentriertheit oder Konzentration.

„Das höhere Bewusstsein ist ein konzentriertes Bewusstsein ... nicht zerstreut und dieser oder jener menschlichen Idee nachjagend oder vitalem Begehren oder physischem Erfordernis wie es das gewöhnliche menschliche Bewusstsein ist – also nicht überflutet von hundert zufälligen Gedanken, Gefühlen und Impulsen, sondern Meister seiner selbst, zentriert und harmonisch.“

(Sri Aurobindo, 23:744)

(c) Assoziiert mit Ablenkung ist noch ein anderes Merkmal des normalen Bewusstseinszustandes, angedeutet in der oben zitierten Passage, nämlich Zerstreuung. Im normalen Zustand ist Bewusstsein gleichsam in den oberflächlichen Teilen und Bewegungen des Wesens zerstreut, physisch, vital und mental. Wie die Mutter bemerkt:

„Man wirft sich die ganze Zeit hinaus; die ganze Zeit lebt man gleichsam außerhalb seiner selbst in solch oberflächlicher Empfindung, dass es beinahe so ist als wäre man außerhalb seiner selbst. Sobald man sich nur ein wenig beobachten will, sich ein wenig kontrollieren will, einfach wissen will, was geschieht, ist man immer gezwungen, sich zurückzuziehen oder auf sich selbst zu richten, etwas nach innen zu ziehen, das fortwährend an der Oberfläche ist. Und dieses Ding an der Oberfläche ist es, das allen äußeren Kontakten begegnet und das dich mit ähnlichen Vibrationen von anderen in Berührung bringt. Das geschieht beinahe außerhalb deiner selbst. Das ist die fortwährende Zerstreuung des gewöhnlichen Bewusstseins.“

(Die Mutter, 8:193)

Die zerstreute Natur des normalerweise vorherrschenden Bewusstseins steht in scharfem Gegensatz zu der nach innen gerichteten und gesammelten Natur des tieferen Bewusstseins.

(d) Der normale Bewusstseinszustand ist ein Zustand fortwährender Unruhe und Erregung aufgrund seiner dauernden Ablenkbarkeit und Zerstreuung. In dem Maße, wie das Bewusstsein wächst, gewahrt man immer mehr ein tieferes Bewusstsein, das als der Nährboden von Ruhe und Frieden empfunden wird.

„ ... selbst wenn es tätig ist, wird hinter dieser Tätigkeit oder in ihr eine vollkommene Ruhe oder ein vollkommenes Schweigen gefühlt. Je mehr man sich konzentriert, desto mehr wachsen diese Ruhe und dieses Schweigen. Das ist der Grund, weshalb innen alles ruhig zu sein scheint, obwohl dort alle möglichen Dinge vor sich gehen können.“

(Sri Aurobindo, 23: 1000)

(e) Im normalen Zustand ist Bewusstsein in seinen Instrumenten involviert und mit ihnen identifiziert – mit dem Körper, der vitalen Natur und dem Mental; man fühlt, dass man der Körper ist, man identifiziert sich mit den Gedanken, den Gefühlen. In dem Maße, wie Bewusstsein sich entfaltet, erfährt es sich selbst als mehr und mehr losgelöst und getrennt von der äußeren physischen, vitalen und mentalen Natur. Statt mit den Regungen der äußeren Natur identifiziert zu sein, betrachtet es sich als unbeteiligter Zeuge – Sakshi, um einen Ausdruck der Gita zu gebrauchen.

„Es [das Bewusstsein] kann losgelöst sein, es kann verstrickt sein. Das menschliche Bewusstsein ist in der Regel immer verstrickt, doch hat es die Fähigkeit erlangt, sich loszulösen – etwas, wozu die niedere Schöpfung nicht fähig zu sein scheint. In dem Maße, wie das Bewusstsein sich entwickelt, entwickelt sich ebenfalls diese Fähigkeit der Loslösung“.

(Sri Aurobindo, 23:686)

(f) Aufgrund der Identifizierung mit seiner instrumentalen Natur ist das gewöhnliche Bewusstsein mit den „Gegensatzpaaren“ behaftet – Hitze und Kälte, Vergnügen und Schmerz, Anziehung und Abstoßung usw. –, die ein der physischen, vitalen und mentalen Natur eigentümliches Merkmal sind. Daher ist das Bewusstsein normalerweise in einem mehr oder weniger konstanten Zustand der Störung und Unausgeglichenheit. Im Gegensatz dazu ist das höhere Bewusstsein ungerührt, fixiert oder stetig – *sthira*, um einen anderen Ausdruck der Gita zu gebrauchen. Mit dieser Eigenschaft ist *samata* – Gleichmut – verbunden, der auf einer gleichmütigen Reaktion auf die Gegensatzpaare beruht.

(g) Ein grundlegendes Merkmal des normalen Bewusstseins ist sein Gefühl, ein separates Selbst oder Ego zu sein, gleichsam eine Individualität, die vom übrigen Universum getrennt besteht. Im Gegensatz dazu ist das größere Bewusstsein, wie es von jenen beschrieben wird, die es dauernd erreicht oder vorübergehend erfahren haben, einheitlich, universal und transpersonal, ohne Trennung oder Teilung.

„... die Grenzen des Ego, des persönlichen Mentals und Körpers verschwinden, und man erkennt eine kosmische Weite ... Es ist nicht so, dass Ego, Körper und persönliches Mental aufhören zu bestehen, doch empfindet man sie als einen nur geringfügigen Teil seiner selbst. Man beginnt auch andere als Teil seiner selbst oder als andersartige Wiederholungen seiner selbst

zu erkennen, des gleichen Selbstes, das von der Natur in anderen Körpern abgewandelt ist.“

(Sri Aurobindo, 22:316)<sup>1</sup>

Vom Standpunkt des Yoga aus mag der Unterschied zwischen persönlichem Wachsen und innerem Wachsen in etwas anderen Worten folgendermaßen ausgedrückt werden: Persönliches Wachsen ist die Entwicklung des Individuums als menschliches Wesen, wohingegen inneres Wachsen, welches das Ziel des Yoga ist, in der Umwandlung und Transzendierung des menschlichen Bewusstseinszustandes besteht.

„Yoga ist nicht die Vervollkommnung der menschlichen Natur als solcher, sondern eine seelische und spirituelle Umwandlung aller Wesensteile durch die Tätigkeit eines inneren und später eines höheren Bewusstseins, das auf sie einwirkt, ihre alten Bewegungen ausstößt oder sie in das Ebenbild seiner eigenen [Bewegungen] verwandelt und auf diese Weise die niedrigere Natur in die höhere umformt. Es ist weniger die Vervollkommnung des Intellektes als vielmehr seine Transzendierung, eine Umwandlung des Mentals, die Einsetzung eines umfassenderen und größeren Wissensprinzips – und dies gilt für das ganze übrige Wesen.“

(Sri Aurobindo, 23:848-849)

„Die höhere Vervollkommnung ist die spirituelle Vervollkommnung, die integrale Einung mit dem Göttlichen, die Identifizierung mit dem Göttlichen, ist frei zu sein von allen Begrenzungen der niederen Welt. Das ist spirituelle Vervollkommnung, die Vervollkommnung, die durch den Yoga erreicht wird....“

„Und die niedere Vervollkommnung besteht darin, das menschliche Wesen in seiner gegenwärtigen Form, in seinem Körper, in seiner Beziehung zu allen irdischen Dingen zu befähigen, das Äußerste zu tun, dessen es fähig ist. Das trifft zu auf alle großen Menschen von Genius: künstlerischem Genius, organisatorischem Genius, die großen Herrscher, jene, die physische Fähigkeiten zu ihrer maximalen Vervollkommnung geführt haben, die menschliche Entwicklung bis zur Grenze ihrer Möglichkeiten.... Und von jedem Standpunkt aus, vom Standpunkt physischer Stärke, intellektueller

---

*1 Einige haben sogar von einem noch höheren Bewusstseinszustand gesprochen, der das kosmische Bewusstsein transzendiert, und es folgendermaßen beschrieben: „ ... auf der anderen Seite des kosmischen Bewusstseins gibt es, erreichbar für uns, ein Bewusstsein, das noch transzendenter ist – nicht nur das Ego transzendierend, sondern den Kosmos selbst, gegen das sich das Universum wie ein unbedeutendes Bild vor einem unermesslichen Hintergrund abhebt.“ (Sri Aurobindo, 18: 17)*

Verwirklichung, physischer Qualitäten der Energie und des Mutes, der Selbstlosigkeit, der Güte, der Freigiebigkeit: die alle menschlichen Eigenschaften bis zu ihrer äußersten Grenze geführt haben. Das ist die niedere Vollkommenheit.

(Die Mutter, 9:90-91)

Ein wichtiger Punkt in dem oben angeführten Abschnitt ist, dass selbst moralische Entwicklung – die oft mit Spiritualität verwechselt wird – Teil jenes Wachstums ist, das zum *menschlichen* Zustand gehört: es ist nicht inneres Wachsen, das auf einen Daseinszustand jenseits des menschlich ego gebundenen Zustandes zielt.<sup>2</sup>

Inneres Wachsen muss ebenfalls unterschieden werden von dem, was gemeinhin das Wachsen der Wahrnehmung genannt wird, das verschiedene moderne psychologische Methoden und Techniken zu fördern suchen. Der Ausdruck ‚Wahrnehmung‘, wie er in der modernen Psychologie gebraucht wird, hat einen weiten Bereich von Bedeutungen und Nebenbedeutungen angenommen, die von der Feststellung eines sehr schwachen Sinnesreizes, wie zum Beispiel schwachem Licht, bis hin zur Erwerbung von Einsicht in die unbewusste Dynamik reichen, welche die eigenen Taten motiviert. Vom Standpunkt der Yogaphilosophie aus bezieht sich das, was in der Gestalt-Therapie oder anderen ähnlichen Theorien psychologischen Wachsens Wahrnehmung genannt wird, auf die Wahrnehmung des äußeren oder Oberflächenwesens, bestehend aus den physischen, vitalen und mentalen Teilen der menschlichen Natur; das Wachsen solcher Wahrnehmung besteht darin, mehr und mehr seines Körpers, seiner Gefühle und seiner Gedanken gewahr zu werden. Inneres Wachsen dagegen bezieht sich auf das fortschreitende Erwachen und Wahrnehmen der inneren und höheren Teile des Wesens.

Im normalen Bewusstseinszustand, in dem wir mit dem äußeren Wesen identifiziert sind – dem Körper, den Impulsen und Gefühlen, sowie dem Mental – sind wir uns des inneren Wesens und seines fortwährenden Wirkens auf das Oberflächenbewusstsein praktisch nicht bewusst. Manchmal, während der Körper schläft, erwachen wir in das Bewusstsein des inneren Wesens und bewahren für das normale Wachbewusstsein einige unserer Erfahrungen dieses inneren Bewusstseins während des Schlafes; diese haben dann die Form von klaren symbolischen oder warnenden Träumen – obwohl die meisten unserer verworrenen und unzusammenhängenden Träume nicht dem inneren Bewusstsein, sondern dem Unbewussten angehören.<sup>3</sup> Wir können auch einen flüchtigen Eindruck

---

*2 Jedoch, ebenso wie die Entwicklung des Egos für das Auftauchen aus der Unbewusstheit unerlässlich ist, so ist auch die moralische Entwicklung, welche einer der höchsten Aspekte menschlichen Wachsens ist, ein notwendiger Schritt auf einen neuen Bewusstseinszustand hin, der jenseits des menschlichen liegt.*

*3 Das Unterbewusste wird das Unbewusste in der modernen Psychologie genannt.*

des inneren Bewusstseins durch gewisse Bildnisse empfangen, die wir entweder spontan oder bei der Übung von Visualisierung wahrnehmen oder, in seltenen Fällen, durch Visionen oder innere Stimmen. Auch im Zustand der Meditation gewahren wir manchmal das innere Wesen als ein abgelöstes, ruhiges und beobachtendes Bewusstsein. Abgesehen von diesen gelegentlichen flüchtigen und fragmentarischen Erfahrungen ist das innere Wesen vom äußeren durch die dicke Wand oder Hülle des normalen Oberflächenbewusstseins abgeschlossen. Der Vorgang des inneren Wachsens besteht aus dem allmählichen Niederbrechen der Wand und dem Entfernen des Schleiers sowie dem Erwachen zum Bewusstsein des inneren Wesens. Sri Aurobindo schreibt:

„Im menschlichen Wesen bestehen immer zwei verschiedene Arten von Bewusstsein, eines, nach außen gerichtet, in dem es normalerweise lebt, und ein anderes, innerlich und verborgen, von dem es nichts weiß. Während man die Sadhana ausübt, beginnt sich das innere Bewusstsein zu öffnen, und man lernt, sich nach innen zu wenden und dort alle Arten von Erfahrung zu haben. In dem Maße, wie die Sadhana fortschreitet, wird man mehr und mehr in diesem inneren Wesen leben, während das äußere mehr und mehr oberflächlich wird. Zuerst scheint das innere Bewusstsein der Traum zu sein und das äußere die wache Realität. Dann wird das innere Bewusstsein zur Realität, und das äußere wird von vielen als Traum oder Täuschung empfunden, oder auch als etwas Oberflächliches und Äußerliches.“

(Sri Aurobindo, 22:307)

Ein herausragender Aspekt von Sri Aurobindos Yoga hinsichtlich der Psychologie inneren Wachsens ist seine Auffassung der inneren und höheren Ebenen des Bewusstseins als dynamische Kräfte. Obwohl dem äußeren Oberflächenbewusstsein verborgen, üben die inneren und höheren Teile des Wesens auf die Oberflächenteile des Wesens einen fortwährenden Einfluss und Druck aus und drängen zur Evolution und zum Wachsen des Bewusstseins. Auf den „entscheidenden Anteil der höheren Ebenen [des Bewusstseins] an der Erdevolution“ hinweisend, schreibt Sri Aurobindo:

„Unsere Entwicklung findet zum sehr großen Teil durch ihre [der höheren Ebenen] überlegene, doch verborgene Einwirkung auf die Erdebene statt. Alles ist im Unbewussten oder Unterbewussten enthalten, jedoch potentiell; es ist das Wirken von oben, das ein Auftauchen hervorruft. Eine Fortdauer jenes Wirkens ist notwendig, um die Weiterentwicklung der mentalen und vitalen Formen, die unsere Evolution in der stofflichen Natur annimmt, zu gestalten und zu bestimmen; denn diese fortschreitenden Bewegungen können ihr volles Momentum nicht gewinnen oder hinreichend ihre Auswirkung gegen den Widerstand<sup>4</sup> einer unbewussten oder trägen oder

---

4 *Der psychoanalytische Begriff des Widerstandes ist auch in Sri Aurobindos*

unwissenden stofflichen Natur entwickeln, wenn nicht durch fortwährende, doch okkulte Zuhilfenahme von überphysischen Kräften ihrer eigenen Art. Diese Zuhilfenahme, das Wirken dieser verhüllten Verbindung, findet hauptsächlich in unserem unterschwelligem (subliminalen) Wesen statt und nicht an der Oberfläche: es ist von dorthier, dass die aktive Macht unseres Bewusstseinszutagetritt, und alles, was sie verwirklicht, sendet sie fortwährend zurück in das unterschwellige Wesen, damit es gespeichert und entwickelt werden kann, um danach in kräftigeren Formen wieder aufzutauchen. Diese Wechselwirkung zwischen unserem größeren verborgenen Wesen und unserer Oberflächenpersönlichkeit ist das hauptsächlichste Geheimnis der rapiden Entwicklung, die im Menschen wirkt, wenn er einmal die niederen Stadien des in die Materie verstrickten Mentals überwunden hat.

(Sri Aurobindo, 19:801-02)

Hinsichtlich des Einflusses der inneren Bewusstseins Ebenen auf das äußere Leben des Einzelnen schreibt Sri Aurobindo:

„Es ist ein Fehler zu glauben, dass wir nur physisch leben, also mit dem äußeren Mental und Leben. Wir leben und handeln die ganze Zeit über auf anderen Bewusstseins Ebenen, treffen andere Menschen dort und wirken auf sie ein – und was wir dort tun und fühlen und denken, die Kräfte, die wir sammeln, die Ergebnisse, die wir vorbereiten, haben eine unschätzbare und uns unbekannt wichtige Bedeutung für unser äußeres Leben und wirken darauf ein. Nicht alles davon dringt durch, und was durchdringt, nimmt eine andere Form im Physischen an – obwohl manchmal eine genaue Übereinstimmung besteht; dieses Wenige aber befindet sich an der Basis unseres äußeren Daseins. Alles, was wir im physischen Leben werden und tun und ertragen, wird hinter dem Schleier in uns vorbereitet.“

(Sri Aurobindo, 23:993-94)

„Es [das innere Wesen] ist, gemäß unserer Psychologie, mit der kleinen äußeren Persönlichkeit durch bestimmte Bewusstseinszentren verbunden, derer wir uns durch den Yoga bewusst werden. Von unserem inneren Wesen dringt nur wenig durch diese Zentren in das äußere Leben, dieses Wenige aber ist unser bester Teil – wir verdanken ihm unsere Kunst, Dichtung und Philosophie, unsere Ideale, religiösen Bestrebungen und Bemühungen um Wissen und Vollendung.“

(Sri Aurobindo, 24:1164-65)

---

*Yogaphilosophie ein zentraler Begriff. Die Psychoanalyse sieht ihn als von unbewussten Faktoren verursacht; im analytischen Prozess besteht er [der Widerstand] darin, sich der Bewusstmachung des Unbewussten zu widersetzen. Gemäß Sri Aurobindos metapsychologischer Auffassung ist Widerstand eine Kraft des Unbewussten, die dem Wachsen und der Umwandlung des Bewusstseins entgegenwirkt.*

Um es zusammenzufassen: das innere Wachsen des Einzelnen, ähnlich der Evolution des Universums, ist der Prozess, durch welchen das Höchste Bewusstsein – die Wahrheit des Daseins oder die Wirklichkeit des Seins –, das durch einen vorangegangenen Prozess der Involution in der Unbewusstheit der Materie verstrickt ist, sich aufgrund des ihm innewohnenden evolutionären Schubes in fortschreitend höheren Stufen seines Seins manifestiert.

In Sri Aurobindos Yoga wird das Höchste Bewusstsein, die Höchste Wahrheit oder Realität als das Göttliche bezeichnet, „das Höchste Wesen, von dem alle stammen und in dem alle sind“. (Sri Aurobindo, 23:1081) Der Teil des Göttlichen Bewusstseins, der sich im Verlauf der Evolution entwickelt, wird die Seele oder seelische Essenz genannt. Sie wächst und wird eine deutlich wahrnehmbare Individualität, die als das seelische Wesen bezeichnet wird. Durch dieses seelische Wesen löst die evolutionäre Dynamik, die dem Höchsten Bewusstsein innewohnt, das innere Wachsen des Einzelnen aus. Die Natur der seelischen Wesenheit und den Prozess ihrer Evolution erklärend, schreibt Sri Aurobindo:

„Zu Beginn ist die Seele in der [menschlichen] Natur, die seelische Wesenheit, deren Entfaltung der erste Schritt auf eine spirituelle Wandlung hin ist, ein gänzlich verhüllter Teil von uns, obwohl sie es ist, durch die wir existieren und als individuelle Wesen in der Natur fortbestehen. Die anderen Teile unserer natürlichen Zusammensetzung sind nicht nur veränderlich, sondern auch vergänglich; doch die seelische Wesenheit in uns besteht fort und ist grundlegend immer die gleiche; sie enthält alle essentiellen Möglichkeiten unserer Manifestation, wird aber nicht von ihnen geformt; sie ist nicht begrenzt durch das, was sie manifestiert, nicht beschränkt durch die unvollständigen Formen der Manifestation, nicht befleckt durch die Unvollkommenheiten und Unreinheiten, die Mängel und Verderbtheiten des Oberflächenwesens. Es ist eine immerdar reine Flamme der Gottheit in den Dingen und nichts, das ihr begegnet, nichts, das in unsere Erfahrung eintritt, kann ihre Reinheit beflecken oder die Flamme auslöschen. Die spirituelle Substanz ist rein und lichthaft, und da sie makellos lichthaft ist, nimmt sie unmittelbar, zuinnerst und direkt die Wahrheit des Wesens und die Wahrheit der [menschlichen] Natur wahr; sie ist sich zutiefst der Wahrheit und des Guten und der Schönheit bewusst, denn die Wahrheit und das Gute und das Schöne sind ihrem eigenen eingeborenen Wesen verwandt, Formen von etwas, das ihrer eigenen Substanz innewohnt. Sie nimmt auch alles wahr, was diesen Dingen widerspricht, alles, was von seinem eigenen ursprünglichen Charakter abweicht, die Falschheit und das Übel und das Hässliche und das Ungehörige; doch wird sie weder zu diesen Dingen, noch wird sie berührt oder verändert von diesen Gegensätzen ihrer selbst, welche so machtvoll ihre äußeren Instrumente, Mental, Leben und Körper beeinflussen....“

„In dem Maße, wie die Evolution fortschreitet, beginnt die Natur langsam und versuchsweise unsere okkulten Teile zu offenbaren; sie bringt uns dahin, mehr und mehr nach innen zu sehen, oder beginnt, deutlicher erkennbare Andeutungen und Formungen von ihnen an der Oberfläche in die Wege zu leiten. Die Seele in uns, das seelische Prinzip, hat bereits begonnen, eine geheime Form anzunehmen; sie bringt eine Seelenpersonalität hervor und entwickelt sie, ein selbständiges seelisches Wesen, das die Seele vertritt.“

(Sri Aurobindo, 19:891-92)

„Unser seelischer Wesensteil stammt direkt vom Göttlichen und steht in Kontakt mit dem Göttlichen. Seinem Ursprung nach ist er ein Zentrum voller göttlicher Möglichkeiten, das diese niedere dreifache Manifestation von Mental, Leben und Körper trägt. Es gibt dieses göttliche Element in allen lebenden Wesen, doch ist es hinter dem gewöhnlichen Bewusstsein verborgen, ist zunächst nicht entwickelt, und selbst wenn es entwickelt ist, tritt es nicht immer und auch nicht häufig hervor; es verleiht sich in dem Maße Ausdruck, wie es die Unvollkommenheit seiner Instrumente erlaubt, und ist an deren Mittel und Begrenzungen gebunden. Es wächst an Bewusstsein durch die auf Gott gerichtete Erfahrung und gewinnt jedes Mal Kraft, wenn eine höhere Regung in uns ist; schließlich wird durch die Anhäufung dieser tieferen und höheren Regungen eine seelische Individualität entwickelt – das, was wir gewöhnlich das seelische Wesen nennen.“

(Sri Aurobindo, 22:288)

Zahlreich sind die Pfade, die entdeckt wurden, um inneres Wachsen zu bewirken und die Wahrheit zu verwirklichen. Die verschiedenen psychologischen Pfade können in drei hauptsächliche Gruppen eingeteilt werden, die den drei grundlegenden psychologischen Aspekten des menschlichen ‚make-up‘ entsprechen: dem Pfad des Wissens, der dem erkennenden oder denkenden Aspekt entspricht; dem Pfad der Hingabe, der der liebevollen oder emotionalen Seite der menschlichen Natur entspricht; und dem Pfad der Werke oder der Tat, der auf des Menschen strebenden Aspekt gründet, der mit Mühen und Wollen zu tun hat. Fast alle Pfade enthalten Elemente jedes der drei eben erwähnten hauptsächlichen Typen, obschon ein besonderes Typenelement – Wissen, Hingabe oder Werke – vorherrschen mag. Der Suchende wird zu dem einen oder anderen Pfad hingezogen, je nachdem, was in seinem psychologischen ‚make-up‘ vorherrscht. Was den besten Pfad anbelangt, dem man folgen soll, so ist die Regel in den berühmten Worten der Gita enthalten:

„Besser ist Swadharma – das Gesetz des eigenen Wesens –, selbst wenn als solches fehlerhaft, als ein fremdes Gesetz gut befolgt; der Tod gemäß dem



eigenen Gesetz des Seins ist besser, gefährlich ist es, einem Gesetz zu folgen, das der eignen Natur fremd ist.“

(Bhagavad Gita)

Obwohl die verschiedenen Pfade sich in ihren Methoden und Abläufen stark unterscheiden, sind gewisse Elemente ihnen allen gemeinsam. Solch ein universales Element ist zum Beispiel ein gewisses vorbereitendes Klären oder Läutern der äußeren Natur, die aus dem physischen, vitalen und mentalen Bewusstsein besteht. Ein Versuch, in das innere Bewusstsein einzutreten, ohne das äußere hinreichend von seiner Turbulenz befreit zu haben, wird wahrscheinlich fehlschlagen; wenn man überhaupt bis zu einem gewissen Grad erfolgreich ist, wird man voraussichtlich ohne die hinreichende Grundlage einer ruhigen Reinheit im äußeren Wesen durch die Erfahrungen des inneren Bewusstseins verwirrt, irregeführt oder überwältigt werden.

Ein weiteres Element, das allen Pfaden inneren Wachsens gemeinsam ist, besteht darin, eine nach innen gerichtete Haltung zu entwickeln, einen Zustand innerer Konzentration, der fortschreitend den Zustand der äußeren Zerstreung, so typisch für das normale Bewusstsein, ersetzt. Der nach innen gesammelte Zustand wird meist durch die Ausübung der Meditation herbeizuführen versucht. Aus diesem Grund ist für viele Menschen das spirituelle Leben beinahe gleichbedeutend mit der Ausübung der Meditation: „... wenn sie an das spirituelle Leben denken, denken sie sofort an Meditation.“ (Die Mutter, 9:88) Solche Haltung tendiert dazu, eine falsche Aufteilung des Lebens herbeizuführen, eine Trennung und einen Gegensatz zwischen dem spirituellen und dem gewöhnlichen Leben. Wahre Spiritualität besteht jedoch nicht in einer bestimmten Form der Ausübung, sondern darin, in einem bestimmten *Bewusstseinszustand* zu leben, der das ganze Leben und alle Aktivitäten durchdringt. Meditation im Sinne einer festgesetzten Übung ist nicht unerlässlich für die Hervorbringung eines solchen spirituellen Zustandes innerer Konzentration; Tätigkeit und Arbeit, im rechten Bewusstsein verrichtet, rufen ebenfalls einen Zustand der Meditation hervor.

Die Form, in welcher man die Wahrheit erfährt und erkennt, hängt von der Natur des Pfades ab, dem man folgt. Solchermaßen führen die Pfade des Advaitin und des Buddhisten zu der Erfahrung von Nirvana und der Verwirklichung der Wahrheit als einem unpersönlichen Prinzip – ein Unpersönliches Absolutes Dasein (Advaita) oder ein Unpersönliches Absolutes Nicht-Dasein (Buddhismus). Andererseits führen die Pfade, die auf Selbstweihung durch Arbeit und Tätigkeit gründen, wie der Pfad der Gita, und die Pfade der Hingabe und des Gebetes, wie die der christlichen Mystiker, zu der Erfahrung der Wahrheit als einem Persönlichen Wesen, Ishvara, der Herr. Sri Aurobindo sagt, dass eine integrale Annäherung zur Verwirklichung der Wahrheit in ihrem persönlichen und unpersönlichem Aspekt führt. Er schreibt:

„... wenn wir sowohl unser Herz als auch unseren folgernden V erstand zum Höchsten emporheben, erkennen wir, dass wir ihn sowohl durch die absolute Person erreichen können als auch durch eine absolute Unpersönlichkeit... In seinem universalen Aspekt treffen wir ihn auch in verschiedenen Formen der göttlichen Persönlichkeit; in Formulierungen von Beschaffenheit, die uns auf verschiedene Weise seine Natur erklären; in unendlicher Beschaffenheit, *anantaguna*; in der göttlichen Person, die sich durch unendliche Beschaffenheit ausdrückt; in absoluter Unpersönlichkeit, in einem absoluten Dasein oder einem absoluten Nicht-Dasein, das dennoch die ganze Zeit das unausgedrückte Absolute dieser göttlichen Person ist, dieses bewussten Wesens, das sich durch uns und durch das Universum manifestiert.“

(Sri Aurobindo, 21:560)

Wie immer der Pfad auch sei, dem man folgt, der Vorgang des inneren Wachsens bezieht eine Umwandlung des normalen Bewusstseinszustandes mit ein, ein progressives Erwachen innerer und höherer Wesenszustände, das in einer totalen Wende des Bewusstseins gipfelt, einer neuen Geburt.

Ein Wesenszug der Bewusstseinswende, welcher sie eher als eine plötzliche Umwälzung denn als eine allmähliche Wandlung erscheinen lässt, besteht darin, dass sie einen Vorgang miteinbezieht, der dem gleicht, was man ‚unbewusste Inkubation‘ genannt hat. Der Ausdruck ‚Inkubation‘ wurde in der Psychologie benützt, „um eine Zeitspanne zu bezeichnen, während der keine bewusste Bemühung erfolgt, um ein Problem zu lösen, die jedoch mit der Lösung endet“. (Daher auch der Rat, über einem unlösbaren Problem zu schlafen und darauf zu warten, dass die Lösung sich zeigen möge.) Ein etwa ähnliches Phänomen ist in der Wende des Bewusstseins mit eingeschlossen. Es ist ein plötzliches Geschehen, dem eine mehr oder weniger lange Zeit der Vorbereitung hinter dem Schleier des Oberflächenbewusstseins vorangeht, und die der Suchende daher nicht wahrnimmt.

„Lange Zeit hast du den Eindruck, dass nichts geschieht, dass dein Bewusstsein das gleiche ist wie immer und, selbst wenn du ein intensives Streben spürst, fühlst du einen Widerstand, als würdest du gegen eine Wand pochen, die nicht weicht. Doch wenn du innerlich bereit bist, eine letzte Bemühung – das Picken in der Schale des Wesens –, und alles öffnet sich und du bist in ein anderes Bewusstsein projiziert.“

(Die Mutter, 4:18-19)

A. S. DALAL

I.  
DAS AUFTAUCHEN  
AUS DER UNBEWUSSTHEIT

Von Anbeginn an ist hier alles in dem stark wirkenden unbewussten Schlaf der stofflichen Kraft eingeschlossen; daher muss das ganze Ziel allen stofflichen Werdens das Erwachen des Bewusstseins aus dem Unbewussten sein; die höchste Vollendung stofflichen Werdens muss die Beseitigung des Schleiers der Materie sein und die leuchtende Enthüllung des sich seiner selbst vollbewussten Wesens vor seiner im Werden begriffenen Seele.

SRI AUROBINDO

\*

... das Erscheinen des menschlichen Mentals und Körpers auf Erden bezeichnet einen entscheidenden Schritt und eine maßgebende Veränderung im Verlauf und Fortgang der Evolution; es ist nicht nur eine Fortführung der alten Linien. Bis zu diesem Auftreten eines entwickelten denkenden Mentals in der Materie wurde die Evolution nicht durch das selbstbewusste Streben, durch Bezwecken, Wollen oder Suchen des lebenden Wesens bewirkt, sondern unbewusst oder unterschwellig durch das automatische Wirken der Natur. Der Grund hierfür war, dass die Evolution im Unbewussten ihren Anfang nahm und das geheime Bewusstsein noch nicht hinreichend daraus aufgetaucht war, um durch den selbstbewussten, teilhabenden, individuellen Willen seines lebenden Geschöpfes zu wirken. Im Menschen dann fand der notwendige Umschwung statt – das Wesen war erwacht und wurde sich seiner selbst bewusst; im Mental war der Wille, sich zu entwickeln, manifest geworden, an Wissen zu wachsen, das innere Dasein zu vertiefen und das Äußere auszudehnen, die Fähigkeiten der menschlichen Natur zu mehren.... In ihm war demnach die Ersetzung einer unbewussten durch eine bewusste Evolution denkbar und durchführbar geworden und man kann durchaus daraus folgern, dass das Streben, das Drängen, die beharrliche Bemühung in ihm ein sicheres Zeichen dafür ist, dass die Natur einen höheren Weg zur Erfüllung will, ein Zeichen für das Auftauchen eines größeren Status.

SRI AUROBINDO

## DAS AUFTAUCHEN AUS DER UNBEWUSSTHEIT

Gewöhnlich verrichten die Menschen die Dinge derart automatisch und spontan, ohne sich in ihrem Tun zu beobachten, dass sie, wenn sie gefragt würden, wie sie geschehen, einige Zeit bräuchten, bevor ihnen der Vorgang bewusst würde. Ihr seid so sehr daran gewöhnt zu leben, dass ihr nicht einmal wisst, wie es geschieht. Alle Gesten und Bewegungen des Lebens erfolgen spontan, automatisch, beinahe unbewusst, in einem halbbewussten Zustand, und man begreift nicht einmal die sehr simple Tatsache, dass man, um etwas zu tun, erst zu wissen hat, was man tun wird, und es dann wollen muss. Erst wenn etwas schiefgeht – zum Beispiel die Fähigkeit, geistig etwas zu planen und dann diesen Plan auszuführen – wenn diese beiden schiefgehen, beginnt man sich Sorgen zu machen, ob man auch ganz in Ordnung sei. Wenn du zum Beispiel eines Morgens beim Aufwachen im Bett nicht mehr weißt oder dich erinnerst, dass du aufstehen, dich waschen und anziehen musst, dass du frühstücken und dies oder jenes tun musst, würdest du dir sagen, „Nanu, was ist los? Irgend etwas stimmt doch nicht – ich weiß nicht mehr, was ich eigentlich tun sollte; irgend etwas muss nicht in Ordnung sein.“

Und später, wenn du weißt, was du zu tun hast – nämlich aufzustehen, zu baden, dich anzuziehen – du weißt, dass du es tun musst, aber du kannst es nicht: etwas, der Willensantrieb funktioniert nicht mehr und hat seine Auswirkung auf den Körper verloren; du beginnst, dich besorgt zu fragen: „Nanu, bin ich etwa krank?“

Im allgemeinen nimmst du nicht einmal wahr, dass es sich so mit deinem ganzen Leben verhält. Es erscheint dir ganz natürlich, dass es ‚so ist‘. Das heißt, dass du auf eine Weise handelst, die knapp halb bewusst ist, automatisch, eine Art spontane Gewohnheit. Wenn du daher eine gewisse Kontrolle über deine Regungen ausüben willst, musst du zunächst wissen, was eigentlich geschieht.

Und tatsächlich mag dies der Grund sein, warum die Dinge nicht immer gut ablaufen. Denn wenn sie dem normalen gewöhnlichen Rhythmus gemäß verliefen, wäre man sich dessen nie bewusst, was man tut, man würde es gewohnheitsmäßig tun, automatisch, spontan, ohne zu denken, und man würde nicht beobachten, was man tut, und daher niemals fähig sein, Selbstmeisterung zu erlangen. Es wäre „etwas“, ein unbestimmtes Bewusstsein im Hintergrund, das sich ausdrückt und dich handeln lässt, ohne dass du auch nur bemerkst, was du tust; und dann, wenn plötzlich ein eigenartiger oder unbekannter Kraftstrom auftreten würde, könnte er dich alles tun lassen, ohne dass du den Vorgang, durch den er dich handeln lässt, auch nur bemerkst. Und tatsächlich, das ist es, was geschieht.

Erst wenn man sich voll des Vorgangs bewusst ist, wenn man weiß, wie das Leben arbeitet, die Bewegungen des Lebens, der Vorgang des Lebens, kann man beginnen, eine Kontrolle auszuüben; im allgemeinen denkt man zunächst

gar nicht daran, Kontrolle auszuüben; doch wenn etwas Unangenehmes passiert, wenn du zum Beispiel etwas tust, das unangenehme Folgen hat, und du sagst dir: Oh, eigentlich sollte ich doch dies nicht mehr tun, dann, in diesem Augenblick, erkennst du, dass es eine ganze Technik des „wie man leben sollte“ gibt, eine Technik, die zur Kontrolle deines Lebens notwendig ist! Im anderen Fall ist man ein mehr oder weniger koordiniertes Sammelsurium von Aktivitäten und Reaktionen, Bewegungen und Impulsen, und man hat keine Ahnung, wie die Dinge geschehen. Das ist es, was sich im Wesen durch Erschütterungen, Reibungen und all die scheinbaren Störungen des Lebens entwickelt hat, und was das Bewusstsein in ganz kleinen Kindern formt. Ein kleines Kind ist sich seiner völlig unbewusst, und nur allmählich, ganz allmählich, beginnt es, sich der Dinge bewusst zu werden. Doch die Menschen – es sei denn, sie würden besonders darauf achten – leben beinahe ihr ganzes Leben, ohne zu wissen wie! Sie sind sich dessen nicht bewusst.

Daher kann alles passieren.

Doch ist das *der allererste kleine Schritt*, um sich seiner in der stofflichen Weh bewusst zu werden.

Du hast unbestimmte Gedanken und Gefühle, nicht wahr, die sich mehr oder weniger logisch im Wesen entwickeln – eher weniger als mehr –, dann hast du einen unbestimmten Eindruck davon; und dann, wenn du dich verbrennst, erkennst du, dass etwas nicht in Ordnung ist; wenn du fällst oder dich verletzt, erkennst du, dass etwas nicht stimmt: du beginnst, darüber nachzudenken, dass du auf dieses oder jenes achten musst, um nicht zu fallen, dich nicht zu verbrennen, dich nicht zu schneiden.... Es dämmert dir allmählich mit der äußeren Erfahrung, den äußeren Kontakten. Doch im allgemeinen ist man eine halbbewusste Masse, die sich bewegt, ohne überhaupt zu wissen, warum oder wie.

Dies ist der sehr kleine Beginn des Auftauchens aus dem Urzustand der Unbewusstheit.

DIE MUTTER

\*

Man lebt aus einer Art Gewohnheit heraus, die knapp halbbewusst ist – man lebt, man objektiviert nicht einmal, was man tut, warum man es tut, wie man es tut. Man tut es aus Gewohnheit. All jene, die in einem bestimmten Milieu geboren sind, in einem bestimmten Land, nehmen automatisch die Gewohnheiten jenes Milieus an – nicht nur materielle Gewohnheiten, sondern Gewohnheiten des Denkens, Gewohnheiten des Fühlens und Gewohnheiten des Handelns. Sie tun es, ohne darauf zu achten, ganz natürlich, und wenn jemand sie darauf aufmerksam macht, sind sie erstaunt.

In der Tat, man hat die Gewohnheit zu schlafen, zu sprechen, zu essen, sich zu bewegen, und man tut all dies als etwas ganz Natürliches, ohne sich zu

wundern, warum oder wie ... und viele andere Dinge. Die ganze Zeit über tut man Dinge automatisch, aus reiner Gewohnheit, man beobachtet sich nicht. Wenn man daher in einer bestimmten Gemeinschaft lebt, tut man automatisch das, was in dieser Gemeinschaft normalerweise getan wird. Wenn dann jemand beginnt, sein Tun zu beobachten, sein Fühlen und Denken zu beobachten, gleicht er einer Art phänomenalem Ungeheuer, verglichen mit dem Milieu, in dem er lebt.

Daher ist Individualität ganz und gar nicht die Regel, sie ist die Ausnahme; und wenn du jenes Drum und Dran nicht hättest, die bestimmte Form deines äußeren Körpers und deiner Erscheinung, könntest du von den anderen kaum unterschieden werden.

Individualität ist eine Errungenschaft. Und wie Sri Aurobindo hier sagt, diese erste Errungenschaft ist lediglich ein erstes Stadium, und wenn du eines Tages in dir so etwas wie ein persönliches unabhängiges und bewusstes Wesen erkannt hast, dann musst du die Form zerbrechen und weitergehen. Zum Beispiel, wenn du mental Fortschritte machen willst, musst du all deine mentalen Gestaltungen zerbrechen, all deine mentalen Konstruktionen, um fähig zu sein, neue zu schaffen. Zunächst ist daher eine ungeheure Arbeit vonnöten, um sich zu individualisieren, und danach hat man all das Getane zu zerstören, um fortzuschreiten.

DIE MUTTER

\*

*„Wenn wir die Freuden hinter uns gelassen haben, werden wir Seligkeit besitzen. Begehren war der Helfer; Begehren ist die Fessel.*

*Wenn wir die Individualisierung hinter uns gelassen haben, werden wir die wahre Person sein. Ego war der Helfer, Ego ist die Fessel.*

*Wenn wir die Menschheit hinter uns gelassen haben, werden wir der Mensch sein. Das Tier war der Helfer, das Tier ist die Fessel.“ (SRI AUROBINDO, 16:377)*

Es ist das gleiche Prinzip, das sich in allen Aktivitäten oder Aspekten des Wesens ausdrückt.... Es liegt auf der Hand, dass das Begehren unerlässlich war, denn ohne Begehren hätte es kein Erwachen zur Aktivität gegeben. Doch wenn du einmal in das Bewusstsein *hineingeboren* worden bist, verhindert genau dieses Begehren,

das dir aus der Unbewusstheit heraushalf, deine Befreiung von den Fesseln der Materie und dein Aufsteigen zu einem höheren Bewusstsein.

Das gleiche gilt für das Ego, das Selbst. Um zu einer höheren Ebene weiterzugehen, muss man zuerst existieren; und um zu existieren, muss man ein bewusstes, gesondertes Individuum werden, und um ein bewusstes gesondertes Individuum zu werden, ist das Ego unerlässlich, andernfalls würde man mit allem um sich herum verschmolzen bleiben. Doch wenn einmal die Individualität geformt ist, wenn man zu einer höheren Ebene aufsteigen und ein spirituelles Leben führen will, wenn man einfach ein höherer Typ Mensch werden will, sind die Begrenzungen des Egos das schlimmste Hindernis; das Ego muss zurückgelassen werden, um in das wahre Bewusstsein einzutreten.

Und tatsächlich waren für das gewöhnliche elementare Leben des Menschen alle die der Tiernatur eigenen Merkmale unerlässlich, besonders jene des Körpers, sonst hätte der Mensch nicht zu existieren vermocht. Doch als der Mensch ein bewusstes mentales Wesen wurde, wurde all das, was ihn an seinen Tierursprung band, notwendigerweise ein Hindernis für den Fortschritt und die Befreiung des Wesens.

Daher ist zunächst für jeden – außer für jene, die frei geboren sind, und das ist offenbar – sehr selten – für jeden ist dieser Zustand der Vernunft, der Bemühung, des Begehrens, der Individualisierung und des soliden physischen Gleichgewichts in Übereinstimmung mit der normalen Art zu leben unerlässlich, bis der Zeitpunkt eingetreten ist, da man ein bewusstes Wesen geworden ist, woraufhin man all diese Dinge aufzugeben hat, um ein spirituelles Wesen zu werden.

DIE MUTTER

\*

*Wann kann man von sich sagen, dass man bewusst ist?*

Das ist immer eine relative Frage. Man ist niemals ganz und gar unbewusst, und man ist niemals vollkommen bewusst. Es ist ein fortschreitender Zustand.

Doch kommt eine Zeit, da man, anstatt die Dinge automatisch zu tun, getrieben von einem Bewusstsein und einer Kraft, deren man sich kaum bewusst ist – es kommt eine Zeit, da man beobachten kann, was in einem vorgeht, da man die eigenen Regungen erkennen und ihre Ursachen ausfindig machen kann und gleichzeitig eine Kontrolle auszuüben vermag, zunächst über das, was in uns vorgeht, dann über den von außen auf uns ausgeübten Einfluss, der uns handeln lässt – zunächst völlig unbewusst und beinahe unfreiwillig, doch langsam mehr und mehr bewusst; und der Wille kann erwachen und reagieren. Dann, in diesem Augenblick, dem Augenblick, in dem ein bewusster Wille fähig ist, zu reagieren,



kann man sagen, „Ich bin bewusst geworden.“ Das bedeutet nicht, dass es ein totales und vollendetes Bewusstsein ist, es bedeutet einen Beginn: zum Beispiel, fähig zu sein, alle Reaktionen in seinem Wesen zu beobachten und eine gewisse Kontrolle über sie auszuüben, jenen, die man billigt, ihren Lauf zu lassen und jene, die man nicht billigt, zu kontrollieren und anzuhalten.

Außerdem musst du innerlich etwas wahrnehmen, ein Ziel, einen Zweck oder ein Ideal, das du verwirklichen willst; etwas, das anders ist als der bloße Instinkt, der dich antreibt zu leben, ohne dass du weißt, warum oder wie. Das ist der Augenblick, in dem du sagen kannst, du seist bewusst, es bedeutet aber nicht, dass du vollkommen bewusst bist. Zudem ist diese Vollkommenheit derart progressiv, dass, wie ich glaube, niemand sagen kann, er sei vollkommen bewusst; er ist dabei, vollkommen bewusst zu werden, aber er ist es noch nicht.

DIE MUTTER

\*

*Welche Rolle hat die Sorge in der Evolution der Menschheit gespielt?*

Sorge, Begehren, Leiden, Ehrgeiz, und jede andere ähnliche Reaktion der Gefühle und Empfindungen haben alle dazu beigetragen, Bewusstsein aus der Unbewusstheit auftauchen zu lassen und dieses Bewusstsein zum Willen nach Fortschritt zu erwecken.

DIE MUTTER

\*

*„Der Mensch sucht zuerst blind und weiß nicht einmal, dass er sein göttliches Selbst sucht; denn seine Anfänge liegen in der Dunkelheit der stofflichen Natur, und selbst, wenn er zu sehen beginnt, wird er auf lange Zeit hin geblendet durch das Licht, das in ihm wächst.“ (SRI AUROBINDO, 16:382)*

*Wie ist es möglich, dass man etwas sucht und dennoch nicht weiß, dass man sucht?*

Es gibt so viele Dinge, die du denkst, fühlst, willst und sogar tust, ohne es zu

wissen. Bist du dir deiner voll bewusst, und all dessen, was in dir vorgeht? Nicht im geringsten! Wenn ich dich zum Beispiel plötzlich, ohne dass du es erwartest, in einem bestimmten Augenblick frage: „Woran denkst du?“ wird deine Antwort in 99 von 100 Fällen sein: „Ich weiß es nicht.“ Und wenn ich genauso eine andere Frage stelle: „Was willst du?“ wirst du ebenfalls sagen: „Ich weiß es nicht.“ Oder: „Was fühlst du?“ – „Ich weiß es nicht.“ Allein jenen, die es gewohnt sind, sich zu beobachten, achtzugeben, wie sie leben, die auf dieses Erfordernis konzentriert sind, zu wissen, was in ihnen vorgeht, kann man eine exakte Frage wie diese stellen, und nur sie können sofort darauf antworten. Ja, in gewissen Augenblicken im Leben ist man absorbiert von dem, was man fühlt, denkt, will, und dann kann man sagen: „Ja, ich will das, ich denke an jenes, ich empfinde dieses“, es sind aber nur Momente im Dasein, es ist nichts Dauerndes.

Hast du das nicht bemerkt? Nein?

Nun, herauszufinden, was man wahrhaft ist, warum man auf Erden ist, was der Sinn des physischen Daseins ist, dieses Hierseins auf Erden, dieser Gestaltung, dieses Daseins... die überwiegende Mehrheit der Menschen lebt, ohne sich dies auch nur einmal zu fragen! Nur eine kleine Elite stellt sich diese Frage mit wirklichem Interesse, und noch weniger arbeiten daraufhin, die Antwort zu erhalten. Es ist auch nicht so einfach, es herauszufinden, es sei denn man hat das Glück auf jemanden zu stoßen, der es weiß. Nimm zum Beispiel an, es ist niemals ein Buch von Sri Aurobindo in deine Hände geraten, oder eines jener Schriftsteller oder Philosophen oder Weisen, die ihr Leben dieser Suche widmeten; wenn du in der gewöhnlichen Weh lebstest, so wie Millionen von Menschen in der gewöhnlichen Welt leben, die niemals oder selten – heutzutage sogar ziemlich selten – von irgend etwas gehört haben, von Göttern oder einer bestimmten Religionsform, die mehr eine Gewohnheit als ein Glaube ist und die, nebenbei bemerkt, dir nur selten sagt, warum du auf Erden bist... Daher fällt es einem gar nicht ein, darüber nachzudenken. Man lebt den Ablauf jedes Tages, Tag für Tag. Wenn man sehr jung ist, denkt man an Spielen und Essen und ein wenig später an Lernen, und danach denkt man an all die täglichen Umstände des Lebens. Aber sich mit diesem Problem auseinanderzusetzen, ihm zu begegnen und sich zu fragen: „*Warum* bin ich eigentlich hier?“ Wie viele tun das? Es gibt Menschen, denen das nur dann einfällt, wenn sie mit einer Katastrophe konfrontiert sind. Wenn sie einen geliebten Menschen sterben sehen, oder wenn sie sich in besonders leidvollen und schwierigen Situationen befinden, dann wenden sie sich nach innen und fragen sich: „Wirklich, in welchem Trauerspiel leben wir eigentlich, was ist sein Zweck, was ist sein Sinn?“

Und erst in diesem Augenblick beginnt man die Suche nach Wissen.

Und erst, wenn man gefunden hat, siehst du, wenn man gefunden hat, was er [Sri Aurobindo] sagt, gefunden, dass man ein göttliches Selbst besitzt, und dass man daher danach trachten muss, dieses göttliche Selbst zu erkennen.... Das kommt viel später, und doch, trotz allem, vom ersten Augenblick der Geburt in einem

physischen Körper an besteht in den Tiefen des Wesens diese seelische Gegenwart, die das ganze Wesen zu dieser Erfüllung drängt. Doch wer kennt und erkennt es, dieses seelische Wesen? Auch das findet nur unter besonderen Umständen statt, und leider müssen das meist leidvolle Umstände sein, andernfalls lebt man dahin, ohne nachzudenken. Und in den Tiefen des Wesens ist dieses seelische Wesen, das danach trachtet und sucht, sucht, das Bewusstsein zu erwecken und die Einung wiederherzustellen. Man weiß nichts davon...

Im Grunde ist es erst dann, wenn man seiner Seele gewahr wurde, wenn man mit seinem seelischen Wesen identifiziert wurde, dass man blitzartig das Bild der eigenen individuellen Entwicklung durch die Zeiten erkennen kann. Dann allerdings beginnt man zu wissen ... doch nicht zuvor. Dann allerdings, das versichere ich euch, wird es sehr interessant. Es verändert den Standpunkt im Leben.

Es ist solch großer Unterschied, ein undeutliches Gefühl, einen unschlüssigen Eindruck von etwas zu haben, einer Kraft, einer Regung, einer Neigung, etwas, das dich im Leben treibt – aber es ist noch so vage, so unbestimmt, es ist verschwommen – es besteht solch Unterschied zwischen dem und [dem Umstand] eine klare Schau zu haben, eine genaue Wahrnehmung, ein volles Verstehen der Bedeutung des eigenen Lebens. Und erst dann beginnt man, die Dinge so zu sehen, wie sie sind, nicht vorher. Erst dann kann man dem Faden seiner Bestimmung folgen und klar das Ziel erkennen und den Weg, es zu erreichen. Das aber geschieht nur durch aufeinanderfolgende innere Erweckungen, es ist, als würden sich plötzlich Türen zu neuen Horizonten öffnen – wahrhaft eine neue Geburt in ein wahreres, tieferes und beständigeres Bewusstsein.

Bis dahin lebst du in einer Wolke, tastend, unter dem Gewicht eines Geschicks, das dich manchmal erdrückt und dir das Gefühl gibt, dass du auf bestimmte Weise geschaffen wurdest und nichts daran ändern kannst. Du trägst die Bürde eines Daseins, das dich niederdrückt, das dich am Boden kriechen lässt, anstatt dich darüber zu erheben und alle Fäden zu sehen, die Leitfäden, jene Fäden, die verschiedene Dinge zu einer einzigen Bewegung des Fortschreitens auf eine erkennbar werdende Verwirklichung hin zusammenbinden.

Man muss aus diesem Halbbewusstsein, das im allgemeinen als ganz natürlich empfunden wird, herausschnellen – es ist deine ‚normale‘ Art zu sein, und du hast nicht den ausreichenden Abstand davon, um diese Ungewissheit, diese mangelnde Genauigkeit erkennen und dich darüber wundern zu können; wohingegen, zu wissen, dass man sucht und bewusst sucht, überlegt, beständig und methodisch, tatsächlich die Ausnahme ist, der beinahe ‚abnormale‘ Zustand. Und dennoch, nur auf diese Weise beginnt man wahrhaft zu leben.

DIE MUTTER

*Was hat man zu tun, um sich für den Yoga vorzubereiten?*

Bewusst zu sein, vor allem. Wir sind uns nur eines unbedeutenden Teils unseres Wesens bewusst; die meiste Zeit sind wir unbewusst. Es ist diese Unbewusstheit, die uns zu unserer ungeläuterten Natur hinunterzieht und Veränderung und Umwandlung in ihr verhindert. Durch die Unbewusstheit können die ungöttlichen Kräfte Eingang in uns finden und uns zu ihren Sklaven machen. Du musst Dir deiner bewusst sein, du musst deine Natur und Regungen erkennen, du musst wissen, warum und wie du Dinge tust oder sie fühlst oder erkennst; du musst deine Motive und Impulse verstehen, die verborgenen und sichtbaren Kräfte, die dich bewegen; du musst gleichsam die ganze Maschinerie deines Wesens in Stücke zerlegen. Wenn du einmal bewusst bist, bedeutet das, dass du Dinge unterscheiden und überprüfen kannst, du vermagst die Kräfte zu erkennen, die dich niederziehen, und jene, die dir weiterhelfen.

DIE MUTTER

\*

Um in einem Kollektiv individualisiert zu werden, muss man sich seiner absolut bewusst sein ... des Selbstes, das über aller Vermengung steht ..., der Wahrheit deines Wesens. Und so lange du dir der Wahrheit deines Wesens nicht bewusst bist, wirst du von allen möglichen Dingen bewegt, ohne sie überhaupt zu bemerken. Kollektives Denken, kollektive Eingebungen sind ein gewaltiger Einfluss, der fortwährend auf das individuelle Denken einwirkt.... Um dem zu entkommen, gibt es nur ein Mittel: sich seiner selbst bewusst zu werden, mehr und mehr bewusst....

DIE MUTTER

\*

In der Menge verliert das Individuum seine innere Richtung und wird zu einer Zelle des Massen-Körpers, die sich von dem kollektiven Willen oder Denken oder dem Massen-Impuls bewegen lässt. Es muss beiseite stehen, seine gesonderte Realität in der Ganzheit behaupten, sein eigenes Mental, das aus der gemeinsamen Mentalität herausragt, sein eigenes Leben, das sich von der allgemeinen Gleichförmigkeit des Lebens unterscheidet, genau wie sein Körper etwas Einzigartiges und Erkennbares in der allgemeinen Physikalität entwickelt hat.... Die Natur erfand das Ego, damit der Einzelne sich von der Unbewusstheit oder Unterbewusstheit der Masse freimachen könne und ein unabhängiges lebendiges Mental werde, eine Lebenskraft, eine Seele, ein Spirit, sich mit der umgebenden Weh abstimmend, doch nicht in ihr untergehend.... Denn der Einzelne ist tatsächlich Teil des kosmischen Seins, aber er ist auch etwas mehr, er ist eine Seele, die von der Transzendenz herabgekommen

ist. Diese kann er nicht sogleich manifestieren, da er dem kosmischen Unbewussten zu nahe ist und nicht nahe genug dem ursprünglichen Überbewussten; er muss sich als das mentale und vitale Ego finden, bevor er sich als Seele oder Spirit finden kann.

SRI AUROBINDO

\*\*\*

II.  
DAS ERWACHEN  
DES BEWUSSTSEINS

... Spiritualität ist nicht hohe Intellektualität, nicht Idealismus, nicht eine ethische Geistesrichtung oder moralische Reinheit und Zügelung, nicht Religiosität oder eine glühende, ekstatisch emotionale Inbrunst, nicht einmal eine Verbindung all dieser ausgezeichneten Dinge; eine mentale Anschauung, eine Überzeugung oder ein Glaube, ein emotionales Streben, eine Verhaltensweise, die durch ein religiöses oder ethisches Schema bestimmt werden, sind nicht eine spirituelle Errungenschaft und Erfahrung. Diese Dinge sind von beträchtlichem Wert für das Mental und Leben, sie sind von Wert für die spirituelle Evolution als solche, als vorbereitende Bewegungen, welche die [menschliche] Natur disziplinieren, läutern oder ihr eine angemessene Form verleihen; doch gehören sie noch zur mentalen Evolution, – der Beginn einer spirituellen Verwirklichung, Erfahrung, Veränderung zeichnet sich noch nicht ab. Spiritualität ist in ihrer Essenz ein Erwachen für die innere Realität unseres Wesens, für einen Spirit, ein Selbst, eine Seele, die sich von unserem Mental, Leben und Körper unterscheiden, ein inneres Sehnen zu wissen, zu fühlen, das zu sein, mit einer größeren Wirklichkeit darüber in Kontakt zu kommen und das Universum zu durchdringen, das auch in unserem eigenen Wesen wohnt, Damit verbunden und Damit geeint zu sein, sowie eine Wende, eine Wandlung, eine Umwandlung unseres ganzen Wesens als Ergebnis des Sehnsens, des Kontaktes, der Einung, ein Wachsen oder Erwachen in ein neues Werden oder ein neues Wesen, ein neues Selbst, eine neue Natur.

SRI AUROBINDO

\*

Das immer weitere Erwachen des Bewusstseins und sein Anstieg zu immer höheren Ebenen und einer umfassenderen Ausdehnung seiner Schau und Tat ist die Voraussetzung für unseren Fortschritt auf jene höchste und totale Vollendung hin, die das Ziel unseres Daseins ist.

SRI AUROBINDO

## DAS ERWACHEN DES BEWUSSTSEINS

Aller Yoga ist seiner Natur nach eine neue Geburt; es ist ein Geborenwerden aus dem gewöhnlichen, dem mentalisierten stofflichen Leben des Menschen in ein höheres, spirituelles Bewusstsein und ein größeres und göttlicheres Sein. Kein Yoga kann erfolgreich aufgenommen und ausgeübt werden ohne ein intensives Erkennen der Unumgänglichkeit jenes größeren spirituellen Daseins. Die Seele, die zu dieser tiefen und umfassenden Wandlung aufgerufen wird, mag auf verschiedene Arten zu dem anfänglichen Aufbruch gelangen. Sie mag durch ihre eigene natürliche Entwicklung dahin kommen, die sie unbewusst zu dem Erwachen geführt hat; sie mag über den Einfluss einer Religion dahin gelangen oder durch die Anziehungskraft einer Philosophie; sie mag sich ihm durch eine langsam fortschreitende Erleuchtung nähern, oder durch eine plötzliche Fühlungnahme oder einen Schock darauf zustürmen; sie mag durch den Druck der äußeren Umstände zu ihm [diesem Aufbruch] getrieben oder gelenkt werden oder durch ein inneres Erfordernis; durch ein einziges Wort, das die Siegel des Mentals bricht, oder durch lange Überlegung, durch das ferne Beispiel eines, der den Pfad gegangen ist, oder durch Kontakt und täglichen Einfluss. Der Natur und den Umständen entsprechend wird der Ruf kommen.

Doch auf welche Weise auch immer er kommt, der Entschluss des Mentals und Willens muss gegeben sein und daraus hervorgehend eine völlige und wirksame Selbstweihung. Das Annehmen einer neuen spirituellen Ideen-Kraft und die Aufwärtsorientierung im Wesen, eine Erleuchtung, eine Umkehr oder Wende, die der Wille und des Herzens Sehnsucht begierig ergreifen – das ist der folgenschwere Akt, der wie in einem Samen alle Ergebnisse enthält, die der Yoga zu geben hat. Die bloße Idee oder das intellektuelle Suchen von etwas Höherem jenseits, wie intensiv auch immer von der Neigung des Mentals ergriffen, ist wirkungslos, wenn es nicht vom Herzen als das eine Wünschenswerte und vom Willen als das eine zu Geschehende an sich gerissen wird. Denn die Wahrheit des Spirits muss nicht nur gedacht, sondern auch gelebt werden, und sie zu leben erfordert eine kompakte Eingleisigkeit des Wesens; eine derart große Wandlung, wie sie der Yoga ins Auge fasst, kann nicht durch einen geteilten Willen oder ein geringes Maß von Energie oder ein zögerndes Mental bewirkt werden. Derjenige, der das Göttliche sucht, muss sich Gott weihen und Gott allein.

Wenn die Wandlung plötzlich und entscheidend durch einen überwältigenden Einfluss kommt, gibt es keine weitere wesentliche oder andauernde Schwierigkeit. Die Wahl folgt dem Denken oder findet zur gleichen Zeit statt, und die Selbstweihung folgt der Wahl. Die Füße haben sich bereits auf den Weg gemacht, auch wenn sie zunächst unsicher zu wandern scheinen, da der Pfad selbst nur undeutlich gesehen



werden und die Kenntnis des Ziels unvollkommen sein mag. Der geheime Lehrer, der innere Führer, hat die Arbeit bereits aufgenommen, obwohl er sich noch nicht manifestieren und in der Person seines menschlichen Vertreters erscheinen mag. Wie auch immer die nachfolgenden Schwierigkeiten und Verzögerungen sein mögen, sie können sich am Ende gegen die Macht der Erfahrung nicht behaupten, die den Strom des Lebens gewendet hat. Der Ruf, einmal entscheidend, hält stand; die Sache, die geboren wurde, kann letzten Endes nicht erstickt werden. Selbst wenn die Macht der Umstände einen regelmäßigen Verfolg oder eine volle praktische Selbstweihung von Anbeginn an verhindern, das Mental ist dennoch entschlossen und harrt aus und kehrt mit einer stets wachsenden Wirksamkeit zu seinem hauptsächlichen Anliegen zurück. Eine unentrinnbare Beharrlichkeit besteht im inneren Wesen und dagegen sind am Ende die Umstände machtlos und keine Schwäche in der [menschlichen] Natur kann auf die Dauer ein Hindernis sein.

Doch beginnt es nicht immer so. Oft wird der Sadhak stufenweise geführt und ein großer Zwischenraum liegt zwischen der ersten Wende des Mentals und der vollen Zustimmung der [menschlichen] Natur zu der Sache, der sie sich zugewandt hat. Zu Beginn mag lediglich ein lebhaftes intellektuelles Interesse bestehen, eine zwingende Anziehungskraft zu der Idee und irgendeine unvollkommene Form der Ausführung. Oder vielleicht besteht eine Bemühung, die nicht von der ganzen Natur begünstigt wird, eine Entscheidung oder Wende, die durch einen intellektuellen Einfluss auferlegt wurde oder durch persönliche Zuneigung oder Bewunderung für jemanden, der selbst dem Höchsten geweiht und hingegeben ist. In solchen Fällen mag eine lange Zeitspanne der Vorbereitung notwendig sein, bevor die unwiderrufliche Weihung erfolgt; und in einigen Fällen mag sie nicht kommen. Es mag ein gewisser Fortschritt stattgefunden haben, eine große Bemühung, sogar viel Läuterung, und viele Erfahrungen, die nicht die zentralen oder höchsten sind, mag. es gegeben haben; das Leben aber wird entweder in Vorbereitung vergehen oder, nachdem ein gewisses Stadium erreicht wurde, mag das Mental, dessen Triebkraft nicht ausreicht, zufrieden an der Grenze des ihm möglichen ausruhen. Oder es mag sogar zum niederen Leben zurückfallen, – was in der Umgangssprache des Yoga ein Abfall vom Pfad genannt wird. Dieses Zurückfallen hat seine Ursache in einem zentralen Defekt. Der Verstand ist interessiert gewesen, das Herz hat sich angezogen gefühlt, der Wille hat sich zu der Bemühung gesellt, doch war die [menschliche] Natur in ihrer Gesamtheit noch nicht vom Göttlichen gefangen genommen. Sie hat das Interesse, die Anziehung oder die Bemühung lediglich geduldet. Es ist ein Experiment gewesen, vielleicht sogar ein eifriges Experiment, jedoch kein volles Sich-Geben an ein zwingendes Erfordernis der Seele oder ein unaufgebbares Ideal. Selbst solch unvollkommener Yoga ist nicht vergebens gewesen; denn keine strebende Bemühung ist umsonst. Auch wenn sie für den Augenblick versagt oder nur zu einem vorbereitenden Stadium oder einer vorläufigen Verwirklichung gelangt, hat sie dennoch die

Zukunft der Seele bestimmt.

Wenn wir jedoch das meiste aus der Gelegenheit machen wollen, die dieses Leben uns bietet, wenn wir gebührend auf den empfangenen Ruf reagieren und das Ziel erreichen wollen, das wir flüchtig erblickten, und nicht nur ein wenig darauf zugehen, ist ein volles Selbst-Geben unerlässlich. Das Geheimnis des Erfolges im Yoga besteht darin, ihn nicht als eines der zu verfolgenden Lebensziele zu betrachten, sondern als die Gesamtheit des Lebens.

SRI AUROBINDO

\*

Es ist genug, einmal eine Minute des Strebens gehabt zu haben und einen Willen, wenngleich kurzlebig, um sich des Göttlichen bewusst zu werden, das Göttliche zu erkennen, damit es wie ein Blitz das ganze Wesen durchfähre – es gibt sogar Körperzellen, die darauf reagieren. Dies ist nicht sofort sichtbar, doch findet eine Reaktion überall statt. Und wenn man langsam und vorsichtig alle diese Teile, die reagiert haben – auch wenn es nur einmal gewesen ist – zusammenzutut, kann man etwas Zusammenhängendes und Geordnetes aufbauen, das der eigenen Tätigkeit erlaubt, mit Willen, Aufrichtigkeit und Ausdauer fortzufahren.

Selbst eine flüchtige Vorstellung in einem Kind, in einem bestimmten Augenblick seiner Kindheit, wenn das seelische Wesen ganz im Vordergrund ist und sie [diese Vorstellung] das äußere Bewusstsein zu durchdringen vermag und dem Kind lediglich einen Eindruck von etwas Schönerem vermittelt, das verwirklicht werden muss, so schafft dies einen kleinen Kern, und darauf baust du dein Handeln [später] auf. Zu der überwiegenden Mehrheit der Menschen würdest du niemals sagen: „Du hast das Göttliche zu erkennen“ oder „Übe den Yoga aus, um das Göttliche zu finden.“ Und wenn du genau hinsiehst, wirst du erkennen, dass es eine winzige Minderheit ist, zu der dies gesagt werden kann. Es bedeutet, dass diese Minderheit von Wesen darauf „vorbereitet“ ist, den Yoga auszuüben – so ist es. Bei ihnen hat ein Beginn der Verwirklichung stattgefunden – ein Beginn ist genug.

DIE MUTTER

\*

*Wie kann man den zentralen Willen wahrnehmen?*

Vor allem muss man das, was das Höchste, Wahrste, Universalste und Ewige im eigenen Bewusstsein ist, wahrnehmen.

Das lernt man allmählich. Man lernt zu unterscheiden zwischen seinen gewöhnlichen äußeren Regungen und den verschiedenen abgestuften Regungen seines inneren Bewusstseins. Und wenn man fortfährt, dies mit einer gewissen Beharrlichkeit zu tun, erkennt man, was es ist, das diesen höchsten Teil des eigenen Wesens bewegt, der das Ideal des Wesens verkörpert. Es gibt keinen anderen Weg. Manchmal erwacht es durch Lesen, manchmal durch ein Gespräch, manchmal durch ein mehr oder weniger dramatisches, gleichsam unerwartetes Ereignis, das dir einen Schock versetzt, dich aufwühlt, dich aus deinem gewöhnlichen kleinen Trott herausreißt. Manchmal, wenn du in sehr großer Gefahr bist, ist dir plötzlich, als würdest du dich über dir selbst befinden und jenseits deiner kleinen gewohnheitsmäßigen Schwäche, da du etwas Höheres in dir hast, das den äußeren Umständen standhalten kann.

Solche Anlässe lassen dich zuerst in Kontakt damit treten. Danach, durch methodische Disziplin, vermagst du den Kontakt andauern zu lassen; doch normalerweise dauert das lang. Doch auf diese Weise kommt es anfangs zu dir, plötzlich, aus dem einen oder anderen Grund.

*(Langes Schweigen)*

Es mag mit einer sehr starken Emotion einhergehen, mit einer sehr großen Sorge, mit sehr großem Enthusiasmus. Wenn man aufgerufen ist, eine außergewöhnliche Tat zu vollbringen, unter Voraussetzungen, die ungewöhnlich sind, fühlt man plötzlich, als würde etwas in einem gleichsam zerbrechen oder sich öffnen, man fühlt sich über sich selbst hinausgewachsen, als wäre man auf eine höhere Sprosse geklommen und würde von dort mit den gewohnten Sinnen auf sein eigenes Dasein hinabblicken. Wenn man einmal diese Erfahrung hatte, vergisst man sie nicht; selbst wenn es nur einmal war, vergisst man es nicht. Und später kann man durch Konzentration den Zustand willentlich wieder herstellen. Das ist der erste Schritt.

Danach kann man sehr leicht diesen Zustand wieder zurückrufen, jedes Mal, wenn eine Entscheidung getroffen werden muss, und dann trifft man sie im vollen Bewusstsein der Folgen und alles voraussehend, was geschehen wird. Ich glaube, dass es nicht einen Menschen auf der Welt gibt, der das nicht erfahren hat, jedenfalls, keinen kultivierten Menschen – etwas bricht und öffnet sich ... und man versteht.

DIE MUTTER

\*

Ich glaube mehr an die Macht der Atmosphäre und des Beispiels als an die einer rigorosen Lehre. Ich verlasse mich mehr darauf, etwas durch Übertragung im

Wesen zu erwecken, als durch eine methodische, disziplinierte Bemühung.

Vielleicht wird doch etwas vorbereitet, und eines Tages kommt es zum Vorschein.

Das jedenfalls hoffe ich.

Eines Tages werdet ihr euch sagen, „Denk dir nur! Ich bin hier so lange Zeit gewesen, ich hätte soviel lernen können, soviel verwirklichen können, und ich habe niemals auch nur daran gedacht!“ Und dann, an diesem Tag ... nun, an diesem Tag wirst du plötzlich zu etwas erwachen, das du niemals bemerkt hast, das aber tief in dir ist und das nach Wahrheit *dürstet*, nach Umwandlung dürstet und bereit ist, die erforderliche Bemühung auf sich zu nehmen, um sie [die Umwandlung] zu verwirklichen. An diesem Tag wirst du sehr rasch ausschreiten, du wirst mit Riesenschritten vorwärtsgehen.... Vielleicht wirst du plötzlich ein *unwiderstehliches* Bedürfnis empfinden, nicht in Unbewusstheit zu leben, in jenem Zustand, in dem du Dinge tust, ohne zu wissen warum, in dem du Dinge fühlst, ohne zu verstehen warum, in dem du einander widersprechende Dinge willst, von nichts etwas verstehst, allein mit Hilfe von Gewohnheit, Routine und Reaktionen lebst – du nimmst das Leben leicht. Und eines Tages bist du nicht länger damit zufrieden.

Es kommt darauf an, für jeden ist es anders. Am häufigsten ist es das Bedürfnis zu wissen, zu verstehen; für einige ist es die Notwendigkeit, das, was getan werden muss, so zu tun, wie es getan werden sollte; für andere ist es ein unbestimmtes Gefühl, dass hinter diesem Leben, so unbewusst, so leer, so bar jeden Sinnes, etwas zu finden ist, das wert ist, gelebt zu werden – dass es eine Wirklichkeit, eine Wahrheit hinter diesen Falschheiten und Illusionen gibt.

Der Ausgangspunkt: es zu wollen, es wahrhaft zu wollen, seiner zu bedürfen. Der nächste Schritt: daran *vor allem anderen* zu denken. Dann kommt sehr bald der Tag, da man an nichts anderes mehr denken kann.

Das ist die eine Sache, die zählt.

Und dann ... nun, du wirst sehen, was geschieht.

Etwas wird geschehen. Mit Sicherheit wird etwas geschehen. Für jeden wird es eine andere Form annehmen.

DIE MUTTER

\*

*Mutter, wie soll man sein Bewusstsein ändern?*

Es gibt natürlich viele Wege, doch jeder muss es auf die Weise tun, die ihm zugänglich ist; und der Hinweis auf den Weg kommt meist spontan durch etwas wie eine unerwartete Erfahrung. Und für jeden scheint es etwas anderes zu sein.

Man mag zum Beispiel die Wahrnehmung des gewöhnlichen Bewusstseins haben, das an der Oberfläche ausgebreitet ist, horizontal, und auf einer Ebene arbeitet, die gleichzeitig die Oberfläche der Dinge und in Kontakt mit der oberflächlichen äußeren Seite der Dinge, Menschen und Umstände ist; und dann plötzlich, aus dem einen oder anderen Grund – wie gesagt, für jeden ist es verschieden – findet ein Wechsel nach oben statt; und anstatt die Dinge horizontal zu sehen, sich auf der gleichen Ebene mit ihnen zu befinden, dominierst du sie plötzlich und siehst sie von oben, in ihrer Ganzheit, anstelle einer kleinen Anhäufung von Dingen, die dir gerade unmittelbar am nächsten sind; es ist, als würde dich etwas nach oben ziehen und dich [die Dinge] von einem Berggipfel oder Flugzeug aus sehen lassen. Und anstatt jede Einzelheit auf ihrer eigenen Ebene zu sehen, siehst du das Ganze als eine Einheit und von weit oben.

Es gibt viele Wege, diese Erfahrung zu haben, doch im allgemeinen kommt sie zu dir wie zufällig – eines schönen Tages.

Oder aber, man kann eine Erfahrung haben, die beinahe das Gegenteil ist, aber auf das gleiche hinausläuft. Plötzlich taucht man in eine Tiefe, man entfernt sich von dem wahrgenommenen Ding, es erscheint fern; oberflächlich, unwichtig; man tritt in eine innere Stille oder innere Ruhe oder eine innere Schau der Dinge ein, in ein tiefes Gefühl, eine vertrautere Wahrnehmung der Umstände und Dinge, in der alle Werte sich verändern. Und man wird sich einer gewissen Einheit bewusst, einer tiefen Identität, die trotz der verschiedenen Erscheinungsformen eins ist.

Oder aber, ebenso plötzlich, schwindet der Sinn der Begrenzung und man tritt in die Wahrnehmung einer Art unendlicher Dauer ein, anfangslos und endlos, von etwas, das immer gewesen ist und immer sein wird.

Diese Erfahrungen kommen plötzlich zu dir, blitzartig, eine Sekunde, einen Augenblick lang in deinem Leben, und du weißt nicht, warum oder wie.... Es gibt andere Wege, andere Erfahrungen – sie sind unzählig, sie variieren mit den Menschen; doch in dieser einen Minute, dieser einen Sekunde solchen Daseins ergreift man den Schwanz der Sache. Man muss es also erinnern, versuchen, es wiederum zu leben, in die Tiefen der Erfahrung zu gehen, sie zurückzurufen, zu streben, sich zu konzentrieren. Das ist der Ausgangspunkt, das Ende des Leitfadens, der Fingerzeig. Für all jene, die dazu bestimmt sind, ihr inneres Wesen zu finden, die Wahrheit ihres Wesens, gibt es zumindest einen Augenblick im Leben, an dem sie nicht mehr die gleichen waren, vergleichbar vielleicht einem Blitzstrahl – doch ist das genug. Es zeigt den Weg auf, den man einschlagen sollte, es ist die Tür, die sich diesem Pfad öffnet. Und dann musst du durch die Tür gehen, und mit Ausdauer und unerschöpflicher Stetigkeit den Zustand zu erneuern suchen, der dich zu etwas Wirklicherem, Totalerem führt.

Viele Wege sind seit jeher aufgezeigt worden, aber ein Weg, den man dir zeigt, ein Weg, über den du in Büchern liest oder durch einem Lehrer hörst, hat nicht den nachhaltigen Effekt einer spontanen Erfahrung, die ohne jeden offensichtlichen

Grund kam und die schlechthin das Erblühen des seelischen Erwachens ist, eine Sekunde des Kontakts mit deinem seelischen Wesen, die dir den besten Weg zeigt, den, der für dich am leichtesten erreichbar ist und dem du dann ausdauernd folgen musst, um das Ziel zu erreichen – eine Sekunde, die dir zeigt, wie du beginnen sollst, den Anfang... Einige haben dies nachts in Träumen; einige haben es dann und wann: etwas, das man sieht oder hört, das dieses neue Bewusstsein in einem erweckt, eine schöne Landschaft, schöne Musik, oder einfach einige Worte, die man liest, oder aber die Intensität der Konzentration bei einer Bemühung – irgend etwas, es gibt tausend Gründe und tausend Wege, es zu haben. Doch, ich wiederhole, all jene, die zur Verwirklichung bestimmt sind, hatten es mindestens einmal in ihrem Leben. Es mag sehr flüchtig sein, es mag stattgefunden haben, als sie noch sehr jung waren, doch immer, mindestens einmal im Leben hat man die Erfahrung dessen, was wahres Bewusstsein ist. Nun, das ist der beste Hinweis auf den Pfad, dem man folgen soll.

Man mag in sich selbst suchen, man mag sich erinnern, mag beobachten; man muss erkennen, was geschieht, man muss aufmerksam sein, das ist alles. Manchmal, wenn man eine hochherzige Tat sieht, von etwas Außergewöhnlichem hört, wenn man zum Zeugen von Heldentum oder Edelmut oder Seelengröße wird, wenn man jemanden trifft, der ein besonderes Talent aufweist oder in einer außergewöhnlichen oder wunderbaren Weise handelt, löst das eine Art Begeisterung oder Bewunderung oder Dankbarkeit aus, die plötzlich im Wesen erwacht und die Tür zu einem Zustand öffnet, einem neuen Bewusstseinszustand, einem Licht, einer Wärme, einer Freude, die man zuvor nicht kannte. Auch das ist ein Weg, um den Leitfaden zu ergreifen. Es gibt tausend Wege, man hat nur wach zu sein und zu beobachten. Vor allem musst du die Notwendigkeit dieser Bewusstseinswandlung empfinden, die Idee akzeptieren, dass es das ist, der Pfad, der zum Ziel führen muss; und wenn du einmal das Prinzip anerkannt hast, musst du wachsam sein.

Und du wirst ihn [den Pfad] finden, du findest ihn bestimmt. Und hast du ihn einmal gefunden, musst du, ohne lange zu zögern, auszuschreiten beginnen.

In der Tat, der Ausgangspunkt ist, sich zu beobachten, nicht in fortwährender Lässigkeit zu leben, in andauernder Gleichgültigkeit, man muss aufmerksam sein.

DIE MUTTER