

# SADHANA

## EINIGE RATSCHLÄGE FÜR DIE YOGA-PRAXIS

Auszüge aus den Werken von  
Sri Aurobindo und der Mutter

AURO MEDIA  
Verlag & Fachbuchhandel  
Wilfried Schuh

ALLES LEBEN IST YOGA  
**Sadhana – Einige Ratschläge für die Yoga-Praxis**  
Auszüge aus den Werken von  
Sri Aurobindo und der Mutter

1. Aufl. 2019

© 2019 AURO MEDIA  
Verlag & Fachbuchhandel Wilfried Schuh  
Sri Aurobindo Buchhandel – Digital-Edition – Antiquariat  
www.auro.media

© Fotos und Textauszüge Sri Aurobindos und der Mutter:  
Sri Aurobindo Ashram Trust, Puducherry, Indien

Blume auf dem Cover: *Azadirachta indica*. Weiß.  
Die von der Mutter gegebene spirituelle Bedeutung:  
**Spirituelle Atmosphäre**  
*Leicht, fließend, klar und transparent und so rein!*

**Anmerkung des Herausgebers**

Die Übersetzung der Textstellen von Sri Aurobindo erfolgte aus dem ursprünglichen Englisch, während die meisten Passagen der Mutter bereits Übersetzungen aus dem Französischen waren. Fast alle Texte der Mutter wurden ihren Gesprächen, die sie mit Kindern und Erwachsenen führte, entnommen, einige ihren Schriften. Wir müssen außerdem berücksichtigen, dass die Auszüge ihrem ursprünglichen Zusammenhang entnommen wurden und dass jede Zusammenstellung ihrer Natur nach möglicherweise einen persönlichen und subjektiven Charakter hat. Es wurde jedoch der aufrichtige Versuch unternommen, der Vision Sri Aurobindos und der Mutter treu zu bleiben.

Die Textauszüge sind vom Verlag zum Teil mit Kapiteln und Überschriften versehen worden, um ihre Themen hervorzuheben. Sofern es möglich war, wurden sie in Anlehnung eines Satzes aus dem Text selbst gewählt.

Sri Aurobindo und die Mutter machen von der in der englischen Sprache gegebenen Möglichkeit, Wörter groß zu schreiben, um ihre Bedeutung hervorzuheben, häufig Gebrauch. Mit dieser Großschreibung bezeichnen sie meist Begriffe aus übergeordneten Daseinsbereichen, doch auch allgemeine wie Licht, Friede, Kraft usw., wenn sie ihnen einen vom üblichen Gebrauch abweichenden Sinn zuordnen. Diese Begriffe wurden in diesem Buch kursiv hervorgehoben, um dem Leser zu einer leichteren Einfühlung in diese subtilen Unterscheidungen zu verhelfen.

Einige wenige Sanskritwörter wie Sadhana, Sadhaka, Yoga usw. wurden eingedeutscht, da sie durch ihren häufigen Gebrauch bereits als Bestandteil der deutschen Sprache angesehen werden können. Alle anderen Sanskritwörter sind kursiv hervorgehoben, wobei auf diakritische Transkriptionszeichen verzichtet wurde.

## Inhalt

Schaffe dir deine eigene spirituelle Atmosphäre	.....	2
Eine neue Art des Lesens	.....	2
Wie man die Werke von Sri Aurobindo und der Mutter liest	.....	4
Savitri zu lesen bedeutet, Yoga zu praktizieren	.....	7
Grundlegende Herangehensweise an die Werke Sri Aurobindos und der Mutter	.....	9
Warum bin ich eigentlich hier?	.....	15
Die erste Frage	.....	17
Wir alle haben eine Aufgabe zu erfüllen	.....	18
Arbeit im Geist des Karma-Yoga	.....	20
Das ideale Center	.....	21
Vollkommen aufrichtig sein	.....	23
Absolute Aufrichtigkeit	.....	26
Wahre Weihung	.....	26
Mehr wird nicht verlangt	.....	29
Mutters Gegenwart	.....	31
Ich bin bei dir	.....	32
Über Arbeit	.....	34
Arbeit ist das Gebet des Körpers	.....	35
Das wahre Wesen der Arbeit	.....	37
Die richtige Geisteshaltung bei der Arbeit	.....	38
Leben und Harmonie	.....	40
	.....	



*Sri Aurobindo kam auf die Erde, um die Manifestation der supramentalen Welt zu verkünden. Er verkündete diese Manifestation nicht nur, er verkörperte die supramentale Kraft auch zum Teil und zeigte durch sein eigenes Beispiel, wie man sich selbst für die Verwirklichung vorbereiten muss. Das Beste, das wir tun können, ist all seine Werke zu studieren, seinem Beispiel zu folgen und uns selbst auf die neue Manifestation vorzubereiten.*

*Das gibt dem Leben seine wahre Bedeutung, und es wird uns helfen, alle Hindernisse zu überwinden.*

*Lasst uns für die neue Schöpfung leben, und wir werden immer stärker werden, indem wir jung und fortschrittlich bleiben.*

*– Die Mutter*

## Schaffe dir deine eigene spirituelle Atmosphäre

WORTE SRI AUROBINDOS

Eine spirituelle Atmosphäre ist wichtiger als äußere Verhältnisse. Wenn man die hat, und wenn man sich dazu seine eigene spirituelle Luft, in der man atmet und lebt, schaffen kann, ist die eigentliche Voraussetzung für den Fortschritt erfüllt.

\*

WORTE SRI AUROBINDOS

Im spirituellen Leben ist das Wichtigste, im Inneren zu leben. Der spirituelle Mensch lebt stets in seinem Inneren, und in einer Welt der *Unwissenheit*, die sich weigert, sich zu ändern, muss er in einem gewissen Sinn von ihr getrennt sein und sein inneres Leben gegen das Eindringen und den Einfluss der dunkleren Kräfte der *Unwissenheit* schützen. Er befindet sich außerhalb der Welt, selbst wenn er in ihr ist. Wenn er auf sie einwirkt, geschieht dies von der Festung seines inneren spirituellen Wesens aus, wo er im innersten Heiligtum eins ist mit dem *Höchsten Sein* oder die Seele und *Gott* miteinander allein sind.

\* \* \*

## Eine neue Art des Lesens

WORTE DER MUTTER

*Zum Spaß hast du ein- oder zweimal eines deiner Bücher oder ein Buch von Sri Aurobindo genommen und auf gut Glück eine Seite aufgeschlagen, dann hast du einen Satz gelesen. Können diese Sätze einem einzelnen Menschen ein Zeichen oder einen Hinweis geben? Wie soll man es machen, um eine richtige Antwort zu bekommen?*

Alle können es machen. Es geht so: Du konzentrierst dich. Dann kommt es darauf an, was du willst. Wenn du ein inneres Problem hast und seine Lösung willst, konzentrierst du dich auf dieses Problem. Wenn du deine Verfassung,

die du nicht kennst, erfahren willst, und wenn du Aufschluss über den Zustand haben willst, in dem du dich befindest, zeige dich so, unkompliziert und natürlich, und bitte um die Einsicht. Oder aber, ganz einfach, wenn du neugierig bist und erfahren willst, was das unsichtbare Wissen dir zu sagen hat, bleibst du einen Augenblick ganz ruhig und still und schlägst auf. Ich sagte immer, man solle ein Papiermesser dazu nehmen, weil das feiner ist. Während du konzentriert bist, stichst du damit hinein, und mit der Spitze deutest du auf etwas. Wenn du dich da konzentrieren kannst, das heißt wenn du es wirklich mit einer Aspiration ausführst, um Antwort zu bekommen, antwortet es immer.

Denn in Büchern wie diesem (die Mutter zeigt auf „*The Synthesis of Yoga*“), in Offenbarungsbüchern, steckt immer eine Ansammlung von Kräften – zumindest von höheren mentalen Kräften, meistens aber von spirituellen Kräften des höchsten Wissens. Jedes Buch ist aufgrund der darin enthaltenen Worte wie ein kleiner Akkumulator dieser Kräfte. Die Menschen wissen es nicht, weil sie sie nicht zu benutzen verstehen, aber es ist so. Ebenso ist in jedem Bild (einer Fotografie) eine Ansammlung, eine kleine repräsentative Ansammlung der Kraft dessen, den das Bild darstellt, seiner Natur und seiner Kräfte enthalten, wenn er welche hat. Und du sendest ja dann auch, wenn du aufrichtig bist und ein sehnsuchtsvolles Streben hast, eine bestimmte Schwingung aus, eine Schwingung deiner Aspiration, die auf die entsprechende Kraft in dem Buch trifft, und ein höheres Bewusstsein wird dir die Antwort geben.

Alles ist potenziell enthalten. Jedes Element eines Ganzen enthält potenziell alles, was in dem Ganzen ist. Das ist etwas schwierig zu erklären, aber du wirst es durch ein Beispiel verstehen: Wenn die Leute hexen wollen und ein Stück Nagel oder Haar haben, genügt ihnen das, denn darin ist potenziell alles enthalten, was in dem Wesen selbst ist. Und in einem Buch ist potenziell (nicht ausgedrückt, nicht offenkundig) jenes Wissen enthalten, das die Person hat, die das Buch geschrieben hat. So stellte Sri Aurobindo eine Totalität an Verstehen, Wissen und Macht dar, und jedes seiner Bücher ist ein Symbol und eine Repräsentation zugleich. Jedes seiner Bücher enthält symbolisch, potenziell, was in ihm selbst ist. Wenn du dich daher auf das Buch konzentrierst, kannst du über das Buch bis zu seinem Ursprung zurückgehen. Und im Durchgang durch das Buch wirst du sogar viel mehr erhalten können als bloß das, was darin steht.

Es gibt immer eine Art zu lesen und das Gelesene zu verstehen, die auf das antwortet, was man will. Das ist weder ein Zufall noch ein Spaß noch eine Art Zerstreuung. Man kann es „so“ machen, und dann passiert überhaupt nichts, man bekommt keine Antwort, und es ist nicht interessant. Wenn du es aber ernsthaft betreibst, wenn du in deiner Aspiration ernsthaft versuchst,

dich auf dieses Instrument zu konzentrieren (das wie eine Batterie ist, die Energien enthält), wenn du versuchst, mit dieser Energie, die da ist, in Verbindung zu treten und du darauf bestehst, die Antwort auf das zu erhalten, was du wissen willst, nun, dann wird natürlich die Energie, die da ist – die Vereinigung der beiden Kräfte, die von dir ausgehende und die in dem Buch angesammelte Kraft –, sie wird deine Hand und dein Papiermesser, oder was du eben hast, führen. Sie wird gerade auf die Sache hinführen, die das ausdrückt, was du erfahren sollst... Selbstverständlich passiert überhaupt nichts, wenn man es ohne Aufrichtigkeit und ohne Überzeugung tut. Macht man es aufrichtig, bekommt man eine Antwort.

Bestimmte Bücher sind so, sie sind stärker geladen als andere. Es gibt andere, wo natürlich das Ergebnis weniger klar ist. Aber im Allgemeinen hat man mit Büchern, die Aphorismen oder kurze Sätze enthalten (nicht sehr lange philosophische Erklärungen, vielmehr Dinge in kurzer und prägnanter Form) am meisten Erfolg.

Natürlich wird der Wert der Antwort vom Wert der spirituellen Kraft abhängen, die in dem Buch enthalten ist. Wenn du einen Roman nimmst, wird er dir nur Unsinn erzählen. Aber wenn du ein Buch nimmst, das konzentrierte Kraft enthält – des Wissens oder spirituelle Kraft oder Kraft der Unterweisung –, wirst du deine Antwort erhalten.

\*

#### WORTE DER MUTTER

Wenn man Sri Aurobindo sorgfältig liest, findet man Antworten auf alles, was man wissen will.

\* \* \*

#### Wie man die Werke von Sri Aurobindo und der Mutter liest

#### WORTE DER MUTTER

*Liebe Mutter, wie soll man deine Bücher und die Bücher von Sri Aurobindo lesen, damit sie in unser Bewusstsein gelangen, anstatt nur vom Intellekt verstanden zu werden?*



Meine Bücher zu lesen ist nicht schwer, weil sie in der einfachsten Sprache geschrieben sind, fast in der gesprochenen Sprache. Um daraus Nutzen zu ziehen, genügt es, mit Aufmerksamkeit und Konzentration zu lesen und eine Haltung des inneren Wohlwollens mit dem Wunsch zu entwickeln, das Gelehrte zu empfangen und zu leben.

Die Texte von Sri Aurobindo zu lesen ist schwieriger, weil der Ausdruck hochintellektuell und die Sprache viel literarischer und philosophischer ist. Das Gehirn benötigt eine Vorbereitung, um sie wirklich verstehen zu können, und im Allgemeinen braucht die Vorbereitung eine gewisse Zeit, es sei denn, man ist mit einer angeborenen intuitiven Fähigkeit ausgestattet.

Auf jeden Fall rate ich immer, nur **ein wenig** zu lesen – eins nach dem anderen –, das Mental so ruhig wie möglich zu halten, ohne sich zu bemühen zu verstehen, aber den Kopf so still wie möglich zu halten und die Kraft, die in dem, was man liest, enthalten ist, tief in sich eindringen zu lassen. Diese Kraft, die in der Ruhe und Stille empfangen wird, wird ihre Arbeit des Lichts verrichten und, wenn nötig, im Gehirn die notwendigen Zellen für das Verständnis schaffen. Wenn man also einige Monate später das Gleiche noch einmal liest, merkt man, dass der geäußerte Gedanke viel klarer und näher und manchmal sogar ganz vertraut geworden ist.

Es ist besser, regelmäßig, jeden Tag ein wenig und, wenn möglich, zu einer festen Stunde zu lesen, was die Empfänglichkeit des Gehirns fördert.

\*

#### WORTE DER MUTTER

Will man von dieser Lektüre wirklich profitieren – wie von allen Schriften Sri Aurobindos –, empfiehlt sich ganz allgemein und grundsätzlich folgendes Verfahren: Hat man sein Bewusstsein gesammelt und seine Aufmerksamkeit auf das zu Lesende gerichtet, muss man ein Mindestmaß an mentaler Stille begründen – gelingt einem das völlige Schweigen, so ist es das Beste – und einen Zustand mentaler Unbewegtheit, gehirnlicher Regungslosigkeit sozusagen, erreichen, so dass die Aufmerksamkeit so ruhig wird wie ein Spiegel, wie die Oberfläche völlig stillen Wassers. Dann tritt das Gelesene durch diese Oberfläche und dringt tief in das Wesen ein, wo es mit einem Minimum an Entstellung empfangen wird, und später, manchmal viel später, taucht das aus den Tiefen wieder auf und offenbart sich im Gehirn mit seiner vollen Macht des Begreifens – nicht als ein von außen erworbenes Wissen, sondern als ein Licht, das man in sich getragen hat.

Dergestalt ist das Verständnis auf seinem Gipfelpunkt, wogegen du, bleibt das Mental beim Lesen in Bewegung und sucht gleich zu erwägen und zu verstehen, mehr als Dreiviertel der Kraft, des Wissens und der in den Worten enthaltenen Wahrheit verlierst. Und stellst du deine Fragen erst, nachdem dieser Vorgang inneren Aufnehmens und Erwachens vollzogen ist, wirst du feststellen, dass viel weniger zu fragen bleibt, weil du das Gelesene besser begriffen hast.

\*

WORTE DER MUTTER

Wissen ist gut,  
es zu leben ist besser,  
zu sein, das ist vollkommen.

\* \* \*

Savitri zu lesen bedeutet, Yoga zu praktizieren

WORTE DER MUTTER

Es macht nichts, wenn du *Savitri* nicht verstehst, aber lies es immer. Du wirst sehen, dass dir jedes Mal, wenn du es liest, etwas Neues enthüllt wird. Jedes Mal wirst du etwas Neues finden, jedes Mal eine neue Erfahrung. Dinge, die nicht da waren, Dinge, die du nicht verstanden hast, tauchen auf und werden plötzlich klar. Immer taucht etwas Unerwartetes durch die Worte und Zeilen auf. Jedes Mal, wenn du versuchst zu lesen und zu verstehen, wirst du sehen, dass etwas hinzukommt, etwas, das in der Tiefe verborgen war, wird klar und anschaulich enthüllt. Ich kann dir sagen, dass sich dir selbst die Verse, die du schon einmal gelesen hast, in einem neuen und anders gearteten Licht darstellen werden, jedes Mal, wenn du sie wieder liest. Dies geschieht immer wieder. Es ist immer etwas, das deine Erfahrung bereichert, eine Offenbarung bei jedem Schritt.

Aber lies es nicht, wie du andere Bücher oder Zeitungen liest. Du musst mit einem leeren Kopf lesen, einem unbeschriebenen und unbewegten Mental, ohne dass es dort einen anderen Gedanken gibt. Du musst dich sehr konzentrieren, musst leer bleiben, ruhig und offen. Dann werden die Worte, Rhythmen und Vibrationen direkt zu diesem unbeschriebenen Blatt

durchdringen, sich dem Gehirn einprägen und sich selbst erklären, ohne Bemühung deinerseits.

*Savitri* allein genügt, die höchsten Gipfel zu erklimmen. Wenn man wirklich versteht, über *Savitri* zu meditieren, wird man alle Hilfe erhalten, die man braucht. Für denjenigen, der diesem Weg folgen möchte, ist *Savitri* eine konkrete Hilfe – so als würde dich der *Herr* selbst bei der Hand nehmen und zum Ziel deiner Bestimmung führen. Und dann wird jede Frage, wie persönlich sie auch sein mag, hier ihre Antwort finden, jede Schwierigkeit findet dort ihre Lösung. Dort ist wirklich alles enthalten, was man für die Ausübung des Yoga braucht.

Er hat das ganze Universum in ein einziges Buch gepackt. Es ist ein wundervolles Werk, es ist großartig und von unvergleichlicher Vollkommenheit.

Man kann deshalb sagen, dass *Savitri* eine Offenbarung ist, eine Meditation, eine Suche nach dem *Unendlichen*, dem *Ewigen*. Wenn man es mit dieser Aspiration nach *Unsterblichkeit* liest, wird das Lesen selbst als Führer zur *Unsterblichkeit* dienen. *Savitri* zu lesen bedeutet wirklich, Yoga zu üben, spirituelle Konzentration. Alles kann man dort finden, was nötig ist, um das *Göttliche* zu verwirklichen. Jeder Schritt des Yoga ist dort aufgezeichnet, einschließlich des Geheimnisses aller anderen Yogas. Es ist gewiss, dass man die Transformation des *Supramentalen Yoga* erreichen wird, wenn man ehrlich dem folgt, was in jedem Vers enthüllt wird. *Savitri* ist wirklich der unerschütterliche Führer, der einen nie verlässt, und seine Hilfe ist immer für denjenigen da, der dem Weg folgen will. Jeder Vers von *Savitri* ist wie ein enthülltes Mantra, das alles übertrifft, was der Mensch sich auf dem Weg des Wissens angeeignet hat, und ich wiederhole: Die Worte sind auf solche Art gewählt und angeordnet, dass der Rhythmus zum Ursprung des Klangs, der OM ist, hinführt.

\*

#### WORTE DER MUTTER

Wenn du niedergeschlagen bist, wenn du dich elend fühlst, wenn du mit nichts Erfolg hast oder immer das Gegenteil von dem geschieht, was du erwartest, wie sehr du dich auch bemühst – wenn es so schlimm geworden ist, dass du die Fassung verlierst, das Leben unerträglich und du unglücklich wirst –, dann greife sogleich zu *Savitri* und öffne es nach kurzer Konzentration irgendwo und lies. Du wirst sehen, dass all dein Elend sich wie Rauch verflüchtigt. Und du wirst die Kraft haben, die schlimmste Niedergeschlagenheit zu überwinden. Du wirst nicht mehr fühlen, was dich quälte. Stattdessen wirst du ein

eigenartiges Glücksgefühl empfinden, eine Bewusstseinswende, verbunden mit der Energie und Kraft, alles zu bewältigen, so als wäre nichts unmöglich. Und du wirst diese unerschöpfliche Freude fühlen, die alles läutert. Lies einfach einige Zeilen, und das genügt, um den Kontakt mit deinem innersten Wesen herzustellen. So ist die außergewöhnliche Kraft von *Savitri*.

Oder du konzentrierst dich tief, nachdem du ein paar Zeilen gelesen hast. Auch dann wirst du die Lösung für das finden, was dich quält. Du musst *Savitri* nur irgendwo, ohne nachzudenken, aufschlagen, und du wirst die Antwort auf deine Probleme erhalten. Tue das mit Glauben und Einfachheit. Das Ergebnis ist gewiss.

\* \* \*

## Grundlegende Herangehensweise an die Werke Sri Aurobindos und der Mutter

WORTE NOLINI KANTA GUPTAS

Warum lesen wir die Werke Sri Aurobindos und der Mutter? Und wenn wir sie lesen, wie sollen wir sie lesen?

Lesen wir um des Studiums willen, um Dinge zu kennen, um Wissen zu erlangen? Das ist ein zweitrangiger Aspekt, ein Gewinn, den wir nebenbei erzielen. Der wirkliche Zweck des In-Kontakt-Kommens mit den Worten der Mutter und Sri Aurobindos ist, bewusst zu werden, Bewusstsein zu erlangen, mehr und mehr bewusst zu werden, das Bewusstsein immer mehr zu erweitern. Zu verstehen, das heißt mit dem Mental zu verstehen, und die Schriften der Mutter und Sri Aurobindos intellektuell zu erfassen, ist ziemlich schwierig. Der leichtere, der richtige Weg wäre es, die Atmosphäre der Welt, die sie mit ihren Worten erschaffen haben, zu betreten, die Schwingungen, die die Worte aussenden, zu spüren. Denn die Worte, die sie geäußert haben, sind nicht bloß Worte, die den Wörterbüchern entnommen oder in ihnen gefunden werden; sie sind nicht bloß Klänge, tote Silben. Sie sind lebendige Wesen, Symbole des Bewusstseins, von dem ich gerade gesprochen habe. Diese Symbole, die Symbole des Bewusstseins sind, leuchten, sie verströmen überall hin Licht, sie sind voller Kraft und dehnen ihre Kraft überall hin aus, sie sind lebendig, und sie sind voller Freude. Es ist diese innere Welt, die hinter der äußeren Welt der Worte liegt, mit der man zuerst in Kontakt und sich ihrer bewusst sein muss, bevor man ein mentales Verstehen haben kann. Mit anderen Worten: Du musst die richtige Haltung kultivieren, dein Bewusstsein

in Einklang mit dem Bewusstsein bringen, welches die Worte der Mutter und Sri Aurobindos hervorgebracht hat. Du musst sozusagen einen Sprung, ein Bad in den Fluten wagen und von der Liebkosung des Elementes durchtränkt sein, um in lebendige Berührung mit der Substanz der Worte zu kommen, über deren Bedeutung hinauszugehen und, wenn nötig, sie sogar zu umgehen. Du musst mit dem lebendigen Saft, dem *rasa*, in Kontakt kommen, der sich in die Schöpfung verströmt hat. Wenn du davon gekostet hast – er hat sein eigenes Licht –, wird er dich automatisch mit seinem Strahlen durchfluten. Die Wonne des Badens in der lebendigen Quelle wird sich in Rhythmen von Erkenntnis und wirklichem Verstehen ausdrücken.

Dies sollte jedenfalls die Grundlage der Herangehensweise an die Werke der Mutter und Sri Aurobindos sein. Du magst eine prächtige intellektuelle Ausrüstung und all die Informationen, die die Wissenschaften und Philosophien gesammelt haben, besitzen, du magst die ganze Entwicklung menschlichen Wissens bis zur heutigen Zeit studiert haben – dies sind alles weniger bedeutende Lichter, sie erklären nicht das Licht, vor dem du stehst. Dieses Licht wird durch seinen eigenen Widerschein oder seine Ausstrahlung in dir aufgezeigt und erkannt, durch das kleine Licht, das in dir ist, deine Seele.

Tatsächlich hat es Fälle gegeben, in denen große Intellektuelle, namhafte Gelehrte, sich von den einfachsten wunderbaren Aussagen der Mutter und Sri Aurobindos um ihre Fassung gebracht sahen. Andererseits konnten einfachere Geister ohne Bildungslast oder überhebliche Pedanterie mit dem reinen Lichtstrahl in der Tiefe ihres Bewusstseins den verborgenen Sinn erfassen und entschleiern.

Dein mentales Verstehen, dein intellektuelles Begreifen, kann oder wird zur Freude deiner Entdeckung beitragen – die sich nachträglich oder am Ende einstellt, wenn dein Gehirn, dein physischer Verstand vom Strom des inneren Lichts durchflutet worden und rein, formbar und gelehrig geworden ist.

In anderer Hinsicht musst du, um die *Wahrheit* zu verstehen – die Wahrheit, die die Worte der Mutter und Sri Aurobindos ausdrücken –, damit anfangen, sie zu leben, ihr nicht nur mit dem Mental, nicht einmal nur mit deinem Herzen näherzukommen, sondern sie selbst in deinem Körper zu besitzen. Die Mutter sagt, wahres Verstehen kommt durch das Verstehen des Körpers. Wirklich, das wahre Ziel der Erkenntnis ist nicht bloß zu wissen, sondern zu sein.

\*

Ich hörte, dass du etwas über Sri Aurobindo und die Mutter von mir wissen möchtest. Da gibt es drei Arten der Herangehensweise: Du möchtest etwas über sie wissen, etwas von ihnen wissen<sup>1</sup> oder sie kennenlernen. Natürlich ist Letzteres das Beste. Tatsächlich, wenn du etwas wirklich wissen willst, musst du es werden. Werden verleiht das wirkliche Wissen. Aber was bedeutet es, Sri Aurobindo und die Mutter zu werden? Ein Teil von ihnen zu werden, ein integraler Bestandteil ihres Bewusstseins – das ist es, wofür wir hier sind. Und wenn du das tun kannst, weißt du genug...

Ich sagte dir einmal, wie man Sri Aurobindo und die Mutter studieren oder welche Herangehensweise man wählen sollte, wenn man sie lesen oder ihre Schriften verstehen will. Da gibt es zwei Dinge: studieren und lesen. Ich machte einen Unterschied zwischen beiden. Sri Aurobindo zu studieren – ich würde nicht sagen, dass es fruchtlos ist, das ist ein zu starkes Wort – kann nur eine Hilfe oder ein ergänzender Weg sein. Studium bedeutet: Du nimmst den Text, du verstehst mental jedes Wort und jeden Satz. Wenn du etwas nicht verstehst, nimmst du ein Lexikon und versuchst, die durch Wörter ausgedrückte äußere Bedeutung zu erfassen. Das kann notwendig sein, aber es ist nicht der Weg, sich mit ihren Werken zu befassen.

Sie einfach auf die richtige Weise zu lesen ist genug. Lies, es ist nicht wichtig, was du verstehst und was nicht, lies einfach und warte in einer aufmerksamen Stille. Beim Studieren näherst du dich ihnen mit deinem äußeren Mental, deiner äußeren Intelligenz. Aber was in dem Text enthalten ist, liegt außerhalb deines Mentals, außerhalb deiner Intelligenz. Und mental zu verstehen bedeutet, dass du deinen Intellekt in diese Sache hineintreibst. Es ist ein Bemühen und bringt dich nur an die Außenseite der Sache. Es ist eine Übung deines Gehirns, auf diese Weise hervorgebracht, aber es bringt dich nicht sehr weit. Stattdessen könntest du dein mentales Bewusstsein beruhigen, still machen und nur lesen, ohne unnötig zu verstehen zu versuchen, und darauf achten, dass das, was in dem Text ist, in dich eingeht... Statt dass dein Mental vorausstürmt, vorwärtsdrängt und versucht, die Sache zu erfassen, lass sie in dich hereinkommen. Denn was da in den Schriften ist, sind keine Wörter und Sätze, kein totes Material, es ist etwas sehr Lebendiges, etwas Bewusstes, das sie in Worten, Sätzen und in Klang und Rhythmus ausgedrückt haben. Und ich möchte dir sagen, dass jeder Satz, irgendwo, nicht

---

1 „Über“ bedeutet das, was ein Mensch tut, welches sein Beruf, seine Beschäftigung ist – *kimāsita vrajeta kim* –, und „von“ meint seine Persönlichkeit, seinen Charakter, seine Natur. – Nolini Kanta Gupta

zu sprechen von *Savitri*, ein lebendiges Wesen ist, mit dem du dich bekannt machen musst – nicht dass du es verstehen oder erklären kannst. Jeder Satz ist ein lebendiges Wesen, eine Wesenheit, ein Freund, sogar ein Geliebter, den du kennenlernen musst. Und ein solcher Versuch von dir wird belohnt. Du wirst viel mehr Freude haben. Vielleicht fragst du: „Bloß weil ich ein Buch öffne und lese, wie kann das, was in den Zeilen steht, zu mir kommen?“ Aber ich sage, dass es lebendige Wesenheiten sind – wenn du dich ihnen mit dem richtigen Geist nährst, kommen sie in dich hinein. Das Bewusstsein, das Wesen jeder Zeile, kommt zu dir. Und du wirst sehen, wie schön es ist. Dies ist eine Herangehensweise der Liebe, nicht des Intellekts, um zu verstehen und zu erklären. Nimm zum Beispiel die allererste Zeile von *Savitri*:

„Es war die Stunde, bevor die Götter erwachen.“

Es ist ein Mantra, eine lebendige Person, wie schön, du musst nicht viel verstehen – und eine ganze Welt eröffnet sich.

Oder nimm den ersten Satz von *Das Göttliche Leben* – da ist der Wellenrhythmus des unermesslichen Ozeans. Er bringt dir ein Gefühl von Weite, ein Gefühl von Unendlichkeit und trägt dich dorthin. Und, wie ich schon sagte, er ist eine sehr lebendige Wesenheit und Persönlichkeit.

Hier ist die ganze Passage:

„Das früheste Anliegen im erwachten Denken des Menschen und, wie es scheint, sein unentrinnbares und letztes Anliegen ist auch das höchste, das sein Denken sich vorstellen kann – denn es überlebt die längsten Zeiträume des Skeptizismus und kehrt nach jeder Verbannung wieder zurück. Es offenbart sich in der Ahnung der *Gottheit*, im Impuls zur Vollkommenheit, im Suchen nach reiner *Wahrheit* und unvermischter *Seligkeit*, im Empfinden einer geheimen Unsterblichkeit. Die frühen Morgendämmerungen menschlicher Erkenntnis bezeugen dieses ständige sehnsuchtsvolle Streben. Heute sehen wir, dass sich eine Menschheit anschickt, zu ihren ursprünglichen Sehnsüchten zurückzukehren, gesättigt und doch nicht befriedigt von der sieghaften Analyse des Äußeren der *Natur*. Die älteste Formulierung der Weisheit verspricht auch ihre letzte zu sein: *Gott, Licht, Freiheit, Unsterblichkeit*.“

Dahinter liegt wirklich eine Persönlichkeit, und du musst dich mit dieser Persönlichkeit vertraut machen. Das ist es, wenn ich sagte: Werde es, durch eine Annäherung mit Liebe, eine Annäherung mit deiner Seele. Sogar an das Studium solltest du nicht mit dem bloßen Intellekt herangehen, mit dem bloßen mentalen Verstehen. Gleich welch feines Verstehen oder guten Intellekt du haben magst, sie bringen dich nicht sehr weit. Nur durch deine Seele kannst du wirklich weit kommen. Sogar intellektuellen Dingen kannst du dich mit deiner Seele nähern – weil die Seele die Essenz all deiner Fähigkeiten und deines ganzen Wesens ist. Die Seele ist nicht bloß Bewusstsein,

bloß ein Wesen. Sie versammelt in sich alle Elemente deiner Persönlichkeit. Die Samenkeime deines Mentals, deines Vitals, sogar der physischen Persönlichkeit, der wahren physischen Persönlichkeit, sind dort in deiner Seele, und du kannst eine wahre Beziehung mit Dingen und Personen durch diesen Teil deines Wesens – die Seele – herstellen. Und erinnere dich: Die Seele ist nicht weit von dir entfernt, denn du bist sie. Eher sind dein Mental, dein Vital und dein Körper von dir entfernt, denn sie sind nicht deine wahre Persönlichkeit. Es ist die Seele, die dir am nächsten ist.

In diesem Zusammenhang magst du dich daran erinnern, was die Mutter mehr als einmal gesagt hat: Wofür ist man hier? Wofür sind die Kinder hier? Und was gibt sie hier in der Schule, im Playground (Schulhof), in allen Aktivitäten? Es ist nicht die bloße Leistung in den äußeren Aktivitäten, die hier ermöglicht wird oder die hier ermöglicht werden soll. Denn solche Dinge kann man außerhalb erfolgreicher erlangen – äußere Leistung deines Intellekts, deines Mentals, deiner vitalen Fähigkeiten, deiner physischen Kraft –, der russischen oder deutschen Art. Unsere Rekorde entsprechen nicht den ihren, ist es nicht so? Aber wir streben nicht nach diesen Rekorden. Denn, wie die Mutter gesagt hat: „Ich gebe hier etwas, was du an keinem anderen Ort in der Welt bekommen wirst – nirgendwo außer hier.“ Äußerlich magst du eine schlechte Figur abgeben: schlechtere Noten – aber das ist kein Anhaltspunkt für die *Wahrheit*, die wir hier erlangen. Du erlangst sie, sogar ohne es selbst zu wissen. Wenn du im Schwimmbecken bist, bist du ganz nass geworden, nicht wahr? Du kannst nichts dagegen tun. So ist es auch hier. Sogar ohne dass du es weißt, bist du vom inneren Bewusstsein deiner Seele durchtränkt. Es ist etwas sehr Kostbares – ich würde sagen, das Kostbarste in der Welt. Und hierdurch, wenn du studierst, wenn du lernst – wenn du auf diese Weise herangehst –, wirst du einen anderen Geschmack bekommen, ein anderes Interesse an Dingen.

Wenn ich mit Sri Aurobindo zusammen gelesen habe, maß er der Grammatik oder der Sprache nicht so viel Bedeutung bei – nur den grundlegendsten Grammatikregeln, die notwendig waren. Er brachte mich in Kontakt mit dem Leben, der lebendigen Persönlichkeit des Dichters, wie er war, was er in seinem Bewusstsein repräsentierte. Das war das zentrale Thema, denn ein wahrhaft großer Dichter zeichnet sich durch den Zustand seines Bewusstseins aus, und um sein Bewusstsein zu verstehen, musst du dich mit seinem Wesen identifizieren.

Amrita sagte dies auch immer, weil er die Gita von Sri Aurobindo lernte. Er konnte den Geist Krishnas und den Geist Arjunas immer spüren – ihre Beziehungen und die Atmosphäre, die sie schufen. Es ist nicht nur die Lektion in der Schrift, die Lehre, die wichtig ist – das ist zweitrangig. Die Person ist das



Wichtigste. Und der Person in dem Buch oder außerhalb davon kannst du dich nur mit deiner Seele, durch Liebe, nähern. Nur die Seele kann lieben.

Ich glaube, ich erzählte dir einmal, dass jemand mich fragte: „Du sprichst von der Seele, aber wo ist sie?“

Ich sagte: „Sie ist sehr nahe bei dir, trotzdem glaubst du es nicht. Wenn du ruhig in dich hineinschaust, wirst du sehen, dass es viele gute Dinge in dir gibt, nicht nur schlechte – ein kleines Bisschen vielleicht, Schattierungen oder Schatten, aber du weißt, dieses ist ein guter Gedanke in mir, dieses ist ein edler Impuls, ein süßes Gefühl. Jeder hat all diese Dinge, du musst sie nur erkennen. All das ist der Ausdruck der Seele in dir. Die schönen, die leuchtenden, die edlen Dinge, die dir in deinem Bewusstsein von Zeit zu Zeit aufscheinen, sie kommen alle von deiner Seele.“ Sogar der größte Schurke hat solche Augenblicke. Du erinnerst dich an Lady Macbeth – bekannt als die grausamste Frau –, die über Duncan sagte: „Ich hätte ihn selbst getötet, aber er sah aus wie mein Vater.“ Nun, das ist das Gefühl, das sogar sie hatte. Deshalb lass uns nicht verzweifeln, nicht einmal der Schwächste von uns sollte verzweifeln. Zuallererst hat jeder eine Seele, und zweitens haben wir die leuchtend starke Unterstützung der Mutter. Es ist die Natur *Gottes*, dass *Er*, sogar wenn du nicht an *Ihn* denkst, *Er* an dich denkt. Das ist wahr, sehr wahr, weil du Teil des *Göttlichen* bist. Nur musst du dich bewusst auf diesen Teil, diesen Anteil, konzentrieren. Dann wird er allmählich wachsen.

\*

#### WORTE DER MUTTER

Wenn man sorgfältig studiert, was Sri Aurobindo zu allen Themen gesagt hat, kann man leicht ein vollständiges Wissen über die Dinge dieser Welt erlangen.

\*

#### WORTE DER MUTTER

Es nützt nichts, Bücher mit Ratschlägen zu lesen, wenn man nicht entschlossen ist, das zu leben, was sie lehren.

\*\*\*