

ALLES LEBEN IST YOGA



DER SONNENWEG DES YOGA

ANMERKUNGEN DER WEGBEREITER

SRI AUROBINDO | DIE MUTTER

DER SONNENWEG DES YOGA

ANMERKUNGEN DER WEGBEREITER

Auszüge aus den Werken von
Sri Aurobindo und der Mutter

AURO MEDIA
Verlag & Fachbuchhandel
Wilfried Schuh

ALLES LEBEN IST YOGA
Der Sonnenweg des Yoga – Anmerkungen der Wegbereiter
Auszüge aus den Werken von
Sri Aurobindo und der Mutter

1. Aufl. 2020

© 2020 AURO MEDIA
Verlag & Fachbuchhandel Wilfried Schuh
Sri Aurobindo Buchhandel – DigitalEdition – Antiquariat
www.auro.media

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

Blume auf dem Cover: *Lupinus*. Alle Farben.
Die von der Mutter gegebene spirituelle Bedeutung:
Etappen zum Höchsten
Wir werden durch alle notwendigen Etappen gehen,
aber wir werden ankommen.

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.

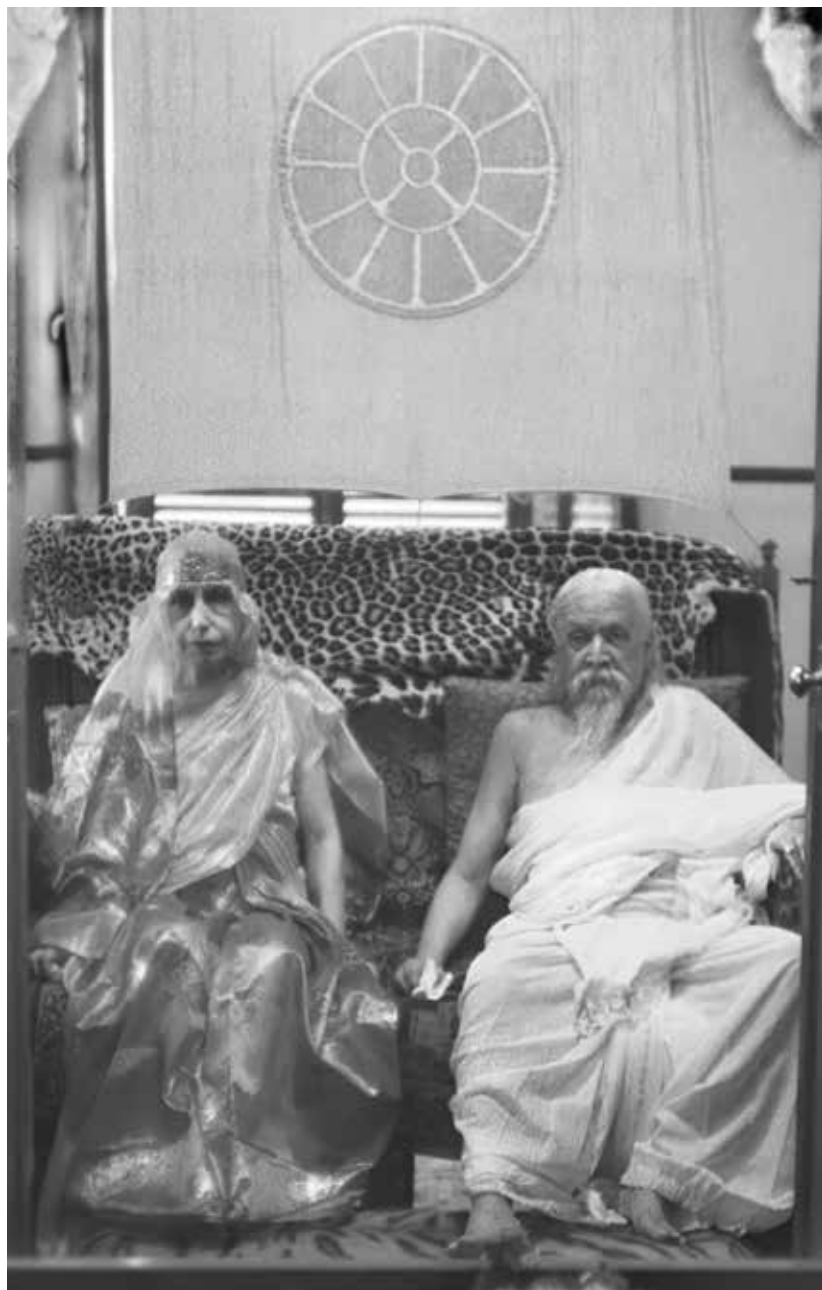
Die Textauszüge sind vom Verlag zum Teil mit Kapiteln und Überschriften versehen worden, um ihre Themen hervorzuheben. Sofern es möglich war, wurden sie in Anlehnung eines Satzes aus dem Text selbst gewählt.

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

Die Stunde Gottes	2
Das Gesetz des Weges	3
Dies ist deine Aufgabe, das Ziel deines Seins	4
Die Last der Menschheit	7
Die Vorbereitung des sonnenhellen Pfades	9
Bedingungen, um dem sonnenhellen Pfad zu folgen	11
Der Pfad des Integralen Yoga – ein spirituelles Abenteuer	17
Der Pfad	21
Der Sonnenweg zur Göttlichen Gnade	26



Das spirituelle Bewusstsein und das spirituelle Leben sind äußerst schwierig zu erreichen. Es bedarf eines tiefen und starken Rufes und der Hinwendung aller Energien zu dem einen Ziel, um überhaupt zu einem vollen spirituellen Erfolg, Siddhi, zu gelangen. Selbst diejenigen, die sich von allen Bindungen gelöst haben, finden es schwierig, nicht in einem doppelten Bewusstsein zu leben, das eine nach innen gerichtet und dem spirituellen Wandel zugewandt, das andere, das immer noch an die gewöhnlichen Regungen gekettet ist und sie aus ihrer spirituellen Erfahrung in den hartnäckigen und ungebändigten Gang der niederen Natur herunterzieht. Wenn man nicht vollständig und ungeteilt für diesen spirituellen Weg berufen ist, ist es besser, den Schritt nicht zu wagen, es sei denn, man ist auf sehr bittere innere Kämpfe, große Schwierigkeiten und Rückfälle und einen beschwerlichen und zweifelhaften Fortschritt vorbereitet. In diesem Fall ist es besser, sich durch Meditation und Konzentration vorzubereiten, während man noch in der Familie und dem üblichen menschlichen Leben verbleibt, bis die spirituelle Anziehungskraft stark genug ist, um alles andere zu überschatten und zu zerstören.

Du sprichst davon, ein höheres Leben führen zu wollen, um dich für den Dienst an anderen zu rüsten. Aber ein höheres Leben zu führen ist eine vage mentale Floskel, und das Ziel des Yoga besteht nicht im Dienst an anderen. Das Ziel des Yoga ist es, in ein völlig neues Bewusstsein einzutreten, in dem du nicht mehr im mentalen Bewusstsein und im Ego, sondern im göttlichen Bewusstsein lebst und in die wahre, innerste Wahrheit deines Wesens über dem Mental, Leben und Körper hineinwächst. Das Ziel der meisten Yogawege ist es, sich ganz aus dem Leben in diese höhere Existenz zurückzuziehen. In Sri Aurobindos Yoga geht es darum, Mental, Leben und Körper in einen Ausdruck dieser göttlichen Wahrheit zu transformieren und sowohl das äußere als auch das innere Leben dazu zu bringen, diese Wahrheit zu verkörpern – ein viel schwierigeres Unterfangen. Aus diesem höheren Bewusstsein heraus zu handeln, wird zur einzigen Lebensregel, die alle anderen Dharmas aufgibt. Nicht dem eigenen Ego oder anderen zu dienen, sondern der Göttlichen Shakti zu dienen und das Instrument ihrer Werke zu sein, ist das Gesetz dieses Lebens. – Sri Aurobindo

Ich hatte eine deutliche Vision dieser zwei Gegensätze in der Natur (und auch im Leben), die beinahe jeder in sich trägt: der eine ist die Möglichkeit der Verwirklichung, und der andere ist der Weg, den man wählt, um sie zu erreichen. Dabei gibt es immer (wahrscheinlich ist das unvermeidlich) den Weg des Kampfes und den sonnenhellen Pfad. Nach langem Forschen und Studieren hatte ich etwas wie einen „spirituellen Ehrgeiz“ (wenn man es so nennen kann), der Welt einen sonnenhellen Pfad aufzuzeigen, um die Notwendigkeit des Leidens und Kämpfens zu beseitigen: etwas, das danach strebt, diese gegenwärtige Phase der universalen Evolution durch eine weniger schmerzhaft Phase zu ersetzen. – Die Mutter

Die Stunde Gottes

WORTE SRI AUROBINDOS

Es gibt Zeiten, in denen der *Geist* unter den Menschen weilt und der Atem des *Herrn* auf den Wassern unseres Seins umgeht; es gibt andere, in denen er sich zurückzieht und es den Menschen überlassen bleibt, in der Kraft oder der Schwäche ihrer eigenen Selbstsucht zu handeln. Die ersten sind Zeiträume, in denen schon eine geringe Anstrengung zu großen Ergebnissen führt und das Schicksal ändert; die zweiten sind Zeitspannen, in denen es vieler Mühe bedarf, um ein kleines Ergebnis zu zeitigen. Es ist wahr, dass letztere die ersteren vorbereiten können, dass sie der wenige Rauch des Opferfeuers sein mögen, der zum Himmel steigt und den Regen der Fülle *Gottes* herabrufft. Unselig ist der Mensch oder die Nation, die, wenn die göttliche Stunde eintritt, schlafend angetroffen wird oder unvorbereitet, sie zu nutzen, weil die Lampe nicht gesäubert wurde zur Begrüßung und die Ohren taub sind für den Ruf. Aber dreimal wehe denen, die stark und bereit sind, doch die Kraft vergeuden oder die Stunde missbrauchen; diese trifft ein nicht wiedergutzumachender Verlust oder eine große Vernichtung.

In der Stunde *Gottes* läutere deine Seele von aller Selbsttäuschung und Scheinheiligkeit und eitler Selbstschmeichelei, damit du rückhaltlos in deinen Geist zu blicken und das zu vernehmen vermagst, wovon er aufgerufen wird. Jede Unaufrichtigkeit deiner Natur, die einmal deine Wehr gegen den Blick des *Meisters* und das Licht des Ideals war, wird nun zu einem Sprung in deiner Rüstung und fordert den Schlag heraus. Selbst wenn du für den Augenblick siegreich sein solltest, umso schlimmer ist es für dich, denn der Hieb wird später kommen und dich inmitten deines Triumphs zu Boden werfen. Doch bist du rein, weise alle Furcht von dir; denn die Stunde ist oft schrecklich, ein Feuer und ein Wirbelwind und ein Orkan, ein Treten der Kelter des göttlichen Zorns. Doch wer darin aufrecht stehen kann aufgrund der Wahrhaftigkeit seines Trachtens, der wird bestehen; selbst wenn er fiele, würde er sich wieder erheben; selbst wenn es so aussähe, als trügen ihn die Schwingen des Windes hinweg, würde er wiederkehren. Doch lass weltliche Klugheit dir nicht allzu nah ins Ohr flüstern, denn es ist die Stunde des Unerwarteten, des Unberechenbaren, des Unermesslichen. Messe nicht die Macht des *Atems* mit deinen unzulänglichen Instrumenten, sondern habe Vertrauen und gehe vorwärts.

Doch vor allem halte deine Seele, sei es auch nur für eine Weile, frei vom Lärm des Ego. Dann wird ein Feuer vor dir einhergehen in der Nacht, der Sturm wird dein Gehilfe sein, und deine Fahne wird auf der höchsten Höhe jener Herrlichkeit wehen, die es zu erobern galt.

Das Gesetz des Weges

WORTE SRI AUROBINDOS

Zuerst sei dir des Rufes sicher und der Antwort deiner Seele. Denn wenn es nicht der wahre Ruf ist, nicht die Berührung der Mächte *Gottes* oder die Stimme seiner Boten, sondern der Lockruf deines Ego, dann wird das Ende deiner Mühen ein erbärmliches spirituelles Fiasko oder gar ein tiefes Verhängnis sein.

Und wenn nicht die Leidenschaft der Seele, sondern nur die Zustimmung oder das Interesse deines Mentals auf den göttlichen Ruf antwortet, oder wenn es nur die Wünsche des niederen Lebens sind, die sich der einen oder anderen Annehmlichkeit unter den Früchten der Yogakraft oder der Yogafreude bemächtigen wollen, oder wenn bloß eine vorübergehende Gefühlsregung wie eine unstete Flamme aufflackert, angefacht von der Eindringlichkeit der *Stimme* oder ihrer Süße oder Erhabenheit, auch dann kann nur geringe Sicherheit für dich bestehen auf dem schweren Weg des Yoga.

Die äußeren Hilfsmittel des sterblichen Menschen haben nicht die Kraft, ihn durch die strengen Prüfungen dieser spirituellen Reise und titanischen inneren Schlacht zu tragen. Sie geben ihm nicht den Mut, seine schrecklichen oder hartnäckigen Feuerproben zu bestehen oder seinen subtilen und entsetzlichen Gefahren zu begegnen. Allein der erhabene und unbeugsame Wille seines Geistes und das nicht zu löschende Feuer der unbesiegbaren Inbrunst seiner Seele reichen für diese schwierige Umwandlung und dieses hohe, unmöglich scheinende Streben aus.

Bilde dir nicht ein, der Weg sei leicht. Der Weg ist lang, mühevoll, gefährlich und schwierig. Auf Schritt und Tritt lauert ein Hinterhalt, an jeder Wende eine Falle. Tausend sichtbare und unsichtbare Feinde werden sich gegen dich erheben, schrecklich in ihrer Hinterlist gegenüber deiner Unwissenheit, furchtbar in ihrer Macht gegenüber deiner Schwäche. Und wenn du sie unter Schmerzen vernichtet hast, werden sich tausend andere erheben, um ihren Platz einzunehmen. Die *Hölle* wird ihre Horden ausspeien, um sich dir zu widersetzen, dich zu umzingeln, zu verwunden und zu bedrohen. Der *Himmel* wird dir mit seinen erbarmungslosen Prüfungen und seinen kalt leuchtenden Verweigerungen begegnen. Du wirst dich allein gelassen finden in deiner Not, die Dämonen wütend auf deinem Pfad, die *Götter* ungeneigt über dir. Uralt und mächtig, grausam, unbesiegt und nah und unzählbar sind die dunklen und schrecklichen *Gewalten*, die von der Herrschaft der *Nacht* und der *Unwissenheit* profitieren und keine Änderung zulassen und feindselig sind. Ungerührt und bedächtig, fern und vereinzelt und kurz in ihrem Erscheinen sind die *Leuchtenden*, die willens sind oder denen es erlaubt ist, dir zu helfen. Jeder Schritt

voran ist eine Schlacht. Es gibt schroffe Abstiege, es gibt nicht enden wollende Aufstiege, und es gilt immer höhere Gipfel zu erobern. Jede erklommene Ebene ist nur eine Etappe auf dem Weg und offenbart endlose Höhen darüber. Jeder Sieg, den du für den endgültigen Triumph deines Kampfes hältst, erweist sich als das Vorspiel zu hundert hitzigen und gefährvollen Schlachten... Du aber sagst, *Gottes* Hand werde dich führen und nah sein die *Göttliche Mutter* mit ihrem hilfreichen und barmherzigen Lächeln? Und du weißt nicht, dass *Gottes* Gnade weit schwerer zu gewinnen und zu bewahren ist als der Nektar der *Unsterblichen* oder Kuveras unermessliche Schätze? Frage *Seine* Auserwählten, und sie werden dir sagen, wie oft der *Ewige* sein Antlitz vor ihnen verbarg, wie oft er sich ihnen entzog hinter seinem geheimnisvollen Schleier und wie sie sich allein in den Klauen der *Hölle* fanden, einsam im Schrecken der Finsternis nackt und schutzlos in der Bedrängnis der Schlacht. Und wenn seine Gegenwart hinter dem Schleier fühlbar ist, so ist sie doch wie die Wintersonne hinter Wolken und schützt nicht vor Regen und Schnee und dem verheerenden Sturm und dem rauen Wind und der bitteren Kälte und dem Grau einer düsteren Atmosphäre oder bleiernen Eintönigkeit. Zweifellos ist die Hilfe selbst dann vorhanden, wenn sie sich zurückgezogen zu haben scheint, aber trotzdem gibt es den Anschein völliger Nacht ohne eine Sonne, die aufgehen wird, und ohne einen Stern der Hoffnung, der die Schwärze durchdringt. Wunderschön ist das Gesicht der *Göttlichen Mutter*, doch auch sie kann hart und furchterregend sein. Ist denn die Unsterblichkeit ein Spielzeug, das man leichthin einem Kind schenkt, oder das göttliche Leben ein mühelos zu erringender Preis oder die Krone für einen Schwächling? Bemühe dich recht, und du wirst erlangen; vertraue, und dein Vertrauen wird am Ende gerechtfertigt sein. Doch das furchtbare Gesetz des *Weges* besteht, und keiner kann es aufheben.

* * *

Dies ist deine Aufgabe, das Ziel deines Seins

WORTE SRI AUROBINDOS

Ein göttlicher Übermensch und ein vollkommenes Gefäß der *Gottheit* zu werden – dies ist deine Aufgabe, das Ziel deines Seins und der Grund, aus dem du hier bist. Was immer du sonst zu tun hast, ist nur eine Vorbereitung, eine Freude am Rande des *Weges* oder ein Abfallen von deiner Bestimmung. Dies aber ist das Ziel und der Zweck; nicht in der Kraft für den *Weg* und der Freude

am Weg, sondern in der Freude des Ziels liegt die Größe und Wonne deines Seins. Der Weg selbst bereitet Freude, weil das, was dich anzieht, bereits mit dir ist auf deinem Pfad; und die Kraft zu steigen wird dir gegeben, damit du deine eigenen Gipfel erklimmen kannst.

Wenn du eine Pflicht hast, so ist dies deine Pflicht. Wenn du nach deinem Ziel fragst, so lass dies dein Ziel sein. Wenn es dich nach Freude verlangt, so gibt es keine größere Freude, denn jede andere Freude ist stückhaft und begrenzt, die Freude eines Traums, die Freude eines Schlummers oder die Freude des Selbstvergessens. Dies aber ist die Freude deines ganzen Wesens. Solltest du nämlich fragen, was ist denn mein Wesen, dann ist dies dein Wesen, das *Göttliche*, und alles andere ist nur seine zersplitterte und entstellte Erscheinungsform. Falls du die *Wahrheit* suchst, dies ist die *Wahrheit*. Halte sie dir vor Augen und bleibe ihr in allen Dingen treu.

Jemand, der nur durch einen Schleier schaute, aber den Schleier für das Antlitz hielt, hat sehr zutreffend gesagt, dass es dein Ziel sei, du selbst zu werden. Und er sagte ebenso richtig, dass es die Natur des Menschen sei, über sich hinauszuwachsen. Dies ist wahrlich seine Natur, und er selbst zu werden ist in der Tat das göttliche Ziel seiner Selbsttranszendenz.

Was aber ist nun dieses Selbst, das du zu transzendieren hast, und was das Selbst, das du werden musst? Denn hier darfst du keinen Irrtum begehen. Der Irrtum, dich selbst nicht zu kennen, ist nämlich der Ursprung all deines Kummers und der Grund all deines Strauchelns.

Was du zu transzendieren hast ist das Selbst, das du zu sein scheinst; es ist der Mensch, wie du ihn kennst, der scheinbare *Purusha*. Und was ist dieser Mensch? Er ist ein dem Leben und der Materie versklavtes mentales Wesen; und wo er nicht dem Leben und der Materie versklavt ist, ist er der Sklave seines Mentals. Dies aber ist ein ungeheuer schwerer Sklavendienst; denn der Sklave des Mentals zu sein heißt, der Sklave des Falschen, des Begrenzten und des Scheins zu sein. Das Selbst, das du werden musst, ist das Selbst, das du in deinem Innersten bist, hinter dem Schleier des Mentals, des Lebens und der Materie. Es ist das Spirituelle, das Göttliche, der Übermensch, der wahre *Purusha*. Denn was über dem mentalen Wesen steht, ist der Übermensch. Es hat zum Meister deines Mentals, deines Lebens und deines Körpers zu werden. Es hat König zu sein über die *Natur*, der du jetzt als Werkzeug dienst, hoch zu stehen über ihr, die dich jetzt mit ihren Füßen tritt. Es hat frei zu sein und kein Sklave, eins und nicht geteilt, unsterblich und nicht vom Tod überschattet, mit Licht und Seligkeit erfüllt und nicht verfinstert und ein Spielball von Kummer und Leid, in Kraft emporgehoben und nicht in Schwäche niedergeworfen. Es hat im *Unendlichen* zu leben und das Endliche zu besitzen. Es hat in *Gott* zu

leben und mit ihm wesenseins zu sein. Du selbst zu werden heißt, dies zu sein und alles, was es mit sich bringt.

Sei frei in dir selbst und somit frei in deinem Mental, deinem Leben und deinem Körper. Denn der *Geist* ist Freiheit.

Sei eins mit *Gott* und allen Wesen. Lebe in dir selbst und nicht in deinem kleinen Ego. Denn der *Geist* ist Einheit.

Sei du selbst und unsterblich, schenke dem Tod nicht deinen Glauben. Der Tod erwartet nicht dich, sondern nur deinen Körper. Denn der *Geist* ist Unsterblichkeit.

Unsterblich sein heißt, unendlich zu sein im Sein, im Bewusstsein und in der Seligkeit. Denn der *Geist* ist unendlich und alles Endliche existiert nur durch seine Unendlichkeit.

All dies bist du, und deswegen kannst du zu all dem werden. Wärest du es nicht, so könntest du auch nie dazu werden. Nur was in dir ist, kann in deinem Wesen offenbar werden. Zwar scheinst du anders zu sein, doch warum solltest du dich zum Sklaven des Scheins machen?

Erhebe dich lieber, gehe über dich hinaus, werde du selbst. Du bist Mensch, und die ganze Natur des Menschen ist es, mehr als er selbst zu werden. Er war das menschliche Tier, er ist mehr als der animalische Mensch geworden. Er ist der Denker, der Gestalter, der Sucher nach dem Schönen. Er wird mehr sein als der Denker, er wird zum Scher des Wissens werden. Er wird mehr sein als der Gestalter, er wird zum Schöpfer und Meister seiner Schöpfung werden. Er wird mehr sein als der Sucher des Schönen, denn er wird sich aller Schönheit und aller Wonnen erfreuen. Von körperlicher Beschaffenheit, sucht er seine unsterbliche Substanz; von vitaler Natur, sucht er das unsterbliche Leben und die unendliche Macht seines Wesens; mental und einseitig in seinem Wissen, sucht er das völlige Licht und die äußerste Schau.

Dies zu besitzen heißt, der Übermensch zu werden; denn es bedeutet, sich aus dem Bereich des Mentals in das Supramental zu erheben. Nenne es göttliches Mental oder *Wissen* oder Supramental; in jedem Fall ist es die Macht und das Licht des göttlichen Willens und des göttlichen Bewusstseins. Durch das Supramental sah und erschuf sich der *Geist* in den Welten. Durch dieses lebt er in ihnen und regiert sie Durch dieses ist er *Swarat Samrat*, d.h. Selbst-Herrscher und All-Herrscher.

Das Supramental ist der Übermensch; über das Mental hinauszugelangen ist deshalb die Voraussetzung.

Übermensch zu sein heißt, ein göttliches Leben zu leben, ein *Gott* zu sein; denn die Götter sind die Mächte *Gottes*. Sei eine Macht *Gottes* in der Menschheit.

Im göttlichen *Wesen* zu leben und sich von dem Bewusstsein, der Seligkeit, dem Willen und dem Wissen des *Geistes* besitzen zu lassen, ihn mit sich und durch sich spielen zu lassen, das ist der Sinn.

Dies ist deine Verklärung auf dem Berge. Sie besteht darin, *Gott* in dir zu entdecken und ihn dir in allen Dingen offenbar zu machen. Lebe in seinem Wesen, leuchte mit seinem Licht, handle mit seiner Macht, freue dich mit seiner Seligkeit. Sei jenes *Feuer* und jene *Sonne* und jenes *Meer*. Sei jene Freude und jene Größe und jene Schönheit.

Wenn du dies auch nur zum Teil vollbracht hast, hast du die ersten Stufen der Übermenschheit erklommen.

* * *

Die Last der Menschheit

WORTE SRI AUROBINDOS

Ich sagte, dass der Avatar jemand ist, der der Menschheit den *Weg* zu einem höheren Bewusstsein ebnet – wenn niemand diesem *Weg* zu folgen vermag, dann fassen wir die ganze Sache entweder falsch auf – und auch die von Christus, Buddha und Krishna –, oder das Leben des Avatars ist sinnlos. X scheint der Ansicht zu sein, es gäbe keinen Weg und keine Möglichkeit, dem Avatar zu folgen, und seine Kämpfe und Leiden seien unwirklich und unsinnig – jemand, der das *Göttliche* verkörpert, hätte es nicht nötig, hier zu kämpfen. Eine solche Auffassung lässt die ganze Idee des Avatars widersinnig erscheinen, denn es bestünde demnach für sein Dasein keine Notwendigkeit, und dieses hätte auch keinen Sinn; das *Göttliche*, das allmächtig ist, könnte die Menschen erheben ohne sich damit abzugeben, auf die Erde herabzukommen. Die Avatarschaft aber hat nur dann einen Sinn, wenn das *Göttliche* ein Teil der Weltordnung ist, wenn es die Bürde der Menschheit auf sich nimmt und ihr den *Weg* auf tut.

*

WORTE SRI AUROBINDOS

Mutter sprach zu mir von der richtigen Einstellung, die ohne Spannung und Anstrengung sein sollte, vielmehr voller Sonnenschein und so spontan wie eine Blume,