

ALLES LEBEN IST YOGA



DAS GEHEIMNIS  
DES KARMA-YOGA

SRI AUROBINDO | DIE MUTTER



# DAS GEHEIMNIS DES KARMA-YOGA

Auszüge aus den Werken von  
Sri Aurobindo und der Mutter

SRI AUROBINDO BHAVAN  
BERCHTESGADENER LAND

ALLES LEBEN IST YOGA  
**Das Geheimnis des Karma-Yoga**  
Auszüge aus den Werken von Sri Aurobindo und der Mutter

1. Aufl. 2023

© 2023 SRI AUROBINDO BHAVAN | AURO MEDIA  
Verlag & Fachbuchhandel Wilfried Schuh  
Sri Aurobindo Buchhandel – DigitalEdition – Antiquariat  
[www.sriaurobindo.center](http://www.sriaurobindo.center)  
[www.auro.media](http://www.auro.media)

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

Blume auf dem Cover: *Coreopsis tinctoria*.  
Gelb, kastanienrot, braun oder zweifarbig.

Die von der Mutter gegebene spirituelle Bedeutung:

**Fröhlichkeit in der Arbeit für das Göttliche**

Arbeite für das Göttliche und du wirst eine, dein Wesen erfüllende,  
unbeschreibliche Freude fühlen.

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

### I. EINLEITUNG

Oh, wozu sich aufregen	1
Das ganze Geheimnis des Karma-Yoga	1
Das ist Karma-Yoga	4

### II. KARMA-YOGA

Der Knoten der Begierde – Wie man ihn löst	5
Die Umwandlung der motivierenden Kraft unseres Handelns	7
Die vier Schritte im Karma-Yoga	8
Die Formulierung unseres Bestrebens	15
Dies, zusammengefasst, wird von uns gefordert	16

### III. LEITFADEN

Der Empfänger des Opfers und das Opfer	18
Wie das Göttliche dem Sucher auf dem Weg begegnet	20
Anleitung für Aspiranten	23
Wie man sich bei der Arbeit an das Göttliche erinnert	27
Früchte der geleisteten Arbeit für das Göttliche	28
Mantrische Worte Sri Aurobindos	30

### IV. WILLE

Was ist Wille?	32
Wie man den Göttlichen Willen erkennt	36

### V. EINE GRUNDSÄTZLICHE FRAGE

Wozu machen wir eigentlich eine Sadhana?	40
--	----



*Bemühe dich ausschließlich darum, das Gebot des Höchsten Herrn zu hören, und wenn du vollkommen aufrichtig bist, wird Er einen Weg finden, dich dieses Gebot mit Gewissheit hören und erkennen zu lassen.*

*– Die Mutter*

## I. EINLEITUNG

### Oh, wozu sich aufregen

#### WORTE DER MUTTER

Oh, wozu sich aufregen und wollen, dass die Dinge für einen selbst so und nicht anders seien! Warum festlegen, dass eine gewisse Anordnung von Umständen Ausdruck der besten Möglichkeiten sein würde, und dann verbissen kämpfen, dass diese sich verwirklichen! Warum nicht seine ganze Energie einzig darauf verwenden, in der Ruhe des inneren Vertrauens zu wollen, dass *Dein* Gesetz überall und immer über jede Schwierigkeit triumphiere, über jede Dunkelheit und jeden Eigennutz! Wie weitet sich der Horizont, sobald man diese Haltung einzunehmen versteht; wie hört alle Sorge auf, um einer unveränderlichen Erleuchtung Platz zu machen, der Allmacht der Gelassenheit! Zu wollen was *Du* willst, *Herr*, bedeutet in ständiger Gemeinschaft mit *Dir* zu leben, sich von allem Zufälligen befreien, aller Enge entrinnen, seine Lungen mit reiner, gesunder Luft füllen, alle unnütze Ermüdung loswerden, sich aller lästigen Schwere entledigen, um leichten Schrittes dem einzigen Ziel entgegenzueilen, das zu erreichen sich lohnt: dem Triumph *Deines* göttlichen Gesetzes!

\* \* \*

### Das ganze Geheimnis des Karma-Yoga

#### WORTE SRI AUROBINDOS

Ein Integraler Yoga enthält in seinem totalen, endgültigen Ziel als lebenswichtiges, unentbehrliches Element die Umwandlung des ganzen Wesens in ein höheres spirituelles Bewusstsein und in ein umfassenderes göttliches Dasein. Unser Wollen und Wirken, unser Wissen und unser denkendes, emotionales und vitales Wesen, unser ganzes Selbst und unsere Natur sollen das *Göttliche* suchen, in den *Unendlichen* eingehen und sich mit dem *Ewigen* vereinen. Jedoch ist die gegenwärtige Natur des Menschen begrenzt, in sich zerteilt und unausgeglichen. Für ihn ist es am leichtesten, wenn er sich auf die stärkste Seite seines Wesens konzentriert und bei seinem Vorwärtsgehen klar jene Tendenz einhält, die seiner Natur entspricht. Nur seltene Persönlichkeiten

haben die Kraft, sich mit einem großen Sprung unmittelbar in das Meer der *Göttlichen Unendlichkeit* zu stürzen. Darum müssen manche als ihren Ausgangspunkt eine Konzentration im Denken, eine Kontemplation oder die Sammlung des Mentals auf einen einzigen Punkt wählen, um die ewige Wirklichkeit des *Selbtes* in sich zu finden. Andere können sich leichter in ihr Herz zurückziehen, um dort dem *Göttlichen*, dem *Ewigen* zu begegnen. Wieder andere sind vorwiegend dynamisch und aktiv. Für diese ist es am besten, sie nehmen ihren Willen zum Mittelpunkt und weiten ihr Wesen durch ihr Wirken aus. Sie können durch ihr Wirken eine gewisse erste Verwirklichung des spirituellen Seins-Zustandes erlangen, wenn sie durch die Unterwerfung ihres Willens eins werden mit dem *Selbst* und Ursprung von allem und ganz in seine Unendlichkeit eingehen, wenn sie sich bei ihrem Wirken durch das verborgene *Höchste Wesen* in ihrem Innern lenken lassen, wenn sie sich völlig dem *Herrn* der kosmischen Aktion als dem Meister und Beweger all ihrer Energien des Denkens, Fühlens und Handelns überantworten und wenn sie durch diese Ausweitung ihres Wesens egofrei und universal werden. Einerlei, wo wir unseren Weg anfangen, er muss in einen viel umfassenderen Bereich einmünden. Er muss am Ende durch die Totalität eines integrierten Wissens, Empfindens und Wollens hindurch zu einem dynamischen Handeln weiterführen, zur Vollkommenheit des Wesens und der gesamten Natur.

\*

#### WORTE SRI AUROBINDOS

Die fortschreitende Überantwortung unseres unwissenden persönlichen Willens und seine Verschmelzung mit einem größeren göttlichen oder auf den höchsten Gipfeln größten erhabenen *Willen* ist das ganze Geheimnis des Karma-Yoga. Die Bedingungen herbeizuführen, unter denen diese gewaltige und glückselige Identität allein möglich wird, und die Wege auszuarbeiten, denen wir bis zu ihrem Ende folgen müssen, wollen wir unser Ziel erreichen, ist der ganze tiefere Zweck dieser Disziplin. Die erste Bedingung ist die Beseitigung des persönlichen vitalen Begehrens, denn wenn das Begehren dazwischenkommt, wird jede Harmonie mit dem höchsten *Göttlichen Willen* unmöglich. Selbst wenn wir ihn annehmen, werden wir sein Wirken entstellen und seinen dynamischen Impuls verzerren. Um jegliches Verlangen aufzugeben, muss unser Wille von jeglichem Beharren auf Ergebnis, Belohnung und Erfolg befreit und jegliche vitale Anhaftung an das Werk selbst aus unserer Natur entfernt werden; denn Anhaftung macht das Werk zu unserem eigenen und nicht mehr zu dem der *Gottheit*. Die Beseitigung des Egoismus ist die



zweite Bedingung, und zwar nicht nur des rajasischen und tamasischen Egoismus, die sich um das Verlangen ranken, sondern auch des sattwischen Egoismus, der sich in der Idee des Ichs als Arbeiter versteckt.

\*

#### WORTE SRI AUROBINDOS

Zuerst eine Weihung, dann eine Überantwortung und Unterwerfung unseres menschlichen persönlichen Willens, dann seine Verschmelzung mit einem größeren göttlichen oder höchsten *Willen* ist das zentrale Geheimnis und der Kern der Absicht des Karma-Yoga. Aber dies kann nicht vollständig durch unser mentales Bewusstsein in seinen kleinen menschlichen Grenzen geschehen. Unser Yoga muss uns helfen, dieses zu verlassen und in ein größeres Bewusstsein einzutreten, das von einem wahrhaftigeren Strahlen des Wissens erleuchtet wird, das mit einer mächtigeren, unbestechlichen Kraft ausgestattet ist und das offen ist für jene größere Wonne, in der unsere kleinlichen menschlichen Schmerzen und Freuden für immer untergehen. Doch selbst das, was innerhalb der Grenzen unseres menschlichen Bewusstseins getan werden kann, bringt eine große Befreiung.

\*

#### WORTE SRI AUROBINDOS

Der *Pfad der Werke*, will, dass jede menschliche Betätigung dem höchsten *Willen* geweiht wird. Er beginnt mit einer Absage an jede egoistische Zielsetzung für unser Wirken. Kein Werk soll aus einem egoistischen Interesse oder um eines weltlichen Resultats willen unternommen werden. Durch diese Entsagung reinigt der Karma-Yoga das Mental und den Willen so sehr, dass wir leicht der großen universalen *Energie*, die der wahre Täter all unseres Handelns ist, bewusst werden können und den *Herrn* dieser *Energie* als seinen Regenten und Lenker anerkennen. Das Individuum ist nur der Schauspieler, der die Rolle spielt, ein Instrument dieses Herrn oder (positiver ausgedrückt) bewusster Mittelpunkt seines Wirkens und seiner Beziehung zur Erscheinungswelt. Die Entscheidung und Lenkung des Handelns wird immer mehr und bewusst diesem höchsten *Willen* und dieser universalen *Energie* überlassen. *Ihm* werden unsere Werke ebenso wie die Ergebnisse unseres Wirkens letztlich überantwortet.

\*

## WORTE SRI AUROBINDOS

Die Einswerdung seiner Seele mit der *Göttlichen Präsenz* und *Macht* durch eine vollkommene Hingabe des Willens in all seinen Aktivitäten zu bewirken, ist das hohe Bestreben des Suchenden auf dem *Pfad der Werke*.

\* \* \*

## Das ist Karma-Yoga

### WORTE SRI AUROBINDOS

Werke zu tun in enger Verbundenheit und tiefer Gemeinschaft mit dem *Göttlichen* in uns, dem *Universellen* um uns herum und dem *Transzendenten* über uns, nicht mehr eingesperrt zu sein im gefangenen und trennenden menschlichen Verstand, dem Sklaven seiner unwissenden Weisungen und engstirnigen Vorschläge, das ist Karma-Yoga.

Im Gehorsam gegenüber einem göttlichen Gebot, einem ewigen *Willen*, einem transzendenten und universellen Antrieb zu arbeiten, nicht unter dem Peitschenschlag von Ego und Bedürfnis und Leidenschaft und Begehren zu rennen und sich nicht von den Stacheln mentaler und vitaler und physischer Vorlieben antreiben zu lassen, sondern nur von *Gott*, nur von der höchsten *Wahrheit* bewegt zu werden, das ist Karma-Yoga.

Nicht länger in menschlicher Unwissenheit zu leben und zu handeln, sondern in göttlichem *Wissen*, im Bewusstsein der individuellen Natur und der universellen Kräfte und reaktionsfähig gegenüber einer transzendenten Führung, das ist Karma-Yoga.

In einem göttlichen, grenzenlosen und leuchtenden universellen Bewusstsein zu leben, zu sein und zu handeln, das offen ist für das, was mehr als universell ist, und nicht mehr in der alten Enge und Dunkelheit zu tappen und zu stolpern, das ist Karma-Yoga.

\*

WORTE SRI AUROBINDOS

Der Pfad der Werke ist in gewissem Sinne die schwierigste Seite von *Gottes* dreifältiger Straße; ist er aber nicht auch, wenigstens in dieser stofflichen Welt, der leichteste, weiteste und entzückendste? Denn in jedem Augenblick stoßen wir mit *Gott*, dem Arbeiter, zusammen und wachsen in *Sein* Wesen durch tausend göttliche Berührungen.

\* \* \*

## II. KARMA-YOGA

### Der Knoten der Begierde – Wie man ihn löst

WORTE SRI AUROBINDOS

Da nun auf dem Wege des Wirkens das Handeln der Knoten ist, den wir zuerst aufzulösen haben, müssen wir uns bemühen, ihn dort aufzubinden, wo er zentral geknüpft ist: im Begehren und im Ego. Denn sonst schneiden wir nur ein paar unwichtige äußere Fäden durch, aber nicht den Hauptstrang unserer Gebundenheit. Das sind die beiden Knoten, durch die wir dieser unwissenden und zerteilten *Natur* unterworfen sind: das Begehren und der Egosinn...

Auf dem Gebiet des Handelns nimmt das Begehren viele Formen an. Am mächtigsten ist die Begierde des vitalen Egos oder das eigensüchtige Streben nach dem Ertrag unserer Werke. Wir mögen dabei als Frucht etwa den Lohn einer inneren Freude an unserem Handeln begehren. Vielleicht ist es der Erfolg einer Lieblingsidee, eines besonders gehegten Wunsches, die Befriedigung egoistischer Gefühle oder der Stolz, dass unsere höchsten Hoffnungen und ehrgeizigen Pläne zum Erfolg kamen. Es kann auch ein äußerer Lohn sein, eine völlig materielle Vergütung: Reichtum, Stellung, Ehre, Sieg, Glück oder irgendeine andere Erfüllung unseres vitalen oder körperlichen Begehrens. Sie alle sind in gleicher Weise die Verführungen, durch die unser Egoismus uns in Fesseln hält. Diese Befriedigungen verführen uns immer wieder dazu, uns als die Herren zu empfinden. Oder sie wirken durch die Idee der Freiheit, während wir doch in Wirklichkeit von irgendeiner groben oder feinen, edlen oder unedlen Form des blinden *Begehrens*, das die Welt treibt, an der Kandare gehalten, gelenkt, geritten und vorwärtsgepeitscht werden. Darum ist es die Grundregel für

das Wirken, die in der Gita niedergelegt ist: wir sollen das Werk, das getan werden muss, tun ohne Verlangen nach seiner Frucht, *niskama karma*.

Das sieht wie eine ganz einfache Regel aus. Wie schwer ist es jedoch, sie absolut aufrichtig und befreiend vollständig durchzuführen! Bei dem größeren Teil unseres Wirkens verwenden wir diesen Grundsatz recht wenig, wenn überhaupt. Aber auch dann ist das zumeist nur eine Art Gegengewicht gegen das normale Prinzip des Begehrens, um die äußerste Auswirkung jenes tyrannischen Impulses ein wenig zu mildern. Im besten Falle sind wir zufrieden, wenn wir zu einem gemäßigten disziplinierten Egoismus gelangen, der unseren moralischen Sinn nicht zu sehr schockiert und für die anderen Menschen nicht zu brutal anstößig ist. Unserer teilweisen Selbstdisziplin geben wir verschiedene Namen und Formen. Wir gewöhnen uns durch diese Praxis an das Pflichtbewusstsein, an Prinzipientreue, an eine stoische Tapferkeit, eine religiöse Resignation und an eine stille oder ekstatische Unterwerfung unter Gottes Willen. Das ist es aber nicht, was die Gita beabsichtigt, wenn diese Dinge auch an ihrem Orte nützlich sein mögen. Sie erstrebt etwas Absolutes, nicht etwas Herabgemindertes; sie will etwas Kompromissloses, eine Einstellung und Haltung, welche die Grundstimmung der Seele verändert. Ihre Vorschrift ist nicht, dass das Mental den vitalen Impuls beherrschen soll, sondern sie strebt nach der unbeweglichen Stärke eines unsterblichen Geistes.

Als Test dafür empfiehlt sie eine absolute harmonische Ausgeglichenheit des Mentals und des Herzens allen Ergebnissen, allen Reaktionen und Geschehnissen gegenüber. Wenn uns Glück und Unglück, Achtung und Beleidigung, Ansehen und Schmach, Sieg und Niederlage, erfreuliche und leidvolle Ereignisse nicht nur unerschüttert, sondern sogar unberührt und in unseren Gefühlen, Nervenreaktionen und im neutralen Schauen so frei lassen, dass wir an keiner Stelle unserer Natur mehr mit der geringsten Verwirrung oder Vibration reagieren, nur dann besitzen wir die absolute Befreiung, zu der uns die Gita anleitet. Die kleinste Reaktion ist ein Beweis dafür, dass unsere Disziplin noch unvollkommen ist, dass irgendeine Seite in uns noch die Unwissenheit und Gebundenheit als ihr Gesetz akzeptiert und sich noch an die alte Natur klammert. Die Eroberung unseres Egos ist dann nur teilweise vollendet. Sie ist noch unvollkommen oder auf irgendeinem Gebiet, in einem Teil oder Punkt unserer Natur noch nicht wirklich geworden. Dieser kleine Schleuderstein der Unvollkommenheit könnte den ganzen Erfolg des Yoga zu Fall bringen.

\* \* \*

## Die Umwandlung der motivierenden Kraft unseres Handelns

WORTE SRI AUROBINDOS

Gewöhnlich wird das menschliche Wesen doch nur deshalb aktiv, weil es ein Begehren hat oder ein mentales, vitales oder physisches Bedürfnis oder einen Mangel verspürt. Der Mensch wird durch die Notdurft seines Körpers, durch das Verlangen nach Reichtum, nach Ehre oder Ruhm angetrieben. Oder ihn beherrscht eine Sehnsucht nach der persönlichen Befriedigung seines Mentals oder Herzens, oder ein Drang nach Macht oder Vergnügen. Er mag auch von einem moralischen Bedürfnis oder zumindest von der Notwendigkeit oder dem Verlangen ergriffen und gedrängt werden, seine Ideen, seine Ideale, seinen Willen, seine Partei, sein Land oder seine Götter in der Welt dominierend zu machen. Wenn nun kein solches Verlangen und auch kein anderes die Triebfeder unseres Handelns sein darf, dann könnte es scheinen, als ob jeder Anreiz oder jede Motivkraft fehlt und das Handeln selbst aufhören müsse. Die Gita antwortet mit dem dritten großen Geheimnis des Lebens aus *Göttlichem Wesen*: alles Handeln muss mehr und mehr in einem auf *Gott* ausgerichteten und schließlich ganz von *Gott* beherrschten Bewusstsein geleistet werden. Unsere Werke sollen ein Opfer an *Gott* sein. Zuletzt soll eine Unterwerfung unseres ganzen Wesens, unseres Mentals und Willens, des Herzens und der Empfindungen, des Lebens und Körpers unter den *Einen* die Liebe zu *Gott* und den Dienst an der *Gottheit* zu unserem einzigen Motiv machen. Diese Transformation der Motivkraft und des eigentlichen Charakters des Wirkens ist die Hauptidee der Gita. Sie ist die Grundlage ihrer einzigartigen Synthese von Wirken, Lieben und Wissen. Am Ende verbleibt nicht unser Verlangen, sondern der bewusst gefühlte Wille des *Ewigen* als die einzig treibende Macht unseres Handelns und als der einzige Urheber seiner Initiative.

Gelassenheit, Verzicht auf alles Verlangen nach der Frucht unseres Wirkens, Handeln, das als ein Opfer dem höchsten *Herrn* unserer Natur dargebracht wird – das sind die drei wichtigsten Zugänge zu *Gott* auf dem Weg des Karma-Yoga der Gita.<sup>1</sup>

\* \* \*

---

<sup>1</sup> Im Integralen Yoga fügen wir hinzu: „eine transformierende Befreiung der Natur von ihren unwissenden Handlungsweisen“.

## Die vier Schritte im Karma-Yoga

WORTE SRI AUROBINDOS

*Wodurch die Hingabe an den Göttlichen Willen erreicht werden kann*

Das sind die Schritte, durch die eine völlige Überantwortung (surrender) des gesamten Wesens und der Natur unter den *Göttlichen Willen* vorbereitet und zuwege gebracht werden kann: Selbst-Hingabe, die wahr, total und ohne Vorbehalt ist: völlige Selbst-Darbringung (consecration) und vollkommene Ausgeglichenheit, Gleichmut, Gelassenheit (equality), schonungslose Ausmerzungen des Egos und umwandelnde Befreiung der Natur von ihren aus der Unwissenheit stammenden Wirkensweisen.

\*

### *1. Eine völlige Selbst-Darbringung*

Von Anfang an ist der Geist einer völligen Selbst-Darbringung in unserem Wirken notwendig. Das soll zunächst zum beständigen Willen und dann zum tief eingewurzelten Bedürfnis in unserem ganzen Wesen werden. Zuletzt wird das zu einer automatischen, jedoch lebendigen und bewussten Gewohnheit. Wir werden vom Selbst dazu gedrängt, jegliches Wirken dem *Höchsten* und der verhüllten *Macht*, die in uns, in allen Wesen und in allen Wirkensweisen des Universums gegenwärtig ist, als ein Opfer darzubringen. Das Leben ist der Altar dieses Opfers, und unsere Werke sind unsere Opfergaben. Die *Gottheit*, der sie dargebracht werden, ist eine transzendente und universale *Macht* und *Gegenwart*, die zunächst von uns viel mehr nur gefühlt und geahnt als gewusst und geschaut wird. Das Opfer, die Selbst-Darbringung, hat zwei Seiten: einmal das Werk selbst, zum anderen den Geist, in dem es getan wird, den Geist der Ehrfurcht vor dem *Meister* aller Werke in allem, was wir sehen, denken und erfahren.

Das Wirken selbst wird am Anfang durch die klarste Erkenntnis bestimmt, die wir in unserer Unwissenheit aufbringen können. In diesem Licht begreifen wir das Werk als das, was ausgeführt werden soll. Grundsätzlich ist es einerlei, ob die gestaltende Kraft dabei unser Pflichtbewusstsein oder unser Mitgefühl für unsere Mitmenschen ist. Sie kann auch unsere Vorstellung von dem sein, was dem Wohl der anderen oder dem Wohl der Welt dient, oder die Lenkung durch einen Menschen, den wir als unseren *Meister* anerkennen, weil er weiser