

ALLES LEBEN IST YOGA



EIN ERSTER LEITFADEN
FÜR DIE SADHANA

SRI AUROBINDO | DIE MUTTER

EIN ERSTER LEITFADEN FÜR DIE SADHANA

Auszüge aus den Werken von
Sri Aurobindo und der Mutter

SRI AUROBINDO BHAVAN
BERCHTESGADENER LAND

ALLES LEBEN IST YOGA
Ein erster Leitfaden für die Sadhana
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
www.auro.media

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

Blume auf dem Cover: *Delonix regia*. Blossorange bis tiefrot, weiß bis cremefarben oder gelb.

Die von der Mutter gegebene spirituelle Bedeutung:

Verwirklichung

Das Ziel unserer Bemühungen.

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

Was ist der Sinn und Zweck unseres Lebens?	1
Was ist Dasein?	3
Die fundamentale Realität	5
Aus welchem Grund sollte man die Sadhana praktizieren?	6
Wer ist der Sadhaka und die Sadhana im Yoga?	9
Was ist Offensein und wie öffnet man sich?	10
Der von uns geforderte Glaube	13
Das Nach-innen-gehen und die Entdeckung der Göttlichen Gegenwart im Innern	16
Der gesamte Prozess des Yoga beginnt mit Hingabe	18
Das große Geheimnis der vollkommensten Art der Sadhana	20
Grundvoraussetzung – Selbst-Darbringung	22
Wandle dein ganzes Leben in eine Selbst-Hingabe an den Ewigen	24
Hinweise zu drei Aspekten der Sadhana	26
Arbeit und die richtige Haltung dazu	30
Sich ständig des Göttlichen bewusst sein	30
Sich immer erinnern	34



„Sag mir, Mutter, was bin ich?“

„Äußerlich bist du ein unbewusstes Kind, das sich bemüht, bewusst zu werden. Innerlich bist du eine ewige Seele, die versucht, sich in einem Körper zu offenbaren.“ – Die Mutter

Was ist der Sinn und Zweck unseres Lebens?

WORTE DER MUTTER

Der Zweck des individuellen Daseins ist die Freude, das *Göttliche* zu entdecken und sich mit *Ihm* zu vereinen. Wenn man dies verstanden hat, ist man bereit, die Kraft zu erlangen, alle Schwierigkeiten zu überwinden.

*

WORTE DER MUTTER

Das Wissen um den Sinn und Zweck unseres Lebens: die Entdeckung des *Göttlichen* und die bewusste Vereinigung mit *Ihm*.

Sich ausschließlich auf diese Verwirklichung zu konzentrieren.

Zu wissen, wie man alle Umstände in ein Mittel zu verwandeln vermag, dieses Ziel zu erreichen.

*

WORTE DER MUTTER

Eigentlich gibt es nur einen einzigen wirklichen Grund zum Leben: sich selbst zu erkennen. Wir sind hier, um zu lernen – um zu lernen, was wir sind, warum wir hier sind und was wir hier zu tun haben. Und wenn wir das nicht wissen, ist unser Leben völlig leer – für uns und für die anderen.

*

WORTE DER MUTTER

Einzig *Du* – Das ist alles.

Und es ist ganz offenkundig, dass die Schöpfung dies zum Ziel hat, diese wunderbare Freude... sich als *Du* zu empfinden.

*

WORTE DER MUTTER

Das Leben hat einen Zweck.

Dieser Zweck besteht darin, das *Göttliche* zu finden und *Ihm* zu dienen.

Das *Göttliche* ist nicht fern, *Es* ist in uns, tief in uns und über unseren Gefühlen und Gedanken. Mit dem *Göttlichen* gibt es Frieden, Gewissheit und sogar die Lösung aller Schwierigkeiten.

Übergebe deine Probleme dem *Göttlichen* und das *Göttliche* wird dich aus allen Schwierigkeiten herausführen.

*

WORTE SRI AUROBINDOS

Das *Göttliche* ist das, wovon alles kommt, in dem alles lebt, und das Ziel der Seele im Leben ist die Rückkehr zur Wahrheit des *Göttlichen*, die jetzt von der *Unwissenheit* umwölkt ist. In seiner höchsten *Wahrheit* ist das *Göttliche* Friede, Bewusstsein, Dasein, Macht und *Ananda* – absolut und unendlich.

*

WORTE SRI AUROBINDOS

Wir erkennen das *Göttliche* und werden zum *Göttlichen*, weil wir *Dieses* bereits in unserer geheimen Natur sind. Alles Belehren ist ein Enthüllen, alles Werden ist ein Entfalten. Das Geheimnis liegt darin, wie man zum Selbst gelangt. Die Mittel und der Vorgang dabei sind das Wissen vom Selbst und ein ständig wachsendes Bewusstwerden.

*

WORTE SRI AUROBINDOS

Unser antwortend Leben wird Erfüllung finden
Oben, in grenzenlosen verschwiegenen Seligkeiten,
Unten, im Wunder der göttlichen Umarmung.

* * *

Was ist Dasein?

WORTE SRI AUROBINDOS

Das Dasein ist kein Zufall, keine zufällige Schöpfung von irgendjemandem. Es trägt das *Wort Gottes* in sich, es ist erfüllt von einer verborgenen *Göttlichen Präsenz*.

Das Dasein ist keine blinde Maschine, die irgendwie entstanden ist und eine unbedeutende Bewegung ohne Ziel oder Sinn in Gang gesetzt hat. Dasein ist eine *Wahrheit* der Dinge, die sich durch einen allmählichen Prozess der Manifestation entfaltet, eine Evolution ihrer eigenen, involvierten *Realität*.

Das Dasein ist keine Illusion, keine *Maya*, die keinen Grund, kein Recht zu existieren hatte, die nicht existieren konnte, nicht existiert, sondern nur zu existieren scheint. Eine mächtige *Realität* manifestiert in sich dieses wunderbare Universum.

*

WORTE SRI AUROBINDOS

Die Manifestation ist keine Episode des *Ewigen*. Sie ist sein Antlitz und sein Leib der Herrlichkeit, die unvergänglich sind, sie ist die Bewegung seiner Freude und seiner Macht...

*

WORTE SRI AUROBINDOS

Alles, was ist, ist die Manifestation eines *Göttlichen Unendlichen*. Das Universum hat keinen anderen Daseinsgrund.

*

WORTE SRI AUROBINDOS

Das *Göttliche*, das wir verehren, ist nicht nur eine ferne außerkosmische *Wirklichkeit*, sondern eine halbverhüllte *Manifestation*, die uns hier im Universum

gegenwärtig und nahe ist. Das Leben ist das Feld für eine noch nicht vollendete göttliche Offenbarung: wir sollen hier im Leben, auf der Erde, im Körper, *ihaiva*, wie die Upanishaden betonen, die *Gotttheit* enthüllen. Hier müssen wir unserem Bewusstsein ihre transzendente Größe, ihr Licht und ihre wunderbare Lieblichkeit zu etwas Wirklichem machen. Hier sollen wir das *Göttliche* besitzen und, soweit das möglich ist, zum Ausdruck bringen.

*

WORTE SRI AUROBINDOS

Evolution ist die fortschreitende Entfaltung des Geistes aus der Dichte materiellen Bewusstseins und die allmähliche Selbstenthüllung *Gottes* in diesem scheinbaren Tierwesen.

*

WORTE SRI AUROBINDOS

Die ganze Evolution ist im Wesentlichen eine Erhöhung der Bewusstseinskraft im offenbaren Sein, so dass es sich in die größere Intensität des noch Ungeoffenbaren erheben kann, von der Materie zum Leben, vom Leben zum Mental, vom Mental zum göttlichen Geist.

*

WORTE SRI AUROBINDOS

Die ganze Evolution ist die fortschreitende Selbstoffenbarung des *Einen* sich selbst gegenüber in den Begriffen der *Vielen* aus dem *Nichtbewussten* durch die *Unwissenheit* hin zur selbstbewussten Vollkommenheit.

*

WORTE SRI AUROBINDOS

Das Wesen der Evolution besteht nicht in der Entwicklung eines immer besser organisierten Körpers oder eines immer leistungsfähigeren Lebens – diese stellen nur die Maschinerie und die äußeren Umstände. Die Evolution ist das

Ringens eines in der *Materie* schlafwandelnden *Bewusstseins* nach äußerstem Erwachen, nach höchster Freiheit, letzter und weitester Selbstfindung und nach völligem Besitz seiner selbst und aller seiner Möglichkeiten. Die Evolution ist die Emanzipation einer in *Form* und *Kraft* verborgenen *Seele*, die sich offenbart; sie ist das langsame Werden einer *Gottheit*, das Wachsen eines göttlichen *Geistes*.

Der mentale Mensch ist weder das Ziel noch der Zweck, weder die Erfüllung noch der letzte und höchste Sinn dieser Evolution; er ist zu unbedeutend und zu unvollkommen, um das Endergebnis aller dieser Geburtswehen der *Natur* zu sein. Der Mensch ist nicht endgültig; er ist ein Übergangswesen, ein instrumentales Provisorium.

* * *

Die fundamentale Realität

WORTE SRI AUROBINDOS

Alle Existenz, unabhängig von ihrer Erscheinung oder ihrem Entstehungsprozess, ist und bezieht ihre Substanz, ihren Ursprung, ihre Energie, ihre Wahrheit aus einem göttlichen *Geist*, der der Anfang, die Mitte und das Ende von allem ist, der selbst ewig, unendlich, selbst-existent ist, jenseits von Ende und Anfang, jenseits von *Raum* und *Zeit*, jenseits von *Form* und *Qualität* und *Umstand* und sowohl in *Raum* und *Zeit*, in *Form* und *Qualität* und *Umstand*. Dies ist die fundamentale *Realität*, die sich unserer Erkenntnis entzieht, die eine *Wahrheit*, von der alle anderen Wahrheiten abhängen, jene, die sie bestätigen, wie jene, die ihr zu widersprechen scheinen. Sich dieser *Realität* und ihrer richtigen Beziehungen zu den anderen Wahrheiten oder Erscheinungen des Daseins bewusst zu sein, in ihr zu leben und durch ihre *Wahrheit* unser ganzes Sein, Bewusstsein, Wesen, Wollen und Handeln zu bestimmen, wäre dann das Gesetz eines vollkommenen Lebens. Wenn das menschliche Leben unvollkommen ist, dann deshalb, weil sein Bewusstsein in grundsätzlicher Unkenntnis der wirklichen Wahrheit seines eigenen Seins sucht, tastet, experimentiert und deshalb unfähig ist, das wahre Gesetz seines Lebens zu erkennen oder zu verwirklichen. Nur wenn der Mensch diese Unwissenheit und Unfähigkeit überwindet, kann er hoffen, sein Leben und seine Natur zu vervollkommen. Ist ihm dies nicht möglich, so kann er niemals hoffen, seiner Unvollkommenheit – und dem daraus resultierenden Leiden – zu entkommen. Er kann nur entweder in

seiner Unwissenheit sterben, indem er einer unheilbaren Unvollkommenheit und einem unheilbaren Leiden durch eine physische Auslöschung entkommt, oder durch eine spirituelle Auslöschung, die durch ein Erwachen der Seele zur Illusion der Geburt und der Welt und der *Natur* erreicht wird, und hoffen, in einen anderen überirdischen Daseinszustand zu gelangen. Das menschliche Leben auf der Erde kann daher nie etwas grundsätzlich Anderes, besseres oder vollkommeneres werden, als es jetzt ist. Die Hoffnung, wir könnten durch den Gebrauch unserer Vernunft und durch die Beobachtung oder Anwendung der Naturgesetze zu einem vollkommenen Leben auf Erden gelangen, ist vergeblich, denn unsere Natur, die selbst unwissend und unvollkommen ist, kann nichts Besseres erreichen als eine gemilderte Unvollkommenheit und Unwissenheit. Wenn es aber ein Mittel gibt, durch das wir zur wahren Erkenntnis der Wirklichkeit hinter den Dingen gelangen und in ihre *Wahrheit*, ihr *Licht* und ihre *Kraft* eintreten können, dann gibt es keinen Grund, warum unser Leben hier nicht göttlich und vollkommen werden sollte. Durch Yoga kann dieses Mittel gefunden und diese Entwicklung möglich werden.

* * *

Aus welchem Grund sollte man die Sadhana praktizieren?

WORTE DER MUTTER

Warum willst du den Yoga? Um Macht zu gewinnen? Um Ruhe und Frieden zu finden? Um der Menschheit zu dienen?

Keiner dieser Gründe beweist ausreichend, dass du für den *Pfad* bestimmt bist.

Auf folgende Frage musst du Antwort geben: Willst du den Yoga um des *Göttlichen* willen? Ist das *Göttliche* das höchste Ziel deines Lebens, so sehr, dass es dir ganz unmöglich wäre, ohne es auszukommen? Fühlst du, dass der eigentliche Zweck deines Daseins das *Göttliche* ist, ohne das es stumpf und sinnlos wäre? Dann, und nur dann lässt sich sagen, dass du für den *Pfad* bestimmt bist.

*

WORTE DER MUTTER

Liebe Mutter, hier steht: „...diese Befreiung, diese Vollkommenheit, diese Fülle werden nicht für uns selbst verwirklicht, sondern für das Göttliche.“ Ist denn die Sadhana, die man macht, nicht für uns selbst?

Er betont es ja gerade. Es ist lediglich, um es zu unterstreichen. Es bedeutet, dass diese ganze Vollkommenheit, die man erwirbt, nicht zu einem persönlichen, egoistischen Zweck erworben wird, sondern, um das *Göttliche* manifestieren zu können, sie wird in den Dienst des *Göttlichen* gestellt. Man verfolgt diese Entwicklung nicht mit einer egoistischen Absicht persönlicher Vollkommenheit; man verfolgt sie, weil das göttliche *Werk* vollendet werden soll.

Aber warum macht man dieses göttliche Werk? Ist es, um uns...

Nein, überhaupt nicht! Weil es der göttliche *Wille* ist. Es geschieht überhaupt nicht um eines persönlichen Grundes willen, das soll es nicht sein. Es geschieht deshalb, weil der göttliche *Wille* so ist, und es ist das göttliche *Werk*.

Solange sich eine persönliche Aspiration hineinmischt oder ein persönlicher Wunsch, ein egoistischer Wille, wird immer eine Mischung daraus und es ist nicht genau der Ausdruck des göttlichen *Willens*. Das Einzige, was zählen soll, ist der göttliche *Wille*, *Sein Wille*, *Seine* Manifestation, *Sein* Ausdruck. Dafür ist man da, das ist man und nichts anderes. Und solange ein Gefühl des Ichs, des Egos, der Person hereinkommt, beweist das, dass man noch nicht ist, was man sein sollte, das ist alles. Ich behaupte nicht, dass das von heute auf morgen geschehen kann, doch ist es nun mal die Wahrheit.

Es ist gerade deshalb, weil es auch auf dieser Ebene, auf der spirituellen Ebene, viel zu viele Leute gibt (ja, ich möchte sagen, die Mehrheit derer, die das spirituelle Leben aufnehmen und Yoga machen), es gibt viel zu viele, die Yoga aus persönlichen Gründen machen, aus allen möglichen persönlichen Gründen: die einen, weil sie des Lebens überdrüssig sind, die anderen, weil sie unglücklich sind, wieder andere, weil sie mehr wissen wollen, andere, weil sie spirituell groß werden wollen, andere, weil sie Dinge lernen wollen, die sie andere lehren können, also, es gibt tausend persönliche Gründe, um den Yoga aufzunehmen. Doch diese einfache Sache, sich dem *Göttlichen* zu geben, damit das *Göttliche* einen nimmt und aus einem macht, was *Es* will, und das in seiner ganzen Reinheit und Beständigkeit, nun, das tun nicht viele, und doch

ist das die Wahrheit; und damit geht man direkt aufs Ziel los und läuft nie Gefahr, sich zu irren. Aber alle anderen Motive sind immer vermischt, gefärbt vom Ego; und natürlich können sie einen hierhin und dorthin führen, und auch sehr weit weg vom Ziel.

Doch diese Art von Gefühl, dass man nur einen einzigen Daseinszweck hat, ein einziges Ziel, einen einzigen Beweggrund, die ganze vollkommene und vollständige Weihung an das *Göttliche*, die so weit geht, dass man sich nicht mehr von *Ihm* unterscheiden kann, dass man das *Göttliche* gänzlich ist, vollständig, total, ohne irgendeine persönliche Reaktion, die dazwischentreten könnte, das ist die ideale Haltung; und im Übrigen ist es die einzige, durch die man im Dasein und im Werk vorankommen kann, unbedingt geschützt vor allem und geschützt vor sich selbst, der allergrößten Gefahr für einen – es gibt keine größere Gefahr als das Ich (ich fasse das „Ich“ im Sinn eines egoistischen Selbstes). Das ist es, was Sri Aurobindo hier sagen wollte, nichts anderes...

Aber warum will sich das Göttliche auf der Erde in einem Chaos manifestieren?

Weil das *Göttliche* dafür die Erde erschaffen hat, aus keinem anderen Motiv heraus – die Erde ist das *Göttliche* selbst in einer Entstellung –, und weil das *Göttliche* sie in ihrer Wahrheit wiederherstellen will. Die Erde ist nicht etwas von *Ihm* Getrenntes und *Ihm* Fremdes. Sie ist eine Entstellung von *Ihm* selbst und soll wieder das werden, was sie in ihrer Essenz war, das heißt das *Göttliche*.

Warum ist das Göttliche uns dann fremd?

Es ist doch nicht fremd, mein Kind. Du stellst dir vor, dass *Es* fremd ist, doch *Es* ist nicht im Geringsten fremd. Das *Göttliche* ist die Essenz deines Wesens – gar nicht fremd. Du kannst *Es* ignorieren, aber *Es* ist nicht fremd. *Es* ist sogar die Essenz deines Wesens. Ohne das *Göttliche* würdest du nicht existieren. Ohne das *Göttliche* könntest du nicht einmal den millionsten Teil einer Sekunde existieren. Nur, weil du in einer Art Illusion der Falschheit und Entstellung lebst, bist du nicht bewusst. Du bist dir selbst nicht bewusst, dir ist etwas bewusst, von dem du glaubst, dass du es bist, das aber nicht du ist.

Was bin ich dann, liebe Mutter?

Das *Göttliche*!
